

Anhörigprojektet

Hej och tack!

Vad är Anhörigprojektet?

”Vi ska med Anhörigprojektet uppmärksamma anhörigas situation och fördjupa förståelsen för hur man kan underlätta för och stärka anhöriga till personer med psykisk ohälsa. Hur kan anhörigas erfarenheter bidra inom vård och omsorg?”

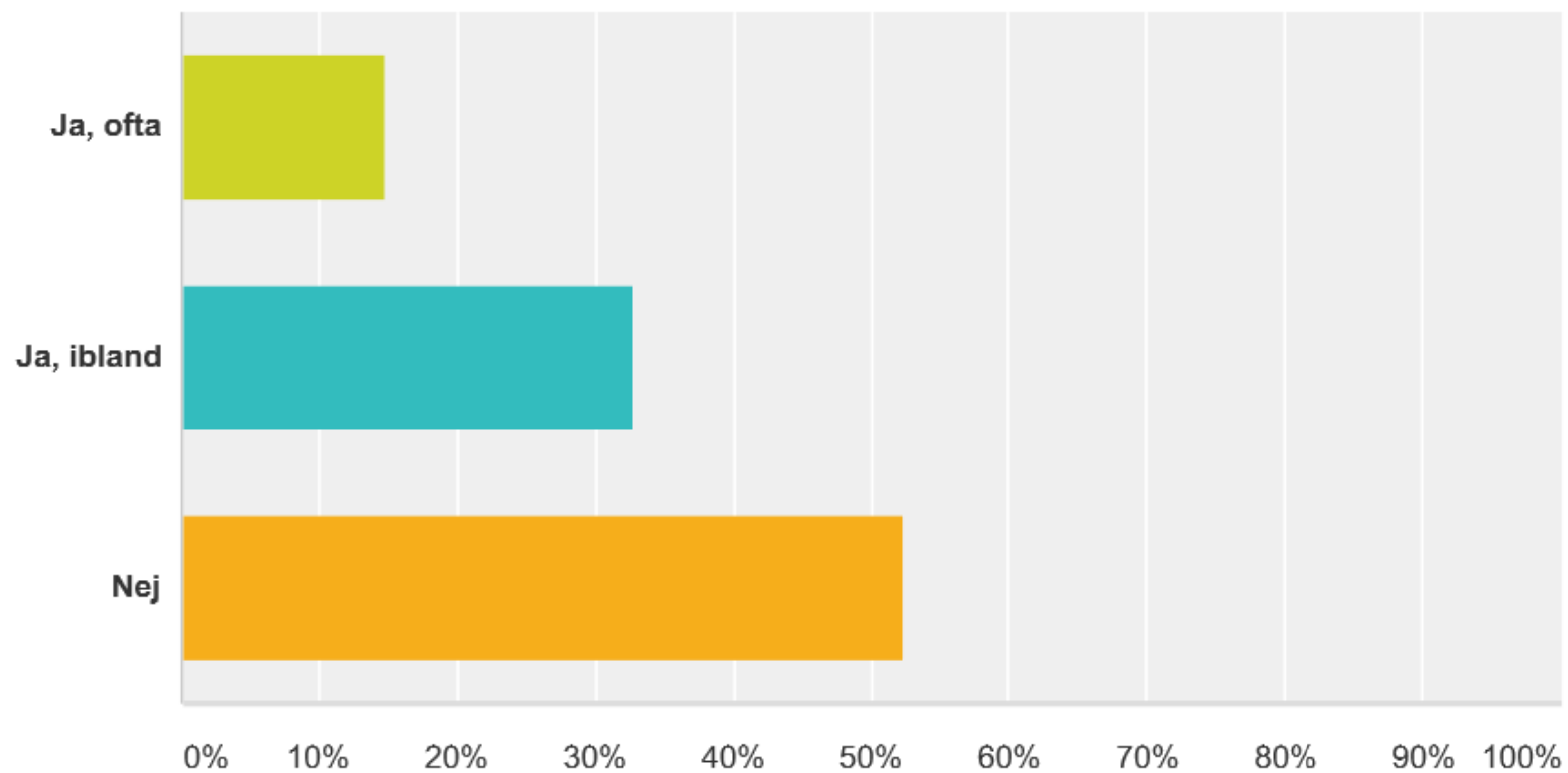
ätstörningar, adhd, autismspektrat, schizofreni, bipolär, tvångssyndrom, depression, ocd, ångest, självska debeteende, psykossjukdomar



