



S Ø N D E R S K O V H J E M M E T

**Denne lille folder
fortæller om stedet og hverdagen her**

www.sonderskovhjemmet.dk

sp-sonderskovhjemmet@stam.dk

Skovstræde 7, Toreby L., Tlf. 5486 9054

VELKOMMEN TIL SØNDERSKOVHJEMMET

Med denne pjece vil vi gerne byde dig velkommen til Sønderskovhjemmet, der nu er dit nye hjem for en kortere eller længere periode.

Sønderskovhjemmet blev oprettet d. 14. maj 1918 af godsejerinde Bodil de Neergaard, Fuglsang.

Den kristne tro er grundlaget for de værdier og menneskesyn, som vi arbejder ud fra.

Sønderskovhjemmet er en selvejende institution, der har driftsoverenskomst med Storstrøms amt. Hjemmet drives på et kristent folkekirkeligt grundlag, hvilket i dagligdagen kommer til udtryk ved, at der holdes morgenandagt, og alle måltider begynder med borbøn.

Formålet med Sønderskovhjemmet er at modtage mænd, der er kommet i en vanskelig situation, og give dem et hjem for en kortere eller længere periode.

Sønderskovhjemmet er ikke et behandlingssted, men et hjem, hvor du under trygge forhold får mulighed for at genfinde dig selv og samle kræfter til igen at klare tilværelsen.

Dette kræver en positiv medvirken fra din side.

Vi kan ikke leve dit liv - dit liv er dit ansvar

men vi kan give dig hjælp og støtte til atter at klare tilværelsens udfordringer.

Har du et misbrugsproblem (stofmisbrug), henvises du til steder, der kan yde dig den rette professionelle hjælp/behandling.

Ved ankomsten

Ved ankomsten vil du blive indskrevet, samt få en kort orientering om Sønderskovhjemmet, du vil få anvist et værelse, samt få udleveret en nøgle til værelset mod et depositum på 100,- kr. Kan du ikke betale det ved ankomsten, vil det den efterfølgende måned blive trukket automatisk af kontoret. Du skal endvidere forevise sygesikringsbevis.

Derudover skal vi have oplysninger om evt. pårørende/kontakter (adresse/telefonnummer).

Du vil efter eget ønske få en rundvisning, og blive præsenteret for de øvrige beboere ved første måltid.

Medbragt medicin og/eller recepter skal afleveres på kontoret. Under dit ophold administrerer Sønderskovhjemmet indkøb, opbevaring og udlevering af al medicin. Hvis du er henvist fra et sygehus eller lignende, skal en evt. henvisning/sygeplejerapport også afleveres på kontoret ved ankomsten.

VELKOMMEN TIL SØNDERSKOVHJEMMET

Meddelelse om dit ophold på Sønderskovhjemmet sendes automatisk til din hjemkommune. Herefter vil din bistandshjælp/pension efter aftale enten blive overført til Sønderskovhjemmets bankkonto, eller til en bank efter dit valg.

Ved afrejse modtager din hjemkommune ligeledes meddelelse om dette.

Er du på kontanthjælp skal du straks henvende dig til Nykøbing F. kommune, da du ikke får ydelsen før du tilmelder/henvender dig til kommunen.

Snarest efter din ankomst, vil der blive afholdt en samtale med dig, hvor din situation gennemdrøftes med henblik på at afdække hvilket behov for hjælp du har, og hvad vi kan yde i den forbindelse. Alle skal indenfor de første 3 måneder have tilbudt udarbejdet en handleplan.

Det skal ske i samarbejde med din sagsbehandler.

Under dit ophold på Sønderskovhjemmet tilbyder vi forskellige jobmuligheder som: landbrug, værksted, grafisk værksted, køkken, rengøring og pasning af udearealer. Andre eksterne tilbud kan også komme på tale alt efter dit behov / ønsker. Vi har en forventning om, at du selv aktivt medvirker til beskæftigelse i et eller andet omfang. Aflønning sker i form af arbejdsdusør på pt. 12,60 kr. i timen for kontanthjælpmottagere og 15,00 kr. i timen for pensionister (1.5.2006).

