

Stöd till anhöriga



Du som vårdar eller stödjer en närstående gör en stor insats för att hjälpa en annan människa. Men ibland kan också den som hjälper ha behov av stöd och avlastning. Du som är anhörig kan få stöd av Helsingborgs stad med bland annat:

- Information och vägledning
- Rådgivning
- Avlösning och återhämtning
- Evenemang och samtalsgrupper
- Informationsträffar för anhöriga
- Anhörigstöd på nätet – En bra plats och Demenslotsen



HELSINGBORG

Information och vägledning:

I Helsingborgs stad har vi en väg in till staden. Du kan vända dig till Helsingborg kontaktcenter med alla ärenden och frågor som har med vår kommun att göra. Här får du även kostnadsfri och oberoende rådgivning inom en rad olika områden.

Som invånare behöver du själv inte leta fram information om vart du ska vända dig med olika frågor. Kontaktcenters kommunvägledare kan vägleda dig i en rad olika frågor och kan lotsa dig vidare till rätt kontakt. Kommunvägledarna handlägger även vissa ärenden direkt, såsom ansökan om trygghetslarm och hemservice.

Rådgivning:

Vi har två rådgivare som kan ge råd, stöd och vägledning i frågor som berör hela din närståendes livssituation.

Rådgivarna kan bland annat hjälpa dig:

- Att hitta rätt instans eller verksamhet
- Att framföra synpunkter
- Att komma i kontakt med ansvarig för berörd verksamhet

Du kan boka tid med rådgivarna genom att ringa till kontaktcenter 042-10 50 00. Är din närstående över 65 år bokar du tid med Seniorrådgivare Ann Charlotta Lundgren och är din närstående under 65 år och har någon form av funktionsnedsättning eller sjukdom bokar du tid med Rådgivare för personer med funktionsnedsättning Tina Carlström. *Rådgivningen är kostnadsfri!*



HELINGSBORG

Avlösning och återhämtning:

Du som vårdar en närstående eller tar hand om ett barn med funktionsnedsättning kan få olika former av avlastning som ger dig möjlighet till återhämtning.

Är du i behov av avlösning i hemmet eller skulle du och din närstående må bäst av att vistas på olika håll ett tag? Helsingborgs stad erbjuder olika biståndsbedömda alternativ. Här är några exempel:

Insatser med stöd av socialtjänstlagen (SOL)

- Dygnsavlösning – Villa Louise
- Dagverksamheter
- Avlösning i hemmet

Insatser enligt lagen om stöd och service för vissa funktionsnedsatta (LSS)

- Avlösarservice i hemmet
- Stödfamilj
- Korttidstillsyn

Du som vill ansöka om avlösning ringer till Helsingborg kontaktcenter, telefon 042-10 50 00. Du kan läsa mer om olika former av avlösning på helsingborg.se/anhorigstod.



HELINGSBORG

Evenemang och samtalsgrupper:

Alla våra träffar och evenemang är kostnadsfria!

- 25/9 Föreläsning: "Ensam på krokig väg"
med Lennart Lindqvist
Stadsbiblioteket , Hörsalen plan 2
kl 17:00-20:00, med paus i mitten.
Anmäl er via e-post till anhorigstod@helsingborg.se
- 12/10 Teaterföreläsning: "Skuggsyskon"
med Östra Teatern
Dunkers kulturhus
kl 16:30 – 18.
Samarrangemang med Dunkers kulturhus.
Boka biljett via Dunkers reception 042-10 74 00
- 29/11 Föreläsning: "Hur ska jag orka?"
med Lars Björklund
Stadsbiblioteket, Hörsalen plan 2
kl 17-18:30
Anmäl er via e-post till anhorigstod@helsingborg.se

Samtalsgrupp:

"Hur ska jag orka?"

Vad gör man när ansvar för, beroende av och kärlek till en annan människa blir en alldeles för tung börda? Att dela erfarenheter, hitta förhållningssätt och acceptans för det som inte går att förändra.

Startar efter föreläsning med Lars Björklund, författare till boken med samma titel.

Kvällstid, en gång i månaden, 2 timmar, kl 17-19. Mer information om datum och plats kommer i samband med föreläsningen.



Anhörigveckan 1-7 oktober:

- 1/10 Pop-up infobord om anhörigstöd
Helsingborgs Lasarett, foajén
klockan 10:00 – 14:00
- 2/10 Information om anhörigstöd på Kvinnocaféet
Café Välkommen
Minörgatan 15
klockan 10.00
- 3/10 Informationsträff för anhöriga – tema Juridik
Träffpunkt Sköldenborg
klockan 13:30-15:30
- 4/10 Pop-up infobord på Knutpunkten "Allt om
Helsingborg", kl 15-18



Informationsträffar

Alla våra träffar och evenemang är kostnadsfria!

Syftet med träffarna är att ge anhöriga information kring vilket stöd som finns att få i samhället och verktyg för att bättre klara av sin situation.

Dagtid

Träffpunkt Sköldenborg, Hebsackersgatan 6, första onsdagen i månaden klockan 13:30-15:30

- 5/9 Introduktion till anhörigstöd i Helsingborgs stad
- 3/10 Familjejuridik
- 7/11 Koll på ekonomin
- 5/12 Hjälpmedel och smarta ting som underlättar vardagen

Vi avslutar omkring klockan 15 med en gemensam fika i caféet för de som vill. Kaffe/te och kaka finns att köpa till självkostnadspris.

Kvällstid

Kvällsträffarna sätter extra fokus på anhöriga till personer med funktionsnedsättning och psykisk ohälsa i vuxen ålder eller på väg in i vuxenlivet.

Aktivitetshuset, Bollbrogatan 10, tredje onsdagen i månaden klockan 17-18:30

- 19/9 Koll på pengarna
- 17/10 Stöd till självständighet
- 21/11 Vägar till arbete



HELSINGBORG

En bra plats – anhörigstöd på nätet

"En bra plats" är en e-tjänst om anhörigstöd som Helsingborgs stad har anslutit sig till. Detta är ett komplement till stadens övriga anhörigstöd. Här får du tips, råd och information och kan prata med andra anhöriga i liknande situation direkt på webben. Du kan registrera dig på enbraplats.se. Om du bor någon annanstans, men har din närstående i Helsingborg kan du skicka e-post till anhorigstod@helsingborg.se för att få inloggning till tjänsten. Som anhörig är det kostnadsfritt att vara med i En bra plats.

Demenslotsen – vägvisare för anhöriga

Demenslotsen är en ny tjänst för anhöriga som lanseras på anhörigdagen den 6 oktober. En digital vägvisare som ger dig som är anhörig relevant information när du behöver den. Råd och tips portioneras ut längs resans gång, beroende på var din närstående befinner sig i sitt sjukdomsförlopp. Demenslotsen förser dig med stöd och vägledning allteftersom nya behov uppstår. Informationen som portioneras ut utgår från 16 olika avsnitt. Du får tips på vart du kan vända dig samt praktiska råd som exempelvis om förberedelser efter en demensdiagnos och om hur det går till att ordna en plats på ett vårdboende.

Läs mer på demenslotsen.se. Som anhörig är det kostnadsfritt att vara med i Demenslotsen.



HELSINGBORG

Vill du veta mer?

Ring Helsingborg kontaktcenter, telefon 042- 10 50 00
Besöksadress: Stortorget 17

Mejl: kontaktcenter@helsingborg.se

Läs mer på helsingborg.se/anhorigstod

Skriv upp dig för vårt nyhetsbrev på enbraplats.se/news



HELSINGBORG