



Helsingfors

Heldygnsomsorg för äldre

Välkommen som klient till heldygnsomsorg för äldre

Helsingfors

Innehåll:

För läsaren.....	5
Bostad och vårdmiljö.....	6
Hobby- och rekreationsaktiviteter	7
Personal.....	8
Stöd och vård på basis av en vård- och handlednings-plan	9
Ett bra liv på ditt sätt	10
Måltidstjänst.....	11
Städning och klädvård.....	11
Vård i livets slutskede.....	12
Sekretess och hantering av klientuppgifter	14
Seniorcenter och servicehus	15

Bilder Helsingfors stads materialbank:
Maarit Hohteri (omslag)

Beskrivning av tjänster med heldygnssomsorg för klienter





För läsaren

Vi vill stöda ditt välbefinnande, din säkerhet och en god livskvalitet. Vår verksamhet styrs av våra värderingar – genuint bemötande, livsglädje och en välmående personal. I den här tjänstebeskrivningen beskriver vi våra tjänster, vård- och boendemiljön och hur vi stöder dig i samarbete med din familj och dina närstående.

Du kan också ta del av vår plan för egenkontroll som finns tillgänglig både elektroniskt på hel.fi/kvalitetskontroll-av-tjanster och som en utskrift i varje seniorcenter och servicehus. I planen för egenkontroll uppger vi vilka lagar, förordningar och kvalitetsstandarder som ligger till grund för vår heldygnsomsorg och hur vi säkerställer tjänstens kvalitet och säkerhet.

Heldygnsomsorg är i allmänhet serviceboende. Institutionsvård finns tillgänglig på Stengårds seniorcenter och en del av Forsby och Gustafsgårds seniorcenter. I enlighet med lagstiftningen omvandlas institutionsvård till serviceboende med heldygnsomsorg senast 2028. Det finns vissa små skillnader i mellan tjänsteformerna, som vi även hänvisar till i denna tjänstebeskrivning.

Bostad och vårdmiljö

I vårt serviceboende bor du i en lägenhet för en eller två personer med toalett och badrum. Lägenheten är utrustad med en elektriskt reglerbar säng, madrass och allmän belysning.

På institutionsvårdens avdelningar kan det också finnas rum för mer än en person. Toalett och badrum kan vara belägna i korridorerna. I enheterna för institutionsvård är basmöbleringen och -utrustningen mer mångsidig än i serviceboenden.

Du har också tillgång till gemensamma utrymmen. I gruppheimen finns gemensamma matsalar och sällskapsutrymmen, och i en del även en egen bastu. Alla seniorcenter och servicehus har en restaurang, olika grupp- och möteslokaler och ett gym. I vissa finns även bastu, bibliotekets servicepunkt eller exempelvis privata frisör- och massageterapier som kan användas av både invånarna och servicecentrets klienter.

Du kan ta med dig egna föremål till din lägenhet, men du och dina anhöriga bör själva ta hand om dem.

När du inreder är det bra att se till att dina föremål inte ökar risken för att falla, utan att miljön förblir säker och funktionell. Vi rekommenderar att du tecknar en hemförsäkring för din bostad i serviceboendet.

Vi ansvarar endast för kontanter (upp till 300 euro) och värdesaker som överlämnas till personalen för förvaring. I princip önskar vi att du inte tar med dig värdesaker. Observera att du på serviceboendet behöver kontanter för eventuella FPA-taxiresor till och från serviceboendet (50 euro). Vi upprättar en separat förteckning över kontanter och värdesaker som överlämnats till vårdenheten och dessa bokförs.

Vårdpersonalen finns tillgänglig dygnet runt. Vi använder en rad olika tekniska system för att du ska få kontakt med personalen och för att garantera din säkerhet. Våra invånare bär vanligtvis ett säkerhetsarmband.

Hobby- och rekreatiönsaktiviteter

Vi ordnar många olika idrotts-, rekreatiöns- och kulturaktiviteter för våra invånare. Gruppaktiviteterna kan inkludera en grupp för minnet och minnen, en musik- eller bildkonstgrupp, en diskussionsgrupp eller en aktivitetsstund för pyssel, matlagning, hantverk eller trädgårdsskötsel. Även gemensamma evenemang och utflykter kan ordnas för dig och de andra invånarna samt anhöriga. Vi beaktar årscykeln och de olika helgdagarna i vår verksamhet. Du kan delta i gemenskapens liv och de vardagliga aktiviteterna.

