

# Hjälp i hemmet - Hemtjänst

Funktionsnedsättning eller sjukdom kan göra att man behöver stöd och omsorg från andra för att leva ett bra liv i vardagen, då kan hemtjänst bli aktuellt. För att få hemtjänst måste den som ansökt bedömas ha behov av hjälp i hemmet av Omvårdnad Gävles biståndshandläggare.

## Att ha hemtjänst

Med hjälp från hemtjänsten ska du ha möjlighet att bo kvar i ditt eget hem så länge som möjligt. Hemtjänsten ska ge stöd för ett självständigt liv, bevarad livskvalitet och trygghet i vardagen.

## Du är med och planerar

Den hemtjänst du får ska utgå från din livssituation och dina olika behov. Den planeras tillsammans med dig och utformas så att du själv kan vara aktiv. För att du ska få omsorg och service på bästa sätt får du en egen kontaktman i personalgruppen. Du och din kontaktman planerar tillsammans hur din vardag ska se ut. Det ni kommer överens om skrivs ner i en genomförandeplan.

## Värdighetsgarantin – vårt kvalitetslöfte till dig

I värdighetsgarantin står det vilken kvalitet du

har rätt att förvänta dig när det gäller bland annat bemötande, trygghet och möjlighet att påverka. *Läs mer i "Värdighetsgarantin".*

## Ditt hem är också hemtjänstpersonalens arbetsmiljö

Tänk på att det ibland kan behövas hjälpmedel för personalen i din bostad, till exempel lift eller höj- och sänkbar säng.

Det är ditt ansvar att se till att det finns utrustning så att personalen kan utföra den service du fått beviljad. Vid städning ska det finnas fungerande städmaterial som dammsugare, hink, mopp och rengöringsmedel. Vid tvätt ska det finnas tillgång till tvättmaskin.

## Vad ingår i hemtjänst?

Stöd från hemtjänsten kan innefatta omvårdnad och service eller aktiviteter.

## Omvårdnad

Omvårdnad kan vara att få hjälp med personlig hygien, att göra sig klar för dagen eller natten och stöd vid måltider. Den som behöver kan få stöd av hemtjänsten på natten.

## HJÄLP I HEMMET - HEMTJÄNST

Hemtjänstens personal hjälper till att värma färdiglagad mat och göra i ordning frukost och kvällsmål. Du kan också få hjälp med dukning, disk och att göra rent efter måltiden.

Du kan få hjälp med att komma ut på promenad. Om du behöver besöka till exempel sjukhus eller hälsocentral är det i första hand dina anhöriga som ansvarar för att följa med. Det finns viss möjlighet att boka ledsagare via kommunens ledsagarservice men det måste göras i god tid. Vid särskilda behov finns möjlighet att få ledsagare via hemtjänsten eller kortare avlösning i hemmet.

### Egenvård

Egenvård innebär att du efter bedömning från medicinsk personal själv har ansvar för egen behandling. Det kan till exempel vara att ta medicin eller ögondroppar. Om du har fysiska begränsningar som gör att du inte kan utföra din egenvård kan du få hjälp från hemtjänsten att utföra egenvården.

### Hälso- och sjukvård, rehabilitering

Region Gävleborgs primärvård eller kommunens hemsjukvård har ansvar för hälso- och sjukvård och rehabilitering. Efter delegering från primärvården eller hemsjukvården kan hemtjänstens personal utföra viss hälso- och sjukvård eller träning.

### Service

Service är praktisk hjälp i vardagen. Du kan få hjälp med städning, tvätt, inköp, ärenden och matleverans.

### Städning och tvätt

Städning utförs vanligtvis var tredje vecka på en yta som omfattar två rum och kök. Städning innefattar till exempel att damma, dammsuga, torka golv och städa badrum men kan också vara annat som behövs för att hålla hemmet i ordning, som blomvattnings och tömning av papperskor-

gar. Vid behov kan hemtjänstens personal också göra sådant som att frosta av frysen, rengöra spisfläkt och torka ur skåp. I insatsen städ ingår fönsterputs en gång per år för maximalt två rum och kök. Tvätt utförs vanligtvis varannan vecka. Hemtjänstens personal tvättar kläder, lakan och handdukar och du kan få hjälp med sortering och strykning.

### Inköp och ärenden

Inköp görs vanligtvis en till två gånger per vecka i närmaste dagligvarubutik. Ärenden till apotek görs normalt varannan vecka och post- och bankärenden en gång per månad.

### Matdistribution

Kyllda matlådor kan levereras hem till dig till en portionskostnad.

### Aktiviteter

Om du inte på annat sätt kan få stöd med aktiviteter eller till exempel besök på sjukvårdsinrättningar kan det ingå.

### Exempel på sådant som inte ingår i hemtjänst

- Vedhuggning, snöskottning, trädgårdsskötsel och återvinning av avfall.
- Sköta om och gå ut med husdjur.
- Grövre städning, till exempel knäskura, sanering och ta ut stora mattor.
- Flyttstädning, flytta möbler, städning av källare och vind.
- Putsa koppar och silver, rengöra kristallkronor.
- Byta gardiner, vädra garderober, handtvätt och mangling.

### Du väljer utförare

Du kan själv välja vem som ska utföra din hemtjänst. Du kan välja antingen kommunen eller

någon av de externa utförare som kommunen har godkänt. Du kan byta utförare när du vill.  
*Läs mer i foldern "Att välja och byta hemtjänstutförare".*

### **Anhöriganställning**

Den som blivit beviljad hemtjänst och har ett dagligt behov av personlig omvårdnad kan lämna önskemål om att en anhörig ska vara den som utför hemtjänstinsatserna. Om den som föreslås bli anhöriganställd bedöms vara lämplig kan anställning bli aktuellt.

*Läs mer i foldern "Anhöriganställning".*

### **Vad kostar det?**

Avgiften för hemtjänst grundas på inkomst och du betalar en viss summa enligt den så kallade maxtaxan. Du är alltid garanterad att få behålla en viss summa pengar i månaden. Det är inte någon prisskillnad mellan de olika utförarna, du betalar alltså alltid samma summa oavsett vem som utför din hemtjänst. *Läs mer i foldern "Avgifter för hjälp i hemmet och vård- och omsorgsboende".*

### **Mer information och ansökan**

För att få hemtjänst behövs ett biståndsbeslut. Ansökan görs hos Omvårdnad Gävle tel. 026-17 80 00. Du kan ansöka muntligt eller skriftligt. Biståndshandläggaren hjälper dig om du har frågor.

### **Annat stöd som kan underlätta att bo kvar hemma**

- Trygghetstelefon – ett hjälpmedel om akut situation uppstår i hemmet.
- Dagverksamhet – aktiviteter och gemenskap med andra.
- Hemsjukvård – vid behov av hälso- och sjukvård i hemmet under längre tid.
- Korttidsvistelse – vid tillfälligt behov av omsorg dygnet runt.
- Avlösningvistelse – tillfällig vistelse för den som får stöd av en anhörig.
- Anhörigstöd – för den som har omsorg om en anhörig, ingen ansökan behövs.

**Omvårdnad Gävle**  
Box 825, 801 30 Gävle  
026-17 80 00  
omvardnad@gavle.se  
www.gavle.se

