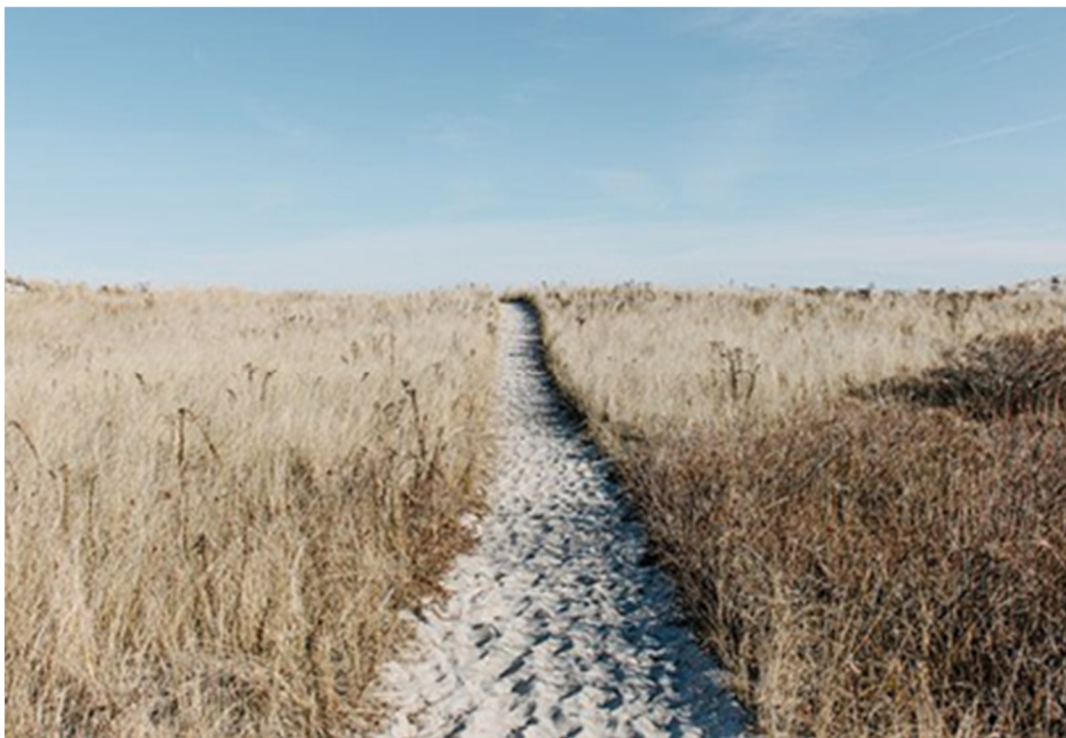




Er du pårørende?

..... til en nærtstående med alvorlig eller langvarig fysisk og/ psykisk sygdom...

Pårørendevejleder

Er du pårørende?

Når en af dine nærmeste bliver ramt af alvorlig kronisk eller længerevarende sygdom, kan **du** blive ramt af både praktiske og følelsesmæssige udfordringer.

Disse udfordringer kan være svære at stå alene med, og det kan derfor være rart med en at tale med.

I Syddjurs Kommune vil vi gerne støtte dig, som passer på andre. Derfor tilbyder vi hjælp via kommunens pårørendevejleder.

Hvordan?

Pårørendevejlederen tilbyder støtte og vejledning med udgangspunkt i din aktuelle situation.

Det kunne f.eks. være:

- Hvordan håndterer du hverdagen, tankerne, følelserne og forandringerne?
- Hvordan får du mere energi og overblik?
- Hvordan kommunikerer du med personale, familie og venner?



Du kan få støtte og vejledning uanset hvilken diagnose, der er tale om.

Pårørendevejlederen har tavshedspligt, og du kan være anonym.

Tilbuddet er gratis og kræver ingen lægehenviisning.

Hvem kan henvende sig?

Tilbuddet henvender sig til voksne pårørende, som er bosat i Syddjurs Kommune eller har en nærtstående, som er bosat i kommunen.

Pårørendevejlederen kan eksempelvis tilbyde:

- Vejledning i fht. andre relevante tilbud.
- Et kort, støttende og afklarende samtaleforløb.
- Pårørendegruppe med andre pårørende.

Formålet er at støtte dig i rollen som pårørende og sætte dig og dit liv i centrum.

Hvor?

- Vi kan tale sammen i telefonen.
- Vi kan mødes på Syddjurs' matrikler.
- Vi kan mødes der, hvor du kan lide at være – i naturen, hjemme eller gå en tur der hvor du ønsker.

Du kan også henvende dig, hvis du ønsker at mødes med andre pårørende.

Der sammensættes løbende gruppeforløb for pårørende flere steder i kommunen.

Børn

Når den pårørende er et barn, henvises der til kommunens familierådgiver på tlf. 87 53 53 80.

Vi støtter dig, som passer på andre!



Kontaktoplysninger:

Pårørendevejleder Mette Schramm Pedersen

Tlf. 30 45 29 64 / 87 53 51 82

- Telefontid: mandage kl. 12.00-14.00 og onsdage kl. 10.00-12.00

E-mail: mesp@syddjurs.dk

Hjemmeside: www.syddjurs.dk

