

SOCIALFÖRVALTNINGEN  
Anhörigstöd

TUNA TORG 11, 1 tr  
186 86 VALLENTUNA  
TELEFON VX 08 - 587 850 00  
FAX 08 - 587 854 03

socialforvaltningen@vallentuna.se  
www.vallentuna.se

## Vi erbjuder hjälp att hitta glädje och ork i en svår situation

Välkommen att delta i en anhöriggrupp, där tillfälle ges att få stöttning och råd av andra och veta att man *inte* är ensam i en svår situation!

- Vi får lära oss något om våra närståendes sjukdomar eller funktionshinder.
- Vi kan vara ett stöd för varandra.
- Vi får undersöka vilket stöd och vilken hjälp vi vill ha från samhället – vad som finns och vad som *bör* finnas.
- Avlösning i hemmet kan erbjudas under gruppträffarna.

Det finns möjlighet till enstaka eller återkommande enskilda samtal för dem som har behov av att tala med någon utomstående.

### Välkommen att ta kontakt!

**Inger Kjellerby-Åberg**, anhörig- och frivilligsamordnare

Tfn direkt: 587 854 31

E-post: [inger.kjellerby-aberg@vallentuna.se](mailto:inger.kjellerby-aberg@vallentuna.se)



# Anhörigstöd i Vallentuna kommun

## Socialtjänstlagen 5 kap 10 §

anger, att kommunerna - genom stöd och avlösning - bör underlätta för anhöriga/närstående, som vårdar äldre, långvarigt sjuka eller funktionshindrade.

Tidiga och förebyggande stödinsatser är till för att den anhörige skall orka med sin situation.

## Anhörigstöd syftar till att ge anhörigvårdare

- ökad livskvalitet,
- hjälp att motverka eller bryta isolering,
- skapa förutsättningar för att kunna bo kvar hemma,
- möjlighet att känna sig respekterad,
- information och kunskap som ger trygghet och delaktighet,
- stöd, erkännande och uppskattning,
- tillgång till personligt stöd i form av samtal och /eller deltagande i anhöriggrupp, samt
- olika former av avlösning/avlastning.



## Ca 1/5 av befolkningen hjälper någon ...

... som är äldre, funktionshindrad eller långvarigt sjuk. Denna siffra kommer med all sannolikhet att öka, i takt med att antalet äldre ökar. Mycket värdefull vård och omsorg ges av anhöriga och närstående i vår kommun. Dessa insatser är av stort värde för såväl den enskilde som för samhället.

Att vara anhörig eller närstående till någon, som är äldre, sjuk eller funktionshindrad, kan vara både fysiskt och psykiskt ansträngande. Alla kan vi drabbas av någon sjukdom, som kräver långvarig vård och omsorg. De närstående som vill - och kan - vårda sina närmaste i hemmet, utför ett beundransvärt arbete. För den sjuke kan trygghet och välbefinnande i det egna hemmet inte nog värdesättas.

Människor som ger anhörigomsorg har, i sin tur, behov av att träffa andra människor i liknande situationer. Situationen kan annars lätt bli alltför tung och påfrestande för den anhörige. Anhöriga riskerar att hamna i en besvärlig situation där andra sidor av deras liv starkt åsidosätts eller faller i träda.

### Citat från en anhörig:

*”Det var först när jag kom i kontakt med anhöriggruppen som någon frågade hur jag mädde.*

*Gruppen har betytt otroligt mycket för mig, där känner jag förståelse och alla vet vad man pratar om. Jag hämtar kraft från gruppen.”*