

Program för anhöriga

Hösten 2015

För dig som hjälper en familjemedlem, vän eller granne som är äldre, långvarigt sjuk eller har en funktionsnedsättning



Tematräffar
Föreläsningar

Samtalsgrupper
Må Bra aktiviteter



Anhörigstöd i Enskede-Årsta-Vantör, Farsta och Skarpnäck

Välkommen att ta del av anhörigstödet höstprogram. Förutom att ta del av det här programutbudet, kan du kontakta din anhörigkonsulent, som kan ge information, råd och tips vart du kan vända dig för att underlätta din livssituation. Anhörigkonsulenten har tystnadsplikt. Kontakta oss om du vill veta mer eller anmäla dig.

Kontaktuppgifter anhörigkonsulenter



Enskede-Årsta-Vantör
stadsdelsförvaltning
Marianne Flynnner
Tel: 08-508 20 528
marianne.flynnner@stockholm.se



Farsta
stadsdelsförvaltning
Birgitta Livgård Andersson
Tel: 08-508 18 224
birgitta.livgard-andersson@stockholm.se



Skarpnäck
stadsdelsförvaltning
Yvonne Jägenstedt
Tel: 08-508 15 824
yvonne.jagenstedt@stockholm.se

*Ingen föransmälan behövs om inte annat anges.
Med reservation för ev ändringar.*

ONSDAGSKAFÉ

Välkommen på Onsdagskafé, en mötesplats för dig som hjälper eller vårdar en närstående. Kom på en fika till självkostnadspris och träffa andra i liknande situation.

Plats: Aktivitetshuset Tuben, Munkforsplan 45, plan 4, Farsta C

Program

30/9, kl 11-12.30 - Fråga äldreomsorgens biståndshandläggare

Hos biståndshandläggaren ansöker man om hemvårdsbidrag (när man hjälper närstående i hemmet), hemtjänst, korttidsboende, växelvärd och permanent äldreboende. Hur går det till? Till vem vänder man sig? Kom och träffa en livs levande biståndshandläggare och ställa dina frågor!

14/10, kl 11-12.30 - Kom och fyll i Anhörigpulsen

Anhörigpulsen är en frågeenkät på uppdrag av Anhörigas Riksförbund som sker anonymt. Det är ett sätt att få kunskap om hur anhöriga i Sverige har det för att kunna påverka beslutsfattare. Målsättningen är att öka livskvaliteten för anhöriga och de närstående. Kom och fyll i enkäten för att visa hur anhöriga i Sverige har det!

28/10, kl 11-12.30 - Lakritsprovning

med Tuija Räsänen från Choklad & Lakrits Sverige. 100 kr (ord.pris 345 kr)
OBS Föransmälan

11/11, kl 11-12.30 - "Ett långsamt farväl"

- om en relation i nöd och lust med Alzheimer

Ulla Assarsson berättar sin berättelse och om sin upplevelse om att gå från att vara hustru till att bli anhängvårdare från dagen då de fick diagnosen till en dagen då hennes man flyttade till ett annat boende.

25/11, kl 11-12.30 - Fråga äldreomsorgens biståndshandläggare

Passa på att ställa dina frågor - se 30/9

Anhörigbibliotek

Kom och låna böcker och DVDer som kan ge inspiration och kraft!

Plats: Aktivitetshuset Tuben, Munkforsplan 45, plan 4, Farsta C

SAMTALSGRUPPER

Samtalsgrupper är ett tillfälle att träffa andra i liknande situation för erfarenhetsutbyte. Du kan även få kunskap och information som är relevant för dig och din närståendes livssituation.

Startar vid åtta anmälningar.

För dig som hjälper eller vårdar din make/maka/partner i hemmet

När man lever med och kanske är vårdare till sin livskamrat som drabbats av sjukdom kan påfrestningarna bli många.

