

## Temakvällar forts.

### In i dimman - om demens

Kommunens demenssjuksköterska föreläser om demens och kommer med handfasta tips och råd till anhöriga.

**Datum:** 21/11

**Klockan:** 18-1930

**Plats:** Solgården, Felestadsv. 1, Svalöv

**Anmälan:** senast den 18/11

### Framtidsfullmakt – vad är det?

Överförmyndarhandläggaren reder ut begreppen och berättar om fördelarna med att upprätta en sådan.

**Datum:** 12/12

**Klockan:** 18-1930

**Plats:** Solgården, Felestadsv. 1, Svalöv

**Anmälan:** senast den 9/12.

## Samtalsgrupp

### Att leva nära

En samtalsgrupp för dig som vårdar eller stöttar någon som är långvarigt sjuk. Vi träffas fem gånger med en träff i veckan.

**Datum:** tisdagar, start v. 41, uppehåll v. 44

**Klockan:** 1730-1930

**Plats:** meddelas i samband med anmälan

**Anmälan:** 25/9 (max. antal deltagare 8)

## Bokcirkel

I bokcirkeln läser vi böcker som vi gemensamt väljer. Vi träffas 1 gång/månad då vi diskuterar och reflekterar kring det vi läst. För mer info kontakta anhörigsamordnaren.

I denna folder finner du info om anhörigstödet i Svalövs kommun.

Målet med kommunens anhörigstöd är att du, ung som äldre anhörig, får stöd som underlättar vardagen, får ny kunskap och ges möjlighet att träffa andra som befinner sig i en liknande situation.

Vi som arbetar med anhörigstöd har tystnadsplikt. Aktiviteterna som erbjuds är kostnadsfria.

Svalövs kommun  
Herrevadsgatan 10  
268 80 Svalöv  
Tel: 0418-47 50 00  
E-post:  
info@svalov.se  
www.svalov.se

## Egna anteckningar



# SVALÖVS KOMMUN

## Anhörigstöd



Foto: Mostphotos

## Program hösten

# 2019

## Anhörigstöd - ett stöd för dig som vårdar

Att stödja och hjälpa en närstående ger både glädje och mening men kan också bitvis vara en ansträngande, ibland en direkt tung och många gånger ensam uppgift. Den som vårdar en närstående tar ett stort ansvar och gör en oerhört värdefull insats, men glömmer inte sällan bort sina egna behov. I detta läge kan en blandning av ökad kunskap, en känsla av gemenskap med andra som befinner sig i en liknande situation och olika former av kommunalt stöd underlätta vardagen.

Svalövs kommun eftersträvar att kunna erbjuda dig som är anhörig olika former av stöd och aktiviteter för att du ska må bra, få kraft, inspiration och hopp. Stödet är riktat till dig som under en kortare eller en längre period vårdar en närstående, och är inte knutet till om den närstående bor hemma eller på ett särskilt boende.

I detta häfte finner du några av höstens begivenheter som riktar sig till dig som anhörig. Hoppas att du finner programmet intressant och att vi får se dig på de olika aktiviteterna.

Varmt välkommen!

*Anna Helkama-Rågård*

Anhörigsamordnare

Svalövs kommun

Tel: 0418-47 54 65 E-post: anhorig@svalov.se

# Program

## Anhörigcafé

### Kognitiv svikt – vad innebär det?

Vi fikar och demenssjuksköterskan berättar och svarar på frågor om minnessjukdomar.

**Datum:** 12/9

**Klockan:** 14-16

**Plats:** Ängslyckan, Västerg. 33, Teckomatorp

**Anmälan:** senast den 9/9

### Vad ska jag göra för att må bra?

Vi fikar och utbyter tankar om vilka aktiviteter som får oss att må bra i längden.

**Datum:** 10/10

**Klockan:** 14-16

**Plats:** Solgården, Felestadsv. 1, Svalöv

**Anmälan:** senast den 7/10

### Fika med en arbetsterapeut

Har du eller den du vårdar svårigheter efter en skada, operation eller sjukdom att klara sin vardag? Kom och fika med kommunens arbetsterapeut för att höra vad de kan vara behjälpliga med.

**Datum:** 7/11

**Klockan:** 14-16

**Plats:** Åsgården, Tycho Brahesg. 70, Kågeröd

**Anmälan:** senast den 4/11

## Bli vän med din smartphone

Vi fikar och gör några övningar så att du lär känna din telefon bättre.

**Datum:** 5/12

**Klockan:** 14-16

**Plats:** Ängslyckan, Västerg. 33, Teckomatorp

**Anmälan:** senast den 2/12



## Temakvällar

### Stress och minnet

Vad händer i hjärnan och hur påverkas minnet och andra tankefunktioner? Universitetslektor, Susanna Vestberg föreläser om hur stress påverkar hjärnan.

**Datum:** 26/9

**Klockan:** 18-1930

**Plats:** Solgården, Felestadsv. 1, Svalöv

**Anmälan:** senast den 20/9.

### Dags att kalla in hemvården?

Hur vet man när är det dags att ansöka om hemvård? Vad kan man förvänta sig av hemvården? Vad kostar det? Kommunens hemvårdspersonal berättar.

**Datum:** 24/10

**Klockan:** 18-1930

**Plats:** Solgården, Felestadsv. 1, Svalöv

**Anmälan:** senast den 21/10