

Hvad gør Pensionatet i hverdagen i forhold til borgere, der relaterer til sundhed.  
Udarbejdet af Team Pensionatet august 2015

### **Forebyggelsespakke alkohol:**

- Italesætte sundheds/sygdoms problematikker med beboerne – samt konsekvenser af valg.
- Vejledning om kost og kostsammensætning.
- Støtter beboeren i at kontakte Sundteamet for behandling. Deltager evt. de første gange
- Støtte beboeren ift kontakt til egen læge mhp. generelt sundhedstjek. Tilbud om at tage med, hvis beboeren ønsker det.
- Samtale om individuelt livsindhold, livskvalitet og værdier
- Vejledning om handleredskaber til håndtering af trang.
- Vejleder beboer og støtter med at ansøge og igangsætte tandbehandling .

### **Forebyggelsepakke almindelig dagligdag:**

- Ved indflytning udarbejdes en opholdsplan, som grundlag for samarbejdet.
- Ved indflytning indkaldes myndigheden for at indlede samarbejde om udredning og § 141 handleplan, for at sikre sammenhæng i beboerens liv
- Tilbud om en mad ved behov
- Friskbagte boller og socialt samvær hver fredag morgen
- Fælles gåtur i skoven hver fredag
- Løbende tilbud om gåtur med kontaktpersonen i skoven, så man kan få talt om ”det der presser på” Søvnråd ift. søvn/søvnløshed
- Løbende individuelle samtaler, der følger op på aftaler der indgår i opholdsplanen, vedrørende sundhed.
- Besøger og følger op på beboere, der er indlagt på sygehus.
- Observerer beboerens fysiske, psykiske og sociale tilstand og italesætter observationer, som støtte til en ønsket ændring. Udfordrer og forstyrrer beboeren med henblik på, at beboeren skaber forandring
- Samarbejder med beboerens tilladelse med Myndigheden, jobkonsulenter, hjemmeplejen, praktiserende læge, sygehus, psykiatri, Kriminalforsorgen, mentorer, arbejdsgivere, pårørende, SKP, bostøtte. Deltager i relevante møder sammen med beboeren.
- Vi lytter og er nærværende.
- Samtale om individuelt livsindhold, livskvalitet og værdier
- Løser ad hoc problemer sammen med beboeren og eller med samarbejdspartnere.
- Foranlediger indlæggelse på sygehus for beboere med behov.
- Får beboeren en lejlighed tilbydes efterværn eller særlig ICM støtte i deres nye hjem. Støtten tager udgangspunkt i det behov borgeren udtrykker, og det behov der træder frem, når det bliver hverdag det nye sted.

**Hvad arbejder Pensionatet i fremtiden med i forhold til beboere, der er relateret til sundhed.**

Hvad gør Pensionatet i hverdagen i forhold til borgere, der relaterer til sundhed.  
Udarbejdet af Team Pensionatet august 2015

- Særlig ICM støtte ved fraflytning, med udgangspunkt i beboerens livskvalitet , behov og ønskede forandring.

### **Forebyggelsespakke fysisk aktivitet**

- Italesætte sundheds/sygdoms problematikker med borgere – Konsekvenser af valg.
- Fællesgåtur fredag
- Alle beboere har stående tilbud om individuel gåtur med kontaktperson
- Vejledning om kost og motion.
- Individuelle samtaler om fysisk aktivitets betydning for sundhed.

### **Fysisk sundhed:**

- Vejleder beboer og hjælper med at ansøge og igangsætte tandbehandling .
- Støtter beboer ift. kontakt til egen læge mhp. generelt sundhedstjek. Tilbyder at tage med, hvis beboeren ønsker det.

### **Psykisk sundhed:**

- Foreslår redskaber til håndtering af angst.
- Vejledning ift. samarbejde med distrikts psykiatrien, SIND og frivilligcenteret.

### **Forebyggelsespakke hygiejne:**

- Italesætte sundheds/sygdoms problematikker med borgere – Konsekvenser af valg.
- Individuelle samtaler vedrørende sundhed og hygiejne.
- Verbal støtte til at få indarbejdet en praksis med bad og vask af tøj.
- Uddeling af tandpasta og tandbørste, sæbe, shampoo og håndklæde ved indflytning.

