

# Pårørende

I Lyngby-Taarbæk Kommune er vi meget optaget af, at du som pårørende ikke skal stå alene med dine udfordringer. Vi er her for at hjælpe dig og dit familiemedlem. Du har som pårørende mulighed for at kontakte kommunens pårørendevejleder mail: softh@ltk.dk mobil: 29 35 97 42. Her kan du som pårørende få råd og støtte til at mestre de nye hverdagsudfordringer samt få mere information omkring pårørendegrupper og aktiviteter for pårørende. Tag eventuelt kontakt til plejecentrets personale for mere information eller se på kommunens hjemmeside.

Du er som pårørende velkommen til hver en tid. Vi henstiller til, af etiske grunde, at pårørende og gæster ikke er i din bolig, når vi udfører plejeopgaver. Der kan være situationer, hvor vi af hensyn til øvrige beboere, vil bede jer om at opholde jer i boligen, i stedet for på fællesarealerne.

## Pårørendesamarbejdet

For at have et tæt samarbejde mellem pårørende, personale og ledelse er der en række tilbud til dig som pårørende på de enkelte plejecentre. Hvis du er i tvivl om tid og sted, så spørg altid personalet (Se bilag).

## Gode råd til pårørende ved indflytning

**1** Deltag i indflytningssamtalen (mellem sygeplejerske, afdelingsleder og kontaktperson), som er jeres mulighed for at få talt om ønsker og forventninger til indflytningen og til de nye rutiner, måltider, aktiviteter mv. på plejecentret.

**2** Det er en god idé at tage indflytningen med ro, så det ikke bliver en stressende proces for den sygdomsramte, og dig som pårørende. Fx at man føler at man skal have styr på det hele fra starten. Det tager tid at skifte miljø og der er personale til at vejlede og guide jer hele tiden, når I har behov for det.

**3** Sortér ud i møbler og ting hvad kan komme med, hvad skal ikke med? At skille sig af med ejendele kan være en følsom proces, så prøv sammen med dit familiemedlem at nå frem til gode løsninger og kompromiser.

**4** Giv den nye lejlighed et personligt præg – blomster, puder og gardiner. Og husk at billeder og fotos i lejligheden samtidig kan være en god anledning til samtale mellem personalet og dit familiemedlem – også kaldet for 'livshistorie'. Ergoterapeuten kan være behjælpelig med en god placering af møbler og belysning samt behov for hjælpemidler.

**5** Et plejecenter er et nyt hjem, med mange nye mennesker at forholde sig til. Derfor skal I regne med, at det kan tage tid at vænne sig til alt det nye, hvilket er meget individuelt.

**6** Det kan være en stor glæde og støtte at tale med andre pårørende, så tag endelig kontakt til andre pårørende. Kommunens pårørendevejleder kan hjælpe dig med kontakt.

# Tilbud til pårørende

## Tilbud

Inspirationsforum for pårørende – på plejecentrene.

Temamøder på plejecentret omkring blandt andet personcentreret omsorg, sorg og tab og andre relevante temaer.

Pårørendevejleder.

Åben dør hos plejecenterlederne 1. gang månedligt.

Husmøder afdelingsvis 2 gange månedligt.

Pårørendeaften (Seniorfestivalen).

Følgegruppe af pårørende.

## Formål

Inspiration til det gode ældre liv på plejecentrene. lenwh@ltk.dk, 30 17 17 60

Oplæg og vidensdeling omkring forskellige temaer.

Vejledning, støtte og rådgivning til pårørende individuelt og i grupper.

Øge muligheden for dialog mellem ledelse, beboere og pårørende.

En gruppe af personale, pårørende og beboere er i dialog, planlægger og arrangerer årstidsarrangementer på afdelingen samt støtter op om generelle tiltag på afdelingen.

At alle pårørende til kronisk syge borgere har mulighed for at mødes og få faglige oplæg.

Input og refleksioner til det fortsatte arbejde på demensområdet. Deltagelse i konferencer vedrørende pårørende samarbejdet i Lyngby-Taarbæk Kommune.

## Note

Kontakt Lene Wedele, hvis du ønsker at deltage i gruppen.

Se opslag på plejecentret eller kontakt ledelsen.

Kontakt Sofie Frank Thorup for nærmere information softth@ltk.dk, 29 35 97 42

Se opslag på plejecentret eller kontakt ledelsen.

Spørg personalet.

Se Seniorfestivalens program.

Løbende efter aktuelle behov.