Oslo

Velkommen til Vinderenhjemmet



Her finner du praktisk informasjon om sykehjemmet





Innhold

1 Velkommen 3
2 Om sykehjemmet 4
3 Kontaktinformasjon 5
4 Adkomst og parkering 6
5 Samarbeid med pårørende 6
6 Praktisk 7
7 Forsikring av verdisaker 8
8 Innredning av rom 8
9 Måltider 9
10 Aktiviteter 9
11 Fasiliteter og tilbud 10
12 Venneforeningen, nærmiljø og frivillighet 11
13 Endret behov for omsorg 11
14 Bruk av digitale verktøy 11
15 Personvern og taushetsplikt 12
16 Klage 12

1 Velkommen

Vinderenhjemmet er et kommunalt sykehjem i Oslo kommune, underlagt Sykehjemsetaten.

Sykehjemsetaten er Norges største drifter av langtidshjem og helsehus og er Oslo kommune sin nest største etat. Hvert år behandles 9000 beboere og pasienter av 10 000 dyktige medarbeidere. Arbeidsplassene i Oslo kommune skal preges av mangfold og våre medarbeidere skal gjenspeile byens befolkning.

Vi ønsker at du skal trives på Vinderenhjemmet og målet vårt er å tilrettelegge for at du skal oppleve meningsfulle hverdager. Alle avdelinger har aktiviteter som vi håper du vil oppleve som verdifulle.

Det er viktig at du som beboer på Vinderenhjemmet skal oppleve å få god og riktig omsorg ut fra dine behov. Sammen med deg lager vi en plan for ditt tjenestetilbud, hvor dine ønsker kommer tydelig frem. For å utvikle og tilpasse tjenestetilbudet, ønsker vi tilbakemeldinger eller innspill fra deg på hva som kan gjøres bedre eller annerledes.
Velkommen som beboer og pårørende til Vinderenhjemmet.

Lena Sand
Institusjonssjef



2 Om sykehjemmet



Vinderenhjemmet ligger sentralt til i Forskningsparken mellom Vinderen og Rikshospitalet. Vi har en vakker hage tilknyttet Gaustadbekken, og lett tilgang til store grøntområder og offentlig kommunikasjonsmidler. I hagen vår dyrkes ulike krydderurter og grønnsaker, vi har grillhytte, belyst tursti, treningsapparater samt en bocciabane. Alle avdelinger har utgang til verandaer. Området ved sykehjemmet innbyr til turer både for gående og rullestolbrukere.

I likhet med andre langtidshjem og helsehus i Oslo kommune, skal vi sørge for at Oslos innbyggere med behov for heldøgns pleie, rehabilitering og omsorg, mottar et best mulig tilbud. Vi arbeider kontinuerlig med å øke kvaliteten i tjenesten, og med fagutvikling og innovasjon for å møte fremtidens behov. Vår visjon er å tilrettelegge for livsutfoldelse i trygge omgivelser, og jobber ut fra en holdning om at hver dag teller!

Vinderenhjemmet er Miljøfyrtårn-sertifisert.

Fakta om sykehjemmet:

- 51 ordinære langtidsplasser
- 17 plasser i skjermet enhet
- 17 plasser i alderspsykiatrisk enhet
- 25 dagsenterplasser for hjemmeboende personer med demens
- Store og lyse enerom med egen dusj/toalett

Vi har også ergoterapeut, fysioterapeut, miljøterapeuter, prest og lege ansatt i tillegg til annet helsepersonell. Sammen arbeider vi aktivt for en best mulig hverdag for våre beboere.

