

För anmälan och kontakt:

Anhörigkonsulent

Telefon: 0155-384 14

Du kan även prata in ett meddelande så blir du uppringd.

E-post: anhorigstod@oxelosund.se

För mer information: följ oss på Facebook eller besök oxelosund.se/anhorigstod

Besöks- och postadress:

Anhörigstöd

Sjögatan 30

613 33 Oxelösund

Anhörigstöd

Programblad våren 2018



Mötesplats för anhöriga.

Kom och drick en kopp kaffe och få tips, råd och stöd samt möjlighet att träffa anhörigkonsulenterna och andra anhöriga.

Onsdagar 31/1 28/3 13.30–15.30

Tisdagar 27/2 9/5 17.00–19.00

Plats: Kommunhuset

Ingen föransmälning krävs.

Samtalsgrupper

Kom och träffa andra anhöriga i liknande situation där vi delar erfarenheter och förhoppningar med varandra.

Samtalsledare; Anhörigkonsulenterna.

Plats: Kommunhuset

Enklare fika finns till självkostnadspris.

Anmälan krävs, antal platser 8st

För anhöriga till barn med funktionsnedsättning oavsett ålder.

Tisdagar 23/1 20/2 13/3 17.30–19.30

För anhöriga till en närstående med en psykisk ohälsa/missbruk.

Måndagar 12/2 19/3 28/5 17.30–19.30

Tematräffar

Plats för samtliga tematräffar är på Kommunhuset.

Fika finns till självkostnadspris.

Anmälan krävs, antal platser 10st.

Vad händer när min närstående flyttar till särskilt boende?

Tisdagen den 6/2 17-19

Information och frågestund med enhetscheferna Cecilia Rasmussen och Mattias Carlsson.

Demens Nutrition

Onsdag 7/2 13.30–15.30

- För anhöriga till närstående med en **demenssjukdom**
Ingela Mindemark MAS medicinsk ansvarig sjuksköterska informerar om nutrition-om näring och näringstillförsel.

Suicid prevention och efterlevandestöd

Tisdagen den 6/3 17-19

Information och frågestund med Kerstin Hermelin och Ingela Ljung från lokalföreningen SPES i Sörmland.

Om livskriser, stress, oro och nedstämdhet. Om att ta hand om sig och värna om det som gör mig gott.

Med kurator Eva Rausgård från vårdcentralen.

- För anhöriga till närstående med en **demenssjukdom**
Onsdag 4/4 13.30–15.30 Anmälan krävs.
- För anhöriga till närstående med en **psykisk ohälsa/missbruk** tisdag 17/4 17.30–19.30.

Om sorg ur ett anhörigperspektiv och vi provar mindfulness.

Onsdag 23/5 17.30–19.30

Med Eva Henriksson Diakon från Svenska kyrkan.

- För anhöriga till **barn med funktionsnedsättning** oavsett ålder.

Medberoende.

Tisdagen den 3/4 17-19

- För anhöriga till personer med **missbruk-psykisk ohälsa-samsjuklighet.**
Information och frågestund med enhetschef Susanne Sjögren, och Görel Klaesson från Behandlingscenter och rådgivningsbyrån.

Besök gärna vårt populära Senior & anhörigcafé

Måndagar 10-12 ett lite mindre café på fritidsgården, Koordinaten, där ni samtalar och löser nutidsfrågor gemensamt.

Torsdagar 10-12 café med underhållning i Eventsalen.

Programblad finns att hämta på Koordinaten och på oxelosund.se/anhorigstod

Anhörigveckan uppmärksammas i v.40

Må bra dagen i v.42

Mer information kommer under våren på Facebook och oxelosund.se/anhorigstod