Anhöriga drar ett stort lass och
blir själva sjuka

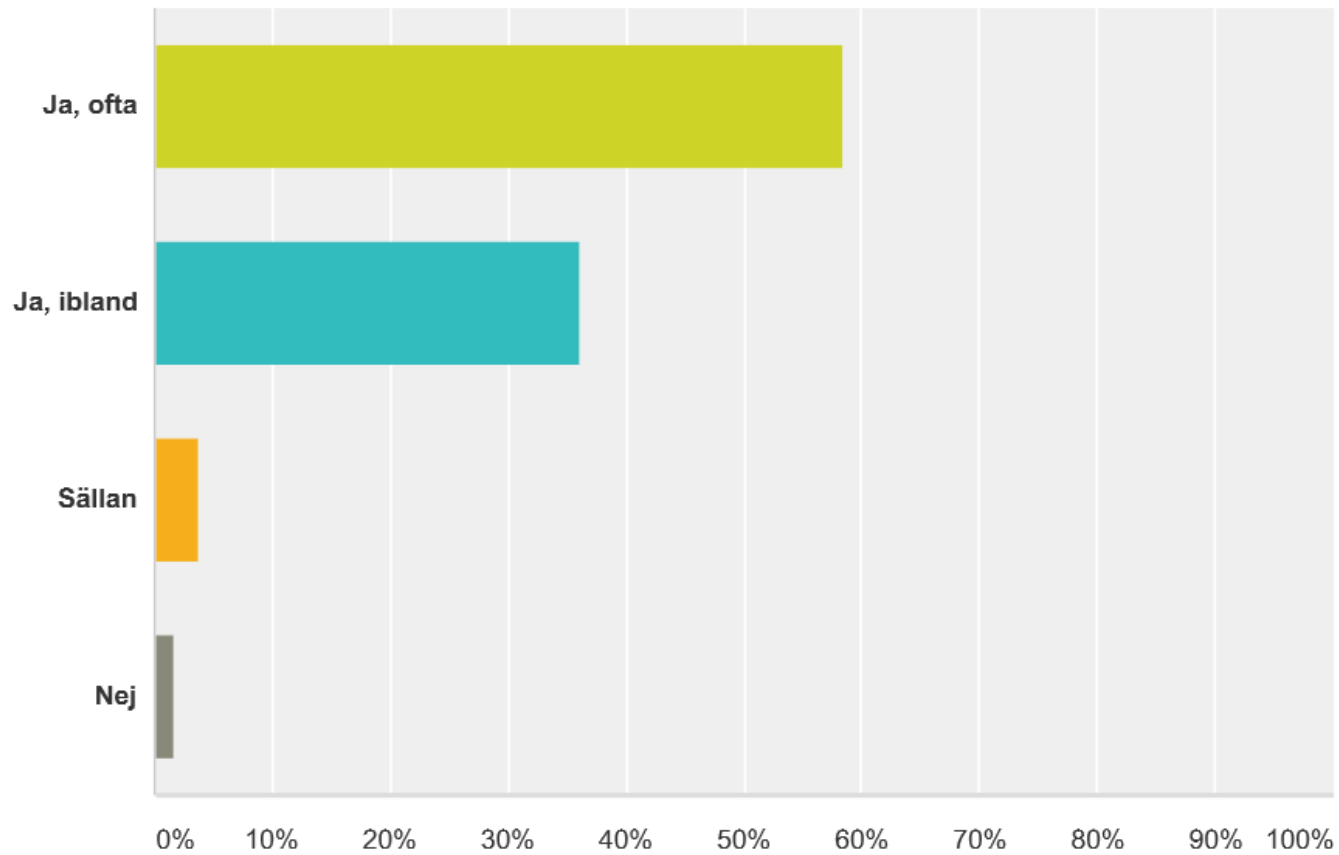
Q14 Har du varit sjukskriven på grund av din situation som anhörig?

