

Information om stöd till anhöriga



EKERÖ
KOMMUN

Socialförvaltningen

Stöd till anhöriga - i Ekerö kommun

Här är ett axplock av verksamheter och organisationer där anhöriga som vårdar, hjälper eller stödjer en person som är långvarigt sjuk eller äldre eller har en funktionsnedsättning, kan få stöd och vägledning.

Socialkontorets handläggare, 08- 124 571 00

Kan hjälpa till att samordna insatser kring din närstående. Informera om olika stödinsatser som kan underlätta för dig som anhörig.

Du kan som anhörig även ansöka om stöd för egen del enl. 4 kap. 1§ Socialtjänstlagen.

Råd och stöd till familjer, 08- 124 570 09.

De kan ge råd, stöd och 1-5 kostnadsfria samtal med kommunens familjebehandlare och skolkuratorer.

Familjerådgivningen, 08- 124 571 00

Vänder sig till vuxna i Ekerö kommun som lever i parförhållande och som behöver hjälp att lösa konflikter eller andra problem i relationen.

Socialtjänstens Öppenvård Omtanken, 08- 124 573 73/08-124 572 38

Du kan få råd och stöd samt upp till fem anhörigsamtal om du har en person i din närhet med beroendeproblematik (alkohol/droger/tabletter/spel).

Verksamheter för personer inom LSS, socialpsykiatri och äldreomsorgen

Samverka med dig som anhörig kring din närståendes insatser om den närstående samtycker till det. Kan informera om stöd som finns till anhöriga.

Socialtjänstens Öppenvård, 08- 124 570 09

Du kan få råd och stöd, upp till fem samtal, om du har en person i din närhet med beroendeproblematik (alkohol/droger/tabletter /spel).

Anhörigkonsulent i Ekerö kommun, 08-124 570 11

Kan ge information och vägledning i anhörigfrågor, erbjuda samtal och hjälpa till att hitta rätt stöd eller komma i kontakt med andra anhöriga.

Demenssamordnare i Ekerö kommun, 08-124 572 85

Kan ge information och stöd till dig som har en kognitiv sjukdom eller demenssjukdom.

Demenssamordnaren kan även ge stöd till dig som anhörig och samarbetar med anhörigkonsulenten.

Primärvården/din vårdcentral

Kan erbjuda individuella samtal. Boka ett läkarbesök och be om remiss till kurator eller psykolog.

Svenska kyrkan, Ekerö pastorat, 08-560 387 00 och Färingsö församling, 08-564 209 20

Kan erbjuda samtal med diakon men även annan typ av stöd.

RSMH- Mälaröarna, 070- 91 06 738

Är en ideell organisation som stödjer och organiserar människor med psykisk ohälsa. Medlemmar är personer med egen erfarenhet av psykisk och social ohälsa, anhöriga och andra som vill stödja föreningens arbete.

Mer information finns på www.ekero.se

Anhörigstöd med inriktning på fysiska, psykiska eller intellektuella funktionsvariationer och missbruk

Habiliteringen

Kan ge information, vägledning, utbildning föräldragrupper, syskongrupper och samtal till närstående och övrigt nätverk. Man kan också få information om lagar och rättigheter samt rådgivning per telefon.

www.habilitering.se/home

Svenska Downföreningen

En förening och plattform, för personer med Downs syndrom och deras familjer, där de kan göra sina röster hörda och erbjudas aktiviteter, möten och gemenskap.

www.svenskadownföreningen.se

FUB

FUB Stockholm är en intresseorganisation som arbetar för att barn, unga och vuxna med utvecklingsstörning ska kunna leva ett gott liv.

www.fubstockholm.se

Attention Stockholm, 08-410 885 60 eller info@attention-stockholm.se

Intresseförening för personer med Neuropsykiatriska diagnoser och anhöriga.

Autism & aspergerföreningen Stockholms län,

08-612 71 72, www.autism.se/stockholm

Intresseförening för personer med autismdiagnoser och deras anhöriga. De har olika grupper för föräldrar och andra anhöriga.

