

# Velkomstmappe

Til unge anbragte og  
deres pårørende



# Indhold

Første tid på Sønderbro

Hvad må du medbringe?

Hverdagen

Undervisning på Sønderbro

Brugerdrevet hverdag

Praktisk info

- Økonomi

- Telefoni og kommunikation

- Besøg



# Indledning

I denne velkomstmappe har vi samlet forskellige informationer om dagligdagen på Sønderbro, som du og dine pårørende med fordel kan læse, når det besluttes, at du skal anbringes her.

Vi lægger vægt på, at tiden under din anbringelse bliver brugt fornuftigt og effektivt, og at vi i samarbejde med dig får arbejdet med dine personlige målsætninger og handleplan. Derfor vil vi gøre både os og dig klogere på hvilke ressourcer, du har til rådighed, og hvilke udviklings- og støttebehov, du har.

Vi ønsker, at du og de andre unge på institutionen får mest muligt ansvar for egen udvikling, involvering i udførelsen af aktiviteterne og den daglige drift og sidst men ikke mindst, at alle får daglig feedback på deres udvikling og trivsel. Vived, at det er vigtigt for alle mennesker at blive hørt, forstået og mærket, at det der bliver sagt, bliver taget seriøst, og det er derfor vigtigt, at vi får skabt et samarbejde, hvor der er plads til uenighed - men hvor vi respekterer hinandens holdninger.

## Kontakt

Sønderbro - Den Sikrede Institution

Sundholmsvej 42

2300 København S

E-mail: [soenderbro@sof.kk.dk](mailto:soenderbro@sof.kk.dk)

Tlf.: 33 17 88 88

# Første tid på Sønderbro

Hvis du skal anbringes i varetægtssurrogat, vil du efter grundlovsforhøret blive transporteret til Sønderbro af politiet. Her bliver du modtaget af to medarbejdere, som holder en indskrivningsamtale med dig. Sammen gennemgår vi det lovgrundlag, du er anbragt efter, du orienteres om de regler, der gør sig gældende på Sønderbro (husorden), hvordan dagligdagen er her osv. Vi tager os også af formalia (udfyldelse af værelseskontrakt, samtykker, sundhedserklæring mm.).

Efter mødet bliver du fulgt til afdelingen og du får dit værelse og nøglen hertil. På dit værelse er der en seng, et tv, en reol, et vindue og du har eget bad og toilet. Du får udleveret en startpakke, som foruden dyne og pude består af:

- Sengelinned
- Håndklæder
- Hygiejneartikler (håndsæbe, shampoo, tandbørste, tandpasta evt. bind/tamponer), som du således ikke selv skal medbringe.

Engangsskrabere og barberskum udleveres efter behov.

# Hvad må du medbringe?

Hvis du ikke selv har mulighed for at pakke en taske med tøj, før du skal til Sønderbro, kan dine forældre/værge medbringe det ved første besøg på Sønderbro. Vi anbefaler, at du har følgende under din anbringelse:

- Almindeligt hverdagstøj, overtøj, undertøj, strømper, sko og evt. klipklapper.
- Træningstøj til træning indenfor og udenfor samt træningssko (vi er ude i al slags vejr).

Vi erstatter ikke bortkommen tøj - alt medbringes på eget ansvar. Derfor anbefaler vi ikke, at du medbringer meget dyrt tøj og sko.

# Hverdagen

## Morgenvækning

For at hjælpe dig med at få en god start på dagen og sikre, at du er frisk og klar når dagsprogrammet begynder kl. 09.00, vil personalet i hverdagene begynde at vække dig fra kl. 8.00-8.30. Er det svært for dig at komme op om morgenen, kan du lave en aftale om, hvordan du foretrækker morgenvækningen skal forløbe som hjælp til, at du kommer godt i gang med dagen.

