

---

# Tilbud, muligheder og lovpligtige kvalitets- standarder 2024

---

Dette er et katalog over forskellige tilbud og muligheder og over de lovpligtige kvalitetsstandarder for Ældre og Sundhed gældende for 2024.

<b>Indledning .....</b>	<b>3</b>
<b>Del 1: Sundheds-, aktivitets-, pleje- og rehabiliteringstilbud ....</b>	<b>6</b>
FOREBYGGENDE OG SUNDHEDSFREMMENDE TILBUD .....	6
AKTIVITETSTILBUD .....	9
FORENINGSTILBUD .....	12
REHABILITERINGSTILBUD OG TRÆNING .....	16
KRONISK SYGDOM .....	19
KØRSEL OG LEDSAGELSE .....	22
DEMENS .....	25
AFLØSNING OG AFLASTNING AF PÅRØRENDE, .....	27
DAGOPHOLD OG DØGNOPHOLD .....	27
PASNING OG PLEJE AF DØENDE .....	29
SYGEPLEJE .....	31
PERSONLIG PLEJE OG .....	33
OMSORG .....	33
STØTTE TIL PRAKTISKE OPGAVER .....	35
MAD OG MÅLTIDER .....	38
MIDLERTIDIGT OPHOLD .....	40
HJÆLPEMIDLER OG FORBRUGSGODER .....	41
BOLIGINDRETNING, .....	44
ÆLDRE- OG PLEJEBOLIGER .....	44
BOLIGINDSKUDSLÅN, BOLIGSTØTTE OG PERSONLIGT TILLÆG .....	49
<b>Del 2: Sådan gør du, når du har brug for støtte .....</b>	<b>51</b>
SAGSGANGE, NÅR DU SØGER OM STØTTE .....	51
NÅR DU FÅR TILBUD OM STØTTE FRA KOMMUNEN .....	53
AKTINDSIGT, KVALITETSSIKRING OG .....	57
KLAGEMULIGHEDER .....	57
<b>Del 3: Lovpligtige kvalitetsstandarder .....</b>	<b>59</b>
FOREBYGGENDE HJEMMEBESØG .....	59
REHABILITERINGSFORLØB "AKTIV I DIN HVERDAG" .....	61
PERSONLIG STØTTE OG PLEJE .....	62
STØTTE TIL ERNÆRING .....	63
STØTTE I HVERDAGENS AKTIVITETER .....	65
PRAKTISK STØTTE I HJEMMET .....	66

GENOPTRÆNING OG VEDLIGEHOLDENDE TRÆNING.....	68
LOVGRUNDLAG.....	70

# Indledning

---

I dette afsnit kan du læse om, hvordan Hillerød Kommune samarbejder med dig om at finde den rette løsning, og hvilke værdier, samarbejdet bygger på. Du kan også læse, hvordan dette katalog er bygget op.

---

## KATALOGETS OPBYGNING

"Tilbud, muligheder og lovpligtige kvalitetsstandarder" er en beskrivelse af de tilbud og muligheder, du kan anvende, og de indsatser, du kan søge om i Ældre og Sundhed. Tilbuddene henvender sig til dig, som er ældre eller som har en funktionsnedsættelse og derfor har særlige behov for støtte i hverdagen.

**Første del** af kataloget indeholder en oversigt over de sundheds- aktivitets- pleje- og rehabiliteringstilbud, Hillerød Kommune har på ældre- og sundhedsområdet. Derudover kan du læse om nogle eksempler på frivillig- og foreningsbaserede tilbud i kommunen.

Oversigten over tilbud er inddelt efter de forskellige typer, og under hvert afsnit kan du læse, om det er noget for dig, og hvor du kan henvende dig, hvis du ønsker at vide mere eller at tilmelde dig.

**Anden del** beskriver, hvad du skal gøre, hvis du vil søge om støtte, og hvad vi kan tilbyde, hvis du har en funktionsnedsættelse og i den forbindelse har brug for træning eller støtte. Du kan bl.a. læse om sagsgange, visitation, valg af leverandører, tidsfrister og om dine muligheder for at klage.

**Tredje del** indeholder vores lovpligtige og politisk godkendte kvalitetsstandarder. Her kan du læse i detaljer om de syv lovpligtige kommunale indsatser, der er udarbejdet kvalitetsstandarder til. Du kan bl.a. læse, hvilket serviceniveau, du kan forvente. Du kan også læse, hvilket lovgrundlag, der danner baggrund for den enkelte indsats. Alle indsatserne er også beskrevet i del 1.

## SPØRG HVIS DU ER I TVIVL

Hvis du ikke finder de informationer, du har brug for om de forskellige tilbud her i kataloget, er du altid velkommen til at kontakte os for at spørge. Du kan finde relevante telefonnumre på hjemmesiden, eller ringe til Hillerød Kommunes hovednummer på 72 32 00 00. Telefонтiden i Borgerservice er mandag til onsdag kl. 10-15, torsdag kl. 12-18 og fredag kl. 10-13.

Du er velkommen til at møde personligt frem på rådhuset, hvis du på forhånd bestiller tid til det, enten via hjemmesiden eller ved at ringe. I Borgerservice kan få hjælp, fx hvis du ikke bruger digitale løsninger eller gerne vil have hjælp til det.

## SÅDAN BLIVER DU MØDT I HILLERØD KOMMUNE

I Hillerød Kommune har vi fokus på størst mulig selvbestemmelse og selvhjulpenhed i hverdagslivet. Målet er at understøtte dig i at leve et værdigt liv – hele livet.

Det afspejler sig i mødet mellem dig og kommunens medarbejdere. På sundheds-, trænings- og plejeområdet vil der derfor være fokus på, at du skal have den hjælp, du har behov for, og som du kan få inden for den givne ramme. Nogle gange består det i lidt støtte til at komme videre, i andre tilfælde er der behov for hjælp over hele døgnet. Vi er opmærksomme på din individuelle situation, og på, at du kan have særlige udfordringer ud over aldring, hvis du er socialt udsat.

Servicetilbud og kvalitetsstandarder tager afsæt i kommunens vision "*Læring og Livskraft*" og i vores fællespolitik for Job, Social og Sundhed, "*En del af fællesskabet*". Det betyder, at medarbejderne vil søge løsninger på dine udfordringer sammen med dig, og inden for den givne politisk vedtagne ramme, så du i videst muligt omfang kan leve et selvstændigt og aktivt liv.

Du kan finde "*Læring og Livskraft*" og "*En del af fællesskabet*" på hjemmesiden, [www.hillerod.dk](http://www.hillerod.dk).

## DIALOG OG SAMARBEJDE

Gennem dialog og samarbejde finder du løsninger for dine udfordringer sammen med medarbejdere i kommunen og evt. sammen med dine pårørende. Medarbejderne vil inddrage og motivere dig i forhold til dine egne mål og kunnen og vil spørge ind til, hvad der giver værdi for dig, og hvad du selv kan byde ind med. Der vil være fokus på dine ressourcer, og du vil blive støttet, så du så vidt muligt kan gøre det, du vil, kan og ønsker. Hvis du har behov for støtte, vurderer medarbejderne sammen med dig, hvilke muligheder, der er i dit netværk, dit nærmiljø, i foreningslivet og i de kommunale tilbud, der bedst kan give dig den støtte i hverdagen, du har behov for.

## SUNDHED OG FOREBYGGELSE

Sundhed er mere end fravær af sygdom. At være sund handler om at have det godt fysisk, psykisk og socialt, og det handler også om at forebygge sygdom.

I Hillerød Kommune integrerer vi sundhed på tværs af vores opgaver, fx ved at tilbyde sund kost og bevægelse på plejehjemmene. Vi samarbejder bl.a. med de lokale foreninger, fordi det styrker livskvaliteten og dermed også både den fysiske og den psykiske sundhed at være aktiv i fællesskaber med andre.

## AKTIVE BORGERE – EN DEL AF ET FÆLLESSKAB

Som borger i Hillerød Kommune har du mulighed for at være aktiv på mange måder. Du kan deltage i kultur- og fritidslivet. Du kan bruge de mange naturområder, som Hillerød byder på. Du kan benytte et aktivitetscenter, eller du kan blive frivillig. Du kan læse om nogle af eksemplerne på lokale aktiviteter i del 1, men der er mange flere.

## REHABILITERING

Rehabilitering er et samarbejde mellem dig som borger, dine pårørende og fagpersoner fra kommunen og andre relevante. I Hillerød Kommune tager vi afsæt i definitionen af rehabilitering fra "*Hvidbog om rehabilitering*", udgivet af Rehabiliteringsforum Danmark i 2022:

*" Rehabilitering er målrettet personer, som oplever eller er i risiko for at opleve begrænsninger i deres fysiske, psykiske, kognitive og/eller sociale funktionsevne og dermed i hverdagslivet. Formålet med rehabilitering er at muliggøre et meningsfuldt liv med bedst mulig aktivitet og deltagelse, mestring og livskvalitet. Rehabilitering er en samarbejdsproces mellem en person,*

*pårørende, professionelle og andre relevante parter. Rehabiliteringsindsatser er målrettede, sammenhængende og vidensbaserede med udgangspunkt i personens perspektiver og hele livssituation."*

Rehabilitering kan være relevant, hvis du har en nedsat funktionsevne, fx efter sygdom eller på grund af handicap. I processen vil medarbejderne sammen med dig sætte mål for indsatsen, aftale hvem der gør hvad, og hvornår planen skal vurderes igen. Forløbet vil fx kunne indeholde fysisk eller mental træning i forhold til dine hverdagsaktiviteter.

## **VÆRDIGHED OG EN DEL AF FÆLLESSKABET**

Uanset om det er personlig pleje, træning, rehabilitering eller anden støtte, du har behov for, er værdighed i fokus for os. En lang række faktorer kan have betydning for din livskvalitet, bl.a. at du føler dig tryk, har samvær med andre, har mulighed for at deltage i aktiviteter og at du har mulighed for at vedligeholde og styrke dine fysiske og psykiske færdigheder. Kommunens indsatser tilrettelægges så vidt muligt, så de øger din livskvalitet og tilbyder dig rammerne for at kunne leve et værdigt liv.

# Del 1: Sundheds-, aktivitets-, pleje- og rehabiliteringstilbud

## FOREBYGGENDE OG SUNDHEDSFREMMENDE TILBUD

### FOREBYGGENDE HJEMMEBESØG

I det år, hvor du fylder 70 år (hvis du bor alene) og i det år, hvor du fylder 75 år (for alle), får du en invitation til et arrangement med andre 70- og 75-årige. Til arrangementet, der handler om livskvalitet og forebyggelse, vil du blive præsenteret for en række af de tilbud og muligheder, der findes for seniorer i Hillerød Kommune.

Ønsker du et individuelt forebyggende besøg i hjemmet, skal du selv henvende dig for at lave en aftale.

Et forebyggende hjemmebesøg består af en samtale med en forebyggelseskonsulent, og det kan bl.a. omfatte emner om din dagligdag, trivsel, sociale netværk, kost, motion, boligindretning og helbred, og om forebyggende og sundhedsfremmende tilbud i kommunen. Du er velkommen til at invitere pårørende med til samtalen.

Når du fylder 80 og igen fra du er 85 år får du tilsendt et brev med tidspunkt for et besøg en gang om året. Hvis du ikke ønsker det, skal du afmelde besøget.

Når du er 82, 83 og 84 år får du tilsendt et brev om, at du kan kontakte forebyggelseskonsulenten, hvis du ønsker et besøg.

Du kan også få forebyggende hjemmebesøg fra du er 65 år, hvis du er særligt udfordret fysisk, mentalt eller socialt.

[Læs evt. mere om de lovpligtige kvalitetsstandarder for forebyggende hjemmebesøg i del 3.](#)

#### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Du modtager et brev med tilbud om hjemmebesøg, eller du kan selv kontakte forebyggelseskonsulenten.

Forebyggelseskonsulenten

Telefon: 72 32 32 42

Skriv digital post til Ældre og Sundhed via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### Andre oplysninger

Tilbuddet gælder *ikke*, hvis du bor i plejebolig eller modtager både personlig pleje og praktisk støtte fra Hillerød Kommune eller en privat leverandør.

## RYGESTOP

Du kan få gratis rygestopvejledning, hvis du er bosiddende i Hillerød kommune.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Sundhedscentret

Træningssektionen

Milnersvej 37D, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 36 50

Skriv digital post til Træningssektionen via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost) eller skriv til [rygestop@hillerod.dk](mailto:rygestop@hillerod.dk).

### Andre oplysninger

Der tilbydes et mindre beløb i form af værdikupon til nikotinplastre og -tyggegummi til den første måned.

## ALKOHOLBEHANDLING ELLER -RÅDGIVNING

Har du eller én i din familie problemer med alkohol, kan du få gratis og uforpligtende rådgivning og vejledning om dine behandlingsmuligheder hos vores misbrugscoordinatorer.

**Ambulant behandling:** Ønsker du ambulant behandling for dit alkoholproblem, kan du henvende dig direkte og anonymt til et godkendt behandlingssted. Ambulant behandling kan bestå af gruppebehandling, individuelle samtaler og medicinsk behandling. Behandlingen er gratis for dig, hvis behandlingsstedet er godkendt af Socialtilsynet. Dette kan du tjekke på [www.tilbudsportalen.dk](http://www.tilbudsportalen.dk) eller ved at kontakte misbrugscoordinatoren.

**Dag- eller døgnbehandling:** Ønsker du dag- eller døgnbehandling for dit alkoholproblem, skal du kontakte en af vores misbrugscoordinatorer og søge om at få bevilling til behandling. Misbrugscoordinatoren vil vurdere din situation, og I aftaler, hvilken behandling, du evt. skal begynde i. Ved dag- eller døgnbehandling har du ikke mulighed for at være anonym.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

For at få rådgivning om behandlingsmuligheder skal du kontakte

Hillerød Kommunes misbrugscoordinatorer

Telefon: 72 32 33 01 eller 72 32 33 02

Skriv digital post til Borger- og Socialservice via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### Andre oplysninger

Henvendelse til Hillerød Kommune kan ske anonymt.

Læs evt. mere om alkoholbehandling og -rådgivning på vores hjemmeside [www.hillerod.dk](http://www.hillerod.dk)



## TELEFONKÆDE

Telefonkæden er en mulighed for dig, der bor alene, har et begrænset netværk, ikke har daglig hjemmepleje og gerne vil have telefonisk kontakt med et andet menneske. Hvis du er med i ordningen, vil du hver morgen blive ringet op af en anden person i ordningen, og du skal efterfølgende ringe den næste i kæden op.

Det er Hjemmeplejen, der administrerer ordningen. Reagerer du ikke på opkaldet, ringer Hjemmeplejen til de valgte kontaktpersoner, ringer til sygehuset og tager til sidst hjem til dig for at se, om alt er vel. Om nødvendigt rekvireres en låsesmed for at komme ind.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Hjemmeplejen

Telefon: 72 32 62 11 alle hverdage kl. 9-10.

Skriv digital post til Hjemmeplejen via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### Andre oplysninger

Kæden starter dagligt kl. 8 på hverdage og kl. 9 i weekenden.

## PÅRØRENDEVEJLEDNING

Er du pårørende til en person med kronisk eller alvorlig fysisk eller psykisk sygdom, har du mulighed for at få støtte og vejledning, og for at tale med andre i lignende situation som din egen. Du har mulighed for individuelle samtaler, pårørendegrupper og pårørendekursus. For at bruge tilbuddene skal enten du eller den syge, du er pårørende til, bo i Hillerød kommune, og I skal begge være fyldt 18 år.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Pårørendekonsulent

Milnersvej 37D, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 80 37

Skriv digital post til Ældre og Sundhed via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### Andre oplysninger

Tilbuddet er gratis. Du skal selv sørge for transport.

# AKTIVITETSTILBUD

Aktivitetstilbuddene er for dig, der gerne vil holde dig fysisk og psykisk aktiv, og have mulighed for socialt netværk og fællesskab. Rundt omkring i Hillerød Kommune er der en lang række muligheder for at mødes med andre og lave noget sammen – og blive en del af et socialt fællesskab med andre ældre og frivillige. Her kan du se nogle eksempler på sådanne tilbud.

## GRØNNEGADECENTRET

Grønnegadecentret er et mødested for alle over 60 år og førtidspensionister i Hillerød Kommune. Centret er brugerstyret, og huset summer af aktiviteter, for der er en bred vifte af aktiviteter, fx dans, motionshold, stavgang, sang, maling, billard, syværksted og kortspil. Du kan derfor få dækket næsten alle dine interesser eller selv være med til at starte nye aktiviteter. Der er både faste aktiviteter og enkeltstående arrangementer.

Grønnegadecentret har en café, hvor du kan købe et måltid mad eller en kop kaffe.

### Hvor kan du henvende dig?

Du henvender dig direkte til Grønnegadecentret enten telefonisk eller personligt i receptionen, hvor du kan få en rundvisning og en snak om centrets muligheder.

Grønnegadecentret

Grønnegade 15, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 68 20

Mail: [gronnegadecenter@hotmail.com](mailto:gronnegadecenter@hotmail.com)

### Andre oplysninger

Der kræves medlemskab, som koster 400 kr. om året.

Læs mere om centrets tilbud på [www.gronnegadecentret.dk](http://www.gronnegadecentret.dk)

## SKÆVINGE AKTIVITETSCENTER

Skævinge Aktivitetscenter er et tilbud til pensionister og borgere over 60 år i Hillerød Kommune. Centret er brugerstyret og danner rammen om almindeligt samvær og spontane aktiviteter. Du kan købe kaffe og kage i centret. Der opkræves et mindre deltagerbeløb for aktiviteterne. Der er ingen medlemskab.

Eksempler på aktiviteter er kortspil, billard, it-undervisning inkl. tablet og smartphone, blomsterbinding, gågruppe, patchwork og tegne/maleundervisning, slægtsforskning og "de grå synger".

### Hvor kan du henvende dig?

Skævinge Aktivitetscenter

Ny Harløsevej 24, 3320 Skævinge

Telefon: 31 34 33 02 (Anna Simonsen)

Skriv til centret på [sk.aktivitet@gmail.com](mailto:sk.aktivitet@gmail.com) eller via hjemmesiden [www.skaevingeaktiv.dk](http://www.skaevingeaktiv.dk)

### Andre oplysninger

Centret holder til i kælderens under Plejehjemmet Bauneparkens boligfløj 1.

Læs mere på [www.skaevingeaktiv.dk](http://www.skaevingeaktiv.dk)

## VOKSENKLUBBEN I UVELSE-LYSTRUP

Voksenklubben er for alle voksne i Hillerød Kommune, der går hjemme i dagtimerne. Der er forskellige aktiviteter, fx vandreture, bordtennis, skak, håndarbejde og fælles frokost.

Klubben er åben kl. 10-12 og 12-13 for de, der har bestilt frokost. De fleste aktiviteter er gratis.

### Hvor kan du henvende dig?

Kontaktperson Vibeke Hansen

Mail: [vibeke.uvelse@gmail.com](mailto:vibeke.uvelse@gmail.com)

Læs mere på [www.uvelse-lystrup.dk/voksenklubben/](http://www.uvelse-lystrup.dk/voksenklubben/)

## DAGCENTER

Hvis du er selvhjulpen, er dagcentret et åbent tilbud. Har du brug for støtte, skal tilbuddet visiteres. Er du visiteret til dagcentret, har du mulighed for at blive kørt til og fra centret.

Aktiviteterne er individuelle aktiviteter og gruppeaktiviteter som vedligeholdende træning, socialt samvær, hukommelsestræning fx dart, billard, sang, musik, kunstgruppe, malegruppe, banko, højtlesning og forskellige ture. Aktiviteterne planlægges sammen med brugerne. Dagcentrene har veludstyrede træningslokaler.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Visitation og Hjælpe midler

Trollesmindealle 27

3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Visitation og Hjælpe midler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### Andre oplysninger

Dagcentrene på Bauneparken og Skovkilden har åbent fra 10-14 på hverdage.

Der er egenbetaling på kørslen. Du kan få din visiterede mad leveret- eller du kan have din egen madpakke med.

Hvis ikke du har benyttet tilbuddet i tre måneder, vil du blive meldt fra, og du kan søge om det på ny, hvis du skulle få behov for det igen.

## SELVTRÆNING FOR PENSIONISTER

Som pensionist i Hillerød Kommune har du mulighed for at bruge træningsfaciliteterne på fem af kommunens plejehjem. Som selvtræner står du selv for træningen og har selv ansvaret. Det er derfor vigtigt, at du på forhånd har grundlæggende kendskab til træningsredskaberne. Du skal følge vejledningerne på stedet om rengøring af maskinerne efter brug.

