

**DET HÄR ÄR
BOTKYRKA**

Anhörigguiden

Information om offentligt och ideellt
anhörigstöd i Botkyrka kommun

Hösten 2017



Innehåll

1. Inledning

- Om innehållet i Anhörigguiden 4
- Om anhörigstöd 4
- Vem räknas som anhörig? 4
- Lagstadgat stöd 4

2. Kommunens anhörigstöd

- Anhörigperspektivet 5
- Relationsperspektivet 5
- Vem kan jag vända mig till? 6
- Kontaktuppgifter till anhörigstödet 6
- Stöd via generella serviceinsatser 8
- Anhörigstöd via bistånd 13
- God man/förvaltare 14
- Synpunkter, klagomål och överklagan 15
- IVO 17

3. Anhörigstöd via landstinget

- Prima barn och ungdomspsykiatri 17
- Vuxenpsykiatri 18
- Kuratorenheten på Karolinska
Universitetssjukhuset 18
- Habiliteringen 19
- Vårdcentraler 21

4.	Försäkringskassan	
	● Närståendepenning	21
	● Vårdbidrag	21
5.	Ledighet från arbete	
	● Vård av närstående	21
	● Trängande familjeskäl	22
6.	Ideellt anhörigstöd	
	● Röda Korset	23
	● Hela Människan	24
	● Väntjänsten	25
	● Attention	25
	● Anhörigas riksförbund	26
	● FUB	26
	● SPES	27
	● Demensföreningen	27
	● Ideella telefonjourer	28
7.	Litteratur	30
8.	Bilagor	
	● Samtycke till kontaktuppgifter	31

1. Inledning

Om innehållet i Anhörigguiden

Innehållet är baserat på eller direkt hämtat från respektive organisations hemsida eller tryckta informationsmaterial. Inga förändringar av sakinhåll har gjorts, endast språklig anpassning för att ge texten ett mer enhetligt intryck.

För att vara säker på att uppgifterna är aktuella, rekommenderas alltid personlig kontakt med respektive organisation.

Om Anhörigstöd

Anhörigstöd är till för att stärka dig som har en nära relation till en person som är i behov av stöd. Det finns flera olika former av stöd för barn, unga och vuxna.

Anhörigstöd är till för dig som har en nära relation till en person som har en psykisk sjukdom, någon form av funktionsnedsättning, en långvarig sjukdom, ett missbruk, beroende eller på grund av ålder är i behov av stöd.

Anhörigstöd kan ges som generell serviceinsats eller som bistånd (se sid.7 resp. sid 10).

Vem räknas som anhörig?

Som anhörig menas make, maka, förälder, vårdnadshavare, barn, syskon, vän, granne, kollega, mor- eller farförälder. Exempelvis kan man som barn behöva kunskap och stöd om mamma eller pappa har en sjukdom, funktionsnedsättning eller ett missbruk.

Lagstadgat stöd

Anhörigstöd har funnits som kommunal skyldighet sedan många år, men fram tills 2009 omfattades endast anhöriga till personer med hög ålder och sjukdom.

Sedan 2009 infördes en utökning av anhörigstödet i socialtjänstlagen, som innebar att alla som vårdade eller stödjer någon med sjukdom, hög ålder eller funktionsnedsättning, skulle räknas som anhörig.

2. Kommunens anhörigstöd

Som anhörig kan du dels få stöd i form av ett serviceutbud (utbildning, gruppträffar, evenemang) och dels kan du ansöka om stöd via bistånd (olika insatser för din närstående). Kommunens serviceutbud är kostnadsfritt (vissa aktiviteter och evenemang kan dock kosta) medan bistånd är kopplat till en avgift.

Anhörigperspektivet

För att tillvarata anhörigas rättigheter inom vård och omsorg, har socialstyreslen (2016) författat ett antal punkter som ska vägleda verksamheter. Dessa punkter kallas "anhörigperspektivet" och baseras på såväl etiska, kulturella som relationsmässiga aspekter:

- Samverkan med anhöriga
- Erbjuda anhöriga delaktighet vid utredning
- Ta hänsyn till anhöriges synpunkter vid bedömning av behov och utförande
- Utredda anhöriges behov och informera om kommunens stöd
- Regelbunden kontakt
- Se till att sjukvård och socialtjänst samarbetar.
- Att den anhörige bemöts med respekt för sin kulturella tillhörighet

Relationsperspektivet

Detta perspektiv bygger vidare på anhörigperspektivet och innebär att man som professionell utgår ifrån att alla människor föds in i, lever i och är beroende av relationer till andra. Familjen är den form som vi oftast tänker på i detta sammanhang. Det handlar om att förstå och se ömsesidighet i relationer, att arbeta för ett relationsbaserat förhållningssätt vid såväl handläggning som vid utförande av vård och omsorg. Att skapa möjligheter till delaktighet, samarbete och dialog mellan anhöriga, brukare och professionella.

Symtom och diagnos påverkar alla i en familj, men inte på samma sätt. Att få kunskap och information samt möjligheten att prata om sina upplevelser och erfarenheter som familjemedlem har visat sig vara viktigt för att förebygga stress och ohälsa. Familjen är också en oerhörd resurs för de professionella, då de har mycket större kännedom om den närstående före diagnosen och därmed som person med en egen historia.

Vem kan jag vända mig till?

Handläggare.

Finns flera olika typer av handläggare inom kommunen. Gemensamt för dem är att de tar emot och utreder ansökningar om insatser (kallas bistånd) samt följer upp beviljade insatser. Insatser kan gälla alltifrån ansökan om ekonomiskt stöd till hemtjänst eller äldreboende. Handläggare kan ge grundläggande information om anhörigaktiviteter och anhörigstöd.

Medborgarkontor

På medborgarkontoren kan du få vägledning och stöd genom personliga möten. Samhällsväglare, svarar på frågor och ger vägledning i frågor kring kommunens verksamheter och myndighetsverige, samt utför viss handläggning av kommunala ärenden.

Du kan exempelvis få hjälp med att förstå brev och beslut, fylla i blanketter, samt hjälp med att formulera en överklagan om du anser att ett beslut är felaktigt. På kontoren finns också information kring den service och det stöd som finns för olika åldrar eller om du har en funktionsnedsättning.

