

Idéburna organisations stöd till
anhöriga till personer med
psykisk ohälsa

Agenda

- Definitioner
- Idéburna organisationers struktur och arbetssätt
- Exempel på idéburen verksamhet, projekt och material

Definitioner

- Anhörig/närstående
- Brukare/patient/klient/den sjuke/själverfarna
- Vem är anhörig?
- Psykisk ohälsa

Idéburen organisation/intresseorganisatio n/ideell organisation

"Idéburen organisation är ett begrepp för att beskriva den [tredje sektor](#) som befinner sig mellan [offentlig sektor](#) och [privat sektor](#), och som varken kan sägas tillhöra den offentliga eller den privata sektorn. "

Idéburen organisation/Ideell förening

- Demokratisk struktur
- Medlemmarna driver
- Icke vinstdrivande
- Värdet är det som styr
- Fristående från stat/region/kommun

Uppbyggnad

- Styrelse
- Stadgar
- Medlemmar
- Årsmöte
- Verksamhetsplan

Vilka föreningar finns i landet?

- *”NSPH:s motto är att bidra till den psykiatriska vårdens utveckling genom att stödja patienter, brukare och anhöriga och främja deras inflytande på alla nivåer i samhället.”*
- Attention, Autism och asbergerförbundet, Balans, Brukarföreningen, OCD-förbundet, Schizofreniförbundet, Frisk och fri, Fountain House/Fontänhusen, FMN, Equal, SHEDO, Suicide zero, SPES, Maskrosbarn, MIND, Trygga barnen, RFHL, RSMH, ÅSS, Anhörigas riksförbund....
- Röda korset, Stadsmissionen,

Exempel på stöd

- Studiecirklar, Prospect-t.ex. syskon
- Intressepolitik "Bättre psykosvård"
- Samtalsgrupper "Psykologledd samtalsgrupp"
- Grupper där en gör en aktivitet; gåträffar, syjunta, verkstad
- Föreläsningar (juridik, mediciner, behandling, egenerfarna)
- Stödsamtal
- Projekt

Modeller för påverkansarbete

- Brukarråd
- Intressepolitiskt arbete
- Utbildningar/studiecirkclar
- Projekt
- Samverkan

Exempel på projektverksamhet som tar fram olika typer av material

- Återhämtningsguiden- för dig som är nära någon...(NSPH i Skåne, SHEDO)
- Hälsospåret för anhöriga (NSPH Stockholm)
- ”Du är inte ensam” (Projektet Trialog, Bräcke diakoni)
- Anhörigprojekt (RSMH)

Studiecirkelmateriel

- Ta mig på allvar
- Växa och må bra
- Din egenmakt
- Med starkare röst
- Din rätt
- Din egen berättelse
- Hälsospåret
- Vuxensyskon
- Diagnosspecifika studiecirkclar riktade till specifika målgrupper

Anhörigprojektet

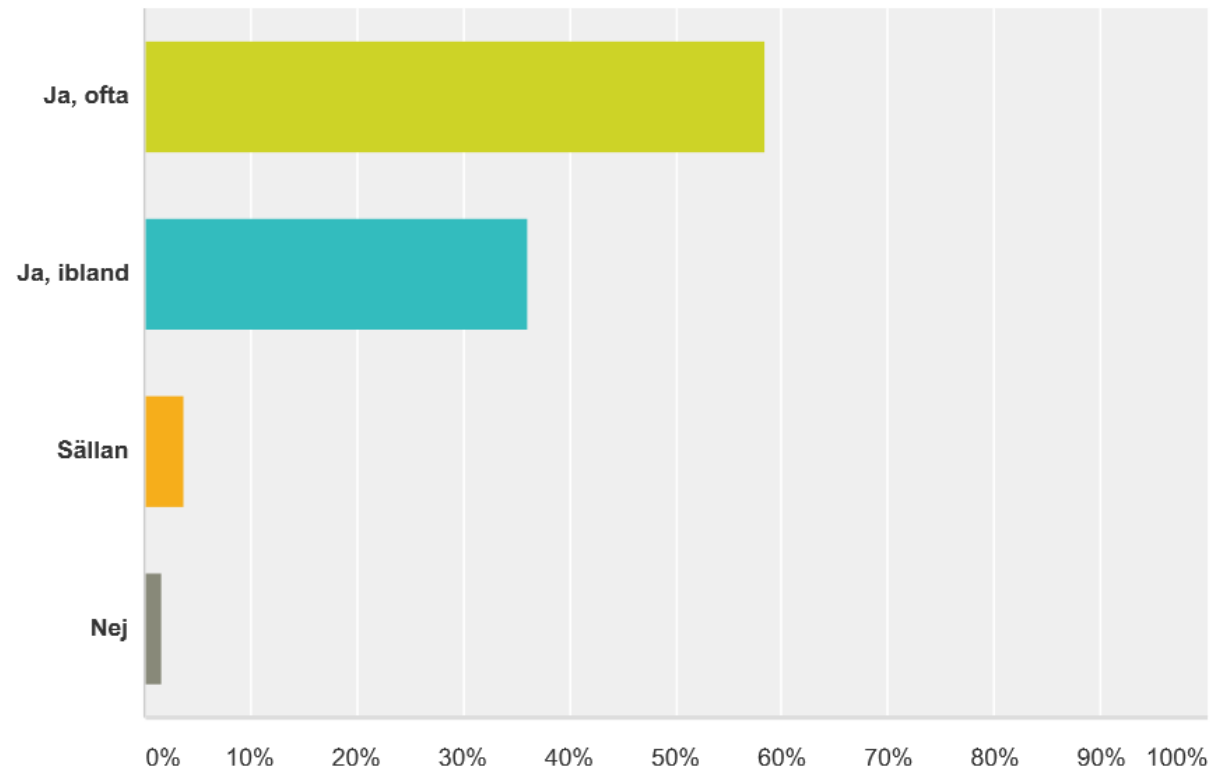
- Allmänna Arvsfonden
- NSPH projektägare
- Vuxna anhöriga till personer med psykisk ohälsa



