

Vielie bievnesh lihkesadtjedårjoen bijre daej organisasjovni luvnie gaavnh.

**Nationellt kompetenscentrum Anhöriga** lea ektiebarkoeverhtieh guktie bætije bijjien lihkesadtjedårjoem evtiedidh.

Dej hiejmebielesne bievnesh lihkesadtjedårjoen bijre åadtjoeh, minngemes saernieh, dotkem jih evtiedimmie lihkesadtjebarkoen bijre.

**Tellefovne:** 0480 - 41 80 20

**Hiejmebielie:** [www.anhoriga.se](http://www.anhoriga.se)

**E-påaste:** [info@anhoriga.se](mailto:info@anhoriga.se)

**Anhörigas Riksförbund (AHR)** lea organisasjovne abpe rjrhkesne mij ij leah politihkeste jih religiovneste veadtaldihkie.

AHR lihkesadtjide jih jeatjah lihkesme almetjh dåårje gieh giem gåetesne jallh institusjovnesne håksa.

AHR-n lihtsegh leah dovne almetjh jih lihkes lihkesadtjesiebrh.

**Tellefovne:** 0474 - 404 00

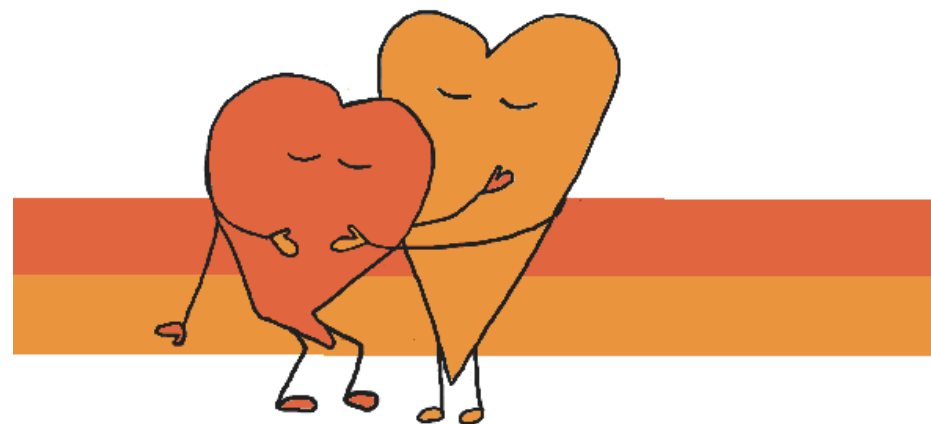
**Hiejmebiele:** [www.ahrisverige.se](http://www.ahrisverige.se)



Kommunförbundet Jiemhten leenesne dam suehpeden  
2010 buakteme.



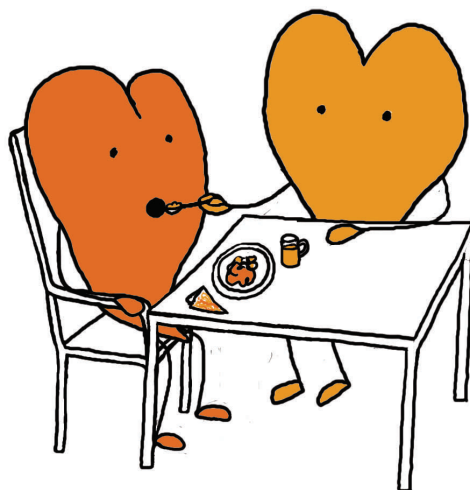
# Dåarjoe lihkesadtjide



## Lihkesadtjehåksøe

Mijjen sïebredahkesne gellie almetjh giëh mäedtielaakan jeatjabidie dej aarkebiejjine viehkiehtieh.

Almetjh dejtie viehkiehtieh giëh gukt'akt skïemtjeles fysiske jallh psykiske, giëh guhkiem skïemtjes orreme jallh båeries almetjh giëh eah aarkebiejjien buektiehtieh oktegh årrodh.



Sïejhme dïhte gie däärjojne viehkehte akte lihkesadtje. Aaj maakta kraanna årrodh, buerie voelpe jallh jeatjah gie "gukt'akt" lihkesadtjine viehkehte. Ij leah gaajhken aejkien nemhtie dïhte gie däärje seamma gåetesne orre goh dïhte gie viehkiem åådtje.

Seamma saakt guktie almetjem domtoe jallh guktie viehkehte, daam viehkiem gohtje lihkesadtjehåksøe. Byjjes håksosne akte lihkesadtje gie däärjoem lihkemes almetjidie vadta gohtje lihkesadtjehåksøe, mearan lihkesadtjh jïjtjh giëh däärjoem vedtieh jih håksøem jeatjabidie utnieh gellien aejkien jïjtsasse lihkesadtjine vååjnoe (paarrebielie, eejhtegh, maanah, åerpenh, jnv).

