

Vill du delta i en anhörigcirkel?

VÄLKOMMEN!

Är du anhörig till en närstående som fått demensdiagnos?

I Upplands Väsby kommun anordnas varje vår och höst anhörigcirkel. Syftet med dessa är att anhöriga ska få möjlighet att träffa andra i samma situation och känna stöd och gemenskap. Syftet är även att deltagarna ska få en ökad förståelse för de processer man som anhörig kan ställas inför i den förändrade livssituationen och hitta nya förhållningssätt.

DATUM OCH TIDER

Datum: Torsdagar 13/9, 20/9, 27/9 och 4/10 och 11/10.

Tid: Förmiddagsgrupp 10:00-12:00

Eftermiddagsgrupp 13:00-15:00

Lokal: Kommunhuset plan 3, Dragonvägen 86 (Väsby Centrum).

Max 8 deltagare per grupp.
OBS! Föranmälan krävs.

PROGRAM

Som studiematerial kommer ni att få Ulla Assarssons bok, Ett långsamt farväl – om en relation i nöd och lust med Alzheimer. Denna bok kommer

även att vara utgångspunkt för våra träffar då vi kommer att reflektera och samtala kring följande områden:

- Första tillfället: Presentation och genomgång av upplägget.
- Andra tillfället: Om tankar och känslor.
- Tredje tillfället: Om sorgeprocessen och reflektioner om var du befinner dig.
- Fjärde tillfället: Om relationer och reflektioner kring din situation.
- Femte tillfället: Om dig som anhörig och reflektioner om vem du är och hur du går vidare?

OBS! Om det är svårt att lämna Din närstående ensam under anhörigcirkeln kan ansökan om avlösning göras. Avlösningen är kostnadsfri under de tillfällen ni går cirkeln. Ansökan görs hos biståndshandläggaren inom äldreomsorgen som nås enklast via Väsby Direkt på 08-590 970 00.

Föranmälan sker senast den 3 september till:
Ann-Charlotte Tjernberg, anhörigkonsulent
Tel: 08-59097575 eller
ann-charlotte.tjernberg@upplandsvasby.se