



**Program
februari-juni
2024**

Aktiviteter och stöd för dig som anhörig

**För dig som hjälper eller vårdar en
närstående över 65 år i Göteborgs Stad**

Anhörigstöd

Har du en närstående, yngre eller äldre, som på grund av sjukdom, missbruk, beroende, fysisk eller psykisk funktionsnedsättning är i behov av ditt stöd? Din närstående kan vara en familjemedlem, släkting, granne eller en god vän. Du som anhörig är viktig och gör en betydelsefull insats. Ibland kan även du behöva stöd, vilket du kan få av Göteborgs Stad. Anhörigstöd arbetar med flera olika stödinsatser, du som anhörig avgör själv vilket eller vilka behov du har.

- » Medmänskliga samtal kring din situation som anhörig och hur den påverkar dig och din hälsa.
- » Information och vägledning till dig som är anhörig eller hänvisning till stöd som kan finnas för din närstående.
- » Hälsofrämjande aktiviteter i samverkan med olika aktörer där du kan få kunskap och återhämtning.
- » Anhöriggrupper och öppna träffar. Att träffa andra som är i liknande situation kan göra skillnad när man delar tankar och erfarenheter.

Du hittar mer information på
goteborg.se/anhorigstodnaradig



Innehåll

■ Hälsa och rörelse	4-7
■ Demensutbildningar	8-11
■ Samtalsgrupper	12-16
■ Föredrag	16-17
■ Missa inte detta!	18-19



Du hittar även programpunkterna
i Göteborgs Stads kalendarium
kalenderium.goteborg.se

Hälsa och rörelse

Boule och Pingis

Vi spelar tillsammans, bildar lag, träffar nya vänner och tar en fika.

Torsdagar kl. 10.30-12.30

Start: 1 februari

Plats: Växthuset Valthornsgatan 27
Ingen föranmälan!

Musik i Sydväst

Hjärtligt välkommen att ta del av en spännande musikalisk upplevelse i glädjens tecken. Konserten spelas in och läggs upp på Musik i Sydvästs Facebooksida på fredagarna.

Tisdagar Jämna veckor Kl. 13.30

Start: 6 februari Ej 19 mars 2 april
insläpp ca. kl. 13.15. Fri entré!

Plats: Vingasalen Pingstkyrkans
baksida Diamantgatan 3
Begränsat antal platser.

Gåfotboll

Kom och prova gåfotboll, sporten där man inte får springa. Där alla kan vara med, garanterar en härlig stund med energi och många skratt.

Måndagar kl. 10-11

Start: 5 februari

Plats: Växthuset Valthornsgatan 27.
Ingen föranmälan!

Tantparkour

Våga lita på din kropp och häng med på rörelse i lekfull form för alla. Vi utmanar oss i lagom takt och i alla väder.

Torsdagar jämna veckor

Start: 8 februari kl. 13-15.

Plats: Februari och mars. Positiv-parken, samling vid scenen.
April och maj. Askims Havsbad, samling vid Parkeringsplatsen
Ingen föranmälan!



Minneskör - Vi sjunger sånger vi minns

Vi vänder oss till dig som är anhörig och har en närstående med minnesproblematik.

Ni är välkomna att sjunga med oss i minneskören. Att sjunga är en rolig och positiv aktivitet, och ett fint sätt att umgås på. Sång är bra för minnet, humöret och skapar både samklang och gemenskap. Vi sjunger sånger som alla kan och fikar tillsammans. Vi avslutar med önskesånger ur våra sånghäften. Inga förkunskaper krävs. Man behöver alltså inte "kunna sjunga".

Tisdagar ojämna veckor kl. 10.30-12

Start: 13 februari

Plats: Mötesplats Brunnsbo, Folkvisegatan 14

Anmälan: Du kan anmäla dig hela terminen.

Telefon: 031-366 64 16

Onsdagar ojämna veckor kl. 10.30-12

Start: 14 februari

Plats: Seniorhörnan, Angereds torg 7

Anmälan: Hela terminen

Telefon: 031-365 14 16

Taktil stimulering - skäm bort dina händer

Genom strykningar och olika tryck berör behandlingspedagogen medvetet och strukturerat huden, i detta fall handen.

