



STRÄNGNÄS KOMMUN

För dig som lever
med demenssjukdom
– information om stöd och hjälp

För att du med demens ska få högsta möjliga livskvalitet arbetar vi på Strängnäs kommun utifrån Silviahemmets vårdfilosofi. Det betyder bland annat att du ska vara i fokus, att vi strävar efter en bra relation med dig och att vi samarbetar med dina anhöriga och ger dem stöd.



Med dig i fokus

I Strängnäs kommun strävar vi efter att arbeta personcentrerat i mötet med dig. Det innebär att den personal som du kommer i kontakt med ser dig som en person med unika erfarenheter och anpassar din vård utifrån dig och dina behov.

En viktig pusselbit i det personcentrerade mötet är din livsberättelse. I Strängnäs kommun kallar vi livsberättelsen *Du vet*. Det är ett häfte med olika frågor om dig som du svarar på själv eller med hjälp av personal eller en anhörig. Det kan vara viktiga händelser ur ditt liv men även information om hur du vill bli bemött och vad du har för vanor. Det hjälper oss att veta mer om vem du är och vad som är betydelsefullt för dig.

Har du fyllt i en levnadsberättelse, livsbok eller livsberättelse sedan tidigare tar vi gärna del av den. Syftet med livsberättelsen är att vi vill lära känna dig bättre så att vi kan erbjuda ett stöd som är anpassat utifrån dina behov.

Samarbete

För att ge dig rätt vård är ett bra samarbete med dig som lever med demenssjukdom, anhörig och olika professioner viktigt. Vi har därför ett väl utformat samverkansnät mellan vårdcentraler, kommunen och Region Sörmland.

Vi arbetar främst utifrån två kvalitetsregister för att förbättra vården om dig, BPSD-registret och Senior alert.

Stöd till anhöriga

Anhörigstöd kan underlätta och ge ökad livskvalitet – både för dig och för den som vårdar dig. Du som är anhörig till någon med demenssjukdom kan vända dig till Anhörigcentrum. Här kan du prata med någon i förtroende och eller träffa andra anhöriga i liknande situation.

Kommunikation och relationer

En demenssjukdom pågår ofta under många år och vi lägger stor vikt vid god kommunikation och att skapa bra relation med dig. På så sätt lär vi känna dig och kan stötta dig om du skulle vilja att vi gör det. Exempelvis hur du vill att vi ska stödja dig att föra din talan om du skulle få svårt med det utifrån demenssjukdomen.

Team Silvia

Strängnäs kommun har ett demensteam bestående av Silviasystrar och specialistundersköterskor som är specialiserade inom demens. De finns här för att se till att du får vård anpassad utifrån dig och dina behov. Deras uppdrag är:

- Säkerställa att du som lever med en demenssjukdom och dina anhörigas behov uppmärksammas och beaktas.
- Ha en viktig roll i kompetensutveckling inom vård och omsorg vid demenssjukdom i äldreomsorgen inom Strängnäs kommun.
- Bidra till en jämställd och jämlik vård genom att införa rutiner och arbetssätt för demensvården.

Kommunala stödinsatser

Dagverksamhet

Ekbackens dagverksamhet ligger vackert beläget på Sictoniagården strax utanför Strängnäs. Du besöker Ekbacken som gäst och får socialt umgänge med andra i liknande situation som du. Det kan ge både dig och den som eventuellt stödjer dig möjlighet till egen tid och återhämtning.

Hemtjänst

Stöd från hemtjänst kan möjliggöra för dig att bo kvar hemma om du behöver hjälp med dina grundläggande behov som städning och hygien.

Avlösning i hemmet

Avlösning i hemmet innebär att hemtjänstpersonal kostnadsfritt avlöser den som stödjer dig i hemmet under några timmar.

Trygghetslarm

Trygghetslarm är för dig som bor i eget boende och som på grund av till exempel sjukdom känner dig otrygg. Trygghetslarmet fungerar dygnet runt.

Matdistribution

Matdistribution innebär att du får en färdiglagad matlåda levererad hem till dig, fem dagar i veckan till ett subventionerat pris.

Korttidsvistelse

Om du tillfälligt har behov av stöd och hjälp, till exempel efter en sjukhusvistelse, kan du få en korttidsvistelse på ett boende. Det kan du även få om du av andra orsaker inte kan bo själv eller om din anhörige behöver avlastning.

Växelvistelse

Växelvistelse betyder att du växlar mellan att bo hemma och på ett boende under några veckor åt gången. Det kan vara ett bra stöd till dig och en avlastning för din anhörige.

Särskilt boende

När du inte längre kan bo hemma och har ett stort behov av vård och omsorg och när andra insatser som hemtjänst och växelvistelse inte räcker till.

Hur ansöker jag om stöd?

Vill du ansöka om någon av dessa insatser ovan eller har frågor, ring Kontaktcenter och be om att bli kopplad till en biståndshandläggare.
Telefon: 0152-291 00

Bostadsanpassning

Om du på grund av din funktionsnedsättning behöver anpassa din bostad kan du ansöka om bostadsanpassningsbidrag. Det kan gälla ett överhettningsskydd på spisen eller borttagning av trösklar till exempel.

