

Vårens studiecirklar

Studiecirkeln är en sluten grupp om max. åtta anhöriga som träffas fem-sex gånger tillsammans med två samtalsledare. Syftet med cirkeln är bl.a. att få träffa anhöriga som befinner sig i en liknande situation, få en ökad kunskap, få tips om vart man kan vända sig för att få hjälp, att hitta strategier i vardagen osv. I gruppen är det den anhöriges välmående som är i fokus. Vi bjuder på fika! Deltagandet är kostnadsfritt och vi har tystnadsplikt.

Studiecirkel: inriktning psykisk ohälsa

Denna studiecirkel går på kvällstid, en kväll varannan vecka. Kontakta oss för intresseanmälan mer info om datum mm.

Datum: start i mitten av mars

Tid: 18-20

Plats: Svalegatan 4B, Svalöv

Studiecirkel: inriktning demens

Studiecirkeln går en dag varannan vecka. Kontakta oss för intresseanmälan.

Datum: 14/4, 28/4, 12/5, 26/5, 9/6

Tid: 10-12

Plats: Svalegatan 4B, Svalöv

Vid frågor om och intresse/anmälan till studiecirkelarna kontakta anhörig-samordnaren på tel. 0418-47 54 65, e-post: anhorig@svalov.se

Kurs: Lär dig använda din smartphone

Lär dig använda din smarta mobil, appar, bank-id mm.

Datum: 13/3, 27/3, 16/4

Kl. 10-12

Plats: Svaleg. 4B

Anmälan: innan 5/3

Teckna & måla, studiecirkel

En lärarledd kurs för anhöriga och den de vårdar.

Datum: 12/2, 26/2, 12/3, 26/3, 9/4, 23/4

Kl. 10-11.30

Anmälan: innan 4/2

Plats: Svaleg. 4M

Obs! Ingång baksidan av Kvarnhuset

Mer info:

0418-47 54 65

anhorig@svalov.se

Svalövs kommun

Herrevadsgatan 10

268 80 Svalöv

Tel: 0418-47 50 00

E-post:

info@svalov.se

www.svalov.se

Egna anteckningar



SVALÖVS KOMMUN

Stöd till anhöriga



Program våren 2025

Anhörigstöd - ett stöd för dig som vårdar

Välkommen till en ny termin med Svalövs kommuns anhörigstöd! I programmet hittar du en rad evenemang som är riktade till dig som stöttar eller vårdar en närstående som är äldre, är långvarigt sjuk eller som har en funktionsnedsättning. Målet med de olika programpunkterna är att kunna erbjuda dig olika former av stöd och aktiviteter så att du ska må bra, få kraft, inspiration och hopp.

I vår satsar vi på ett brett urval av aktiviteter så att alla förhoppningsvis ska kunna hitta något som passar. Aktiviteterna genomförs i samarbete med bl.a. kommunens demenssjuksköterska, psykiatrihandledare, fysioterapeuter, biståndshandläggare, bibliotekarier mfl.

Anhörigprogrammet är ett levande program. Håll därför gärna ett öga på kommunens hemsida och Facebooksida för uppdateringar, eller ring oss och fråga. 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

P.s. Du kan alltid vända dig direkt till anhörigsamordnaren för råd, stöd eller personligt riktad information. Stödsamtalen är kostnadsfria, vi har tystnadsplikt och vi för inga journaler.

Program

Caféträffar för anhöriga

Temacafé

Varje temacafé har ett eget tema. Vi fikar och pratar utifrån temat. Vi bjuder på fikat!

Tid: 14-16

Plats: Svalegatan 4B, Svalöv

30/1 Vinterkonsert med kulturskolan

Kulturskolans musikelever uppträder.

13/2 Digitala hjälpmedel i hemmet

Vi får lära oss om vilka digitala hjälpmedel som finns.

11/3 Avlösarservice, växelvård och annat bistånd

Vi får besök av bl.a. biståndshandläggare som berättar vilken hjälp man kan ansöka om.

v. 17 Hur förhindrar man fallolyckor?

Arbeterapeuterna berättar hur vi bäst förebygger fallolyckor. (*Exakt datum kommer!*)

Frukostcafé

Vi äter frukost tillsammans, pratar om temat.

Tid: 10-12

Plats: Svalegatan 4B, Svalöv

10/4 Påskfrukost

Vi äter påskfrukost tillsammans.

6/5 "Shared reading"

Vi äter frukost och har gemensam högläsning och reflektion av en text

Föreläsningar

Plats: Svalegatan 4B, Svalöv

Tid: 14 -16

Anmälan: Nej, men först till kvarn

24/2 Mindfulness för anhöriga

Vi lyssnar på en föreläsning om mindfulness.

20/3 Demens vad är det?

Vi får lära oss mer om kognitiv svikt, tecken, bemötande mm.

15/4 Krisberedskap för anhöriga

Kommunens krisberedskapschef informerar om hur man bör förbereda sig hemma.

Hälsa, Utflykt mm

23/5 "Skogsbad"

Mindfulness ute i naturen. Tid och plats meddelas senare.

13/6 Sommaravslutning

Korvgrillning och kubb i Finnstorp.

Kl. 12-15

Anmälan: senast 11/6