



Kontaktuppgifter

Vi som arbetar som anhörigstödsrådgivare har kunskap om och erfarenhet av funktionsnedsättningar och psykisk ohälsa.

Ni kan komma i kontakt med oss via anhorigstod@vellinge.se eller 040-635 43 47. Telefontid: Måndag kl.08.00-10.00 och torsdag kl.13.00-15.00.

Vill du få information om anhörigstödet aktiviteter?

Anmäl det via e-post: anhorigstod@vellinge.se eller gå in på vellinge.se/anhorigstod där vi lägger ut våra aktiviteter.



Anhörigstöd

Information



Information till dig som stödjer eller vårdar en närstående med funktionsnedsättning eller psykisk ohälsa

Du kan få stöd av kommunen om du som anhörig stödjer eller vårdar en närstående

Med anhörig menas du som inom familjen, släkten eller vänkretsen hjälper någon som inte klarar vardagen på egen hand. Den du ger stöd ska vara under 65 år och ha en funktionsnedsättning eller psykisk ohälsa.

För dig som stödjer någon som är äldre erbjuds också anhörigstöd. Läs om detta anhörigstöd på kommunen hemsida Vellinge.se/anhorigstod.

Syftet med anhörigstöd

Anhörigstödet är till för att skydda och stödja dig som gör en stor insats för en anhörig. Anhöriga kan i många fall ge det bästa stödet och är en viktig person för den som tar emot hjälpen. Anhörigstödet ska bidra till att fysiskt, psykiskt och socialt underlätta din situation. Stödet ska främja din hälsa och ditt välbefinnande.

Anhörigstödet i Vellinge kommun utgår från att

- varje anhörig har ett unikt behov
- anhöriga aktivt ska erbjudas stöd
- stödet ska vara lättillgängligt, flexibelt och finnas i flera olika former
- stödet ska innebära något positivt för både anhörig och närstående
- stödet ska upplevas vara av god kvalitet



Vi erbjuder olika former av anhörigstöd

Anhörigcafé

Vi anordnar anhörigträffar med olika teman för dig som stödjer någon med psykisk ohälsa eller funktionsnedsättning. Träffarna är en möjlighet att möta andra i liknande situation, skapa nya kontakter, få råd och tips eller bara ta en kopp kaffe. På de flesta av våra träffar hålls också ett kortare föredrag. Datum för anhörigträffarna och information om föredragshållare och tema kan du läsa mer om på kommunens hemsida, vellinge.se/anhorigstod.

Råd och stöd

Ett råd- och stödsamtal ger dig möjlighet att prata med någon utomstående som lyssnar på dig och kan ge dig stöd i din situation. Vi erbjuder upp till fyra samtal, det är kostnadsfritt, och vi för inga journalanteckningar. Vi som är anhörigstödsrådgivare är inga utbildade terapeuter och har inga behandlande samtal, men vi har kunskap och erfarenhet av funktionsnedsättningar, psykisk ohälsa och anhörigas situation.

Vill du boka ett råd- och stödsamtal eller komma i kontakt med oss, mejla anhorigstod@vellinge.se eller ring 040-635 43 47.

Telefontid: Måndag kl.08.00-10.00 och torsdag kl.13.00-15.00.

Samtalsgrupp

Vi anordnar då och då samtalsgrupper där du som anhörig har möjlighet att träffa och tala med andra anhöriga i liknande situation. I samtalsgruppen finns möjlighet att utbyta tankar, ge varandra stöd och få praktiska tips som kan underlätta vardagen. Vi drar igång samtalsgrupper när vi fått in tillräckligt många anmälningar för att kunna starta en grupp.

Anmäl ditt intresse att delta i en samtalsgrupp via mejl, anhorigstod@vellinge.se eller per telefon 040-635 43 47.