

BETANIAHJEMMET



Velkommen til nye beboere

KONG GEORGS VEJ 3 - 2000 FREDERIKSBERG - TLF. 38 86 78 04

www.betaniahjemmet.dk

KONTAKTOPLYSNINGER

Forstander

Benedikte Korsager 38 14 69 59 bko@betaniahjemmet.dk

Afdelingsleder

Nawal Boudarba 38 14 69 80 nab@betaniahjemmet.dk

Aktivitetsleder

Alaa Gamal 38 14 69 26 ala@betaniahjemmet.dk

Leder af køkken, rengøring og teknisk service

Lise Hansen 38 14 69 60 lha@betaniahjemmet.dk

Administrativ medarbejder

Jette Sørensen 38 14 69 23 kontor@betaniahjemmet.dk

Kontortid

Administrationskontoret er åbent for personlig henvendelse på følgende tidspunkter:

Mandag kl. 9.00 – 14.00

Tirsdag kl. 9.00 – 14.00

Onsdag **lukket** for personlige henvendelser

Torsdag kl. 9.00 – 14.00

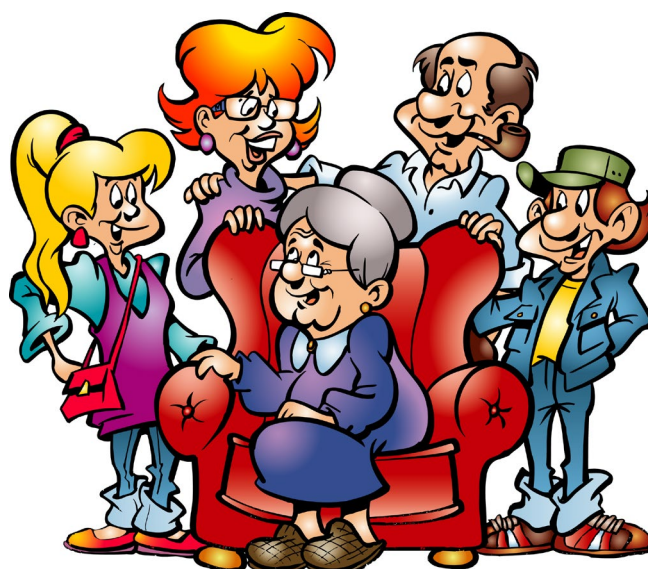
Fredag kl. 9.00 -13.00

Du er altid velkommen til at kontakte kontoret på telefon: 3886 7804 eller
mail: kontor@betaniahjemmet.dk

INDHOLDSFORTEGNELSE

| | |
|-------------------------------------------------------|-----------|
| KONTAKTOPLYSNINGER | 2 |
| INDHOLDSFORTEGNELSE | 3 |
| VELKOMMEN | 5 |
| BETANIAHJEMMET | 6 |
| MØDET..... | 8 |
| HVERDAGSREHABILITERING | 8 |
| DIN BOLIG | 9 |
| INDFLYTNING OG INDFLYTNINGSSAMTALE | 11 |
| ANMELDELSE AF FLYTNING TIL FOLKEREKISTRET..... | 12 |
| PRAKTISKE FORHOLD | 12 |
| Gæster..... | 12 |
| Måltider | 13 |
| Rygning | 13 |
| Tv- antenne..... | 14 |
| Rengøring af din bolig..... | 14 |
| Læge | 14 |
| Medicin..... | 15 |
| Specialistbehandling..... | 15 |
| Vaskeri..... | 16 |
| Fodpleje | 17 |
| Frisør..... | 18 |
| Kioskvogn..... | 18 |
| ØKONOMI | 19 |
| FORSIKRING | 21 |
| AKTIVITETSAFDELING..... | 21 |
| Fysioterapi og træning..... | 22 |

| | |
|------------------------------------------------|-----------|
| Aktiviteter og arrangementer..... | 22 |
| Fester | 24 |
| Rejser..... | 25 |
| Kirke og festsal – ”Regnbuen” | 26 |
| DEMENSKONSULENT | 27 |
| KØKKENET..... | 28 |
| Måltidspolitik | 28 |
| Ernæring | 29 |
| Speciel kost..... | 29 |
| Gæster og fest..... | 29 |
| Højtider:..... | 30 |
| Fødselsdag..... | 31 |
| Aftencafe | 31 |
| Spisestue og lounge | 31 |
| BEBOERINDFLYDELSE..... | 32 |
| KOST- OG BEBOERRÅD | 32 |
| SAMARBEJE MED PÅRØRENDE OG FAMILIE..... | 32 |
| BETANIAPOSTEN | 33 |
| INFORMATIONSMATERIALE FRA..... | 34 |
| FREDERIKSBERG KOMMUNE..... | 34 |



VELKOMMEN

Hjertelig velkommen til Betaniahjemmet.

Vi håber meget, at både du og dine pårørende kommer til at føle jer trygge og hjemme i dine nye omgivelser.



Betaniahjemmet er først og fremmest dit og de øvrige beboeres hjem, hvor det daglige liv finder sted, og hvor du kan mødes med familie og venner. Vi respekterer dit privatliv og privatbolig, men vi håber, at du også har lyst til at deltage i det familiefællesskab, som Betaniahjemmet bygger på.

Vi vil gerne medvirke til at give liv til årene, når du bliver ældre. Det gør vi ved at skabe netværk til lokalsamfundet, og ved at sikre os at vores medarbejdere har gode faglige kompetencer til at hjælpe dig, og samtidig kan skabe tryghed gennem omsorg og nærvær i din hverdag.

Vi lægger stor vægt på relationen mellem beboere og medarbejdere på Betaniahjemmet, og derfor har vi flere forskellige fællesarrangementer, hvor der er mulighed for at møde hinandens familie og venner. Arrangementerne er med til at skabe den hyggelige og hjemlige atmosfære, som vi ønsker på Betaniahjemmet.

Vi håber, at denne velkomstbrochure kan give dig svar på de spørgsmål, som naturligt opstår, når man flytter ind et nyt sted.

Endnu engang stort velkommen til Betaniahjemmet.

Venlig hilsen

Benedikte Korsager
Forstander

BETANIAHJEMMET

Betaniahjemmet er et selvejende plejehjem, der har driftsoverenskomst med Frederiksberg Kommune. Plejehjemmet ejes og drives af Betaniaforeningen, som er en sygeplejeforening under Metodistkirken i Danmark.

Vi har i alt 60 boliger, som er fordelt på 4 etager med hver 15 lejligheder. På hver etage er der en fælles spisestue, et køkken og en hyggelig tv-stue, som alle er meget velkomne til at bruge.

Vi har også to aflastningsboliger, som er placeret på administrationsgangen på stueetagen.