Man kan få hjälp att ansöka om:

- förskola, skola och fritidshem
- färdtjänst
- parkeringstillstånd för personer med funktionsnedsättning
- riksfärdtjänst
- kommunal hyresgaranti

Anhörigsamordnarens roll

Anhörigsamordnarens uppdrag är tredelat. Den första delen handlar om att organisera, till viss del utföra samt utvärdera anhörigverksamhet. Detta kan t.ex. vara utbildning, gruppverksamhet eller telefonrådgivning. Den andra delen berör utbildning och handledning av verksamheter och slutligen att omvärldsbevaka, samverka och utveckla anhörigstödet. Anhörigsamordnarens huvudsakliga uppdrag är med andra ord *verksamhetsinriktad, inte ärendeinriktad*.

Demenssjuksköterskans roll

Demenssjuksköterskans uppdrag handlar om att utveckla kommunens demensvård och omsorg. I rollen ingår att ge konsultativt stöd till verksamheter (t.ex. utbildning, handledning), bedömning vid misstanke om kognitiv nedsättning samt rådgivning till den enskilde, anhöriga och verksamheter. Anhörigstödet kan ges i form av utbildning, gruppverksamhet och telefonrådgivning. Vidare ingår omvärldsbevakning och samverkan.

Demenscoach/omsorgscoachens roll

Inom hemtjänst och äldreboenden finns det undersköterskor med specialistkompetens inom området kognitiv funktionsnedsättning/demens, bemötande och anhörigstöd. De finns till hands för såväl anhöriga, brukare som kollegor, när det gäller råd och stöd.

Kontaktuppgifter till anhörigstödet

Vid psykisk ohälsa och missbruk

Om du är vuxen anhörig till någon med psykisk funktionsnedsättning, kan du kontakta mottagningen på socialpsykiatriska enheten för vidare praktisk information. Ring via kommunens växel, telefon 08-530 610 00.

Om du är vuxen och anhörig till en person med beroende eller missbruk eller Om du är barn och anhörig kan du man kan läsa mer om beroenderådgivningen och stöd för barn och unga under fliken "Omsorgs & socialt stöd" på www.botkyrka.se.

Äldre och funktionsnedsättning (inklusive LSS)

Utanför telefontid kan du lämna meddelande via kommunens Kontaktcenter på telefon 08-530 610 00. Har du behov av samtal kan du också vända dig till någon av de ideella telefonjourerna (se sid 23).

Johan Nicander, anhörigsamordnare

När du behöver mer information och vägledning om vart du kan vända dig, vad som gäller för anhöriga, vad kommunen erbjuder eller fråga om någon anhörigaktivitet.

Telefon: 08-530 610 69 (Måndag, onsdag, fredag klockan 9.00-10.00).

Du kan också skicka e-post till: johan.nicander@botkyrka.se

Janina Stenlund, demenssjuksköterska, Dipl. Silviasjuksköterska

Stöd och rådgivning om minnessvårigheter och demenssjukdom.

Telefon: 070- 886 15 22 (mån–tors klockan 8.30–10)

e-post: janina.stenlund@botkyrka.se

Stöd via generella serviceinsatser

Kommunen erbjuder varje termin ett antal aktiviteter utan kostnad (generella serviceinsatser). Anhörigstödet, som är en del av sådana serviceinsatser, ger dig information och vägledning utifrån den situation som du befinner dig i. Stöd kan vara att träffa andra i samma situation, delta i föreläsningar eller på andra sätt få mera kunskaper om det som berör din närstående och dig som anhörig. Du kan även boka ett enskilt samtal med anhörigsamordnaren. Utbildningar och gruppträffar är kostnadsfria. Nedan ser du exempel på kommunens utbud.

Vill du få utskick av information per brev, kan du skicka in blankett för kontaktuppgifter till anhörigsamordnaren (finns längst bak i guiden). Du kan också mejla in ditt samtycke:

anorigstod.vof@botkyrka.se (vård- och omsorgsförvaltningen)

anorigstod@botkyrka.se (socialförvaltningen)

Utbildning

Varje termin finns ett utbud av föreläsningar inom områden som berör både åldrande, sjukdom och funktionsnedsättning. Dessa utbildningar är kostnadsfria och vänder sig till både anhöriga och personal.

Utbildningarna brukar vara 1½ timme långa. Det är ofta externa föreläsare, men kan också vara anhörigsamordnare eller demenssjuksköterska.

Utbildningarna sker oftast en gång per månad och är inom vård- och omsorgsförvaltningen uppdelat i områden äldre (kognitiv nedsättning, demens) respektive funktionsnedsättning (LSS berättigade diagnoser). Nedan ser du utbudet för hösten 2017. Det serveras kaffe och kaka.

Att leva med och möta personer med funktionsnedsättningar

- | | |
|-------------------|---|
| Onsdag den 13/9 | Hur går LSS-utredningen till och vad är det som gäller? |
| Onsdag den 11/10 | Föreningen Attention berättar om sin verksamhet och om neuropsykiatriska funktionsnedsättningar. |
| Onsdagen den 8/11 | Diagnos och familjepåverkan. |
| Onsdagen den 7/12 | Anhörigskapet – Anhörigas riksförbund informerar om sin verksamhet och sina erfarenheter gällande anhöriga. |

Tid: 15.00 -16.30

Plats: Kommunalhuset, plan 1, Tumba

Kontakt: Johan Nicander, 08-530 610 69, johan.nicander@botkyrka.se

Att möta personer med kognitiv nedsättning, demens

Olika tema varje gång:

- BPSD-register, Demenssjukdomar
- Kognitiva symptom
- Fungerande samtal
- Bemötande och läkemedel
- Teamarbete och etiska dilemman
- Anhöriga och deras upplevelse.

Tid: 13.00 -15.00, måndag den 4 september, måndag den 2 oktober, måndag den 4 december.

Plats: Verandan, Orren servicehus plan 2, Gröndalsvägen 12A , Tumba

Kontakt: Janina Stenlund, 0708861522 eller janina.stenlund@botkyrka.se

Barn som anhöriga

BRA-samtal

Barnets rätt som anhörig (BRA) är en särskild form av enskilda samtal anpassade för barn och unga som anhöriga. Vid intresse kontakta Josephine Hamner, telefon 0701870888.