Ett dags- och veckoprogram finns tillgängligt för dig och dina närstående. Du är välkommen att delta i verksamheten och de gemensamma aktiviteterna!

Personal

Närvårdare och sjukskötare ansvarar för din dagliga vård. Även flera andra yrkespersoner, såsom fysioterapeuter, ergoterapeuter, social- och kulturhandledare och vårdbiträden tar hand om ditt välmående. Dessutom bemanas boendena av personal för fastighets- och lokalunderhåll, vaktmästare och måltidstjänster.

En ansvarig vårdare kommer att utses för dig så fort du anländer. Han eller hon ansvarar för din vård och planeringen och utvärderingen av den tillsammans med andra yrkespersoner. Tillsammans med din ansvariga vårdare kan du diskutera frågor som bekymrar dig och ta hand om praktiska frågor. Tillsammans med din

ansvariga vårdare kan du också göra trevliga saker som är viktiga för dig. Observera att din ansvariga vårdare arbetar i skift. Du ska inte alltid vänta på honom eller henne, utan du kan också vända dig till annan personal på enheten.

Det är viktigt för oss att utveckla kompetensen hos vår personal. Vi uppmuntrar våra anställda att utveckla sina yrkeskunskaper genom att erbjuda dem att delta i fortbildning och olika utvecklingsprojekt.

Vi har klienter och personal från många olika kulturer. Vi är stolta över vår mångfaldiga gemenskap, och använder även andra språk än finska. Vid behov utvecklar våra anställda sina kunskaper i finska på språkkurser som anordnas av staden. I de svenskspråkiga tjänsterna betjänar vi dig på svenska.

Ett tillräckligt personalantal har fastställts i äldrevårdslagen. Vi följer själva kontinuerligt upp personalens tillräcklighet. För att säkerställa ett tillräckligt antal yrkespersoner samlar dessutom Institutet för hälsa och välfärd (THL) två gånger om året in uppgifter om alla enheter som tillhandahåller vård med heldygnssomsorg och institutionsvård för äldre i Finland.





Stöd och vård på basis av en vård- och handledningsplan

Din vård grundar sig på en vård- och handledningsplan. Till stöd för utarbetandet av planen använder vi ett verktyg för bedömning av funktionsförmågan som heter RAI (Resident Assessment Instrument), som innehåller frågor och tester för att bedöma din funktionsförmåga och ditt hälsotillstånd.

RAI-bedömningen hjälper oss att utarbeta en vård- och handledningsplan som beaktar dina behov och resurser. Vård- och handledningsplanen utarbetas tillsammans med dig och om du vill även dina närstående. Vi diskuterar dina åsikter och önskemål om ditt liv och din vård med dig.

Vi vill lära känna dig och din livshistoria, så att vi kan hjälpa dig att fortsätta leva på ditt sätt i en ny livssituation.

Vi följer upp ditt hälsotillstånd och eventuella förändringar i det dagliga och antecknar våra observationer i klientdatasystemet. Utifrån dessa bedömningar preciserar vi vid behov vårdplanen. Den läkare som är utnämnd till enheten ansvarar för din medicinska vård och bedömer regelbundet ditt hälsotillstånd.

Du kan kontakta läkaren via vårdpersonalen. Vi tar hand om frågor kring din läkemedelsbehandling i samarbete med vårt samarbetsapotek.

Ett bra liv på ditt sätt

Vi vill göra det möjligt för dig att leva livet på ditt sätt, även efter att du har flyttat. Även om dagen på en vårdenhets är organiserad kring exempelvis måltider och personalskift, beaktar vi din personliga dygnsrytm och dina önskemål om hur dagen ska se ut. Dina önskemål om utvistelse, hobbyer och till exempel bastubad dokumenteras i vård- och handledningsplanen. Vi strävar efter att möjliggöra dina önskemål på det sätt du vill.

För att din funktionsförmåga ska förbli åtminstone på samma nivå eller till och med förbättras uppmuntrar och aktiverar vi dig att vara så självständig som möjligt, exempelvis när det gäller att röra på dig, klä på dig och äta. Vi säkerställer att du har de hjälpmedel du behöver.

