

Till
dig
som
vårdar
en
anhörig
eller
närstående


Stockholm
The Capital of Scandinavia



Till dig som vårdar en anhörig eller närstående

Denna broschyr vänder sig till dig som vårdar en nära anhörig eller närstående som behöver daglig hjälp. I broschyren presenteras de olika former av stöd och avlastning som stadens äldreomsorg kan erbjuda dig.

Ta kontakt med din stadsdelsförvaltning

Varje stadsdelsförvaltning ska ha en person som du kan vända dig till för att få information, råd och stöd om olika stödinsatser och verksamheter som finns för dig som vårdar en anhörig eller närstående.

Om du vill göra en ansökan om någon form av stöd och hjälp gör du det hos en biståndshandläggare på stadsdelsförvaltningen. Biståndshandläggaren gör sedan en behovsutredning och fattar beslut, på delegation av stadsdelsnämnden, om vilken hjälp du kan få.

Den som du vårdar kan också ansöka om hjälp med service- och omvårdnadsinsatser för att på så sätt avlasta dig.

Du kan överklaga biståndsbeslut

Om du inte är nöjd med biståndsbeslutet kan du överklaga det till Förvaltningsrätten. En överklagan måste ha inkommit till stadsdelsförvaltningen senast tre veckor efter det att du delgetts beslutet. Biståndshandläggaren bedömer om det finns skäl att ändra beslutet. Om beslutet inte ändras på det sätt du begärt, vidarebefordras din överklagan till Förvaltningsrätten.

Om beslutet avser den du vårdar är det han eller hon som kan överklaga beslutet, eller en legal företrädare. Med legal företrädare avses exempelvis god man eller någon som har fullmakt att agera.

Kommunens avgifter

För praktisk hjälp, service och personlig omvårdnad tar kommunen ut en avgift. Avgifterna är indelade i 6 avgiftsgrupper med en bestämd maxtaxa. Vid beräkning av avgiften tas även hänsyn till inkomst och boendekostnad.

Det finns en särskild broschyr om vilka avgifter som gäller för hemtjänst, trygghetslarm och dagverksamhet och en annan broschyr om avgifter för vård- och omsorgsboende.

Äldre Direkt

Till Äldre Direkt kan du alltid vända dig med alla frågor som rör äldreomsorgen i Stockholms stad. De kan också hjälpa dig komma i kontakt med rätt person på stadsdelsförvaltningen.

Tfn: 08-80 65 65

E-postadress: aldredirekt.service@stockholm.se

Stöd och hjälp som kräver biståndsbeslut

Avlösning i hemmet

Du som vårdar en anhörig eller närstående som är i behov av omfattande hjälp har möjlighet att få avgiftsfri avlösning 16 timmar per månad. Det innebär att hemtjänstpersonal avlöser dig och tar över omvårdnadsansvaret under en tid. För avlösning som överstiger 16 timmar per månad utgår en avgift per månad.

Du förfogar själv över den tid som beviljats. Du kan ta ut högst 8 timmar avlösning per dygn i sammanhängande tid i bostaden. I de fall du önskar bli avlöst i mer än 8 timmar sammanhängande tid går det bra att ansöka om korttidsvård.

Hemtjänst

Hemtjänst är ett sätt att avlasta dig som vårdar en anhörig eller närstående. Det kan många gånger underlätta att få hjälp med exempelvis städning, inköp och tvätt. Hemtjänsten kan också hjälpa till med promenader och omvårdnaden av den du vårdar.

Trygghetslarm

Personburet trygghetslarm är ett tekniskt hjälpmedel för att öka tryggheten för dig och den du vårdar. Vetskapen om att den du vårdar kan larma om något skulle inträffa när du inte är på plats kan vara en värdefull trygghet. En förutsättning för att det ska fungera är att den du vårdar klarar av att hantera larmet. Vänd dig till din stadsdelsförvaltning för att ansöka om trygghetslarm.

Dagverksamhet

Dagverksamhet är för många som vårdar en anhörig eller närstående en betydelsefull stödinsats. Genom social stimulans och aktivering kan dagverksamheten bryta ensamhet och isolering. Dagverksamhet kan också hjälpa den du vårdar att bibehålla psykiska och fysiska funktioner. Verksamheten riktar sig huvudsakligen till personer som på grund av sjukdom och/eller funktionsnedsättning behöver stöd och regelbunden tillsyn. Merparten av dagverksamheterna vänder sig till personer med demenssjukdom.

Korttidsvård

För dig som vårdar en person med ett omfattande omvårdnadsbehov kan korttidsvård vara en värdefull avlastningsform. Vården ges normalt vid en särskild enhet vid ett vård- och omsorgsboende. Korttidsvård kan erbjudas den du vårdar som avlastning under en viss period exempelvis om du vill åka på semester, hälsa på någon eller helt enkelt behöver få vara ensam och vila.