Anhöriggrupp

Varje termin startar kommunen upp grupper för anhöriga. Syftet är att kunna erbjuda en plats för umgänge, erfarenhetsutbyte och stöd. Gruppträffarna leds av en utsedd person och brukar pågå i ca 1- 2 timmar per tillfälle (fråga respektive gruppledare).

Deltagande är kostnadsfritt. Nedan kan du se de grupper som finns hösten 2017

Barnkraft-grupper

Särskilt utformade anhörigrupper för barn och unga till föräldrar med psykisk ohälsa.

Kontakt: Myra Hemmingsson, telefon 070- 889 20 06.

Anhörigräffar: ADHD, tourette, asperger eller autism

Är du förälder eller annan viktig vuxen till barn med NPF - neuropsykiatrisk funktionsnedsättning? Sex onsdagar under hösten 2017 ordnas träffar för dig som anhörig och som vill möta andra med liknande erfarenheter. Denna grupp har fokus på barn mellan 12-22 år.

Tid: Start onsdag 27 september, kl. 17.30 - 19.30
(därefter onsdagen den 4, 18 oktober och onsdagen den 1, 15, 29 november)

Plats: Röda korsets mötesplats Kupan, Tunatorget 3, Tumba

Kontakt och anmälan: 08-530 206 02 eller anhorigstod@botkyrka.se

Att leva med och möta personer med funktionsnedsättningar

Plats: Verandan, Orren servicehus plan 2, Gröndalsvägen 12 A, Tumba (bredvid centrumkyrkan)

Tid: klockan 15.00–16.30 onsdag den 27 september, onsdag den 25 oktober och onsdag den 29 november

Kontakt: Johan Nicander, 08-530 610 69, johan.nicander@botkyrka.se

Kognitiv funktionsnedsättning, demens

Plats: Verandan, Orrens servicehus, plan 2, Gröndalsvägen 12A, Tumba

Tider: klockan 15.00–17.00 tisdag den 5 september, tisdag den 3 oktober, tisdag den 7 november, tisdag den 5 december

Kontakt: Ingemar Karlsson, telefon [070- 400 09 43](tel:070-4000943), botkyrka.demens@comhem.se

Anhörigräffar för dig som lever med någon som har missbruksproblem

Under hösten och vintern är du som är anhörig välkommen att delta i ett fem tematräffar med olika tema

Tid: torsdagar klockan 17.00 -19.00

- 28 september "Hur kan vi påverka andras beteenden?"

- 26 oktober "Hur kan jag hantera mina känslor som anhörig?"
- 30 november "Konfliktfri kommunikation"
- 21 december "Problemlösning"

Plats: Vuxenenheten, Munkhättevägen 49, 3 trappor, Tumba.

Kontakt: Gunilla, telefon 070- 873 88 67 eller Saber på telefon 073-380 78 89 för mer information.

Föräldrträffar och studiecirklar

Gruppträffarna har olika fokus och omfattning. De är gratis. Syftet är att erbjuda kunskap, färdigheter och erfarenhetsutbyte när det gäller kommunikation och relation mellan föräldrar och barn. Nedan kan du se vilka grupper som finns. Kontakta för mer information om när grupperna startar.

ABC (alla barn i centrum)

Föräldrar med barn i åldrarna 3-12 år, 4 träffar.

Komet

Föräldrar med barn i åldrarna 3-11 år, 10 träffar

Tematréffar för tonårsföräldrar

Teman:

- Tonårstiden, en ny fas för utveckling och anknytning
- Risk- och skyddsfaktorer
- Svårigheter och utmaningar
- Att vara uppmärksam på sig själv

Kontakt och anmälan: duforalder@botkyrka.se

När du gör din intresseanmälan kom ihåg att i mejlet skriva med:

- Namn
- Adress
- Telefonnummer
- e-postadress
- Ålder på ditt/dina barn

Föräldrarådgivning och familjestöd

Vardagen kan bli slitsam när det gäller såväl föräldraskap som parrelation. Obalans och stress blir ofta ett uttryck som visar sig i svårigheter att prata med varandra. Som förälder och styvförälder kan man söka stöd i form av telefonrådgivning, enskilda samtal, par- eller familjesamtal. Nedan ser du vilka alternativ som erbjuds i Botkyrka.

Fokus är föräldraskap, uppfostran, konflikter, kriser och kommunikation. Enskilt stöd, rådgivning eller familjesamtal. Gäller föräldrar med barn upp till 20 år.

Kontakt: 08-530 623 60 (må-fr klockan 9.00 -12.00)

Familjerådgivning

Familjerådgivningens har terapeutsikt utbildad personal som kan hjälpa till med kommunikations- och relationsproblem för er som vuxna. Det förs inga journaler och är extra sekretesskyddat. Man kan vara anonym.

Samtalen är 90 min lång och kostar 250kr/tillfälle.

Som medborgare i tillhör man Huddinge kommuns familjerådgivning (dock inte de alternativ som finns för Huddinges medborgare)

Kontakt: 08-535 300 00, e-post: huddinge@huddinge.se

Evenemang

Under vår och höst arrangeras anhörigkvällar med föreläsningar eller prova på aktiviteter. På nästa sida ser du hösten program

Anhörigkvällar i oktober

Anhörigkvällarna är kostnadsfria. Det kommer finnas kaffe, frukt och godis.

11/10

kl. 17.00- 18.45 yogainstruktör Cia Sederlin kommer att berätta om Mediyoga som en avslappningsmetod för att minska stressnivåer. Cia ger tips på olika övningar.

kl. 19.00- 19.30, anhörig Ingemar Karlsson talar om anhörigskapet i vardagen.

12/10

kl. 17.00–19.00, föreläsning av Susanne Suvanto som är regeringens särskilda utredare i äldrefrågor. Susanne arbetar för att förbättra äldreomsorg, hon har skrivit böcker om bemötande av äldre med psykisk ohälsa och om etiska dilemman. Hon kommer att tala om äldreomsorgen ur ett anhörigperspektiv.

Plats: Folkets hus, Hallunda

Anmälan: anhorigstod@botkyrka.se (antal personer, namn och mobilnummer)

Kontakt: 070-886 15 22

Senast 20 september vill vi ha din anmälan.