Taktil stimulering används bland annat för att:

- » Öka kroppsuppfattningen
- » Öka kommunikationen
- » Lindra smärta
- » Skapa lugn och ro

Tisdagar kl. 10-12

12 mars-16 april

Plats: Seniorhörnan, Angereds Torg 7

Anmälan: Boka gärna tid inför varje tillfälle, drop-in i mån av plats.

Telefon: 031-365 23 73



Prova på aktivitet - Sittyoga

Välkommen till ett prova på-pass där ni anhöriga efteråt har möjlighet att samtala med varandra och med oss anhängigkonsulenter.

Yoga sittande på stol. Programmet består av traditionella yogapositioner eller meditativa övningar. Vi tränar smidighet, andning och det inre lugnet. Medtag gärna egen vattenflaska.

Fredag 15 mars kl. 12.30-13.30

Plats: Mötesplats Tuve, Tuve torg 5

Anmälan: Senast 8 mars

Telefon: 031-366 97 73 eller 031-366-76 82

e-post: anhorigstod.hisingen@aldrevardomsorg.goteborg.se



Promenadgrupp, för dig i sorg och ensamhet.

Träffa vänner och njut av en stilla promenad tillsammans med andra.

Tisdagar kl. 15-16.30

Plats: Samling vid Växthuset Valthornsgatan 27.
Ingen föränmälan!

Nia Dans - frigörande stärkande träning

Anhörigstöd Hisingen bjuder in till ett prova på-pass där ni anhöriga efteråt har möjlighet att samtala med varandra och med oss anhängigkonsulenter.

Nia är en glädjefylld, kraftfull och spännande blandning av kampsport, dans, yoga och kroppsterapi. Du rör hela kroppen med stora kraftfulla rörelser. Kom med fördel ombytt och glöm inte vattenflaskan! Under ledning av volontär Elisabeth Frisk.

Måndag 22 april kl. 10-11

Plats: Selma Lagerlöfs Center, Selma sal, entréplan

Anmälan: Senast 15 april

Telefon: 031-366 76 82 eller 031-366 97 73

E-post: anhorigstod.hisingen@aldrevardomsorg.goteborg.se

Koppla av i härlig miljö

Ge dig möjlighet att få en stund för dig själv att koppla av i härlig miljö. Här finns avkopplande musik, massagekuddar och annan avslappning. Anhörigcenter finns även för er anhöriga om ni är flera som vill ses. Ni är där på egen hand men ibland finns även anhängigkonsulent på plats.

Torsdagar drop-in kl. 10-13

Plats: Anhörigcenter, Blidvädersgatan 16.
Nyckel hämtar och lämnar du i restaurangen vid entrén.

Fredagsmusik

Ta med din närstående till en trevlig stund med musik och fika. Det bjuds på ett musikaliskt varierat program. Visa, jazz, klassiskt, allsång, folkmusik och pop. Ett härligt sätt att börja helgen på. Vi möts upp i entrén!

Fredag 17 maj kl. 11-12.30

Plats: Selma Lagerlöfs Center, Selma sal, entréplan

Anmälan: namn, telefonnummer och stadsområde senast 10 maj

Telefon: 031-366 97 73 eller 031-366 76 82

E-post: anhorigstod.hisingen@aldrevardomsorg.goteborg.se

Reiki-Universell livsenergi

Reiki är en effektiv och modern metod med japanska rötter. Reiki betyder universell livsenergi som är:

- » Stressreducerande
- » Dämpar ångest och oro
- » Ökar blodcirkulationen
- » Ger ökad energi
- » Ger förbättrad sömn
- » Ger bättre aptit
- » Ger kroppen rätt förutsättningar för att påbörja sin självläkningsprocess.

Kontakt för inledande samtal och tidsbokning på olika dagar.

Susanna Engqvist: 031-366 97 73

Plats: Anhörigcenter, Blidvädersgatan 16
www.hitta.se



Demens- utbildningar

Vad kan underlätta för dig och din närstående i vardagen?

Kom och få information om vilka konsekvenser demenssjukdom – kognitiv sjukdom kan få och vad ni kan göra för att underlätta vardagen.

