



PROGRAM ANHÖRIGCENTRUM APRIL-JUNI 2024

Vill du veta mer, har frågor eller önskar anmäla dig till någon grupp eller önskar boka enskilt samtal – kontakta anhörigsamordnare Maia på telefon 0151-193 70 eller anhorigcentrum@vingaker.se

Social gemenskap

Tisdagspromenad tillsammans

När: Tisdagar 10.00, terminsavslut tisdag 11 juni

Var: Samling på parkeringen utanför Västra Vingåkers kyrka

Vi promenerar en kortare sträcka, ungefär 1,5 km, och anpassar tempot efter de som är med. Efter promenaden dricker vi kaffe tillsammans för de som önskar, kaffet bjuds du på. Promenaden riktar sig till alla som vill ha promenadsällskap och är ett samarbete mellan Svenska Kyrkan och Vingåkers kommuns anhörigstöd. Alla är välkomna att delta och du behöver inte anmäla dig.

Drop-in på Anhörigcentrum

När: Onsdagar 9.30-12.00, terminsavslut onsdag 12 juni

Var: Anhörigcentrum, Sävstaholmsvägen 32-34

Kom förbi Anhörigcentrum för att samtala om livet och anhörigskap i synnerhet. Tid för att boka enskilda samtal är möjligt. Du behöver inte anmäla dig och du bjuds på lättare fika. Ibland bjuds gäster in för att ha kortare informationer. För information och eventuella gäster, hör av dig till anhörigsamordnare Maia eller se anslag i entrén till Anhörigcentrum.

Föreläsningar, informationsträffar och digitala sammankomster

Digitala sammankomster samt grupper tipsas även om på kommunens hemsida vingaker.se under information om anhörigstöd. Du kan också kontakta anhörigsamordnare Maia för tips på digitala grupper, föreläsningar eller liknade utifrån ditt behov.

Anhörigcentrum på vift

Anhörigsamordnare besöker ihop med digidel-lots orterna Läppe och Baggetorp. Kom förbi för att få veta mer om verksamheten. På plats i Baggetorps bygdegård onsdag vecka 15 13.00-15.30 samt vecka 16 utanför Läppe Automat (affären) 13.00-15.30.

Må bra-eftermiddag för anhöriga

OBS ANMÄLAN, begränsat antal platser

När: Tisdag 7 maj 13.00 till cirka 15.00

Var: Anhörigcentrum, Sävstaholmsvägen 32-34

En eftermiddag med dig själv i centrum. I en mindre grupp ägnar vi oss återhämtning och avslappning. Vi testar sittande yoga där inga förkunskaper behövs, fikar tillsammans och får prova på en handmassage som utförs på egna händer. Begränsat antal platser. Anmälan senast dagen före på telefon eller mejl till anhörigsamordnare Maia.



Välkommen till en digital kväll för vuxensyskon

När: Onsdag 15 maj 18.00-20.00

Var: Zoomlänk skickas till din mailadress

Anmälan: Frågor och anmälan, senast 13 maj till maria.ahlqvist@anoriga.se

Den här kvällen är för dig som är vuxen och syskon till någon som är sjuk eller som har en funktionsnedsättning. Kvällen inleds med att Therése Granwald berättar om och läser ur sin bok *Syster* – en memoar om kärlek, syskonskap och skuld. Därefter blir det ett gemensamt samtal om att vara syskon. Läs mer om vuxensyskon på anoriga.se/vuxensyskon

Välfärdsteknik vad är det?

När: Tisdag 21 maj 14.00

Var: Anhörigcentrum, Sävsstaholmsvägen 32-34

Vingåkers kommuns välfärdstekniker kommer berätta om vad välfärdsteknik kan vara. Hur kan det användas och vilken välfärdsteknik kan ens närstående möta inom den kommunala hälso- och sjukvården? Tid för frågor finns. Informationen riktar sig till dig som vårdar, hjälper eller stödjer någon i din närhet men även du som själv är intresserad av att veta mer om ämnet är välkommen. Lättare fika bjuds och ingen föranmälan behövs. Frågor besvaras av Anhörigsamordnare Maia.

Besök av samordningssjuksköterska från doktor.se

När: Onsdag 22 maj. Öppet under ordinarie drop in på Anhörigcentrum 09.30-12.00.

Var: Anhörigcentrum, Sävsstaholmsvägen 32-34

Anhörigcentrum besöks av samordningssjuksköterska från vårdcentralen i Vingåker för att samtala om sin funktion.

Informationsträff för dig som står nära någon med demenssjukdom

När: Torsdag 11 april 10.00-11.30 Tema: Återhämtning och digitala stödgrupper

Torsdag 16 maj 10.00-11.30 Tema: Läkemedelsbehandling vid demenssjukdom

Var: Anhörigcentrum, Sävsstaholmsvägen 32-34

Träffarna riktar sig till dig som är anhörig. Den du står nära behöver inte ha fått en diagnos. Du kan komma på båda träffarna eller välja det tillfälle som du har behov av. Du behöver inte anmäla dig till träffarna utan det är bara att komma.

Samtalsgrupper

Vårens samtalsgrupper är igång, är du intresserad av att veta vad det finns för grupper eller själv vill delta i en sluten samtalsgrupp utifrån dina behov – kontakta anhörigsamordnare Maia så berättar hon mer om vad som finns och hur man anmäler sig till nya grupper.

Anhörigcentrum finns för dig som stödjer, hjälper eller vårdar någon i din närhet. På Anhörigcentrum arbetar en anhörigsamordnare. Anhörigsamordnaren har tystnadsplikt och kontakt med Anhörigcentrum är kostnadsfritt. Anhörigcentrum erbjuder individuella stödsamtal.

Varmt välkommen att höra av dig!

Anhörigcentrum

Maia Sievert, anhörigsamordnare

0151-193 70

070-206 04 22

anorigcentrum@vingaker.se

Besöksadress: Sävsstaholmsvägen 32-34