Anhörigstöd via bistånd

Du som vårdar din närstående hemma kan få hjälp med avlastning från äldreomsorgen. Stödet finns för att du ska kunna vila upp dig och få möjlighet till lite egen tid. Du och/eller din närstående betalar en avgift sådana insatser. Hur mycket det kostar beror på inkomst och hur mycket hjälp ni får. Du kan ringa till Kontaktcenter och fråga efter en avgiftshandläggare för mer information.

Anhörigstöd i form av bistånd ansöker du och din närstående om hos en biståndshandläggare.

Använd blanketten eller e-tjänsten "Ansökan om bistånd enligt socialtjänstlagen, SoL" kan göras via elektronisk blankett på hemsidan, via telefon 08- 530 610 00 eller hos ditt medborgarkontor.

a) Korttidsboende/växelvård på ett vård- och omsorgsboende

Om din närstående behöver extra omsorg tillfälligt kan han eller hon få korttidsplats eller växelvård på ett vård- och omsorgsboende. Omsorgen kan man få vid ett enstaka tillfälle (korttidsboende) eller vid flera återkommande tillfällen under en längre period (växelvård). Korttidsboende/växelvård kan din närstående få om du är tvungen att resa bort tillfälligt eller om du behöver återkommande perioder av avlastning. Det kan också handla om att din närstående är mycket svag och behöver extra omsorg efter en sjukhusvistelse.

b) Dagverksamhet

På dagverksamheten kan din närstående få komma iväg en stund, träffa andra och vara med i olika aktiviteter. Dagverksamheten kan man besöka en till fem gånger i veckan beroende på behov. Det går också att få hjälp med resor till och från dagverksamheten.

c) Hemtjänst – avlösning i hemmet

Om du har en mycket påfrestande vårdssituation, kan hemtjänsten ta över vårdansvaret för din närstående under dag- kvällstid eller helger, så att du kan få egen tid utanför hemmet. Avlösningen är avgiftsfri upp till 15 timmar/månad.

d) Hemtjänst – hjälp med vardagssysslor

För att underlätta situationen hemma kan du som vårdar få hjälp med vardagssysslor som städ, tvätt eller annan skötsel av hemmet. Hjälpen får du av hemtjänsten.

God man

Behöver din närstående hjälp att sköta sin ekonomi/egendom. Då kan hen ansöka om att få en god man eller förvaltare utsedd. Den som på grund av ålder, sjukdom eller funktionshinder behöver hjälp att ta hand om din ekonomi, sörja för sin person eller bevaka sina rättigheter och skyldigheter i samhället, kan få en god man.

Att ha god man är frivilligt. Det är överförmyndarnämnden som gör en utredning om vilken hjälp din närstående behöver. Sedan är det tingsrätten som beslutar om du kan få god man. **Du eller dina anhöriga kan ansöka om god man för dig.** Den gode mannens uppdrag kan innehålla tre delar:

- **Förvalta egendom** – din ekonomi. Att se till att dina räkningar betalas, att du har rätt försäkringar, att du har fickpengar och ditt kapital förvaltas på ett tryggt sätt för dig. Den gode mannen kan ta hand om hela ekonomin eller vara ett stöd för dig att sköta den själv.
- **Bevaka rätt** – dina rättigheter och skyldigheter i samhället. Till exempel att ansöka om färdtjänst eller bostadsbidrag, överklaga beslut, eller att företräda dig i dödsbo.
- **Sörja för person** – att se till att du får den vård- och omsorg du behöver och har rätt till. Till exempel att du har rätt boende, daglig sysselsättning, hemtjänst och att dina läkarbesök blir bokade.

Det är bara de angelägenheter din närstående inte kan sköta själv som den gode mannen tar hand om.

Att vara god man är ett ideellt uppdrag som utförs av personer som vill göra en insats för sina medmänniskor. De har rätt till viss ekonomisk ersättning som betalas av dig eller av kommunen. Gode män kontrolleras alltid noga av överförmyndarnämnden. Den gode mannen kan vara en anhörig, någon du känner eller en utomstående. Om du inte själv har någon god man att föreslå, kan överförmyndarnämnden utse någon åt dig. I varje kommun finns en överförmyndare eller en överförmyndarnämnd. Haninge kommun har i samverkan med Botkyrka, Huddinge, Nynäshamn och Tyresö en gemensam nämnd, Södertörns överförmyndarnämnd. Nämndens huvuduppgift är att utöva tillsyn och kontroll över förmynderskap, godmanskap och förvaltarskap. Om du har frågor om god man, eller vill kontakta en handläggare kan du kontakta Södertörns överförmyndarnämnd.

Kontakt: 08-606 70 00 eller overformyndaren@haninge.se

Synpunkter, klagomål, överklagan

Kommunen

Har du synpunkter på kommunens service eller tjänster? Detta uppskattas av kommunen. Dina åsikter är värdefulla för kommunen. De hjälper kommunen att utveckla och förbättra kommunens verksamhet. Du ska få en bekräftelse på att din synpunkt mottagits inom 10 arbetsdagar.

Din synpunkt skickas till den verksamhet som synpunkten handlar om. Du får en bekräftelse på att vi har tagit emot den och besked om vart den har skickats inom 10 arbetsdagar om du lämnar dina kontaktuppgifter.

Alla inkomna synpunkter registreras och följs upp. Även dina personuppgifter registreras i vårt datasystem och blir därmed en offentlig handling. Du kan också välja att vara anonym. Men då kan vi inte nå dig med besked.

Du kan få hjälp på medborgarkontoren med att skriva in synpunkten i webbformuläret.

Du kan också ringa 08-530 610 00 eller skriva brev (eller gratis synpunktskort) till Botkyrka kommun på postadress:

Botkyrka kommun, 147 85 Tumba. Märk brevet "Synpunkt". Det går också bra att lämna din synpunkt i kommunalhusets reception.

Du även använda dig av vår app om du vill lämna en synpunkt. Sök efter "Botkyrka kommun" i din app-butik.

Överklaga kommunens beslut

Om du inte är nöjd med det beslut som kommunen har fattat om insatser enligt socialtjänstlagen (SoL) eller lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade (LSS) kan du överklaga vissa beslut till domstol. Du kan bara överklaga beslut som rör dig själv. Exempel på sådant som kan överklagas är beslut om:

- Avslag på ansökan om bistånd enligt socialtjänstlagen (SoL) – oavsett om ansökan har avslagits helt eller delvis.
- Avslag på begäran om insatser enligt lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade (LSS).
- Avgift för hemtjänst och äldreboende.