Folkeregister/postadresse

Under dit ophold på Sønderskovhjemmet, kan du almindeligvis beholde din nuværende folkeregistrering i din hjemkommune, men du kan også straks tilmelde dig Nykøbing F. kommune.

Meddelelse om omadressering af post skal tilsendes dit lokale posthus på en speciel blanket: "Meddelelse om midlertidig adresseændring". Blanketten kan fås på kontoret. Adressen der skal påføres er:

(Dit navn)
c/o Sønderskovhjemmet
Skovstræde 7
4891 Toreby L.

Sådan bor vi

Sønderskovhjemmet er normeret 37 pladser, fordelt i en fløj med 20 værelser med eget bad/toilet, og en fløj med 17 enkeltværelser med fælles bad/toilet. På pensionistgangen er der thekøkken. Ved billardstuen er der en mønttelefon. (5486 9347).

Alle boliger er møbleret, men du er velkommen til at sætte dit personlige præg på boligen med egne møbler.

Af fællesrum er der spisestue, en avis/hyggestue, aktivitetsrum med bl.a. billard, en mindre fjernsynsstue, et motionsrum i kælderens og en masse dejlig udenomsplads. Sønderskovhjemmet ligger 4 km. fra Toreby, hvor der er en dagligvarebutik og 12 km. fra Nykøbing F.

VELKOMMEN TIL SØNDERSKOVHJEMMET

I Toreby ligger kirken, som der tilbydes kørsel til om søndagen til gudstjeneste.

2 gange om dagen afgår bus 31 til Nyk. F. fra Sønderskovhjemmet. Ca. hver time afgår bussen 800 meter fra os. Se busplaner i mellemgangen ved kontoret. Du kan også køre med hjemmets bus, når den alligevel kører til byen.

Eftersyn/tjek

Hver dag tjekker vi, at du er her. Har vi ikke set dig til morgenmaden, vil der blive banket på din dør. Det er for at sikre, du er OK, eller at du ved evt. sygdom eller andet får hjælp. Vi forventer, at du står op og åbner døren. Sker det ikke, vil vi låse os ind.

Hvis du forlader stedet for mere end ét døgn, skal du huske at give besked og afmelde til køkkenet.

Fællesarealer

Toiletter, baderum, opholdsstuer o.s.v. benyttes af alle. Vær derfor med til at holde disse områder indbydende og ordentlige. Husk at rydde op efter dig selv.

Værelse på pensionistgangen

For at komme i betragtning til et værelse på pensionistgangen, skal man have boet her i 3 måneder og have planer om at blive boende her i en længere periode, samt have et afklaret forhold til evt. misbrug.

Husorden

Der er 2 regler som skal overholdes her på Sønderskovhjemmet.

- 1. Du skal udvise en respektfuld og hensynsfuld opførsel overfor alle.**
- 2. Det er forbudt at medbringe, indkøbe, opbevare og nyde spiritus eller andre former for rusmidler på stedet.**

Sønderskovhjemmet er et hjem, hvor mange mennesker lever under samme tag. Derfor er det nødvendigt, at du viser hensyn og overholder disse regler, det får tingene til at fungere lettere i hverdagen.

Al form for vold eller trusler om vold, det være sig mod andre beboere eller personale, medfører normalt øjeblikkelig udskrivning..

Alkohol og euforiserende stoffer

Når du vælger et ophold på Sønderskovhjemmet, vælger du samtidig en periode uden alkohol og andre rusmidler. Derfor er det, som beskrevet, forbudt at medbringe, indkøbe, opbevare og indtage enhver form for alkohol og euforiserende stoffer samt medicin, der ikke er udleveret af Sønderskovhjemmet. Overtrædelse af denne regel kan medføre bortvisning.

Sønderskovhjemmet råder over apparatur til påvisning af indtagelse af alkohol og hash. Du må derfor være indstillet på, at der på begrundet mistanke vil blive foretaget kontrol.