Även om du har utmaningar med hälsan eller rörligheten kan du med rätt hjälpmedel klara av många saker på ett säkert och självständigt sätt. Vid behov får du hjälp med dina dagliga sysslor. För att upprätthålla din fysiska



kondition handleder och stöder vi dig att göra olika övningar. Vi uppmuntrar och hjälper dig även att delta i gruppaktiviteter som stöder din funktionsförmåga. Vi önskar att din familj och dina närstående deltar i ditt liv, stöder din funktionsförmåga tillsammans med oss och gör det möjligt för dig att leva på ditt sätt. Vi har inga besökstider, men det är bra att avsätta de senare kvällstimmarerna för kvällssysslor. Vi anordnar regelbundet evenemang för närstående och tar gärna emot förslag till teman för möten.

Måltidstjänst

God kost hjälper dig att upprätthålla funktionsförmågan och återhämta dig från sjukdomar. För många är god mat och att äta tillsammans de bästa stunderna på dagen. Vi vill ordna måltider som är trivsamma och som stöder din självständighet.

Måltidshelheterna är planerade för att vara mångsidiga och hälsosamma i enlighet med kostrekommendationerna. Dagens måltider omfattar frukost, lunch, kaffe eller mellanmål, middag och kvällsmål. Måltiderna är schema-lagda så att det är minst fem timmar mellan de varma måltiderna (lunch och middag) och så att nattfastan är inte överskrider 11 timmar. Du får tillräckligt

med näring när du äter dagens alla måltider. Om du inte orkar äta tillräckligt vid måltiderna och din vikt sjunker, erbjuder vi extra mellanmål. Individuella ändringar i din måltidsplan kan planeras, till exempel på grund av ditt hälsotillstånd.

Matlistorna och mattiderna finns tillgängliga vid vårdenheterna och i restaurangerna vid seniorcenter och servicehus. Måltidstjänstproducenten tar gärna emot dina önskemål och din respons gällande måltiderna.

Många av restaurangerna och kaféerna betjänar också närstående. Vid behov kan du be din vårdenhet om mer information om hur du och dina närstående kan ordna gemensamma måltider

Städning och klädvård

Lägenheterna städas varje vecka, vid behov oftare. Underhållsstädningen omfattar fukttorkning av golv, dammsugning av mattor, avtorkning av ytor och rengöring av toaletter. Mellan städningarna tar vi hand om prydligheten i ditt hem, exempelvis genom att ta bort fläckar, ta ut soporna och ställa undan saker. Vid behov städas ditt hem också mer noggrant.

Du får tillgång till lakan och handdukar som hyrs ut från ett tvätteri.

Personalen tvättar dina kläder. Se till att dina kläder är märkta med ditt namn. Du bör ordna underhåll av ömtåliga textilier och andra textilier som kräver specialskötsel på egen bekostnad.

Om din funktionsförmåga tillåter städare och tvättar vi gärna tillsammans med dig.

Vård i livets slutskede

Du kan bo på seniorcentret/servicehuset fram till slutet av ditt liv. För att vi ska kunna vårda dig så väl som möjligt är det viktigt att vi på förhand har diskuterat hur ditt hälsotillstånd och dina tidigare sjukdomar påverkar din vård, ifall du exempelvis insjuknar plötsligt. För oss är det viktigt att veta vad du själv önskar av din vård. Vår verksamhet styrs av ditt eventuella vårddirektiv och de riktlinjer för din medicinska vård som den läkare som ansvarar för din vård har utfärdat.

Livet kan ta slut på ett oväntat sätt, men ofta går det att förutse den annalkande döden. I sådana fall kan det vara aktuellt att inleda vård i livets slutskede. Läkaren beslutar om inledandet av vård i livets slutskede. Innan beslutet fattas diskuteras det med dig, dina anhöriga och vårdpersonalen.

Vi respekterar din övertygelse och strävar efter att säkerställa ditt andliga välbefinnande även när du närmar dig döden. Vi uppmuntrar din familj och dina närstående att vara närvarande och delaktiga i din vård, även under vården i livets slutskede. Vid behov kan vi ordna ett enkelrum eller ett lugnt utrymme.

