

## Anhörigkonsulent

**Tel. 392 39 måndag - fredag**

*Eller prata in namn och telefonnummer så blir du uppringd*

**SMS: 0734 29 12 10**

**E- post: [anhorigkonsulent@perstorp.se](mailto:anhorigkonsulent@perstorp.se)**

**Besöksadress: Träffpunkten, Postgatan 2**

(Ybbåsen)

**Postadress: Perstorps kommun, Träffpunkten, 284 85**

Perstorp



## Stöd som du och din närstående kan ansöka om

Insatser som riktar sig till din närstående kan också fungera som ett stöd. Exempel på sådant stöd är; avlösning i olika former som ger dig en tids ledighet från ditt åtagande, trygghetslarm, hjälpmedel, mat hemlevererat, försörjningsstöd för din närstående mm. Det är din närstående som ansöker om detta. Du kan själv ansöka om insatser som är individuellt anpassade till dina egna behov som anhörig.

Biståndshandläggare inom äldreomsorg tel. 391 45 eller 39 214

Biståndshandläggare inom handikappomsorg/LSS tel. 391 91

Socialpsykiatri och missbruk tel. 391 80

## Andra stödmöjligheter

- ✚ Anhörigas riksförbund–Anhöriglinjen tel. 0200–23 95 00
- ✚ [www.anhoriga.se](http://www.anhoriga.se) Nationellt kompetenscentrum anhöriga
- ✚ Föräldratelefonen tel. 020 85 20 00
- ✚ Självmordslinjen tel. 90101
- ✚ Äldretelefonen tel. 020 22 22 33
- ✚ Nationella hjälplinjen tel. 020 22 00 60 erbjuder psykologisk hjälp till människor i kris eller som befinner sig i svåra livssituationer.
- ✚ 1177 Vårdguiden Anhörig - närstående

# Stöd till anhöriga

Du som hjälper eller vårdar någon som står dig nära erbjuds information, råd och stöd av anhörigkonsulenten



Perstorps kommun  
Socialförvaltningen  
Anhörigstöd

## Stöd anhöriga

1 juli 2009 infördes en ny bestämmelse i Socialtjänstlagen SoL 5 kap.

10§

Den innebär att:

*Kommunen ska erbjuda stöd för att underlätta för dig som vårdar eller stödjer en närstående som är långvarigt sjuk eller äldre eller som stödjer en närstående med funktionshinder.*

## Vem berörs av lagen?

Bestämmelsen berör dig som vårdar eller hjälper en närstående. Kommunens skyldighet att erbjuda stöd är inte kopplat till att man vårdar eller hjälper en närstående med viss sjukdom eller diagnos, viss ålder eller typ av funktionsnedsättning. Det kan alltså handla om anhöriga till personer med missbruks- och beroendeproblem, till personer som har fysiska eller psykiska funktionsnedsättningar eller vuxna barn till äldre som behöver din hjälp. Du avgör själv om du anser att lagen gäller dig och din situation.

Att ge eller få vård och omsorg kan ske mellan föräldrar och barn, och mellan vuxna barn och föräldrar. Det kan handla om hjälp mellan makar, eller mellan syskon, grannar och goda vänner.

## Socialförvaltningen i Perstorps kommun

Ett avgiftsfritt anhörigstöd har kommit till för att stödja och hjälpa dig som själv hjälper eller ger omsorg till någon i din närhet.

Anhörigkonsumenten erbjuder stöd till anhöriga från 18 års ålder. Barn som är anhöriga och i behov av stöd hänvisas till Individ och familjeomsorgen.

Anhörigstödet har fokus på dig som är anhörig vilket är viktigt. Du bestämmer själv vilket stöd du vill ta emot. Vi utgår från vad du själv vill och den livssituation du befinner dig i.

Anhörigkonsumenten har sekretess och dokumenterar inte.

## Det här kan anhörigkonsumenten hjälpa dig med

### Information och rådgivning

Har du frågor eller funderingar över något? Önskar du veta vilken hjälp just du kan få? Eller din närstående? Önskar du komma i kontakt med någon intresseförening eller få kontaktuppgifter till någon i kommunen? Du får svar på det som du behöver veta mer om, hur du går tillväga i olika situationer och vart du kan vända dig.

### Anhörigsamtal

Behöver du någon att prata med? Du är välkommen att boka tid för enskilt anhörigsamtal där vi pratar om hur du upplever din situation. Ibland är det skönt att få prata i lugn och ro, få vägledning, bekräftelse, uppmuntran och hjälp till att se olika lösningar.

### Samtalsgrupper

Du är välkommen att delta i en samtalsgrupp där du träffar och delar erfarenheter tillsammans med andra anhöriga som är i liknande situation som du är i. Grupperna leds av anhörigkonsumenten.

### Anhörigvårdarkort

Kortets syfte är att öka din och din närståendes trygghet och att i händelse av din sjukdom eller olycka finns det kontaktuppgifter på personer som kan hjälpa din närstående. Förvaras vid din ID-handling/körkort.

### Hälsöförebyggande aktiviteter

Egen hälsa är viktig för dig som är anhörig. Du får lära dig övningar som minskar stress och hjälper dig att slappna av. Vid olika tematräffar tar vi upp ämnen som är viktiga för hälsan.

### Anhörigutbildning

Utbildningen "Bra att känna till" ger dig kunskap, redskap och råd om sådant som är bra att känna till när man är anhörig. Utbildningen är kostnadsfri och erbjuds vid fyra tillfällen per år.

Anhöriga har också möjlighet att delta i studiecirklar med olika teman.