3 Kontaktinformasjon

Telefon:
23 47 62 70

E-post: postmottak.vinderenhjemmet@sye.oslo.kommune.no

Besøk og postadresse: Vinderenhjemmet,
Forskningsveien 5, 0373 OSLO

Åpningstider resepsjonen:
Mandag-fredag 09:00-15:00
Lørdag og søndag stengt

Enhet 2 og dagsenter – Avdelingssykepleier Ida Håkansdotter ☎ 45684441
ida.hakansdotter@sye.oslo.kommune.no

Enhet 3 og 4 - Avdelingssykepleier Laura Navarro Sansano ☎ 92960585
laura.navarro.sansano@sye.oslo.kommune.no

Enhet 5 og 6 - Avdelingssykepleier Sydney Caravana ☎ 96755537
sydneysaliendra.caravana@sye.oslo.kommune.no

Institusjonssjef Lena Sand ☎ 97601722 lena.sand@sye.oslo.kommune.no

Kvalitetssjef Signe Helen Nyborg ☎ 47040770 signehelen.nyborg@sye.oslo.kommune.no

Administrasjonssjef Kristin Hofstad ☎ 99159160
kristin.melby.hofstad@sye.oslo.kommune.no

Følg oss også på Facebook «Vinderenhjemmet»

4 Adkomst og parkering

Det er flere T-baneholdeplasser i sykehjemmets nærområde. Nærmeste holdeplasser er Gaustad, Forskningsparken og Blindern. Buss nr. 46 stopper på Vinderen bussholdeplass. Se kollektivtransport på https://ruter.no/ for rutetider.

Det er et begrenset antall gjesteparkeringsplasser ved sykehjemmet. Besøkende kan benytte merkede plasser. Dersom det er behov for parkering i tidsrommet 09.00 til 15.00 på hverdager må du selv registrere ditt bilnummer på et nettbrett som står i vår resepsjon. Parkering uten registrering kan medføre bot. Etter kl. 15.00 og lørdag/søndag/helligdager trengs det ikke registering.

5 Samarbeid med pårørende

Når du flytter inn til oss er det viktig at du og/eller dine pårørende gir utfyllende opplysninger om dine ønsker og behov. Du vil bli kalt inn til en samtale etter innflytting. Der deltar avdelingssykepleier, lege, sykepleier og primærkontakt. Du vil få utlevert et hefte som du og din pårørende kan fylle ut.

Som beboer får du oppnevnt en primærkontakt og en tjenesteansvarlig sykepleier som er ansvarlig for videre oppfølging av deg.

Vi ønsker å forholde oss til en hovedpårørende. Dersom det er flere pårørende i samme familie, må du som er hovedpårørende dele informasjonen du får av oss med dem.

Sykehjemmet holder årlig pårørendemøte og vi sender ut månedlig infobrev til hovedpårørende. Vi har også et beboerråd som møtes månedlig hvor det sitter representant fra ledelsen, miljøterapeut, beboere og pårørende.

Sykehjemsetaten gjennomfører pårørendeundersøkelser regelmessig, og hovedpårørende vil få sms med link til undersøkelsen. Vi setter stor pris på at du svarer, og vi jobber systematisk med svarene.

6 Praktisk

Vaskeri og renhold
Vi tilbyr å vaske klærne dine. De må merkes med navnelapp som skaffes av deg eller pårørende. Det er viktig at navnelapper klemmes hardt inn i vaskeanvisningen eller kleslappen ved merking av klær slik at limet kommer godt inn i tøyfibrene. Tøy må merkes, selv om det vaskes privat. Tøy som ikke kan vaskes på over 40 grader og ulltøy/ikke vaskbart tøy, oppfordrer vi pårørende til å vaske selv. Sykehjemmet har ikke erstatningsansvar for bortkomne klær eller klær som ødelegges i vask.

Beboerregnskap
Dersom du har behov for det, oppfordrer vi til at pårørende forvalter din økonomi. Sykehjemmet kan eventuelt bistå deg etter avtale med dine pårørende. Det blir da opprettet en bankkonto, og vi følger retningslinjene for dette arbeidet. Tjenesten er gratis for deg og underlagt kommunerevisjonen i Oslo. Personalet har ikke mulighet til å ta imot kontanter fra deg eller dine pårørende.