Ournormal.org

En kontaktsida och mötesplats för familjer med barn med funktionsvariationer. Sidan är skapad av Föreningen Familjevänner som är fristående och partipolitiskt och religiöst obunden.

www.ournormal.org

Mobila akutenheten, 08-124 484 00

Öppet alla dagar: 08.00-22.00. Har du behov av akut psykiatrisk hjälp kan du få ett snabbt och kvalificerat omhändertagande av mobila akutenheten. Hit kan du, som är över 18 år. Erbjuder telefonrådgivning och även akutbesök i hemmet efter bedömning. Du kan även kontakta oss om du är orolig för någon närstående och behöver rådgivning om hur du ska agera samt hur och var man kan få hjälp. Vi har även tidsbokade akutbesök på vår mottagning under kontorstid.

www.norrastockholmspsykiatri.se/vard-hos-oss/akut-hjalp/Mobila-akutenheten/

Barn och ungdomspsykiatri, BUP

Föräldrautbildning - hjälper föräldrar att se vad man kan göra så att vardagen fungerar bättre för hela familjen. www.bup.se/sv/Rad-och-fakta/behandling-och-hjalp/foraldrautbildning/

Öppenpsykiatriska mottagningarna i Alvik

Kan ge råd och stöd i rollen som närstående. Vänd dig till den mottagning eller avdelning där din närstående vårdas och fråga vilket stöd du kan få hos dem. I de flesta fall krävs det att din närstående redan är patient där för att du ska kunna delta i deras stödprogram.

www.norrastockholmspsykiatri.se/vard-hos-oss/Oppenvard/

MIND- för psykisk hälsa

Erbjuder bland annat samtal och chattfunktion

Självordslinjen: 901 01

Föräldralinjen: 020-85 20 00

Äldrelinjen: 020- 22 22 33

De ordnar också olika aktiviteter och grupper exempelvis syskonträffar och föräldraträffar.

www.mind.se

Svenska OCD- förbundet

Är en rikstäckande ideell förening med uppgift att stödja människor med tvångssyndrom (OCD) och deras anhöriga. www.ocdforbundet.se

Balans

Förening för anhöriga och personer som upplevt depression, mani eller växlande perioder.

www.balansriks.se

Schizofreniförbundet

Är en handikapporganisation som organiserar personer med schizofreni och liknande psykoser, deras anhöriga samt övriga intresserade personer.

www.schizofreniforbundet.se

SHEDO

Är en ideell förening vars syfte är att sprida kunskap om ätstörningar och självskadebeteende, ge stöd åt drabbade och anhöriga samt arbeta för en bättre vård för dessa patientgrupper.

www.shedo.se

Ångestföreningen ÅSS

ÅSS i Stockholm är en ideell och idéburen förening som vänder sig till anhöriga och personer med panikångest, generaliserad ångest (GAD), social ångest och fobier

www.angest-stockholm.se

SPES

SPES finns för dig som förlorat en närstående i suicid och erbjuder stöd till efterlevande genom samtalsgrupper, telefonjour, kontaktpersoner och Facebookgrupper.

www.spes.se

IFS Stockholmsdistriktet - Intresseföreningen för schizofreni och liknande psykossjukdomar

Erbjuder samtalsgrupper, studiecirklar och föreläsningar för anhöriga.

www.ifsstockholmsdistriktet.se

Anbo

Anhörigföreningen borderline erbjuder stöd till anhöriga.

www.anbo.se

Anhörigstöd med inriktning på missbruk och beroende

Beroendecentrum, 08- 123 400 00

Erbjuder hjälp och stöd till en person som har problem med alkohol, narkotika, läkemedel eller spelberoende och dess anhöriga.

www.beroendecentrum.se

Föräldraföreningen mot narkotika FMN,

08- 654 40 50

Erbjuder individuell eller grupprådgivning och anhörigkurser till familjer som misstänker missbruk, eller där detta konstaterats bland barn och/eller andra anhöriga.

www.fmnsthlm.com

Al-Anon

Al-Anon familjegrupper är en gemenskap av anhöriga och vänner till alkoholister, som delar sina erfarenheter, sin styrka och sitt hopp med varandra för att lösa sina gemensamma problem.