Svarade: 749 Hoppade över: 94



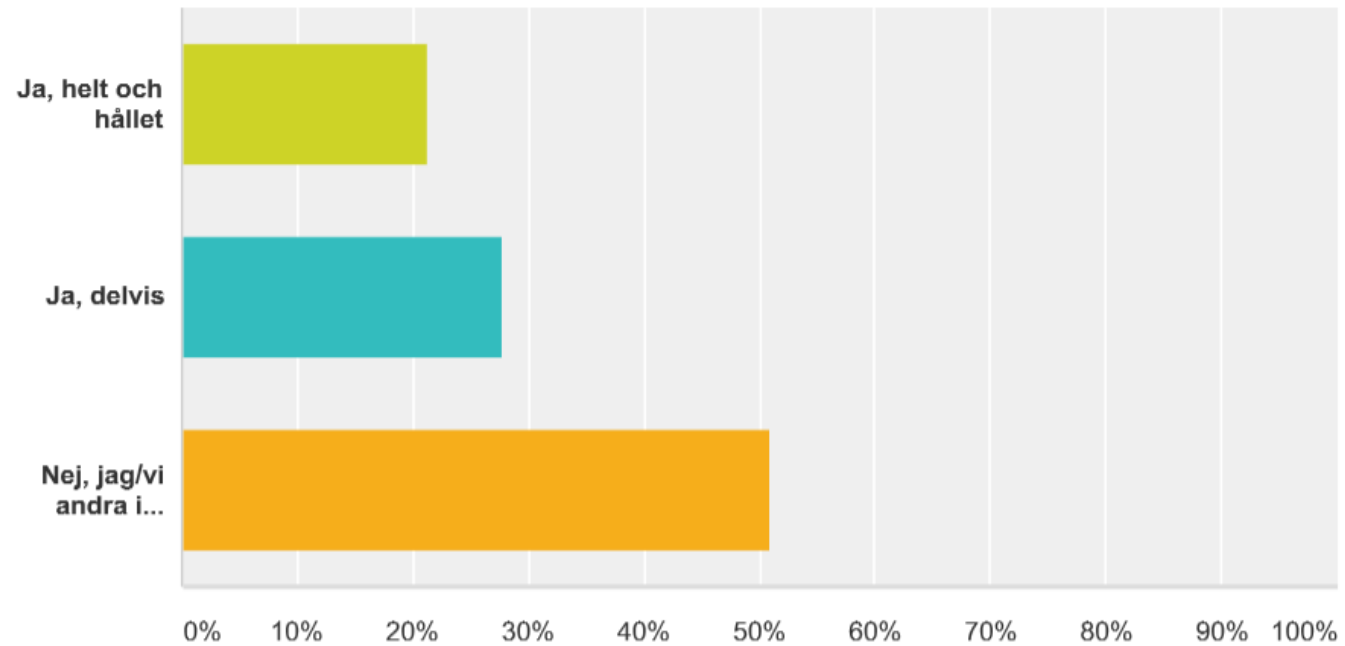
Q16 Upplever du oro på grund av din närståendes ohälsa?

Svarade: 763 Hoppade över: 80



Q15 Har din närstående en ekonomi så att hen klarar sina egna levnadsomkostnader?

Svarade: 748 Hoppade över: 95



74%

3% kunskap

51%

48% sjukskrivna

Studiecirkel uttryckande konst för anhöriga

Anhörighelg



Folder

Vill du veta mer om anhörigstöd? Kontakta din kommun!

Är du anhörig?

Du kanske inte själv har tänkt på att definiera dig som det, men om du står nära någon som mår psykiskt dåligt är du anhörig. Du kan till exempel vara förälder, barn, partner, syskon, vän eller granne. Du kanske drar ett tungt lass och hjälper din närstående, du kanske är orolig för vad som ska hända eller så kanske du känner skuld för att du inte kan göra mer. Oavsett hur du känner kan det vara bra att få stöd från andra.



Du kan även vända dig till

Det finns stöd att få från flera håll. Öppenvårdspsykiatri, brukar- och intresseorganisationer och Svenska kyrkan kan erbjuda stöd i olika former. Se kontaktuppgifter på baksidan.