På Betaniahjemmet har vi fokus på hver enkelt beboers individuelle ressourcer, og du vil blive inddraget i dagligdagens rutiner i det omfang, som er muligt for dig. Det kan fx være, at du kan vande blomster, hjælpe med at dække bord eller noget tredje, som passer til dig. Vi opfordrer også til, at I beboere hjælper hinanden - det er altid dejligt med en gensidig hjælpende hånd.

Vi prioriterer fællesskabet mellem beboere og medarbejdere, og beboerne imellem, meget højt. Det er vigtigt for os, at Betaniahjemmet har en hjemlig og hyggelig atmosfære, hvor der er plads til alle, med de forskelligheder vi har. Vi er kendt for at være et sted, hvor mennesker mødes, og vi tror på mottoet ***"alt er muligt, indtil det modsatte er bevist"***.

Hver etage er indrettet med henblik på at skabe de bedst mulige rammer for et godt fællesskab. Fællesrummene, både på etagerne og ved hovedindgangen, bliver brugt til måltider og aktiviteter. Du kan nyde en kop kaffe, lytte til musik og mødes til en hyggesnak. Vi respekterer selvfølgelig også dit privatliv, og din private bolig er din privatsfære.

Der er ikke kedeligt på Betaniahjemmet. Du vil blive tilbudt at deltage i mange forskellige aktiviteter, lige fra fitness til fest, som alle har til formål at skabe øget glæde og livskvalitet. Aktiviteterne giver mulighed for at være sociale på tværs af etagerne, og vi tager med glæde imod gode ideer og lyst til at føre dem ud i livet.

På Betaniahjemmet har du fx mulighed for, at:

- Deltage i farverige fester med dans og musik
- Deltage i ferieture
- Deltage i gymnastik og anden form for motion
- Deltage i diverse udflugter, fx Tivoli, teater eller på skovtur
- Holde dine egne festdage og mærkedage
- Deltage i gudstjeneste i hjemmets kirkesal
- Besøge Betaniahjemmets kolonihave i sæsonen



Det er vores erfaring, at du i højere grad vil komme til at bevare livskvaliteten, hvis du er aktiv, medlevende og deltagende i husets liv og aktiviteter.

Vores medarbejdere arbejder personcentreret, hvilket vil sige, at du kommer til at få individuel hjælp af vores medarbejdere, og der vil altid blive taget udgangspunkt i dine individuelle perspektiver og behov – både fysisk, psykisk og socialt.

På Betaniahjemmet ønsker vi at skabe en dagligdag hvor individuel pleje, omsorg, hygge, aktiviteter og rengøring udføres i samspil med dig, og af så få medarbejdere som muligt. I et rehabiliterende perspektiv forventer vi, at du selv udfører de opgaver, som du er i stand til. Det kan fx være, at du selv henter din kaffe, tørrer støv af, passer dine blomster eller andre praktiske opgaver, som du er i stand til at udføre.

MØDET

Betaniahjemmets værdier og omsorgsfilosofi er i høj grad baseret på K.E. Løgstrups filosofi om mødet mellem mennesker. I filosofien anses deltagerne i mødet som værende medansvarlige for den andens lykke. På Betaniahjemmet betyder det i praksis, at vores medarbejdere har et medansvar for, at din og de øvrige beboeres livskvalitet er i fokus.

Det er derfor vigtigt for os, at vi lærer hinanden godt at kende, så din identitet selvfølgelig bevares og respekteres, når du bor på Betaniahjemmet. For at dette kan lade sig gøre, prioriterer vi, at vores medarbejdere sætter tid af til at høre om netop din livshistorie og interesser.

I omsorgsarbejdet er Betaniahjemmet inspireret af den finske sygeplejeforsker Katie Eriksson og hendes teori om pleje, lege og læring. Det er først, når den daglige morgenpleje er klaret, at vi skal til at leve og lege, og det er i legen, at vi lærer hinanden og vores egne begrænsninger at kende.

HVERDAGSREHABILITERING

Du og vores medarbejdere planlægger sammen den hjælp, som du har brug for. Du kommer selv til at være deltagende i alle de praktiske opgaver i din egen bolig, selvfølgelig med hjælp fra vores medarbejdere og med fokus på dine ressourcer. Som udgangspunkt varetager du selv de opgaver, som du er i stand til.

På Betaniahjemmet tilbyder vi dig hverdagsrehabilitering, som er træning i at varetage dagligdagens aktiviteter, fx at tørre støv af, rengøre håndvask og toilet i egen bolig, rede seng, dække bord, dele post og aviser ud osv.

Alle aktiviteterne er med til at hjælpe dig med at vedligeholde dine færdigheder og selvstændighed i hverdagen.



DIN BOLIG

Din bolig på Betaniahjemmet består af en entré med indbygget klædeskab, badeværelse, stue og en sydvendt altan. Seng og sengelampe er fast inventar i din bolig. I din stue er der et kaldeanlæg, telefonstik og stik til tv-antenne. Hvis du vil have adgang til Betaniahjemmets trådløse internet, har du mulighed for at købe det.

Når du flytter ind i din nye bolig, vil du blive kaldt til en samtale med afdelingsleder, Nawal Boudarba, bl.a. omkring din indretning.

Du skal selv medbringe møbler, billeder, gardiner og belysning.

Hvis du gerne vil have radio og/eller fjernsyn i din egen bolig, skal du også selv medbringe dette, og du skal tilmelde dig en tv-pakke hos Yousee.