Om du behöver regelbundet återkommande avlastning kan den du vårdar erbjudas växelvård. Det vanligaste är att den du vårdar är på korttidsvården i två veckor och därefter hemma i två veckor växelvis tills något annat beslut fattas. Om du och den du vårdar önskar växelvård under andra tidsintervaller kommer era önskemål, så långt det möjligt, att beakta.

Korttidsvård på Pensionat

Pensionatet Hornskroken (Södermalms stadsdelsförvaltning) och Pensionatet Kinesen (Bromma stadsdelsförvaltning) är stadsövergripande verksamheter som erbjuder korttidsvård och dagverksamhet för att avlasta dig som vårdar en närstående med stort omvårdnadsbehov i hemmet. Du som har ett beslut om avlastning, från några timmar per månad i dagverksamhet till flera dygns korttidsvård, kontaktar själv något av pensionaten när du behöver avlastning. Du ansöker om korttidsvård eller dagverksamhet hos din stadsdelsförvaltning.

Korttidsvård utomlands

Korttidsvård utomlands kan beviljas den du vårdar om han/hon bedöms ha behov av korttidsvård och har förutsättningar för att klara resan dit och tillbaka. Korttidsvården bedrivs på korttidsboendet Casa Solsken i Santa Cruz på Teneriffa. Du som vårdar den som beviljats korttidsvård utomlands, kan på egen bekostnad följa med på resan och bo på eller i nära anslutning till Casa Solsken. Det finns en särskild broschyr om korttidsvård utomlands.

Vård- och omsorgsboende

Om den du vårdar har ett omfattande behov av vård, omsorg och tillsyn kan det vara aktuellt med att flytta permanent till ett vård- och omsorgsboende.

Stöd och hjälp utan biståndsbeslut

Staden erbjuder även stödinsatser och verksamheter som inte kräver något biståndsbeslut

Vaktmästarservice

Vaktmästarservice är en avgiftsfri service för dig som fyllt 75 år. Vaktmästarservice omfattar enklare vardagssysslor som kan vara riskfyllda för äldre, exempelvis att lyfta tungt, klättra på stege och liknande. Syftet är att förebygga fallskador och erbjuda hjälp med sådant som är svårt för många äldre att själva utföra. Exempel på sådant som ingår är att bära upp och ner saker från vind eller källare, fästa sladdar, byta glödlampor, säkringar och gardiner. Du kan få vaktmästarservice i högst 6 timmar per år och hushåll. Vänd dig till din stadsdelsförvaltning för att få hjälp med vaktmästarservice.

Det som är betydelsefullt för dig är viktigt för oss!

Andra typer av stöd

Utöver stöd vad gäller omvårdnad och avlösning finns andra typer av stöd, exempelvis möjlighet att träffa andra som vårdar anhöriga eller närstående.

Anhörig-/närståendeträffar

Många stadsdelsförvaltningar erbjuder stöd och anordnar träffar för dig vårdar en anhörig eller närstående.

Utbildning

Stadsdelsförvaltningarna har en särskild person, exempelvis anhörigkonsulent, som bland annat anordnar studiecirklar för dig som vårdar en anhörig eller närstående.

Träffpunkter

Stadsdelsförvaltningarna har Träffpunkter för aktiviteter och social samvaro. Om du vårdar exempelvis har beslut om avlösning i hemmet kan du själv besöka en Träffpunkt. Du kan också, om det är möjligt, besöka en Träffpunkt tillsammans med den du vårdar. Många stadsdelsförvaltningar anordnar också utflykter för äldre.

Frivilligorganisationer

Bland ideella organisationer finns det många som arbetar aktivt på olika sätt med att erbjuda stöd för anhörig-/närståendevårdare, bland annat pensionärsföreningar och olika patientföreningar.

Färdtjänst

Om du eller den du vårdar inte kan åka buss eller andra kollektiva färdmedel finns färdtjänst. Den som använder rullstol har ofta möjlighet att åka minibuss som är anpassad för personer med olika funktionsnedsättningar. Resorna är avgiftsbelagda och antalet resor är begränsade. Genom riksfärdtjänst kan längre resor göras inom Sverige. Ansökan om färdtjänst och riksfärdtjänst gör du via din stadsdelsförvaltning.

Ekonomiskt stöd

Det finns olika former av ekonomiskt stöd.

Hemvårdsbidrag

Om du får ett väsentligt merarbete genom att vårda en anhörig eller närstående i hemmet kan den som vårdas ansöka om hemvårdsbidrag. Med merarbete avses sådant som man normalt inte hjälper varandra med inom familjen. Bidraget betalas ut till den du vårdar för att han/hon ska kunna ge ersättning till dig som vårdar. Kontakta en biståndshandläggare på stadsdelsförvaltningen för att göra en ansökan.