Om kommunen har fattat ett beslut som du inte är nöjd med har du rätt att få beslutet skriftligt. Kommunen ska informera dig om hur du gör för att överklaga.

Klaga på insatsernas utförande

Alla kommunala och privata verksamheter ska ta emot klagomål och synpunkter. Hos ansvariga för den verksamhet det gäller, eller hos din handläggare på kommunen, kan du få reda på var du kan lämna ditt klagomål eller dina synpunkter.

Inspektionen för vård och omsorg (IVO)

Tycker du det finns allvarliga brister eller missförhållanden i socialtjänstens verksamheter eller i insatser enligt LSS? Vill du uppmärksamma IVO på förhållanden inom socialtjänstens verksamheter? Då kan du höra av dig till IVO.

IVO har ingen skyldighet att utreda allt som anmäls utan avgör självständigt om det finns skäl att göra tillsyn. Bedömningen sker bland annat utifrån det som enskilda personer anmäler men också utifrån andra uppgifter som IVO kan ha om verksamheter. En tillsyn kan inledas omgående, eller kan ske senare, beroende på hur IVO bedömer de uppgifter som finns.

Alla uppgifter som lämnas till IVO om verksamheter registreras och kan användas när IVO planerar vilka tillsyner som ska genomföras. Om du anmäler något till IVO kommer du att få besked om hur IVO kommer att hantera de uppgifter du lämnar.

Vem som helst kan lämna uppgifter om brister och missförhållanden, eller lämna synpunkter i övrigt. Det gäller oavsett om du själv är berörd, om du är närstående eller om du på annat sätt känner till brister i en verksamhet.

Om du ska anmäla brister eller missförhållanden eller lämna tips och synpunkter om verksamheter kan du göra det via vår e-tjänst. Du kan även göra en anmälan via pappersblanketten eller ringa 010-788 50 00.

3. Anhörigstöd via landstinget

Inom hälso- och sjukvården erbjuds anhörigstöd som t.ex. utbildningar, gruppträffar och samtal. Utbudet varierar från verksamhet till verksamhet. Nedan ser du exempel på verksamheter som erbjuder stöd till anhöriga.

Prima barn- och ungdomspsykiatri

Prima arbetar på landstingets uppdrag. All kontakt är kostnadsfri. Föräldrar och anhöriga till barn och ungdomar som utreds för funktionsnedsättning eller behandlas för ångest respektive depression, erbjuds särskild utbildning/information om diagnos, förekomst och behandling/bemötande. På Prima kallas dessa utbildningsträffar;

- **ASTA (information om autismspektrumdiagnoser)**
- **PIA (Information om ADHD)**
- **Information om ångest**
- **Information om depression**

Prima Botkyrka erbjuder även utbildning/stöd för föräldrar till barn med utagerande och/eller trotsigt beteende (Komet). Utbildningen omfattar 10 träffar och fokuserar på alternativ kommunikation.

Telefonrådgivning under mottagningens öppettider.

Telefon 08-580 07 100 eller botkyrka@prima.se

Vuxenpsykiatri

För dig som är anhörig till person med psykiatrisk diagnos, finns möjlighet att kontakta mottagning/enhet för information och stöd. Kontakta aktuell mottagning för att höra vad de kan erbjuda.

På grund av patientsekretessen får man inte diskutera din närståendes behandling med dig utan ett samtycke från din närstående. Om din närstående samtycker kan du även vara med på möten som gäller hans vård/behandling.

Vill din närstående inte att du ska vara delaktig i hans behandling så får vården inte dela patientspecifik information med dig, men ofta kan man ge allmän information (tex om diagnos och behandling). För att du ska kunna ta del av anhörigstödsprogram krävs att din närstående är patient i verksamheten.

Om du själv mår psykiskt dåligt men inte sökt hjälp, kan du vända dig direkt till vår utredningsenhet (08-585 849 20) söka via din vårdcentral/husläkare.

Kuratorsenheten på Karolinska Universitetssjukhuset

När en närstående drabbas av sjukdom eller olycksfall känner man som anhörig ofta oro och ställs inför praktiska frågor som behöver lösas eller diskuteras. Kuratorer erbjuder stödkontakt och vid behov hjälp i praktiska frågor. För vissa diagnoser finns även samtalsgrupper för anhöriga.

Inom Karolinska universitetssjukhuset finns en särskild kuratorenhet dit man som anhörig kan vända sig för samtalsstöd. **Du behöver en remiss från din närståendes läkare på sjukhuset.**

Samtal under kortare och längre tid är ofta till hjälp i en svår situation och många gånger en förutsättning för att patienten ska tillfriskna eller kunna få rätt stöd hemma.

Psykoterapi på psykodynamisk, kognitiv och systemterapeutisk grund kan erbjudas i vissa fall. För mer information kontakta Socialt arbete inom hälso- och sjukvård.

Habiliteringen

På ett habiliteringscenter kan man få råd, stöd och behandling till barn och vuxna med funktionsnedsättning. Barnet eller den vuxna kan till exempel ha rörelsenedsättning, autism eller intellektuell funktionsnedsättning. Vi ger även råd och stöd till anhöriga och nätverk, så som personal i förskola, skola, gruppbostad och personlig assistent. Det kostar inget att få insatser från habiliteringen.

Det finns habiliteringscenter som vänder sig till barn till och med 17 år och habiliteringscenter som vänder sig till vuxna från 18 år och uppåt. Några vänder sig till alla åldrar.

Olika insatser

Stöd till anhöriga kan vara utbildning, rådgivning och information om funktionsnedsättningar, samhällets stöd, lagar och regler. Det kan också vara samtalsstöd i grupp eller enskilt, eller möjligheten att träffa andra i liknande situation. Habiliteringen erbjuder rådgivning per telefon och möjlighet att besöka verksamheter med inriktning på att hjälpa och vägleda

Lokala center

Alla habiliteringscenter har ett angivet upptagningsområde. Det innebär att centret har bra kunskap om dessa kommuner/stadsdelar och personalen kan samarbeta med andra vårdgivare och kommunen/stadsdelen. Botkyrka tillhör Habiliteringen i Flemingsberg (0-17år) och Tullinge (17 år-). Man kan välja ett annat center, men då finns till exempel inte samma möjlighet att göra hembesök eller att besöka skola eller daglig verksamhet. Habiliteringscentret har inte heller samma kunskaper om lokala förutsättningar i patientens kommun/stadsdel. Om du vill diskutera för- och nackdelar med olika val av habiliteringscenter, kontakta det habiliteringscenter du önskar få insatser från.