Når man er sammen med andre mennesker hele dagen, er det vigtigt, at man er ren og ser ordentlig ud, så andre har lyst til at være tæt på én. Det er dit eget valg, om du blot vil vaske hænder og ansigt eller om du vil tage et bad om morgenen. Men det forventes, at du sørger for at børste tænder, gøre dig ren og tage rent tøj på, når du står op.

## Morgenmad og morgenoverlap

Der er morgenmad mellem kl. 08.00 og kl. 09.00. Kl. 09.00 starter undervisningen, hvor du forventes at være undervisningsparat. Desuden gennemgås dagens aktiviteter og der er mulighed for, sammen med personalet, at planlægge eventuelle ændringer i dagsprogrammet, hvis der er brug for det.

# Hverdagen - fortsat

## Dagsprogram

Dagsprogrammet dækker tidsrummet fra kl. 09.00 til kl. 14.30 i hverdagene. Afdelingen har sit eget ugeskema, hvor du indgår i de aftalte aktiviteter sammen med resten af ungegruppen. Ugeskemaet sørger for, at du får arbejdet med dig selv inden for de områder, som er vigtige for dit forløb og udvikling - både mens du er på Sønderbro og bagefter.

Dagsprogrammet afsluttes hver dag med, at du sammen med en medarbejder laver en fælles opfølgning og evaluering af din indsats i dagens undervisning.

## Frokost

Der er frokost og frokostpause fra kl. 12.00 til kl. 13.00. Det er vigtigt, at alle bidrager til, at dagens måltider foregår i en rar atmosfære, hvor medarbejdere og unge kan nyde hinandens selskab. Det betyder, at konflikter og uenigheder ikke tages med til bords, men løses på et andet tidspunkt. Hvis du er syg, eller fravælger at deltage (pjæk), får du frokost på værelset.

## Værelsestid

I løbet af dagen og aftenen deltager du i aktiviteter og er sammen med mange forskellige mennesker, hvilket kan gøre, at du får brug for en pause midt på dagen, hvor du kan være alene og få lidt fred. I hverdagene er der derfor værelsestid kl. 14.30-15.15. I dette tidsrum opholder du dig på dit eget værelse og bruger tiden, som du helst vil. Det er først til værelsestid, at dit tv-signal bliver tændt.

# Hverdagen - fortsat

## Ungeoverlap

Ungeoverlap er et møde for medarbejdere og unge og afholdes i hverdage lige efter værelsestid. På ungeoverlappet kan både medarbejdere og unge tage emner op, som er relevante for den fælles trivsel på afdelingen. Her kan du komme med forslag, hvis der er noget bestemt, du gerne vil tale om, eller hvis der er retningslinjer eller aftaler, som du synes, skal ændres.

Ligeledes har du mulighed for at være med til at planlægge aftenens aktiviteter og tale om, hvordan dagen er gået. Det er også typisk under ungeoverlap, vi planlægger tidspunktet for dit ansvarsområde, og hvad der skal foregå af aktiviteter senere den pågældende aften.

Alle unge skiftes til at have ansvaret for de forskellige ansvarsområder, som udføres med hjælp fra medarbejderne. Opgaverne er bl.a. at gøre rent og holde orden på afdelingen - og alle hjælper til, eftersom vi alle er en del af fællesskabet. Ansvarsområderne er en del af din livsduelighedstræning, som evalueres sammen med dig hver dag.



# Hverdagen - fortsat

## Aftensmad

Der er aftensmad hver aften kl. 18.00, hvor både ungegruppen og medarbejderne spiser sammen. I hverdagene bliver aftensmaden tilberedt i institutionens centralkøkken. I weekenderne forbereder afdelingerne selv aftensmåltiderne og du er velkommen til at deltage i madlavningen.

## Aftenaktiviteter

Efter aftensmaden påbegyndes de aftenaktiviteter, som er blevet aftalt til ungeoverlappet om eftermiddagen. Du og de andre unge har bl.a. mulighed for at træne, spille spil eller PlayStation og se film/tv. Hver aften op til sengetid foretager du i samarbejde med en medarbejder en fælles opfølgning og evaluering af, hvordan din indsats har været i løbet af eftermiddagen og aftenen.