### Hvor kan du henvende dig?

Du henvender dig til det plejehjem, der er i nærheden af, hvor du bor, og spørg til selvtræningsmuligheder.

### Andre oplysninger

Det koster ca. 650 kr. pr. sæson, der løber fra juni til maj. Melder du dig ind i løbet af sæsonen er prisen stadig den samme.

Tidspunkterne for selvtræning varierer fra ét plejehjem til et andet.

Der er ikke bade- og omklædningsfaciliteter.

## FRIVILLIGTILBUD PÅ PLEJEHJEM

Alle plejehjem i Hillerød kommune har stor glæde af frivillige. Som frivillig på et plejehjem kan du byde ind på mange forskellige måder. Frivilligt tilbud omfatter fx højtlesning, hjælp ved aktiviteter, én at følges med på ture og ved arrangementer, bage, passe blomsterbede, strikkehold, besøgshunde, babybesøg eller noget helt andet.

**Cykling uden alder:** Alle plejehjemmene i Hillerød Kommune er med i "Cykling uden alder". "Cykling uden alder" er frivillige cykelpiloter, der kører en tur med en beboer på et af plejehjemmene i dobbelte cykelrickshaws. Det giver frisk luft, gode oplevelser og hyggeligt samvær både til den frivillige og til plejehjemsbeboeren.

### Hvor kan du henvende dig?

Tag kontakt til det enkelte plejehjem og spørg efter kontaktpersonen for frivillige, hvis du vil være frivillig. [Find oversigt over plejehjem sidst i del 1.](#)

### Andre oplysninger

Cykling uden alder: Du kan læse mere på

[www.cyklingudenalder.dk](http://www.cyklingudenalder.dk) og melde dig som frivillig på <https://book2go.bike/landing>

# FORENINGSTILBUD

Der findes en lang række af tilbud i foreningslivet, hvor du har mulighed for at blive del af aktiviteter og fællesskaber i dit lokale område, og her kan du deltage uden henvisning og uden at blive visiteret.

Her får du et par eksempler på nogle af de mange tilbud. Du kan desuden finde en oversigt over mange lokale foreninger i foreningsvejviseren og i Kom Med!-folderen. Begge dele findes på Frivilligcenter Hillerøds hjemmeside, [www.frivilligcenter-hillerod.dk](http://www.frivilligcenter-hillerod.dk)

## FRIVILLIGCENTER HILLERØD

Frivilligcenter Hillerød er en forening af frivillige og sociale foreninger, og centret fungerer som et knudepunkt for kommunens frivillig- og foreningsliv. Her finder du en indgang til mange af Hillerøds foreningstilbud om støtte, rådgivning og aktiviteter, og du kan også engagere dig som frivillig og gøre en forskel for og med andre.

Du er velkommen til at henvende dig i Frivilligcentret, uanset om du søger en specifik aktivitet, rådgivning eller om du vil høre mere om mulighederne.

### Hvor kan du henvende dig?

Frivilligcenter Hillerød

Fredensvej 12 C, 3400 Hillerød

Telefon: 27 50 80 37

Mail: [epost@frivilligcenter-hillerod.dk](mailto:epost@frivilligcenter-hillerod.dk)

### Andre oplysninger

På [www.frivilligcenter-hillerod.dk](http://www.frivilligcenter-hillerod.dk) kan du læse om frivilligcentrets mange muligheder. Du kan også abonnere på månedsprogrammet og holde dig opdateret om aktuelle arrangementer og møder. Følg evt. Frivilligcenter Hillerød på Facebook.

På frivilligcentrets hjemmeside finder du også Foreningsvejviseren. Det er en samlet oversigt over frivillige sociale foreninger og grupper i Hillerød.

## KOM MED!

Kom med! er et netværk af foreninger, frivillige, Frivilligcenter Hillerød og medarbejdere i Hillerød Kommune, der henvender sig til seniorer, der oplever ensomhed i hverdagen, eller som bare ønsker at være del af et fællesskab. Kom med! samler en række aktiviteter for seniorer og en række andre forenings- og frivilligbaserede tilbud – alle aktiviteter med et socialt element.

Du kan få et overblik over nogle af fællesskaberne og aktiviteterne for og med ældre i Hillerød Kommune på portalen [www.kommedhillerod.dk](http://www.kommedhillerod.dk)

### Hvor kan du henvende dig?

Frivilligcenter Hillerød

Fredensvej 12 C, 3400 Hillerød

Telefon: 27 50 80 37

Mail: [epost@frivilligcenter-hillerod.dk](mailto:epost@frivilligcenter-hillerod.dk)

### Andre oplysninger

Få overblik over fællesskaber og aktiviteter for og med ældre i Hillerød på portalen [www.kommedhillerod.dk](http://www.kommedhillerod.dk)

## BESØGSVENNER

Har du lyst til at få besøg? Både Røde Kors Hillerød og Ældre Sagen Hillerød har besøgsvenner. Du og besøgsvennen tilrettelægger selv besøgene, der typisk vil være en gang om ugen. Besøgsvennen kommer i dit hjem, og det kan være både hvis du bor for dig selv eller bor på plejehjem. Besøgene kan indeholde en snak over kaffen, et spil kort, en gåtur eller at følges til en aktivitet. At være og at have en besøgsven er en mulighed for hyggeligt, lærerigt og livsbekræftende samvær.

### Hvor kan du henvende dig?

Røde Kors, Hillerød Afdeling

Kontaktperson Karin Persson

Telefon 2371 2772

Mail: [karin@rodekors.dk](mailto:karin@rodekors.dk)

Eller

Ældre Sagen Hillerød

Telefon 61 29 84 00

Mail: [besoegsvenner3400@gmail.dk](mailto:besoegsvenner3400@gmail.dk)

### Andre oplysninger

Der aftales indbyrdes, hvornår og hvor tit man mødes. Alle besøgsvenner får en grundig introduktion til opgaven af foreningens kontaktperson.

## HILLERØD MOTIONSVENNER

Hillerød Motionsvenner er en selvorganiseret gruppe af frivillige, der hjælper mindre mobile ældre med at lave vedligeholdelsestræning i eget hjem i Hillerød. Alle motionsvenner deltager i undervisning og får inspiration til at hjælpe med træningen. Træningen tager udgangspunkt i den enkeltes behov. Formidlingen af en motionsven sker i samarbejde med Træningssektionen i Hillerød Kommune.

### Hvor kan du henvende dig?

Frivilligcenter Hillerød

Fredensvej 12 C, 3400 Hillerød

Telefon: 27 50 80 37

Mail: [epost@frivilligcenter-hillerod.dk](mailto:epost@frivilligcenter-hillerod.dk)

### Andre oplysninger

Hvornår og hvor ofte man mødes med sin motionsven aftales indbyrdes.

Det er gratis at gå på holdet, men initiativtagerne opfordrer deltagere til at blive støttemedlem af Frivilligcenter Hillerød. Det koster 50 kr. om året.

## STYRK DIN KROP

Er du fyldt 65 år, og har du begyndende skavanker, vil "Styrk din krop" være et træningstilbud for dig. Træningen indeholder alsidig fysisk aktivitet af forskellig art. Der arbejdes med grundtræning, som både omfatter træning af styrke, balance og kondition. Selve træningen varer 1½ time, og hver gang sluttes der af med hyggeligt samvær over en kop kaffe.

### Hvor kan du henvende dig?

Træningen foregår mange forskellige steder i kommunen. Se mere på [www.frivilligcenter-hillerod.dk](http://www.frivilligcenter-hillerod.dk) eller henvend dig til Frivilligcentret:

Fredensvej 12 C, 3400 Hillerød

Telefon: 27 50 80 37

Mail: [epost@frivilligcenter-hillerod.dk](mailto:epost@frivilligcenter-hillerod.dk)

### Andre oplysninger

Træningen foregår fra september til april.

Senioridrætsinstruktørerne underviser frivilligt.

## BISIDDERORDNING

Bisidderordningen i Ældre Sagen Hillerød tilbyder at være bisidder sammen med dig ved møder med det offentlige eller andre steder, hvor to ekstra ører kan være en fordel for dig. Bisidderen kan lytte med, og efter mødet kan I sammen gennemgå, hvordan samtalen gik og hvad der blev talt om. Bisidderen kan være din sparringspartner og hjælpe dig med at få stillet de spørgsmål, som du havde tænkt på inden mødet, og som du måske glemmer at få stillet i situationen. Alle kan få hjælp fra en bisidder.

### Hvor kan du henvende dig?

Kontaktperson Susanne, mail: [sf@frivilligcenter-hillerod.dk](mailto:sf@frivilligcenter-hillerod.dk), telefon: 27 50 80 37.

### Andre oplysninger

Bisidderne har tavshedspligt og er alle frivillige og uddannet til opgaven gennem Ældre Sagen.

## ØKONOMISK RÅD OG VEJLEDNING

Har du behov for økonomisk råd og vejledning baseret på hjælp til selvhjælp, og i det hele taget store og små spørgsmål om din økonomi og budgetlægning, så kontakt *Økonomisk råd og vejledning* i Frivilligcenter Hillerød. Der tilbydes råd og vejledning inden for fx udregning af hvad, du har til rådighed, når dine faste udgifter er betalt. Det kan også være hjælp til at skabe overblik over din økonomi fx i forbindelse med skilsmisse, dødsfald, gæld eller ændrede pensionsforhold. Eller det kan være hjælp til at forstå og ændre årsopgørelse og forskudsopgørelse fra SKAT. Du kan også få hjælp til at formulere et brev til relevante personer eller myndigheder.

### **Hvor kan du henvende dig?**

Lav en aftale gennem Frivilligcentret.  
Frivilligcenter Hillerød, Fredensvej 12 C  
3400 Hillerød  
Telefon: 27 50 80 37  
Mail: [epost@frivilligcenter-hillerod.dk](mailto:epost@frivilligcenter-hillerod.dk)

### **Andre oplysninger**

Rådgiverne har tavshedspligt og er alle frivillige, der er eller har været ansat i et pengeinstitut, revisionsfirma eller er vant til at arbejde med økonomi.

## **LIVET MED DEMENS**

Alzheimerforeningen Hillerød skaber rammer om fællesskab og samvær for demensramte og pårørende og holder bl.a. – i samarbejde med Hillerød Kommune – demenscafé den anden torsdag i måneden kl. 14.30-17 i Café Slotsbio.

### **Hvor kan du henvende dig?**

Hvis du ønsker mere information eller at tilmelde dig et arrangement, kontakt formand for Alzheimerforeningen Edith Hansen på telefon 23 72 92 38 eller ring til en af demenskoordinatorerne i Hillerød Kommune på telefon 7232 8075 eller 7232 8032  
Mail: [alzheimer.hillerod@gmail.com](mailto:alzheimer.hillerod@gmail.com)



# REHABILITERINGSTILBUD OG TRÆNING

Hillerød Kommune har fokus på at støtte dig i at leve et så selvstændigt og aktivt liv som muligt. Det betyder bl.a., at kommunen støtter dig i at genvinde eller styrke dine færdigheder, hvis du mister noget af din funktionsevne, fx efter sygdom.

## AKTIV I DIN HVERDAG

I Hillerød Kommune er udgangspunktet, at hvis du selv kan overskue og mestre hverdagen, øger det din livskvalitet og giver dig en følelse af frihed. Derfor vil du blive tilbudt rehabilitering, når du søger om personlig pleje eller støtte til praktiske opgaver – ud fra en faglig vurdering af, om det kan have effekt for dig. Formålet er at støtte dig i at træne specifikke færdigheder, så du kan klare dig selv så selvstændigt som muligt i hverdagen, både når det gælder de praktiske opgaver og din personlige pleje.

Sammen med en sundhedsfaglig medarbejder finder I frem til, hvad du ønsker at opnå ved rehabiliteringen, fx selv at gå i bad, købe ind eller gøre rent. Træningen bliver tilrettelagt efter de mål, du arbejder hen imod. Ved træning bliver du evt. tilknyttet en ergoterapeut eller en fysioterapeut.

[Du kan læse om kommunens lovpligtige kvalitetsstandarder for rehabiliteringsforløbet "Aktiv i din hverdag" i del 3.](#)

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Visitation og Hjælpe midler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

[www.hillerod.dk/hjemmehjælp](http://www.hillerod.dk/hjemmehjælp)

Skriv digital post til Visitation og Hjælpe midler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

## VEDLIGEHOVDENDE TRÆNING

Du kan få støtte til vedligeholdende træning med det formål at bevare dine daglige hverdagsaktiviteter. Det kan fx være i forbindelse med din daglige pleje og støtte til de praktiske opgaver. Al bevægelse er træning, og det er vigtigt, at du bruger din krop i dagligdagen. Når du går ud med affaldsposen, fejer eller lægger tøj på plads, er du i fuld gang med at vedligeholde dine færdigheder og styrke din muskulatur. Du vil opleve, at medarbejderen inddrager dig i løsning af opgaverne. Hvis der er behov for mere støtte til vedligeholdende træning, kan dette foregå på hold en gang om ugen på Sundhedscentret, suppleret med superviseret selvtræning i hjemmet. Vedligeholdende træning er tidsbegrænset.

### Hvor kan du få oplysninger om tilbuddet?

Sundhedscentret

Træningssektionen

Milnersvej 37D, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 36 50

Skriv digital post til Træningssektionen via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### Andre oplysninger

Vedligeholdelse af dine færdigheder indgår som en naturlig del af alle indsatser i Hillerød Kommune.

## GENOPTRÆNING UDEN FORUDGÅENDE INDLÆGGELSE PÅ HOSPITAL

Hvis du gennem en periode har tabt funktioner, kan du få tilbudt træning til at genvinde dine kræfter, funktioner og færdigheder. Genoptræningen er et tidsbegrænset tilbud, som tilrettelægges ud fra en faglig vurdering, med henblik på, at du kan undgå vedvarende eller yderligere svækkelse. Du kan få bevilget genoptræning med en ergoterapeut, en fysioterapeut eller begge dele. Træningen vil foregå, hvor det er mest hensigtsmæssigt. Det kan være på Sundhedscentret, i nærmiljøet eller i dit hjem. Træningen kan både være individuel og på hold. Terapeuterne vil, sammen med dig, vurdere dine behov, sætte mål og lægge en plan for træningen, så du igen bliver mest mulig selvhjulpent.

[Du kan læse om kommunens lovpligtige kvalitetsstandarder i del 3.](#)

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Sundhedscentret

Træningssektionen

Milnersvej 37D, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 36 50

Skriv digital post til Træningssektionen via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

Det er bedst, at du beder om en henvisning fra din læge, for at sikre relevant indsats fra start i forløbet.

### Andre oplysninger

Der er mulighed for kørsel med delvis egenbetaling til holdtilbud. Der er ikke kørsel til individuel træning.

Hvis du har behov for individuel genoptræning, og du ikke kan transportere dig selv, vil genoptræningen foregå i dit eget hjem.

## GENOPTRÆNING EFTER UDSKRIVELSE FRA HOSPITAL

Hvis du har været indlagt på hospitalet, og hospitalet vurderer, at du har behov for genoptræning, vil hospitalet lave en genoptræningsplan, som med din tilladelse sendes til kommunen. Den kommunale genoptræning er tidsbegrænset og vil foregå, hvor det er mest hensigtsmæssigt. Det kan være på Sundhedscentret, i nærmiljøet eller i dit hjem.

Træningen kan både være individuel og på hold. Terapeuterne fra Hillerød Kommune vil, sammen med dig, vurdere dine behov, sætte mål og lægge en plan for træningen, så du igen bliver mest mulig selvhjulpent eller kan genvinde dine færdigheder.

[Du kan læse om kommunens lovpligtige kvalitetsstandarder i del 3.](#)

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Sundhedscentret

Træningssektionen

Milnersvej 37D, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 36 50

Skriv digital post til Træningssektionen via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### **Andre oplysninger**

Du og Hillerød Kommune modtager en genoptræningsplan, når hospitalet har vurderet, at der er behov for dette. Du vil høre fra os inden fire hverdage efter modtagelsen af planen. Du får tilbudt træning inden for 7 dage, medmindre andet er aftalt med hospitalet. Du får indkaldelsen skriftligt i din e-boks eller postomdelt.

Hvis du ikke selv kan komme til Sundhedscentret, kan du få bevilget kørsel. Hvis du ønsker genoptræning i en anden kommune, kan du søge om det. Kontakt den aktuelle kommune

## **VOKSNE MED ERHVERVET HJERNESKADE**

Er du blevet ramt af en hjerneskade og har du brug for koordinering af dine forløb i for eksempel Jobcenteret, Træningssektionen, Kommunikationscenteret, Socialfaglig Enhed eller Visitation og Hjælpemidler, er der mulighed for, at du kan blive tilknyttet en hjerneskadekoordinator.

Hjerneskadekoordinatoren kan hjælpe dig med at koordinere det kommende forløb i kommunen, når du har flere og sammensatte problemstillinger, der kræver en indsats fra flere forskellige faggrupper.

### **Hvor kan du søge om tilbuddet?**

Borgerservice

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Borger- og Socialservice via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### **Andre oplysninger**

Hillerød Kommune har et hjerneskadesamråd, der kan hjælpe, hvis der er behov for mere koordinering end hvad hjerneskadekoordinatoren har mulighed for.

# KRONISK SYGDOM

Hillerød Kommune har flere tilbud til dig, der lever med type 2 diabetes, KOL, hjertesygdom, kræft, ryglidelser eller osteoporose. De fleste af tilbuddene er en del af de nationale forløbsprogrammer, hvor Sundhedsstyrelsen formulerer relevante indsatser over for den givne kroniske sygdom. Tilbuddene tilrettelægges ud fra den enkeltes behov og koordineres tværsektorielt. Hvis du har en af de nævnte kroniske sygdomme, kan du blive henvist til et forløbsprogram af din egen læge eller en hospitalslæge.

## TYPE 2 DIABETES

Har du fået konstateret type 2 diabetes, kan du blive henvist til forløbsprogrammet. Dine pårørende kan deltage i dele af undervisningen. Formålet med forløbet er at styrke dig i at håndtere din sygdom, samt forebygge forværring og komplikationer til sygdommen. Forløbet starter med en afklarende samtale, hvor en sundhedsfaglig medarbejder sammen med dig lægger en plan for dit forløb. Forløbet består primært af undervisning og træning på hold, og der kan indgå kostvejledning, vejledning i mulighed for træning i lokalmiljøet samt rygestopkursus.

Hvis du har mange følgevirkninger af din diabetes, skal du følge sygehusets rehabiliteringsprogram, ligesom børn og gravide med diabetes henvises til de regionale diabetesambulatorier.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Tilbuddet kræver henvisning fra din egen læge eller hospitalsafdeling.

For oplysninger om, hvornår næste hold starter kontakt Træningssektionen i Sundhedscentret

Milnersvej 37D, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 36 50

Skriv digital post til Træningssektionen via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### Andre oplysninger

Tilbuddet er gratis. Du skal selv sørge for transport til og fra Sundhedscentret.

## KRONISK OBSTRUKTIV LUNGELIDELSE – KOL

Har du fået konstateret KOL, kan du blive henvist til forløbsprogrammet. Formålet med forløbet er at give dig inspiration og redskaber til at leve godt med KOL. Forløbet starter med en afklarende samtale, hvor en medarbejder sammen med dig lægger en plan for dit forløb. Forløbet består primært af undervisning og træning på hold og der kan indgå vejledning i mulighed for træning i lokalmiljøet, indtagelse af medicin rygestopkursus samt kostvejledning.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Tilbuddet kræver henvisning fra din egen læge eller hospitalsafdeling.

For oplysninger om, hvornår næste hold starter kontakt Træningssektionen i Sundhedscentret

Milnersvej 37D, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 36 50

Skriv digital post til Træningssektionen via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### Andre oplysninger

Tilbuddet er gratis. Du skal selv sørge for transport til og fra Sundhedscentret.

## HJERTESYGDOM

Har du fået konstateret hjertesygdom, kan du blive henvist til forløbsprogrammet i Hillerød kommune. Formålet med forløbet er at begrænse de fysiske, psykiske og sociale følger af sygdommen. Desuden sigter hjerterehabiliteringen mod at forbedre dit fysiske funktionsniveau, således at du kan fortsætte dit hverdagsliv som før. Forløbet starter med en afklarende samtale, hvor en medarbejder sammen med dig lægger en plan for dit forløb.