Ta gärna kontakt i god tid, innan svårigheterna blir för stora!

Ekonomiskt stöd från andra huvudmän

Du som vårdar en anhörig eller närstående kan komma ifråga för ekonomiskt stöd från andra huvudmän än kommunen

Hemsjukvårdsbidrag

Du kan ha möjlighet att få hemsjukvårdsbidrag för sjukvårdande insatser som du, under handledning från hemsjukvårdspersonal, utför i hemmet. Vårdbehovet bör vara i mer än 6 månader. Det är distriktsköterskan som handlägger och beviljar hemsjukvårdsbidrag. Kontakta distriktsköterskan på vårdcentralen för ytterligare information.

Tandvård

Den som omfattas av Lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade (LSS) samt andra personer med ett varaktigt behov av omfattande vård och omsorg ska erbjudas uppsökande verksamhet för munhälsobedömning och nödvändig tandvård. Detta gäller för personer som bor i vård- och omsorgsboende, servicehus eller som behöver omfattande vård och omsorg i hemmet. Munhälsobedömning och rådgivning innebär att en tandläkare eller tandhygienist kommer på besök i hemmet för en enklare hälsokontroll av munnen. Du som vårdar och den du vårdar får individuella råd om hur man sköter den dagliga munhygien. För mer information kontakta en biståndshandläggare på stadsdelsförvaltningen eller distriktsköterskan på vårdcentralen.

Närståendepenning

Om du vårdar en svårt sjuk anhörig eller närstående kan du ha rätt till tjänstledighet från din anställning och kan under tiden få närståendepenning som motsvarar sjukpenning från Försäkringskassan. Ersättningen betalas ut under högst 60 dagar. Kontakta Försäkringskassan för mer information.

Stockholms Trygghetsjour

Tfn: 08-508 40 700

Råd och stöd – akuta hjälpinsatser

Till Trygghetsjouren kan du vända dig dygnet runt

Stadsdelsförvaltningar

Bromma

Gustavslundsvägen 151 G
Post: Box 15017, 167 15 Bromma
Tfn: 08-508 06 000
bromma@stockholm.se

Enskede-Årsta-Vantör

Slakthusplan 4
Post: Box 81, 121 22 Johanneshov
Tfn: 508 14 000
eav@stockholm.se

Farsta

Storforsplan 36
Post: Box 113, 123 22 Farsta
Tfn: 08-508 18 000
farsta@stockholm.se

Hägersten-Liljeholmen

Telefonvägen 30
Post: Box 490, 129 04 Hägersten
Tfn: 508 22 000
hagersten-liljeholmen@stockholm.se

Hässelby-Vällingby

Hässelby Torg 20-22
Post: Box 3424, 165 23 Hässelby
Tfn: 08-508 04 000
hasselby-vallingby@stockholm.se

Kungsholmen

S:t Eriksgatan 47 A
Post: Box 49039, 100 28 Stockholm
Tfn: 08-508 08 000
kungsholmen@stockholm.se

Norrmalm

Tulegatan 13
Post: Box 3128, 103 62 Stockholm
Tfn: 08-508 09 000
admin.info@norrmalm.stockholm.se

Rinkeby-Kista

Borgarfjordsgatan 14
Post: Box 7049, 164 07 Kista
Tfn: 08-508 01 000
rinkeby-kista@stockholm.se

Skarpnäck

Björkhagsplan 6
Post: Box 5117,
121 17 Johanneshov
Tfn: 08-508 15 000
skarpnack@stockholm.se

Skärholmen

Bodholmsplan 2
Post: Box 503, 127 26 Skärholmen
Tfn: 08-508 24 000
skarholmen@stockholm.se

Spånga-Tensta

Fagerstagatan 15
Post: Box 4066, 163 04 Spånga
Tfn: 08-508 03 000
spanga-tensta@stockholm.se

Södermalm

Medborgarplatsen 25, Göta Ark
Post: Göta Ark 200,
Medborgarplatsen 25,
118 72 Stockholm
Tfn: 08-508 12 000
soder@stockholm.se

Älvsjö

Älvsjö Stationsplan 11
Post: Box 48, 125 21 Älvsjö
Tfn: 08-508 21 000
alvsjostadsdelsnamnd@stockholm.se

Östermalm

Karlavägen 104
Post: Box 24156, 104 51 Stockholm
Tfn: 08-508 10 000
ostermalm@stockholm.se



ÄLDREFÖRVALTNINGEN

106 64 Stockholm
Tel: 08-508 36 200

www.stockholm.se