



ANHÖRIGSTÖD

Till dig som vårdar eller stödjer en närstående som är äldre eller långvarigt sjuk eller som har en funktionsnedsättning.



Definitioner

Anhörig: Den som ger stöd/hjälp

Närstående: Den som får stöd/hjälp

Samtal/stödplan

Alla anhöriga som hjälper och stödjer en närstående erbjuds samtal. Samtalet fokuserar på varje individs behov av hjälp och stöd och resulterar i en individuell stödplan. Fortsatt samtalsstöd erbjuds. *Kontakta anhörigsamordnaren för mer information.*

Anhörigcafé

Till anhörigcaféet är anhöriga välkomna oavsett om den närstående bor hemma eller på särskilt boende. Hit kan anhöriga komma för en stunds gemenskap, lyssna på föredrag och få aktuell information. *Kontakta anhörigsamordnaren för mer information.*

Avlastning

När det finns behov av längre tids vila och avkoppling för den anhörige erbjuds den närstående tillfällig vistelse på korttidsenhet eller växelvärd. *Kontakta biståndshandläggaren för ansökan.*

Avlösning i hemmet

När den anhörige behöver tid för sig själv för att till exempel handla, gå till frisör eller läkare finns möjlighet att få upp till åtta timmars kostnadsfri avlösning per månad i hemmet. Hemtjänstpersonalen ansvarar för avlösningen.

Kontakta biståndshandläggaren för ansökan.

Dagverksamhet

Det finns möjlighet för den närstående att komma till en dagverksamhet för att få social gemenskap och meningsfull sysselsättning.

Kontakta biståndshandläggaren för ansökan.

Anhöriggrupp

För anhöriga – maka/make, vän eller barn till personer med demenssjukdom finns möjlighet att delta i en anhöriggrupp. Där får deltagarna information om demenssjukdomar, medicinering, förhållningssätt och bemötande samt vilken hjälp och stöd som finns att få. *Kontakta demenssamordnaren för mer information.*

Hemtjänst

När det finns behov av hjälp i hemmet görs en biståndsbedömning. Det kan även finnas privata utförare av hemtjänst.

Kontakta biståndshandläggaren för ansökan.

Väntjänst

Behöver du hjälp i vardagen vid exempelvis läkarbesök, inköp eller promenader? Eller vill du tillsammans med väntjänsten baka något litet, då ställer de gärna upp. Väntjänstens frivilliga finns till för dig. Kommunens väntjänst ställer upp utan kostnad, fränsett eventuellt ersättning för omkostnader. *Kontakta samordnarna för aktivitet- och frivilligverksamheten för mer information.*

Att tänka på för anhöriga

- Dela dina tankar och känslor med andra.
- Motionera regelbundet.
- Ta reda på vilket stöd och vilken hjälp du kan få.
- Var omtänksam mot dig själv.
- Se till att få egen tid.
- Det är viktigt att du vilar.
- Planera din dag.
- Ät gott och nyttigt.
- Ta en dag i taget.
- Planera för oförutsedda händelser.



För mer information
är du välkommen
att kontakta:

Anhöringsamordnare

Telefon: 0381-362 53

Demenssamordnare

Telefon: 0381-367 02

Biståndshandläggare

Telefon: 0381-360 00 (via kontaktcenter)

Samordnare för aktivitet- och frivilligverksamheten

Det går bra att boka genom en e-tjänst

som du når via www.eksjo.se/anhorigstod eller ring

Telefon: 0381-421 86, tisdagar klockan 10–11 eller

Telefon: 0381-421 85, torsdagar klockan 10–11

Eksjö kommuns kontaktcenter

Telefon: 0381-360 00

E-post: socialasektorn@eksjo.se

Läs mer på www.eksjo.se/anhorigstod