Forløbet foregår typisk på hold, og kan bestå af et undervisningsforløb, rygestopkursus, fysisk træning, kostvejledning og vejledning i forhold til dine daglige aktiviteter samt muligheder for motion i lokalområdet. Dine pårørende kan også deltage i undervisningen.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Tilbuddet kræver henvisning fra din egen læge eller hospitalsafdeling.

For oplysninger om, hvornår næste hold starter kontakt Træningssektionen i Sundhedscentret

Milnersvej 37D, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 36 50

Skriv digital post til Træningssektionen via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### Andre oplysninger

Tilbuddet er gratis. Du skal selv sørge for transport til og fra Sundhedscentret.

## KRÆFT-REHABILITERING

Har du fået konstateret en kræftsygdom, kan du få tilbudt et kræftrehabiliteringsforløb. Formålet med forløbet er, at du får støtte til at håndtere din kræftsygdom, så du kan få den bedst mulige livskvalitet. Forløbet starter med en afklarende samtale, hvor du sammen med sundhedsmedarbejderen lægger en plan for dit forløb. Efter behov kan du få flere tilbud, bl.a. fysisk træning, og vejledning i hverdagsaktiviteter samt kostvejledning og rygestop. Træningen foregår typisk på hold, men kan tilrettelægges individuelt efter behov.

Ved behov tilbydes en palliativ indsats.

Der er også mulighed for at deltage i et kursustilbud til kræftramte, "Kom godt videre", som er et tværkommunalt samarbejde med Kræftens Bekæmpelse, Hillerød, Allerød, Fredensborg og Hørsholm Kommune. "Kom godt videre" er et kursus om kræft, behandling, mad, søvn, trivsel og fysisk aktivitet.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Tilbuddet kræver henvisning fra din egen læge eller hospitalsafdeling.

For oplysninger om, hvornår næste hold starter kontakt Træningssektionen i Sundhedscentret

Milnersvej 37D, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 36 50

Skriv digital post til Træningssektionen via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### Andre oplysninger

Tilbuddet er gratis. Du skal selv sørge for transport til og fra Sundhedscentret.

## RYGLIDELSER

Har du en diagnosticeret ryglidelse, og der er risiko for, at du udvikler langvarige rygproblemer, kan du deltage i et rygforløb. Formålet er at hindre, at du udvikler kroniske rygproblemer. Forløbet består af et udrednings- og behandlingsforløb, som har særligt fokus på din tilknytning til arbejdsmarkedet. Tilbuddet er til dig, der oplever længerevarende rygsmerter (mere end 12 uger) eller har særlige behov på grund af psykosociale faktorer. Forløbet starter med en afklarende samtale og en individuel undersøgelse, hvor en sundhedsfaglig medarbejder sammen med dig lægger en plan for dit forløb. Forløbet kan blandt andet bestå af kostvejledning, rygestopkursus og teknikker til smertemestring.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Tilbuddet kræver henvisning fra din egen læge, speciallæge eller hospitalsafdeling.

For oplysninger om, hvornår næste hold starter kontakt Træningssektionen i Sundhedscentret

Milnersvej 37D, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 36 50

Skriv digital post til Træningssektionen via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### Andre oplysninger

Tilbuddet er gratis. Du skal selv sørge for transport til og fra Sundhedscentret.

Hvis du har smerter i bryst eller nakke, er dette tilbud ikke for dig.

## OSTEOPOROSE

Har du fået konstateret osteoporose eller osteopeni, kan du deltage på Hillerød Kommunes osteoporoseskole. Her bliver du tilbudt viden om, hvordan du bedst muligt tager hånd om din sygdom. På kurset vil du blandt andet få viden om symptomer og behandling, ergonomi, knoglevenlig kost og om at forebygge brud. Forløbet er en blanding af undervisning og træning. Indholdet består af faldforebyggelse, oplysning om knoglevenlig kost, træning, vejledning om motionsmuligheder i nærområdet, mulighed for rygestopkursus samt teknikker til smertehåndtering.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Tilbuddet kræver henvisning fra din egen læge eller hospitalsafdeling.

For oplysninger om, hvornår næste hold starter kontakt Træningssektionen i Sundhedscentret

Milnersvej 37D, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 36 50

Skriv digital post til Træningssektionen via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### Andre oplysninger

Tilbuddet er gratis. Du skal selv sørge for transport til og fra Sundhedscentret.

Du skal kunne gå og kunne komme op og ned fra gulvet uden brug af hjælpemidler.

# KØRSEL OG LEDSAGELSE

Hillerød Kommune vil gerne sikre, at du kan komme omkring og blive ved med at være i kontakt med omverden, når du har en funktionsnedsættelse. Der er forskellige muligheder, der afhænger af dit behov.

## FLEXTUR

Flexitur er en kørselsordning for alle i Hillerød Kommune og et supplement til den almindelige kollektive trafik. Du kan blive hentet ved din kantsten og kørt til din aktivitet, hvad enten det er en hobby, et besøg, indkøb eller noget andet. Aktivitetens bestemmelsessted skal enten være i Hillerød eller i en anden kommune, som er tilmeldt Flexitur-ordningen.

Kørslen foregår på alle årets dage og i tidsrummet 6-23. Flexitur køres af personvogne og liftvogne. Nogle gange er det en taxa, men da Flexitur er kollektiv trafik, vil du ofte køre sammen med andre, som også har bestilt kørsel. Du betaler kun for den direkte afstand mellem dine destinationer.

Det er muligt at medbringe et hjælpemiddel, hvis du oplyser om det ved bestilling.

### Hvor kan du henvende dig?

Du skal henvende dig til Movia og bestille kørslen. Det kan ske online via Movias hjemmeside [www.moviatrafik.dk](http://www.moviatrafik.dk) eller på telefon 7026 2727.

### Andre oplysninger

Prisen pr. tur er i grundtakst 45 kr. for max. 10 km i Hillerød Kommune. Se øvrige priser på Movias hjemmeside, fx for ekstra kilometer og kørsel til andre kommuner. Børn under 16 år koster det halve og klapvogne og barnevogne kan medbringes, hvis du oplyser om det. Skal barnet sidde i autostol eller på siddepude, skal du selv medbringe det.

## KØRSEL TIL EGEN LÆGE OG NÆRMESTE SPECIALLÆGE

Hvis du er pensionist og ikke kan bruge offentlige transportmidler, kan du bestille transport til egen læge eller nærmeste speciallæge med Movia Flextrafik. Tilbuddet henvender sig til dig, hvis du er folke- eller førtidspensionist og er gruppe 1-sikret hos Sygesikring Danmark.

Der er tale om en samordnet kørsel. Det betyder, at du kan risikere op til 45 minutters ventetid, inden du bliver hentet, at du skal forvente at køre sammen med andre, og at køreturen kan blive længere og tage længere tid end den direkte vej.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Du skal bestille transporten ved at ringe til Borgerservice.

Borgerservice

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

### Andre oplysninger

Du skal bestille transporten tidligst 14 dage før og senest to timer før tiden med lægen. Hillerød Kommune tilbyder ikke ledsagelse i forbindelse med kørslen.

Ved konsultation på hospitaler skal kørsel aftales i afdelingen på hospitalet.

## FLEXHANDICAP

Flexhandicap er et tilbud til dig, der er svært bevægelseshæmmet, blind eller stærkt svagsynet og ikke kan benytte den almindelige kollektive trafik. Flexhandicap er en fritidskørselsordning gennem Movia, der sikrer, at du får samme tilbud som alle andre, selvom du ikke kan benytte almindelige busser og tog. Det kan for eksempel være besøg hos familie og venner, indkøb og kulturelle aktiviteter. Det kan også være kørsel til behandlingstilbud, fx træning eller tandlæge m.fl. Kørselsordningen dækker hele Movias område, det vil sige hele Sjælland, Lolland, Falster og Møn samt de brofaste øer. Kørslen foregår på alle årets dage og hele døgnet. Tilbuddet omfatter ikke kørsel med ledsager.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Hent ansøgningsskema på Movias hjemmeside og send det udfyldt med digital post til Hillerød Kommune.

### Andre oplysninger

Som bruger af flexhandicap kan du køre 104 enkeltture i perioden 1. januar til 31. december. Prisen for en tur beregnes ud fra den kortest mulige rute. Hvis du har brug for at køre mere end 104 ture eller har brug for ledsager, skal du hente et ansøgningsskema om tillæg til flexhandicap på Movias hjemmeside og sende det til os. Læs evt. mere på [www.moviatrafik.dk](http://www.moviatrafik.dk).

## HANDICAPBIL

Hvis du selv eller dit barn eller plejebarn har kørselsbehov, som ikke kan løses ved andre ordninger end en bil, kan du søge økonomisk støtte til en handicapbil. Du kan søge støtte, hvis du selv eller dit barn eller plejebarn har en varig nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne. Du eller dit barn eller plejebarn skal have aktiviteter uden for hjemmet, som medfører et betydeligt behov for kørsel med bil. Du får støtten som et lån med en afdragspligtig og en afdragsfri del. Lånet afvikles over 8 år. Du kan også søge om at få en særlig indretning af din bil og om afgiftsfritagelse til din egen bil.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Visitation og Hjælpe midler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Visitation og Hjælpe midler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

Du kan også finde et ansøgningsskema på kommunens hjemmeside: [www.hillerod.dk/hjaelpemidler](http://www.hillerod.dk/hjaelpemidler)

## KONTAKTPERSON TIL DØVBLINDE

Hvis du er funktionelt døvblind, kan du få en kontaktperson, hvis du ønsker det.

Formålet med indsatsen er at give dig mulighed for støtte, som kan være med til at bryde isolation og bidrage til, at du kan leve et så normalt liv som muligt. Kontaktpersonen skal fungere som bindeled mellem dig og dine omgivelser, bl.a. myndigheder. En kontaktperson kan fx ledsage dig til aktiviteter, eller hjælpe dig med at læse breve højt og formidle kontakt til fx din læge eller hospitalet.



**Hvor kan du søge om tilbuddet?**

Visitation og Hjælpemidler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Visitation og Hjælpemidler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

# DEMENS

Hillerød Kommune er en demensvenlig kommune. Det er din egen læge i samarbejde med speciallæger fra hukommelsesklinikken, der stiller demensdiagnosen. Har du demens eller symptomer på demens, har Hillerød Kommune selv og i samarbejde med lokale foreninger en række tilbud til dig og dine pårørende. Det kan være råd og vejledning i forhold til at leve med en demenssygdom, pårørendegrupper, aktivitetstilbud, træning og særligt indrettede boliger. Det kan også være mulighed for aflastning for pårørende til mennesker med demens.

Du kan læse om de aktuelle tilbud på kommunens hjemmeside på [www.hillerod.dk/demens](http://www.hillerod.dk/demens)

Nogle af tilbuddene kan du se i dette afsnit, andre vil du finde i andre afsnit i kataloget, fx under "Aktivitetstilbud", "Afløsning og Aflastning af pårørende" "Boligindretning, Ældre- og plejeboliger" og "Midlertidigt ophold".

## DEMENSVEJLEDNING

Har du fået diagnosticeret en demenssygdom eller har du symptomer på demens, kan demenskoordinatorerne give dig og dine pårørende information og vejledning. Vejledningen kan ske telefonisk og ved hjemmebesøg. Tilbuddet er til dig, der bor i egen bolig, også hvis du bor i en plejebolig. Demenskoordinatorerne samarbejder med øvrige parter i sundhedsvæsenet, og koordinerer en sammenhængende indsats efter dit ønske.

Formålet med vejledningen er at sikre, at du og din pårørende får relevant information og vejledning om kommunens tilbud og tilbud i foreningslivet, der støtter op om livet med en demenssygdom. Vejledningen kan også betyde, at demenssygdommen bliver opdaget tidligt og udredt, så du får kontakt til relevante instanser.

Hvis du ikke har pårørende og derfor ikke har nogen, der kan følge dig til udredning og opfølgning på demens, kan en medarbejder i Hillerød Kommune følge med dig til læge eller hukommelsesklinik.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Demensvejledning kræver ikke henvisning.

Demenskoordinatorerne

Milnersvej 37D, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 80 32 (hvis du bor i eget hjem)

Telefon: 72 32 80 75 (hvis du bor i eget hjem)

Telefon: 72 32 34 19 (hvis du bor på plejehjem)

Skriv digital post til Ældre og Sundhed via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

Hvis du vil søge om at få en medarbejder med til læge eller hukommelsesklinik, skal du henvende dig til:

Visitation og Hjælpe midler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Visitation og Hjælpe midler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

## DEMENSVENLIGT NORDSJÆLLAND

Hillerød kommune indgår i et samarbejde med syv andre nordsjællandske kommuner om at skabe et mere demensvenligt lokalsamfund, bl.a. ved at udbrede viden om livet med demens og ved at skabe meningsfulde fællesskaber for mennesker med demens og deres familier.

Tilbud under Demensvenligt Nordsjælland udbydes til borgere på tværs af kommunerne og er placeret geografisk spredt i Nordsjælland. Det omfatter blandt andet pårørendekursus, undervisning for foreninger og erhvervslivet, netværksgrupper og aktiviteter for yngre med demens. Find oplysninger om de enkelte tilbud på Hillerød Kommunes hjemmeside [www.hillerod.dk/demens](http://www.hillerod.dk/demens)

### **Hvor kan du søge om tilbuddet?**

Tilbuddene under Demensvenligt Nordsjælland kræver ikke henvisning.

Henvend dig til demenskoordinatorerne

Milnersvej 37D, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 80 32 (hvis du bor i eget hjem)

Telefon: 72 32 80 75 (hvis du bor i eget hjem)

Telefon: 72 32 34 19 (hvis du bor på plejehjem)

Skriv digital post til Ældre og Sundhed via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

# AFLØSNING OG AFLASTNING AF PÅRØRENDE, DAGOPHOLD OG DØGNOPHOLD

Hvis du er pårørende til en, der er syg, og din tilstedeværelse er påkrævet døgnet rundt, for at din syge ægtefælle/samboer fortsat kan bo hjemme, kan du fra tid til anden have brug for at blive aflastet. Nedenfor kan du læse lidt om de muligheder, der er i Hillerød Kommune.

## SAMVÆR MED DEMENTE ELLER SVAGE ÆLDRE I EGET HJEM SOM AFLØSNING AF PÅRØRENDE

Hvis din ægtefælle eller samboende ikke kan være alene, fordi han eller hun har en demenssygdom eller et nedsat alment funktionsniveau, og hvis du som pårørende har behov for afløsning, mens du er væk, kan I søge om samvær. I kan søge om op til 10 timer inden for to måneder. Timerne kan opdeles eller bruges samlet inden for de to måneder. Samvær betyder, at en medarbejder kommer hjem til jer og er sammen med din ægtefælle eller samboende, mens du er væk fra hjemmet.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Visitation og Hjælpe midler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Visitation og Hjælpe midler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### Andre oplysninger

Indsatsen har til formål at give dig som pårørende mulighed for at deltage i aktiviteter uden for hjemmet.

Indsatsen kan tilbydes alle ugens dage i tidsrummet mellem kl. 7 og 23.30.

## AFLØSNING

Hillerød Kommune afløser dig som ægtefælle, forældre eller anden nær pårørende i husstanden, hvis du passer en person med nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne. Du kan søge om afløsning, hvis du er pårørende til én, der har et væsentligt plejebehov, og det er dig, der helt eller stort set varetager dette behov. Formålet er, at du selv har mulighed for at fortsætte med at pleje og passe din pårørende i hjemmet. Afløsning kan foregå ved, at der visiteres til rengøring og til vasketøjsordning for den person, du passer.

### **Hvor kan du søge om tilbuddet?**

Visitation og Hjælpe midler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Visitation og Hjælpe midler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

## **DAGOPHOLD**

Hvis du bor sammen med én, der har en demenssygdom eller en anden form for væsentlig funktionsnedsættelse, kan du søge om dagophold til din samboende.

Det kan enten være fordi din samboende har behov for socialt samvær med andre, eller fordi du som pårørende har brug for aflastning, fx når din sambo ikke kan være alene i hverdagen, mens du selv er væk.

Dagophold foregår i hverdagene i dagtimerne.

Dagophold indeholder fx vedligeholdelse af deltagernes færdigheder, hukommelsestræning, aktiviteter og socialt samvær, udflugter, gåture og motion. Det foregår i mindre grupper.

Der er tilbud om dagophold på Bauneparken i Havestuen samt i Skovkilden i Skovhuset. For yngre borgere med demens er der mulighed for dagophold i Bakkehus i Kagerup.

### **Hvor kan du søge om tilbuddet?**

Visitation og Hjælpe midler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Visitation og Hjælpe midler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### **Andre oplysninger**

Der er mulighed for transport til dagcentre med delvis brugerbetaling

## **DØGNOPHOLD**

Hvis du bor sammen med én, der har en demenssygdom eller en anden form for væsentlig funktionsnedsættelse, kan vi tilbyde døgnophold til din samboende, hvis du har brug for aflastning. I kan som udgangspunkt højst have 3 ugers døgnophold i form af aflastning i et kalenderår.

### **Hvor kan du søge om tilbuddet?**

Visitation og Hjælpe midler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Visitation og Hjælpe midler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### **Andre oplysninger**

Døgnophold i form af aflastning tilbydes på Sophienborg plejehjem.

Du skal selv sørge for transport til og fra Sophienborg plejehjem.

Der er brugerbetaling på 173 kr. pr. døgn for vasketøj, rengøring og mad (2024).

# PASNING OG PLEJE AF DØENDE

Hillerød Kommune vil gerne støtte dig og dine nærmeste pårørende, så den sidste levetid bliver så god som muligt. Her kan du se nogle af de muligheder, der er for at få støtte. Der er også beskrevet flere muligheder i andre afsnit i kataloget, fx under "Afløsning og Aflastning af pårørende" og "Midlertidigt ophold".

## VÅGETJENESTE

Hvis du eller din pårørende er døende og gerne vil have en person i nærheden, har du mulighed for at få en aftale med en frivillig fra Røde Kors, der kan våge i dit hjem. Det er Palliativt Team, der vurderer, om du er omfattet af tilbuddet og som kontakter Røde Kors. Hvis du bor på plejehjem, er det personalet, der kan kontakte Røde Kors ved behov for vågetjeneste. Røde Kors vil finde en frivillig vågeperson, der kan være sammen med dig. Det er også muligt at få vågetjeneste gennem Hillerød Kommune, hvis du er tilknyttet Hjemmeplejen eller bor på plejehjem. Behovet og muligheden afklares med det daglige personale.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Det palliative Team på Nordsjællands Hospital  
Telefon 48 29 53 55

## PLEJEVEDERLAG

Hvis du er pårørende til en uhelbredeligt syg og døende, der ønsker at dø hjemme, har du mulighed for at søge plejeorlov hos din arbejdsgiver og modtage plejevederlag fra kommunen. Bevilling af plejevederlag forudsætter, at den døende opholder sig i sit eget eller i en nærtståendes hjem.

Plejevederlaget kan afhænge af dine indtægtsforhold, og kan ikke overstige din hidtidige indtægt. Beløbet svarer til 1,5 gange det sygedagpengebeløb, som du har ret til ved sygdom.

Under plejeforløbet er det samtidig muligt for den døende at få den nødvendige støtte i form af hjemmepleje og hjemmesygepleje.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Visitation og Hjælpe midler  
Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød  
Telefon: 72 32 00 00  
Skriv digital post til Visitation og Hjælpe midler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### **Andre oplysninger**

Det er nødvendigt med en erklæring fra læge eller hospital om, at din pårørende er uhelbredeligt syg eller døende (en terminalerklæring).

Der kan ikke bevilges plejevederlag, hvis den døende er indlagt eller opholder sig på hospice, på en midlertidig plads eller i en plejebolig.

Der kan samtidig med plejevederlag ydes støtte til sygeplejeartikler og lignede.

## **STØTTE TIL BORGERE MED HASTIGT FREMADSKRIDENDE SYGDOM**

Hvis du har en hastigt fremadskridende sygdom, kan du søge om støtte med det samme til personlig pleje, praktiske opgaver, hjælpemidler, boligindretning og ledsagerordning. Du får tildelt et fast beløb på 39.750 kr., og kan sammensætte den kombination af hjælp og støtte, du ønsker, inden for beløbet.

### **Hvor kan du søge om tilbuddet?**

Visitation og Hjælpemidler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Visitation og Hjælpemidler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### **Andre oplysninger**

For at få tildelt støtten skal du have en hurtigt fremadskridende sygdom, og bl.a. have fået vurderet en væsentligt kortere levetid, dine funktionstab kan ikke genvindes, og din livssituation vil ændre dig, så du får øget behov for hjælp og støtte.

