

Anhörigperspektiv

Alla som möter hjälpbehövande i sitt dagliga arbete skall bära med sig anhörigperspektivet. Det betyder att du som anhörig ska bli sedd, lyssnad på och känna dig delaktig. Du skall ses som en viktig resurs och samarbetspartner.

Det stöd och den vård du som anhörig ger till din närstående skall bygga på frivillighet och ditt behov av stöd för egen del skall uppmärksammas av oss i verksamheterna i ett tidigt skede.

Att erbjuda stöd till anhöriga skall genomsyra våra verksamheter med utgångspunkten är att varje människa är en del av ett sammanhang.

Vi måste se och värna om dig som finns vid sidan av någon som är i behov av hjälp i sin vardag, då vi vet att goda relationer till dem man i sitt eget nätverk kan vara centralt för välmående och återhämtning.

Kontakta anhörigstöd eller En väg in som kan lotsa dig vidare om behov finns:

Telefonnummer: 0511-386274
Epost: anhorig@gotene.se



Stöd till anhöriga och En väg in

Med syfte att känna egenmakt över sitt liv och den situation man befinner sig i

Är du anhörig?

Har du någon i din närhet som är i behov av din hjälp för att klara sin vardag? Du är viktig för personen du stöttar men även för oss i kommunen.

De flesta av oss ser det som självklart och mår bra av att finnas för dem vi har nära. Det ger glädje, tillfredsställelse och skapar trygghet.

Men det kan också vara svårt och tungt. Ibland kan eller vill personen du bryr dig om inte ta emot stöd. För dig som står bredvid kan det skapa känslor av otillräcklighet, oro och maktlöshet.

Att få stöd, råd eller kunskap utifrån din anhörigroll kan ha stor betydelse för din egna hälsa och välbefinnande.

Att vara anhörig till någon handlar inte om släktskap utan om relationen och hur den påverkar dig.

Du avgör själv om anhörigstöd rör dig, och skulle kunna vara till hjälp i din livssituation.

Vi vänder oss till alla invånare i Götene kommun. Stödet är kostnadsfritt, vi dokumenterar inte och har tystnadsplikt.

Anhörigstöd är inte kopplat till att din närstående har en viss sjukdom eller funktionsnedsättning. Din närstående behöver heller inte ha kontakt med kommunen eller annan vårdinstans för att du skall ha rätt till stöd för egen del.

Vilket stöd finns att få? Eftersom behovet ser olika ut beroende på vilken situation du som anhörig befinner dig i utformas stödet individuellt.

Du kan få stöd från kommunen men även från sjukvård, kyrkor, frivilligorganisationer med flera. Ibland kan det vara svårt att veta var man kan få hjälp. Detta oavsett om du är anhörig eller hjälpsökande. Exempel på stöd ser du på nästa sida.



En väg in är ett telefonnummer där du som är i behov av stöd eller din anhörig möts av en kontakt som kan hjälpa dig vidare till rätt instanser i kommunen eller samhället. Kanske är det så att du inte vet vilket stöd som finns att få, eller att det av olika anledningar kan vara svårt för dig att själv ta de kontakter som kan vara till hjälp. Syftet med *en väg in* är att du får en personlig kontakt som kan följa och lotsa dig vidare. Detta är ett stöd som även kan fungera avlastande för anhöriga.

Du väljer om du vill ses fysiskt eller via telefon. På uppdrag av dig kan vi med ditt samtycke kontakta rätt verksamheter. *En väg in* är i likhet med anhörigstöd kostnadsfritt. Vi dokumenterar inte och har tystnadsplikt.

Stödsamtal Att få beskriva sin situation, med fokus på hur du som anhörig mår upplevs av många som avlastande. I samtalet finner man ofta svar på vad för typ av stöd du som anhörig kan vara hjälpt utav.

Anhöriggrupp I Götene kommun startar vi anhöriggrupper utifrån olika målgrupper och behov. Att träffa andra som har en liknande situation, ventilerar tankar och idéer, kan vara både avlastande och stärkande. Ge ökad kunskap och förståelse.

Kunskap Att få kunskap i olika former är ett viktigt stöd, det kan handla om allt från tips och råd på hur du ska ta hand om dig själv till bemötande eller sjukdomsförlopp hos din närstående.

Må bra aktiviteter Det är av stor vikt att du som anhörig inte glömmer bort att vårda dig själv. För att orka finnas för andra behöver du fylla på energi och få återhämtning för egen del.

Stöd genom kommunala insatser Din närstående kan ansöka om olika typer av insatser, vilket då kan fungera avlastande för dig som anhörig. Exempelvis kan det vara 10 timmars kostnadsfri avlösning, dagverksamhet, växelvård, kontaktperson, god man.