Beruset ankomst/tilstand

Skulle du ankomme i beruset/påvirket tilstand, så lad være med at genere dine medbeboere. Følg personalets anvisning, gå på dit værelse og få sovet rusen ud, indtil du efterfølgende kan få snakket situationen igennem.

Et fast ophold på Sønderskovhjemmet kan herefter være betinget af en antabuskur. I grovere tilfælde kan en bortvisning komme på tale.

I byen

Under dit ophold repræsenterer du ikke alene dig selv, men også Sønderskovhjemmet overfor omverdenen. Vær med til at værne om vores gode omdømme gennem din opførsel, når du er udenfor Sønderskovhjemmet. Hvis du føler trang til at drikke, så tal med personalet. Hvis det ikke hjælper, så find dig et andet sted for en periode.

Personlige problemer

Alle kan komme i en situation, hvor livet og dagligdagen synes meget svær og problematisk, og det kan påvirke dit humør. Her kan en god snak med andre være en stor hjælp til at få styr på tingene.

Benyt dig af det, og lad ikke dine vanskeligheder præge din dagligdag og dermed også dine omgivelser. Vi er altid parate til at lytte og hjælpe dig videre, evt. med formidling til andre professionelle hjælpere. (Din læge, psykiater, psykolog, sagsbehandler el. lign.)

Musik

Mange kan godt lide at lytte til musik, men vil gerne selv bestemme hvornår. Dæmp derfor radio og TV på værelset til et acceptabelt niveau, så dine naboer og medbeboere også kan være tjent med det.

VELKOMMEN TIL SØNDERSKOVHJEMMET

Nattero

Efter kl. 22.00 skal der være ro på boliggangene af hensyn til de beboere der skal tidligt op på arbejde, samt de beboere, der gerne vil tidligt i seng. (Luk dørene til bil-lard- og fjernsynsstue, hvis du opholder/er i aktivitet der efter 22.00)

Vækning

Som udgangspunkt må du selv sørge for at komme op. Men der er morgenvækning ½ time før morgenmaden. (En klokke der ringer)

Måltider

Måltiderne serveres og skal indtages i spisestuen på følgende tidspunkter:

Mandag - fredag

Morgenmad.....	kl. 7.30
Formiddagskaffe.....	kl. 9.30
Middag.....	kl. 12.00
Eftermiddagskaffe.....	kl. 14.30
Aftensmad.....	kl. 17.30
Aftenkaffe.....	kl. 19.30

Lørdag - søndag

Morgenmad..... kl. 8.00

Øvrige måltider mv., som på hverdage

Om søndagen er der tilbud om kirkekørsel til en af egnens kirker.

Fravalg af måltider

Hvis du af en eller anden grund ikke deltager i middags- eller aftenmåltiderne, skal du af hensyn til køkkenet, melde fra på tavlen i gangen ved køkkenet. Det skal ske senest dagen før. Hvis du er væk i 5 hele døgn eller mere, refunderes der 25,- kr. pr. døgn.

Madpakke

Hvis særlige omstændigheder gør at du ikke kan spise hjemme til middag/aften, kan du bestille madpakke i køkkenet. Bestillingen skal ske dagen i forvejen. Da vi spiser varm mad til middag, vil der, efter aftale med køkkenet, være mulighed for at få serveret dette til aften.

VELKOMMEN TIL SØNDERSKOVHJEMMET

Fritid/aktiviteter

Sønderskovhjemmet er beliggende i skønne omgivelser, som det kan være en fornøjelig og afslappende oplevelse at gå en tur i.

Desuden er der mulighed for en gang billard, bob, dart og andre spil i billardstuen. Det er ikke tilladt at spille om penge.

Der er træningsmaskiner og bordtennis i kælderen.

I havestuen forefindes forskellige blade og aviser med dagens nyheder. Desuden er der et varieret udbud af programmer på TV.

Endelig har vi en IT-stue, som man kan blive medlem af og derved erhverve sig ret til at benytte det efter nærmere retningslinier.

Af andre aktiviteter kan nævnes udflugter, biografture, en tur i det blå, svømmehal, bowling, teater o.s.v..