Lihkesadtjh jallh lihkemes almetjh maehtieh viehkiehtidh vaaroeh åestedh jallh jeatjah ieriejgumjie, beapmoe jurjiehtidh, sjeakodh jallh jeatjah aarkebiejjie vætnoeh. Aaj maehtieh almetjem altese håksøjne viehkiehtidh jallh gellien aejkien nemhtie daerpies barre desnie gååvnese.

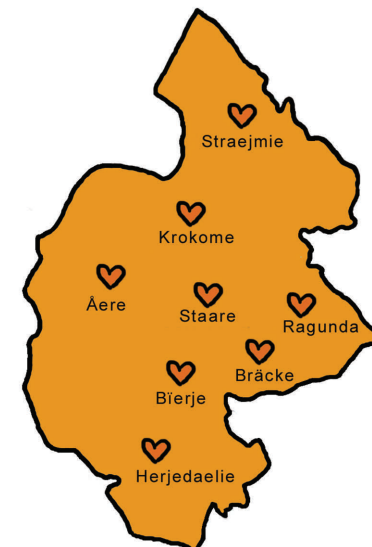
Sïjhtebe Datnine laavenjostedh, aellieh jueredh govlehtalledh!

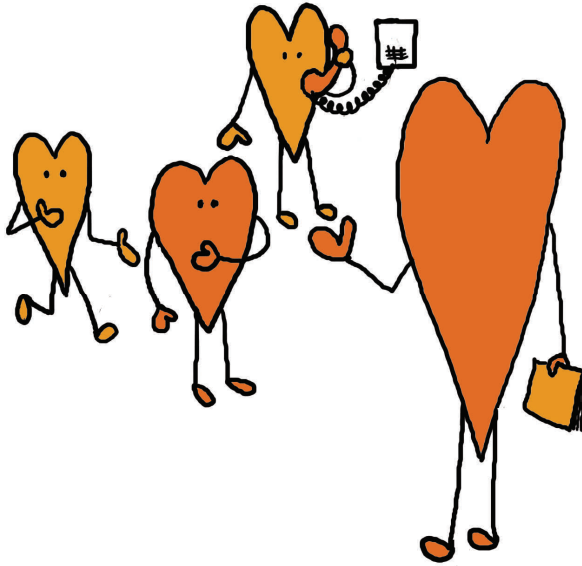
## Tellefovnenommerh tjïeltide Jïemhten leenesne.

Bïerjen tjïelte	0687 – 161 00
Bräcken tjïelte	0693 – 161 00
Herjedaelien tjïelte	0680 – 161 00
Krokomen tjïelte	0640 – 161 00
Ragundan tjïelte	0696 – 68 20 00
Straejmien tjïelte	0670 – 161 00
Ååren tjïelte	0647 – 161 00
Staaren tjïelte	063 – 14 30 00

## Sïebrijste jih organisasjovnijste däärjoe

Mijjieh ovmessie sïebrigumjie jih organisasjovnijgumjie ektine berkieh mij sosijaale barkøjne giëhtelieh. Muvhth dejstie mejnie ektine barkebe lea; Röda Korset, Svenska Kyrkan, Demens-, Stroke- och Anhörigföreningar, pensionärsorganisationer jv.





## Lihkesadtjehåksos jijtjevieltien

Ij leah gellien aejkien jijtje veeljeme lihkesadtjehåksosne årrodh, lihkesadtjehåksosje sjædta! Sïejhme lea jeenebe jïh jeenebe sjædta mejnie viehkehte. Gosse lihkesadtjem viehkehte dovne aavode jïh raeffiem åådtje jïh jïjnïh murreds mojhtesh åådtje. Gellien aejkien dihte lihkesadtje dam bööremes däärjoem vadta jïh vihkeles viehkie disse gie skïemtjele jallh gukt'akt fiejlien jïh viehkiem daarpesje. Læjhkan vihkeles daejredh lihkesadtjehåksos edtja jijtjevieltien årrodh.

Gosse dah lihkesadtji viehkieh stoere åasa destie håksoste mejtie gåetine vadtasåvva aaj daelie vuajneme dah gie naemhtie viehkiehtieh aaj däärjoem jïh skreejremem byjjesistie daarpesjeh. Daerpies åådtje lægkedidh, astoem jïjtsasse åådtjodh jïh aaj maahtoem åådtjodh juktie bööremes buektiehtidh viehkiem faaledh.



*daarpesjidh & daerpies*

Lihkesadtjehåksosje årrodh dihte lihkesadtje jïjtjemse maahta åajaldehtedh, ij dan jïjnïem svihtjïh, nåakelaakan åara jïh vaenebe nuepie jeatjebigujmie ektine årrodh. Destie dihte lihkesadtjehåksosje jïjtje maahta skeamtjodh.

## Guktie däärjoen åhtsa?

Ringkh tjïeltese jïh gihtjïh lihkesadtjekonsulentine soptsestidh jallh lihkesadtje-öörnïjïnie (=almetje giën sjïere barkoe lihkesadtjedäärjojne barkedh) jallh aktine gie dagkarinie viehkine barka.

