

**Egentidsstöd**

**För dig som hjälper eller vårdar en närstående.**

Har du svårt att lämna den du stödjer? Om du bor tillsammans med den du

hjälper och inte har daglig hemtjänst har ni möjlighet att få egentidsstöd upp till 24 timmar i månaden. Det innebär att våra anhörigstödjare är sällskap till din närstående hemma hos er. Du som anhörig får möjlighet till egna aktiviteter, vila eller uträtta ärenden. Stödet är avgiftsfritt.

Egentidsstödet planeras tillsammans med en anhörigkonsulent eller demensvårdskonsulent. Vi strävar efter kontinuitet - du och din närstående lär känna en eller två anhörigstödjare som ni kan få förtroende för. Anhörigstödjaren kan följa din närstående på promenad och till olika aktiviteter eller finnas som sällskap i hemmet**.**

**Enskilt stöd i hemmet**

Stödet erbjuds främst under dagtid, förmiddag kl. 9-12 alternativt eftermiddag 13.30–16.30. Stöd under hel dag (6 tim) är också möjligt att få. Kväll och helg kan också erbjudas vid särskilda tillfällen.

**Viktig information**

* Din närstående kan ha biståndsbeslut om serviceinsatser såsom mattjänst, städning och inköp, samt beslut om dusch någon gång per vecka utan att egentidsstödet påverkas. Om din närstående har biståndsbeslut om korttidsvård/växelvård, minskas egentidsstödet med motsvarande 6 timmar per vecka.
* Egentidsstödet avslutas vid beslut om daglig insats från hemtjänst samt beslut om dagverksamhet. Anhörigstödjare kan finnas med som stöd vid introduktion av biståndsbeslutade insatser.

**Välkommen att kontakta Anhörigcentrum för mer information!**

**Anhörigcentrum: Telefon: 018-727 92 00 eller epost:** [anhorigcentrum@uppsala.se](mailto:anhorigcentrum@uppsala.se)