

Anhörigstödet är kostnadsfritt. Ingen dokumentation förs och vi som arbetar inom sektor socialtjänst har tystnadsplikt. Din närstående behöver inte ha kontakt med oss för att du som anhörig ska kunna vända dig hit.

### **Andra aktiviteter**

Det finns ett program över aktiviteter och föreläsningar som är riktat till anhöriga i våra målgrupper. Programmet finns på vår hemsida [www.skovde.se](http://www.skovde.se).



### **Kontakt Skövde kommun**

Telefon dagtid (07.30-16.30): 0500 - 49 80 00

E-post:

Postadress: Skövde kommun, 541 83 Skövde

Webbplats: [skovde.se](http://skovde.se)



# Anhörigstöd

Sektor socialtjänst



# Är du anhörig och vill ha stöd i din situation?

En del människor mår inte bra eller upplever svårigheter i sin vardag. Det kan för vissa bero på missbruksproblematik eller psykisk funktionsnedsättning. Ett fungerande nätverk av andra människor är en viktig förutsättning för återhämtning. Du som anhörig är viktig!

När någon man bryr sig om inte mår bra kan det vara jobbigt på flera sätt. Alla anhöriga har sin egen, unika upplevelse och vi vill kunna ge stöd om du behöver det.



## **Enskilda samtal**

Vi erbjuder samtalsstöd med någon av oss som arbetar med anhörigstöd. Det är samtal där du kan prata om din situation och om hur du mår. Det finns också möjlighet att få vägledning om det är saker du undrar över, eller råd om hur du tar andra kontakter.

## **Du är inte ensam**

Vissa tycker det känns jobbigt att prata med andra om att vara anhörig till någon som mår dåligt. Vår erfarenhet säger att många som får möjlighet att prata med andra människor, i liknande situation, upplever det som befriande.

Det finns möjlighet att få delta i en mindre, slutna grupp som ses vid ett bestämt antal tillfällen. Det blir ett forum för samtal och erfarenhetsutbyte där deltagarna utgör stöd för varandra.