

GÄLLIVARE-

Jällivaaran kunnan omaistuki



**Gällivare
kommun**

Oletko jonkun tukena?

Ovatko vanhempasi vanhoja ja sairaita?

Onko elämäntoverisi sairastunut vakavasti tai joutunut onnettomuuteen?

Onko äitisi, isäsi, lapsesi tai joku läheisistä ystävistäsi kroonisesti sairas tai kärsii mielenterveysongelmista?

Useimmat meistä ovat valmiita auttamaan, kun joku tarvitsee apua. Yleensä on itsestään selvää auttaa sairasta lasta, puolisoa, vanhoja vanhempia tai isovanhempia, muita sukulaisia tai läheistä ystävää.

Asioilla on aina kaksi puolta

Sinä, joka toimit auttajana, saatat itse tarvita tukea. Sairaus voi herättää pelkoa ja surua ja vaatimukset voivat tuntua ylivoimaisilta. Voi väsyä helposti ja saattaa tuntua siltä, että vastuu on vain itsellä.

Sinun ei kuitenkaan tarvitse kantaa kaikkea vastuuta yksin.

Anna meidän auttaa sinua – olemaan vahva omainen

Ota yhteyttä omaistukeen

- Saat tietoa kunnan tarjoamista mahdollisuuksista auttaa.
- Sinä tai te voitte saada keskusteluapua, jolloin on tilaisuus kertoa tilanteestanne kaikessa rauhassa.
- Saat neuvoa ja tukea omaiskysymyksissä.
- Halutessasi teemme kotikäyntejä.
- Voit osallistua omaisryhmään, luentoihin, terveystoimintaan, opintopiireihin yms.
- Voit viettää aikaa Ljusglimtenin omaiskeskuksessa, jossa tapaat muita samassa tilanteessa olevia omaisia.



Olet tervetullut tapaamaan meitä

Soita tai tule käymään, jos liikut lähimailla.

Toimitilamme:

Anhörigcenter Ljusglimten

Hantverkaregatan 9, Gällivare

Tavoitat meidät seuraavista numeroista:

Omaiskeskus Ljusglimten 0970-818 714

Omaiskonsulentti 0970-818 242, 070-655 05 60