TV, internett og aviser
Det er tv-uttak på rommet med ulike kanaler.

Vi har ikke felles abonnement på aviser, tidsskrifter eller blader. Dersom du ønsker å abonnere på lesestoff er dette noe du selv eller dine pårørende må bestille, og du må da oppgi ditt navn og romnummer. Post til deg blir lagt i din postkasse på avdelingen hvor du bor.

Beboere og pårørende har gratis tilgang til trådløst internett (bruk nettverket som heter «osloguest»).

Komp – en digital kommunikasjonsplattform
Hos oss kan du få tilbud om å bruke Komp. Dette er en enkel og trygg teknologi for bildedeling, tekstmeldinger og videosamtaler fra venner og familie. Vi har en kontaktperson som kan gi mer informasjon om denne løsningen. Beboer må betale et månedlig beløp for denne tjenesten.

7 Forsikring av verdisaker

Beboere har selv ansvar for verdisaker og penger som de har med seg til sykehjemmet. Sykehjemmet kan hjelpe til med å tegne en innboforsikring som dekker dette. Det er lurt å forsikre briller, høreapparat, smykker, malerier, bunad og liknende.

8 Innredning av rom



Du er velkommen til å innrede ditt eget rom slik at rommet gir trivsel for deg.

Vi anbefaler at rommet innredes på en forsvarlig måte med tanke på brannsikkerhet. Det bør tas hensyn til hvordan møbler og private gjenstander blir plassert slik at renholdet kan ivaretas og at det er plass til å bevege seg uten fallfare, samt muligheter for personalet til å bruke hjelpemidler hvis det trengs.

Noen tips vi ønsker du følger:

- Ikke ha teppe på gulvet (på grunn av fallrisiko og hygieniske hensyn)
- Alt elektrisk utstyr du har med deg (TV, lamper, ledninger og liknende) skal være i teknisk god stand. Elektrisk utstyr skal ikke være eldre enn fem år.

På Oslo kommunes nettside finner du tips til hvordan du kan innrede eget rom:

https://www.oslo.kommune.no/getfile.php/13391913-1611042233/Tjenester%20og%20tilbud/Helse%20og%20omsorg/Nedsatt%20funksjonsevne/Demens_R%C3%A5d%20om%20innredning_digitalt.pdf

9 Måltider

Vi har en kafé som ligger i 1.etg. Kaféen er åpen på hverdager mellom kl. 11:00 – 13:00. Her serveres dagens lunsj. Det selges også kioskvarer.

Frokost og kveldsmat bestilles og tilberedes av ansatte på avdelingene. Lunsj lages av egen kokk som har fokus på ernæringsrik mat basert på økologiske råvarer.

Beboerne kan hver dag velge mellom fisk- eller kjøttrett til middag som leveres fra produksjonskjøkken ved Silurveien sykehjem. Ta kontakt med personalet på avdelingen dersom du har tilbakemeldinger som gjelder måltider, mat og meny.

10 Aktiviteter

Vi er opptatt av å legge opp aktivitet- og kulturtilbudet etter beboernes ønsker og interesser. Programmet for kultur og aktiviteter blir jevnlig oppdatert og lagt ut på Facebook (Vinderenhjemmet) og de digitale informasjonstavlene på sykehjemmet. Pårørende er velkommen til arrangementene.

Et kulturprogram utarbeides for hvert halvår, med tilbud for alle beboere og brukere av dagsenteret. Vi er opptatt av å ha et variert utvalg med blant annet konserter, foredrag, utflukter og gudstjenester.

Av faste aktiviteter har vi trim på trimrom, trimgrupper i ulike etasjer, turer i nærområdet, grupper med lesing, musikk, samtaler og nyhetsoppdateringer.

Hagen brukes til ulike arrangementer og inneholder bocciabane, tursti, treningsapparater og grillhytte.

Kulturprogram og faste aktiviteter føres opp på en ukeplan som henges opp i resepsjonen og legges ut på vår Facebook-side hver uke.