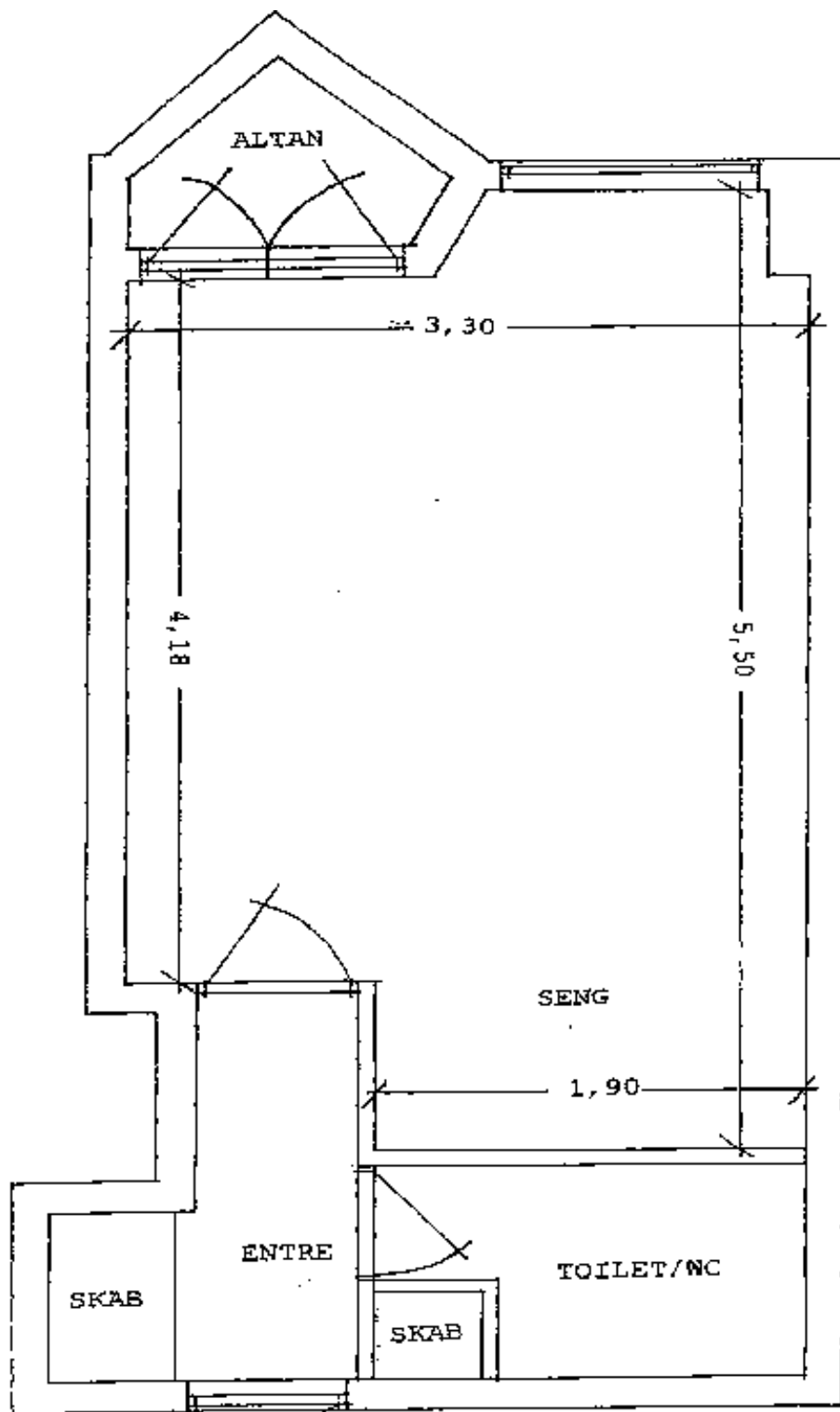
Når du indretter din bolig, er det vigtigt, at du tænker på at din bolig også er en arbejdsplads for vores medarbejdere, som skal kunne hjælpe dig med fx personlig hygiejne og/eller forflytning. Der skal være plads til at kunne komme uhindret rundt, og vi anbefaler derfor, at du inden du flytter ind, overvejer hvad du ikke nødvendigvis har brug for at tage med dig. På den måde skabes de bedste vilkår for både dig og vores medarbejdere i dit nye hjem.



Alle boligerne er lige store, ca. 25 m². På næste side kan ses en skitse af boligen – dog ligger toilet og entré spejlvendt i halvdelen af boligerne i forhold til skitsen.

Her er et par gode tips til indretningen af din bolig:

- Undgå løse tæpper – så du mindsker risiko for fald.
- God plads omkring sengen – så der er plads til de medarbejdere, der skal hjælpe dig.
- God plads mellem møblerne – så vi kan hjælpe dig med at gøre rent.



Ovenstående skitse er ikke målfast.

Husdyr

Hvis du har et mindre kæledyr, fx en lille hund, fugl eller en kat, er den velkommen til at flytte ind i boligen sammen med dig. Du skal dog selv være i stand til at passe den, og den må ikke være til gene for de øvrige beboere. Dit kæledyr må som hovedregel ikke komme ud i fællesarealerne, da de øvrige beboere eller medarbejdere kan være allergiske.

Efter din indflytning på Betaniahjemmet må du **ikke** anskaffe nye kæledyr.

INDFLYTNING OG INDFLYTNINGSSAMTALE

Når du får tilbudt en bolig på Betaniahjemmet, har du **to** dages betænkningstid. Hvis du vælger at acceptere boligtilbuddet, skal du flytte ind i boligen, den dato hvor boligen er meldt klar til indflytning.

Du skal ikke betale indskud, men hvis du ryger i boligen, skal du underskrive en aftale om, at du skal betale for maling af boligen ved fraflytning.

Du har mulighed for at få lavet et indflytningssyn, hvis du ønsker det. Indflytningssynet kan aftales med lederen af det tekniske område, Lise Hansen, som kan kontaktes via mail lha@betaniahjemmet.dk eller tlf.: 3814 6960.

I løbet af den første uge du bor på Betaniahjemmet, skal du deltage i en samtale med forstander, Benedikte Korsager, som primært kommer til at handle om økonomiske forhold og valg af ydelser. Samtalen vil blive afholdt i din bolig, og du er meget velkommen til at invitere dine pårørende med.

Cirka to - tre uger efter din indflytning inviterer afdelingsleder, Nawal Boudarba, til en indflytningssamtale, hvor I skal drøfte pleje, gensidige forventninger m.m. Samtalen holdes i din bolig, og dine pårørende er meget velkommen til at deltage. Fra Betaniahjemmet deltager din kontaktperson og afdelingslederen. Herudover deltager fysioterapeuten og køkkenlederen kortvarigt i samtalen.

ANMELDELSE AF FLYTNING TIL FOLKEREGISTRET

Betaniahjemmet sørger for at anmelde din flytning til folkeregistret senest førstkommande hverdag efter, at du er flyttet ind.

PRAKTISKE FORHOLD

Gæster

Din bolig er dit private hjem, og det er derfor dig, der bestemmer, hvornår du vil have gæster på besøg. Hvis du gerne vil opholde dig på fællesarealer, når du har gæster, så er du altid velkommen i loungen, spisestuen og Regnbuen, hvis der ikke er andre arrangementer de pågældende steder.

Du skal være opmærksom på, at fællesarealerne på etagerne som udgangspunkt er forbeholdt etagens beboere, men hvis der er ledigt i opholdsarealerne, er du velkommen til at opholde dig der sammen med en eller to af dine pårørende. Blot skal du være opmærksom på, at dine pårørende skal give plads, hvis andre beboere kommer til og fx ønsker at se fjernsyn. Af hensyn til sikkerheden på fællesarealerne er det ikke tilladt, at børn løber og leger på fællesarealerne.

Dine gæster er altid velkomne til at spise med på Betaniahjemmet. Køkkenet skal blot have besked senest dagen før, inden kl. 12.00, så de ved hvor meget mad der skal laves.

Køkkenet kan kontaktes på mail kkk@betaniahjemmet.dk eller tlf.: 38146910.

