

# Stöd till dig som är anhörig



**Vårdar eller stödjer Du någon närstående? Gäller inte bara dig som är anhörig till en äldre person – det gäller alla anhöriga!**

Detta är en skrift om vilken hjälp du kan få.

Du behöver inte vara ensam.

Låt oss få stödja dig att bli en hållbar anhörig.

Du som anhörig eller annan person som hjälper en närstående kan själv behöva stöd.

Kontakta kommunens anhörigstöd för:

- råd och stöd i anhörigfrågor
- enskilt samtal där du/ni i lugn och ro får tillfälle att beskriva din/er situation
- hembesök
- information om vad kommunen har att erbjuda

Kontakta Bengt-Ola Mörtlund, 0978-120 63.