Onsdag 14 februari kl. 10-12

Plats: Anhörigcenter,
Blidvädersgatan 16

Anmälan: senast dagen före utbildningen

Telefon: 031-366 64 16

e-post: anhorigstod.hisingen@aldrevardomsorg.goteborg.se

Lär dig mera om demens med efterföljande samtalsgrupp

Under utbildningen tar vi upp demenssjukdomar och konsekvenser i vardagen, fysisk aktivitet, miljö, hjälpmedel och munhygien. Vi pratar om hur det är att vara anhörig, vilken hjälp som finns att få och vart man vänder sig. Tid för frågor.

**Tisdagar 20, 27 februari
5, 12, 19 mars kl. 15-17**

Efterföljande samtalsgrupp

**Tisdagar 26 mars
2, 9, 16 april kl. 15-17**

Anmälan: senast 19 februari.
Telefon: 031-366 76 96

Medverkande: Demensteamet, äldrekonsulent, tandhygienister och anhörigkonsulenter.

Plats: Kaggeleds Vård- och omsorgsboende, Kaggeledsgatan 36

Frågestund kring kognitiv sjukdom – demenssjukdom

Kom och ställ alla dina frågor, stora som små till demenssjuksköterskan.

**Onsdag 21 februari 10.30-12
Onsdag 20 mars 10.30-12**

Plats: Anhörigcenter,
Blidvädersgatan 16

Anmälan: senast dagen innan

Telefon: 031-366 64 16

E-post: anhorigstod.hisingen@aldrevardomsorg.goteborg.se

Främja kommunikationen med personer som har demenssjukdom

Du får också lära dig mer om BPSD -Beteendemässiga och psykiska symtom vid demenssjukdom, som ibland kan bero på bristande kommunikation.

Onsdag 28 februari kl. 10-12

Anmälan: senast dagen före utbildningen

Telefon: 031-366 64 16

E-post: anhorigstod.hisingen@aldrevardomsorg.goteborg.se

Plats: Anhörigcenter,
Blidvädersgatan 16

Demensutbildning för dig med partner som har en demenssjukdom

Vi träffas vid fem tillfällen och bjuder in olika professioner som fördjupar kunskapen om bemötande, demenssjukdomar, tips och trix. Vi samtalar kring utmaningar och hur vi hittar ljusglimtar i framtiden.

Onsdagar Jämna veckor

**6 mars och 20 mars,
3, 17 april samt 15 maj.
Kl. 13 – 14:30.**

Plats: Växthuset Valthornsgatan 27.

Vad kan man göra för att bibehålla förmågor?

Kom och få information om strategier och hjälpmedel som kan underlätta i vardagen.

Tisdag 12 mars kl. 10-12

Plats: Anhörigcenter,
Blidvädersgatan 16

Anmälan: senast dagen före utbildningen

Telefon: 031-366 70 81

E-post: anhorigstod.hisingen@aldrevardomsorg.goteborg.se

Demensutbildning för anhöriga

Information om demenssjukdomar och kognitiv sjukdom, vilka konsekvenser dessa kan ge, samt konkreta tips på hjälpmedel och annat stöd som kan underlätta i vardagen. Medverkande är demenssjuksköterska, arbetsterapeut, socialsekreterare äldre, tandhygienist och anhängigkonsulent.

Onsdagar kl. 13-15
13, 20, 27 mars, 10 april

Plats: Seniorhörnan,
Angereds torg 7

Anmälan: senast 6 mars

Telefon: 031-365 14 16

E-post: anhorigstod.nordost@aldrevardomsorg.goteborg.se

Efterföljande samtalsgrupp

Onsdagar kl. 13-15

17, 24 april, 8, 15 maj

Demensdiagnos - Vad händer sedan?

Vill ni veta mer om vilket stöd som finns i tidigt skede av kognitiv sjukdom - demenssjukdom? Vi vänder oss både till Dig som är anhängig och din närstående som fått diagnos. När någon får en kognitiv sjukdom - demenssjukdom förändras tillvaron i grunden. Vi berättar om vad ni kan göra för att må så bra som möjligt och vilket stöd som finns i kommunen, både för dig som fått diagnos och för dig som är anhängig.