I feltet nedenfor ses en prislister for de forskellige måltider, som du kan betale kontant på administrationskontoret, i køkkenet, via din månedsregning eller ved at overføre penge på **MobilePay til 275181**. Hvis der betales med mobilepay, så husk at skrive, hvad beløbet dækker.



Priser i 2025:

| | |
|------------------|-----------------------------------------|
| Morgenmad | 75,00 kr. |
| Middagsmad | 90,00 kr. |
| Aftensmad | 90,00 kr. |
| Brunch/Aftencafe | 90,00 kr. |
| Kaffe | 5,00 kr. pr. kop / 30,00 kr. pr. kande. |
| Kage | 15,00 kr. pr. stk. |

Måltider

- Morgenmad serveres fra kl. 08.00
- Formiddagsdrikke
- Fællesmiddag serveres i spisestuen på alle hverdage ca. kl. 12.30
Du kan også vælge at spise i fælleskøkkenet på etagen eller i din bolig, hvis du ønsker det.
- Eftermiddagskaffe ca. kl. 14.30
- Aftensmad serveres på etagerne ca. kl. 18.00
En gang ugentligt er der aftencafe i spisestuen fra 18.00, hvor du er velkommen sammen med din familie og venner. Der er ingen aftencafe fra medio juni til medio august. **Du skal tilmelde dig senest dagen inden kl. 12 til køkkenet på telefon 38146910**
- Aftenkaffe

Rygning

Alle fællesarealer på Betaniahjemmet, både indendørs og udendørs, er røgfrie, men du bestemmer selvfølgelig selv, om du vil ryge i din egen bolig. Hvis du ryger i din bolig, kræver det dog, at du opstiller en luftrenser, så vores medarbejdere er sikret et røgfrit arbejdsmiljø. Alternativt skal du sørge for at lufte ud 15 minutter før, at en medarbejder skal hjælpe dig i boligen.

Luftrenseren kan købes eller lejes via Betaniahjemmet. Hvis du ønsker dette, skal du kontakte leder af det tekniske område, Lise Hansen, på mail lha@betaniahjemmet.dk eller
tlf.: 3814 6960.

Hvis du vælger at købe din egen luftrensere, skal det være dokumenteret, at:

- ✓ Luftrenseren kan rense 20m³ luft 4 gange i timen med en rensningsprocent på 99%
- ✓ Luftrenseren har et HEPA-filter
- ✓ Luftrenseren er miljøcertificeret

Tv- antenne

I alle lejligheder er der monteret et multimediestik, som er obligatorisk at betale for. Det koster i 2025 120 kr. pr. lejlighed. Multimediestikket giver dig mulighed for at se digitalt tv, tilslutte en fastnettelefon og tilslutte en internetforbindelse.

For at du kan se digitalt tv, skal **du selv bestille** og **betale** den ønskede tv-pakke hos YouSee's kundeservice på tlf.: 8080 4040.

Rengøring af din bolig

Du og vores medarbejdere planlægger i fællesskab den hjælp, som du har brug for til rengøring. Som udgangspunkt varetager du selv de opgaver, som du er i stand til. Det kan fx være, at du tørrer støv af, ordner håndvask og toilet i din bolig, reder seng eller andre opgaver, som er med til at vedligeholde dine færdigheder. Alle praktiske opgaver i din bolig bliver udført sammen med dig og med fokus på dine ressourcer.

Hver anden uge kommer vores faste servicemedarbejdere og hjælper dig med rengøring. Hvis du ikke selv er i stand til at gøre toilet og håndvask ren i dagligdagen, vil du få hjælp til dette hver uge.

Hvis du har indrettet dig med blomster og planter, skal du selv eller dine pårørende stå for at passe dem. Vi anbefaler kunstige blomster. Ligeledes er det dig og/eller dine pårørende, som er ansvarlig for oprydning i dine skabe og den generelle oprydning i din bolig.

Læge

Når du flytter ind på Betaniahjemmet, er du frit stillet i forhold til valg af praktiserende læge.

Vi har to fast tilknyttede læger på Betaniahjemmet, som du har mulighed for at skifte til, hvis du ønsker det. Hvis du vælger dette, vil



det betyde, at en af vores fast tilknyttede læger fremover også vil blive din praktiserende læge.

Vores tilknyttede læger hedder Frederik Hengstenberg og David Topp. De er begge to praktiserende læger i kommunen, og de kommer på Betaniahjemmet mindst hver 2. uge, samt ved akut sygdom.

Tilbuddet om at skifte til en af vores fast tilknyttede læger er frivilligt, så du har selvfølgelig også mulighed for at beholde din nuværende læge, hvis du ønsker det.

Du kan til enhver tid vælge at skifte læge, hvilket betyder, at du også kan beslutte dig for et lægeskift på et senere tidspunkt. Dog skal du betale et gebyr til Frederiksberg Kommune, hvis du vælger at skifte læge efter indflytningen.

Ved lægeskift vil du få tilsendt et nyt sundhedskort.

Hvis du ønsker at beholde din nuværende læge, skal du ikke foretage dig noget. Hvis du ønsker at tage imod tilbuddet om at skifte til en af vores fast tilknyttede læger, skal du give administrationskontoret besked, så sørger de for at anmelde et skift af praktiserende læge til Frederiksberg Kommune. Du kan enten skrive en mail til kontor@betaniahjemmet.dk eller ringe på tlf.: 3814 6923.

Medicin

Medicin bestilles og udbringes fra Apoteket Godthåb.

Du skal betale et lovbestemt gebyr for at få medicinen bragt ud.



Medmindre du selv varetager administration af din medicin, er udgangspunktet, at din medicin dosisdispenseres på apoteket til 14 dage på en gang. Du skal betale et gebyr for at få din medicin dosisdispenseret fra apoteket. Hvis din medicinordination ofte ændres, kan din medicin dispenseres af Betaniahjemmets autoriserede medarbejdere.

Specialistbehandling

Når du skal til behandling hos tandlæge, speciallæge, optiker m.m., anbefaler vi, at du snakker med den sygeplejerske eller social- og sundhedsassistent, som er tilknyttet den etage, du bor på. Det vil være en fordel for dig, hvis du gør os opmærksom på evt.

igangværende behandlinger, da vores medarbejdere kan hjælpe dig med at koordinere dem.

Du har mulighed for at søge om tilskud til behandlinger fra kommunen. Det kan du læse mere om i Frederiksberg kommunes pensionisthåndbog, som du finder på www.frederiksberg.dk

Som udgangspunkt har vores medarbejdere desværre ikke mulighed for at følge dig til behandlinger uden for huset. Vi anbefaler, at du planlægger det sådan, at en af dine pårørende kan tage med dig.

I akut opståede situationer følger vi dig på hospitalet, så vidt det er muligt.

