



Anhörigstödet program våren 2021

Programmet som innehåller exempel på olika digitala samtalsgrupper och friskvårdsaktivitet i form av promenader kommer att uppdateras och kompletteras efter hand utifrån myndigheternas rekommendationer. Hör av dig till oss så får du veta mer.

Februari

17 februari kl. 17.00 - 18.30

Start av Webb-grupp: Med fokus på "Vuxensyskon". Gruppen är till för dig som är syskon till någon med funktionsnedsättning eller sjukdom. Materialet vi kommer gå igenom innehåller berättelser, teman, övningar och frågor där förhoppningen är att ge igenkänning, hopp och förståelse för sig själv.

Sista anmälningdag: 15 februari



Vid anmälan kommer att ni få länk skickad till er mailadress för att kunna delta i utbildningen. Klicka på länken och följ instruktionen och ladda ner Microsoft Teams appen på Appstore eller Play butik. Kontakta Anhörigkonsulenterna om ni behöver hjälp med nedladdningen.

Mars

3 mars kl. 17.00 - 18.30

Fortsättning på Webb-grupp: Med fokus på "Vuxensyskon". Gruppen är till för dig som är syskon till någon med funktionsnedsättning eller sjukdom. Materialet vi kommer gå igenom innehåller berättelser, teman, övningar och frågor där förhoppningen är att ge igenkänning, hopp och förståelse för sig själv.

4 mars kl. 9.30 – 10.30

Vi samlas utanför anhängstödets lokaler på Nygatan 20 för en gemensam slow walk and talk promenad. OBS! Högst 6 deltagare då vi måste tänka på att hålla avstånd.

Sista anmälningdag: 3 mars



8 mars kl. 14.00 – 15.00

Start av Webb-grupp för anhöriga till närstående med minnesproblematik/demenssjukdom. Vi kommer att utgå ifrån NKA:s Navigeringskurs om demens för anhöriga som består av olika filmer med föreläsningar om olika demenssjukdomar, kognitiva hjälpmedel, strategier i vardagen, bemötande, hjälp att ansöka om, framtidsfullmakt och anhängbehörighet samt olika anhörigas egna upplevelser och berättelser.

Sista anmälningdag: 4 mars



Vid anmälan kommer att ni få länk skickad till er mailadress för att kunna delta i utbildningen. Klicka på länken och följ instruktionen och ladda ner Microsoft Teams appen på Appstore eller Play butik. Kontakta Anhörigkonsulenter om ni behöver hjälp med nedladdningen.

9 mars kl. 17.00 – 18.00

Start av Webb-grupp för anhöriga till närstående med psykisk nedsatt hälsa. Vi kommer att utgå från "Återhämtningsguiden – för dig som står nära någon som mår dåligt" som berör ämnen som oro, maktlöshet, skam och skuld med fokus på din återhämtning som anhäng.

Sista anmälningdag: 4 mars



Vid anmälan kommer att ni få länk skickad till er mailadress för att kunna delta i utbildningen. Klicka på länken och följ instruktionen och ladda ner Microsoft Teams appen på Appstore eller Play butik. Kontakta Anhörigkonsulenter om ni behöver hjälp med nedladdningen.

17 mars kl. 17.00 - 18.30

Fortsättning på Webb-grupp: Med fokus på "Vuxensyskon". Gruppen är till för dig som är syskon till någon med funktionsnedsättning eller sjukdom. Materialet vi kommer gå igenom innehåller berättelser, teman, övningar och frågor där förhoppningen är att ge igenkänning, hopp och förståelse för sig själv.

18 mars kl. 9.30 – 10.30

Vi samlas utanför anhängstödets lokaler på Nygatan 20 för en gemensam slow walk and talk promenad. OBS! Högst 6 deltagare då vi måste tänka på att hålla avstånd.

Sista anmälningdag: 17 mars**22 mars kl. 14.00 – 15.00**

Fortsättning av Webb-grupp för anhöriga till närstående med minnesproblematik/demenssjukdom. Vi kommer att utgå ifrån NKA:s Navigeringskurs om demens för anhöriga som består av olika filmer med föreläsningar om olika demenssjukdomar, kognitiva hjälpmedel, strategier i vardagen, bemötande, hjälp att ansöka om, framtidsfullmakt och anhörigbehörighet samt olika anhörigas egna upplevelser och berättelser.