Då kan det vara skönt att träffa andra med liknande erfarenheter, slippa känna att man är ensam. Förutom erfarenhetsutbyte får du råd och tips.

Vi träffas dagtid vid sex tillfällen.

Gruppen leds av utbildade frivilligledare från Röda Korset.

Anmäl dig till din anhängkonsulent

¿Tiene usted un familiar que sufra de demencia senil o cualquier otra enfermedad propia de la Tercera Edad?

Ahörigrupp för spansktalande

La asociación Horisont, en colaboración con la comuna, ofrece a la comunidad hispano hablante, apoyo para los familiares de personas con demencia senil y otras enfermedades propias de la ancianidad. Usted tendrá la oportunidad de hablar con otras personas en una situación similar, intercambiar experiencias, recibir información sobre cómo mejorar y facilitar su cuidado, y también recibirán información sobre sus derechos como familiar de una persona con demencia senil y los derechos de la misma persona de la Tercera Edad.

Más información: póngase en contacto con Jessica Moreno en la asociación Horisont, telefono 070 427 02 00

För dig vars make/make/partner flyttat till ett Vård- och omsorgsboende

När ens livskamrat blir sjuk och inte längre klarar av att bo kvar hemma. För många ett svårt beslut att fatta.

Kom och dela erfarenheten med andra i liknande situation.

Vi träffas dagtid vid sex tillfällen.

Gruppen leds av anhängkonsulent Marianne Flynnner och du anmäler dig på telefon 508 20 528

Har du någon i din närhet som har bipolär sjukdom?

I anhörigruppen ges du möjlighet att samtala och byta erfarenheter med andra i liknande situation.

Gruppen träffas vi åtta tillfällen på kvällstid.

Startar efter en föreläsning i ämnet.

Denna grupp är en samverkan mellan Stockholms stad och Vuxenskolan.

För mer info: kontakta din anhängkonsulent

För dig som är förälder till unga vuxna, 18-30 år, med asperger-autismspektrumtillstånd

Info: kontakta din anhängkonsulent

Anmälan senast 14/10:

Kerstin Risbo-Skärström

tel.08-679 03 31 eller

kerstin.risbo-skarstrom@sv.se

Ett samarbete mellan

anhörigkonsulenter i Stockholm Stad och Studieförbundet Vuxenskolan.

MÖTESPLATS

Har du en förälder eller annan närstående med en demenssjukdom?

Kom och ta en fika och träffa andra i samma situation. Vi bjuder på fika.

23/9 & 28/10 & 25/11, kl 18-20.30

Ingen föranmälan

Plats: Baltzar träfflokal, Bolinders plan 1, nb

Info:

Birgitta Söderkvist, 076-1208937,

birgitta.soderkvist@stockholm.se eller

Birgitta Livgård Andersson, 08-50818224,

birgitta.livgard-andersson@stockholm.se



FÖRELÄSNINGAR

8/10, kl 18.20 - "Bemötande vid demenssjukdom"

Ola Polmé, demensutvecklare, distriktssköterska och författare.

Ola Polmé har på få år gjort sig känd som en utomordentligt engagerad författare och föredragshållare. Hans utgångspunkt är ett brinnande engagemang för den demenssjuke.

Plats: Hammarbyhöjdens trygghetsboende, Tidaholmsplan 18, plan -1



Fotograf: Hans-Inge Lindeskov

11/11, kl 11 - "Ett livslångt farväl" - om en relation i nöd och lust med Alzheimer

Ulla Assarsson berättar sin berättelse och om sin upplevelse om att gå från att vara hustru till att bli anhängigvårdare från dagen då de fick diagnosen till en dagen då hennes man flyttade till ett annat boende.