För mer information ring Kontaktcenter och be om att bli kopplad till den handläggare som ansvarar för bostadsanpassning.
Telefon: 0152-291 00

Färdtjänst

Du som har svårigheter att förflytta dig själv och svårt att resa med allmänna kommunikationer kan ansöka om färdtjänst. Det gör du via kommunens färdtjänsthandläggare. Skicka med ett läkarintyg i din ansökan som styrker din funktionsnedsättning.

För mer information ring Kontaktcenter och be om att bli kopplad till den handläggare som ansvarar för färdtjänst.
Telefon: 0152-291 00

För sjuk- och behandlingsresor

För sjuk- och behandlingsresor ansvarar Region Sörmland. Mer information om sjukresor får du av din vårdgivare eller av sjukreseenheten på telefon: 0155-24 73 57.

Stöd till anhöriga

Dina anhöriga och närstående, de människor som finns runt dig, kan i sin tur behöva stöd. Det kan de få genom kommunens Anhörigcentrum. Det är en mötesplats för alla som ger någon närstående vård och stöd oavsett relation, ålder, sjukdom eller funktionsnedsättning.

Anhörigcentrum ordnar träffar, föreläsningar och andra aktiviteter där anhöriga kan mötas och byta erfarenheter med andra som befinner sig i en liknande situation.

Om det finns barn i din närhet, dina egna barn eller barnbarn, kan det vara bra att tänka på att även barn kan behöva anhörigstöd precis som vuxna. Att kontakta kommunens anhörigkonsulent är kostnadsfritt.

Anhörigkonsulent

Telefon: 0152-297 05

E-post: anhorigcentrum@strangnas.se



Hemsjukvård

Om du bor hemma, i så kallat ordinärt boende och själv inte kan besöka din vårdcentral, kan du ha rätt till hemsjukvård. För dig som bor på särskilt boende finns tillgång till hemsjukvård på ditt boende. I hemsjukvården arbetar distrikts-sköterskor, sjuksköterskor, arbetsterapeuter och fysioterapeuter (sjukgymnaster). De kan erbjuda dig olika typer av hjälpmedel som gör din vardag säkrare, till exempel en rullator.

De kan också stötta med provtagning, undersökningar och andra sysslor som vanligtvis utförs på din vårdcentral. Du kan också få stöd om du tycker det är svårt att hålla reda på vilken medicin du ska ta och när.

Vissa medicinska och rehabiliterande insatser kan vi behöva be omvårdnadspersonal att göra. Till exempel med stöd av hemtjänstpersonal. Bor du hemma och ser att du har behov av hemsjukvård kontaktar du din vårdcentral eller sjukvårdsrådgivningen på 1177. Bor du på särskilt boende säger du till boendets personal om du behöver hemsjukvård.

Verksamhetsutvecklare demens

Vår målsättning på Strängnäs kommun är att kontinuerligt utveckla våra verksamheter. Att vidarutbilda undersköterskor till Silviasystrar är ett exempel – det ger både en unik spetskompetens inom demensvård samt möjlighet till personlig utveckling.

Har du förbättringsförslag gällande den kommunala vården eller omsorgsarbetet inom demens? Eller vill du veta mer om Team Silvia? Kontakta gärna vår verksamhetsutvecklare via kommunens kontaktcenter.

Telefon: 0152-291 00

Psykisk hälsa – råd och tips!

- Försök hålla regelbundna rutiner med mat, sömn och motion. Kontakta gärna bistånd om du behöver stöd med detta.
- Gör saker som du vet att du mår bra av.
- Prata med någon om hur du mår. Antingen någon du känner som du har förtroende för eller så kan du ringa en stödlinje. Behöver du stöd av kurator så kan du kontakta din vårdcentral.
- Mår du mycket dåligt, sök stöd av vården.

Missbruk och psykisk ohälsa

Om du har problem med alkohol, narkotika, spel eller tabletter kan du få hjälp genom råd och stödsamtal, behandling, förebyggande arbete samt samverka med andra myndigheter. Kontakta öppenvårdsenheten.

Telefon: 0152-292 98

Våld i nära relation

Om du själv är utsatt eller känner någon som är utsatt för våld så kan du ringa vår mottagningssektion för rådgivning. Du får vara anonym.

Telefon: 0152-299 95

Kommunens samordnare för våld i nära relation.
Telefon: 0152-296 38

Under kvällar, nätter och helger finns socialjour på telefon: 112.

Stödlinjer

Mind

För dig under 65 år som har psykisk ohälsa och behöver ha någon att prata med.

Telefon: 90101.

Mind, äldrelinjen

För dig som är 65 år och äldre som mår psykiskt dåligt eller längtar efter någon att prata med.

Telefon: 020-22 22 33.

Jourhavande präst

Ring 112 och be att få prata med jourhavande präst.