

Januari – Mars 2019

Anhörigstöd utmed vägen

Hur ser anhörigstödet ut i vår kommun? Kan man som anhörig få stöd när man befinner sig på ”anhörigvägen” och hjälper det att finnas med i de här sammanhangen?



Under hösten inledde vi ett nytt projekt inom anhörigstödet. Tillsammans med 7 andra kommuner i landet och med Nationellt kompetenscentrum Anhöriga i Kalmar diskuterar vi just de här frågorna och ska följa upp det stöd som ges i vår kommun.

Till vår hjälp har vi startat upp ett så kallat Blandat lärande nätverk. Deltagarna i den här gruppen består av anhöriga, anhörigsamordnare, utvecklingsledare, chefer inom vård och omsorg och inom individ och familjeomsorgen, demenssköterska, arbetsterapeut och familjepedagog.

Målet med projektet är att kunna utveckla anhörigstödet ännu mera och att följa upp de insatser som görs. Det vi önskar är att även om vägen - som kan vara både hal och krokig emellanåt även kan få kännas trygg.

Hör gärna av dig om du som anhörig har tankar och funderingar. Vi finns till för dig!

Anhöriggrupp-något för dig?

”Tillsammans med andra i samma läge blir den egna situationen på något sätt lättare att hantera och acceptera. Gemenskapen med andra ger avkoppling och en stunds vila och mer energi i vardagen. Man hittar även vänner för livet”.



Det finns två anhöriggrupper som träffas på dagtid:

- Sävsjö anhöriggrupp träffas varannan tisdag. Start tisdagen den 15 januari.
Tid: klockan 10.00–11.30 Plats: Brygghörnan Sävsjö.
- Vrigstad anhörig- och träningsgrupp träffas på tisdagar.
Start tisdagen den 15 januari
Tid: klockan 10.00–11.30 Plats: Vrigstad läkarmottagning.

Gå med i en föräldragrupp?

"Att få komma hit och möta andra föräldrar i liknande situationer är så skönt. Vi tampas med samma utmaningar och att mötas i det gör att jag känner mig mindre ensam."



Det finns två föräldragrupper som träffas på kvällstid:

- **Föräldragrupp** för dig som har barn eller tonåring med särskilda behov/funktionsnedsättning. Vi träffas en gång per månad. Start tisdagen den 22 januari. Tid: klockan 18.00–20.00. Plats: Brygghörnan Sävsjö
Övriga datum under våren: 19 februari, 20 mars, 17 april, 28 maj
- **Ventilen** - samtalsgrupp för dig som har ett vuxet barn med funktionsnedsättning. Start: torsdagen den 24 januari klockan 18.30–20.00. Plats: Brygghörnan Sävsjö
Samtalsledare under de första tillfällena är Birgitta Ekeberg, projektledare för självhjälpgrupper, Region Jönköpings län.

Massage och avkopplings-stund

Välkommen att anmäla dig till en massage-behandling. Yvonne Karlstad ger dig cirka 25 minuters skön avkoppling.



Behandlingen är kostnadsfri. Vi bjuder på fika i samband med din behandling.

- Fredag den 22 februari med tider från 9.00 till 12.00.
- Fredag den 22 mars med tider från 9.00 till 12.00.

När livet vänder

Varmt välkommen till en temakväll om att vara anhörig.

Att leva med någon som har förvärvat hjärnskada och psykisk ohälsa.

Eva Lindqvist är gäst och berättar sin livshistoria.

Tisdagen den 26 februari Tid: klockan 18.00-ca 20.00 Plats: Brygghörnan Sävsjö

Fika till självkostnadspris.

Samtalsstöd

Du som anhörig är varmt välkommen att boka tid för samtal. Vi har tystnadsplikt och samtalen är kostnadsfria.

Kontakt: Madeleine Sjöstrand anhörigsamordnare telefon: 0382-154 83

madeleine.sjostrand@savsjo.se

Besöksadress: Västra järnvägsgatan 11A 576 35 Sävsjö

<http://www.savsjo.se/anhorigstod>