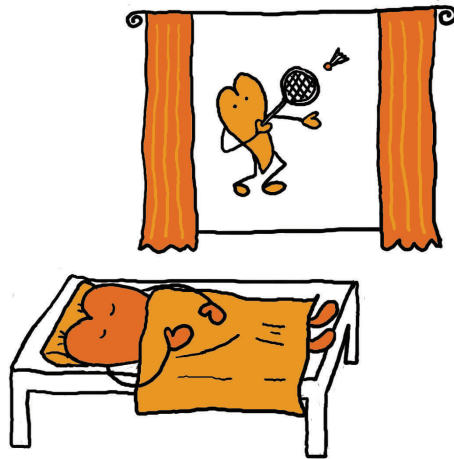
Ij leah gaajhken aejkien aelhie tjïelten almetjidie giej diædte dejtie lihkesadtjehåksosde jaksedh dan åvteste gellie lihkesadtjïh sjaaven berkïeh jïh eah byjjesinie govlehtellïeh. Jis ij daelie tuhtjïh daerpies däärjojne læjhkan buerie åssjalommes govlehtalledh.

Buerie aelkedh soptsestidh naan lihkesadtjekonsulentine jallh dagkarinie jis bæetje beajjan däärjoem åådtjodh. Maahtah dovne nuhteligis biëvnesh åådtjodh, reaktïe almetjem råakedh giejnië soptsestidh, jeatjebigujmie govlehtalledh giëh seamma sientesne jïh aamhtesebiejjïne meatan årrodh gusnie vihkeles maahtoem maahtah åådtjodh.

## Ij daarpesjh gaajhkh diedtem jijtje guedtedh

Mietsken 1 biejjeste 2009 laake mij nænnoestamme tjielte edtja däärjoem faaledh dejtie giejtie lihkesadtjide gieh skiemtjele, bääries jallh gukt'akt fiejlien viehkiehtieh. Ij leah laake edtja lihkesadtjide tjabrehtidh vielie darjodh, juktie edtja viehkiem dejtie faaledh gieh jijtjevieltien håksoem vedtieh.

Daejnie laakine sæjhta dovne dejtie lihkesadtjide däärjodh jih girmedh dan barkoen åvteste maam darjoeh jih man vihkeles åvtelbodti viehkiehtidh juktie dihte lihkesadtje ij leah jijtje fysisk jallh psykisk meajvadåvva.



*Buerie lihkesadtjedäärjoe åvtelbodti viehkehte olles meajvadovvh.*

## Mij lihkesadtjedäärjoe?

Barre dihte lihkesadtjehåksoje gie dam maahta vaestiedidh. Siejhmelaakan maahta lihkesadtjedäärjoem buerkiestidh mæedtie viehkine lihkesadtjem däärjodh fysisk, psykisk jih sosijaale veasoen mietie guktie giehepebe disse sjædta gie viehkiem daarpesje. Lihkesadtjedäärjoe gaajhkh tjïeltine gååvnese jalhts ij gaajhken aejkien seamma faaleldahkine. Dan åvteste vihkeles tjïeltine govlehtallh jih orremes bievnesh åadtjoeh guktie dov sijjesne. Gihtjh dejnie soptsestidh giën diedte lihkesadtjedäärjose.

## Provhkebe soptsestidh riekte jih indirekte däärjoen bijre

Riekte däärjoe lea mæedtie viehkieh mij riekte lihkesadtjehåksoejasse jåhta. Vuesiehtimmien gaavhtan däärjoesoptsestalllem, däärjoetjierth, “hijven jielehdh”-iedtjh, bievnesh jih lohkehtimmie. Jeenemes aejkien ij maam lihkesadtjedäärjoste daarpesjh maeksedh. Däärjoem lihkesadtjekonsuleenten tjïrrh åådtje jallh akteste gie dagkarinie viehkine barka, jalhts ij tjïeltine gaajhken aejkien seamma faaleldahkh.

**Indirekte** däärjoe lea däärjoe lihkesadtjehåksoejasse badth jåhta disse gie viehkiem daarpesje. Däärjoem åådtje dan sosijaaledienesje-laaken mietie gosse vuartesje mejtie däärjoe daerpies. Dihte gie håksoem daarpesje tjuara jijtje dam syökedh giën tjïrrh gie dagkarinie viehkine barka. Misse maahta indirekte däärjoem syökedh:

- gæetesne hiejjemedienesjimmiën tjïrrh
- biejjievierhkesne årrodh jih/jallh åenekstijjem jeatjh lehkesne årrodh.

Tjïelte jih laantedigkie diedtem sinsitnine juekieh aktem buerie healsoe- jih skiemtjehåksoem leenen årrojiedie faalehtidh.

Laantedigkien diedte healsoejarngide. Tjïelti diedte hiejjmeskiemtjehåksose jïjtsene gæetesne jih sjïere årromesijjide. Dannasinie tjïelten leah distriktesåjhther, skiemtjesåjhther, barkoeterapeuth jih skiemtjegymnasth.

