



Växjö
kommun



Program
ANHÖRIGVECKAN
2–6 oktober 2023

Anhörigveckan i Växjö

Måndag 2 oktober, klockan 13.00–16.30

Invigning av Anhörigveckan

Plats: Pensionärernas Hus, Bergövägen 1

Klockan 13.15 Invigning av kommunchef Catharina Rydberg Lilja

Klockan 13.30 – 16.30

Anhörigstrategin och förslag till ny äldreomsorgslag – stärkt stöd för anhöriga?

Maria Nilsson, forskare på Nationellt kompetenscentrum anhöriga berättar om de senaste förändringarna i regelverket för stöd till anhöriga. Kommunpolisen, Överförmyndarnämnden, Myndighetskontoret och Anhörigkonsulenter informerar om sina verksamheter. Därefter ges det möjlighet att mingla i vår utställning tillsammans med några av våra ideella föreningar. Utställare: Ideella föreningar.

Vi bjuder på dryck och frukt. Kostnadsfritt.

Tisdag 3 oktober, klockan 12.00–14.30

Anhöriglunch på Knutsgård

Plats: Knutsgård

Häng med på sopplunch och höstmarknad med anhörigkonsulenter från både omsorgsförvaltningen och förvaltningen för arbete och välfärd.

Självkostnadspris: 60 kronor.

Vägbeskrivning: På Teleborgsvägen, kör mot Telestad, ta vänster in på en grusväg innan Vattentornet. Följ sedan grusvägen cirka 1 km tills du har ett rött hus på höger sida och ett rött på vänster.

Tisdag 3 oktober, klockan 17.30–19.30

Våld och anhörigskap

Plats: Pensionärernas Hus

Vad är våld? Vad kan man göra som anhörig?

Vad ska man inte göra? Vilka vägar finns det att gå?

Med Monica Nielsen, från familje Frid från förvaltningen för arbete och välfärd, Växjö kommun.

Vi bjuder på dryck och frukt. Kostnadsfritt.

Onsdag 4 oktober, klockan 10.00–11.30, 14.00–15.30

Cirklarträning med Sofia Nielsen

Plats: Pensionärernas Hus, Bergövägen 1

En cirkelträning där man tränar efter sin egen förmåga och funktion. Ett pass på 45 minuter där kroppens stora muskelgrupper får jobba och givetvis balanstämning.

Begränsat antal platser.

Vi bjuder på dryck och frukt. Kostnadsfritt.

Onsdag 4 oktober, klockan 17.00–19.00

Att motverka stress och öka sitt välbefinnande – ett anhörigperspektiv

Plats: Pensionärernas Hus, Bergövägen 1

En föreläsning om stress som utgår ifrån anhörigas situation. Föreläsningen tar bland annat upp vad stress är och ger infallsvinklar på hur stress kan förebyggas och hanteras.

Med Viktor Carlsson, legitimerad psykolog, Region Kronoberg

Vi bjuder på dryck och frukt. Kostnadsfritt.

Anmälan anhorigkonsulent@vaxjo.se eller via Växjö Kommuns kontaktcenter 0470 – 410 00 senast den 28 september.

Anmälan anhorigkonsulent@vaxjo.se eller via Växjö Kommuns kontaktcenter 0470 – 410 00 senast den 28 september.

Torsdag 5 oktober, klockan 17.00–19.30

Karriär och anhörigskap – går det att kombinera?

Plats: Pensionärernas Hus, Bergövägen 1

Att vara mitt i livet och samtidigt ta hand om en partner, ett barn – litet eller stort, ett syskon eller någon annan som behöver ens tid, omsorg och engagemang kan vara kämpigt. Hur påverkas arbetslivet och andra delar av livet och hur går det att hitta ett anhörigskap som håller över tid?

Välkommen till en kväll med Linnéa Aldman och Maria Ahlqvist, möjliggörare/praktiker från Nationellt kompetenscenter anhöriga. Linnéa berättar om senaste forskningen om yrkesverksamma anhöriga och Maria ger exempel på anhörigskapets utmaningar och vilket stöd som finns. Det blir också möjligheter till samtal om ditt anhörigskap och ett tillfälle att möta andra med liknande erfarenheter. Vi bjuder på dryck och frukt. Kostnadsfritt.

Fredag 6 oktober, klockan 11.00–13.00

Kom och häng med bandet "Gubbröra"!

Plats: Lyckans café, Sommarvägen 3

En förmiddag med musik framförd av "Gubbröra", vi avnjuter en räkmacka och tillhörande dryck! Kostnadsfritt.

Växjö kommun i samarbete med NKA, Region Kronoberg.



**Växjö
kommun**

vaxjo.se