## Sengetid

Da søvn har afgørende betydning for, at kroppen og hjernen kan fungere i løbet af dagen, er det væsentligt for din trivsel, at du får mindst otte timers sammenhængende søvn hver nat. Du skal derfor senest kl. 23.00 være på værelset og gøre dig klar til natten. Vil du gerne have noget med fra køkkenet, eller har brug for læsestof, kan dette ordnes inden kl. 22.45.

# Hverdagen - fortsat

## Natten

Døren ind til dit værelse er altid låst mellem kl. 23.00 og 08.00. Hvis du får brug for noget i løbet af natten, kan du ringe efter nattevagten på kaldeknappen, som sidder ved indgangen til dit værelse. Der er ikke tv-signal på dit værelse mellem kl. 01.00 og 14.30 i hverdagene og mellem kl. 01.00 og 08.00 i weekenderne.

## Weekender

I weekenden har du mulighed for at styre det meste af din tid, som du vil. Du har mulighed for at sove længe og du bliver først vækket kl. 10.00 både lørdag og søndag. I stedet for frokost bliver der serveret brunch kl. 12.00, hvor der samtidig afholdes ungeoverlap. Her kan du og de andre unge planlægge, hvad I gerne vil lave i løbet af dagen.

I kan blandt andet aftale træning, filmaften, brug af PlayStation, kagebaking osv. Hver lørdag kl. 13.00 er der værelsesrengøring, inden eftermiddagsaktiviteterne går i gang. Her er der fokus på, at du får gjort dit værelse rent, så det er ordentligt og rart at være på.

## PlayStation og brætspil

Afdelingen har en PlayStation, som det er muligt at låne efter værelsestiden og om aftenen. Når du låner et spil til PlayStation eller et brætspil, skal du kvittere for det, indtil du afleverer det tilbage. Hvis afdelingens PlayStation bliver ødelagt, skal ungegruppen selv spare op til en ny gennem de ugentlige incitamentsaftaler.

# Hverdagen - fortsat

## Manglende deltagelse

Du skal allerede ved morgenvækningen gøre opmærksom på, hvis du ikke deltager i dagen grundet sygdom eller andet. Ved manglende deltagelse skal dagen tilbringes på værelset (frem til efter værelsestid), og du spiser også på værelset. Når først du har meldt fra til dagens program, har du ikke mulighed for at deltage på et senere tidspunkt, selvom du skifter mening. I stedet vil medarbejderne vurdere, om der er mulighed for at tilbyde dig et alternativ til den programsatte undervisning den pågældende dag. Du vil dog stadigvæk få registreret hele dagen som sygedag/fraværende.

Ved manglende deltagelse har du mulighed for at ryge 2 gange frem til værelsestid, henholdsvis kl. 10.30 og kl. 13.30. Rygepauserne afholdes ikke sammen med resten af afdelingen.

Marts 2020

# Undervisning

Sønderbros interne skole



# Undervisning

Under din anbringelse tilbyder vi dig undervisning indenfor forskellige områder, som kan styrke din udvikling på flere plan:

- Fagligt (skole og beskæftigelse)
- Fysisk (træning, kost og søvn)
- Socialt (din evne til at håndtere konflikter og din adfærd når du er sammen med andre)
- Personligt (dine tanker, følelser og selvforståelse)

Yderligere vil vi have fokus på at understøtte dine evner til at varetage de almindelige gøremål, som følger med en selvstændig voksentilværelse. Din hverdag på institutionen tilrettelægges ud fra en række mål og delmål, der skal styrke dine kompetencer inden for de forskellige nævnte områder, som du formulerer og beslutter sammen med personalet.

## Faglig undervisning

Mens du er på Sønderbro er det vigtigt, at du arbejder med at tilegne dig kompetencer og viden, som kan styrke dine muligheder for videre uddannelse eller erhvervsarbejde. Du tilbydes derfor undervisning i traditionelle boglige skolefag og i praktiske fag, hvor du lærer forskellige håndværk.

