



**Välkommen
som klient inom
dygnetruntomsorgen
för äldre**

Helsinki

Innehåll

Boende och vårdmiljö.....	4
Hobby- och rekreationsverksamhet	5
Personal.....	5
Stöd och omsorg enligt planen för vårdarbetet ..	6
En aktiv vardag som passar dig	7
Måltidsservice	8
Städning och klädvård.....	8
Vård i livets slutskede.....	9
Sekretess och behandling av klientuppgifter	10
Seniorcenter och servicehus	11

Bilder Helsingfors stads materialbank:

Maarit Hohteri (pärm); Nilla Varpunen (sidan 5); Mika Lappalainen (sidan 6)

Layout: Innocorp Oy

Till läsaren

Vi vill stödja ditt välbefinnande och din trygghet samt en god livskvalitet. I den här servicebeskrivningen berättar vi om våra tjänster, om vård- och boendemiljön samt om hur vi stöder dig i samarbete med dina anhöriga och närstående.

Du kan också läsa vår egenkontrollplan, som finns i elektronisk form på www.hel.fi/sote/fi/esittely/organisaatio/skh/ovs och som utskrift på alla seniorcenter och servicehus. I egenkontrollplanen berättar vi vilka lagar, förordningar och kvalitetskrav dygnetruntomsorgen baserar sig på samt hur vi säkerställer tjänsternas kvalitet och säkerhet.

Dygnetruntomsorg är i allmänhet serviceboende. På Stengårds och Forsby seniorcenter samt en del av Gustafsgårds seniorcenter är servicen ännu anstaltsvård. Serviceformerna skiljer sig från varandra i fråga om vissa detaljer, varav en del också tas upp i denna servicebeskrivning.

Boende och vårdmiljö

Hos oss bor du i serviceboende i en bostad för en eller två personer, som har toalett och badrum. Bostaden är försedd med motorsäng, madrass och allmänbelysning.

Enheter för anstaltsvård kan också ha rum för flera personer. Toaletten och badrummet kan finnas i korridoren. Enheter för anstaltsvård har mångsidigare basmöblemang och -utrustning än enheter för serviceboende.

Det finns också gemensamma utrymmen. Gruppheimen har gemensamma matsalar och uppehållsrum, och en del gruppheim har också egen bastu. Alla seniorcenter och servicehus har restaurang, olika grupp- och möteslokaler samt gym. En del hus har också bastu, biblioteksfilial eller exempelvis privata frisör- och massörtjänster, som kan användas av både husets invånare och servicecentrets klienter.

Du kan ta med dig egna saker till din bostad, men det är du och dina närstående som ansvarar för att ta hand om dem. När man inreder är det bra att komma ihåg att sakerna inte bör öka risken för

fall, utan att miljön bör vara trygg och funktionell. I serviceboende rekommenderar vi att man tecknar en hemförsäkring.

Vi ansvarar endast för kontanter (högst 300 euro) och värdesaker som överlåtit till personalen för förvaring. I första hand önskar vi att du inte tar med dig värdesaker. Observera att man inom serviceboende även behöver kontanter för eventuella tur och retur-resor med FPA-taxi (50 euro). Kontanter och värdesaker som överlåtit till vårdenhetens ansvar skrivs upp i en särskild förteckning och bokförs.

Vårdpersonal är på plats dygnet runt. Vi använder olika teknologiska system för att få kontakt med personalen och trygga säkerheten. Det vanligaste är att klienten har ett trygghetslarm.

Hobby- och rekreationsverksamhet

Vi ordnar motions-, rekreations- och kulturverksamhet av många olika slag för våra boende. Vi har gruppverksamhet i form av exempelvis minnesgrupper, musik- och bildkonstgrupper, diskussionsgrupper eller grupper som ägnar sig åt pyssel, matlagning, handarbete eller trädgårdsskötsel. Vi kan ordna gemensamma tillställningar och utfärder för dig och de andra

boende samt anhöriga. Vi beaktar årstiderna och olika högtider i vår verksamhet. Du kan delta i gemenskapens liv och aktiva vardag.

Du och dina anhöriga har tillgång till dags- och veckoprogrammet. Du är välkommen med i verksamheten och de gemensamma aktiviteterna!