Vaskeri

Som et tilvalg i vores servicepakke kan du vælge, at vi vasker dit tøj for dig. Hvis du vælger det, skal ALT dit tøj, inkl. strømper, være mærket med dit bolignumner, hurtigst muligt i forbindelse med din indflytning. Mærkerne skal være på, så vaskeriet kan se hvem der ejer tøjet og sørge for, at det nyvaskede tøj kommer tilbage til den rette ejermand.

For at få mærket dit tøj kan du og/eller dine pårørende aflevere det til mærkning i vaskeriet. Medarbejderne på din etage kan også hjælpe dig med afleveringen enten om aftenen eller i weekenden, men det er dit/dine pårørendes ansvar, at det bliver gjort. Alternativt kan du låne en maskine til mærkning af tøj, hvis du ønsker det. Vaskemærkerne koster 3,50 kr. pr. stk. og afregnes på din månedsfaktura, medmindre andet er aftalt.

Husk også løbende at sætte mærker i dit tøj, hvis du køber nyt. Det vil være så ærgerligt, hvis vaskeriet ikke ved, hvem de skal aflevere dit nye tøj til. Du kan kontakte vaskeriet, hvis du får brug for flere mærker.

Hvis du vælger at benytte vaskeydelsen, skal du lægge dit tøj til vask i vaskerummet ved bolig 1, på den etage du bor på. Vores medarbejdere vil selvfølgelig vise dig, hvor rummet er, og hjælpe dig med at få lagt dit tøj til vask, hvis du har brug for det.

Dit tøj vil blive vasket i hverdagene, og når det er vasket, bliver det lagt i en kurv med dit bolignumner på og bragt til din bolig én gang om ugen.

Hvis du mangler tøj, har du altid mulighed for at hente det i vaskeriet på alle ugens hverdage.

Hvis uheldet skulle være ude, og dit tøj bliver væk, når det er til vask, erstatter vi med et beløb på mellem 500-800 kr. mod forevisning af bon, så du har mulighed for at købe noget nyt tilsvarende tøj.

Dit tøj skal kunne tåle at blive vasket på 60°. Vi kan ikke tage ansvaret for at vaske silke og uld, og vi kan desværre heller ikke hjælpe med rensning af dit tøj.



Sengelinned lejes af Betaniahjemmet og vaskes på et eksternt vaskeri, hvis du har valgt den ydelse i servicepakken. Vi kan desværre ikke tilbyde at vaske sengelinned for dig. Hvis du gerne vil bruge dit eget private sengelinned og håndklæder, anbefaler vi, at du laver en aftale med et vaskeri eller, at din familie/pårørende sørger for at vaske det for dig.

Ansæt i vaskeriet: Lena.

Fodpleje

På Betaniahjemmet har vi en aftale med en privat fodterapeut Andreas Toldam, som kommer i huset hver mandag.

Hvis du ønsker at booke tid til en behandling, kan du bede din kontaktperson om hjælp, eller du kan booke direkte med fodterapeuten på mail

toldamfod@gmail.com . Behandlingen vil foregå i din egen bolig og betales kontant ved behandlingen.

Alternativt kan dine pårørende få sendt en regning på mail.

Betaniahjemmets medarbejdere må ikke hjælpe dig med at klippe negle på fødderne.



Frisør

Når du trænger til at få klippet håret, er der mange forskellige frisørsaloner i nærområdet, som du kan tage til. Vores medarbejdere vil selvfølgelig altid gerne hjælpe dig med at booke en tid til behandlingen. Hos frisørsalonen betaler du med kontanter eller betalingskort.

Med jævne mellemrum vil du også have mulighed for at få klippet dit hår af en hjemmefrisør, som kommer ud på Betaniahjemmet. Behandlingen foregår på et af fællesbadeværelserne.

Du skal betale hjemmefrisøren kontant, medmindre du har en anden aftale med frisøren.



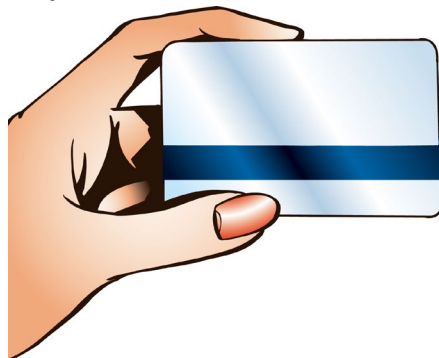
Kioskvogn

Hver mandag og torsdag eftermiddag kommer kioskvognen op på alle etager. I den lille kioskvogn kan du købe fornødenheder som fx batterier, elpærer, chokolade, tandpasta og lignende. Der kan ikke købes aviser og ugeblade. Kioskvognen kører ikke på helligdage.

Hvis du køber noget fra kioskvognen, sker betalingen via din månedsregning.

ØKONOMI

Når du flytter ind på Betaniahjemmet, skal du betale husleje, el og varme og vælge mellem servicepakkens valgfrie ydelser.



Husleje, varme og el betales til Frederiksberg Kommune, og det bliver som udgangspunkt trukket, før din pension kommer til udbetaling.

Din husleje er indtægtsbestemt, og den bliver beregnet af Frederiksberg Kommune. Du vil modtage et boligdokument, hvor du kan se beløbet for din husleje.

Hvis du har brug for at kende din fremtidige husleje mere præcist, inden du flytter ind på Betaniahjemmet, kan du kontakte ydelsesafdelingen på mail:

pensionkommunal@frederiksberg.dk eller tlf.: 38 21 56 00 i tidsrummet kl. 9.00-12.00.

Du har **ikke** mulighed for at søge om boligstøtte, da Betaniahjemmets boliger ikke er almene boliger. Det betyder også, at du ikke skal betale indskud, når du flytter ind i din nye bolig.

Vi har en **servicepakke**, som Betaniahjemmets forstander, Benedikte Korsager, vil gennemgå med dig til din indflytningssamtale. Servicepakken indeholder forskellige serviceydelser, som du kan tilmelde dig, alt efter dine behov og ønsker.

Betalingen for dine valgte ydelser opkræves af Betaniahjemmet på din månedsregning, som tilmeldes PBS. Betaling for adgang til multimediestik er obligatorisk og koster 120 kr. pr. måned.