## Boglig undervisning

Er du stadig skolepligtig, eller ønsker at forberede dig til videre uddannelse, er der mulighed for at modtage undervisning og gå til eksamen i dansk, engelsk og matematik. Yderligere undervises der også i samfundsfag. Undervisningen tilpasses det faglige niveau, du befinder dig på og du kan selv være med til at bestemme hvilke områder, du gerne vil fokusere på.

# Undervisning - fortsat

## Praktisk undervisning - Beskæftigelse

Beskæftigelsesarbejdet består af produktions- og håndværkerarbejde, enten på afdelingen, på institutionens træværksted eller i institutionens centralkøkken. Beskæftigelsesarbejdet vil give dig mulighed for at opnå praktiske evner inden for et håndværk, og du kan opleve at indgå i en daglig produktion, hvor du varetager opgaver på lige fod med andre medarbejdere.

## Undervisning i Idræt og Sundhed

På Sønderbro lægger vi vægt på, at der bliver dyrket idræt og at alle bevæger sig hver dag. Vi ved, at fysisk bevægelse har en positiv effekt på kroppens fysiske og mentale velvære samtidig med, at det giver dig mulighed for at arbejde fokuseret med dig selv og træne din evne til at samarbejde med andre. For at få en forståelse af hvordan du understøtter din egen sundhed, har du mulighed for at få skræddersyet både kost- og træningsplan. Ca. hver 4. uge bliver der lavet en maks. test, der viser din fysiske fremgang. Yderligere vil Idræt og Sundhed bestå af boldspil, styrketræning, fælles lege, yoga m.m.

## Træning i adfærd, konflikthåndtering og robusthed

Under dit forløb bliver du bedt om at arbejde med dig selv og din adfærd. Det vil sige, at du bliver undervist i at øge din mentale robusthed og hvordan, du kan blive bedre til at håndtere dine følelser og reaktioner i forskellige situationer. Ligeledes vil der være fokus på udviklingen af dine sociale kompetencer (hvordan du er sammen med andre). Du vil både have 1:1 samtaler med personalet og have gruppearbejde sammen med de andre unge på din afdeling.

# Undervisning - fortsat

## Træning i livsduelighed

Det er en væsentlig del af voksenlivet, at være i stand til selvstændigt at varetage opgaver med almen husholdning og praktiske gøremål, samt at du kan tage ansvar for de forhold, som kommer til at påvirke din tilværelse fremadrettet. Det kan f.eks. være opgaver ift. praktisk hushold og hygiejne, IT kundskaber, brug af digitale offentlige systemer (borger.dk, NemID) m.m.

## Ugens fokuspunkt

Udover det faste dagsprogram har alle uger også et overordnet fokusområde/tema, som der vil være fokus på både i og udenfor undervisningen. Fokuspunkterne har alle noget at gøre med områder, som det kan være relevant for dig at beskæftige dig med.

Fokuspunkterne skifter hver 2. uge og er de samme for alle tre afdelingerne.

Marts 2020

# Brugerdrevet hverdag





# Brugerdrevet hverdag

Mens du er på Sønderbro vil vi have særligt fokus på din indsats - altså på hvor meget eller lidt du gør dig umage for at deltage aktivt i de aktiviteter eller den undervisning, som foregår. Det betyder også, at uanset hvor god eller dårlig du er indenfor forskellige områder, så vil du først og fremmest blive vurderet ud fra hvor seriøst, du arbejder med dig selv og hvor meget du tager ansvar for din adfærd og dine udfordringer.