# SYGEPLEJE

Du kan modtage sygepleje gennem Hillerød Kommune, hvis du har behov for pleje og behandling ved akut eller kronisk sygdom, eller hvis du har et vanskeligt sygdomsforløb. Du kan modtage sygepleje, hvis din egen læge eller hospitalet ordinerer det. Hvis du allerede modtager hjemmepleje og der opstår et behov for sygepleje, kan kontakten til Sygeplejen etableres via dem. Som udgangspunkt modtager du sygepleje i kommunens sygeplejeklinik Du skal selv sørge for transport til og fra klinikken. Sygeplejen kan bestå af bl.a. sårpleje, medicinadministration, kontinensbehandling, sondeernæring, væskebehandling og palliativ pleje. Sygeplejen tilbyder åben telefonkonsultation, sygepleje i klinik og sygepleje i din egen bolig. Endvidere har vi et døgnbemandet akutteam.

## ÅBEN TELEFONKONSULTATION

Som borger i Hillerød Kommune har du mulighed for at henvende dig direkte til sygeplejersken ved sundhedsproblemer eller spørgsmål. Du kan kontakte sygeplejersken via telefonkonsultationen.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Du kan ringe mandag til fredag kl. 9-10 og 13-14. Den åbne telefonkonsultation er lukket på helligdage.  
Telefon: 72 32 62 20

## SYGEPLEJE PÅ KLINIK

Sygepleje leveres i udgangspunktet på klinik. Hvis du ikke er i stand til at komme til klinikken, kan sygeplejen leveres i dit hjem. Som udgangspunkt kan alle sygeplejefaglige behandlinger tilbydes på klinikken.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Sygepleje skal som udgangspunkt ordineres af din læge eller hospitalet. Modtager du hjemmepleje kan du henvende dig til hjemmeplejen eller til Sygeplejeklinik  
Milnersvej 41C, 3400 Hillerød  
Telefon: 72 32 62 20. Du kan ringe mandag til fredag kl. 9-10 og 13-14. Der er lukket på helligdage.

### Andre oplysninger

Sygepleje er gratis. Der kan være udgifter for dig til fx sårplejemidler og doseringsæsker.

## SYGEPLEJE VIA SKÆRM

Sygeplejersken kan vurdere, om det vil være hensigtsmæssigt for dig, at du får sygepleje via skærm. Der er mulighed for at blive tilbudt skærm besøg fra starten af forløbet, eller det kan blive aktuelt senere. Det vil sygeplejersken løbende vurdere.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Sygepleje skal som udgangspunkt ordineres af din læge eller hospitalet. Modtager du hjemmepleje kan du henvende dig til hjemmeplejen eller til



Sygeplejeklinik

Milnersvej 41C, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 62 20. Du kan ringe mandag til fredag kl. 9-10 og 13-14. Der er lukket på helligdage.

## SYGEPLEJE I EGEN BOLIG

Hvis sygeplejen vurderede, at du ikke er i stand til at komme til klinikken, da behandlingen startede, vil du modtage sygepleje hjemme hos dig selv. Bor du i plejebolig, vil der være sygepleje tilknyttet til plejehjemmet.

Behandlingen og hvor den foregår bliver løbende revurderet.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Sygepleje skal som udgangspunkt ordineres af din læge eller hospitalet. Modtager du hjemmepleje, kan du henvende dig til dem eller til

Sygeplejen

Milnersvej 41C, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 62 20.

Der er telefontid mandag til fredag kl. 9-10 og 13-14.

Bor du i plejebolig, vil medarbejderne på stedet hjælpe dig.

## AKUTTEAM

Akutteamet i Hillerød kommune samarbejder med egen læge, speciallæger, hospitaler, hjemmepleje og plejehjemmene, og bistår med sygeplejefaglig vurdering og akut sygepleje.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Henvendelse skal ske gennem din egen læge, hospital eller gennem medarbejdere i Hillerød Kommune.

### Andre oplysninger

Akutteamet består af sygeplejersker med erfaring fra akutområdet.

## DOSISPAKKET MEDICIN

Hvis du har problemer med selv at dosere din medicin korrekt, kan du tale med din læge om muligheden for at få dosispakket din medicin på apoteket. Apotekerne doserer medicinen til 2 uger ad gangen. Derfor skal din medicinering være stabil.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Du skal henvende dig til din egen læge.

### Andre oplysninger

Det er en lægelig ordination at få dosispakket medicin. Der kan være egenbetaling for at få medicinen dosispakket og bragt.

# PERSONLIG PLEJE OG OMSORG

Hillerød Kommune vil støtte dig i at kunne klare mest muligt selv i din hverdag. Hvis du ikke længere kan klare din personlige pleje, kan du søge om støtte til det. En sagsbehandler fra Visitation og Hjælpemidler vil i samarbejde med dig og evt. dine pårørende vurdere, om du gennem et kort forløb, hvor du får rådgivning og træner, igen vil kunne klare din personlige pleje helt eller delvist. Hvis det er tilfældet, sættes et "Aktiv i din hverdag"-rehabiliteringsforløb i gang, hvor du, sammen med en sundhedsmedarbejder, sætter mål, og arbejder på at nå dem. Forløbet kører over en tidsafgrænset periode, og består fx af træning, så du igen selv kan gå i bad eller klare toiletbesøg, men der kan også være andre mål, som du ønsker at nå. Som et led i forløbet får du den støtte og hjælp til personlig pleje, du har brug for.

I slutningen af forløbet vurderer du sammen med en sundhedsmedarbejder, om du har nået målene. En sagsbehandler fra Visitation og Hjælpemidler tager med udgangspunkt i denne vurdering stilling til, hvilken form for støtte og hvilke hjælpemidler, du eventuelt har brug for.

[Du kan læse mere om de lovpligtige kvalitetsstandarder i del 3.](#)

## STØTTE TIL PERSONLIG PLEJE

Støtte til personlig pleje kan fx være støtte til at blive vasket eller komme i bad, tage tøj af og på, mundpleje og toiletbesøg. Typisk vil du få hjælp til personlig pleje dagligt. Har du brug for hjælp til bad og hårvask, vil du dog som hovedregel få hjælp til det én til to gange om ugen. Du kan modtage personlig pleje hele døgnet afhængig af dine behov. Plejen tilrettelægges i tæt samarbejde med dig og med respekt for dine ønsker.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Visitation og Hjælpemidler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Visitation og Hjælpemidler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

Hvis du bor på plejehjem, aftaler du i dialog med personalet, hvordan dine behov bedst varetages.

## OMSORGSTANDPLEJE

Hillerød Kommune tilbyder dig omsorgstandpleje, hvis du har fysisk eller psykisk nedsat funktionsevne og kun vanskeligt kan benytte det almindelige tandplejetilbud..

Tandplejen foregår hovedsagelig i tandplejens bus. Hjemmeboende, som ikke kan komme til tandplejebussen, får besøg af tandplejepersonalet i eget hjem.

Omsorgstandpleje omfatter undersøgelse og behandling af tænder og proteser, fx tandrensning, fyldninger, protesekorrektioner og forebyggelse af huller i tænderne og andre lidelser i munden. Behandlingerne tager primært sigte på at afhjælpe og forebygge smerter og andre gener, og at vedligeholde en acceptabel tyggefunktion. .

Omsorgstandplejen underviser og vejleder også plejepersonale i at varetage daglig mundhygiejne.

### **Hvor kan du søge om tilbuddet?**

Bor du i en plejebolig, kan plejepersonalet hjælpe med tilmelding. Bor du i egen bolig, kan du henvende dig til din hjemmehjælpsleverandør eller kontakte

Visitation og Hjælpemidler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Visitation og Hjælpemidler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

Din praktiserende tandlæge eller læge kan også henvise dig til omsorgstandpleje.

### **Andre oplysninger**

Se evt. mere om tilbuddet på [www.tandplejenhillerod.dk/omsorgstandpleje](http://www.tandplejenhillerod.dk/omsorgstandpleje)

Prisen for omsorgstandpleje er 570 kr. om året (2024). Betaling sker efter dit første besøg i Omsorgstandplejen via månedlige opkrævninger.

## **PASNING AF NÆRTSTÅENDE**

Er du pårørende til én med et varigt handicap eller en kronisk eller langvarig sygdom, der har behov for omfattende hjælp og pleje, kan du i en afgrænset periode blive ansat af kommunen til at passe dit familiemedlem hjemme. Med "langvarig" forstås lidelser, der forventes at vare et år eller mere.

Ansættelsesperioden vil som regel kunne vare i op til seks måneder – eventuelt fordelt på flere perioder. Det er en betingelse for ansættelsen, at du i forvejen har tilknytning til arbejdsmarkedet. I perioden bliver du ansat af Hillerød Kommune.

### **Hvor kan du søge om tilbuddet?**

Visitation og Hjælpemidler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Visitation og Hjælpemidler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### **Andre oplysninger**

Betingelserne for bevilling er, at alternativet til pasning er et døgnophold uden for hjemmet, eller at plejebehovet svarer til et fuldtidsarbejde.

# STØTTE TIL PRAKTISKE OPGAVER

Hillerød Kommune vil gerne støtte dig i at kunne klare mest muligt selv i din hverdag. Hvis du oplever, at du ikke længere kan klare praktiske opgaver, kan du søge kommunen om støtte til fx rengøring, tøjvask og indkøb. Sagsbehandleren i Visitation og Hjælpemidler vil i samarbejde med dig og evt. dine pårørende vurdere, om du ved en anderledes tilrettelæggelse af opgaverne vil kunne klare dig selv. Eller om du med en kommunal indsats fx med et hjælpemiddel eller et kort forløb med støtte, træning og rådgivning igen kan blive i stand til at klare dig selv helt eller delvist. Hvis det er tilfældet, sættes et rehabiliteringsforløb "Aktiv i din hverdag" i gang, hvor du i samarbejde med en sundhedsmedarbejder sætter mål og arbejder på at nå dem. Forløbet kører over en tidsafgrænset periode. I slutningen af forløbet vurderer du, sammen med en sundhedsmedarbejder, om du har nået målene. En sagsbehandler fra Visitation og Hjælpemidler tager, med udgangspunkt i denne vurdering, stilling til, hvilken støtte og hvilke hjælpemidler, du eventuelt har brug for.

Kommunen vil løbende vurdere, om du fortsat har behov for træning eller støtte til praktiske opgaver, og om det er det rigtige tilbud, du får. Hjemmeplejen tilstræber, at du får støtte af en fast gruppe af medarbejdere.

Når du søger om støtte til praktiske opgaver, er det din samlede husstands ressourcer, der bliver vurderet. Hvis du fx bor sammen med din ægtefælle, vil sagsbehandleren derfor også se på, om han eller hun kan varetage opgaven.

## STØTTE TIL RENGØRING

Du kan som udgangspunkt få støtte til almindelig vedligeholdende rengøring. Denne rengøring afgrænses til de daglige opholdsrum svarende til en bolig med stue, soveværelse, køkken, badeværelse og entré (ca. 65 m<sup>2</sup>). Du skal selv deltage aktivt med alt det, du kan og med de rette og forsvarlige arbejdsredskaber. Med andre rengøringsredskaber, herunder velfærdsteknologiske rengøringsredskaber som robotstøvsuger, robotgulvasker og bordopvaskemine, og ved at dele opgaven op og tilrettelægge den på en anden måde, kan du måske igen selv klare det. Hvis du bor i plejebolig, vil medarbejderne være behjælpelige med rengøring.

Rengøring kan omfatte støtte til at:

- Skifte sengetøj
- Tørre støv af på frie flader, fx reoler, vindueskarme og lignende
- Vaske gulv i stue, entré, soveværelse, badeværelse og køkken
- Rengøre toilet og håndvask
- Aftørre køkkenlåger, borde og køleskab
- Støvsuge tæpper, gulve og møbler, du bruger ofte
- Rydde op

[Du kan læse om kommunens lovpligtige kvalitetsstandarder om rengøring i del 3.](#)

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Bor du i egen bolig skal du henvende dig til

Visitation og Hjælpemidler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Visitation og Hjælpemidler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)  
Send elektronisk ansøgning via hjemmesiden: [www.hillerod.dk/hjemmehjælp](http://www.hillerod.dk/hjemmehjælp)

### Andre oplysninger

Støtte til rengøring foregår på hverdage mellem kl. 8 og 17. Du kan som hovedregel få støtte til rengøring hver 3. uge.

Hvis du skal bruge en robotstøvsuger, robotgulvasker eller bordopvaskemaskine eller andre teknologiske rengøringsredskaber, der kan købes i almindelig handel, skal du selv købe eller leje dem. Det er også muligt at søge om kækning af udgifterne til de teknologiske rengøringsredskaber via forskellige fonde.

Bor du i plejebolig, skal du henvende dig til medarbejderne på dit plejehjem.

## STØTTE TIL TØJVASK

Hvis du ikke selv kan vaske dit tøj, har du mulighed for at blive visiteret til en tøjvaskeordning. Ordningen indebærer, at du får afhentet vasketøj på din bopælsadresse. Dit tøj vil blive sorteret, vasket og tørret efter vaskeanvisningen. Du kan som hovedregel få støtte til tøjvask hver anden uge. Ordningen omfatter som udgangspunkt 8 kg vasketøj pr. gang. Tøjet vil blive leveret til dig ugen efter, at det er afhentet. Hvis du har behov for det, kan du få støtte til at klargøre vasketøjet til afhentning eller til at få lagt det rene tøj på plads. I et rehabiliteringsforløb "Aktiv i din hverdag" kan du blive trænet i at klare din tøjvask i egen vaskemaskine eller vaskekælder. Bor du i plejebolig, vil dit tøj blive vasket efter behov.

[Du kan læse mere om kommunens lovpligtige kvalitetsstandarder om tøjvask i del 3.](#)

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Bor du i egen bolig, skal du henvende dig til

Visitation og Hjælpemidler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Visitation og Hjælpemidler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### Andre oplysninger

Der er en egenbetaling for tøjvaskeordningen på 130 kr. pr. måned (2024). Beløbet dækker de udgifter, du ellers ville have ved at vaske hjemme. Vask i hånden og strygning af linned indgår ikke i indsatsen.

Bor du i plejebolig skal du henvende dig til medarbejderne på dit plejehjem. I plejeboliger indgår tøjvask som en naturlig del af servicepakken.

## STØTTE TIL INDKØB

Du kan søge om en indkøbsordning hvis:

- du ikke selv kan bestille varer over internettet
- du ikke selv kan ringe til en leverandør af dagligvarer
- du ikke selv kan sætte dine varer på plads

Ordningen indebærer, at du bestiller varer hos en af kommunens valgte indkøbsleverandører, som leverer varerne på din bopæl. Varerne leveres én gang om ugen fra mandag til fredag i tidsrummet 8-18, og du vil på forhånd blive

oplyst om, hvilken dag og hvornår på dagen varerne kommer. Du kan i udgangspunktet få leveret indkøb en gang om ugen, men hvis du kun har behov for levering hver 2. uge, aftales dette. Har du udelukkende behov for at få leveret tunge varer, kan du få det én gang om måneden. I et rehabiliteringsforløb "Aktiv i din hverdag" kan du evt. få støtte til at lære at bestille varer via internettet eller telefonen. Du kan også blive trænet i at gå ud og handle i en fysisk butik. Hvis du bor i plejebolig, vil medarbejderne være behjælpelige med dit behov for indkøb.

[Du kan læse kommunens lovmæssige kvalitetsstandarder for indkøbsordning i del 3.](#)

### **Hvor kan du søge om tilbuddet?**

Bor du i egen bolig skal du henvende dig til

Visitation og Hjælpemidler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

[www.hillerod.dk/hjemmehjælp](http://www.hillerod.dk/hjemmehjælp)

Skriv digital post til Visitation og Hjælpemidler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### **Andre oplysninger**

Der er egenbetaling for indkøbsordningen på 20 kr. pr. levering (2024).

Hvis du af psykiske eller sociale årsager ikke kan bruge indkøbsordningen, kan du søge om individuelt indkøb ved hjælper.

Bor du i plejebolig, skal du henvende dig til medarbejderne på dit plejehjem.

## **HVERDAGENS AKTIVITETER**

Du har mulighed for at søge om støtte til hverdagens aktiviteter, hvis du fx ikke selv kan skrive din madseddel til madordningen eller har brug for at få læst et brev op fra fx kommunen eller din bank.

[Du kan læse om kommunens lovpligtige kvalitetsstandarder for støtte til personlige og administrative opgaver i del 3.](#)

### **Hvor kan du søge om tilbuddet?**

Bor du i egen bolig skal du henvende dig til

Visitation og Hjælpemidler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

[www.hillerod.dk/hjemmehjælp](http://www.hillerod.dk/hjemmehjælp)

Skriv digital post til Visitation og Hjælpemidler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### **Andre oplysninger**

Der ydes ikke hjælp til opgaver af socialpædagogisk karakter.

Hvis du bor på plejehjem, aftaler du i dialog med personalet, hvordan dine behov bedst varetages.

# MAD OG MÅLTIDER

Hillerød Kommune kan tilbyde dig hjælp og støtte til mad og måltider, hvis du eksempelvis ikke selv kan tilberede dine måltider. Hvilke tilbud, du kan få, afhænger af, hvad du selv kan klare, og hvad andre i dit hjem kan hjælpe dig med.

Igennem et rehabiliteringsforløb "Aktiv i din hverdag" kan du få støtte til at tilrettelægge opgaven anderledes og afprøve forskellige hjælpemidler, således at du igen selv vil kunne varetage opgaven.

[Du kan læse mere om kommunens lovpligtige kvalitetsstandarder i del 3.](#)

## STØTTE TIL TILBEREDNING AF MAD OG SPISNING

Hvis du slet ikke eller kun delvist kan tilberede dine måltider selv, kan du søge om støtte til det. Når Hillerød Kommune støtter dig med dit måltid, vil det altid være i et samarbejde med dig, så dine ønsker respekteres, og så du får den tilstrækkelige støtteindsats. Det kan være at du har brug for støtte til planlægning, tilberedning eller til indtagelse af maden. Hvis du ikke selv kan rydde af, vil du kunne søge om støtte til dette. Hvis du ikke selv kan vaske op, henviser vi til brugen af opvaskemaskine eller bordopvaskemaskine. Tilberedning af varme måltider tilbydes som udgangspunkt som opvarmning af færdigretter, hvis der er mikroovn.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Bor du i egen bolig skal du henvende dig til

Visitation og Hjælpemidler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Visitation og Hjælpemidler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost) Bor du i plejebolig, indgår støtten i servicepakken.

Send elektronisk ansøgning via hjemmesiden: [www.hillerod.dk/hjemmehjelp](http://www.hillerod.dk/hjemmehjelp)

### Andre oplysninger

Bor du på plejehjem, indgår støtten i servicepakken.

## MADUDBRINGNING TIL BORGERE I EGET HJEM

Hvis du ikke selv kan tilberede din varme mad, har en dårlig ernæringstilstand og ikke kan oplæres i at lave mad kan du få madudbringning til eget hjem. Maden leveres som kølemad én gang om ugen til alle ugens dage. Der er mulighed for at låne en mikroovn af madleverandøren.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Visitation og Hjælpemidler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Visitation og Hjælpemidler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### **Andre oplysninger**

Et hovedmåltid koster 61 kr. og en tillægsret 16 kr. i 2024. Hvis din ægtefælle også er visiteret til madservice, og I bor sammen, får I 25% rabat på maden, så et hovedmåltid koster 45,75 kr. pr. person, og en tillægsret koster 12 kr. pr. person.

Du skal minimum bestille 4 portioner mad om ugen. Ved visitation til madudbringning kan der i særlige tilfælde visiteres støtte til at udfylde en menuplan.

## **MAD PÅ PLEJEHJEM**

Bor du i en af kommunens plejeboliger, vil du sammen med medarbejderne og de øvrige beboere planlægge menuen, der overvejende vil bestå af mad fra "Mad til hver Dag" og indimellem vil der blive tilberedt mad fra bunden. Som beboer har du indflydelse på den mad, der bestilles, og der gøres noget ud af, at maden afspejler traditioner og årstider. Lions Park har eget køkken, hvor der laves mad til både beboere på plejehjemmet og i seniorboligerne, hvor du også har indflydelse på menuen igennem et madudvalg.



# MIDLERTIDIGT OPHOLD

Du kan blive visiteret til et midlertidigt døgnophold, hvis du i en kortere periode har brug for ekstra pleje og træning, der ikke kan tilgodeses i dit hjem med de rette hjælpemidler, fx en plejeseng, en bækkenstol og hjælpemidler til forflytning.