”Vem hjälper dem som hjälper”

Q16 Upplever du oro på grund av din närståendes ohälsa?

Svarade: 763 Hoppade över: 80



Handboken för anhörigkonsulenter



NkaTM

Folder riktad till anhöriga

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

Studiecirkel i uttryckande konst



NkaTM

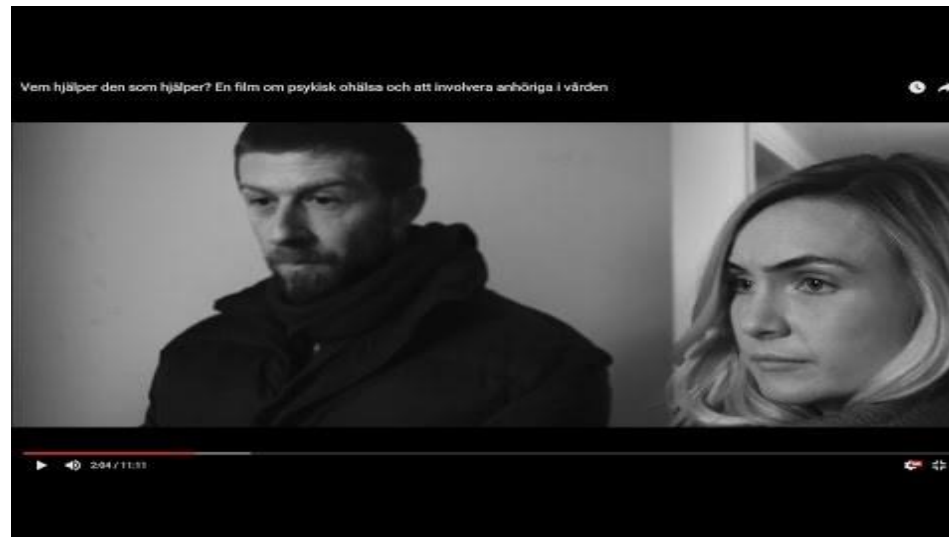
Kampanjen "vem hjälper den som hjälper"

Över 500 000 visningar



NkaTM

Film riktad till vårdpersonal



NkaTM

Upprop för bättre anhörigstöd

- 5000 namnunderskrifter
- Manifestation på Mynttorget i Stockholm
- Inbjuden Socialminister

Länkar

- <https://nsph.se/>
- <https://nsph.se/publikationer/utbildningsmaterial/> (länk till olika studiecirkelmateriel)
- https://www.uppdragpsyiskhalsa.se/verktyg-stod-och-metoder/stodlista-psyisk-halsa-i-kristid/?utm_source=nyhetsbrev&utm_medium=email&utm_term=&utm_content=&utm_campaign=Nyhetsbrev+april+2020
- <http://anhoriga.se/stod-och-kunskap/coronaviruset-och-anhoriga/hit-kan-du-vanda-dig-om-du-vill-prata-och-fa-rad/>