Hvis der er måltider, hvor du ikke skal spise på Betaniahjemmet, skal du sørge for at afmelde måltidet senest 24 timer før. Det gør du ved at give administrationskontoret besked. Hvis du har fravær hele dage, fx i forbindelse med indlæggelse eller ferie, får du kostrefusion.



| Ydelse | Pris pr. måned |
|-------------------------------------------------------------------|----------------|
| Vask | 198,00 |
| Leje af linned inkl. vask (Eget sengetøj vaske ikke.) | 527,00 |
| Kost pr. måned (alle måltider.) | 4.261,00 |
| Rengøringsartikler til egen bolig | 58,00 |
| Toiletartikler (toiletpapir/klude/servietter m.m.) | 109,00 |
| Antenneforening (obligatorisk) | 120,00 |
| Luftrensere (er et krav , hvis der ryges i boligen) | 575,00 |
| Vinduespolering | 70,00 |
| Wi-Fi | 60,00 |
| Administrationsgebyr (obligatorisk) | 25,00 |

I ydelsen toiletartikler er inkluderet følgende: Hårshampoo, sæbe til kroppen, tandbørste og tandpasta, brusetabletter til proteser, neglerensere, fugtighedscreme, engangsvaskeklude og toiletpapir.

Medicin, briller, tandbehandling, fodpleje og frisør m.v. skal du betale på lige fod med andre borgere. Du kan søge de samme indtægtsbestemte tillæg/ydelse som pensionister i andre boligformer.

FORSIKRING

Uanset hvilken forsikring du har, dækker den kun hvis der er tegn på indbrud. Derfor vil vi altid anbefale, at du låser døren, når du forlader din lejlighed. Vi anbefaler også, at du låser dine værdigenstande inde i en safety- boks. Safety-boksen skal du selv skaffe.

Betaniahjemmets forsikring dækker brand- og vandskader. Herudover har vi en kollektiv autoulykkesforsikring, som dækker, hvis der skulle ske et uheld, mens vi er på tur i vores bil eller bus, og vi har en rejseforsikring, som dækker, når vi er på ferie sammen.

Skulle uheldet ske, at en medarbejder kommer til at gøre skade på en af dine ejendele, har vi også en forsikring, som dækker dette. Ejendele, der forsvinder, erstattes ikke.

Det kan være en god idé at kontakte dit forsikringssselskab, hvis du er i tvivl om, hvorvidt du har behov for yderligere forsikringsdækning.

AKTIVITETSAFDELING

Vi ønsker alt det bedste for dig, og særligt ønsker vi, at du i størst muligt omfang lever et liv med glæde og lyst til at leve livet, hele livet. Derfor er relationen mellem dig og vores medarbejdere vigtig, og vi prioriterer højt, at I lærer hinanden at kende, og at medarbejderne sætter sig ind i dine interesser og din livshistorie.

Betaniahjemmets forskellige aktiviteter, fx dagsudflugter, fester og ferie i ind- og udlandet, giver dig og vores medarbejdere mulighed for at lære hinanden at kende, på en anden måde end i pleje- og omsorgssituationer. Derudover håber vi, at vores aktiviteter er med til at give dig noget som du kan glæde dig til i fremtiden, og dejlige minder at se tilbage på i hverdagen.

I sommerperioden er vi glade for at bruge Betaniahjemmets kolonihavehus, der ligger i Skovlunde. I kolonihavehuset kan du fx være med til at lave havearbejde eller deltage i den daglige husholdning. Vi holder selv haven, og vi står også selv for at lave mad og kaffe, når vi er ude i kolonihavehuset. Vi afslutter altid dagen i kolonihavehuset med at gøre det rent, så det står klar og pænt til vores næste besøg.



Fysioterapi og træning

Betaniahjemmets fysioterapeuter hjælper og guider dig ift. din genoptræning og vedligeholdelsestræning. Udgangspunktet for al træning er din egen aktive indsats, og formålet er, at du bliver så selvhjulpne som muligt.

Én dag om ugen holder vi fællesgymnastik i huset.

Fysioterapeuternes opgave er at støtte, inspirere og vejlede dig og de øvrige beboere under træningen. Derudover står de også for at afprøve, tilpasse og udlevere hjælpemidler samt at vejlede vores medarbejdere omkring brug af hjælpemidler og forflytningsteknik.

Fysioterapeuter: Alaa Gamal (afdelingsleder) og David Blazek

Aktiviteter og arrangementer

Vi har beskæftigelsesvejledere ansat på Betaniahjemmet, hvis kerneopgave er at hjælpe dig i gang med at genoptage nogle af dine tidligere interesser og/eller evt. inspirere dig til at finde nye. Beskæftigelsesvejlederne arrangerer hver uge forskellige aktiviteter på afdelingerne fx quiz, banko og afspilning af gamle plader. Én gang om ugen vil du, og de øvrige beboere, også blive tilbudt at komme med på bustur.



På Betaniahjemmet holder vi regelmæssigt aftencafé, filmfremvisning, teatertur, fællessang, koncerter og foredrag.
Derudover har vi også en udendørs petanquebane, en sansehøve og et fuglebur.

Vi har frivillige medarbejdere, som kommer både for hyggens skyld og for at give en hjælpende hånd i dagligdagen. Vores frivillige medarbejdere holder fx fællesgymnastik, deltager i fester, holder foredrag, deltager i aftencafeen og meget andet.

Beskæftigelsesvejlederne: Elsebeth Jensen, Pia Arp, Christina Jensen og Jeannie Svalebech



Fester

Fest og glade dage er en af vores stærke kendetegn, for selvom du flytter på plejehjem, skal livet selvfølgelig stadig være både sjovt og indholdsrigt. På Betaniahjemmet holder vi fx "De Betaniske Lege", hvor du sammen med de øvrige beboere dyster om pokalen.

Vi tager på ferie, holder fester, synger, danser og hygger os i hinandens selskab.





Vi holder meget af at fejre årets forskellige højtider. Vi fejrer højtider "til tiden", hvilket vil sige, at vi fx fejrer juleaften om aftenen d. 24. december.

Der sker altid noget festligt på Betaniahjemmet til Påske, Skt. Hans aften, Mortens aften, Jul og Nytår, og vi sørger for, hvad der hører sig til af fx frokoster, klippeklistre, julemarked, lystur i København, luciaoptog, juletræ osv.

Rejser



"At rejse er at leve" sagde H. C. Andersen – og det gælder jo stadig, selvom man er kommet lidt op i alderen. Vi holder af at rejse til forskellige lokationer lige fra et dansk sommerhus ved fjorden, til kurophold forskellige steder.

Hvis du vil med os på ferie, skal du ift. betaling, selv stå for dine egne udgifter. Betaniahjemmet betaler for udgifterne til de medfølgende medarbejdere.



Kirke og festsal – ”Regnbuen”

På Betaniahjemmet har vi en kirke- og festsal, som vi kalder ”Regnbuen”. I Regnbuen holder vi gudstjeneste hver anden søndag kl. 14.30, hvor både du, din familie og dine venner er meget velkomne. Gudstjenesterne er vekslende mellem metodistisk og folkekirkelig gudstjeneste.

Regnbuen bliver også brugt til fællesgymnastik, fester, foredrag mv., og Metodistkirkens medlemmer holder også kirkelige arrangementer, når der ikke er gudstjeneste. Du, og øvrige beboere, er altid velkomne til at deltage i Metodistkirkens arrangementer.

