

Psykologen Bo Hejlskov Elvén tipsar:

8 frågor att ställa när du flyttar till ett LSS-hem!

Lättläst version



Vad är viktigt för dig?

Att flytta till ett LSS-hem kan kännas stort.

Många ser fram emot att få ett eget hem. Andra kanske är lite nervösa.

Många flyttar till ett LSS-gruppboende bor kvar hela livet. Därför är det viktigt att det blir bra.

Vi frågade Bo Heljskov Elvén vilka frågor man kan ställa när man ska flytta. Bo är psykolog.

Frågorna kan man ställa till sin LSS-handläggare.

Vilka frågor du vill ställa beror på dina behov och intressen. Vad är viktigt för dig?



Leg. psykologen Bo Heljskov Elvén

Bo är psykolog. Han har skrivit flera böcker. Han utbildar i skola och omsorg.

Han jobbar med lågaffektivt bemötande. Det är en metod man använder även inom LSS.

Emrahem

Emrahem är kloka och schyssta LSS-hem. Alla Emrahem har tekniska hjälpmedel. De har också genomtänka planlösningar.

De vill att både personal och boende ska känna sig trygga.

Alla Emrahem är ritade tillsammans med psykologer, personal och arbetsterapeuter.

Alla Emrahem byggs av Emrahus AB.

1. Vem bor i huset?

Det kan vara skönt att veta vilka andra som bor i huset. Kanske vill du bli kompis med de andra som bor där.

Du vill kanske ha andra som är i samma ålder som du.

Vilket stödbehov har mina grannar kan också vara bra att veta.

Finns det "andra som är som jag?".

- Vilken ålder har mina grannar?
- Vilket stödbehov har mina grannar?

2. Vem bestämmer i min lägenhet?

Personalen ska stötta dig i lägenheten. Men det är din lägenhet.

Ditt behov av stöd avgör hur mycket personalen är i din lägenhet.

Det kan kanske kännas skönt och veta vad du har rätt att bestämma över.

Vem bestämmer hur det ska se ut i dina lägenhet är en vanlig fråga. Kanske du vill inreda med din favoritfärg.

Du kanske funderar över om du får ta emot gäster. Och får gäster sova över?

- Vem bestämmer i lägenheten? Vad bestämmer jag över i lägenheten?
- Kan personalen komma in i min lägenhet när som helst?
- Vem bestämmer hur det ska se ut i lägenheten?
- Får jag ta emot gäster? Är det okej att de sover över?

3. Hur ser min lägenhet ut?

Ofta är man nyfiken på hur lägenheten ser ut. Många besöker boendet innan de väljer att tacka ja.

Du kanske undrar om det finns badrum i lägenheten. Eller finns det kök i lägenheten? Är köksapparater, till exempel spis, inkopplade?

Förvaring kan vara bra att fundera över. Finns det plats för att förvara alla mina saker?

Finns det ett extra förråd? Hur många garderober finns det? Och finns det städsåp till dammsugaren?

Har jag en egen ingång till min lägenhet utifrån? Eller måste jag gå igenom huset för att gå in i lägenheten?

Vissa med social ångest blir stressade av att gå igenom gemensamma utrymmen. Då kan en egen ingång kännas tryggt.

- Finns det kök?
- Finns det badrum i lägenheten?
- Finns det förvaring? Garderob? Städskåp? Förråd?
- Finns det plats för TV?
- Hur ser ingången till min lägenhet ut?



4. Vem ska jobba med mig?

Det är viktigt att du känner dig trygg i ditt hem. Att man trivs med personalen är viktigt.

Om du besöker ditt boende så får du kanske träffa personalen.

Det kan vara skönt att veta hur många som jobbar på boendet. Och vilken utbildning de har.

Har de erfarenhet att jobba med "dina" diagnoser?

Får du vara med och bestämma vem som ska jobba med dig. För vissa är detta jätteviktigt.

I vissa kommuner får man påverka vem som ska få jobba med en.

Har många i personalen har slutat på boendet? Det kallas för "Omsättning på personal". Om många i personalen slutar kan det betyda att de inte trivs.

- Hur många jobbar på boendet?
- Vad har personalen för utbildning?
- Har någon erfarenhet av "mina" diagnoser?
- Hur ser omsättningen ut på personal?

5. Är min lägenhet lugn och trygg?

Vissa blir stressade av ljud och ljus.

Om ljud utifrån hörs mycket in i lägenheten är det bra att veta.

Saker som kan låta mycket är:

- Fläktar
- Kylskåp
- Ventilation

Vissa är känsliga för skarpt ljus. Ljuset kan fladdra eller hoppa.

Vissa uppfattar ljuset från ljusrör som blinkande. Det kan vara bra att fråga om det finns ljusrör om man är känslig.

LED-lampor brukar fungera bäst om man är ljuskänslig.

På sommarkvällar kan det vara svårt att somna. Det är så ljust ute då. Fråga om det går att skärma av så det blir mörkt.

- Finns det ljusrör?
- Kan man skärma av ljuset vid ljusa kvällar?
- Är det lyhört?
- Hur mycket låter ventilation och fläktar?

6. Hur länge får jag bo kvar?

Det kan vara tryggt att veta att man har rätt att bo kvar.

Hur är tillgängligheten? När du blir äldre kanske du behöver rullstol. Då kan det vara bra att det finns plats för det.

- Kan det göras anpassningar för lift?
- Rullstolsanpassningar?

7. Var ligger boendet?

Läget kan vara viktigt. Tycker du om att gå i naturen vill du ha nära till naturområden.

Finns det saker att göra i närheten? Om du vill handla bör det finnas affärer,

Vissa tycker om att gunga. Då kan närhet till en lekplats med större gungor vara bra.

Är det nära till buss så folk lätt kan hälsa på?

- Finns det naturområden?
- Vad finns att göra i närheten?
- Finns det affär i närheten?
- Finns buss eller tåg nära?

8. Vad ska jag göra om jag inte känner mig trygg?

Vad gör att du känner dig trygg?

Vissa känner stress av fysisk närhet. Men de behöver ändå hjälp med påklädning. Då är det bra om hallen inte är trång.

Om du lätt känner dig trängd i ett hörn kan du fråga om planlösningen. Då kan du se om det finns trånga utrymmen.

Är ytterdörren till boendet låst? Kan vara viktigt för vissa. Finns det ett passersystem? Det gör att bara personal och boende kan komma in.

Vissa tycker det är jobbigt att träffa folk. Man vill inte träffa någon utanför sin egen dörr. Då kanske du inte vill bör ha en dörr mittemot din egen dörr i korridoren.

Du behöver vet vem du ska prata med om det inte känns bra. Vad gör personalen om du inte mår bra i din lägenhet.

- Hur ser planlösningen ut? Finns det trånga utrymmen?
- Finns det ett passersystem för ytterdörren?
- Hur ser korridorerna ut?
- Hur upptäcker personalen om jag inte känner mig trygg?
- Vem ska jag vända mig till om jag känner mig otrygg?

VI BYGGER KLOKA & SCHYSSTA LSS-HEM

Postadress:
Box 21
26172 Landskrona

Besöksadress:
Flygeltofta Gård
261 72 Häljarp

0418 - 48 60 48
info@emrahus.se

