



# Velkommen til Holstedgaard

*Ny beboer*

## **Velkommen**

Vi vil gerne byde dig velkommen her på Holstedgaard. Vi håber, du snart vil føle dig hjemme her, og vi vil i al fald gøre vores til at hjælpe dig tilrette her i dit nye hjem.

Du er selvfølgelig velkommen til at spørge personalet, men vi har lavet denne lille informationsfolder med de allermost nødvendige oplysninger i håb om, at den kan være til nytte her i begyndelsen.

## **Husets indretning**

Holstedgaard er et stort hus, men huset er inddelt i mindre afdelinger. Der er 4 gange, kaldet A, B, C. og D og man kan naturligvis frit bevæge sig over hele huset. Enkelte beboere bor på værelser, der ligger uden for gangene.

Der er hygge kroge rundt omkring, hvor man kan slå sig ned. Vi har cafe, fitnesscenter, aktivitetscenter, genbrugsbutik samt have og atriumgård, hvor man kan nyde det udendørs sommerliv.

De fleste værelser har egen terrasse eller altan, Værelserne er af samme størrelse og med eget bad/toilet. Enkelte aflastningsværelser har dog ikke disse faciliteter.

## **Kontaktpersoner**

Alle personer har 2 kontaktpersoner. Du har måske allerede mødt dine. De vil hjælpe dig med alle nødvendige ting i dagligdagen. Du kan trygt henvende dig til dem. Har du fysiske problemer, hjælper dine kontaktpersoner dig med lægebesøg, tandlægebesøg osv. Har du psykiske problemer, som du går og tumler med, kan du også trygt henvende dig til dem. Du kan selvfølgelig altid henvende dig til enhver i personalegruppen.

## **Praktiske ting**

Så vidt muligt vil vi gerne have, at beboerne hjælper til i dagligdagen, men det er naturligvis ud fra den enkeltes kunnen. Du vil derfor få den hjælp, du har behov for, men det er altid godt at deltage i daglige aktiviteter såsom rengøring, indkøb mm. Det aftaler du med din kontaktperson. Vask og strygning klares af vores uundværlige damer i kælderen. De mere håndværksmæssige ting hjælper husets pedel med.

## **Aktiviteter**

Der foregår rigtig mange aktiviteter i huset, og det er vi faktisk ret stolte over. Personale og beboere er gode til at finde på nye ting, udflugtsmål og aktiviteter sammen.

Vi har også eget Terapicenter, som du er velkommen til at benytte.

Her er alle muligheder åbne: Sy, stik, maleri, sang, spil, sløjd osv. Det er i høj grad afhængigt af beboernes ønsker. Det kan det nævnes, at vi også har interessegrupper af forskellig art. Husets mest populære tiltag er klart Bankospil. Derfor spilles der også både mandag, onsdag og fredag aften.

### **Fitness**

Vi har vores eget fitnesscenter, hvor du kan træne alt det, du har lyst til. Vi har ansat en motions- og sundhedsvejleder. I perioder kører vi til svømmehal, ligesom vi af og til også tilbyder karate, yoga, mindfulness og tai-chi hold.

### **Ture ud af huset**

Vi kører mange ture ud af huset. Beboerne og personale plejer at aftale bestemte udflugtsmål, som vi så kører ud til - ofte medbringende madpakke eller måske tager vi på restaurant. Der er også mulighed for teater-, koncert og biografbesøg. Du må holde øje med opslagstavlerne og spørge dine kontaktpersoner. Fortæl os også, hvis du har en ide til en tur. Måske kan det arrangeres

### **Måltiderne**

Måltiderne serveres i cafeen:

Morgenmad kl. 7:45 – 8:45

Middagsmad kl: 12.00

Aftensmad kl.18:00

### **Kaffe, mellemmåltider og fødselsdage**

Formiddagskaffe kl.10:00 (serveres i terapien)

Eftermiddagskaffe kl.14:30 (serveres i terapien)

Aftenkaffe kl.20:00 (hyggehjørnet for enden af A og C- gangene)

Ved fødselsdage bestemmer beboeren menuen, og man har mulighed for at holde fest med familie og venner i husets festlokale (festmiddage aftales med køkkenet og betales særskilt). Huset stiller lokalet gratis til rådighed.

### **Bank og økonomi**

Huset har en bank, hvor beboerne kan få opbevaret penge.

Bankens åbningstider er: mandag-tirsdag-fredag kl.11.00 – 11:30.

Personalet hjælper gerne med at administrere din økonomi, hvis du ønsker det. Ligeledes hjælper de gerne med betaling af regninger osv.

### **Transport**

Huset ejer selv to minibusser, som er flittigt i brug.

Udenfor ved parkeringspladsen kører busserne med kort mellemrum. De kører både til Centrum (togstationen) og til Mega- og Storcentret. Bag huset er der stisystemer lige ned til en stor Rema 1000.

Lige ved siden af huset ligger en Fakta butik, og lidt nede af vejen en Netto.

Andre vigtige oplysninger

Hvis du tager ud af huset, vil vi meget gerne vide det. Fortæl det blot til en fra personalet inden du går.

Hvis du planlægger ikke at spise med, vil køkkenet også gerne informeres på forhånd.

### **Gæster**

Du er altid velkommen til at have gæster på besøg. Mad til besøgende kan købes til yderst rimelige priser, men igen vil køkkenet – af hensyn til planlægningen – meget gerne informeres på forhånd. En kop kaffe kan dine gæster altid få uden beregning.

Endnu engang velkommen til dig.

Vi håber, du bliver rigtig glad for at bo her.