Kommunen kan ge stöd

Det står i lagen att alla kommuner ska erbjuda anhörigstöd. Anhörigstödet finns där för att tillgodose dina behov som anhörig. Du kanske behöver någon att prata med, eller träffa andra anhöriga som delar dina erfarenheter. I de flesta kommuner finns en anhörigkonsulent som kan berätta mer om vilket stöd som finns att få i just din kommun.



Klipp av och spara!

Direktnummer anhörigkonsulenter

Avesta	0226-64 58 92
Borlänge	0243-665 44
Falun (växel)	023-830 00
Gagnef (växel)	0241-151 00
Hedemora	0225-340 33
Leksand	0247-803 09
Ludvika	0240-863 91
Malung-Sälen	0280-183 43
Mora	0250-265 60
Orsa	0250-55 22 64
Rättvik	0248-703 94
Smedjebacken	0240-66 04 37
Säter	0225-553 24
Vansbro	0281-751 48
Älvdalen	0251-314 62

Handbok för anhörigkonsulenter





Ta hand om mig- hur då??!



70

miljarder kronor

Anhöriga vet inte att det finns
hjälp att få

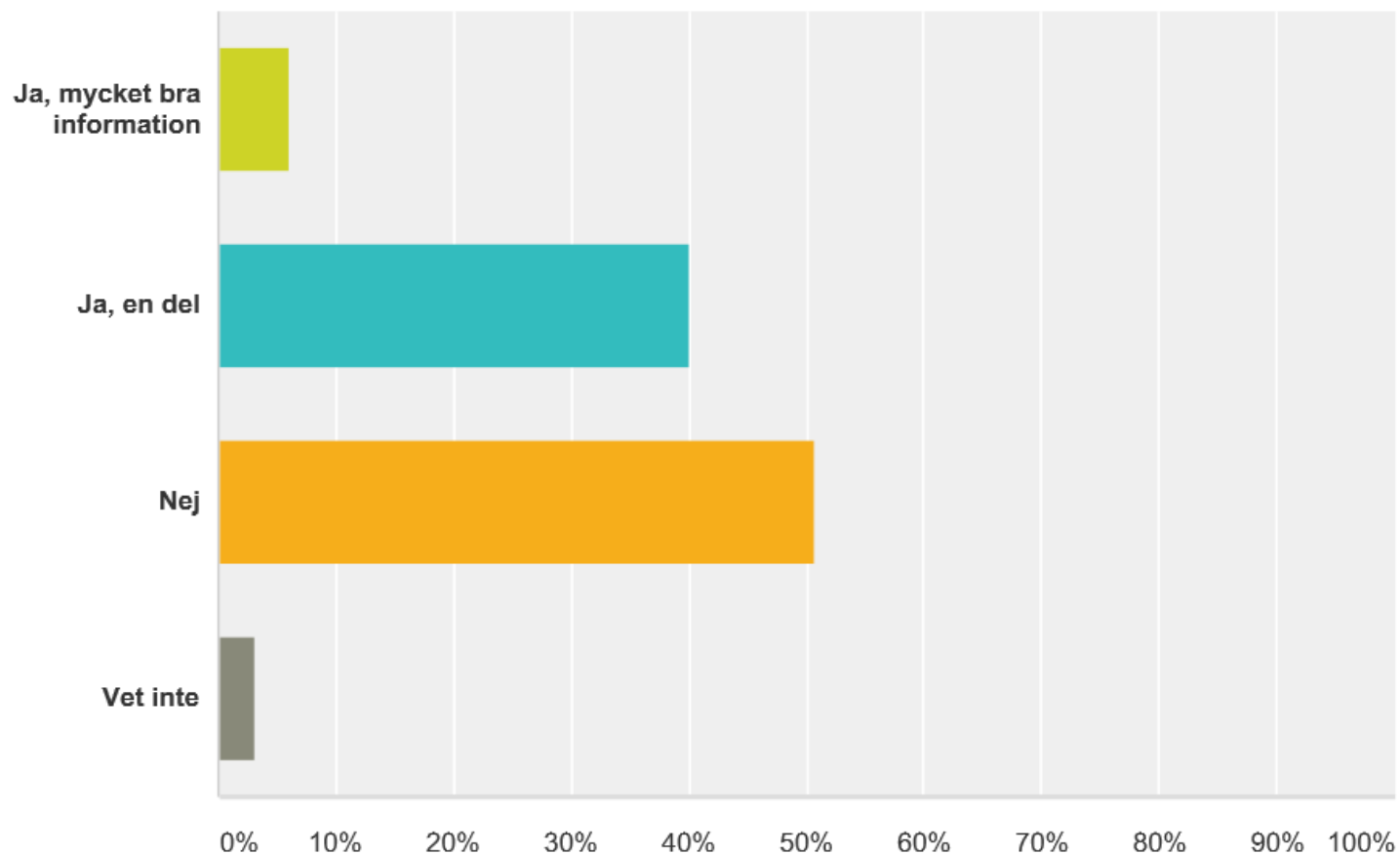


Vem hjälper den som hjälper?



Q6 Har du eller någon annan i din familj fått information om vad kommunen eller landstinget kan erbjuda i form av stöd?

Svarade: 806 Hoppade över: 37



Gilla · Svara · den 12 mars kl. 08:19

Eva Balazs 🙏❤️
Gilla · Svara · den 12 mars kl. 08:31

Maiellen Stensmark Såå informativt och vackert förmedlat! Tack 🙏❤️👍👍
Gilla · Svara · 1 · den 12 mars kl. 08:33

KB No Jag är glad att det finns anhörig stöd idag ❤️ fanns inget stöd när min lillasyster valde att bli en ängel 😞
Gilla · Svara · den 12 mars kl. 16:20

Monica Klemming ❤️
Gilla · Svara · den 13 mars kl. 05:17

Malin Goude Jag undrar oxå, vem???
Gilla · Svara · den 13 mars kl. 09:58

Bodil Persson Göta Persson Jerry Lindborg
Gilla · Svara · 1 · den 14 mars kl. 15:09 · Har redigerats

Yamina Elbachir 💔
Gilla · Svara · den 14 mars kl. 16:44

Lena Dahl Tårarna trillar 💔
Gilla · Svara · 1 · den 14 mars kl. 19:18