Vi stöder dina anhöriga och närstående under vården i livets slutskede och med sorgen. Vi erbjuder dem möjlighet till en lugn diskussion med en vårdare. Vi tillhandahåller även nödvändiga skriftliga anvisningar för att sköta ärenden efter döden.





Med vård i livets slutskede avses behandling av en allvarligt sjuk person, när man har avstått från kurativ behandling och sjukdomsförloppet inte kan kontrolleras, det vill säga döden förväntas inom de närmaste dagarna eller veckorna. Vård i livets slutskede kan vara en del av den palliativa vården och målet med den är att stöda och vårda den döende och dennes närstående individuellt, på bästa möjliga sätt och med respekt för människovärdet. Beslutet om att inleda vården i livets slutskede fattas av den läkare som ansvarar för klientens vård.

Utgångspunkten för vård i livets slutskede är att klienten och hans eller hennes anhöriga medvetet förbinder sig till att avstå från kurativ vård. Beslutet påverkar inte bara klienten och de anhöriga utan även vårdpersonalen, och därför bör alla parter vara delaktiga i beslutsfattandet. Vård i livets slutskede betonar den döendes rätt till adekvat symtomlindring, grundläggande vård och omsorg som respekterar människovärdet samt psykologiskt stöd för närstående

Källa: Palliativ vård och vård i livets slutskede. God medicinsk praxis-rekommendation. En arbetsgrupp tillsatt av Finska Läkarföreningen Duodecim och Föreningen för palliativ medicin i Finland. Helsingfors 2019).

Sekretess och hantering av klientuppgifter

Dina klientuppgifter är konfidentiella. Vi kan endast lämna ut dem till utomstående, inklusive dina anhöriga och närstående, med ditt samtycke. Du bör förstå vad det innebär när du ger en annan person tillåtelse att granska dina uppgifter eller sköta ärenden för din räkning. Tala om för personalen vilka av dina anhöriga du vill ska kontaktas i första hand gällande dina angelägenheter.

Du kan spara ditt samtycke direkt i Maisa-kundportalen på adressen maisa.fi eller lämna en fullmakt till vårdenheten, i vilken du anger vem du ger fullmakt att granska dina uppgifter och/eller sköta ärenden för din räkning. I kundportalen Maisa kan du eller en person som du har utsett granska dina klientuppgifter och kontakta personalen på vårdenheten.

Konfidentiella klient- och personuppgifter kan hamna hos utomstående om du använder vanlig e-post. Vid behov kan anhöriga och närstående kontakta oss per telefon, SMS eller skyddad e-post.

Du får mer information av din vårdenhet.



Seniorcenter och servicehus

Seniorcenter:

Kinaborgs seniorcenter

Kinaborgsgatan 7–9

Tfn 09 3105 2910

Stengårds seniorcenter

Sibeliussgatan 14

Tfn 09 3107 6667 och 09 3104 6146

Gårdsbacka seniorcenter

Gårdsgränden 5

Tfn 09 3106 1800

Forsby seniorcenter

Hospitalgången 8

Tfn 09 3105 011

Gustafsgård seniorcenter

Åldermansvägen 32

Tfn 09 3105 4776

Kvarnbäckens seniorcenter

Kvarnfärdsvägen 4

Tfn 09 3103 3367

Djurbergets seniorcenter

Stormyrvägen 28

Tfn 09 3104 9200

Kasbergets seniorcenter

Rödluvans väg 16

Tfn 09 3106 0790

Höstvågens seniorcenter

Utängsgränden 3

Tfn 09 3105 8413

Tölö seniorcenter

Tölögatan 33

Tfn 09 3104 4538

Servicehus:

Silervägens servicehus

Silervägen 14

Tfn 09 3104 3145

Östra centrums servicehus

Smörblommevägen 6

Tfn 09 3104 5102

Gamlas servicehus

Orgelpipsvägen 4

Tfn 09 3104 4006

Degerö servicehus

Rudolfstie 17–19

Tfn 09 3106 0790

Madetoja servicehus

Madetojagränden 3

Tfn 09 3102 4433

Munksnäs servicehus

Professorvägen 3

Tfn 09 3106 4522

Parkstads servicehus

Accisstigen 1

Tfn 09 3105 8722

Bergssidans servicehus

Bergssidan 7

Tfn 09 3102 9982

Helsingfors