### **Forebyggelsespakke mad og måltider:**

- Italesætte sundheds/sygdoms problematikker med beboerne – Konsekvenser af valg.
- Tilbyder en mad ved behov
- tilbyder friskbagte boller hver fredag.
- Spiser frokost sammen en gang om måneden, ved Beboermøder.
- Tilbereder og spiser julefrokost og påskefrokost sammen.
- Vejledning om kost og kostsammensætning.
- Vejledning om kost og motion.

Hvad gør Pensionatet i hverdagen i forhold til borgere, der relaterer til sundhed.  
Udarbejdet af Team Pensionatet august 2015

- Individuelle samtaler vedrørende sundhed.

### **Forebyggelsespakke mental sundhed:**

- Italesætte sundheds/sygdoms problematikker med borgere – Konsekvenser af valg.
- Individuelle samtaler vedrørende sundhed.
- Individuelle samtaler om tankers betydning for mental sundhed.
- Vejledning ift. fritidsaktiviteter.

### **Forebyggelsespakke overvægt:**

- Italesætte sundheds/sygdoms problematikker med borgere – Konsekvenser af valg.
- Vejledning om kost og kostsammensætning og motion.
- Individuelle samtaler vedrørende sundhed.
- Støtter beboeren i kontakt til egen læge.

### **Forebyggelsespakke seksuel sundhed:**

- Italesætte sundheds/sygdoms problematikker med borgere – Konsekvenser af valg.
- Individuelle samtaler om parforhold eller det at leve alene. Kan der ændres på noget og hvordan?
- Taler med beboere om prostitution.
- Taler med beboeren om særlige grænseproblematikker. Retten til at sige ja og nej.
- Taler med beboeren, hvis denne rejser en problematik.
- Informerer om prævention, samt hjælp til at søge egen læge om nødvendigt.

### **Forebyggelsespakke stoffer:**

- Italesætte sundheds/sygdoms problematikker med borgere – Konsekvenser af valg.
- Støtter med at kontakte Sundteamet for behandling. Deltager evt. de første gange
- Støtter beboeren ift kontakt til egen læge mhp. generelt sundhedstjek. Tilbyder at tage med, hvis beboeren ønsker det.
- Støttesamtaler om at finde nyt livsindhold.
- Vejleder om handleredskaber til håndtering af trang.
- Vejleder om kost, kostsammensætning og motion.
- Samtale om individuelt livsindhold, livskvalitet og værdier
- Undervisning om søvn/søvnråd

Hvad gør Pensionatet i hverdagen i forhold til borgere, der relaterer til sundhed.  
Udarbejdet af Team Pensionatet august 2015

- Individuelle samtaler vedrørende sundhed.
- Redskaber til håndtering af angst.
- Motiverer beboere med sygdom/dårlig almentilstand til at søge lægehjælp evt. inddrage støtteperson.
- Vejleder beboer og støtter med at ansøge og igangsætte tandbehandling .
- Observerer borgerens fysiske, psykiske og sociale tilstand.
- Samarbejder med hjemmeplejen, praktiserende læge, Sygehus, psykiatri, Kriminalforsorgen, fængsler/arrest, sagsbehandlere, jobkonsulenter, mentor, arbejdsgivere, pårørende, familie afdelingen, værested, SKP, Bostøtter, apotek m.m. samt tilbud om deltagelse i relevante møder.
- Vi lytter og er nærværende.
- Løser ad hoc problemer sammen med borgeren og eller med samarbejdspartner.
- Foranlediger indlæggelse på sygehus for beboere med behov.

### **Forebyggelsespakke tobak:**

- Italesætte sundheds/sygdoms problematikker med borgere – Konsekvenser af valg.
- Individuelle samtaler vedrørende sundhed.
- Støtter beboere til at finde et tilbud de kan læne sig op af, hvis de ønsker at stoppe med at ryge.