



## Exempel på stödinsatser du kan ansöka om hos socialtjänsten

### Avlösarservice

Om du har någon som hjälper dig hemma kan den personen ibland behöva göra saker på egen hand. Till exempel göra ärenden eller få tid för sig själv. Då kan en annan person (en avlösare) komma hem till dig och ni gör saker tillsammans, i ditt hem eller i ditt närområde, som du tycker om.

### Boendestöd

Om du har svårt för att planera och komma i gång med olika aktiviteter i din vardag kan du ansöka om boendestöd. Boendestöd är en person som kommer hem till dig för att stötta och motivera. Tillsammans tränar ni på att planera och genomföra aktiviteter i din vardag. Det kan till exempel vara:

- att du planerar din vecka
- att du tar hand om ditt hem
- att vara ute på olika platser och bland andra människor.

### Boende i familjehem eller bostad med särskild service för barn eller ungdomar som behöver bo utanför föräldrahemmet

Har du så stora stödbehov att du, trots hjälp i hemmet, inte kan bo kvar hemma hos din familj?

Om det är så för dig kan du bo på ett boende där det finns personal som kan hjälpa dig. Din familj kan hälsa på dig och du kan åka hem ibland. Du kan även bo i familjehem som betyder att du bor hos en annan familj än din egen.

Om din skola ligger långt bort från där din familj bor kan du få bo på ett internat. Ett internat är ett boende där finns personal som hjälper dig.

### Bostad med särskild service för vuxna eller annan särskild anpassad bostad

Om du under en stor del av dygnet behöver hjälp med saker som du inte klarar av själv kan du bo i en bostad med särskild service. Där finns personal i närheten som kan hjälpa dig om du till exempel behöver stöd med att ta hand om ditt hem, planera din vecka, att duscha eller laga mat. Du har ett eget hyreskontrakt.

I en bostad med särskild service kan du antingen bo i en gruppboende eller en serviceboende.

- En gruppboende är till för dig som behöver stöd ofta. Där finns det personal hela tiden. En gruppboende består av några lägenheter som ligger nära gemensamma utrymmen, där du kan träffa andra.
- En serviceboende innebär att du bor i en egen lägenhet. När du behöver stöd och hjälp så kan du kontakta personal som kommer till dig. Det finns gemensamma utrymmen i närområdet där du kan träffa andra.

Det finns också något som heter *annan särskild anpassad bostad*. Då bor du i en lägenhet som har anpassats efter dina behov. Du kan ha hjälp i vardagen, till exempel hemtjänst, ledsagning eller personlig assistans. Det finns inga gemensamhetsutrymmen.

### Bostadsanskaffning F100

Du kan ansöka om att få stöd och hjälp med att skaffa en egen lägenhet, om du på grund av din funktionsnedsättning har svårt att göra det själv och även behöver stöd i ditt hem.

### Bistånd till boende

Saknar du helt någonstans att bo och har speciella svårigheter att på egen hand söka efter en bostad, kan det i vissa fall vara aktuellt att under en kortare tid bo någonstans där det finns personal som hjälper och stöttar dig. Det kallas för socialt boende med stöd.

## **Daglig verksamhet**

Om du inte arbetar eller studerar kan du ansöka om daglig verksamhet.

På den dagliga verksamheten kan du sysselsätta dig med olika saker. Det kan till exempel vara:

- Att arbeta inom service såsom i en butik eller på café
- Att arbeta inom olika media såsom it, data, ljud/bild eller göra tidningar
- Att delta i olika skapande aktiviteter såsom musik, teater eller hantverk

Du är där tillsammans med andra och det finns personal som hjälper dig.

På en daglig verksamhet kan du också träna på att vara ute på ett företag och se hur det fungerar att jobba där. Du träffar personalen från daglig verksamhet ibland, när du behöver.

## **Daglig sysselsättning**

Om du inte har rätt till daglig verksamhet men heller inte kan få ett annat arbete, kan du ansöka om daglig sysselsättning.

