

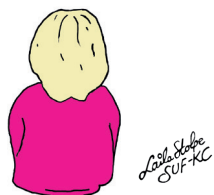
Vi vet att barn till föräldrar med kognitiva svårigheter har stor nytta av att förstå vad deras mamma och pappa har lätt och svårt med.

På habiliteringen kan vi:

- Ge information om kognitiva svårigheter.
- Få hjälp att prata med ditt barn om dina svårigheter med hjälp av Beardslee familjeintervention.
- Hjälpa dig att se till att barnet får det han/hon behöver i vardagen; hälsa, hygien, skola, rutiner, sömn och fritid.
- Hjälpa ditt barn att träffa andra barn som har föräldrar med kognitiva svårigheter.

### Vill du ha stöd till ditt barn?

Ja  Vet ej  Nej



Habiliteringen för barn och vuxna i Bålsta 0171-41 73 70  
Habiliteringen för barn och vuxna i Enköping 0171-41 84 20  
Habiliteringen för barn och vuxna i Tierp 0293-204 40  
Hälsa och habilitering Uppsala 018-611 67 40  
Habiliteringen för barn och vuxna i Östhammar 0173-882 30



## Till dig som är Förälder

**Är det ibland svårt att minnas, tänka, planera och hantera din tid? Detta kallas för kognitiva svårigheter. Det har att göra med hur vår hjärna fungerar. Att ha kognitiva svårigheter innebär att du kan behöva stöd om du blir förälder.**

Alla som blir föräldrar behöver lära sig vara föräldrar. För att vara en bra förälder behöver man stöd och hjälp. Föräldrar med kognitiva svårigheter kan behöva mer stöd och hjälp än andra.

Stöd kan se olika ut. En del föräldrar får stöd från sin familj. En del föräldrar får stöd från BVC, en del föräldrar får stöd från socialtjänsten eller från oss på habiliteringen.

Alla föräldrar måste tänka på vad som är bäst för barnet. Att ta emot stöd är en möjlighet att få det att fungera i sin vardag.



## Vi på habiliteringen vill ge dig stöd och hjälp. Det här är några exempel på vad vi kan göra:

### Stödsamtal

Har du många frågor, är du orolig?

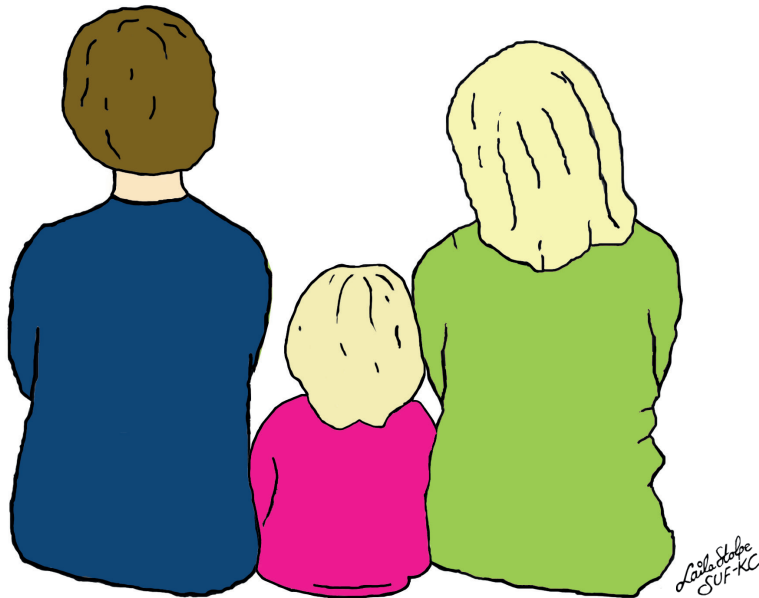
Är andra oroliga för din familj?

Du kan få prata med någon

om det som kan vara svårt när man är förälder.

### Vill du prata vidare om att vara förälder?

Ja  Vet ej  Nej



### Kontakt till andra verksamheter

Som förälder behöver du hålla ordning på många saker. Man behöver ofta ha kontakt med olika verksamheter, till exempel: Försäkringskassan, Arbetsförmedlingen, socialtjänsten och förskola/skola.

Vi kan också prata om vilka saker du behöver ha hjälp med.

- Få stöd i hemmet
- Hantera ekonomi och blanketter
- Bryta isoleringen och träffa andra föräldrar
- Annat.....

### Vill du ha hjälp med kontakter till andra verksamheter?

Ja  Vet ej  Nej

