



Sinulle joka tuet tai hoidat läheistäsi



Mark

Omaistuki

Omaistuki Markin kunnassa

Omaistuki on tarkoitettu sinulle, joka tuet tai hoidat läheistäsi, joka on 65-vuotias tai sitä vanhempi. Se, mitä tukea sinulla on mahdollisuus saada, riippuu tarpeistasi ja elämäntilanteestasi.

Saatat itse tarvita apua läheisesi sairastuttua

Usein läheisen hoitaminen on jatkunut jo pitkään ennen kuin omaisestaan huolehtiva huomaa tekevänsä vaativaa työtä, joka usein on ympärivuorokautista. Omaisena olet korvaamaton, mutta joskus myös sinä tarvitset tukea, omaa aikaa ja mahdollisuuden levätä.

Keskustelut

Olet tervetullut kääntymään puoleemme, jos haluat saada tietoa, neuvoja tai tukea. Voimme keskustella puhelimitse tai tavata toimitiloissamme, kodissasi tai vaikkapa yhteisen kävelyn merkeissä.

Keskustelut muiden vastaavassa tilanteessa olevien kanssa

Saat mahdollisuuden osallistua ryhmätapaamisiin muiden vastaavassa tilanteessa olevien kanssa. Tapaatte pienessä ryhmässä ja keskustellette ja tuette toisianne leppoisissa merkeissä. Tapaamisten yhteydessä annetaan myös tiedotusta ja koulutusta.

Omaa aikaa



Tarjoamme lomitusta sinulle, jolla on 65-vuotias tai sitä vanhempi läheinen, joka tarvitsee tukeasi suurimman osan vuorokaudesta. Sinun on ehkä vaikea jättää läheistäsi yksin vähän pidemmäksi aikaa. Lomituksen tarkoituksena on järjestää sinulle omaa aikaa, niin että voit huolehtia omasta terveydestäsi ja ehkäistä sairastumista.

Järjestämme omaisille myös terveyttä edistävää toimintaa, johon sisältyy virikkeitä ja rentoutumista. Toiminta on tarkoitettu ensisijaisesti 18 vuotta täyttäneille Markin kunnassa kirjoilla oleville henkilöille, jotka asuvat yhdessä henkilön kanssa, jota he tukevat.



Haluatko tietoa siitä, mitä
omaistukea juuri sinä voit saada?

Tervetuloa ottamaan yhteyttä meihin!

Yhteydenotot

Omaiskoordinaattori 0320-21 78 20 ja 0320-21 78 29

Sähköposti: anhorigstod@mark.se

www.mark.se

Socialförvaltningen, Marks kommun

Anhörigstöd, Kinnaborgsvägen 5, 511 57 Kinna