Jo mere du involverer dig i undervisningen og tager ansvar for de opgaver, du tildeles og det fællesskab, du indgår i på din afdeling, jo mere vil du opleve, at du har mulighed for at påvirke, hvordan din hverdag på Sønderbro kommer til at se ud. Det betyder i praksis to ting:

1. Du vil dagligt få en personlig opfølgning og evaluering af din deltagelse i aktiviteter, varetagelse af opgaver og din overordnede adfærd:

Evalueringen er med til at sikre, at vi sammen får målrettet vores fokus på de udviklingsområder, som er relevante for dig. Samtidig hjælper evalueringen med at gøre det tydeligt for dig, hvordan din tilgang til undervisning, aktiviteter, opgaver og mennesker omkring dig, har indflydelse på hvilke muligheder og medbestemmelse, du får i din dagligdag.

# Brugerdrevet hverdag- fortsat

2. Du bliver tildelt et ansvarsområde, der indeholder faste daglige opgaver på afdelingen:

Opgaverne ligner helt almindelige pligter, som de fleste børn og unge skal varetage hjemme hos sig selv. Når du involverer dig i de forhold og opgaver, som knytter sig til din afdeling, vil du opleve en positiv effekt, fordi du får mere indflydelse på, hvad din hverdag skal indeholde, samtidig med at du udvikler evnerne til at mestre din egen tilværelse og adfærd fremadrettet.

## Opfølgning og evaluering

Din deltagelse i aktiviteter og varetagelse af ansvarsopgaver, samt din overordnede adfærd, bliver evalueret dagligt sammen med dig. Der evalueres to gange om dagen med henholdsvis dagholdet (efter kl. 14) og med aftenpersonalet (i tidsrummet 21-23). Dagholdet fører desuden protokol over din tilstedeværelse i undervisningen dvs. at dit fravær registreres.

# Ansvarsområder

Der er i alt tre forskellige ansvarsområder, som du kan blive tildelt;

- Måltider og køkken
- Vinduer og flader
- Rygegård og vaskerum

Områderne varetages i makkerpar, hvor du sammen med en anden ung fra din afdeling har ansvar for at tage dig af de forskellige pligter og opgaver, som følger med. Du har selv mulighed for at vælge, hvem fra din afdeling du gerne vil dele ansvarsområde med, og der vil ligeledes være én fra personalet, som vil støtte jer undervejs, når der bliver brug for det. Du og din makker har det samme ansvarsområde i én uge af gangen og det gælder alle ugens syv dage. Efter en uge skifter alle makkerpar til et nyt ansvarsområde, og sådan fortsætter det under hele din anbringelse.

Selvom du kun får ét primært ansvarsområde af gangen, betyder det ikke, at du kan være ligeglad med de andre områder. Udover de faste pligter du får, har du sammen med resten af ungegruppen på din afdeling et samlet ansvar for, at din afdeling fremstår velholdt, at Sønderbros husorden bliver overholdt og at både medarbejdere og unge behandles ordentligt.

# Praktisk info

Til unge og pårørende ved Sønderbro



# Økonomi

Du får lommepenge og tøjpenge under din anbringelse på Sønderbro. Beløbet er bestemt af Kommunernes Landsforening. Du får indbetalt dine lommepenge og tøjpenge hver fredag.

## Lommepenge

### *Takster for 2020*

12-13 år pr. uge	kr. 69
14-15 år pr. uge	kr. 138
16 år og ældre pr. uge	kr. 278

## Tøjpenge

### *Takster for 2020*

12-13 år pr. uge	kr. 138
14-15 år pr. uge	kr. 161
16 år og ældre pr. uge	kr. 177

Ved din ankomst til Sønderbro har du selv eller din familie mulighed for at overføre et engangsbeløb på 200 kroner til din lommepengekonto. Hvis du overflyttes til Sønderbro fra en anden institution, har du mulighed for at få overført lomme- og tøjpenge derfra til dine konti på Sønderbro.

# Økonomi - fortsat

## Udgifter

Hver uge trækkes der 50 kroner fra dine tøjpenge til hygiejneudgifter. Hvis du har erstatningskrav, trækkes der hver uge 50% af dine lommepege- og tøjpengekonto indtil du har afbetalt hele erstatningsbeløbet. Hvis du stadig mangler at afbetale et eller flere erstatningskrav, når du udskrives fra institutionen, vil resten af beløbet blive trukket fra dine konti.