Et midlertidigt ophold er relevant, hvis du har behov for genoptræning, rehabilitering eller en særlig sygeplejefaglig indsats efter en hospitalsindlæggelse, hvis du skal have vurderet, om du i fremtiden kan blive i din nuværende bolig, hvis din partner skal aflastes i en periode eller du har brug for pleje og omsorg ved livets afslutning.

Opholdet vil enten være på Rehabiliteringsafdelingen i Sundhedscentret eller i Gæstehuset på Sophienborg plejehjem, og det kan vare fra få dage og op til flere uger.

## Hvordan forløber opholdet

Under dit ophold inviteres du og dine pårørende til en samtale, hvor I afstemmer forventninger og lægger en plan for dit ophold. Når du igen skal udskrives, lægger I også en plan for det. Når din træning eller pleje kan foregå i hjemme hos dig selv, bliver du udskrevet med den relevante hjælp og videre træning hjemmefra.

Hvis formålet med dit ophold er genoptræning og forbedring af dit funktionsniveau, er en nødvendig del af din genoptræning at du deltager i dagligdagens aktiviteter og hverdagsopgaver. Opgaverne vil være tilrettelagt efter dine mål og kan være alt fra at tage ud af bordet, selvstændigt gå til spisestuen (med eller uden hjælpemiddel) og at lægge dit tøj til vask. På Rehabiliteringsafdelingen på Sundhedscentret er træning med fysioterapeuter eller ergoterapeuter og selvtræning en del af opholdet.

## Praktiske oplysninger

Der er tilknyttet plejepersonale døgnet rundt både på Rehabiliteringsafdelingen og på Sophienborg plejehjem, og der er et tæt samarbejde med din sagsbehandler fra Visitation og Hjælpemidler, bl.a. i forbindelse med udskrivning til dit eget hjem.

Både på Rehabiliteringsafdelingen og i Gæstehuset er der fælles spise- og opholdsstue med TV. Du skal selv medbringe tøj, sko, toiletsager, medicin og hjælpemidler. Der er mulighed for at få vasket dit tøj på stedet, men du kan også få en pårørende til at vaske det, hvis du ønsker det.

## Hvor kan du søge om tilbuddet?

Visitation og Hjælpemidler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Visitation og Hjælpemidler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

## Andre oplysninger

Du skal selv sørge for transport til dit midlertidige ophold. Kommer du direkte fra hospitalet, sørger hospitalet for det.

Der er en egenbetaling på 173 kr. pr. døgn for dit ophold (2024). Beløbet dækker din forplejning og dit forbrug.

# HJÆLPEMIDLER OG FORBRUGSGODER

Hvis du har en varig fysisk eller psykisk funktionsnedsættelse af svær grad, og hvis det i væsentlig grad kan lette de varige følger af din nedsatte funktionsevne og din daglige tilværelse, kan du søge om hjælpemidler. Der er forskellige typer af hjælpemidler, og du kan læse om dem i det følgende.

Du skal være opmærksom på, at der findes mange redskaber, der vil kunne hjælpe dig i hverdagen, som du ikke nødvendigvis kan få bevilget gennem kommunen, men selv kan købe. Det kan fx være skridsikre bademåtter, gigtvenligt køkkenudstyr, læselupper til lettere forstørrelser, gribetænger, fodindlæg, støttestrømper, greb, gelændere, mobiltelefoner, elevationssenge, hvilestole og robotstøvsugere.

Hvis du har været indlagt på et hospital, og hospitalet skønner, at du har brug for et hjælpemiddel i en kortere periode, kan du låne hjælpemidlet af hospitalet. Har du fortsat behov for hjælpemidlet, når du ikke længere kan låne det af hospitalet, har du mulighed for at søge om hjælpemidlet i kommunen.

Når du søger om et hjælpemiddel eller forbrugsgode, vil Hillerød Kommune bevilge det ud fra princippet "bedst og billigst".

Du kan søge i Hillerød Kommune om reparation og udskiftning af dit hjælpemiddel, hvis det går i stykker.

Du skal selv betale driftsudgifter til hjælpemidlet, fx lapning af slanger, udskiftning af dæk på din kørestol eller forbrug til vand og el.

## FRITVALGSORDNING

Når du har fået en bevilling af et hjælpemiddel, vil du som udgangspunkt få det leveret fra vores hjælpemiddeldepot. Du kan også selv vælge en anden leverandør af dit hjælpemiddel. Vil du gøre brug af fritvalgsordningen betyder det, at du selv skal købe det bevilgede hjælpemiddel. Du kan højst få refunderet et beløb svarende til det beløb, Hillerød Kommune har prisaf tale på. Hvis du vælger at gøre brug af fritvalgsordningen, skal du inden dit køb af hjælpemidlet have det godkendt af Visitation og Hjælpemidler, da vi skal vurdere, om hjælpemidlet opfylder kravene for at det kan afhjælpe din funktionsnedsættelse.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Visitation og Hjælpemidler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Visitation og Hjælpemidler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### Andre oplysninger

Der udlånes ikke hjælpemidler til midlertidigt brug.

## KVIKKASSEN

Vi har en KVIKKasse, hvor du – efter at have bestilt tid – kan møde personlig op og søge om standardgenbrugshjælpemidler som fx en rollator, albuestok, badetaburet, toiletforhøjer og transportkørestol. Du

får behandlet din ansøgning af en sagsbehandler fra Visitation og Hjælpemidler. Hvis du bevilges udlån af et hjælpemiddel, vil du få det udleveret med det samme.

#### **Hvor kan du søge om tilbuddet?**

KVIKkassen er åben på Hillerød Rådhus hver torsdag kl. 15-17. Du skal bestille tid på Hillerød Kommunes hjemmeside [www.hillerod.dk/hjaelpemidler](http://www.hillerod.dk/hjaelpemidler)

#### **Andre oplysninger**

Du skal selv sørge for transport - også af det bevilgede hjælpemiddel.

## **GENBRUGSHJÆLPEMIDLER**

Genbrugshjælpemidler bevilges som et udlån fra kommunens hjælpemiddeldepot så længe, som du har behov for det. Genbrugshjælpemidlerne skal leveres tilbage, når du ikke længere har behov for dem.

Genbrugshjælpemidler er eksempelvis rollatorer, badetaburetter og kørestole.

#### **Hvor kan du søge om tilbuddet?**

Visitation og Hjælpemidler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Visitation og Hjælpemidler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

#### **Andre oplysninger**

Du har mulighed for at få leveret hjælpemidlet fra Hillerød Kommunes hjælpemiddeldepot eller at benytte dig af fritvalgsordningen. I visse særlige tilfælde kan du få refunderet udgifter til transport i forbindelse med afprøvning af hjælpemidler.

## **KROPSBÅRNE HJÆLPEMIDLER**

Du kan få bevilget kropsbårne hjælpemidler ud fra oplysninger fra en læge og en faglig vurdering. Kropsbårne hjælpemidler er personlige og skal ikke leveres tilbage til kommunen.

Det er fx proteser, parykker, diabeteshjælpemidler og ortopædisk fodtøj.

#### **Hvor kan du søge om tilbuddet?**

Du skal søge digitalt via selvbetjeningsløsningen på borger.dk eller henvende dig til

Visitation og Hjælpemidler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Visitation og Hjælpemidler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

#### **Andre oplysninger**

Du har mulighed for at få hjælpemidler fra den leverandør, som Hillerød Kommune har en aftale med, eller benytte dig af fritvalgsordningen. I visse særlige tilfælde kan du få refunderet udgifter til transport i forbindelse med afprøvning af hjælpemidler.

# FORBRUGSGODER

Forbrugsgoder er produkter, som er masseproduceret, som forhandles bredt, og hvor forbruget er rettet mod den almene befolkning. Du kan søge støtte til visse forbrugsgoder, hvis de kan medvirke til, at du kan opnå en væsentlig lettelse i dagligdagen.

Afhængig af produktet, kan du få støtten til et forbrugsgode med det, der svarer til 50 % af prisen på et standardprodukt. Som eksempel på et forbrugsgode kan nævnes en el-scooter. Du kan få tilskud, hvis din udgift er over 500 kr. Hvis du på grund af et handicap har behov for et forbrugsgode, som er dyrere end et almindeligt standardprodukt, betaler vi de nødvendige merudgifter. Hvis forbrugsgodet udelukkende fungerer som et hjælpemiddel for dig, kan forbrugsgodet udlånes til dig uden udgift for dig.

## Hvor kan du søge om tilbuddet?

Visitation og Hjælpemidler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Visitation og Hjælpemidler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

## Andre oplysninger

Du kan ikke få tilskud til forbrugsgoder, der indgår i normalt indbo, fx en almindelig seng, tv eller opvaskemaskine.

# BOLIGINDRETNING, ÆLDRE- OG PLEJEBOLIGER

Hvis du får en varig funktionsnedsættelse, kan du søge om hjælp til boligindretning i Hillerød Kommune. Du kan også søge om at blive visiteret til en ældre- og handicapegnet bolig.

Får du behov for personlig pleje døgnet rundt, der ikke kan tilgodeses i din nuværende bolig, kan du søge om at blive godkendt til en plejebolig. I Hillerød Kommune er der 6 plejehjem med nye, moderne lejligheder med 1-2 rum og eget badeværelse.

## VEJLEDNING OG HJÆLP TIL NØDVENDIGE BOLIGINDRETNINGER

Du kan få vejledning og evt. hjælp til indretning af din bolig for at gøre den mere egnet for dig i forhold til din varige funktionsnedsættelse. Det kan fx være at fjerne dørtrin eller ændre på adgangsforhold.

I lejeboliger skal en boligindretning og en reetablering til den oprindelige boligindretning som udgangspunkt aftales med udlejer, inden det sættes i gang. Hvis du bor i ejerbolig og har fået bevilget en boligindretning, kan du som udgangspunkt ikke få dækket udgifter til at fjerne disse boligindretninger igen, hvis du på et senere tidspunkt ønsker dette.

### FRITVALGSORDNING

Du har mulighed for frit valg af leverandør og materialer. Hillerød Kommune har indgået aftaler med håndværkere vedrørende de fleste mindre boligindretninger. På de større boligindretninger vil kommunen indhente tilbud.

Du vil maksimalt kunne få tilskud til det beløb, som kommunen har indhentet tilbud på. Hvis du selv indhenter og vælger et billigere tilbud, end det kommunen har fået tilbud på, vil du kun få støtte til dit tilbuds pris. Dette gælder både på valg af håndværker og materialer.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Visitation og Hjælpebidler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Visitation og Hjælpebidler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### Andre oplysninger

Kommunen bevilger ikke boligændringer ved midlertidigt behov.

# GODKENDELSE TIL ÆLDRE- OG HANDICAPEGNET BOLIG

En ældre- og handicapegnet bolig er en lejlighed, der er særligt indrettet til mennesker med varige funktionsnedsættelser. Lejlighederne er typisk på to rum. Du kan søge om en ældre- og handicapegnet bolig, hvis du har behov for en særlig indrettet bolig, og det ikke er muligt at indrette din nuværende bolig hensigtsmæssigt.

Du kan søge om en ældre- og handicapegnet bolig, hvis du opfylder flere af følgende punkter:

- Du har en væsentlig varig fysisk eller psykisk funktionsnedsættelse
- Du har behov for en bolig, der er særligt indrettet til ældre eller handicappede
- Din nuværende bolig er uegnet i forhold til din funktionsnedsættelse
- Dit behov for bolig kan ikke dækkes i en almindelig bolig, fx en almen bolig
- Du vil blive mere selvhjulpnen med hensyn til praktiske gøremål, fx indkøb og tøjvask
- Du vil blive i stand til selvstændigt at forlade din bolig
- Du vil blive mere selvhjulpnen med din personlige pleje.

I en ældre- og handicapegnet bolig har du mulighed for at få samme støtte, som hvis du boede i en almindelig bolig.

## FRIT VALG AF ÆLDRE- OG HANDICAPEGNET BOLIG

Når du er godkendt til en ældre- og handicapegnet bolig, kan du vælge, om du ønsker at bo i en af kommunens boliger eller i en anden kommune. Tilflytningskommunen skal dog også vurdere, om du kan godkendes til en ældre- og handicapegnet bolig. Du kan godt blive godkendt til en bolig i Hillerød, men få afslag i en anden kommune.

Når du får tilbudt en bolig, har du kort betænkningstid. Siger du ja, skal du overtage boligen hurtigst muligt.

Tildeling af boligerne sker efter behov, og det vil sige, at de med det største behov får en bolig først. Der kan derfor være ventetid.

### Hvor kan du søge om tilbuddet?

Visitation og Hjælpe midler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Visitation og Hjælpe midler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### Andre oplysninger

Du skal betale indskud, husleje, vand, varme og el i ældre- og handicapegnede boliger. Du kan søge om boligindskudslån og boligstøtte til huslejen.

# GODKENDELSE TIL PLEJEBOLIG

I en plejebolig er der tilknyttet personale døgnet rundt, som kan støtte dig i forhold til dine behov. Desuden har du mulighed for at være en del af et fællesskab og deltage i daglige aktiviteter, bl.a. omkring måltiderne.

Du kan søge om at få en plejebolig, fx hvis dine ressourcer ikke slår til i det daglige. Det kan fx være hvis du har behov for personlig pleje i væsentlig grad døgnet rundt, som ikke længere kan tilgodeses i din nuværende bolig, eller hvis der er situationer, hvor du ikke kan tilkalde hjælp mere ved at gøre brug af et nødkald.

Du skal være indstillet på at flytte, når der kommer en ledig bolig. Du kan ikke skrives op på forhånd, da boligerne tildeles efter behov.

Du skal opfylde flere af følgende kriterier:

- Du har en væsentlig varig fysisk eller psykisk funktionsnedsættelse
- Du har behov for personlig pleje i væsentlig grad døgnet rundt, der ikke kan tilgodeses i din nuværende bolig
- Du har ikke mulighed for at tilkalde hjælp
- Du handler, så du er til fare for dig selv
- Dine eller dine pårørendes ressourcer slår ikke til i det daglige

## **PLEJEBOLIGGARANTI**

Søger du en vilkårlig plejebolig på alle kommunes plejehjem, er du omfattet af reglerne om plejeboliggaranti. Det betyder, at Hillerød Kommune skal tilbyde dig en ledig plejebolig indenfor 2 måneder efter, at du er godkendt til en plejebolig. Søger du en plejebolig på et navngivet plejehjem, er du ikke omfattet af plejeboliggarantien.

Du kan godt søge et eller flere specifikke plejehjem. Du vil så ikke være omfattet af plejeboliggarantien.

## **MEDFØLGENDE ÆGTEFÆLLE**

Hvis du har en ægtefælle, kan I godt flytte sammen i din plejebolig, også selvom han eller hun ikke selv opfylder kriterierne.

Hvis den visiterede borger dør efter indflytning, har ægtefællen lov til at blive boende. Hvis den visiterede borger derimod dør inden indflytning, kan ægtefællen ikke flytte ind.

## **FRIT VALG AF PLEJEBOLIG**

Når du er godkendt til en plejebolig, kan du vælge, om du ønsker at bo i en af Hillerød Kommunes boliger eller i en anden kommune. Tilflytningskommunen skal dog også vurdere, om du kan godkendes til en plejebolig. Du kan godt blive godkendt til en bolig i Hillerød, men få afslag i en anden kommune.

Når du får tilbudt en bolig, har du kun to dages betænkningstid. Siger du ja, skal du flytte ind i boligen hurtigst muligt, som udgangspunkt på overtagelsesdagen. Siger du nej, starter du forfra på ventelisten.

Du kan altid søge om at flytte fra et plejehjem til et andet. Du vil selv skulle betale fra- og indflytningsomkostninger, herunder indskud.

## **DIN PLEJEBOLIG – DIT HJEM**

Når du bor i plejebolig, er det dit hjem. Du skaber dit eget hjem med dine egne møbler og andre ejendele – dog er der som standard en plejeseng i boligen. Nogle plejehjem har boliger for ægtepar. Når du bor på plejehjem, har du mulighed for at deltage i arrangementer og have socialt samvær med andre i det omfang, du ønsker det. Det gælder både i forbindelse med måltider, højtider og andre aktiviteter. Du beholder din egen læge, tandlæge, frisør og fodpleje.

## **STØTTE I PLEJEBOLIG**

Når du er flyttet ind i din plejebolig, vil kommunen fortsat have fokus på dine muligheder for at være aktiv og støtte dig i at klare så mange ting som muligt selv. I lighed med ældre, der bor i andre boligformer, kan du søge om at få hjælpemidler og omsorgstandpleje.

## **AKTIVITETER OG LIV I PLEJEBOLIGEN**

Plejehjemmene har fokus på at invitere familie, pårørende og frivillige indenfor, så de bliver en naturlig del af din og andre beboeres omgangskreds i hverdagen. Plejehjemmene gør også meget ud af højtider som fx jul, nytår og påske og arrangerer aktiviteter, som du kan deltage i, hvis du har lyst.

### **Hvor kan du søge om tilbuddet?**

Visitation og Hjælpe midler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Visitation og Hjælpe midler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

### **Andre oplysninger**

Når du søger plejebolig vil Visitation og Hjælpe midler vurdere, hvilket plejehjem og boligtype, der passer bedst til dig.

Vil du vide mere om de enkelte plejehjem, skal du henvende dig direkte til stederne.

En plejebolig er en leje bolig, hvor du betaler indskud, husleje, el, varme osv. – Du kan søge om boligindskudslån og boligstøtte til huslejen. Desuden betaler du også udgifter til mad, tøjvask og lignende.

## **PLEJEBOLIG SÆRLIGT INDRETTET TIL MENNESKER MED DEMENS**

I Hillerød Kommune findes der plejeboliger særligt indrettet til borgere med demens. Der kan fx være særlig indretning eller teknologiske hjælpemidler, der understøtter en sikker dagligdag for dig eller din pårørende med demens. Personalet har en særlig interesse og uddannelse inden for demenssygdomme. [Der er demenspladser på alle plejehjem i Hillerød Kommune, på nær på Lions Park.](#)

### **Hvor kan du søge om tilbuddet?**

Visitation og Hjælpe midler

Trollesmindealle 27, 3400 Hillerød

Telefon: 72 32 00 00

Skriv digital post til Visitation og Hjælpe midler via [www.hillerod.dk/digitalpost](http://www.hillerod.dk/digitalpost)

## **PLEJEHJEM I HILLERØD KOMMUNE**

### **Plejehjemmet Bauneparken**

Ny Harløsevej 24

3320 Skævinge

Telefon: 72 32 63 00

### **Lions Park plejehjem**

Rørdamsvej 1

3400 Hillerød

Telefon: 72 32 79 00

### **Plejehjemmet Skanselyet**

Skanselyet 1

3400 Hillerød

Telefon: 72 32 64 00

### **Plejehjemmet Skovhuset**



Centervænget 43-45  
3400 Hillerød  
Telefon: 72 32 66 00

**Sophienborg plejehjem**

Axel Jarlsvej 2  
3400 Hillerød  
Telefon: 72 32 69 00

**Ålholmehjemmet**

Kirsebærallé 7  
3400 Hillerød  
Telefon: 72 32 65 00

# BOLIGINDSKUDSLÅN, BOLIGSTØTTE OG PERSONLIGT TILLÆG

Hvis du bliver godkendt til en ældre-og handicapegnet bolig eller plejebolig, og derfor skal flytte, så kan du som alle andre søge om boligindskudslån og boligstøtte.

## **BOLIGINDSKUDSLÅN**

Hvis du får tilbudt en lejlighed i et alment byggeri og ikke har penge til boligindskuddet, kan du søge om et lån hos Hillerød Kommune. Bevilling af lån afhænger af husstandens samlede skattepligtige indkomst, herunder også børns indkomst. Dette afgøres efter en konkret vurdering og en eventuel formue har indflydelse på bevilling af lånet.

For at du kan komme i betragtning til et boligindskudslån, må du ikke have en formue, der gør det muligt for dig selv at betale indskuddet. Ved formue forstås din indtægt, det beløb, du har indestående i banken, overskud på din ejendom og indestående i investeringsforeninger.

### **Sådan søger du om boligindskudslån**

Hvis du vil søge om indskudslån, skal du søge på [www.borger.dk](http://www.borger.dk) eller Hillerød kommunes hjemmeside [www.hillerod.dk](http://www.hillerod.dk). Du kan også hente en blanket i Borgerservice på rådhuset, Trollesmindeallé 27. Du skal vedlægge en kopi af lejekontrakt/boligtildbud på din nye bolig. Du skal også vedlægge dokumentation for dine indestående i din bank. Du skal bede om en totaloversigt fra din bank.