Fredag 15 mars kl.15

Plats: Mötesplats Vintergatan,
Vintergatan 1

Anmälan: Malin Birath demenssjuksköterska - anhängigkonsulent

Telefon: 031-366 70 81

E-post: malin.birath@aldrevardomsorg.goteborg.se

Kroppen minns!

För dig som vill veta hur rörelseföråmån påverkas av demenssjukdom - kognitiv sjukdom.

Vid detta tillfälle får du lära dig hur du kan stöda rörelseminnet hos din närstående.

Tisdag 26 mars kl. 10-12

Plats: Anhängigcenter,
Blidvädersgatan 16

Anmäl: senast dagen före utbildningen

Telefon: 031-366 70 81

E-post: anhorigstod.hisingen@aldrevardomsorg.goteborg.se

Vad finns det för stöd till dig som är anhängig?

Kom och få information om vilket stöd du som anhängig kan få i kommunen.

Tisdag 9 april kl. 10-12

Anmäl: senast dagen före utbildningen

Telefon: 031-366 70 81

e-post: anhorigstod.hisingen@aldrevardomsorg.goteborg.se

Plats: Anhängigcenter,
Blidvädersgatan 16

Hur upplever en kognitivt sjuk person världen?

Med hjälp av virtual reality (VR) glasögon får du en glimt av hur en person med kognitiv sjukdom kan uppleva världen. Du får en fördjupad förståelse hur det kan vara att leva med kognitiv sjukdom. Vi bjuder på kaffe och te.

Torsdag 25 april kl. 13-16

Plats: Mötesplats Monsunen,
Blidvädersgatan 16

Anmäl: senast dagen före utbildningen. Max 6 deltagare.

Telefon: 031-366 64 16

E-post: anhorigstod.hisingen@aldrevardomsorg.goteborg.se

Demensutbildning för dig med en förälder som har en demenssjukdom

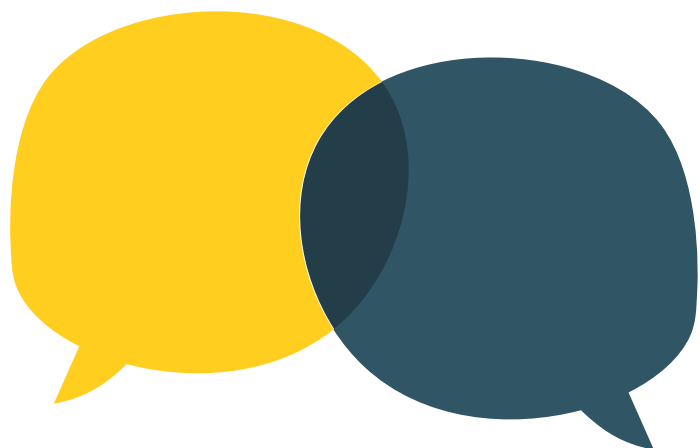
Ges både digitalt och fysiskt, dag och kvällstid. Vi träffas vid fem tillfällen och bjuder in olika professioner som fördjupar kunskapen om bemötande vid demenssjukdomar.

Startar under våren 2024.

Tid och plats: meddelas när vi har fått ihop en grupp.

Telefon: 031- 365 31 48

E-post: anhorigstod.sydvest@aldrevardomsorg.goteborg.se





Samtals- grupper

Vill du prata om din situation som anhörig?

Välkommen att ta kontakt med en anhörigkonsulent i ditt stadsområde. Du kan boka tid för enskilt samtal eller för att anmäla dig till en samtalsgrupp – anhöriggrupp. Vi har tystnadsplikt. Kontaktuppgifter, se kontaktruta.

Enskilt samtal

I samtalet utgår vi alltid från din situation och ger stöd, information och vägledning. Samtalet kan ske via besök, telefon, digitalt eller promenadsamtal.

Samtalsgrupp-anhöriggrup

I en samtalsgrupp delar vi med oss av erfarenheter, känslor och tankar. Genom samtalet kan vi hjälpa varandra att se saker i ett nytt ljus. Vi startar grupper med olika inriktningar efter behov.

Anhöriggrupp

Samtalsgrupp för dig som anhörig till en medmänniska du ger stöd. Vi träffas, fikar, pratar och delar med oss av både erfarenheter samt livets med och motgångar.

