



**VÅRDAR OCH HJÄLPER
DU EN NÄRSTÅENDE?**

STÖD TILL ANHÖRIGA

Att vara anhörig till någon som är äldre, sjuk eller som har en funktionsnedsättning kan vara både fysiskt och psykiskt påfrestande. Men det finns hjälp att få. I den här broschyren berättar Sigtuna kommun om vilka former av stöd, hjälp och avlastning som finns för att underlätta för dig som hjälper en närstående.

Anhörigkonsulent

I kommunen finns två anhörigkonsulenter. Anhörigkonsulenterna kan ge dig stöd i form av enskilda samtal och information om samhällets stöd. Detta gäller oavsett om din närstående har demens, funktionshinder, psykisk ohälsa eller andra svårigheter. Dessutom leder anhörigkonsulenterna anhörigrupper samt ordnar med föreläsningar och informationsträffar i relevanta ämnen.

Kontakta anhörigkonsulent

Avlösning i hemmet

För att du som vårdar ska få avlastning och tid för dig själv erbjuder Sigtuna kommun avlösning i hemmet.

Kontakta biståndshandläggare

Biståndshandläggning

När du vill ansöka om service eller stöd som kräver ett beslut kontaktar du en biståndshandläggare. Biståndshandläggaren gör en utredning om vilka behov du har och fattar beslut om vilken hjälp som beviljas.

Kontakta biståndshandläggare

Hjälp i hemmet

Hjälp i hemmet (hemtjänst) är till för att underlätta det dagliga livet. För att din närstående och du själv ska känna trygghet finns möjlighet att ansöka om hjälp i hemmet. Då kan din närstående få delar av sitt omvårdnadsbehov tillgodosett av till exempel hemtjänst. Kontakta biståndshandläggare

Dagverksamhet för personer med demens

För att du ska få några timmars avlastning, samtidigt som den du vårdar ges möjlighet till social samvaro och aktivering finns möjlighet till dagverksamhet.

Kontakta biståndshandläggare

Färdtjänst

För att underlätta transporter så kan du eller din närstående ansöka om färdtjänst. Den är avsedd för personer med långvariga fysiska eller psykiska funktionshinder. Färdtjänstnämnden (landstinget) fattar beslut om du eller din närstående har rätt att få färdtjänst.

Kontakta biståndshandläggare för färdtjänst

Korttidsvistelse

Om du som vårdar behöver en period av vila eller ledighet kan din närstående ansöka om att få vistas en tid på korttidsboende, vid enstaka tillfällen eller med regelbundenhet.

Kontakta biståndshandläggare

Trygghetslarm

Syftar till att ge trygghet för den enskilde och dennes anhöriga. Trygghetslarmet är digitalt och kopplat till enlarmcentral som är bemannad dygnet runt.

Kontakta biståndshandläggare

Funktionshinder/Psykisk ohälsa

Om du vårdar en närstående med, psykisk ohälsa eller funktionshinder och behöver stöd kring LSS/SoL eller din situation i stort?

Kontakta anhörigkonsulent

Hjälpedel

För att få råd och information (för dig som bor i ordinärt boende) vänd dig till din vårdcentral eller kontakta arbetsterapeut på Märsta Rehab 08-123 453 50.

Barn som anhöriga

Är du under 18 år och tar ett stort ansvar för en närstående som lider av sjukdom, psykisk ohälsa eller funktionshinder? Hör av dig till oss för stödsamtal.

Ta kontakt med oss i god tid innan svårigheterna blir för stora!

Anhörigkonsulenterna har tystnadsplikt!



TELEFONNUMMER

Anhörigkonsulenter

Sibtain Govani
sibtain.q.govani@sigtuna.se
08-591 265 73

Sophie Jansson
sophie.jansson@sigtuna.se
08-591 264 27

Biståndshandläggare i Sigtuna kommun

08-591 260 00