Hit kan du vända dig

Alla habiliteringscenter och några övriga verksamheter ger möjlighet att få tala med någon som kan mycket om anhörigas situation. Det erbjuds även föräldrakurser regelbundet. Om du känner ett behov av ett fördjupat stöd finns möjlighet att söka tidsbegränsad

psykoterapeutisk hjälp via kris- och samtalsmottagningen. Nedan kan du se vilka center som har särskilt fokus på anhöriga. De flesta ligger på Rosenlunds sjukhus, Södermalm.

ADHD-center

Asperger-center

Autism-center

Forum Funktionshinder

Kris- och samtalsmottagningen (Sabbatsbergs sjukhus)
Tel. 08-123 351 00 (Må, on, to, fredag 09.00-15.00)

Stockholm Center för Kommunikativt och Kognitivt stöd (StoCKK)

Spädbarnsverksamheten Tittut

För barn och ungdom (0-17)

Flemingsberg Barn

Telefon: 08-123 356 00 (Må-fr 08.00-15.00)
E-post: hcflemingsberg@sll.se

*Röntgenvägen 3 (Hiss till plan 10)
141 52 Huddinge*

Box 4106, 141 04 Huddinge (Ingång för rullstol och barnvagn på Röntgenvägen 3 B).

För vuxna

Du som har en neuropsykiatrisk diagnos, är anhörig eller arbetar inom området kan vända dig till vägledare Åsa Strandberg. Vägledaren kan ge information och samtala om diagnoserna och om stöd inom till exempel skola, arbete, vård och omsorg. Det arbetar även tre kuratorer på HC Tullinge.

Tullinge HC

08-123 357 40 (Må – fr. kl. 8.30 - 15.30) hctullinge@sll.se
*Römossevägen 25
146 31 Tullinge, Plan 3*

Vägledare och socionom

Vägledare kan svara på frågor om insatser från vård och samhälle. När vägledaren inte kan svara i telefon, finns möjlighet att tala in ett meddelande.

Åsa Strandberg	08-123 350 16 (Fr. kl. 9.00-16.30)
Mikael Hjalmarson (förvävad hjärnskada)	08-123 350 11 (må & fr. kl. 9.00-11.00, on kl. 13.00-15.00)

Kuratorer på Tullinge för vuxna

Marianne Jakobsson	08-123 357 63
Lilian Hall	08-123 357 64
Johan Köhn	08-123 357 65

Vårdcentraler

I Botkyrka finns sex vårdcentraler. Samtliga har kurator och/eller psykolog. Du kan som anhörig vända dig till din vårdcentral för att söka eget stöd enskilt eller i grupp. Utbud varierar mellan vårdcentraler, kontakta för mer specifik information. Kostnaden regleras av högkostnadsskyddet.

Alby vårdcentral	tel. 08-123 422 00
Fittja vårdcentral	tel. 08-123 428 00
Hallunda vårdcentral	tel. 08-123 423 31
Storvretens vårdcentral	tel. 08-530 677 00
Tullinge vårdcentral	tel. 08-123 424 00 (knappval 1)
Tumba vårdcentral	tel. 08-123 427 00

4. Försäkringskassan

Närståendepenning

Vid vård och omsorg av en närstående kan du som anhörig ansöka om en tidsbegränsad ekonomisk ersättning. Beloppet är begränsat i storlek och tid. Kontakta försäkringskassan för mer information.

Vårdbidrag

Du kan få vårdbidrag från att barnet är nyfött **till och med juni det år som barnet fyller 19 år**. Det behövs oftast ett läkarintyg. Du kan som förälder få vårdbidrag om;

- du vårdar ett barn med funktionsnedsättning eller långvarig sjukdom
- barnet behöver mer tillsyn och vård än ett barn utan funktionsnedsättning och kommer behöva det i minst sex månader
- du är försäkrad i Sverige.

Vård kan vara både direkta vårdinsatser som du gör för ditt barn, men också annan hjälp som till exempel hjälp med:

- särskild träning
- att upprätthålla rutiner och struktur
- att aktivera och motivera ditt barn.

Det som räknas som tillsyn är att ditt barn kan behöva tillsyn på grund av att det annars kan rymma, hitta på farliga saker, råka ut för eller orsaka olyckor med mera. Tillsynen behöver inte bara vara att du aktivt behöver avstyra situationer som är farliga för barnet utan det kan också vara så att du exempelvis behöver finnas tillgänglig i fall något händer när barnet är i skolan.

Det finns två olika ersättningar du kan få. Du kan dels ansöka om vårdbidrag för vård och tillsyn samt merkostnader. Om man ansöker om vårdbidrag och har merkostnader överstigande 8064kr/år kan man få skattefrihet på en del av vårdbidraget.

Beloppet avgörs via bedömning.

Ring försäkringskassan för mer information 0771-524 524.

4. Ledighet från arbete

Vård av närstående

Som anställd har du rätt till hel ledighet för vård av närstående om du har hel närståendepenning från försäkringskassan. Detta regleras i socialförsäkringsbalken, kap 47. Ledighet begränsas därmed av närståendepenningen.

Trängande familjeskäl

Du har även rätt till ledighet för "trängande familjeskäl", vilket betyder sjukdom, eller olycksfall som är så pass allvarligt att du behöver vara hos din närstående. Det finns ingen definition i lagen som kräver någon särskild typ av släktband eller relation. Detta är reglerat i lag och kollektivavtal. Längden på ledigheten kan skifta mellan olika arbetsgivare.

Ta reda på hur just ditt kollektivavtal ser ut. Fråga ditt skyddsombud eller en facklig företrädare om du är osäker.

6. Ideellt anhörigstöd

I Botkyrka finns flera ideella verksamheter som vänder sig till anhöriga, Röda Korset, Hela Människan, Attention, FUB, SPES. Nedan kan du läsa mer om dessa verksamheter.

Röda korset

Röda Korset erbjuder bland annat verksamheter som vänder sig till äldre och till personer som stödjer/vårdar en anhörig.