www.al-anon.se

Stödlinjen, 020 - 819100

Stödlinjen erbjuder anonym och kostnadsfri rådgivning till spelare och anhöriga och är tillgänglig oavsett var i Sverige du bor.

www.stodlinjen.se

Anhörigstöd med inriktning unga anhöriga

Syskonkompetens

En webbsida med information och kunskap om hur det är att vara syskon till en syster eller bror med funktionsnedsättning.

www.agrenska.se/syskonkompetens

Maskrosbarn

En barnrättsorganisation som arbetar med att stödja ungdomar som växer upp med föräldrar som mår psykiskt dåligt eller har ett missbruk. De vänder sig till ungdomar, 13–19 år, från hela Sverige.

www.maskrosbarn.org

vadärms.se

Vadärms.se är för barn och unga mellan 9–17 år som har en förälder eller anhörig som har MS. Webbplatsen ska vara ett stöd för unga anhöriga och den vill även hjälpa till att få igång ett samtal mellan barn och vuxna

www.vadärms.se

Unganhörig

Ge stöd och hjälp till unga vars anhörig på något sätt drabbats av demens.

www.unganhorig.se

Anhörigstöd med inriktning långvariga sjukdomar och generellt anhörigstöd

Alzheimer Sverige, 020-73 76 10

Är en rikstäckande patient- och anhörigorganisation för människor med svåra kognitiva hjärnsjukdomar samt deras närstående.
www.alzheimersverige.se

Demensförbundet

Rådgivning: 0485-375 75
Sveriges största anhörigorganisation för demenssjuka och deras anhöriga.
www.demensforbundet.se

Stroke- Riksförbundet

Är en intresseorganisation för de som har fått stroke, anhöriga och andra intresserade.
www.strokeforbundet.se

Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft

Är en intresseorganisation för människor med förvärvad hjärnskada och deras närstående.
www.hjarnkraft.nu

Cancer

Här hittar du information från patientföreningar.
www.cancerfonden.se/om-cancer/patientforeningar

Neurologförbundet

www.neuro.se

Här kan du också hitta stöd & vägledning

Anhörigstöd i Stockholms län

Här finns tips på föreläsningar och aktiviteter för anhöriga.
www.facebook.com/anhorigstockholmslan

Nka -nationellt kompetenscentrum anhöriga

Har sammanställt information om rättigheter & stöd för anhöriga till personer med flerfunktionsnedsättning. Det är en översikt över rättigheter, ekonomiska bidrag, stöd för mat, resor, bostad, kommunicera, lek och fritid, skolan, tillsyn med mera.
www.anhoriga.se/anhorigomraden/flerfunktionsnedsattning/rattigheter-till-stod/hitta-dina-rattigheter/socialtjanstlagen-lss/

Här kan du ta del av materialet, *Vem hjälper den som hjälper?* och som arbetades fram i Anhörigprojektet, ett projekt som drevs av Schizofreniförbundet och NSPH. Materialet vänder sig till dig som är anhörig till en person med psykisk ohälsa.
<https://www.anhoriga.se/anhorigomraden/psykisk-ohalsa/vem-hjalper-den-som-hjalper/>

Anhörigas Riksförbund

www.anhorigasriksforbund.se
Kan ge vägledning i anhörigfrågor via: **Anhöriglinjen**, 0200 – 23 95 00. Hit du kan ringa eller mejla för att få råd och stöd i din roll som anhörig om till exempel dina rättigheter. **Anhörighandboken**, en webbaserad handbok som vänder sig till alla anhöriga oavsett diagnos eller ålder www.anhorighandboken.se

1177

Här hittar du en lista där du kan få råd och stöd på chatt eller telefon.
www.1177.se/liv--halsa/psykisk-halsa/att-soka-stod-och-hjalp/rad-och-stod-pa-chatt-och-telefon/

Här hittar du en lista på patient och närståendeföreningar.
www.1177.se/liv--halsa/psykisk-halsa/att-soka-stod-och-hjalp/patient--och-narstaendeforeningar/