Avdelingene har egne aktivitetsprogram, både felles for beboerne og individuelt.

11 Fasiliteter og tilbud

På Vinderenhjemmet har beboerne tilgang til:

- Frisør
- Fotterapeut
- Treningsrom
- El-sykler til utlån
- Solrom
- Kafé
- Fine uteområder og stor hage
- Verandaer i alle etasjer
- Utlån av lokaler til ulike arrangementer
- Prestetjeneste med samtale ut fra den enkeltes behov
- Gudstjeneste fra Ris menighet

Noen tilbud er tilgjengelig til faste tider, så ta kontakt med ansatte på avdeling eller resepsjon dersom du ønsker mer informasjon om de ulike tilbudene.

Beboere som ønsker å låne dagsenteret eller kaféen i forbindelse med bursdager eller andre arrangementer, kan gjøre dette etter avtale i resepsjonen.

12 Venneforeningen, nærmiljø og frivillighet

Vi har en aktiv Venneforening som har faste arrangementer gjennom året.
Vinderenhjemmets venneforening ble stiftet i 2002. Foreningen bidrar med tiltak som skaper trivsel, hygge og glede.
Informasjonsbrosjyre om venneforeningen fås ved å kontakte resepsjonen.

Vi har generasjonsmøter med barn og ungdom fra nærmiljøets barnehage og skoler.

Frivillige driver med ulike aktiviteter; besøks- og turvenner, tirsdagstreff, sykling, hundebesøk, sang og musikk eller hjelper til på arrangementer og på torsdagskafeen. Sykehjemmet ønsker å rekruttere flere frivillige. Om du eller noen du kjenner er interessert i å være frivillig hos oss så ta kontakt.

13 Endret behov for omsorg

Ditt behov for pleie og omsorg kan forandre seg med tiden. Derfor blir det vurdert jevnlig om du får det riktige tilbudet. Dette er en tverrfaglig vurdering. Et eksempel kan være at du har fått en sykehjemsplass på skjermet avdeling, men at du etter hvert får behov for en vanlig langtidsplass, enten hos oss eller ved et annet sykehjem.

14 Velferdsteknologi

Alle beboere får tilbud om alarmsmykker som man kan bruke for enkelt å få tak i pleiepersonalet ved behov. Alarmsmykkene fungerer også som nøkkel til beboerrommene. Alle beboerrom har også installert et kamera med sensorer (Nattugla). Nattugla har sensorer som kan fange opp ulike bevegelsesmønstre som vil utløse varsling til helsepersonell, som f.eks fall. Hver enkelt beboer får innstilt disse varslene tilpasset den enkeltes behov. Det er også mulig å åpne videostrøm fra Nattugla når det er utløst et varsel til helsepersonell. Nattugla lagrer ikke video, bilder eller lydopptak.

15 Personvern og taushetsplikt

Alle våre ansatte har taushetsplikt. Det betyr at de ikke kan gi informasjon om deg og din helsetilstand til utenforstående dersom du ikke har gitt samtykke til det. Utenforstående er i denne sammenheng også familie medlemmer og nære kjente som du ikke har oppgitt som din hovedpårørende.

Du har rett til å vite hva legen skrive om deg i din journal.

16 Klage

Vi ønsker at du skal trives og være trygg hos oss. Derfor er tilbakemelding fra deg eller dine pårørende om hva som bør bedres viktig. Snakk med dine hovedkontakter eller leder på avdelingen.

Dersom du opplever at du ikke får den tjenesten du har krav på, er det flere muligheter for å klage. Her er informasjon om hvem du kan kontakte og hvordan: https://www.oslo.kommune.no/helse-og-omsorg/sok-helse-og-omsorgstjenester/klag-pa-helse-og-omsorgstjenester/#gref

Pasient- og brukerombudet i Oslo og Viken kan bistå om du trenger hjelp. Se www.ombudet.no