



VELKOMMEN TIL SUNDHEDSHUS ØSTERBRO

RANDERSGADE 60, 2100 KØBENHAVN Ø



NÅR DU KOMMER TIL HUSET

Første gang du kommer, skal du henvende dig i receptionen i stuen. Receptionen lukker kl. 15.00



FØRSTE AFTALE

Dit forløb starter med en samtale og undersøgelse hos en sundhedsmedarbejder i huset. Her tager I sammen stilling til, hvordan dit videre forløb skal tilrettelægges. I sundhedshuset har vi mulighed for at se på hele din livssituation. Derfor vil du ud over spørgsmål om det problem, du er henvist for, også blive spurgt om din livsstil f.eks. om rygning, alkohol og kost. Overvej inden samtalen, hvad du gerne vil have ud af dit forløb, og om der er vaner, du ønsker at ændre.



TØJ OG OMKLÆDNING

Første gang er primært samtale og undersøgelse, og kræver derfor ikke omklædning. Senere, hvis du skal deltage i aktiv træning, er det en fordel at have tøj på, som det er let at bevæge sig i. På 1. sal er der omklædning, opbevaringsskabe samt mulighed for bad, og på 4. sal er der en garderobe til overtøj og mindre tasker.



SÅDAN MELDER DU AFBUD

For at opnå det bedste resultat er det vigtigt, du møder hver gang. Bliver du forhindret i at møde op, skal du melde afbud hurtigst muligt på telefon 35 30 32 10 eller via sikker post. Se adressen på www.sundhed.kk.dk/kontakt. Udeblivelse eller gentagne afbud kan betyde, at dit forløb bliver afsluttet.



ELEKTRONISK JOURNAL

Vi har oprettet en elektronisk journal med oplysninger, som er relevante for dit forløb. Det er fx henvisnings- og helbredsoplysninger samt dine aftaler om aktiviteter. Hvis du ønsker journalindsigt og/eller har indsigelser imod de registrerede oplysninger, kan du henvende dig til leder af Sundhedshus Østerbro Britta Brix Madsen i sundhedshuset. Reglerne om brug af dine oplysninger findes i Persondataloven §§ 5-8 og 28-40.



DELTAGELSE I UDDANNELSESFORLØB

I sundhedshuset er vi med til at uddanne kommende sundhedspersonale. Du kan blive spurgt, om du vil deltage i deres uddannelse, fx ved at lade dig interviewe eller undersøge af en studerende.



ÅBNINGSTIDER

Mandag til torsdag	8.00 – 15.30
Fredag	8.00 – 15.00



TELEFONTIDER

Alle dage	8.00 – 15.00
-----------	--------------

Telefon: 35 30 32 10



VIL DU VIDE MERE?

Hvis du har nogen spørgsmål, er du velkommen til at kontakte Sundhedshus Østerbro eller besøge vores hjemmeside: www.sundhed.kk.dk.



ADRESSE

Sundhedshus Østerbro
Randersgade 60
2100 København Ø



KØRSEL

Hvis det vurderes, at du har behov for kørsel, fremgår dette af dit indkaldelsesbrev. Behovet for kørsel vil løbende blive vurderet.



OFFENTLIG TRANSPORT

1A Østerbrogade/Århusgade
8A Strandboulevarden/Jagtvej
S-tog Nordhavns St. og Svanemøllen St.



PARKERING

Der findes handicapparkering i Vordingborggade, og man kan der benytte indgangen via gården i Vordingborggade 22. Der er cykelstativer ved indgang i Randersgade. Parkering på Østerbro er betalingszone.



KORT OM SUNDHEDSHUSENE

Sundhedshusene er for københavnere, der har behov for genoptræning, en kronisk sygdom, stress eller problemer med ryg, nakke eller slidgigt. Der er mulighed for at få hjælp til rygestop og rådgivning om sunde alkohol- og kostvaner efter behov. Københavnerne, der står over for en operation, kan få hjælp til rygestop og rådgivning om alkohol. Henvisning sker via praktiserende læge, hospital eller visitation på lokalområdekantoret.