

# Anhörigstöd

Hjälp till dig som hjälper



---

## Varför anhörigstöd?

Många anhöriga ser det som en självklarhet att ställa upp och hjälpa och ge stöd till sina nära och kära. Det ger både glädje och mening men kan ibland också väcka oro och trötthet.

Som anhörig är du ovärderlig men ibland behöver du också få stöd och tid för dig själv.

## Vilket stöd finns att få?

### Råd, stöd och samtal

Anhörigsamordnaren fungerar som en lots och förmedlar kontakter och svarar på frågor om vart man kan vända sig.

Alla anhöriga erbjuds anhörigsamtal som fokuserar på varje individs behov av stöd och hjälp.

### Gruppverksamhet

Att delta i en anhörigrupp ger stöd och gemenskap med andra i liknande situation, men också kunskap och information.

### Utbildning

Anhörigstödet ordnar utbildningar utifrån dina behov i form av studiecirklar och föreläsningar.

## Hälsoinsatser

Som anhörig erbjuds du olika hälsoinsatser som exempelvis aktiviteter kring hälsa, kost och välmående. I samarbete med vårdcentralerna finns möjlighet att träffa sjuksköterska för en kostnadsfri genomgång av din hälsa.

## Mötesplats Brygghörnan

Mötesplats Brygghörnan erbjuder möjlighet till social samvaro, träning och korta föreläsningar som även kan vara aktuella för dig som anhörig.

## Andra former av stöd

Du och din närstående kan också få andra former av stöd som du ansöker om hos kommunens biståndshandläggare.

## Hur går jag tillväga?

Kontakta någon av anhörigsamordnarna så lotsar de dig rätt och ger mer information.



## Anhörigstöd - för vem?

Anhörigstöd är till för dig som stödjer någon som är äldre, långvarigt psykiskt eller fysiskt sjuk, har en missbruksproblematik eller en funktionsnedsättning.

Den du stödjer kan vara en familjemedlem, släkting, god vän, granne – gammal eller ung. Det är vår uppgift att hjälpa dig med råd och stöd, oavsett vem du hjälper eller ger stöd till.

## Anhörigamordnare Sävsjö kommun

---

### Vård & Omsorg - Funktionshinderomsorg:

**Madeleine Sjöstrand**  
0382-154 83  
madeleine.sjostrand@savsjo.se

Besöksadress:  
V:a Järnvägsgatan 11A  
576 35 Sävsjö

### Individ & Familjeomsorg:

**Ann-Charlotta Lagerqvist**  
0382-154 48  
ann-charlotta.lagerqvist@savsjo.se

Besöksadress:  
Villagatan 12  
576 80 Sävsjö