Hvis det er en anden end dig, der søger om indskudslån på dine vegne, skal der foreligge en fuldmagt fra dig.

Der kan være op til 4 ugers sagsbehandlingstid, fra vi har modtaget alle oplysningerne fra dig.

Har du brug for hjælp til økonomiske spørgsmål, kan du henvende dig til Hillerød Kommune, Borger og Socialservice, tlf. 72 32 00 00.

## **BOLIGSTØTTE**

Boligstøtte er et tilskud til huslejen. Du kan søge om boligstøtte, hvis du bor til leje. Er du folke- eller førtidspensionist, kan du også søge boligstøtte til en ejer- eller andelsbolig. Du skal bo i en bolig med eget køkken for at få boligstøtte. Hvor meget du kan få i støtte, kommer fx an på, hvad du betaler i husleje, hvor stor boligen er, hvor mange I bor sammen og din/jeres samlede indkomst og formue.

Hvis du flytter, skal du være opmærksom på at søge igen til din nye bolig.

### **Sådan søger du om boligstøtte**

Du kan søge om boligstøtte hos Udbetaling Danmark via [www.borger.dk](http://www.borger.dk) eller på tlf. 70 12 80 63.

Hvis du er stærkt bevægelsehæmmet og fx bruger kørestol indenfor, skal du huske at oplyse det i ansøgningen, for det kan betyde, at du kan få et højere beløb i støtte.

Hvis du har en ægtefælle og kun den ene af jer flytter i plejebolig, skal I give besked til Udbetaling Danmark. Årsagen er, at I fremover skal have udbetalt pension og boligstøtte efter reglerne som enlige.

## **PERSONLIGT TILLÆG - ENKELTYDELSE**

Du kan søge om personligt tillæg til udgifter, som du ikke selv har mulighed for at betale. Det gælder, hvis du er folkepensionist, eller hvis du modtager førtidspension efter reglerne fra før 2003, og er særligt vanskeligt stillet økonomisk. Personligt tillæg kan gives til rimelige og nødvendige udgifter.

For at kunne søge om personligt tillæg, må du ikke have nogen formue. Ved formue forstås det beløb, du har indestående i banken og indestående i investeringsforeninger.

### **Sådan søger du om personligt tillæg - enkeltydelse**

Du kan søge om personligt tillæg via [www.borger.dk](http://www.borger.dk) eller på Hillerød Kommune hjemmeside, [www.hillerod.dk](http://www.hillerod.dk)

# Del 2: Sådan gør du, når du har brug for støtte

---

I del 2 kan du læse, hvordan det foregår, når du ansøger om støtte fra kommunen, hvad du kan forvente dig af kommunen, og hvad der forventes af dig. I sidste afsnit kan du læse om dine klagemuligheder.

---

## **SAGSGANGE, NÅR DU SØGER OM STØTTE**

### **VISITATION**

At blive visiteret til et tilbud betyder, at du skal søge om det. En sagsbehandler skal vurdere dine behov og afgør, om du har ret til tilbuddet. Sagsbehandleren i Visitation og Hjælpebidler laver vurderingen ud fra lovgivningen og de politisk besluttede kriterier i kommunen.

Visitation og Hjælpebidler vurderer dit behov for støtte til personlig pleje og praktiske opgaver, madudbringning, hjælpebidler, boligindretning, afløsning og aflastning og plejevederlag. Visitation og Hjælpebidler er også ansvarlig for visitation til ældre- og handicapegnede boliger og plejeboliger. Hvis du har brug for sygepleje skal du henvende dig til din egen læge eller direkte til Sygeplejen. Hvis du har brug for træning, skal du henvende dig til Træningssektionen. Bor du i plejebolig er det enkelte plejehjem ansvarlig for visitation af indsatser til dig.

### **SÅDAN SØGER DU**

Du kan søge om indsatser fra Hillerød Kommune, hvis du oplever, at dit funktionsniveau er dalende, og at du ikke selv kan klare at komme tilbage til dit tidligere funktionsniveau igen. Ønsker du at søge om indsatser, skal du

kontakte den relevante afdeling i Ældre og Sundhed, som det står beskrevet under det enkelte tilbud i del 1. Afhængig af ansøgningen vil du få besked om, at indsatsen går i gang eller sagsbehandleren aftaler et møde med dig, hvor dit behov vil blive yderligere udredt. Pårørende, praktiserende læge og hospitalet kan også kontakte Ældre og Sundhed på dine vegne, hvis du har givet dem tilladelse til det. Der er ikke mulighed for personligt fremmøde i forbindelse med en ansøgning. Du kan henvende dig telefonisk, skriftligt via [www.hillerod.dk](http://www.hillerod.dk) eller ved at sende et ansøgningsskema.

## SAGSBEHANDLING

Når du henvender dig til Hillerød Kommune skal en sagsbehandler fra Ældre og Sundhed vurdere dine ressourcer og begrænsninger for at kunne tilbyde den indsats, du har brug for, og som falder inden for lovgivningen og Hillerød Kommunes politisk vedtagne serviceniveau. Sagsbehandlingen udføres i mange tilfælde af en medarbejder i Visitation og Hjælpemidler, og denne medarbejder vil være din sagsbehandler i den konkrete ansøgning.

## VEJLEDNING OG SAMTALE

Din sagsbehandler vil i de fleste tilfælde aftale et besøg hjemme hos dig. Her vil sagsbehandleren vejlede dig om dine muligheder og tale med dig om dine ressourcer og begrænsninger. Sagsbehandleren vil også tale med dig om, hvad du kan klare selv, hvad dine pårørende hjælper dig med, og hvad kommunen kan støtte dig i at kunne klare selv, fx med et hjælpemiddel eller ved hjælp af træning. Den samlede husstands ressourcer bliver vurderet, så hvis du fx søger om støtte til rengøring, vil sagsbehandleren se på, om din ægtefælle/samboende kan varetage opgaven.

## BISIDDER

Du er velkommen til at invitere en bisidder med til samtalen. Bisidderen kan være en pårørende eller en anden person, som du vælger. Du afgør selv, om dine pårørende skal involveres i og informeres om den støtte, du modtager. Det er ikke bisidderen, der skal fremføre din sag, men han eller hun kan fungere som din støtte. Fx kan bisidderen hjælpe dig med at stille de relevante spørgsmål eller få sagt det, du gerne vil huske at sige – og med bagefter at huske, hvad der blev sagt og aftalt.

## OPLYSNINGER I DIN SAG

De oplysninger, du eller andre giver til Hillerød Kommune, og sagsbehandlerens observationer under besøgene, danner grundlaget for oplysningerne i din sag. Ud fra disse oplysninger, vil sagsbehandleren vurdere din funktionsevne og vurdere, om du har en ægtefælle eller anden pårørende, der kan hjælpe dig. Sagsbehandleren registrerer oplysningerne i din elektroniske journal. Du har altid ret til at se akterne i din sag.

## INDIVIDUEL FAGLIG VURDERING

Ud fra en helhedsvurdering vil sagsbehandleren danne sig et billede af dit behov for støtte, og foretage en individuel, faglig vurdering af din funktionsevne. Beskrivelsen af din tilstand danner grundlaget for den indsats, der efterfølgende bevilges.

Sagsbehandleren tager udgangspunkt i følgende 5 funktionsniveauer, for at vurdere hvilke indsatser du kan få bevilget:

<b>De fem funktionsniveauer</b>
<b>Funktionsniveau 0: Ingen/ubetydelige begrænsninger</b> Du fungerer selvstændigt, og har ikke behov for personassistance for at udføre en given aktivitet.

<p><b>Funktionsniveau 1: Lette begrænsninger</b></p> <p>Du er den aktive part, og kan med let personassistance udføre en given aktivitet.</p>
<p><b>Funktionsniveau 2: Moderate begrænsninger</b></p> <p>Du er den aktive part og kan under forudsætning af moderat personassistance udføre en given aktivitet. Du klarer stort set at overkomme, overskue eller at tage initiativ til en eller flere funktioner.</p>
<p><b>Funktionsniveau 3: Svære begrænsninger</b></p> <p>Du deltager og kan under forudsætning af omfattende person-assistance udføre aktiviteten.</p>
<p><b>Funktionsniveau 4: Totale begrænsninger</b></p> <p>Du er ude af stand til at udføre aktiviteten og har behov for fuldstændig personassistance.</p>

## AFGØRELSE OM INDSATSER

Sammen med dig vil sagsbehandleren finde frem til, hvad der har størst værdi for dig, for at du kan leve så selvstændigt og aktivt et hverdagsliv som muligt. Der vil være tale om en individuel og konkret vurdering af dit funktionsniveau og af ressourcerne i dit netværk – inden for lovgivningen og den politisk besluttede serviceramme.

På basis af sagsbehandlerens vurdering vil du modtage en mundtlig eller skriftlig afgørelse om hvilke indsatser, du har fået tildelt, eller om din ansøgning er blevet afslået

Bevillingen afhænger af din situation og dit funktionsniveau. Hvis din funktionsevne ændrer sig, vil sagsbehandleren igen vurdere dit behov for indsatserne.

Hvis du får afslag på ansøgte indsatser, vil sagsbehandleren vejlede dig om andre muligheder. Sammen med afgørelsen modtager du også en klagevejledning.

## NÅR DU FÅR TILBUD OM STØTTE FRA KOMMUNEN

Her kan du læse om dine valgmuligheder, når du tilbydes støtte fra Hillerød Kommune, og du kan læse om, hvad du kan forvente dig af samarbejdet.

### VALG AF LEVERANDØR

Når du er bevilget visiterede indsatser som personlig pleje og støtte til praktiske opgaver efter §§ 83 og 83 a i lov om social service, er der mulighed for at vælge mellem de leverandører, der er godkendt af Hillerød Kommune. Du skal vælge leverandør i forbindelse med visitationssamtalen. Du må gerne vælge den samme leverandør til personlig pleje og til praktiske opgaver, men du kan også vælge én til hver indsats. Du har altid mulighed for at skifte til en anden leverandør. Hvis du ønsker, at skifte, vil vi sørge for, at det sker så hurtigt som muligt og senest inden 14 dage. Bor du i plejebolig eller har selvvalgt hjælper, kan du ikke vælge anden leverandør.

### SELVVALGT HJÆLPER

Hvis du er visiteret til indsatser efter servicelovens § 83 (om personlig hjælp og pleje, hjælp eller støtte til nødvendige praktiske opgaver i hjemmet og madservice), kan du selv udpege en person til at varetage de visiterede indsatser i samarbejde med dig – en såkaldt "selvvalgt hjælper". Den udpegede person skal godkendes og ansættes af Hillerød Kommune.

## TRÆNING

Du kan blive visiteret til et træningsforløb ved at din egen læge retter henvendelse til Træningssektionen. Det kan fx være, hvis du har et funktionstab efter sygdom. En fagkoordinator vil, sammen med en terapeut vurdere dine behov og afgøre, om du skal have et tilbud om træning ved fysioterapeut eller ergoterapeut.

## NÅR DE AFTALTE INDSATSER IVÆRKSÆTTES

### Inden indsatsen begynder

Når Visitation og Hjælpemidler giver besked til den leverandør, du har valgt, vil du blive kontaktet af leverandøren senest indenfor 5 hverdage. I aftaler et startmøde og støtten starter op senest 14 dage efter tidspunktet for afgørelsen. Startmødet vil blandt andet indeholde en drøftelse af, hvordan indsatsen tilrettelægges efter de mål, der er opstillet, hvordan du selv deltager i udførelsen og tilrettelæggelsen af de forskellige indsatser og aftaler om tidspunkter for levering af indsatsen.

### Vedligeholdelse af dine færdigheder i dagligdagen

Al bevægelse er træning, og det er vigtigt, at du bruger din krop i dagligdagen. Når du går ud med affaldsposen, fejer eller lægger nyvasket tøj på plads, er du i fuld gang med at vedligeholde dine færdigheder og styrke din muskulatur. Du vil derfor opleve, at medarbejderen inddrager dig i løsning af opgaverne, for at du kan gøre mest muligt selv. Vedligeholdelse af dine færdigheder indgår som en naturlig del af alle indsatser i Hillerød Kommune.

### Samarbejdet

Du skal være hjemme, når leverandøren er hos dig. Den støtte du får, er som udgangspunkt aktiverende og rehabiliterende. Det betyder, at den indsats, der iværksættes af din leverandør sker i samarbejde med dig, så du så vidt muligt kan bevare, genvinde eller forbedre dine færdigheder.

Medarbejderne må ikke modtage eller give gaver eller låne penge, hverken til eller af dig.  
Medarbejderen må heller ikke få udleveret pinkoder til hævekort eller lignende.

Hvis medarbejderen uforsætlig kommer til at ødelægge en af dine ejendele, har hjemmeplejeleverandøren pligt til at dække udgiften.

Hvis der opstår tvivl om samarbejdet skal du i første omgang tale med medarbejderen og eventuelt derefter kontakte lederen hos din leverandør. Ofte vil I sammen kunne finde en løsning på problemet. Oplever du fortsat problemer kan du henvende dig til Visitation og Hjælpemidler.

## MEDARBEJDERE I HILLERØD KOMMUNE

Alle fastansatte medarbejdere på sundheds- og ældreområdet i Hillerød Kommune er som minimum uddannet som social-og sundhedshjælpere. Ved ferie og sygdom vil du dog kunne opleve, at der kommer en vikar, der ikke er uddannet. Hvis du både har støtte til personlig pleje og praktiske opgaver, vil minimum 90% af medarbejderne være uddannet. Alle medarbejdere uanset uddannelse kender indsatsens mål, fastlagte omfang og indhold. Der stilles tilsvarende krav til private leverandører.

Medarbejderne vil observere og handle relevant på et ændret funktionsniveau hos dig og på din helbredstilstand. Samtidig vil de være opmærksomme på din situation og udvise rettidig omhu ved at reagere med respekt for din livsstil og prioritering af behov. Medarbejderne vil fx reagere i situationer, hvor du er konfus, har besværet vejrtrækning, er smertepåvirket eller udviser andre akutte sygdomstegn eller generel svækkelse.

### **Hvis dit behov ændrer sig**

Hvis du oplever, at dit behov ændres, og du får brug for færre eller andre indsatser, har du pligt til at give besked til din sagsbehandler om det. Dine indsatser vil blive justeret, så du fortsat får den støtte, du har behov for.

Din leverandør har også pligt til at give besked om dit ændrede behov for støtte.

### **Dokumentation**

For at kunne yde dig den rette støtte, dokumenterer vi relevante sundhedsoplysninger i din elektroniske journal. Medarbejdere udveksler løbende nødvendige oplysninger, fx mellem Visitation og Hjælpebidler og hjemmeplejeleverandørerne.

Det gælder, hvis du er tilknyttet Hillerød Kommune inden for følgende områder:

- Træning og genoptræning
- Praktisk og personlig hjælp
- Sygepleje
- Forebyggende hjemmebesøg
- Dagcenter
- Hjælpebidler

Du har mulighed for at følge med i de oplysninger, der dokumenteres i din journal, også som pårørende.

### **MULIGHED FOR AT BYTTE INDSATSER**

Hvis du får støtte til personlig pleje eller praktiske opgaver, kan du aftale med din hjemmeplejeleverandør, hvordan indsatsen tilrettelægges fra gang til gang. I enkelte tilfælde kan du bytte eller erstatte de visiterede indsatser, du er blevet tildelt. Ønsker du at bytte mellem fx praktiske opgaver og personlig pleje, forudsætter det, at du er visiteret til begge dele. Hvis du fx får støtte til at tage bad, kan du vælge at bytte det til rengøring af et værelse. Er der tvivl om, hvorvidt det er forsvarligt at fravælge den visiterede indsats til fordel for andre indsatser, tager medarbejderen udgangspunkt i situationen den pågældende dag.

Du kan bytte til indsatser, der er beskrevet i de lovpligtige kvalitetsstandarder (se del 3) og du kan også bytte til fx en gåtur. Du kan ikke bytte til indsatser, hvor kun en person med særlig faglig viden og uddannelse kan varetage opgaven, som fx hovedrengøring, udvendig vinduespuddning, havearbejde, håndværkeropgaver.

Hillerød Kommune vil gerne sikre, at den støtte, du er bevilget, afspejler dit konkrete behov for støtte. Derfor vil din hjemmeplejeleverandør rette henvendelse til Visitation og Hjælpebidler, hvis du jævnligt aflyser og/eller bytter indsatser. Hvis du ønsker at bytte den visiterede indsats mere end tre gange i løbet af en to-måneders periode, skal sagsbehandleren vurdere, om du stadig har brug for indsatsen.

### **AFBUD OG AFLYSNINGER**

#### **Når du er forhindret**

Hvis du er forhindret i at modtage indsatsen og ikke kan modtage besøget som aftalt i hjemmet, eller du fx ikke kan komme på sygeplejeklinikken eller til træning, skal du melde afbud. Melder du afbud senest 3 dage inden et planlagt besøg, tilbydes du erstatningsbesøg. Du skal aflyse direkte hos leverandøren af indsatsen.

#### **Låst dør**

Kommer medarbejderne til en låst dør, vil medarbejderen forsøge at kontakte dig telefonisk. Det kan være nødvendigt at låse op til dit hjem, eventuelt med hjælp af en låsesmed, for at sikre, at du ikke er nødlidende. Hvis det viser sig, at du har glemt at aflyse besøget, skal du selv betale udgiften til låsesmeden.



### **Elektronisk nøgleløsning**

Hvis du ikke selv er i stand til at åbne døren, skal du give tilladelse til, at Hillerød Kommune installerer en elektronisk nøgleløsning på din dør, "Carelock", som dine leverandører af hjemmepleje, sygepleje, madservice m.m. kan benytte til at få adgang til din bolig.

### **Når hjemmeplejeleverandøren er forhindret**

90 % af indsatserne i Hillerød Kommune leveres inden for en time før eller efter det tidspunkt, du har aftalt med din hjemmeplejeleverandør. Hvis det undtagelsesvist ikke kan lade sig gøre, vil du som udgangspunkt blive kontaktet af din leverandør.

Hjemmeplejeleverandøren aflyser aldrig et besøg, men kan i sjældne tilfælde være tvunget til at rykke det. Du vil i disse tilfælde få telefonisk besked, hvis besøget må ændres mere end en time. Ændringer i det aftalte tidspunkt for støtten vil ske så hurtigt som muligt.

### **LEGITIMATION**

Uanset om medarbejderne er kommunalt eller privat ansat bærer de altid legitimation. Medarbejderne vil uopfordret fremvise billedlegitimation første gang I mødes og siden hen på opfordring.

### **TAVSHEDSPLIGT, SAMTYKKE OG FULDMAGT**

Alle medarbejdere har tavshedspligt, og må ikke kommunikere med andre end dig om dine forhold, med mindre der foreligger et samtykke fra dig. Samtykket kan både være mundtligt og skriftligt.

Hvis du ønsker det, kan du give fuldmagt til, at en anden person handler på dine vegne.

### **DIN BOLIG SOM ARBEJDSPLADS**

Når du modtager støtte i din bolig eller plejebolig, bliver dit hjem også medarbejdernes arbejdsplads. Det betyder, at din bolig skal indrettes sådan, at medarbejderne kan udføre deres arbejde sikkerhedsmæssigt og sundhedsmæssigt forsvarligt.

Når støtten igangsættes, gennemgår medarbejderen sammen med dig din bolig i forhold til, om det lever op til Arbejds miljølovgivningen. Det kan være nødvendigt at flytte rundt på møblerne, fjerne løse gulvtæpper eller installere hjælpemidler i dit hjem, før du kan få støtte. Her kan der særligt være rengøringsartikler, der er en forudsætning for, at medarbejderen kan udføre bestemte opgaver i din bolig. Det kan fx være støvsuger eller gulvmoppe med teleskoprør.

Er de remedier ikke tilstede i boligen, der understøtter medarbejdernes arbejdsmiljø, kan konsekvensen være, at medarbejderne ikke kan udføre alle de visiterede indsatser.

Du skal som udgangspunkt selv betale for miljøvenlige rengøringsmidler og udstyr, fx støvsuger, koste, spande mv. Når du modtager støtte i hjemmet, vil det medføre slitage på eksempelvis gulv. Dette hører ind under almindelig slitage. Adgangsforholdene skal være sikre – i henhold til Arbejds miljølovgivningen. Der skal fx være lys ved hoveddøren.

Medarbejderne må ikke ryge i din bolig. For at overholde loven vedrørende røgfrie miljøer, må der ikke ryges i hjemmet, så længe medarbejderen er til stede, og hvis der bliver røget i dit hjem, skal du sørge for at lufte ud op til medarbejderens besøg.