Hvis du ønsker at holde et privat arrangement på et tidspunkt, fx fødselsdag, har du mulighed for at leje enten Regnbuen eller vores spisestue for 2000 kr. Beløbet dækker leje samt oprydning og rengøring efter dit arrangement.





DEMENSKONSULENT

Vi får i stigende grad nye beboere med demens på Betaniahjemmet, og derfor er det vigtigt for os at være dygtige inden for dette område. For at kunne give vores demensramte beboere den bedste hjælp og livskvalitet, har udvalgte medarbejdere taget en speciel uddannelse i demens. Derudover har vi også en demenskonsulent, som har til opgave at rådgive og opdatere alle vores medarbejdere omkring demens.

Demenskonsulent: Aktivitetsleder Alaa Gamal



KØKKENET

Du kan godt glæde dig til at få god mad, når du flytter ind på Betaniahjemmet. Vi har vores eget køkken og dygtigt køkkenpersonale, som tilbereder frisk, velsmagende og nærende mad hver dag. Vi sætter en ære i at skabe en hyggelig atmosfære omkring måltidet, og vores køkkenpersonale sørger for, at maden ser lækker og appetitlig ud.

Måltidspolitik

Sund og varieret kost har stor indflydelse på, hvor godt vi som mennesker fungerer, særligt i alderdommen. Betaniahjemmets mål er at skabe vilkår for et godt, sundt og langt liv, og netop dét tager vores måltidspolitik afsæt i.

Vi gør måltidet til et højdepunkt på dagen, og måltidspolitikken er et fælles ansvarsområde for alle vores medarbejdere på Betaniahjemmet.

Hvis du har lyst, kan du på alle hverdage nyde din middagsmad sammen med nogle af vores medarbejdere og andre af Betaniahjemmets beboere, i vores fælles spisestue. I samme spisestue bliver der også, en gang om ugen, afholdt aftencafé og med jævne mellemrum fælles brunch. Hver måned får du udleveret et eksemplar af Betaniaposten, hvori du kan se den kommende måneds datoer for aftencafé og brunch.

Der findes mange forskellige præferencer når det gælder ens måltid, og vi ved, hvor vigtigt det er at føle sig tryk og godt tilpas for at kunne nyde maden. Vi vil gerne respektere og være imødekommende over for, hvordan du foretrækker dit måltid, og du har derfor forskellige muligheder som fx:

- Sammensætte dine måltider på den måde du bedst kan lide det. Vi giver dig tid, ro og hjælp til at spise og drikke.
- Vælge om du vil spise i spisestuen, på etagen eller i egen bolig.
- Vælge hvem du vil sidde og spise sammen med i spisestuen.
- Få medindflydelse og -bestemmelse i menuplanlægningen. Der bliver afholdt et månedligt kostrådsmøde, hvor du har mulighed for at komme med ønsker til den kommende måneds menu.
- Være med til at dække bord.
- Få hjælp af vores medarbejdere til at spise og drikke, hvis du har brug for det.

Ernæring

Når vi som mennesker bliver ældre, er det helt naturligt, at vores energibehov falder. Det samme er dog ikke gældende for vores næringsbehov, og derfor har vores køkkenpersonale stort fokus på, at servere mad og drikke, som både smager godt og har det optimale næringsindhold.

Manglende ernæring kan have stor indflydelse på både dit fysiske- og psykiske helbred, faldtendens og din modstandskraft over for almindelige infektioner.

Vores medarbejdere er uddannet til at opdage ernæringsproblemer og til, i samarbejde med køkkenpersonalet, at tilpasse din individuelle kost, hvis du får brug for det.

- Når du flytter ind på Betaniahjemmet, noterer vi, efter aftale med dig, data vedr. din vægt og BMI. Vi spørger dig også ind til tidligere kostvaner, evt. diæt og dine nuværende præferencer. Hvis du får brug for en individuel ernæringsplan, vil oplysningerne, du giver os her som udgangspunkt være grundlag for udarbejdelsen af ernæringsplanen.
- Hvis vi vurderer, at du er i en ernæringsmæssig risikogruppe, tilbyder vi dig, at du bliver vejlet regelmæssigt.
- Vi energi- og næringsberegner, hvis du har brug for det, så vi sikrer, at dit energi- og ernæringsbehov dækkes.
- Hvis vi vurderer, at du ikke har en ernæringsmæssig risiko, tilbyder vi dig normal kost.

Speciel kost

Hvis du er på en lægeordineret diæt, eller hvis der er bestemte fødevarer, som du ikke kan lide eller tåle, skal du kontakte køkkenleder, Lise Hansen, på mail lha@betaniahjemmet.dk eller tlf.: 3814 6960.

Gæster og fest

Vi er glade for fest og hyggelige stunder på Betaniahjemmet, og vi støtter gerne op om, at du kan holde private arrangementer for familie og venner, hvis du ønsker det. Fx fødselsdag, indflytningsfest osv.

Du kan leje vores lokaler og bestille mad fra køkkenet.

Dit private arrangement afholdes mod kuvertbetaling, og vi vil med glæde hjælpe dig med planlægningen.

OBS: Køkkenlederen skal kontaktes **minimum 10 uger** før dit ønskede arrangement af hensyn til arbejdsplanlægningen og reservation af lokaler.



Hvis du har kostfaglige spørgsmål eller andet, er du altid velkommen til at kontakte køkkenmedarbejderne mandag–fredag mellem kl. 7.00-14.00.

Køkkenleder Lise Hansen lha@betaniahjemmet.dk **eller telefon** 38 14 69 60

Højtider:

Helligdage: Påske, pinse m.fl. fejrer vi ved at følge de klassiske traditioner, som hører sig til på den pågældende helligdag.

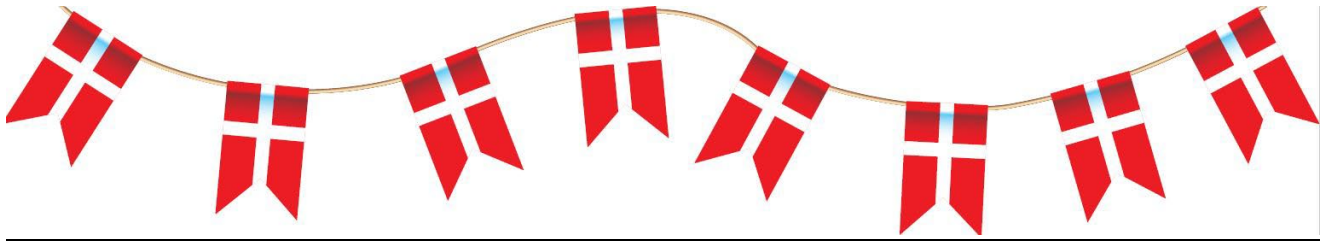
Kongelige mærkedage og Grundlovsdag: Fejrer vi ved at spise lækker kage sammen.

