

Välkommen till Anhöriggrupp

Psykisk ohälsa

Våren 2017

**För dig som är partner, förälder, mor
eller farförälder som ger stöd till
någon med psykisk ohälsa**



Bodens
kommun

Välkommen

Gruppen är riktad till partner, föräldrar, mor- eller farföräldrar som ger stöd till närstående med psykisk ohälsa.

Gruppen är öppen, man behöver inte anmäla sig och man går de gånger man vill och kan.

Målet med träffarna är att stärka anhörigas egen hälsa och livskvalitet samt att utbyta erfarenheter med andra i liknande situation

I gruppen samtalar vi om aktuella frågor för er

- förväntningar från omgivningen,
- bemötande,
- information från vården,
- patientföreningar,
- hälsa och stresshantering.

Samtalen kombineras med ett tema för varje gång. Gäster kan bjudas in för relevant information och mindre föreläsningar.

Det sker ingen registrering eller journalföring på deltagande i anhörigstöd.

All personal har tystnadsplikt och vi tillämpar överenskommelse om tystnadslöfte vid gruppträffar.

Program våren 2017

Datum för vårens träffar

Torsdagar: 9 mars, 6 april, 4 maj, 1 juni

Tid: 17.30 -19.30

Plats: Pelarsalen, Björken Strandplan 3.(ingång via restaurang)

Fika: Smörgås, kaffe/the mm.



För mer information och ev. spec. kost/allergier kontakta:

Lena Mari Johansson, Anhörigkonsulent/socialinformatör.

Telefon 0921-782 36. Besöksadress: Björken, Kungsgatan 39.

Mail adress: [lena-mari.johansson@boden.se](mailto:lana-mari.johansson@boden.se)

Hemsida för anhörigstöd Bodens kommun:

www.boden.se/anhorigstod



Lagen säger att

§ Socialnämnden ska erbjuda stöd för att underlätta för de personer som vårdar en närstående som är långvarigt sjuk eller äldre eller som stödjer en närstående som har funktionshinder. (5 kap 10§ Socialtjänstlagen.)

Bodens kommun erbjuder

Personligt stöd, Information och råd, Anhöriggrupper, Studiecirklar, Föreläsningar.

Du kan också få stöd från:

Landstinget: hälsocentralerna

Svenska Kyrkan: enskilda samtal, sorgegrupper, föreläsningar, träffpunkter.

Anhörigförening: www.anhorigasriksforbund.se

Nationellt Kompetenscentrum Anhöriga: www.nka.se

MIND.se

NSPH.se

1177 vårdguiden. Samlingssida: patient och närståendeföreningar psykisk hälsa.



**Bodens
kommun**

Socialförvaltningen

2017 mars