Onsdagar Jämna veckor

Start: 7 februari Kl. 13 – 14:30

Plats: Kobben Kobbegården 1
Askim

Gubbröra

Samtalsgrupp för män. Vi träffas, fikar, pratar och delar med oss av både erfarenheter samt livets med och motgångar.

Onsdagar Ojämn vecka

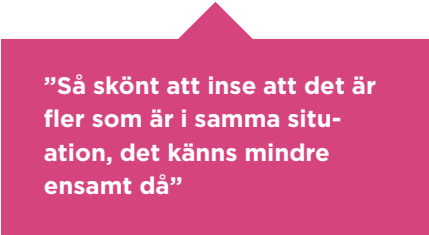
Start: 14 februari kl. 13.-14.30

Plats: Växthuset Valthornsgatan 27

Välkommen med din intresseanmälan.

E-post: anhorigstod.sydvast@aldrevardomsorg.goteborg.se

Telefon: 031- 365 31 48



”Så skönt att inse att det är fler som är i samma situation, det känns mindre ensamt då”

Anhörigträff - Vad gör man på en dagverksamhet

Kom och få information om hur din närstående kan få en trivsamt dag på dagverksamhet och du som anhörig får några timmar för att ta hand om dig själv och det du vill göra på egen hand.

Onsdag 6 mars kl. 11-12.30

Plats: Anhörigcenter,
Blidvädersgatan 16

Anmälan: senast 28 februari

Telefon: 031-366 76 82 eller
031-366 97 73

E-post: anhorigstod.hisingen@aldrevardomsorg.goteborg.se

Träffa Anhörigkonsulent i Angered

Drop in för dig som har frågor som gäller ditt välbefinnande eller den du stödjer. Det finns möjlighet att få prata om din situation och att boka tider för fortsatt kontakt. Vi hjälper också till med information om vad samhället i övrigt har att erbjuda.

Måndagar kl. 12.30-14.30

19 februari, 18 mars, 15 april, 13, maj, 10 juni

Plats: Gunnareds kyrka,
Gunnareds kyrkväg 1
i Angered Centrum

Anhörigträffar utomhus

Kom och träffa andra anhöriga utomhus, ta med egen fika! En stund för möjlighet till samtal, återhämtning, avkoppling och omväxling. Vi provar på några olika övningar som kan vara avstressande. Den som vill följer med på en kortare promenad.

Kl. 11-12.30

13 mars: Kärra mötesplats. Vid entrén äldreboendet Lillekärr Södra 55 Hisings-Kärra

29 maj: Bjurslätt mötesplats. Vid ingången till Hisingsparken via Slättadammsgatan

12 juni: Torslanda mötesplats. Vid ingången till Kulturhuset Vingen

Anmälan: senast klockan 14 en vardag innan. Telefon: 031-366-97 73 eller 031-366 76 82

E-post: anhorigstod.hisingen@aldrevardomsorg.goteborg.se
Inställt vid dåligt väder!

”Genom samtalsgruppen fick jag tips av anhöriga för att orka”

Träffa andra anhöriga!

Anhörigkonsulent på plats för samtal och frågor! Vi träffas, fikar och samtalar utifrån behov.

Torsdag 4 april kl. 13.30-15.30

Ingen föränmälan behövs.

Plats: Anhörigcenter, Karl Gustavsgatan 63

Måndag 15 april kl. 13.30-15

Ingen föränmälan behövs.

Plats: Chapmans torg 5, Lokal Chapman som ligger till höger om Majornas bibliotek.

Anhörigträff – Livet efter tvåsamhet

När din partner flyttat till en lägenhet på ett vård- och omsorgsboende Vi träffas och pratar om tankar, känslor och upplevelser när man inte längre bor tillsammans. Finns intresse kan ni anhöriga fortsätta träffas och samtala vid fler tillfällen.

Onsdag 10 april kl. 11-12.30

Plats: Anhörigcenter, Blidvädersgatan 16

Anmälan: senast 3 april

Telefon: 031-366 76 82 eller 031-366 97 73

E-post: anhorigstod.hisingen@aldrevardomsorg.goteborg.se

Anhörigträff – En möjlighet till samtal

Kom och träffa andra anhöriga utomhus, ta med egen fika! En stund för möjlighet till samtal, återhämtning och avkoppling Vi provar på några olika övningar som kan vara avstressande. Den som vill följer med på en kortare promenad.

