

Vårens studiecirklar

Studiecirkeln är en sluten grupp om max. åtta anhöriga som träffas fem gånger tillsammans med två samtalsledare. Syftet med cirkeln är bl.a. att få träffa andra anhöriga som befinner sig i en liknande situation, få en ökad kunskap, att hitta strategier i vardagen osv. I gruppen är det den anhöriges välmående som är i fokus. Vi bjuder på fika! Deltagandet är kostnadsfritt och vi har tystnadsplikt.

Studiecirkel: inriktning psykisk ohälsa

Denna studiecirkel går på kvällstid, en kväll varannan vecka. Kontakta oss för intresseanmälan. Max 8 deltagare.

Datum: 10/3, 24/3, 7/4, 21/4, 5/5

Tid: 18-20

Plats: Svalegatan 4B, Svalöv

Studiecirkel: inriktning demens

Studiecirkeln går på dagtid, en dag varannan vecka. Kontakta oss för intresseanmälan och mer info.

Datum: start vid 6 st. anmälda deltagare

Tid: 10-12

Plats: Svalegatan 4B, Svalöv

Vid frågor om och intresse/anmälan till studiecirkelarna kontakta anhörig-samordnaren på tel. 0418-47 54 65, e-post: anhorig@svalov.se

Middagsträff

Datum: 23/4

Kl. 17-20

Anmälan: senast 20/4 till 0418-4754 65

Plats: Svalegatan 4B

Vi lagar middag tillsammans under lättsamma former. Begränsat med platser

Sommar-avslutning

Datum: 16/6

Kl. 12-1430

Plats: Finnstorp, fiskedammarna

Anmälan: senast 14/6 till 0418-4754 65

Vi grillar korv och går en tipspromenad.

Vid frågor hör av dig på tel. / e-post:

0418-47 54 65

anhorig@svalov.se

Svalövs kommun
Herrevadsgatan 10
268 80 Svalöv
Tel: 0418-47 50 00
E-post:
info@svalov.se
www.svalov.se

Egna anteckningar



SVALÖVS KOMMUN

Stöd till anhöriga



Photo: Mostphotos

Program våren 2026

Anhörigstöd - ett stöd för dig som vårdar

Välkommen till en ny vårtermin med Svalövs kommuns anhörigstöd! I programmet hittar du en rad evenemang som är riktade till dig som stöttar eller vårdar en närstående som är äldre, är långvarigt sjuk eller som har en funktionsnedsättning. Målet med de olika programpunkterna är att kunna erbjuda dig olika former av stöd och aktiviteter så att du ska må bra, få kraft, inspiration och hopp.

I vår satsar vi på välmående och olika sociala aktiviteter för att öka den sociala gemenskapen och minska ofrivillig ensamhet. Aktiviteterna genomförs i samarbete med bl.a. kommunens demenssjuksköterska, bibliotekarier psykiatrihandledare, fysioterapeuter mfl.

Anhörigprogrammet är ett levande program. Håll därför gärna ett öga på kommunens hem- och facebookside för uppdateringar, eller ring oss och fråga. Hoppas att du finner programmet intressant och att vi får se dig på de olika aktiviteterna!

Varmt välkommen!

Anna Helkama-Rågård

Anhörigsamordnare

Svalövs kommun

Tel: 0418-47 54 65

E-post: anhorig@svalov.se

P.s. Du kan alltid vända dig direkt till anhörigsamordnaren för råd, stöd eller personligt riktad information. Stödsamtalen är kostnadsfria, vi har tystnadsplikt och vi för inga journaler.

Program

Caféträffar för anhöriga

Temacafé

Varje temacafé har ett eget tema. Vi fikar och pratar utifrån temat. Ofta har vi en utomstående aktör som besöker caféet. Vi bjuder på fikar! Ingen anmälan.

Tid: 14-16

Plats: Svalegatan 4B, Svalöv

15/1 Café nystart

Vi pratar om våra förväntningar, förhoppningar, drömmar och planer för det nya året.

29/1 Kaffe och konst

Vi går och ser på månadens konstutställning på kommunhuset och fikar efteråt i anhörigstödet lokaler. Samling i kommunhusets reception.

12/2 Kaffe och musik

Kulturskolans elever håller en liten vinterkonsert varpå vi fikar tillsammans.

12/3 Shared reading med biblioteket
Vi fikar, läser och diskuterar en kort text under ledning av en bibliotekarie.

26/3 Påskfika
En traditionell påskfika.

16/4 Digitala hjälpmedel – vad är det?
Vi får en genomgång av vilka digitala hjälpmedel som finns att tillgå i kommunen.

7/5 Återhämtning för anhöriga
Vi får tips på hur man som anhörig kan få återhämtning. Vi får även prova på lite mindfulnessövningar.

28/5 Tips på sommarläsning
Bibliotekarien kommer med heta boktips till anhöriga.

Föreläsning

9/4 Vad räkas som våld i nära relation bland äldre?
Föreläsarna från Öppenvården berättar om vad som räknas som våld i nära relation. De ger även tips på vad man kan göra om man är utsatt och var man kan söka hjälp. Vi bjuder på kaffe!

Tid: 14 -16

Plats: Svalegatan 4B, Svalöv

Anmälan: Ja, senast 7/4.

Tel: 0418-47 54 65 / epost: anhorig@svalov.se