

Är du anhörig?

Anhörig- och kunskapscenter ger stöd till dig
som själv ger stöd

ANHÖRIG- OCH KUNSKAPSCENTER

www.norrkoping.se



NORRKÖPING

När jag har haft samtal om min situation känner jag mig stärkt när jag går härifrån.

Jag känner mig inte så ensam längre sedan jag gick med i en anhöriggrupp. Här har jag möjlighet att få sätta ord på förbjudna tankar och jag behöver inte alltid förklara allting.

Jag mår mycket bättre idag sedan jag fick verktyg för hur jag kan förhålla mig till min närståendes missbruk.

Hade jag inte haft den här gruppen hade jag varit sjukskriven. Bara vetskapen om att jag skulle få träffa gruppen hjälpte mig att må bra och känna glädje.

När familj och vänner behöver hjälp och stöd är du som anhörig ofta ovärderlig, men att vara den som hjälper kan ibland kännas tungt. Som anhörig kan du behöva stöd i din situation. Tid för dig själv, någon att prata med eller möjlighet att träffa andra i liknande situation.

Anhörig- och kunskapscenter finns till för dig som vårdar eller stöttar någon närstående och själv behöver stöd för att orka. Vi erbjuder kostnadsfria stödsamtal, samtalsgrupper, temakvällar och föreläsningar. Behöver du kontakt med andra verksamheter och föreningar kan vi hjälpa dig med information. Vi har tystnadsplikt.

Titta upp till oss spontant eller hör av dig på e-post eller telefon för att boka en tid för samtal. Vi finns på Drottninggatan 32, mitt i centrala Norrköping.

Anhörig- och kunskapscenter

Besöksadress: Drottninggatan 32, Norrköping

Öppettider:

Måndag–torsdag 09.00–16.00

Fredag 09.00–15.00

Kontakt:

Telefon: 011-15 54 30

E-post: anhorigstod@norrkoping.se

www.norrkoping.se/anhorigcenter

Vård- och omsorgskontoret

Vård- och omsorgskontoret i Norrköpings kommun erbjuder stöd, omsorg och omvårdnad i livets olika skeden. Oavsett ålder eller eventuella funktionsnedsättningar ska alla i kommunen ha samma möjligheter att utvecklas och känna sig delaktiga och jämlika. Med nya metoder och modern teknik skapar vi mer tid för mänsklig kontakt och omtanke, och ger människor större frihet att välja hur man vill leva sina liv.

VÅRD- OCH OMSORGSKONTORET

Adress: Lindövägen 5A

Tel: 011-15 00 00

www.norrkoping.se



NORRKÖPING