Tisdag 16 april kl. 11-12.30

Plats: Mötesplats Monsunen, Biskopsgården. Vid entrén Blidvädersgatan 16

Anmälan: senast klockan 14 en vardag innan.

Telefon: 031-366 97 73 eller 031-366 76 82

E-post: anhorigstod.hisingen@aldrevardomsorg.goteborg.se
Inställt vid dåligt väder!

Anhöriggrupper

Anhöriggrupper startar allt eftersom fem till åtta deltagare anmält sig. Under tre tillfällen träffas vi och delar med oss av olika erfarenheter. Samma deltagare vid alla tillfällen.

För mer information.

Telefon: 031-366-97 73 eller 031-366 76 82

E-post: anhorigstod.hisingen@aldrevardomsorg.goteborg.se

Plats: Anhörigcenter, Blidvädersgatan 16

Kommande Grupper och Aktiviteter under våren 2024 för dig som Anhörig i Stadsområde sydväst.

Livsberättargrupp

En samtalsgrupp med dig och din livsberättelse i blickfånget. Tillsammans betraktar vi livet. Allt ifrån barndom, vuxenliv till en meningsfull framtid. Varmt välkommen att anmäla dig!

Anhöriggrupp 1

Samtalsgrupp för dig som anhörig till en medmänniska du ger stöd.

Vi träffas, fikar, pratar och delar med oss av både erfarenheter samt livets med och motgångar.

Anhöriggrupp 2

Samtalsgrupp för dig som ger stöd till en medmänniska med psykisk ohälsa eller annan sjukdom

Vi träffas, fikar, pratar och delar med oss av både erfarenheter samt livets med och motgångar.

Tid och plats: Meddelas när vi har fått ihop en grupp.

Telefon: 031- 365 31 48

E-post: anhorigstod.sydvest@aldrevardomsorg.goteborg.se

Samtalsgrupper för personer med demenssjukdom i tidigt skede

För många som får en kognitiv sjukdom–demenssjukdom förändras tillvaron i grunden.

I samtalsgruppen får man träffa andra i likande situation och veta mer om vad man kan göra för att underlätta vardagen. Vid träffarna samtalar man om olika teman, fikar och delar erfarenheter. Olika yrkesgrupper bidrar med fördjupad kunskap inom området.

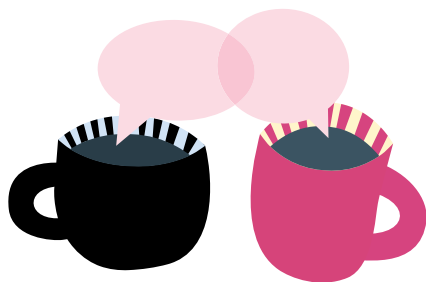
**Två timmar i veckan februari–maj.
Finns på tre platser i Göteborg**

Anmälan, kontakt och frågor:

**Malin Birath demenssjuksköterska
och anhörigkonsulent**

Telefon: 031-366 70 81

E-post: malin.birath@aldrevardomsorg.go.teborg.se



Föredrag

Kom och träffa våra volontärsamordnare

Vill du bli volontär eller önskar du själv få besök av en volontär? Kom och lyssna på våra volontärsamordnare om vad det finns för möjligheter! Det bjuds också på fika!

Onsdag 14 februari kl. 15-16.30

Plats: Kageleds Vård- och omsorgsboende, Kageledsgatan 36

Anmälan: senast 13 februari.

Telefon: 031-366 76 96

Måndag 11 mars kl. 13.30–15

Plats: Chapmans torg 5, Lokal Chapman som ligger till höger om Majornas bibliotek.

Anmälan: senast 7 mars.

Telefon: 031-366 76 96

Kom och träffa våra syninstruktörer

Tips och råd från våra syninstruktörer gällande synnedsättning. Information om strategier för en mer fungerande, självständig och trygg vardag. Du kan få stöd i hanteringen av dina synhjälpmedel och få saker uppmärksatta samt hjälp med att lära dig hitta i din närmiljö. Det bjuds också på fika!