Der er et aktivitetsudvalg, som tager initiativer til forskellige aktiviteter, og har du selv ideer/ønsker eller forslag, er du velkommen til at komme frem med dem. Det kunne jo være til inspiration og interesse for andre.

Sønderskovhjemmet har en bus, som kan benyttes/stilles til rådighed.

Synes du at der sker for lidt på disse områder, så er der plads til at udfolde sig med initiativer.

Økonomi og praktiske ting

Under dit ophold modtager du din normale bistands-/kontanthjælp eller pension. Beløbet kan efter aftale overføres til Sønderskovhjemmets konto, og således udbetales fra kontoret.

Ind- og udbetaling finder normalt sted på hverdage mellem 12.30 og 13.00.

Arbejdsdusør

For dit arbejde på Sønderskovhjemmet udbetales der arbejdsdusør, der er skattepligtig indkomst (B-indkomst).

Du skal selv udfylde arbejdssedler hver dag med angivelse af antal timer, samt sørge for at din arbejdsleder underskriver arbejdssedlen. Arbejdslederen sørger for at den afleveres til kontoret.

Lønnen udbetales én gang om måneden, og indsættes på din konto her eller i bank.

Opholdsbetaling

Under dit ophold skal du betale for kost og logi efter gældende takster. Betalingen skal ske månedsviis forud.

Prisen er pr. 01.01.2006 :

Kost 63,- kr./døgn

Logi 69,- kr./døgn (u. 25 år 51,- kr.)

+ 2 kr. for vask.

Medicin

Du skal selv betale for lægeordineret medicin efter de til enhver tid gældende regler. Afregning foretages én gang om måneden med kontoret.

Under dit ophold administreres al medicin af Sønderskovhjemmet eller efter aftale med sygeplejersken. Receptpligtig medicin gives kun efter lægeordning.

Håndkøbsmedicin (hovedpinepiller, mavemikstur, hostesaft o. lign.) kan udleveres efter behov.

Der udleveres medicin morgen, middag og aften umiddelbart efter måltiderne.

Tøjdepot

På tøjdepotet kan du få udleveret arbejdstøj, sengelinned og håndklæder. Tøjdepotet er åbent hver fredag fra 12.30 - 13.00, eller efter behov.

Opbevaring

Vi kan kun i meget begrænset omfang opbevare dine personlige ting ved afrejse. Bliver der opbevaret ting her, kan det højst være for 3 måneder. Herefter må tingene afhentes, ellers bliver de afhændet til loppemarked eller bortsøkket på anden vis.

Rengøring

Rengøring af dit værelse står du selv for. Der er de nødvendige remedier til rådighed, og vi forventer at du holder dit værelse i almindelig pæn stand.

Til beboer på pensionistgangen, som ikke selv kan/vil klare rengøringen på tilfredsstillende vis, tilbydes rengøring af personalet efter nærmere aftale.

Prisen er 200 kr. om måneden for værelse, gang, toilet og bad.

Prisen er 100 kr. om måneden for toilet og bad.

Bad

Der findes fælles badefaciliteter på mellemgangen, og eget bad på pensionistgangen.

Tøjvask

Der forefindes vaskemaskine og tørretumbler, som kan benyttes. Det koster 2,- kr. pr. dag, som automatisk trækkes på kontoret. Vaskepulver kan købes i kiosken. Arbejdstøj, sengelinned og håndklæder vaskes i hjemmets vaskeri.

Vasketøj

Som udgangspunkt sørger du selv for vask af tøj. Håndklæder og sengetøj udleveres fra depotet når du kommer med de snavsede. Sengetøj udleveres hver 3. uge.

Sygeplejerske/lægebesøg

Sønderskovhjemmets sygeplejerske (Kirsten) forestår alt vedr. din medicin, lægebesøg mv.. Ved indflytning vælges lægerne på Havnen, og der er lægebesøg hver tirsdag efter aftale med Kirsten/kontoret.

