

Pårørende-netværket i Hillerød Kommune

August–december 2015

„Når et menneske rammes af en alvorlig kronisk eller livstruende sygdom, rammes hele familien og de nærmeste pårørende

(Citat: Foreningen: "Pårørende i Danmark", 2015)



Er du pårørende til en nær i Hillerød Kommune?

Få information, rådgivning og støtte gennem
pårørende-netværket



Den pårørende er en vigtig ressource, men det er en katastrofe hvis den pårørende selv bliver syg!

Pårørende-netværket:

Her får du viden om og vejledning i, hvordan man som pårørende bedst støtter en nær med alvorlig kronisk eller livstruende sygdom, samtidig med at du får indsigt i dine rettigheder og muligheder for støtte, både til din nære og til dig selv.

Hvem kan benytte sig af tilbuddet?

Er du pårørende til en ældre borger i Hillerød Kommune kan du benytte tilbuddet.



Personlige samtaler

Du kan aftale støttesamtaler med pårørendekonsulenten. Samtalerne sætter fokus på dig og din situation. Du får mere klarhed over problemerne og hvordan du mestrer dem.

Råd og vejledning

Du kan få vejledning og rådgivning samt evt. blive henvist til andre støttefunktioner, fx patientforeninger og aflastningstilbud. Du kan ringe, skrive eller blive henvist til pårørendekonsulenten.

Hjemmerådgivning

Er et tilbud om rådgivning i hjemmet i forhold til de udfordringer, man som pårørende til en kronisk syg nærtstående måtte opleve i hverdagen sammen med den sygdomsramte.



Pårørendegrupper august - december 2015

I en pårørendegruppe, ledet af pårørendekonsulenten, får du støtte og viden til at håndtere udfordringerne som pårørende eller efterladt. Der er også mulighed for at danne netværk og dele tanker og erfaringer med andre ligestillede.

Gruppe for pårørende til personer med Parkinson

Tidspunkt: Mandage kl. 10:00 - 12:00

Datoer: 21.sep. + 28.sep. + 5.okt. + 12.okt. + 19.okt. + 26.okt. + 2.nov. + 9.nov.

Pårørendegruppe for efterladte

(En gruppe for dig, som har mistet en nærtstående person)

Tidspunkt: Mandage kl. 15:30 - 17:30

Datoer: 5.okt. + 12.okt. + 19.okt. + 26.okt. + 2.nov. + 9.nov. + 16.nov. + 23.nov.

Gruppe for pårørende til personer med kræft

Tidspunkt: Onsdage kl. 14:00 - 16:00

Datoer: 21.okt. + 28.okt. + 4.nov. + 11.nov. + 18.nov. + 25.nov. + 2.dec. + 9.dec.

Fyraftensgruppe for pårørende til personer med demens

(En gruppe for dig, som stadig går på arbejde, eller som har svært ved at nå det i løbet af dagen)

Tidspunkt: Mandage kl. 18:00 - 20:00

Datoer: 26.okt. + 2.nov. + 9.nov. + 16.nov. + 23.nov. + 30.nov. + 7.dec. + 14.dec.

Fælles for grupperne:

Tilmelding til pårørendekonsulenten senest en uge før gruppestart.

Sted: Mødelokale 1, Bakkegade 23, 3400 Hillerød

(Det koster 10 kr. pr. gang for en let forplejning)



Café for pårørende og andre interesserede:

Et hyggeligt forum hvor der er foredrag/debat/dialog om vedkommende emner, som tager udgangspunkt i de almenmenneskelige forhold og udfordringer, man kan stå overfor som pårørende. Her kommer alle slags pårørende, såvel nuværende som potentielle, samt andre interesserede. Temaerne bliver annonceret på kommunens hjemmeside, i lokalbladene samt på Facebook.

Sted: Frederiksborg Centret, lokale 8, Milnersvej 39, 3400 Hillerød

Tidspunkt: Torsdage kl. 16.00 – 19:30 (forplejning gratis)

Datoer:

- d. 20. august (Stress, mindfulness og meditation)
- d. 17. september (Den betydningsfulde sorg)
- d. 01. oktober (En pårørendes fortælling).
- d. 12. november (Musik, hvad er det, og hvad kan den?)
- d. 03. december (Visitation og Hjælpemidler – et vigtigt led i kæden).

Tilmelding til pårørendekonsulenten er nødvendig senest 3 dage før, inden kl. 12.

Kontakt:

pårørendekonsulent

Inger Schrøder

Tlf. 72 32 80 33

E-mail: ischer@hillerod.dk



**HILLERØD
KOMMUNE**