23 mars kl. 17.00 – 18.00

Fortsättning av Webb-grupp för anhöriga till närstående med psykisk nedsatt hälsa. Vi kommer att utgå från "Återhämtningssguiden – för dig som står nära någon som mår dåligt" som berör ämnen som oro, maktlöshet, skam och skuld med fokus på din återhämtning som anhörig.

31 mars kl. 17.00 – 18.30

Fortsättning på Webb-grupp: Med fokus på "Vuxensyskon". Gruppen är till för dig som är syskon till någon med funktionsnedsättning eller sjukdom. Materialet vi kommer gå igenom innehåller berättelser, teman, övningar och frågor där förhoppningen är att ge igenkänning, hopp och förståelse för sig själv.

April

1 april kl. 9.30 – 10.30

Vi samlas utanför anhängstödets lokaler på Nygatan 20 för en gemensam slow walk and talk promenad. OBS! Högst 6 deltagare då vi måste tänka på att hålla avstånd.

Sista anmälningdag: 31 mars



6 april kl. 17.00 – 18.00

Fortsättning av Webb-grupp för anhöriga till närstående med psykisk nedsatt hälsa. Vi kommer att utgå från ”Återhämtningssguiden – för dig som står nära någon som mår dåligt” som berör ämnen som oro, maktlöshet, skam och skuld med fokus på din återhämtning som anhörig.

12 april kl. 14.00 – 15.00

av Webb-grupp för anhöriga till närstående med minnesproblematik/demenssjukdom. Vi kommer att utgå ifrån NKA:s Navigeringskurs om demens för anhöriga som består av olika filmer med föreläsningar om olika demenssjukdomar, kognitiva hjälpmedel, strategier i vardagen, bemötande, hjälp att ansöka om, framtidsfullmakt och anhörigbehörighet samt olika anhängas egna upplevelser och berättelser.

15 april kl. 9.30 – 10.30

Vi samlas utanför anhängstödets lokaler på Nygatan 20 för en gemensam slow walk and talk promenad. OBS! Högst 6 deltagare då vi måste tänka på att hålla avstånd.

Sista anmälningdag: 14 april



20 april kl. 17.00 – 18.00

Fortsättning av Webb-grupp för anhöriga till närstående med psykisk nedsatt hälsa. Vi kommer att utgå från ”Återhämtningssguiden – för dig som står nära någon som mår dåligt” som berör ämnen som oro, maktlöshet, skam och skuld med fokus på din återhämtning som anhörig.

29 april kl. 9.30 – 10.30

Vi samlas utanför anhörigstödetts lokaler på Nygatan 20 för en gemensam slow walk and talk promenad. OBS! Högst 6 deltagare då vi måste tänka på att hålla avstånd.

Sista anmälningdag: 28 april



Maj

20 maj kl. 9.30 – 10.30

Vi samlas utanför anhörigstödetts lokaler på Nygatan 20 för en gemensam slow walk and talk promenad. OBS! Högst 6 deltagare då vi måste tänka på att hålla avstånd.

Sista anmälningdag: 19 maj



Juni

3 juni kl. 9.30 – 10.30

Vi samlas utanför anhörigstödetts lokaler på Nygatan 20 för en gemensam slow walk and talk promenad. OBS! Högst 6 deltagare då vi måste tänka på att hålla avstånd.

Sista anmälningdag: 2 juni



17 juni kl. 9.30 – 10.30

Vi samlas utanför anhörigstödetts lokaler på Nygatan 20 för en gemensam slow walk and talk promenad. OBS! Högst 6 deltagare då vi måste tänka på att hålla avstånd.

Sista anmälningdag: 16 juni



Kontakt Anhörigstödet

Anmäl dig till våra aktiviteter: Tel: 0346-88 62

93 eller 0346- 88 69 17E-post:

anhorigstodet@falkenberg.se **Besöksadress:**

Anhörigstödet, Nygatan 20 , 311 20 Falkenberg