Tilmelding senest om mandagen inden kl. 12.00

Kirsten er behjælpelig med plaster, forbindinger, skift af disse og andre småreparationer. I alvorlige tilfælde bruges egen læge/skadestue

Sygemelding

Hvis du er syg skal du meddele det til det personale der er på arbejde, samt sørge for at dit arbejdssted/din arbejdsleder får besked.

Såfremt du er sengeliggende på grund af sygdom, vil du blive tilset og få bragt mad, mv..

Tandlæge/optiker

Tid hos tandlæge bestilles af dig selv direkte eller via kontoret/Kirsten. Husk at få aftale med din hjemkommune, hvis der er tale om hel eller delvis betaling.

Det samme gælder ved besøg hos optiker/øjnelæge.

Besøg

Du er velkommen til at modtage gæster under dit ophold. Bliver der tale om overnattingsbehov eller spisning skal det i forvejen aftales med kontoret/køkkenet.

Indkøb

Vi har en kiosk, hvor der kan købes tobak, cigaretter, slik, frugt, kaffe, småkager, sodavand og andre dagligdags fornødenheder.

Kiosken her er åben på alle hverdage mellem 12.30 - 12.45 og 18.00 - 18.15, og i særlige tilfælde hvis der er behov. Søndag er der lukket.

Andre indkøbsmuligheder er dagligvarebutikker i Toreby eller Nykøbing F. Hver fredag eftermiddag er der bytur til Nykøbing F. Derudover kan du tage bussen.

Beboerråd

Beboerrådets arbejde tager udgangspunkt i servicelovens bestemmelser.

Beboerrådet varetager alle beboeres interesse, drøfter tingene med ledelsen/personalet og tager initiativer til forskellige aktiviteter.

Har man forslag eller ønsker som beboerrådet skal tage sig af, kan dets medlemmer kontaktes direkte, eller der kan lægges en seddel i postkassen på mellemgangen.

Det er ønskeligt at der vælges et beboerråd, men hvis ikke der er interesse/basis for det, afholdes der hyppige fællesmøder, så vi sikrer dialogen og den demokratiske proces.

Kontaktperson

Hver enkelt beboer har/får tilknyttet en kontaktperson, og som således er den medarbejder du primært samarbejder med under opholdet

Fraflytning

Når du flytter, skal du rydde op og gøre rent på værelset, så det er i samme stand som du modtog det.

Hvis ikke du får det gjort, eller forlader stedet uden at rydde værelset, vil personalet gøre det, og du vil blive opkrævet 250,- kr..

Rådgivning For Stofmisbrugere

Rådgivningen yder gratis vejledning om stofmisbrug.
Du kan henvende dig anonymt.

Afdelingen i Nykøbing F.
Nørregade 21 B
4800 Nykøbing F
Tlf. 55 34 11 22

Alkoholrådgivning.
Alkoholambulatoriet yder gratis vejledning om alkoholproblemer.
Det er ikke nødvendigt med en lægehenviisning, og henvendelsen kan være anonym.

Alkohol-Rådgivningen
Nørregade 21 B.
4800 Nykøbing F.
Tlf. 5482 1022
Åben rådgivning Mandag og torsdag 16 - 18.
Øvrige dage efter aftale.

AA- møder i Nykøbing F.

Lindeskovkirken
Prinsholmvej 32
Kl. 20.00, tirsdag
Første tirsdag i mdr. ÅBENT

A.O.F. Huset
Strandgade 2
Kl. 19.00, fredag
Første fredag i mdr. ÅBENT

Vestensborg Alle 29
Kl. 20.00, søndag
Talerstolsgruppe

Praktiske telefonnumre

Sønderskovhjemmet	54 86 90 54
Beboertelefon(mønttelefon)	54 86 93 47
Nykøbing kommune	54 84 60 00
AF - storstrøm	54 88 05 05
Taxa	54 85 43 44
Falck	54 82 22 22
DSB	70 13 14 15
Svømmecenter Falster	54 82 70 00
Tandlæge	54 86 00 86
Centralsygehuset CNF	54 88 54 88
Amtshospitalet AHV	54 77 13 00
Biografen, Scala Nyk.F	54 85 10 00
Bowlingcenter, Nyk. F.	54 86 19 19