Plats: Aktivitetshuset Tuben



EVENEMANG

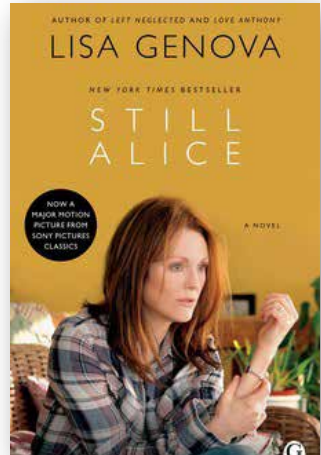
STILL ALICE

5/10 kl. 18-20.30

Filmvisning av "Still Alice" med dialogsamtal. Alice Howland (spelad av Julianna Moore) är en hyllad Harvard-professor på höjden av sin karriär när hon plötsligt märker en glömska som sakta kryper sig på henne...

Plats:

Aktivitetshuset Tuben, plan 4, Munkforsplan 45 i Farsta centrum



En dag för anhöriga

6/10, kl 11-19

Dagens innehåll: Se separat program på stockholm.se/anhorigveckan

Plats: Kulturhuset

STILL ALICE

7/10, kl 11-13.30

Filmvisning "Still Alice" med dialogsamtal

Plats:

Aktivitetshuset Tuben, plan 4, Munkforsplan 45 i Farsta centrum



Julfest

med luciatåg från Martinskolan

9/12, kl 13.30

Julfika med skinksmörgås, glögg, pepparkaka.

Kostnad: 50 kronor

Plats: Aktivitetshuset Tuben

Anmäl dig: till din anhörigkonsulent



Kontaktlista

För dig som har närstående med psykisk funktionsnedsättning

Psykiatri Södra Stockholm.

Under kontorstid:

Enskede-Årsta-Vantör, tel. 08-123 411 10

Farsta och Skarpnäck, tel: 08-123 414 10

Jourtelefon kväll/helg:

08-616 59 40 www.psykiatrisodra.se

För dig som har närstående med fysisk- eller neuropsykiatrisk funktionsnedsättning

Forum Funktionshinder

Rådgivning telefon 08-123 350 10

Måndag - fredag 8-16.30

<http://habilitering.se/forum-funktionshinder>

För dig som har närstående med beroendeproblematik

Capio Maria - beroendemottagning. Tel: 0200-216 215 www.capiomaria.se

Intresseorganisationer som ger råd och stöd

- Anhörigas Riksförbund. Tel. 010-207 97 90 www.ahrisverige.se
- Demensföreningen i Stockholm. Tel: 08-658 61 11. www.demensforeningen-sthlm.com
- FUB Stockholms län, för personer med utvecklingsstörning 08-546 404 56 www.stockholmslan.fub.se
- Föreningen Balans Stockholm. Tel: 08-618 13 33 www.foreningenbalans.se
- Strokeföreningen i Stockholms län. Tel: 08-549 019 00, www.strokesthlm.lan.se
- OCD föreningen Ananke i Stockholm. Stödjer människor med tvångssyndrom och närliggande diagnoser. Tel 08-669 30 39 www.ocdforbundet.se
- Autism- och Aspergerförbundet, tel 08 420 030 50, www.autism.se
- HSO - Handikappförbunden, Stockholms län, 08-6512515
- Attention Stockholms läns kansli, 08-410 885 60
- HRF- Hörselskadades riksförbund, 08-457 55 00 www.hrf.se
- SRF – Synskadades riksförbund, 08-39 90 00 vx, www.srf.nu

Se fler intresseorganisationer på nätet

www.stockholm.se/FamiljOmsorg/Socialt-och-ekonomiskt-stod/Frivilligorganisationer/



Flatenbadet - Skarpnäck
Fotograf: Stefan Bohlin



Aktivitetshuset Tuben - Farsta
Fotograf: Marie Ehrenbåge



Årstaviken - Enskede-Årsta-Vantör
Fotograf: Holger Ellgard

Skarpnäck Stadsdelsförvaltning
Farsta stadsdelsförvaltning
Enskede-Årsta-Vantör stadsdelsförvaltning
www.stockholm.se