Whabli Lakotah Det där är fruktansvärt att hamna i. Men min egen resa har varit där också. Men fick hjälp av en sann vän som lyssnade och visade mig en annan värd
Gilla · Svara · 2 · den 14 mars kl. 19:28

Helene Hultén Det ofattbara. Att överleva efter att ha mist sitt barn på detta fruktansvärda sätt. Hoppas att han fick frid ❤️
Gilla · Svara · 1 · den 15 mars kl. 12:28

Joakim Bodin Det gör ont att hitta som första person en som tagit sitt liv. För

Community

Sök efter inlägg på de

Bjud in vänner att gill

Hur mår anhöriga till perso
ohälsa?
Anhörigprojektet jobbar för
anhörigas situation.

2 428 gilla-markerin
Tomas Andersson o
gillar detta

- Om
- Svarar vanligen inom en
- Skicka meddelande nu
- www.nsph.se/projekt/a
- Community
- Ansvariga

Inlägg från besökare

Film från manifestation

Vårdfilm

<https://www.youtube.com/watch?v=wsixyH5vTZ4>

Anhöriga ses inte som en resurs

”Till exempel så instruerar vi vår personal att de ska förklara för patienterna att det är betydelsefullt att samarbeta med de personer som är viktiga för dem. Man kan börja med att fråga: Vilka vill du att vi ska kontakta?”

Har du fått/ställt någon ”anhörigfråga”?

- **Vad kan vi bidra med för att du ska känna dig så trygg som möjligt?**
- **Vad behöver du för att trivas tillsammans med oss som är personal?**
- **På vilket sätt vill du vara delaktig?**
- **Hur mår DU som anhörig just nu?**
- **Vad längtar du efter?**

Ett maratonlopp- inte ett sprintlopp





Frågor?

Tack för oss!



Kontaktuppgifter

www.nsph.se/anhorigprojektet

vemhjalper.se

ingrid.lindholm@nsph.se

0707-15 77 86

[jenny.lindström@nsph.se](mailto:jenny.lindstrom@nsph.se)

0707-17 75 72

kerstin.liljebblad@nsph.se



schizofreniförbundet

Intressförbundet för personer med schizofreni och liknande psykoser