Hvis du har husdyr, skal du, hvis medarbejderen beder dig om det, sørge for at holde den i snor/bur eller i et aflukket rum, mens medarbejderen er i hjemmet.

# AKTINDSIGT, KVALITETSSIKRING OG KLAGEMULIGHEDER

## AKTINDSIGT

Du kan anmode om aktindsigt i din sag ved at kontakte den relevante afdeling i Hillerød Kommune. Du skal ved anmodning om aktindsigt oplyse, hvilken sag, du ønsker aktindsigt i. Din anmodning vil blive behandlet senest 7 arbejdsdage efter din anmodning.

Hvis du er tilknyttet Hillerød Kommune inden for træning, genoptræning, praktisk og personlig hjælp, sygepleje, forebyggende hjemmebesøg eller dagcenter, har du mulighed for selv at følge med i de oplysninger, der dokumenteres i din elektroniske journal. Du kan læse, hvordan du får adgang til dette på Hillerød Kommunes hjemmeside, [www.hillerod.dk/nexus-borger](http://www.hillerod.dk/nexus-borger).

## OPFØLGNING OG KVALITETSSIKRING

Der vil være en kontinuerlig opfølgning og kvalitetssikring af den støtte, du får gennem Hillerød Kommune. Visitation og Hjælpebidler har ansvaret for at revurdere indsatserne inden for hjemmeplejeområdet og føre tilsyn med de udførte indsatser. Ved visitation og re-visitiation vil sagsbehandleren derfor følge op på, om de indsatser, du er visiteret til, bliver leveret som aftalt. Det handler bl.a. om, hvorvidt dokumentationen er i orden og om sundhedsmedarbejderne har reageret fagligt forsvarligt på dine eventuelle funktionsforbedringer eller svækkelser. Sagsbehandleren vil også give en faglig vurdering af, om du stadig har behov for støtten. I forbindelse med denne vurdering, vil sagsbehandleren aftale et besøg hos dig.

Ud over den direkte kvalitetssikring hos dig afholdes der jævnligt samarbejds møder mellem hjemmeplejeleverandør og Visitation og Hjælpebidler. Møderne anvendes til koordination, afstemning af forventninger og gensidig information m.v.

Hvis den indsats, du modtager, ydes af Sygeplejen, Træningssektionen eller én af plejehjemmene, vil vurderingen og opfølgningen blive udført af medarbejdere fra disse enheder.

Medarbejderne i Hillerød kommune vil gøre deres bedste for at inddrage dig i sagsbehandlingen og sikre, at afgørelsen er truffet på et oplyst grundlag. Derfor kan det alligevel godt forekomme, at du ikke er enig i en afgørelse og vil klage over denne.

## SÅDAN KLAGER DU

Hvis du ønsker at klage, bør du i første omgang henvende dig dér, hvor din sag behandles, eller til den del af Hillerød Kommune, der står for indsatsen.

### Hvem kan klage?

Alle kan kontakte kommunen, hvis der er forhold, som opleves som utilfredsstillende. I nogle tilfælde sætter lovgivningen rammer for, hvem der er berettiget til at klage, fx i forhold til at få behandlet en klage i Ankestyrelsen. Der kan derfor være situationer, hvor kommunen vil bede om en fuldmagt fra dig, hvis fx pårørende klager på dine vegne.

**Klage over afgørelse efter serviceloven**

Er du ikke enig i den afgørelse, som kommunen har truffet, skal du følge den klagevejledning, der fremgår af din afgørelse.

**Klage over sagsbehandlingen eller sagsbehandlingstiden**

Er du utilfreds med sagsbehandlingen eller sagsbehandlingstiden, kan du klage til lederen af den myndighedsafdeling, der har truffet afgørelsen.

**Klage over levering af hjemmeplejeindsatser**

Er du utilfreds med måden, støtten udføres på, med medarbejderens optræden, eller får du ikke den indsats, du er blevet tildelt, kan du klage til din leverandør.

**Klage over sygepleje, tandpleje eller genoptræning**

Er du ikke tilfreds med den sygeplejebehandling, omsorgstandpleje eller genoptræning efter sundhedsloven, du modtager fra kommunen, kan du klage til Styrelsen for Patientsikkerhed.

Du kan læse mere på [www.stps.dk](http://www.stps.dk).

**Borgerrådgiveren kan hjælpe**

Hos Borgerrådgiveren kan du få råd og vejledning om klagemuligheder og sagsbehandlingsregler.

Borgerrådgiveren kan fungere som dit talerør til kommunen og kan hjælpe dig med at blive hørt, hvis du ikke synes, at kommunens behandling af din sag er god nok. Borgerrådgiveren kan også hjælpe dig med at forstå et brev eller en afgørelse.

Borgerrådgiveren kan ikke ændre i kommunens afgørelser eller behandle klager over det politisk vedtagne serviceniveau.

Kontakt Borgerrådgiveren tirsdag kl. 9-14 og torsdag kl. 9-17 på telefon 72 32 32 00.

# Del 3: Lovpligtige kvalitetsstandarder

---

Del 3 indeholder en beskrivelse af det politisk besluttede serviceniveau i Hillerød Kommune for 7 lovpligtige indsatsområder. Her kan du læse, hvilket serviceniveau du kan forvente at møde på de enkelte indsatser.

---

De lovpligtige kvalitetsstandarder er en beskrivelse af Hillerød Kommunes serviceniveau for de politisk vedtagne indsatser.

Her kan du som borger, sagsbehandler og leverandør få informationer om, hvad udgangspunktet for bevilling og levering af indsatserne i Hillerød Kommune er. Det er et krav, at alle kommuner skal beskrive niveauet for de politisk vedtagne indsatser. Ud over at beskrive serviceniveauet fungerer de lovpligtige kvalitetsstandarder også som redskab for medarbejdere og indgår i kommunens kvalitetssikring.

Alle indsatser er også beskrevet i del 1.

## FOREBYGGENDE HJEMMEBESØG

### Formål

Forebyggende hjemmebesøg tilbydes blandt andet for at indgå i en dialog med dig om din dagligdag og afdække eventuelle problemer hos dig.

Formålet med forebyggende hjemmebesøg er at:

- du kan leve et så aktivt og selvstændigt liv som muligt
- give dig mulighed for at få råd og vejledning, før eventuelle problemer opstår
- du får kendskab til relevante tilbud i Hillerød Kommune

### Målgruppe

- Borgere mellem 65 år og 79 år og er i en ændret livssituation, og har – eller er i risiko for at få – sociale, psykiske eller fysiske problemer.
- Borgere der fylder 70 år og bor alene.
- Borgere der fylder 75 år.

- Borgere der er fyldt 80 år.

### Kriterier for tildeling

Kriterierne for at få forebyggende hjemmebesøg er afhængig af din alder.

- Er du **fyldt 65 år og mister din ægtefælle**, får du et brev med en dato og tid for et besøg. Hvis du ikke ønsker det, skal du afmelde besøget.
- Er du **mellem 65 og 79 år og har du en ændret livssituation**, kan du henvende dig for at lave en aftale om et forebyggende hjemmebesøg.  
Eksempler på en ændret livssituation kan være, at du:
  - har mistet din ægtefælle
  - har en syg ægtefælle
  - har en funktionsnedsættelse eller en kronisk sygdom
  - har et lille netværk og ikke deltager i aktiviteter uden for dit hjem.
- Hvis du **bor alene, når du fylder 70 år**, får du en invitation til et forebyggende arrangement, hvor du vil blive informeret om en række af de tilbud, som findes til seniorer i Hillerød Kommune.
- Det år, du **fylder 75 år**, får du en invitation til et forebyggende arrangement, hvor du vil blive informeret om en række af de tilbud, som findes til seniorer i Hillerød Kommune. Ønsker du som 75-årig et individuelt forebyggende besøg i hjemmet, skal du henvende dig for at lave en aftale om det.
- Det år, du **fylder 80 år**, får du tilsendt et brev med en dato og tid for besøg. Hvis du ikke ønsker det, skal du afmelde besøget.
- Når du er **82, 83 og 84 år** får du tilsendt et brev om, at du kan kontakte forebyggelseskonsulenten, hvis du ønsker et besøg.
- Når du er **85 år og derover** får du én gang om året tilsendt et brev med dato og tid for besøg. Hvis du ikke ønsker det, skal du afmelde besøget.

### Indsatsen kan omfatte

Det forebyggende hjemmebesøg er en samtale med forebyggelseskonsulenten, der har en sundhedsfaglig uddannelsesbaggrund.

Samtalen vil omfatte emner om din dagligdag, trivsel, sociale netværk, kost, motion, boligindretning og helbred, herunder vurdering af dit funktionsniveau.

På baggrund af samtalen informeres du om og henvises til forskellige forebyggende og sundhedsfremmende tilbud.

### Indsatsen omfatter ikke

Du får ikke tilbudt forebyggende hjemmebesøg, når du modtager både personlig og praktisk støtte efter § 83 i lov om social service.

Der bevilges ikke indsats på et forebyggende hjemmebesøg.

### Levering og omfang

Tilbud om forebyggende hjemmebesøg er et lovpligtigt tilbud. Du kan afmelde besøget, hvis du ikke er interesseret.

Besøget tilbydes, hvis din livssituation ændrer sig, når du er mellem 65 og 75 år, hvis du er 70 år og bor alene, i det år hvor du fylder 75 år og 80 år, og hvert år fra du er fyldt 82 år.

Det forebyggende hjemmebesøg foregår i dit hjem og varer ca. en time. Besøg kan forekomme oftere efter individuel vurdering og aftale med dig.

### **Lovgrundlag**

Lov om social service § 79 a.

## **REHABILITERINGSFORLØB "AKTIV I DIN HVERDAG"**

### **Formål**

Formålet med rehabiliteringsforløbet "Aktiv i din hverdag" er, at du forbedrer din funktionsevne og opnår et så selvstændigt og meningsfuldt liv som muligt, evt. ved brug af hjælpemidler og arbejdsredskaber eller støtte fra en hjemmeplejeleverandør.

### **Målgruppe**

Borgere, der er fyldt 18 år, der søger hjemmepleje og hvor det vurderes, at borgernes funktionsniveau kan bedres ved et målrettet, intensivt forløb.

### **Kriterier for tildeling**

Hvis du har nedsat funktionsevne, og søger om støtte efter § 83 i lov om social service, kan du få tilbud om et korterevarende og tidsbegrænset rehabiliteringsforløb efter § 83a.

For at få tilbudt et rehabiliteringsforløb, skal du have et potentiale for at kunne forbedre din funktionsevne og dermed nedsætte dit behov for støtte.

### **Indsatsen kan omfatte**

Rehabilitering – "Aktiv i din hverdag" er et målrettet, tidsbestemt, helhedsorienteret og tværfagligt forløb. I tæt samarbejde med en sundhedsmedarbejder sætter I et mål for forløbet, så du kan forbedre dine fysiske, psykiske og sociale færdigheder.

Indsatsen er rehabilitering i forbindelse med personlig pleje og praktiske opgaver.

Et forløb kan bestå af:

- rehabiliterende støtte fra en hjemmeplejeleverandør som hjælp til selvhjælp
- sygeplejefaglige opgaver som pleje, observation og behandling
- ergo- og /eller fysioterapeutisk undersøgelse og træning.
- vejledning, afprøvning og tilpasning af dine arbejdsredskaber og -hjælpemidler
- vejledning i, hvordan du kan indrette din bolig mere hensigtsmæssigt, så din hverdag lettes
- forebyggende tiltag som rådgivning, vejledning og instruktion til dig og dine pårørende
- samarbejde med praktiserende læger eller speciallæger
- vejledning om relevante frivilligtilbud

### **Indsatsen omfatter ikke**

Genoptræning er ikke en del af rehabiliteringsforløbet. Denne indsats kan dog leveres sideløbende.

### **Levering og omfang**

Rehabiliteringsforløbet "Aktiv i din hverdag" løber som udgangspunkt over 12 uger.

Indsatsens omfang bevilges på baggrund af en individuel og konkret vurdering. Medarbejderen og du aftaler de konkrete mål og længden af forløbet.

Du og de relevante medarbejdere vil aftale hyppighed for indsatsen, herunder hvad du selv skal gøre, når medarbejderne ikke er hos dig.

Indsatsen kan ikke byttes med andre indsatser.

Samtidig med rehabiliteringsforløbet "Aktiv i din Hverdag" - kan du få bevilget anden støtte, der understøtter dit hverdagsliv.

### **Lovgrundlag**

Lov om social service § 83 a.

## **PERSONLIG STØTTE OG PLEJE**

### **Formål**

Formålet med støtte til din eller dine børns personlige pleje er, at:

- du opretholder din personlige hygiejne
- du bevarer din helbredstilstand bedst muligt
- du føler dig velplejet
- du bliver mobiliseret
- sikre at dine børn er velplejede, når I som forældre ikke selv kan

### **Målgruppe**

Borgere, der er fyldt 18 år og helt eller delvist ikke kan varetage personlig pleje.

Mindreårige børn, hvor forældrene ikke kan varetage plejen af barnet.

### **Kriterier for tildeling**

Du har et nedsat funktionsniveau, der gør, at du ikke selv kan klare den personlige pleje.

Ved personlig støtte og pleje af børn vurderer sagsbehandleren, om du har et nedsat funktionsniveau, der betyder, at du ikke kan varetage plejen af dine mindreårige børn. Det kan også være fordi barnets anden forælder er forhindret i at varetage plejen.

Støtten tildeles på baggrund af en individuel, konkret vurdering, og det kan fx være på baggrund af, at du:

- Har balanceproblemer, smerter, nedsat kraft og bevægelighed, synsproblemer eller vejrtrækningsproblemer
- Mangler evnen til at tage initiativ, planlægge eller gennemføre personlig pleje
- Har hukommelsessvækkelse eller lider af angst
- Benytter kropsbårne hjælpemidler fx bandager, skinner eller høreapparat, som du ikke selv kan tage på
- Dit badeværelse er indrettet så uhensigtsmæssigt, at du ikke kan klare personlig hygiejne på egen hånd
- Har dårlige adgangsforhold til badeværelset
- Ikke kan varetage opgaven selv ved brug af relevante hjælpemidler

### **Indsatsen kan omfatte**

Indsatsen indeholder vedligeholdelse af dit funktionsniveau, støtte til planlægning og varetagelse af personlig pleje.

Indsatser, der kan bevilliges støtte til:

- **Personlig pleje.** Dette kan indeholde: Øvre og nedre toilette, hudpleje, mundpleje, tandbørstning, barbering/trimning af skæg, neglerensning på hænder og fødder, negleklipning, oprydning efter personlig pleje, tømning af affaldsposer, sengeredning og pudsning af briller.
- **Bad.** Dette kan være brusebad, hårvask og hårtørring.

- *Af- og påklædning.*
- *Hjælp til kropsbårne hjælpemidler.* Dette kan være af- og påtagning af høreapparat, rengøring og fx batteri-og slangeskift på høreapparat.
- *Toiletbesøg.*
- *Skift af ble.*
- *Tømning af bækkenstol/kolbe.*
- *Forflytning.*
- *Vending og lejring.*
- *Personlig pleje af barn.* Dette kan indeholde: Øvre og nedre toilette, skift af ble, hudpleje, mundpleje, tandbørstning, neglerensning på hænder og fødder, negleklipping, oprydning efter personlig pleje, tømning af affaldsposer, sengeredning, pudsning af briller.

### **Indsatsen omfatter ikke**

Indsatsen omfatter ikke klipping af negle på tæerne, hvis der er brug for specialværktøj for at gøre det, fx hvis dine negle er forhornede, eller der er øget risiko for at påføre skade fx hvis du har diabetes. Du får kun tilbudt fodbad, når der er en særlig årsag, eksempelvis inden sårpleje.

Hillerød Kommune tilbyder ikke egentlige frisøropgaver, som oprulning og klipping af hår.

Støtte til at tage medicin leveres efter Sundhedsloven.

Støtte til af- og påtagning af kompressions/støttestrømper leveres efter Sundhedsloven.

Yderligere ved børn:

- Hillerød Kommune tilbyder ikke overvågning, leg eller anden pasning af dine børn.
- Der indgår ikke pædagogiske indsatser i plejeopgaven.

### **Levering og omfang**

Støtte til personlig pleje tilbydes fra flere gange i døgnet til enkelte gange om ugen afhængigt af dit behov, og de indsatser du har brug for støtte til.

Støtte til brusebad tilbydes op til 2 gange om ugen. Hvis du får daglig støtte til personlig hygiejne kan brusebad tilbydes oftere, når det vil være hensigtsmæssigt i forhold til blandt andet tidsforbruget og medarbejderens arbejdsforhold.

Besøgstidspunkterne aftales mellem dig og din leverandør. Støtte til morgentoilette udføres normalt i tidsrummet kl. 7-10. Støtte til brusebad udføres normalt frem til kl. 11.

Til personlig pleje anvendes dine egne remedier i form af eksempelvis sæbe og øvrige plejemidler, håndklæder, hårtørrer m.m. Personlige hjælpemidler, eksempelvis bleer, skal du også selv sørge for, evt. med en bevilling i forbindelse med et forløb hos kommunens kontinenssygeplejerske.

Yderligere ved børn:

Da du fortsat varetager forælderrollen over for dine børn vil du blive medinddraget så meget som muligt i løsning af opgaverne.

### **Lovgrundlag**

Lov om social service § 83.

## **STØTTE TIL ERNÆRING**

### **Formål**

Formålet med støtte til ernæring er at:

- du får dækket dine ernæringsmæssige behov
- du opretholder din væskebalance



- give dig mulighed for at købe og få leveret mad, når du ikke selv er i stand til at lave mad.

### **Målgruppe**

Borgere, der er fyldt 18 år og helt eller delvist ikke kan varetage tilberedning og anretning af mad. For madudbringning gælder desuden, at borgeren bor i egen bolig.

### **Kriterier for tildeling**

Du har et nedsat funktionsniveau, der gør, at du har brug for støtte i forbindelse med ernæring. Støtten tildeles på baggrund af en individuel, konkret vurdering, og det kan fx være på baggrund af, at:

- du har balanceproblemer, smerter, nedsat kraft og bevægelighed, synsproblemer, vejrtrækningsproblemer eller ernæringsproblemer
- du mangler evnen til at tage initiativ, planlægge eller tilberede og anrette mad
- du har hukommelsessvækkelse eller lider af angst eller følger efter en hjerneskade
- dit køkken er indrettet så uhensigtsmæssigt, at du ikke kan klare at tilberede og anrette mad på egen hånd
- du ikke selv kan varetage opgaven ved brug af relevante hjælpemidler.

Der tilbydes diætkost efter en lægefaglig vurdering.

### **Indsatsen kan omfatte**

Støtte til planlægning, tilberedning, servering, indtagning og udbringning af mad.

Indsatser, der kan indgå hos dig:

- **Tilberede og anrette mad.** Tilberedning, opvarmning og anretning af måltider, og at der bliver sørget for drikkevarer
- **Tilberede og anrette mad til barn**
- **Støtte til indtagelse af mad og drikke.** Støtte til at spise og drikke, guidning under måltidet, observation af ernæringstilstand og væskebalance
- **Støtte til indtagelse af mad og drikke til barn**
- **Opvask.** Afrydning og opvask, afvaskning af køkkenvask, køkkenbord og spisebord
- **Tømme affaldspose.** Tømme affaldspose i skraldespand på matriklen
- **Madudbringning.** Levering af kølemad, mellem 4-7 hovedretter om ugen, placering af maden i køleskab, åbning af emballagen samt mulighed for at låne en mikroovn

### **Indsatsen omfatter ikke**

Opvask og oprydning efter gæstebesøg indgår ikke i støtten.

Støtte til at tage medicin og sondeernæring leveres efter Sundhedsloven.

### **Levering og omfang**

- Støtte til servering og anretning af mad tilbydes afhængig af dit behov. Besøgstidspunkterne aftales mellem dig og din leverandør.
- Hvis du har brug for støtte til opvarmning af din mad, skal der være en mikroovn til rådighed for medarbejderen. Hvis du får leveret mad og bor i din egen bolig, har du mulighed for at låne en mikroovn af Hillerød Kommunes leverandører af mad.
- Hvis du har brug for støtte til opvask, oprydning og afvaskning anvendes dine egne remedier i form af rengøringsmidler, affaldsposer, klude m.m.
- Hvis du kun har behov for støtte til opvask/tømning af affaldspose tilbydes dette 2-3 gange om ugen.

