



Anhörigstöd

Program april - juni 2025



ALINGSÅS
KOMMUN



Är du anhörig?

Med anhörig menas en person som hjälper eller stödjer en närstående som inte klarar vardagen på egen hand. Behov av stöd kan bero på ålder, psykisk eller fysisk sjukdom, funktionsnedsättning eller beroendeproblem.

Du kan vara vän, granne, förälder, maka, make, sambo eller barn. Oavsett anknytning är du en viktig person som kan behöva stöd och

information genom anhörigstödet. Stödet är kostnadsfritt, men vid vissa aktiviteter betalar du självkostnadspris, det anges i programmet.

Du som har svårt att lämna den du vårdar kan ansöka om avgiftsfri avlösning i hemmet.

Välkommen!

Mötesplatser

Anhörigträffarna är mötesplatser där du kan få information, träffa andra anhöriga samt fika till självkostnadspris. Vi erbjuder samtal, gemenskap och andra aktiviteter. Aktiviteterna är kostnadsfria om inte annat anges.

För aktuellt program till anhörigträffarna kontakta anhörigstödet.

Telefon: 0322-61 60 20 eller 0322-61 60 42

E-post: anhorigstod@alingsas.se

Anhörigträffar

Torsdagscafé

Kostar 40 kr för kaffe, smörgås och kaka.

Dag: varje torsdag enligt program

Tid: 11.00-12.30

Plats: Kvarnbacken, Lapplandsgatan 1



Bjärke anhörigcafé

Dag: onsdagar 12/2, 26/3, 23/4, 28/5

Tid: 14-15.30

Plats: Bjärkegården Träffpunkten, Centrumgatan 3, Sollebrunn

Minnenas café

Caféet är öppet 1:a tisdagen i månaden.

Dag: tisdag 4/2, 4/3, 1/4, 6/5, 3/6

Tid: 17 - 19

Plats: Hagagården, Noltorps centrum 8

Anhörigstöd drop-in

Välkommen till lokalen i Afzelii på Norra Ringgatan 16.
Vi har öppet varje tisdag mellan 9 - 12.

Du kan alltid komma in för ett samtal, en kopp kaffe, information eller hämta aktuella broschyrer.

Välkommen!



Samtalsgrupp

Sjukdom och funktionshinder kan innebära stora förändringar för hela familjen. Vardagslivet förändras och ibland kan anhöriga behöva stöd för att hitta nya sätt att hantera den nya livssituationen.

I en samtalsgrupp får du som anhörig kunskap om vilken hjälp som finns att tillgå samt möjligheter att samtala med andra som är i en liknande situation.

Hur funkar det?

- max 6 deltagare
- vi träffas 1,5 timmar varannan vecka
- kostnadsfritt

Grupper finns för dig som:

- lever ihop med en demenssjuk person
- stödjer någon med neurologisk sjukdom
- hjälper en äldre förälder

Anmäl ditt intresse till anhörigstödet så får du veta mer.

Se kontaktuppgifter på sista sidan.



Inbjudan till föreläsning

Friskvård för anhöriga

När: tisdag 20 maj

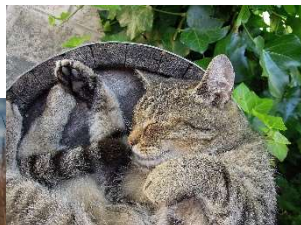
Tid: kl. 14 - 16

Var: Kvarnbacken, Lapplandsgatan 1, Alingsås

Föreläsare: Camilla Vikander, hälsovetare, Närhälsan

Hjälpa och stötta en sjuk närstående kan både vara tillfredsställande och påfrestande. Det är lätt att glömma bort att som anhörig ta hand om sig själv.

Vad behöver vi för att må bra? Camilla kommer att prata om kost, motion, återhämtning med mera och ger tips och råd.



Anmäl dig till anhörigstödet senast 9 maj, telefon 0322-61 60 20 eller e-post: anhorigstod@alingsas.se

Föreläsningen är kostnadsfri och vi bjuder på fika.

Anhöriglinjen

0200-239 500

info@anhoriglinjen.se

Mån-tis, tors- fre 10.00-15.00
Ons och sön 18.00-21.00



Vill du prata med en medmänniska? Har du frågor om dina rättigheter?
Behöver du råd och stöd i din situation som anhörig?

Anhörigas Riksförbunds Anhöriglinje finns till för dig.

Anhörigas Riksförbund är en politiskt och religiöst obunden intresseorganisation som verkar för att de som är anhöriga ska ha goda förutsättningar att hjälpa sina närstående. Samtidigt vill vi säkerställa att de anhöriga själva har möjlighet att leva ett gott liv.

Anhörigas Riksförbund består idag av drygt 4000 medlemmar i ca 50 lokalföreningar.

Anhörigstöd för dig

Kontakta oss för samtal, när du har frågor eller när du vill anmäla dig till en aktivitet. Du kan också boka tid för enskilt samtal. Vi är anställda av Alingsås kommun och vi har tystnadsplikt.

Telefon:

0322-61 60 20

E-post:

anhorigstod@alingsas.se

Webbplats:

alingsas.se

Välkommen!

På vår webbplats hittar du våra program, mer information om anhörigstöd och nyttiga länkar.

Carina Johansson

0767-20 25 46

Elenor Emanuel Holton

0734-14 22 51



Följ oss gärna på Facebook.

"Anhörigstöd i Alingsås kommun"

**Kontakta oss om du stödjer
en person som är 65 år eller äldre**

Anhörigstödet ingår i förebyggandeenheten.

Alingsås kommun

Vård- och omsorgsförvaltningen

441 81 Alingsås

