

## Hvordan arbejder Pensionatet i hverdagen med borgernes sundhed

Italesætte sundheds/sygdoms problematikker med borgere samt konsekvenser af valg.

### Forebyggelsespakke alkohol:

- 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 .

### Forebyggelsespakke almindelig dagligdag:

- Ved indflytning udarbejdes en opholdsplan, som grundlag for samarbejdet.
- Fremskudt sagsbehandling: fire gange årligt indkaldes myndigheden for at indlede samarbejde om udredning og § 141 handleplan, for at sikre sammenhæng i beboerens liv
- Friskbagte boller og socialt samvær hver fredag morgen
- Løbende tilbud om gåture med kontaktpersonen, så man kan få talt om "det der presser på"
- Søvnråd ift. søvn/søvnløshed
- 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 hjemmeplejen, praktiserende læge, sygehus, psykiatri.
- Samtale om individuelt sundhed, livsindhold, livskvalitet og værdier
- Foranlediger indlæggelse på sygehus for beboere med behov.

### Forebyggelsespakke fysisk aktivitet:

- Gåture, badminton om mandagen.
- Vejledning om kost og motion.

### Fysisk sundhed:

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

### Psykisk sundhed:

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

### Forebyggelsespakke hygiejne:

- Individuelle samtaler vedrørende sundhed og hygiejne ved behov.
- 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:

- Vejledning om kost og kostsammensætning og motion

#### 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:

- Vejledning om kost og kostsammensætning og motion.
- Individuelle samtaler vedrørende sundhed.
- Støtter beboeren i kontakt til egen læge.

#### Forebyggelsespakke seksuel sundhed:

- 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:

- 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:**

- 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.