Sankthansaften og Mortens Aftens dag:

Sankt Hans fejrer vi om aftenen med god mad. Til kost- og beboerrådsmødet, på din etage, har du mulighed for at afgive ønsker for, hvad du synes kunne være lækkert at få serveret. På Mortens Aftens dag serverer vi middag med and, risalamande og vin.

Juleaften og Nytårsaften: Begge dage er der fest om aftenen på Betaniahjemmet. På juleaften følger vi alle de klassiske juletraditioner, der hører sig til. Nytårsaften serverer vi festmiddag, dessert og diverse drikkevarer. Selvfølgelig fejrer vi også årsskiftet med at skåle i champagne og spise et stykke kransekage.

Julefrokost: Hvert år holder vi julefrokost, med alt hvad der hører sig til.



Fødselsdag

På din fødselsdag vil vi gerne fejre dig, ved at give en lækker lagkage til eftermiddagskaffen. Vores køkkenpersonale sørger for, at der er lagkage til alle beboere og medarbejdere på din etage.

Hvis du har gæster på besøg, kan du, mod betaling, bestille ekstra lagkager hvis du har lyst.

Aftencafe

Torsdag aften holder vi aftencafé i spisestuen fra kl. 18.00-19.30, hvor vores køkkenpersonale disker op med forskellige lækkerier.

Dine pårørende er mere end velkomne til at spise med for 90 kr. pr. person. HUSK at de skal tilmeldes i køkkenet senest kl. 12.00 dagen før.

I den månedlige udgave af Betaniaposten kan du altid se de kommende datoer for aftencafeerne.

Grundet ferieperiode er der ikke aftencafé i juli og august.



Spisestue og lounge

Den store fælles spisestue er indrettet med lounge, hvor du kan tage dine gæster med ned til en hyggesnak og en kop friskbrygget kaffe, eller andet varmt fra automaten. Du kan betale for kaffen, til dine gæster, kontant i kassen på væggen, via din månedsregning, eller du kan overføre penge via MobilePay. Når det er godt vejr, er du også meget velkommen til at tage dine drikkevarer med udenfor og nyde i en solstråle på terrassen.

BEBOERINDFLYDELSE

En af vores målsætninger på Betaniahjemmet er at sikre dig, og de øvrige beboere, indflydelse på eget liv. Vi anbefaler og støtter dig i selv at træffe personlige valg om, hvordan din dag skal planlægges, og hvilken form for pleje og omsorg som du har brug for.

Vi håber også, at du har lyst til at være en aktiv del af Betaniahjemmets fællesskab ved fx at:

- Deltage i planlægning af forskellige arrangementer
- Deltage i modtagelse af nye beboere
- Deltage i kost- og beboerrådsmøder og andre beboermøder
- Deltage i vores ture, arrangementer og fester

KOST- OG BEBOERRÅD

På Betaniahjemmet holder vi kost-og beboerrådsmøde én gang om måneden, hvor du er meget velkommen til at deltage. Til mødet planlægger vi, i fællesskab med køkkenlederen, den kommende måneds menu. Køkkenpersonalet tilbyder en varieret kost og forsøger at tilgodese alle de ønsker til mad, som bliver nævnt til kost-og beboerrådsmødet.

Udover at planlægge næste måneds menu snakker vi også generelt om dagligdagen på Betaniahjemmet. Vi snakker både om eventuelle ønsker og udfordringer, og vi snakker også om hvilke aktiviteter, som aktivitetsafdelingen skal planlægge i den kommende måned.

Vi skriver altid et referat af mødet, som bliver udgivet i Betaniaposten.



SAMARBEJE

MED

PÅRØRENDE OG FAMILIE

Betaniahjemmet har i samarbejde med beboere, pårørende og familier udarbejdet en politik for det gensidige positive samarbejde. Politikken skal sikre, at dine pårørende og familie inddrages i dagligdagen på en måde, som er i overensstemmelse med dine ønsker. Pjecen kan hentes på vores hjemmeside eller på administrationskontoret.

Til din indflytningssamtale på Betaniahjemmet vil det gensidige samarbejde blive drøftet, og vi vil sammen fastsætte nogle aftaler om, hvordan samarbejdet skal foregå, så dine individuelle ønsker og behov sikres.

Når du skal flytte ind på Betaniahjemmet, vil dine pårørende blive kontaktet med henblik på at indgå de nødvendige aftaler omkring indflytningen. Samtidig vil du og dine pårørende få oplysninger om hvilken medarbejder, som kommer til at være din kontaktperson og tovholder i de første par dage, efter du er flyttet ind.

Når du skal til læge, speciallæge, ambulatoriebesøg eller andet, har vi en generel forventning om, at dine pårørende har mulighed for at hjælpe dig.

*Hvis dine pårørende eller familie skifter adresse, mailadresse eller telefonnummer, er det vigtigt, at administrationskontoret **STRAKS** får besked via mail*

kontor@betaniahjemmet.dk

Administrationen vil efterfølgende sikre, at oplysningerne bliver opdateret internt.

BETANIAPOSTEN

Betaniaposten er vores månedlige beboerblad. Bladet indeholder bl.a. et overblik over månedens mad menu, så du kan se, hvad du skal have at spise på den enkelte dag.

Det er også i Betaniaposten, at du kan finde beboer- og medarbejdernyt, oplysninger om den kommende måneds arrangementer og aktiviteter, referat af kost-og beboerrådsmødet og invitationer til at deltage i møder eller arrangementer. Bladet er også fyldt med stemningsfyldte billeder og minder fra måneden der gik.

På kost- og beboerrådsmøderne har du mulighed for at komme med forslag til indhold og artikler i Betaniaposten.

Du og de øvrige beboere får hver måned udleveret et gratis fysisk eksemplar af bladet, og dine pårørende, og evt. andre interesserede, kan finde bladet på Betaniahjemmets hjemmeside www.betaniahjemmet.dk. Dine pårørende kan også tilmelde sig at få sendt bladet på mail hver måned. Tilmeldingen foregår ved at kontakte administrationskontoret.

Både beboere og pårørende er velkomne til at komme med indlæg til bladet. De skal afleveres på administrationskontoret eller sendes til kontor@betaniahjemmet.dk senest d. 20 i måneden.

INFORMATIONSMATERIALE FRA FREDERIKSBERG KOMMUNE

På Frederiksberg Kommunes hjemmeside www.frederiksberg.dk kan der hentes forskellige foldere omkring livet som ældre. Se under [borger/omsorg og støtte](#)

Til dine egen noter



Vi giver liv til årene