Personal

Närvårdare och sjukskötare ansvarar för din dagliga vård. Vi har också många andra yrkespersoner som tar hand om ditt välbefinnande, såsom fysio- och ergoterapeuter, social- och kulturhandledare samt omsorgsassistenter. I husen arbetar också fastighetsskötare och lokalvårdare samt personal inom vaktmästar- och näringstjänster.

En ansvarig vårdare utses för dig direkt vid din ankomst. Din ansvariga vårdare ansvarar för din vård och planeringen av den tillsammans med andra yrkespersoner. Med din ansvariga vårdare kan du diskutera sådant som du funderar på och sköta

praktiska saker. Du kan också göra trevliga saker som är viktiga för dig tillsammans med din ansvariga vårdare. Observera att din ansvariga vårdare arbetar i skift. Ibland lönar det sig inte att vänta på den ansvariga vårdaren, utan du kan också få hjälp av enhetens övriga personal.

Det är viktigt för oss att utveckla personalens kompetens. Vi uppmuntrar våra anställda att utveckla sin yrkeskompetens genom att möjliggöra fortbildning och delta i olika utvecklingsprojekt.

Vi har klienter och anställda från många olika kulturer. Vi är stolta över vår mångsidiga gemenskap, där vi även använder andra språk än finska. Våra anställda utvecklar vid behov sina kunskaper i

finska med hjälp av språkkurser som ordnas av staden. Inom våra svenskspråkiga tjänster betjänar vi på svenska.

Vi följer kontinuerligt upp personalens tillräcklighet. Dessutom samlar Institutet för hälsa och välfärd (THL) in information om vår personal två gånger per år för att säkerställa att antalet yrkespersoner inom social- och hälsovården är tillräckligt.

Stöd och omsorg enligt planen för vårdarbetet

Din vård baserar sig på en plan för vårdarbetet. Som stöd för utarbetandet av planen använder vi ett verktyg

för bedömning av funktionsförmågan som kallas RAI (Resident Assessment Instrument). I verktyget ingår frågor och tester som används för

att bedöma din funktionsförmåga och hälsa. RAI-bedömningen hjälper oss att utarbeta en plan för vårdarbetet som beaktar dina behov och resurser. Planen för vårdarbetet utarbetas i samråd med dig och, om du så önskar, dina närstående. Vi diskuterar dina synpunkter 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 ett liv som passar dig i din nya livssituation.

Varje dag följer vi upp ditt mående och förändringar i det samt antecknar våra observationer i patientdatasystemet. Vid behov

preciserar vi planen för vårddarbetet utifrån dessa bedömningar.

En läkare från hemvårdens läkartjänster ansvarar för din medicinska vård och bedömer regelbundet ditt hälsotillstånd.

Du kan få kontakt med läkaren via vårdpersonalen. Inom serviceboende faktureras läkartjänster separat. Vi sköter frågor som rör din medicinering i samarbete med vårt samarbetsapotek.

En aktiv vardag som passar dig

Vi vill ge dig möjlighet till en vardag som passar dig också efter din flytt. Även om dagsrytmen på en vårdenhet påverkas av exempelvis måltiderna och personalens arbetsskiften, beaktar vi din personliga dygnsrytm och dina önskemål om hur din dag ska se ut. Dina önskemål gällande utvistelse, hobbyer och exempelvis bastubad skrivs in i din plan för vårddarbetet. Vi försöker möjliggöra uppfyllandet av dina önskemål på det sätt du vill.

Vi uppmuntrar och aktiverar dig att vara så självständig som möjligt i fråga om exempelvis motion, påklädning och ätande, så att din funktionsförmåga bevaras åtminstone på nuvarande nivå eller till och med förbättras. Vi ser till att du får tillgång till de hjälpmedel du behöver. Med rätt hjälpmedel kan du göra många saker

självständigt och tryggt, även om du har utmaningar med hälsan eller rörelseförmågan. Vid behov får du hjälp med dina dagliga sysslor.

För att upprätthålla din fysiska kondition handleder och stöder vi dig i olika övningar. Vi uppmuntrar och hjälper dig också att delta i gruppverksamhet till stöd för funktionsförmågan.