Torsdag 15 februari kl. 15-16.30

Plats: Kageleds Mötesplats, Kageledsgatan 36

Anmälan: senast 14 februari.

Telefon: 031-366 76 96

Café Minnesvärt

Varmt välkommen till Café Minnesvärt där du får ta del av intressanta föreläsningar, fika samt testa på skön sitttyoga. Café Minnesvärt riktar sig främst till dig som har kognitiv sjukdom och till dig som är anhörig. I samverkan med Alzheimerföreningen i Göteborg.

Fri entré!

**21 februari, 27 mars och
8 maj. Kl. 10 – 12**

Plats: Växthuset Valthornsgatan 27

Problem med att läsa? – information om hjälpmedel vid läsning

Har du eller någon i din närhet problem med att läsa? Biblioteket berättar om hur du kan läsa och lyssna på böcker trots detta. Det bjuds också på fika!

Torsdag 21 mars kl. 13.30–15

Plats: Anhörigcenter, Karl Gustavsgatan 63

Anmälan: senast 20 mars.

Telefon: 031-366 76 96

Information om framtidfullmakt

Jurist ger tips och råd om varför och hur en framtidfullmakt kan upprättas.

Torsdag 18 april kl. 14–15.30

Plats: Anhörigcenter, Karl Gustavsgatan 63

Anmälan: senast 17 april

Telefon: 031-366 76 96

Missa inte detta !

Socialt liv och aktiviteter

Vet du att det finns ca 30 mötesplatser i Göteborg med olika möjligheter till rörelse och umgänge för seniorer. Här hittar du bland annat lägerverksamhet och andra aktiviteter som stimulerar både hjärta och hjärna.

Besök gärna den nya webbsidan. Scanna QR-koden med din mobilkamera
goteborg.se/aktiviteterforaldre



Tips!

Anhörighandboken

Anhörigas riksförbund har tagit fram en webbaserad handbok, med syfte att förmedla kunskap och råd i anhörigfrågor.

www.anhorighandboken.se

NKA

Nationellt kompetenscenter för anhöriga har tagit fram utbildningar och guider som vänder sig direkt till dig som är anhörig. Här kan du lära dig mer om demens och om psykisk ohälsa bland äldre personer.

www.anhoriga.se

Svenskt Demenscentrum

På deras hemsida finns information, fakta och utbildningar för dig som har sjukdomen och för dig som anhörig.

www.demenscentrum.se

West Pride Festival 10-16 juni 2024

Westpride är en konst- och kulturfestival som skapar trygga mötesplatser för HBTQi+personer. Festivalen syftar till ökad kunskap, attitydförändringar och samhällspåverkan och vill uppmuntra till ett öppet samhällsklimat och motverka fördomar och diskriminering. Festivalen är gratis och riktar sig i första hand till HBTQi+personer, men även till en bredare allmänhet.

Du hittar mera information på westpride.se



Minilopp för demensvänligt samhälle

Loppet är ca 1 km, och alla kan vara med! Alla sätt att ta sig runt är tillåtna. Vinsten är att delta, och en extra vinst dras på nummerlappen. Har du frågor om demenssjukdom-kognitiv sjukdom? Här finns personer att ställa frågorna till.

Onsdag 15 maj kl 09:30-12:30

Plats: Mötesplats Vintergatan, Vintergatan 1A

Anmälan: 031 366 97 11
Senast 8 maj

Registrering kl. 9, uppvärmning inför loppet kl. 9.45 loppet startar kl. 10 fika och underhållning när du går i mål.

Kontakta anhörigstöd

Ring Göteborgs Stads kontaktcenter, telefon
031-365 00 00 för att bli kopplad till en
anhörigkonsulent i ditt stadsområde.
Du kan även kontakta anhörigstöd via e-post:

Centrum

anhorigstod.centrum@aldrevardomsorg.goteborg.se

Hisingen

anhorigstod.hisingen@aldrevardomsorg.goteborg.se

Nordost

anhorigstod.nordost@aldrevardomsorg.goteborg.se

Sydväst

anhorigstod.sydvast@aldrevardomsorg.goteborg.se

goteborg.se/anhorigstodnaradig

