



Dotter



Farfar

Stöd till dig



Make



Vän

som är anhörig

En stor del av all vård och omsorg utförs idag av anhöriga, ett arbete som kan vara omfattande och som ofta sker i det tysta.

Denna information är till för att du som anhörig ska känna till dina möjligheter till stöd.

En information framtagen av

- Länets regionala nätverk för anhörigstöd
- Regionförbundet Jönköpings län
- Landstinget i Jönköpings län

© Regionförbundet Jönköpings län, 2012

Foton: www.smalandsbilder.se

Anhörigstöd för vem och varför?

Många anhöriga ser det som självklart att stödja sina nära och kära. Den du stödjer kan vara sjuk, funktionshindrad eller äldre.

Det kan vara en familjemedlem, en släkting, en god vän eller en granne. Som anhörig är du ovärderlig, men du kan också behöva stöd och egen tid. Ansvaret för anhörigstödet vilar på den offentliga vården, oavsett om det är kommunen eller landstinget som du har kontakt med.

Exempel på hjälp och stöd

Som hjälp finns kommunens anhörigstöd som arbetar för att stödja och uppmuntra dig genom träffar och aktiviteter av olika slag. Stödet till anhöriga kan se olika ut i olika kommuner. Några vanliga exempel är:

- Samtalskontakt – enskilt eller i en anhöriggrupp
- Att träffa andra anhöriga i liknande situation
- Information, föreläsningar, utbildningar
- Friskvårdsaktiviteter och rekreation
- Avlösning; i hemmet, via dagverksamhet/central eller via korttidsboende

De flesta kommuner samarbetar också med föreningar och frivilligorganisationer. I en del kommuner finns lokala anhörigföreningar knutna till Anhörigas Riksförbund:

www.ahrisverige.se

Vart vänder jag mig?

Kontakta din kommun och fråga efter anhörigstöd eller gå in på kommunens hemsida för mer information.

Aneby	0380 - 461 00
Eksjö	0381 - 360 00
Gislaved	0371 - 810 00
Gnosjö	0370 - 33 10 00
Habo	036 - 442 80 00
Jönköping	036 - 10 50 00
Mullsjö	0392 - 140 00
Nässjö	0380 - 51 80 00
Sävsjö	0382 - 152 00
Tranås	0140 - 681 00
Vaggeryd	0370 - 67 81 00
Vetlanda	0383 - 971 00
Värnamo	0370 - 37 70 00