Vi hoppas att dina anhöriga och närstående kan vara med i ditt liv för att tillsammans med oss stödja din funktionsförmåga och möjliggöra en vardag som passar dig. Vi har inga särskilda besökstider, men exempelvis sena kvällar ska gärna fredas för kvällsbestyren.

Vi ordnar regelbundet exempelvis anhörigkvällar och tar gärna emot förslag på teman för träffar.

Måltidsservice

Tillräcklig näring hjälper dig att upprätthålla funktionsförmågan och återhämta dig från sjukdomar. Många anser att god mat och gemensamma måltider är dagens höjdpunkt. Vi vill ordna måltiderna så att de är så trevliga som möjligt och stöder din självständighet.

Måltidshelheterna är planerade för att vara mångsidiga och hälsosamma i enlighet med näringsrekommendationerna. Till dagens måltider hör morgonmål, lunch, eftermiddagskaffe eller mellanmål, middag och kvällsmål. Måltidsrytmen är utformad så att tiden mellan de varma måltiderna (lunch och middag) är minst fem timmar och så att nattfastan inte överskrider 11 timmar. När du äter alla dagens måltider säkerställs

att du får tillräckligt med näring. Om du inte orkar äta tillräckligt vid måltiderna och du går ner i vikt, erbjuder vi extra mellanmål. Individuella anpassningar kan planeras i måltidshelheten exempelvis på grund av ditt hälsotillstånd.

Menyerna och mattiderna finns till påseende på vårdenheterna samt i seniorcentrens och servicehusens restauranger. Producenten av måltidstjänster tar gärna emot önskemål och respons.

Många av restaurangerna och kaféerna på seniorcentren och servicehusen betjänar också dina närstående. Vid behov kan du be personalen på din vårdenhet om mer information om hur gemensamma måltider för dig och dina närstående kan ordnas.

Städning och klädvård

Bostäderna städas med 1–2 veckors mellanrum, vid behov oftare. Underhållsstädningen omfattar våttorkning av golven, dammsugning av mattor, torkning av ytor och städning av toaletterna. Mellan städningarna upprätthåller

vi också ordningen i din bostad exempelvis genom att ta bort fläckar, tömma papperskorgar och ställa saker på sina platser. Fönstren tvättas en gång per år. Vid behov kan också en grundligare städning göras i din lägenhet. Inom anstalts-

vård kan städrytmen vara tätare än vad som beskrivs ovan.

Vi håller på att införa ett system där vi hyr sängkläder från ett tvätteri. I hus som inte ännu har tvätteritjänst sköter personalen tvätten av de boendes egna sängkläder och torkar dem i torktumlare. Endast lakan från tvätteriet är manglade.

Personalen sköter tvätten av dina kläder. Om du har textilier som är känsliga eller kräver särskild behandling måste du ordna det på egen bekostnad.

Om din funktionsförmåga tillåter det sköter vi gärna städningen och tvätten tillsammans med dig.

Vård i livets slutskede

Du kan bo och leva på seniorcentret/servicehuset ända till slutet. För att vi ska kunna vårda dig så väl som möjligt är det viktigt att vi i förväg har diskuterat hur ditt hälsotillstånd och dina tidigare sjukdomar påverkar din vård exempelvis om du blir hastigt sjuk. Det är viktigt för oss att veta hur du själv vill ha din vård. Vår verksamhet styrs av ditt eventuella

livstestamente och riktlinjer från den läkare som ansvarar för din medicinska vård.

Livet kan ta slut plötsligt, men ofta vet man att döden är nära. Då kan terminalvård bli aktuell. En läkare fattar beslut om inledande av terminalvård. Innan beslutet fattas diskuterar man saken med dig, dina anhöriga och vårdpersonalen.

Med terminalvård avses vård av en svårt sjuk människa när man har upphört med botande vård och sjukdomens framskridande inte kan förhindras, och döden är att vänta inom de närmaste dagarna eller veckorna. Terminalvård kan vara en del av palliativ vård, och dess syfte är att individuellt stödja och vårda en döende människa och hans eller hennes anhöriga på bästa möjliga sätt med respekt för mänskliga värden. Beslutet om inledande av terminalvård fattas av den läkare som ansvarar för klientens vård.