## Indkøb af varer

Du kan bestille cigaretter og andre varer mandag og torsdag. Dine varer bliver udleveret tirsdag og fredag. Fælles indkøb til ungegruppen og afdelingen foretages af personalet om torsdagen.

## Indkøb aftøj

Indkøb og aftaler vedrørende tøj koordineres altid med eftermiddagspersonalet.

Har du brug for tøj hjemmefra, kan personalet lave en aftale med dine forældre eller værge om, at der medbringes tøj ved næste besøg.

Derudover har du mulighed for at købe tøj fra Sønderbros tøjlager 

Type	Pris
Trænings sæt	300 kr.
T-shirts (2-pak)	100 kr.
Boksershorts - Hummel (2-pak)	100 kr.
Strømper - Hummel (3-pak)	100 kr.
Sko - Adidas	450 kr.

# Økonomi - fortsat

## Arbejdsdusør

Hvis du varetager dit ansvarsområde, som du skal, er det muligt for dig at tjene ekstra penge på dusørarbejde om aftenen eller i weekenden, hvis du f.eks. ønsker at spare sammen til noget tøj eller afbetale dine erstatningskrav hurtigere.

Dusørarbejde er praktiske arbejdsopgaver på afdelingen eller udendørsområder, som du bliver betalt for at udføre. Du kan sammen med personalet aftale mulige arbejdsopgaver til dusørarbejde.

Det er kommunen, som bestemmer timelønnen for dusørarbejde på institutionen - pt. er den på 33 kr. i timen. Du kan højst lave dusør arbejde tre timer dagligt. Du kan lave dusørarbejde mellem kl. 19.00-22.00 på hverdage og mellem kl. 13.00-22.00 i weekenden. Hvis du laver arbejdsopgaver uden for disse tidspunkter, bliver du ikke betalt for det. Hvis du har et erstatningskrav på institutionen, skal du også afdrage med det, du tjener på arbejdsdusør.

Du må kun lave dusørarbejde i weekenden, hvis du har overstået din værelsesrengøring og andre pligter om lørdagen. Dit faste ansvarsområde hører ikke ind under dusørarbejde.

# Telefoni og kommunikation

Under din anbringelse opbevares din mobiltelefon og evt. andet kommunikationsudstyr af Sønderbros personale. Såfremt der ikke er besluttet begrænsninger i din kommunikation med din familie og dit netværk, vil du kunne modtage og foretage opkald i nedenstående tidsrum.

Af hensyn til alle unge på en afdeling, vil der være en begrænsning på en time dagligt ift. opkald til familie og netværk. For så vidt kontakt til din advokat, din sagsbehandler hos politiet eller kommunen, en præst/imam, Socialtilsynet eller Røde Kors angår, vil din adgang være ubegrænset og i videst muligt omfang anonymt. Der kan afviges fra telefontiderne i akutte tilfælde.

- Hverdage: kl. 12:30-13:00, kl. 16.00-18.00 & kl. 19.00-22.00
- Weekender: kl. 09.00-12.00, kl. 13.00-18.00 & kl. 19.00-22.00



# Besøg

I forbindelse med besøg forventes det, at du følger personalets anvisninger og generelt opfører dig ordentligt. Ved upassende adfærd kan personalet eller politiet vælge at afbryde dit besøg. Ligeledes har vi mulighed for at nægte adgang til besøgende, som ikke overholder besøgsreglerne.

- Hvis du under din anbringelse ikke er underlagt begrænsninger i form af besøgs-og brevkontrol, vil du kunne modtage op til tre besøg om ugen, dog kun ét besøg pr. dag. Der er besøgsdage onsdag, torsdag, lørdag og søndag.
- Hvis du er underlagt besøgs-og brevkontrol, er du alene tilladt overvåget besøg og du vil være begrænset til ét besøg om ugen, som overvåges af politiet. Et besøg må vare en time, med mindre der er tale om din advokat eller myndighedspersoner.