### **Madudbringning:**

- Madudbringningen indeholder almindelige måltider, hvor der kan vælges mellem flere forskellige hovedretter. Maden leveres som kølemad. Leverandørerne er udelukkende forpligtet til at levere hovedret og baret.

- Mad til Hver Dag tilbyder desuden levering af madpakker, proteindrik samt et sortiment af tilbehør til hovedret.
- Der er mulighed for at få særlige diæter/kostformer: Kolesterolfattig, dialysekost, purinfattig, gratinkost, energi- og proteinrige menuer, vegetar- og allergikost.
- For at få madudbringning skal du bestille minimum 4 hovedmåltider om ugen.
- Levering af maden vil ske mellem kl. 8 og 18, nærmere tidspunkt aftales med dig. Leveringsdagene og tidsrummet kan variere ved helligdage eller hvis transport- og vejrforhold pludselig forværres.
- Bor du i seniorkollektivet i Lions Park leveres den varme mad direkte fra køkkenet, og du kan vælge antallet af dage for levering af mad.

### **Egenbetaling**

Ved madudbringning er prisen for et hovedmåltid 61 kr. og for en tillægsret 16 kr. (2024). Taksten for madservice reguleres en gang årligt i forbindelse med vedtagelse af Hillerød Kommunes budget. Din betaling bliver opkrævet via tilsendt girokort, som kan tilmeldes betalingservice. Betalingen afregnes månedsvis bagud.

Samboende får rabat svarende til 25 % på maden.

Hvis du ikke lukker op ved levering, kan du aftale at få maden leveret igen mod ekstrabetaling. Du kan afbestille maden indtil kl. 11 én hverdag før leveringen.

Bor du i Lions Park Seniorkollektiv, vil du blive opkrævet betaling fra administrator.

### **Lovgrundlag**

Lov om social service § 83.

## **STØTTE I HVERDAGENS AKTIVITETER**

### **Formål**

Formålet med at støtte dig eller dine børn i hverdagens aktiviteter er at sikre, at:

- du har struktur på din dagligdag
- du har relevant kontakt til offentlige instanser
- dine børn kommer til og fra institution, når I som forældre ikke kan

### **Målgruppe**

Borgere, der er fyldt 18 år og som delvist eller slet ikke kan varetage daglige gøremål.

Mindreårige børn, hvor forældrene ikke kan varetage ledsagelsen af barnet.

### **Kriterier for tildeling**

Du skal i væsentlig grad opfylde et eller flere af nedenstående kriterier:

- du har et begrænset netværk eller et netværk, der ikke kan støtte dig
- du er hukommelsessvækkelse, angst eller har følger efter en hjerneskade
- du mangler evnen til at tage initiativ, planlægge, gennemføre daglige gøremål og holde dig orienteret i nødvendige informationer fra offentlige instanser

Ved børn:

- Du har problemer med at følge dine mindreårige børn i institution eller skole, da du har et nedsat funktionsniveau
- Dit barns anden forældre er forhindret i at varetage denne opgave

### **Indsatsen kan omfatte**

- **Støtte til opgaveløsning.** Støtte til at læse breve og tage kontakt til offentlige instanser samt støtte til at skabe struktur i hverdagen.

- *Skrive madseddel.* Tilbydes hvis du ikke selv kan bestille maden, når du modtager madudbringning.
- *Ledsagelse i forbindelse med demensudredning og opfølgning på demenssygdom.* Tilbydes, når du ingen pårørende har.
- *Følge barn til og fra institution.* Tilbydes til mindreårige børn, hvor forældrene ikke kan følge barnet.

### **Indsatsen omfatter ikke**

I forbindelse med indsatsen tilbyder Hillerød Kommune ikke støtte i form af terapi, psykologisk og psykiatrisk hjælp. Du tilbydes heller ikke støtte til udarbejdelse af større regnskaber, budgetter, selvangivelse og lignende.

Yderligere ved børn:

- Hillerød Kommune tilbyder ikke overvågning, leg eller anden pasning af dine børn.
- Du skal selv dække udgiften til eventuel transport både for dine børn og for medarbejderen.
- Har du brug for indsatser af socialpædagogisk karakter, er du som udgangspunkt ikke i målgruppen.

### **Levering og omfang**

Støtte i hverdagens aktiviteter tilbydes primært på hverdage mellem kl. 8 og 17. Besøgstidspunkterne aftales mellem dig og din leverandør. Indsatsen tilbydes fra en gang dagligt til en gang ugentligt, og kun så længe der er effekt af indsatsen.

Yderligere ved børn:

- Da du fortsat varetager forælderrollen over for dine børn, vil du blive medinddraget så meget som muligt i løsning af opgaverne.

Hvis du bor i plejebolig, kan du ikke få bevilget støtte til hverdagens aktiviteter, da det er en del af dagligdagen i plejeboliger.

### **Lovgrundlag**

Lov om social service § 83.

## **PRAKTISK STØTTE I HJEMMET**

### **Formål**

Formålet med praktisk støtte i hjemmet er, at du:

- opretholder en forsvarlig hygiejnisk standard i din bolig
- har relevante varer i din husholdning
- har rent tøj og linned

### **Målgruppe**

Borgere, der er fyldt 18 år og som helt eller delvist ikke kan varetage rengøring af deres hjem, tøjvask eller indkøb.

### **Kriterier for tildeling**

Du har et nedsat funktionsniveau, der gør, at du har brug for støtte i forbindelse med praktiske opgaver i hjemmet.

Støtten tildeles på baggrund af en individuel, konkret vurdering, og det kan fx være på baggrund af, at du:

- har balanceproblemer, smerter, nedsat kraft og bevægelighed, synsproblemer eller vejrtrækningsproblemer
- har hukommelsessvækkelse eller lider af angst eller følger efter en hjerneskade
- mangler evnen til at tage initiativ, planlægge eller gennemføre rengøring, tøjvask eller indkøb
- mangler evnen til at bestille indkøb over telefon eller internet
- ikke ved hjælpe af relevante hjælpemidler kan varetage opgaven selv

Sagsbehandleren vurderer, om de praktiske opgaver evt. kan løses ved en anderledes tilrettelæggelse af opgaverne. Sagsbehandleren vil også vurdere dine muligheder for selv at bruge teknologiske hjælpemidler, fx en

robotstøvsuger, en robotgulvasker, bordopvaskemaskine eller andre rengøringsredskaber som fx forlængede toiletbørster og gulvmopper.

Når du søger støtte til praktiske opgaver vil sagsbehandleren se på din samlede husstand, fx i hvilket omfang om din ægtefælle/samboende kan varetage opgaverne.

### Indsatsen kan omfatte

- **Rengøring.** Støtte til planlægning og varetagelse af vedligeholdende rengøring af dine daglige opholdsrum svarende til en bolig på 65 m<sup>2</sup>. Som udgangspunkt omfatter de 65 m<sup>2</sup> entre, badeværelse, køkken, opholdsstue og soveværelse.

Indsatser, der kan indgå hos dig, er: Støvsugning af gulve og tæpper, vask af gulve, afvaskning/aftørring af toilet, håndvask, spejl, aftørring af bruseafdeling/badekar, afvaskning af køkkenvask, køkkenbord og køleskab, aftørring af frie flader inkl. vindueskarme, oprydning, tømning af affaldspose i skraldespand på matriklen, skift af sengelinned, rengøring af hjælpemidler, trappevask indvendigt ved boligforpligtelse.

Medarbejderen vil i samarbejde med dig fra gang til gang sørge for, at rengøringsopgaverne bliver fordelt, så I når alle nødvendige opgaver hen over året.

Har du ikke de nødvendige remedier, der sikrer medarbejdernes arbejdsmiljø, kan du bytte en levering af indsatsen til at få støtte til at bestille de rette redskaber over internettet.

- **Tøjvaskeordning 8 kg.** Ordningen indeholder afhentning og levering af vasketøj på din bopælsadresse, sortering, vask og tørring efter vaskeanvisningen.
- **Tøjvaskeordning 12 kg.** Ordningen indeholder afhentning og levering af vasketøj på jeres bopælsadresse, sortering, vask og tørring efter vaske-anvisningen. Tilbydes, når I er flere i husstanden.
- **Klargøring af tøj til afhentning.** Støtte til at lægge snavsetøj i poser til tøjvaskeleverandøren.
- **Få lagt tøj på plads.** Støtte til at få lagt det rene tøj på plads efter levering af dit tøj.
- **Indkøbsordning.** Indkøb af dagligvarer, levering af dagligvarer, at få stillet frost- og kølevarer på plads, at få taget flasker retur, som efterfølgende afregnes med dig.
- **Skrive indkøbsseddel.** Støtte til at skrive indkøbsseddel, hvis du ikke selv er i stand til at bestille varer, hvis du er bevilget indkøbsordning.
- **Indkøb ved hjælp.** Bevilges i særlige tilfælde til borgere, der ikke er i stand til at håndtere en indkøbsordning. Ordningen kan indeholde støtte til udfyldelse af indkøbsseddel, indkøb af maksimalt 6 kg dagligvarer i den nærmeste dagligvarebutik, at få pakket ud og stillet varer på plads, afregning for indkøb, bankærinder.
- **Medicin afhentning** kan bevilliges i særlige tilfælde fx hos borger, der har en uhensigtsmæssig adfærd omkring medicin.

Bor du i plejeboliger har du fælles indkøb af dagligvarer via leverandør. Du får tilbudt indkøb af personlige ting én gang om måneden, hvis du ikke har pårørende, der kan påtage sig opgaven.

Rengøring af boliger og fællesarealerne varetages af medarbejderne på plejehjemmet.

Tøjvask foregår på plejehjemmet.

### Indsatsen omfatter ikke

Hillerød Kommune tilbyder *ikke* støtte til:

- Oprydning efter gæstebesøg
- Skift af sengelinned efter gæster
- Skift af lagner i dobbeltseng uden gangareal på begge sider af sengen
- Udvendig vinduespuddning i boligen
- Gulvask mellem løse tæpper, der ligger tæt sammen
- Rengøring på altaner
- Flytning af tunge møbler i forbindelse med rengøring
- Tæppebankning

- Hovedrengøring
- Pasning af husdyr og rengøring efter husdyr, dog undtaget førerhunde og servicehunde
- Havearbejde og snerydning
- Reparationsopgaver, omfattende oprydning og rengøring, som kun en person med særlig faglig viden og uddannelse kan varetage, og hvor andre borgere ville rekvirere hjælp ved fagligt uddannet personale
- Vask af dyner, puder, tæpper, bademåtter eller gardiner.
- Rensning af tøj
- Ærinder på posthus og apotek, da disse leverandører tilbyder udbringning.

Er du på midlertidigt ophold er du ikke omfattet af tøjvaskeordningen, da tøjet bliver vasket i forbindelse med opholdet.

### **Levering og omfang**

Støtte til **rengøring** tilbydes på hverdage. Som udgangspunkt kan du få rengøring hver 3. uge på en fast ugedag. Dagene og tidspunkterne aftales mellem dig og din leverandør.

Medarbejderen bruger dine egne remedier i form af fx affaldsposer, spand og klude, ergonomisk korrekt støvsuger og moppe med teleskopskaft og miljørigtige rengøringsmidler.

Støtte til **tøjvask** tilbydes som hovedregel hver 2. uge af op til 8 kg tøj og linned, hvis du er enlig, og op til 12 kg, hvis I er flere i husstanden. Hvis dit/jeres behov er mindre, kan du/I få tilbud om tøjvask hver 3. eller 4. uge.

Snavsetøj afhentes hver 2. uge, og du får det rene tøj tilbage ugen efter eller ved næste afhentning. Afhentning og tilbagelevering af tøjet sker på fast ugedag inden for tidsrummet 8-15, som du aftaler med din leverandør. Hvis du konstaterer fejl ved leveringen, fx manglende eller beskadiget tøj, skal du henvende dig direkte til leverandøren.

**Indkøbsordning** tilbydes hver uge. Indkøbsordning tilbydes på hverdage mellem kl. 8 – 18. Du er forpligtiget til at være hjemme, når dagligvarerne leveres.

Du betaler for de bestilte varer og det koster 20 kr. pr. levering. Betaling for varerne skal ske ved tilslutning til bankens betalingsservice – PBS. Hvis du konstaterer fejl i leveringen, herunder manglende levering, mangler, beskadigelse eller ukurante varer skal du henvende dig direkte til leverandøren senest to hverdage efter levering. Leverandøren vil yde erstatning enten i form af nye varer eller tilbagebetaling. Indkøbsordningen kan ikke byttes til andre indsatser.

**Indkøb ved hjælpere** tilbydes højst 1 gang om ugen. Indkøb ved hjælpere tilbydes på hverdage frem til kl. 17.

Hvis du bor på plejehjem, aftales leveringen og hyppigheden af indkøb og tøjvask med personalet.

### **Egenbetaling**

Ved tøjvaskeordningen er der en egenbetaling på 130 kr. pr. måned (2024). Beløbet dækker de udgifter, borgeren ellers ville have ved tøjvask.

Ved indkøbsordning er der en egenbetaling på 20 kr. pr. levering (2024).

### **Lovgrundlag**

Lov om social service § 83.

## **GENOPTRÆNING OG VEDLIGEHOLDENDE TRÆNING**

### **Formål**

Formålet med genoptræning og vedligeholdende træning er at:

- du optræner og vedligeholder dine færdigheder i størst muligt omfang

- forebygge og lindre smerter og andre symptomer
- forebygge komplikationer af nedsat mobilitet
- du opnår samme grad af – eller bedst mulige funktionsevne, som du havde inden dit sygdomsforløb.

### **Målgruppe**

Borgere, der er fyldt 18 år, der helt eller delvist ikke kan genvinde eller opretholde sit funktionsniveau uden genoptræning eller vedligeholdende træning samt borgere med behov for palliativ træning.

### **Kriterier for tildeling**

Du har et nedsat funktionsniveau og skal opfylde et eller flere af nedenstående kriterier:

- Du har balanceproblemer, styringsbesvær, føleforstyrrelser, smerter, nedsat kraft og bevægelighed, synsproblemer og vejrtrækningsproblemer
- Du mangler evnen til at tage initiativ, planlægge og gennemføre handlinger
- Du har hukommelsessvækkelse

### **Indsatsen kan omfatte**

Genoptræning af en fysisk funktionsnedsættelse forårsaget af sygdom, der ikke behandles i tilknytning til en sygehusindlæggelse.

Vedligeholdende træning af fysiske, sociale eller psykiske færdigheder.

Træning af almindelig daglig livsførelse, fx på baggrund af kognitive vanskeligheder.

### **Indsatsen omfatter ikke**

Hvis du er i stand til at tage vare på din egen træning i fitnesscenter, lokale idrætsforeninger eller benytte de lokale tilbud om aktiviteter og træning, henvises til dette. Der ydes ikke godtgørelse til fitnesscenter eller andre træningsfaciliteter

Træningen omfatter ikke ledmanipulation, el-terapi og bløddelsbehandling, med mindre det er en forudsætning for, at du kan starte.

Indsatsen omfatter ikke behandling af lymfødem. Denne indsats leveres af Regionen.

### **Levering og omfang**

Genoptræningen foregår, hvor det er mest hensigtsmæssigt for dit forløb, enten på Sundhedscentret eller i dit hjem og nærmiljø. Træningen kan foregå på hold eller individuelt.

Den sundhedsfaglige medarbejder vurderer dine behov i samarbejde med dig, og planlægger træningen, så du kan blive ved med at være mest mulig selvhjulpen.

Træningsforløbet er tidsbegrænset.

Vedligeholdende træning kan ydes af plejepersonalet i forbindelse med dine øvrige indsatser, ved at plejen inddrager dig i din daglige pleje og støtte.

Ud over træning efter serviceloven gives der genoptræning til borgere, der udskrives fra hospitalet med en genoptræningsplan. Det gælder både somatik og psykiatri.

Det er Hillerød Kommune, der tilbyder indsatsen og det er ikke muligt at vælge en privat leverandør.

### **Egenbetaling**

Du skal selv sørge for kørsel til individuel træning. Der er dog mulighed for kørsel til træning på hold med delvis egenbetaling, hvis du ikke kan anvende andre former for transport.

### **Lovgrundlag**

Lov om social service § 86.1 og 2.

# LOVGRUNDLAG

Tilbuddene i dette katalog tager primært udgangspunkt i Lov om Social Service (serviceloven), Sundhedsloven og Almenboligloven. Her kan du læse uddrag af Lov om Social Service, hvor der er krav om, at der skal formuleres kvalitetsstandarder på Ældre- og Sundhedsområdet.

## SERVICELOVEN

### Forebyggende hjemmebesøg

**§ 79 a.** Kommunalbestyrelsen skal tilbyde mindst et årligt forebyggende hjemmebesøg til alle borgere, der er fyldt 80 år, og som bor i kommunen, jf. dog stk. 2 og 3.

Stk. 2. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde et forebyggende hjemmebesøg til alle borgere, som bor i kommunen, i deres fyldte 75. år.

Stk. 3. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde forebyggende hjemmebesøg efter behov til borgere i alderen 65 år til 79 år, som er i særlig risiko for at få nedsat social, psykisk eller fysisk funktionsevne, og som bor i kommunen.

Stk. 4. Kommunalbestyrelsen tilrettelægger besøgene efter behov, jf. dog stk. 1 og 2.

Stk. 5. Kommunalbestyrelsen kan vælge at undtage de borgere, som modtager både personlig pleje og praktisk hjælp efter § 83, fra ordningen om forebyggende hjemmebesøg.

### Personlig pleje, praktiske opgaver, og madservice

**§ 83.** Kommunalbestyrelsen skal tilbyde:

- Personlig hjælp og pleje
- Hjælp eller støtte til nødvendige praktiske opgaver i hjemmet og
- Madservice

Stk. 2. Tilbuddene efter stk. 1 gives til personer, som på grund af midlertidigt eller varigt nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer ikke selv kan udføre disse opgaver.

Stk. 3. Forud for vurderingen af behovet for hjælp efter stk. 1 skal kommunalbestyrelsen vurdere, om et tilbud efter § 83 a vil kunne forbedre personens funktionsevne og dermed nedsætte behovet for hjælp efter stk. 1.

Stk. 4. Tilbud om hjælp efter stk. 1 skal bidrage dels til at vedligeholde fysiske eller psykiske færdigheder, dels til at afhjælpe væsentlige følger af nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer.

Stk. 5. Kommunalbestyrelsen skal fastsætte individuelle mål for hjælp efter stk. 1 til den enkelte modtager af hjælpen. Hjælpen skal løbende tilpasses modtagerens behov.

Stk. 6. I forbindelse med afslutning af et rehabiliteringsforløb efter § 83 a skal kommunalbestyrelsen vurdere modtagerens behov for hjælp efter § 83.

### Rehabiliteringsforløb

**§ 83 a.** Kommunalbestyrelsen skal tilbyde et korterevarende og tidsafgrænset rehabiliteringsforløb til personer med nedsat funktionsevne, hvis rehabiliteringsforløbet vurderes at kunne forbedre personens funktionsevne og dermed nedsætte behovet for hjælp efter § 83, stk. 1. Vurderingen skal være individuel og konkret og tage udgangspunkt i modtagerens ressourcer og behov.

Stk. 2. Rehabiliteringsforløbet, jf. stk. 1, skal tilrettelægges og udføres helhedsorienteret og tværfagligt. Kommunalbestyrelsen skal fastsætte individuelle mål for rehabiliteringsforløbet i samarbejde med den enkelte modtager af forløbet.

Stk. 3. De fastsatte mål og tidsrammen for rehabiliteringsforløbet skal indgå i en samlet beskrivelse af forløbet. Er der under rehabiliteringsforløbet behov for at ændre i målene, skal dette ske i samarbejde med modtageren.

Stk. 4. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde modtageren af et rehabiliteringsforløb den nødvendige hjælp og støtte under forløbet med henblik på at nå de fastsatte mål, jf. stk. 2. Hjælpen og støtten skal løbende tilpasses

udviklingen i modtagerens funktionsevne. Hvis modtageren ikke gennemfører et rehabiliteringsforløb, skal kommunalbestyrelsen vurdere modtagerens behov for hjælp efter § 83, jf. § 83, stk. 6.

### **Genoptræning og vedligeholdelse af færdigheder**

**§ 86.** Kommunalbestyrelsen skal tilbyde genoptræning til afhjælpning af fysisk funktionsnedsættelse forårsaget af sygdom, der ikke behandles i tilknytning til en sygehusindlæggelse.

Stk. 2. Kommunalbestyrelsen skal tilbyde hjælp til at vedligeholde fysiske eller psykiske færdigheder til personer, som på grund af nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer har behov herfor.