Utgångspunkten för terminalvård är klientens och de anhörigas informerade samtycke till att avbryta den botande vården. Beslutet berör utöver klienten och de anhöriga även vårdpersonalen, och därför bör alla parter delta i beslutsfattandet. I terminalvård framhävs den döendes rätt till tillräcklig och korrekt smärtlindring, basvård och omsorg med respekt för människovärdet, samt andligt stöd för de närstående (Källa: Palliativ vård och terminalvård. **God medicinsk praxis**-rekommendation. Arbetsgrupp som tillsatts av Finska Läkarföreningen Duodecim och Suomen palliatiivisen lääketieteen yhdistys. Helsingfors, 2019).

Vi respekterar din övertygelse och strävar efter att ta hand om ditt andliga välbefinnande även när döden närmar sig. Vi uppmuntrar dina anhöriga och närstående att vara närvarande och delta i din vård även i terminalvårdsskedet. Vid behov ordnar vi ett enper-sonsrum eller ett lugnt utrymme.

Vi stöder dina anhöriga och närstående i terminalvårdsskedet och i sorgen. Vi ger dem möjlighet till ett lugnt samtal med en vårdare. Vi ger också nödvändiga skriftliga anvisningar för hur olika saker ska skötas efter dödsfallet.

Sekretess och behandling av klientuppgifter

Dina klientuppgifter är sekretessbelagda. Vi kan lämna ut dem till utomstående, inklusive dina anhöriga och närstående, endast med ditt samtycke. Du måste förstå vad det innebär när du ger en annan person lov att se dina uppgifter eller uträtta ärenden åt dig.

Du kan spara ditt samtycke direkt i klientportalen Maisa på adressen maisa.fi eller lämna in en fullmakt till din vårdenhet, där det framgår

vem du vill befullmäktiga att se dina uppgifter och/eller uträtta ärenden åt dig. Via klientportalen Maisa kan du eller den person du har valt se dina klientuppgifter och ha kontakt med vårdenhetens personal.

Om du använder vanlig e-post kan sekretessbelagda klient- och personuppgifter hamna hos utomstående. Dina anhöriga och närstående kan vid behov kontakta oss per telefon, sms eller krypterad e-post.

Din vårdenhet kan ge mer information.

Seniorcenter och servicehus

Seniorcenter

Kinborgs seniorcenter

Kinborgsgatan 7–9
Tfn 09 3105 2910

Stengårds seniorcenter

Sibeliusgatan 14
Tfn 09 3107 6667 och 09 3104 6146

Gårdsbacka seniorcenter

Gårdsgränden 5
Tfn 09 3106 1800

Forsby seniorcenter

Kottbyvägen 11
Tfn 09 3105 011

Gustafsgårds seniorcenter Ålder-

mansvägen 32
Tfn 09 3105 4776

Kvarnbäckens seniorcenter

Kvarnfärdsvägen 4
Tfn 09 3106 0627

Djurbergets seniorcenter

Stormyrvägen 28
Tfn 09 3104 9200

Kasbergets seniorcenter

Rödluvans väg 16
Tfn 09 3106 0790

Höstvägens seniorcenter

Utängsgränden 3
Tfn 09 3105 8413

Tölö seniorcenter

Tölögatan 33
Tfn 09 3104 4538

Servicehus:

Silverbägens servicehus

Silverbägen 14
Tfn 09 3104 3145

Östra centrums servicehus

Smörblommevägen 6
Tfn 09 3106 2250

Gamlas servicehus

Orgelpipsvägen 4
Tfn 09 3104 4006

Degerö servicehus

Rudolfsvägen 17–19
Tfn 09 3105 6330

Madetoja servicehus

Madetojagränden 3
Tfn 09 3105 8629

Munksnäs servicehus

Professorsvägen 3
Tfn 09 3106 4522

Parkstads servicehus

Accisstigen 1
Tfn 09 3105 8722

Bergssidans servicehus

Bergssidan 7
Tfn 09 3102 9982

Helsinki

Social- och hälsovårdssektorn i Helsingfors

www.hel.fi/sote