



Oslo

Ullernhjemmet

Velkommen til Ullernhjemmet

I denne brosjyren finn du praktisk
informasjon om sykehjemmet



Innholdsfortegnelse

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

1 Velkommen

Ullernhjemmet 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 Ullernhjemmet 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 Ullernhjemmet 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 Ullernhjemmet.

Thomas Alexander Horntvedt
Institusjonssjef



2 Om Ullernhjemmet

Ullernhjemmet ligger nydelig til med utsikt over Oslofjorden, og lett tilgang til grøntområder og offentlig kommunikasjonsmidler. Vi ønsker et levende hus med plass for mangfold, slik at alle våre beboere kan få innfridd hva som er viktig for seg. Det er utstrakt bruk av velferdsteknologi i bygget, bl.a. digitalt tilsyn og ulike former for sensorteknologi. I tillegg til å være et moderne sykehjem skal Ullernhjemmet ha et godt bo- og arbeidsmiljø. 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!

Fakta om sykehjemmet:

- 40 ordinære langtidsplasser
- 8 plasser i forsterket skjermet enhet
- Store og lyse enerom med egen dusj/toalett
- Dagsenter for hjemmeboende

Vi har også ergoterapeut, fysioterapeut, aktivitør, 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 43 57 00

E-post: postmottak.ullernhjemmet@sy.e.oslo.kommune.no

Besøk og postadresse:

Ullernhjemmet, Ullernchausséen 111 C

0284 OSLO

Avdeling 5 – Avdelingsleder Marit Øxning ☎ 48848451

marit.oxning@sy.e.oslo.kommune.no

Avdeling 6 - Avdelingssykepleier Lena C. Moltzau Andersen ☎ 48848450

lenachristine.moltzauandersen@sy.e.oslo.kommune.no

Avdeling 7 – Avdelingsleder Marit Øxning ☎ 48848451

marit.oxning@sy.e.oslo.kommune.no

Institusjonssjef Thomas Alexander Horntvedt ☎ 94874081

thomasalexander.horntvedt@sy.e.oslo.kommune.no

Kvalitetssjef Norianne De Luna Lorenzo ☎ 96945414

norianne.lorenzo@sy.e.oslo.kommune.no

Følg oss også på Facebook «Ullernhjemmet»

4 Adkomst og parkering

Nærmeste trikkeholdeplass er Sollerud, linje 13. Buss nr. 23 har også holdeplass like ved sykehjemmet. Se kollektivtransport på <https://ruter.no/> for rutetider.

Det er et begrenset antall gjesteparkeringsplasser ved sykehjemmet. Besøkende kan benytte merkede plasser i kjellergarasje under bygg C. Det er et fåtall handicapplasser på bakkeplan.

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.

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 én hovedpårørende. Dersom det er flere pårørende i samme familie, må du som er hovedpårørende dele informasjonen du får av oss med dem.

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

Sykehjemsetaten sender regelmessig ut pårørendeundersøkelse til alle hovedpårørende, og det settes stor pris på svar for kartlegging av fornøydhet, forbedringsområder.

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»).

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. Bygg B. Kaféen er åpen på hverdager mellom kl. 11:00 – 13:00. Her serveres dagens lunsj. Det selges også kioskvarer.

Frokost og kveldsmat tilberedes av ansatte på avdelingene. Lunsj lages på felles kjøkken med helsehuset.

Råd om innredning av eget rom på sykehjemmet



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 (Ullernhjemmet) og de digitale informasjonstavlene på sykehjemmet. Vi er opptatt av å ha et variert utvalg med blant annet konserter, foredrag, utflukter og gudstjenester. Pårørende er velkommen til arrangementene.

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

11 Fasiliteter og tilbud

På Ullernhjemmet har beboerne tilgang til:

- Frisør
- Fotterapeut
- Treningsrom
- Fellestrim med besøksvenn
- Kafé
- Fine uteområder og stor hage
- Verandaer i alle etasjer
- Utlån av lokaler til ulike arrangementer
- Preste- og gudstjeneste

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

12 Frivillighet

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

13 Bruk av digitale verktøy

Ullernhjemmet bruker velferdsteknologi for å gi best mulig helsehjelp for våre beboere. Beboere som flytter inn, gir samtykke til grunnpakken med digitalt tilsyn og falldeteksjon. Alle beboere blir individuelt kartlagt for velferdsteknologiske løsninger og sensorer som blir tilpasset etter beboers helsemessige behov. Beboere får et personlig alarmsmykke (elektronisk/mobilt ringesnor) som man kan bruke for enkelt å få tak i pleiepersonalet ved behov og som fungerer som digital nøkkel til eget rom, om ønskelig. Beboerens behov blir forløpende vurdert.

14 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.

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 skriver 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