Handarbetsgrupp

Tid: måndagar mellan 12-14

Plats: Ljusets kyrka, Hallunda.

Kontakt: Anne-Marie Rudolf botkyrkakretsen@gmail.com

a) Samtal kring kaffebordet.

Kaffebordet är dukat på Mötesplats Kupan. Ingen anmälan behövs. Programmet är varierat. Ibland kommer någon och berättar, filmvisning, ibland är det spontana samtal vid bordet.

Tid: Torsdagar kl. 13-15.

Plats: Möteplats Kupan, Tuna Torg.

Kontakt: Anne-Marie Rudolf botkyrkakretsen@gmail.com

b) Anhöriggrupp vid psykisk ohälsa och neuropsykiatrisk funktionsnedsättning

I samverkan med socialförvaltningen, Botkyrka kommun arrangeras gruppträffar. (Se kommunens information)

c) Bussutflykter (sommaren)

I juni, juli och augusti ordnar Röda Korset i samverkan med Botkyrka kommun bussutflykter för anhöriga och äldre till trevliga platser.

Du kan hitta mer information på vår hemsida eller via ditt medborgarkontor.

Som resenär betalar du ett förmånligt paketpris som täcker resa, lunch, eventuellt inträde/entreavgift och/eller guidning.

Hela Människan

Hela Människan, Huddinge-Botkyrka-Salem har funnits sedan 1980 med uppgiften att bedriva kyrkornas gemensamma sociala arbete.

Verksamheten baseras på relationsarbete och stödjande arbete i ett vardagssammanhang, en relationsmodell där människan är viktigast. Med utgångspunkt i det friska och fungerande arbetar hela människan med att synliggöra möjligheterna att växa som människa och bistå i att förmedla hopp inför framtiden. Nedan ser du gällande utbud;

Grupp för vuxna anhöriga.

Programmet löper över tio träffar som sker med start i oktober. Olika tema för varje träff och materialet baseras på programmet Leva- inte bara överleva. Kostnaden är 400 kr/person.

Tid: tisdagar klockan 17.30 - 20.00

Plats; Hela Människan, Gröndalsvägen 20 B, Tumba centrum (Bredvid Komvux).

Kontakt: 08- 535 709 46, Harriet Holmgren, Konsulent på Hela Människan

Anhörigprogram för barn och tonåringar (brytpunkten)

Fokus är anhörigskap vid psykisk ohälsa och missbruk. Avgiftsfritt.

Kontakt: 08- 535 709 46, Harriet Holmgren, Konsulent på Hela Människan

Väntjänsten

Väntjänsten är en ideell förening som vänder sig till dig som är äldre och som behöver stöd eller sällskap både inom- och utomhus.

Verksamheten besöker även ensamma äldre personer i eget boende och där ordnar den som hjälper och den som önskar hjälp upp sinsemellan vad och i vilken utsträckning.

Föreningens tjänster är gratis.

Är du intresserad och vill veta mer? 072-596 69 10, kl. 09-11 månd- torsd (stängt under sommar och jul).

Attention

Föreningen Attention är inriktad på personer med neuropsykiatriska diagnoser och deras anhöriga. Det finns ett särskilt forum för anhöriga på nätet.

Lokalföreningen för Huddinge Botkyrka Salem har medlemsträffar första (helgfria) måndagen varje månad i Huddinge, i Rådsalen vid Fullerstatorget, med uppehåll juli och augusti.

Anhörigträffar

För dig som är förälder till barn med diagnos

Tid: första onsdagen varje månad.

Plats: Skogsängskyrkan i Rönninge.

Kontakt: Anders Pemer, 076-769 15 10

Lokalföreningen prioriterar att hålla föreningen och dess naturliga kärnverksamhet igång, dvs. ett grundutbud av regelbundna medlemsaktiviteter och att vara delaktiga i olika brukarråd i våra kommuner.

Anhörigas riksförbund (ANR).

Anhörigas Riksförbund är en partipolitiskt och religiöst obunden organisation som stödjer anhöriga och anhörigvårdare oavsett ålder, kön eller diagnos hos den som vårdas.

Det finns ingen lokalförening i Botkyrka, men är du intresserad av att starta upp en sådan kan du kontakta kansliet i stockholm.

ANR erbjuder bland annat föreläsningar, telefonjour och studiecirkel t.ex. "När jag inte längre är med" – förberedelser och funderingar inför framtiden. Studiecirkeln är ett sätt för föräldrarna att närma sig frågan om framtiden och få samtala med andra i liknande situation. Studiecirkeln ger också kunskap och information vilket kanske kan bidra till att man kan känna sig något tryggare.

Det har skapats en särskild levnadsberättelse som ingår i materialet. Detta kan föräldrar använda för att själva få beskriva sitt vuxna barn för att på så sätt kunna förmedla det som känns viktig för omgivningen att känna till. Syftet är att barnet ska bli bemött med värme och respekt

Kontakt: 010-155 70 60

FUB (föreningen för barn, unga och vuxna med utvecklingsstörning).

Välkommen till FUB Botkyrka-Salem är en intresseförening för personer med utvecklingsstörning och anhöriga. På föreningens hemsida kan du läsa om aktiviteter och annat som händer inom föreningen.

Medlemmarna är personer med utvecklingsstörning, deras anhöriga och andra intresserade. FUB arbetar för att barn, ungdomar och vuxna med utvecklingsstörning ska kunna leva ett gott liv. FUB bevakar kommunala frågor som berör verksamhetens medlemmar. Allt arbete är ideellt. Styrelsen idag består av föräldrar till barn/unga vuxna med olika funktionshinder.

Kontakt: 070-530 68 86 Mai Eriksson, e-post: mai.eriksson@ioqt.se

SPES

Spes är en intresseförening för anhöriga som mist någon pga. självmord. I Sverige dör varje år drygt 1500 personer genom suicid (självmord). Ofta finns ett behov att prata med någon om det. Föreningen är nationell med lokalföreningar. Verksamhetsansvariga i SPES

Botkyrka är själva anhöriga. Vid gruppträffar är det frivilligt att prata och dela med sig och samtliga som deltar har tystnadsplikt

Kontakt:

Ann Sporrstedt 0709-431 766 Mail: ann.sporrstedt@hotmail.com

Eva Wedberg 070-395 48 19 Mail: eva.wedberg51@gmail.com

Demensföreningen

Demensföreningen arbetar för att sprida kännedom om olika demenssjukdomar, symptom, bemötande och förhållningssätt till stöd för demenssjuka och deras anhöriga. Se mer på hemsidan.

