

Anhörigstöd Hisingen – VÅREN 2018



Göteborgs
Stad

Stöd för dig som har en närstående, som på grund av sjukdom, missbruk, fysisk eller psykisk funktionsnedsättning är i behov av ditt stöd, din hjälp eller vård. Din närstående kan vara en familjemedlem, släkting eller god vän.

Stödsamtal, information och vägledning

Anhörigkonsulenterna kan lyssna och utifrån situationen ge stöd, information och vägledning som kan underlätta för dig som anhörig.

Många upplever att träffa andra i liknande situation är ett gott stöd, så välkommen att delta på våra aktiviteter som är kostnadsfria.

Aktiviteter

Café Minnesvärt

En mötesplats med föredrag som kan ge kunskap till anhöriga och alla som är drabbade av Alzheimers sjukdom eller andra sjukdomar som påverkar den kognitiva förmågan. Alla är välkomna!

Måndagar 26/2, 26/3 och 28/5, Kl. 18.00 – 20.00

Plats Brämaregårdens Kyrka,
Hisingsgatan 26, entrén vid expedition

Vid frågor: Evelina Tomic, se kontaktuppgifter

Samverkan med Alzheimers Sverige och Studieförbundet Bilda

Anhörigträff - "Vingen"

Kom och träffa andra anhöriga. Under en fikastund har ni möjlighet att utbyta erfarenheter om er anhörigsituation med varandra.

Tisdagar 20/2 och 10/4, Kl. 11.00 – 12.30

Plats Amhult Torg 7, Kulturhuset Vingen
Lokal: Knipan, våning 3

Vid frågor: Evelina Tomic, se kontaktuppgifter

Meddela gärna om du kommer!

Anhöriggrupp -

För dig som har en närstående med minnessvårigheter eller annan kognitiv svikt

Vi samtalat om hur det påverkar din vardag. Svårigheter, känslor och behov och vad du själv behöver för att må bra. Du får också kunskap om sjukdomen och om hur du kan bemöta din närstående. Anhöriggruppen leds av anhörigkonsulenter.

Onsdagar 21/3, 28/3, 4/4 och 18/4 Kl. 11.00 - 13.00

Plats Meddelas senare

Anmälan: Carina Larsson, se kontaktuppgifter

Anhöriggrupp -

För dig som har en närstående med psykisk ohälsa

Att träffa andra i en liknande situation och få möjlighet att utbyta erfarenheter kan upplevas som ett gott stöd för många.

Anhöriggruppen leds av anhörigkonsulenter.

Onsdagar 28/2, 7/3 och 14/3, Kl 17.00-18.30

Plats Byalagsgatan 1

Anmälan: Monica Albinsson eller Astrid Sælen, se kontaktuppgifter

Föräldrautbildning "Steg-ett-ut"

För föräldrar till ungdomar eller unga vuxna, 16-25 år, som har en funktionsnedsättning och är på väg att ta steget ut i vuxenlivet.

Vid fem tillfällen får ni ta del av olika myndigheters information bl.a Försäkringskassan, Arbetsförmedlingen och socialtjänsten.

Torsdagar 5/4, 12/4, 19/4, 26/4 och 3/5 Kl. 17.30 – 20.00

Plats Karl-Gustavsgatan 63, Anhörigcenter

Obs! Inbjudan går ut i februari och anmälan sker först i mars 2018 till Lena-Karin Dalenius, se kontaktuppgifter



Föreläsningar

"Anhörig - viktig i nätverket runt någon med psykisk sjukdom"

Om hur man orkar, hjälper bäst och hur man blir lyssnad på.

Föreläsare: Psykolog Lennart Lundin

Onsdag 21 mars Kl. 17.00 - 18.30

Plats Backa Folkets Hus, våning 2

Anmälan: Astrid Sælen eller Monica Albinsson, senast 19 mars, se kontaktuppgifter

Må-Bra-Dag "VAR DAGS GLÄDJE"

Skratt och positiv tankekraft = energi.

Hälso Hörnan Hela Dej - Lili-Ann Kleén, skrattinspiratör & hälsopedagog från välkomnar oss att mötas i skrattet, leendet & lekfullheten.

Lili - Ann vill glädja, entusiasmera, motivera och engagera oss under denna dag.

Torsdag 22 mars, Kl. 11.00 - 14.00

Plats Kyrkbytorget 5

Anmälan: 031 - 366 74 09

johanna.bratthammar@lundby.goteborg.se

Obs! Senast 19 mars

Samverkan mellan träffpunkterna i Lundby och Anhörigstöd Hisingen

Från oro och olust till lust och livsglädje!

Om att lära sig hantera situationer som påverkar livskvaliteten. Även tips på enkla verktyg för att hantera vardagen.

Föreläsare: Erika Pragler, stress & livshanteringscoach

Måndag 23 april, Kl. 18.00 – 20.00

Plats Brämregårdens Kyrka, Hisingsgatan 26, entrén vid expedition

Anmälan: Se kontaktuppgifter

Framtidsfullmakt och generalfullmakt

Desiree Lilljehöök, Jur.kand informerar om generalfullmakt och den nya framtidsfullmakten. Fullmakter som är viktiga att tänka på som anhörig och närstående.

Tisdag 15 maj Kl. 11.00 – 12.30

Plats Amhult Torg 7, Kulturhuset Vingen
Lokal: Knipan, våning 3

Anmälan: Se kontaktuppgifter

Friskvård

Återhämtningen

En lugn stund för att koppla av från vardagen och hämta ny energi. Gemensam fika och samtal om det som kan ge glädje och kraft. Möjlighet att få prova en kort stunds massage av axlar o nacke.

Anhöriga som inte provat massage tidigare har förtur.

Tisdagar 16/1, 13/2, 13/3, 10/4, 8/5 och 12/6 Kl. 17.00 – 19.30

Plats Byalagsgatan 1

Anmälan till massage: Monica Albinsson, se kontaktuppgifter

Solrummet Sanna strand

Följ med och njut av en solig stund i solrummet.

Onsdagar 31/1, 28/2 och 28/3 Kl. 10.00 - 12.00

Plats Slottsskogsgatan 12, Dalheimers Hus

Anmälan: Lena-Karin Dalenius, se kontaktuppgifter

Utfärder

Vi njuter tillsammans av stadens rekreationsplatser. Vid dåligt väder kommer vi att besöka någon av våra muséer (självkostnadspris) i Göteborg. Mer information kommer i maj månad.

18/5 Botaniska Trädgården

19/6 Vrångö

16/8 Slottsskogen

7/9 Trädgårdsföreningen

Vid frågor/anmälan: Monica Albinsson eller Astrid Sælen, se kontaktuppgifter

Anhörigkonsulenter för dig som stödjer person över 65 år

Evelina Tomic, Västra Hisingen, **031 - 366 63 91**

E-post: evelina.tomic@vh.goteborg.se

Carina Larsson, Lundby, **031 - 366 76 82**

E-post: carina.2.larsson@lundby.goteborg.se

Susanna Engqvist, Norra Hisingen, **031 - 366 97 73**

E-post: susanna.engqvist@nh.goteborg.se

Anhörigkonsulenter för dig som stödjer person yngre än 65 år

Lena-Karin Dalenius, Västra Hisingen, **031 - 366 63 86**

E-post: lena-karin.dalenius@vh.goteborg.se

Astrid Sælen, Lundby, **031 - 366 77 35**

E-post: astrid.saelen@lundby.goteborg.se

Monica Albinsson, Norra Hisingen, **031 - 366 82 74,**

E-post: monica.albinsson@nh.goteborg.se