



Anhörigstöd

Här har vi samlat information om stöd och aktiviteter som Mönsterås kommun erbjuder dig som vårdar eller stödjer en närstående som är äldre, långvarigt sjuk eller som har en funktionsnedsättning.

Program för våren 2020



Anhörigkonsulenterna Lena Bradley
och Titti Sjögren

PROGRAM | VÅREN 2020

Anhörigcenter

Januari

8/1	kl. 10	Yoga
15/1	kl. 13-15	Bassängbad
22/1	kl. 10 kl. 14	Yoga Café Allé. Demenssköterskan Åsa Svensson deltar.
29/1	kl. 9.30	MiniSPA

Februari

5/2	kl. 10	Yoga
12/2	kl. 14	Café Allé
19/2	kl. 13-15	Bassängbad
26/2	kl. 9.30 kl. 18-20	MiniSPA. Anhöriggrupp: Psykisk ohälsa

Mars

4/3	kl. 10	Yoga
9/3	kl. 14.30-16	Demenscirkel
11/3	kl. 14	Café Allé
18/3	kl. 13-15	Bassängbad
25/3	kl. 9.30 kl. 18-20	MiniSPA Anhöriggrupp: Psykisk ohälsa
30/3	kl. 14.30-16	Demenscirkel



April

1/4	kl. 10	Yoga
8/4	kl. 13-15	Bassängbad
15/4	kl. 10	Yoga
20/4	kl. 14.30-16	Demenscirkel
22/4	kl. 14	Cafè Allè
29/4	kl. 9.30 kl. 18-20	MiniSPA Anhöriggrupp: Psykisk ohälsa

Maj

11/5	kl.14.30-16	Demenscirkel
13/5	kl. 10	Yoga
20/5		Sommarresa
27/5	kl. 9.30 kl. 18-20	Mini SPA Anhöriggrupp: Psykisk ohälsa

Juni

10/5	kl. 10	Yoga
15/5	kl. 14	Café Allé

Du som vårdar eller stödjer en närstående som är äldre, långvarigt sjuk eller som har en funktionsnedsättning gör en viktig och värdefull insats - och du kan få stöd från kommunen.

Detta erbjuder anhörigstödet:

- Avlösarservice 12 timmar
- Samtal i grupp eller enskilt
- Hembesök, utbildningar och samhällsinformation
- Hälsöfrämjande service för att stärka den fysiska och psykiska hälsan och motverka social isolering
- Annan service som underhållning, föreläsningar och anhörigcafé

Det finns dessutom andra stödjande insatser som du kan ansöka om hos kommunens biståndshandläggare.

Kontakt

Tel. 0499-173 21 och 173 25

Telefontid måndag och onsdag kl. 8-16:30

E-post: anhorigstod@monsteras.se

Mönsterås kommun

Box 54, 383 32 Mönsterås • Tel: 0499-170 00

E-post: kommun@monsteras.se

monsteras.se