Föreningen erbjuder fördjupad kunskap om demenssjukdomar och hur den som drabbas påverkas medicinskt, mentalt och socialt. Föreningen ger även stöd och information till anhöriga.

Demensföreningen medverkar med information vid anhörigmöten på gruppboenden, sjukhem och dagvårdsverksamheter samt vid utbildning av vårdpersonal.

Föreningen anordnar bland annat föreläsningar och anhöriggrupper. Programmet för hösten 2017 ser du nedan:

Föreläsningar

Tisdag den 19/9
Tid 14.00 -16.00

Program ej fastställt.

Tisdag den 10/10
Tid 14.00 -16.00

"Skapa lust till måltid"
"Demens och sexualitet ur ett bemötandeperspektiv"
Föreläsare: Viktoria Axzell och Lotta Roupe, båda är Undersköterskor och Silviasystrar

Tisdag den 7/11
Tid 14.00 -16.00

"Råd till Dig som möter personer med demenssjukdom"
Föreläsare: Med.dr/Fil.mag Margareta Skog

Tisdag den 5/12
Tid 14.00 -16.00

"Adekvat bemötande ger högre livskvalitet"
Föreläsare: Beata Terziz, neuropsykolog

Gruppträffar

Syftet med gruppträffarna är att ge anhöriga/närstående möjlighet att möta andra i samma situation, att utbyta erfarenheter och stödja varandra. Under hösten 2017 anordnas tre grupper;

Grupperna träffas 6 gånger varannan tisdag eller onsdag på Demensföreningens expedition Bolinders plan 1, 1 tr ned i Serafens äldreboende.

Daggruppen träffas kl.11.00-13.00.

Kvällsgruppen träffas kl.18.00-20.00.

Grupp 1. Anhöriga/närstående till personer 65 eller äldre med demenssjukdom. Dagtid.

Grupp 2. Anhöriga/närstående till personer 65 år eller äldre med demenssjukdom. Kvällstid.

Grupp 3. Anhöriga/närstående till personer under 65 år med demenssjukdom. Kvällstid.

Kontakt: 08-658 61 11 eller e-post: info@demensforeningen-sthlm.com

Ideella telefonjourer

Behöver du råd och stöd i din situation som anhörig? Har du frågor om dina rättigheter? Vill du prata med en medmänniska?

Anhöriglinjen Anhörigas Riksförbunds **0200-239 500**
måndag, tisdag, torsdag och fredag
10.00–12.00, 13.30–15.00, onsdag 19.00–21.00

Hassela helpline (Missbruk), kl 9-15 **0200-220 555**

Bris (barn-ungdom) **0200-230 230**

Bris vuxentelefon (om barn) **077-150 50 50**

Nationella Hjälpelinjen (allmän) (kl 13-22) **020-22 00 60**

Äldretelefonen **020-22 22 33**

Alkohollinjen **020-84 44 48**

Alla kvinnors hus **08-644 09 20**

Amningshjälpen **013-424 94**

Anonyma alkoholister	08-720 38 42
Brottsofferjouren	020-021 20 19
Cancerfonden	020-59 59 59
Dopingjouren	020-546 987
Föräldratelefonen	020-85 20 00
Anhöriga till sexuellt utnyttjade barn.	08-644 21 12
HBT-jouren	0771-66 67 68
Hörsellinjen	0771-888 000
IOGT-NTO:s Alkoholrådgivning	020-80 80 80
Jourhavande kompis	020-222 444
Jourhavande medmänniska	08-702 16 80
Kvinnofridslinjen	020-50 50 50
Kyrkans jourtjänst	031-800 650
Noaks ark – Aidsjouren	020-78 44 40
Preventell	020-66 77 88
Rädda barnens föräldratelefon	020-786 786
RFSL:s Brottsofferjour	020-34 13 16
Röda korsets telefonjour	0771-900 800
Rsci – Riksföreningen stödcentrum mot incest	08-696 00 95
Stödlinjen för spelberoende och anhöriga	020-81 91 00
Stödtelefon för män	08-30 30 20
Systerjouren Somaya Våldsutsatta kvinnor med utländsk eller muslimsk bakgrund. Stöd på flera språk.	020-81 82 83
Terrafem För kvinnor som blivit utsatta för våld	

eller trakasserier. Stöd finns på flera språk.

020-52 10 10

Demenslinjen Må-fr kl. 10.30-12.30.

08-658 61 11

6. Litteratur

Socialstyrelsen. Anhöriga som ger omsorg till närstående. Omfattning och konsekvenser. Stockholm 2012.

Socialstyrelsen. Stöd till anhöriga. Vägledning till kommunerna för tillämpning av 5 kap. 10§ Socialtjänstlagen. Stockholm 2016.

Winqvist, M. Samtalets betydelse som anhörigstöd. Kunskapsöversikt, Nationellt kompetenscenter anhörig (NKA) 2011:1.

Winqvist, M. Individualisering, utvärdering och utveckling av anhörigstöd. Kunskapsöversikt, NKA, 2016:4

Brooker, D. Person Centered Dementia Care. Making service better. University of Bradford. London 2007.

Antonovsky, A. Hälsans mysterium. Natur och Kultur. Stockholm 2005.

Socialstyrelsen. Nationella riktlinjer för vård och omsorg vid demenssjukdom- stöd för styrning och vägledning. Stockholm 2010.

Anhörighandboken (demensföreningen)

8. Bilagor

Samtycke till kontaktuppgifter

Namn (text): _____

Adress: _____

Mobilnummer/telefon: _____

Jag samtycker till att ovanstående uppgifter får förvaras och användas till utskick av information från anhörigstödet, vård- och omsorgsförvaltningen i Botkyrka. Uppgifterna kommer att förvaras i låst utrymme. Jag kan när som helst välja att radera mina uppgifter. Kontakt tas då med anhörigsamordnare.

Namn-teckning: _____

Skicka till:

Anhörigsamordnaren

Botkyrka kommun

Vård- och omsorgsförvaltningen

Samaritvägen 6

14785 Tumba