Där kan du tillsammans med andra göra olika saker som passar dig, till exempel att baka, snickra eller ägna dig åt kreativt skapande. Det finns personal där som hjälper dig.

## **Fixartjänst**

Om det är svårt för dig att själv göra enstaka praktiska saker i ditt hem, till exempel att byta glödlampor, sätta upp gardiner eller hämta saker från din vind eller källare kan du ansöka om fixartjänst. Då kommer en person hem till dig och du får hjälp med just detta.

## **Hemtjänst**

Du kan ansöka om hemtjänst om du har svårt att klara vardagen på egen hand. Det kan bland annat handla om att du behöver hjälp med att städa eller duscha. Hemtjänst är ett stöd i din vardag för att du ska kunna fortsätta bo kvar hemma.

## **Hemvårdsbidrag**

Hemvårdsbidrag är en ekonomisk ersättning som du kan söka om du har någon som hjälper dig med omvårdnad och omsorg.

## **Kontaktperson**

En kontaktperson är som en vän som du kan göra saker tillsammans med. Du kan ansöka om kontaktperson om du saknar vänner och känner dig ensam. Tillsammans kan ni till exempel fika eller gå på bio.

## **Korttidsboende**

Om du inte kan flytta hem igen, efter exempelvis en sjukhusvistelse, kan det vara aktuellt med korttidsboende för återhämtning och rehabilitering. Där finns det personal som hjälper och stöttar dig dygnet runt tills du kan flytta hem eller till ett annat långvarigt boende.

## **Korttidsvistelse**

Om du behöver komma hemifrån och göra saker tillsammans med andra eller om dina anhöriga behöver göra saker på egen hand kan korttidsvistelse vara ett alternativ. Det innebär att du åker i väg till ett läger, korttidshem eller en annan familj.

Du kan vara där över dagen eller sova över en eller flera nätter. Där finns det andra personer, som du får stöd att göra saker tillsammans med.

## **Korttidstillsyn**

Korttidstillsyn är till för dig som är över 12 år men ännu inte kan vara ensam hemma när dina föräldrar arbetar. Det är som fritidshem där du är tillsammans med personal och andra barn eller ungdomar innan eller efter skolan samt under lov och på studiedagar.

## **Ledsagning**

Om du inte kan ta dig till olika platser kan du ansöka om ledsagning. En ledsagare är en person som då följer med dig. Ledsagaren kan till exempel följa med dig för att du ska kunna vara med på aktiviteter, träffa dina vänner eller göra andra saker som är viktiga för dig.

## **Personlig assistans**

Om du har stora svårigheter och behöver hjälp att klara dig i vardagen kan du ha rätt till personlig assistans.

Det kan till exempelvis handla om att du har svårt att duscha, äta, klä på och av dig, förflytta dig, prata med andra eller delta i fritidsaktiviteter.

Tillsammans med din assistent kan du träna på att klara vissa delar av din vardag själv.

Du får även vara med och bestämma vem som ska hjälpa och stödja dig.

## **Trygghetstelefon och trygghetskamera**

Ett sätt att känna sig trygg i hemmet kan vara att använda sig av digitala lösningar.

Med trygghetstelefonen kontaktar du personal vid oförutsedda situationer. Trygghetskameran är tillsyn via webbkamera som ger dig tillsyn både dag som natt utan att du blir störd. I bakgrunden finns Trygghetsjourens personal, dygnet runt, och ser till att du får den hjälp du behöver.

## **Vad kostar det att få hjälp?**

Du betalar själv din hyra, dina måltider, kostnader för resor och fritidsaktiviteter. För barn under 18 år som bor i boende eller familjehem kan en vårdavgift tas ut från föräldrar.

Det stöd som du får enligt lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade (LSS) är kostnadsfritt.

Du som får hjälp enligt socialtjänstlagen kan betala en avgift för stödet. Hur hög avgiften blir beror på vilka övriga inkomster du har.

Mer information finns i stadens avgiftsbroschyr och stadens hemsida.