

Alparken

Døgnrehabilitering og dagcenter

Navn: _____



Velkommen til Alparken Døgnrehabilitering

HVAD ER EN DØGN-REHABILITERINGSPLADS?

Formålet med dit ophold på Alparken er, at du bedst muligt genvinder evnen til at mestre din hverdag.

Rehabilitering danner rammen om en tværfaglig indsats, der vægter hele dit liv. Herunder samspillet mellem dit helbred, evnen til at fungere i hverdagen, og omgivelsernes støtte.

I det daglige kan rehabiliteringen blandt andet bestå af mange forskellige former for træning.

Udover specifik træning med ergo- og fysioterapeut består en stor del af dit rehabiliteringsforløb i at træne almindelige daglige gøremål.

De daglige gøremål, som er en del af træningen, kunne f.eks. være morgentoilette, på- og afklædning, bad, spisning, holde orden på stuen, hjælpe med borddækning eller andre praktiske gøremål.



Et rehabiliteringsophold er oftest et ophold af 1-2 ugers varighed, men kan være kortere eller længere, ud fra en vurdering af din samlede situation.

REHABILITERINGSFORLØB PÅ ALPARKEN

Når du visiteres til et rehabiliteringsophold på Alparken kan det ske på to måder – efter en indlæggelse på sygehuset eller gennem din hjemmesygeplejerske/læge. På sygehuset kan det vurderes at du kunne drage nytte af rehabilitering fx efter en operation. Derhjemme kan din hjemmesygeplejerske eller læge vurdere at du kunne drage nytte af et rehabiliteringsophold for at kunne klare dig bedre i eget hjem. Når du kommer til

Alparken vil der blive afholdt en forventningssamtale, hvor der med udgangspunkt i **dine mål** og ønsker for opholdet, udarbejdes en individuel plan som løbende evalueres og justeres i samråd med dig og dine pårørende.

ALPARKEN

Alparken er placeret i den lille landsby Ramme, tæt på Vesterhavet.

Huset Alparken består af et døgnrehabiliteringsafsnit og et dagcenter.

På Alparken vil du møde flere

Vi forventer, at du under forløbet er motiveret og deltager aktivt i dit rehabiliteringsforløb.

forskellige faggrupper, der hver især bidrager til dit rehabiliteringsforløb.

Teamet omkring dig, består af social- og sundhedsassistenter, sygeplejersker, samt ergo- og fysioterapeuter.

Døgnrehabiliteringen

Døgnrehabiliteringen har døgnrehabiliteringsstuer og gæstestuer. Der er lænestol og bord samt plejeseng og sengebord på alle stuer.

Alle måltider indtages som udgangspunkt i vores fælles



spisestue, men der er mulighed for at spise på stuen ved besøg, dog ikke med hjælp fra personalet.

I dagligstuen kan du også se TV, høre musik eller spille spil med andre medborgere.

Dagcenter

Du har under dit ophold i døgnrehabiliteringen mulighed for at benytte Alparkens dagcenter. Dagcenteret er et populært mødested for både Alparkens borgere og borgere i Syd. Her tilbydes der blandt andet madgrupper med mulighed for individuel træning, glashold, gymnastik, træværksted samt kreative aktiviteter efter behov.

PRAKTISKE OPLYSNINGER

Døgnrehabiliteringen Alparken er døgnbemandet. Der er ikke faste besøgstider, men vi henstiller til, at besøg lægges uden for dine træningstider og almindelige spisetider.

Hvad koster et døgnrehabiliteringsophold på Alparken:

Et døgnrehabiliteringsophold i Lemvig kommune er gratis. Der

betales pr. døgn for maden som trækkes direkte over pensionen. Prisen fastsættes årligt af kommunalbestyrelsen.

Prisen i 2019:

Morgenmad	18 kr.
Middagsmad	64 kr.
Aftensmad	30 kr.
I alt pr. døgn	112 kr.



Vasketøj

I Alparken sørger vi for sengelinned og håndklæder. Du og dine pårørende er ansvarlige for tøjvask/ rent tøj i skabet.

Alparken kan undtagelsesvis vaske for borgere der ikke har pårørende/netværk der kan vaske for dem.

Priser for vask:

Alm. vask 20 kr.

Koge vask 30 kr.

Kørsel til og fra Alparken:

Du skal selv sørge for transporten til og fra Alparken.

Når du udskrives fra Alparken igen, skal du og dine pårørende selv sørge for at pakke dine ting sammen.

Rygning og alkohol:

Alparken Døgnrehabilitering er røgfrit, det vil sige at rygning skal foregå udendørs.

Vi henstiller til, at du ikke drikker alkohol under dit ophold, da alkohol ikke er foreneligt med træning.

DU SKAL MEDBRINGE:

- Tøj til flere dage
- Gode, skridsikre sko med hælkappe til træning
- Ude sko
- Overtøj til årstiden
- Toilet artikler
- Nattøj
- Du må gerne medbringe bløde, løse bukser med elastikkant, da det ofte er nødvendigt i træningssituationer.
- Medicin og medicindoseringsæsker
- Støttestrømper
- Briller
- Høreapparat og batterier
- Mobiltelefon og oplader (Der forefindes ikke telefon og internet til afbenyttelse)
- Hjælpemidler fra hjemmet: rollator, kørestol og lignende
- Bleer / bind, kateterposer og lignende samt bestillingssedler til disse.

Alparken sørger for håndklæder og sengelinned.

Vi henstiller til, at du ikke medbringer større værdier, penge og nøgler da Alparken Døgnrehabilitering ikke kan stå til ansvar for dette.

Alt hvad der medbringes er på eget ansvar

HER FINDER DU OS:

Alparken Døgnrehabilitering- og Dagcenter

Algade 36, Ramme

7620 Lemvig

Tlf.: 96 63 19 20



Vi håber, at opholdet kan leve op til dine ønsker, forventninger og behov og dermed blive en god oplevelse for dig og dine pårørende.

Vi vil være taknemmelige for tilbagemeldinger med ris og ros, som vi vil bruge i den fortsatte udvikling af Alparken Døgnrehabilitering