



Stöd till anhöriga

Stödjer, hjälper eller vårdar du någon i din närhet? Umeå kommun erbjuder olika former av stöd till dig som är anhörig utifrån din och din närståendes situation.

*Jag var tveksam när jag blev erbjuden
anhörigstöd, vilken tur att jag tackade ja!*

- citat från anhörig

Att stödja eller hjälpa en närstående kan på många sätt vara meningsfullt, men kan också vara svårt och kännas ensamt. Som anhörig är du ett ovärderligt stöd för den som behöver hjälp, men det är lätt att glömma bort sig själv när man hjälper någon annan. För att underlätta och förbättra din situation samt förebygga ohälsa kan du själv behöva stöd.

Anhörigkonsulenterna erbjuder stöd

Du kan få information, vägledning och enskilda stödsamtal utifrån den situation du befinner dig i. Anhörigkonsulenterna kan berätta om olika stödformer och även ge förslag på arrangemang och aktiviteter riktade till anhöriga. Anhörigkonsulenterna har tystnadsplikt. Stödet vänder sig till anhöriga vars närstående är vuxen och bosatt i eget ordinärt boende i kommunen.

Flexibel avlösning

Du som vårdar en närstående kan få avgiftsfri avlösning 25 timmar per månad utan biståndsbeslut. Stödet finns för dig som inte kan lämna din närstående ensam mer än korta stunder och ni är sammanboende.

Kontakt

Anhörigkonsulent
090-16 69 00
anhorigstod@umea.se