

STÖDLINJER FÖR ANHÖRIGA



Foto: Mostphotos



I denna folder hittar du kontaktuppgifter till olika stödlinjer, organisationer och myndigheter som kan ge dig som anhörig vägledning, råd och stöd i olika situationer.

Sveriges kommuner är enligt lag skyldiga att erbjuda anhörigstöd. Du kan ringa till kommunens växel och bli kopplad till kommunens anhörigstöd. I Svalövs kommun når du anhörigstödet på telefon 0418-47 54 65 och e-post: anhorig@svalov.se

Lista med länkar till Sveriges kommuners hemsidor (SKR):

Webbsida: <https://skr.se/skr/tjanster/kommunerochregioner/kommunerlista.1246.html>

Hit kan du vända dig om du har frågor:

- Vårdcentralen
- 1177, sjukvården
- 112, nödnummer
- Socialtjänsten – ring till kommunens växel (socialsekreterare).
- God man: Kontakta överförmyndarnämnden i din kommun

Missnöjd med vården? Vänd dig till:

- De flesta kommuner har en klagomålsfunktion där det går att lämna klagomål och synpunkter på kommunens verksamheter inom vård och omsorg. Gå in på din kommuns webbsida eller ring till kommunens växel.
- Biståndshandläggare i kommunen
- MAS (Medicinskt ansvarig sjuksköterska) i kommunen
- SAS (Socialt ansvarig samordnare)
- Enhetschef på boende – be om vårdplaneringsmöte
- Verksamhetschef på boende
- Patientnämnd i respektive region (regionens växel)
- IVO (Inspektionen för vård och omsorg)

Myndigheter

- IVO (Inspektionen för vård och omsorg), socialtjänst, LSS: 010-788 50 00. (Kommunen ska hjälpa till med hur man överklagar). På upplysningstjänst www.ivo.se kan du tipsa och skicka in frågor.

- Försäkringskassan – Kundcenter för privatperson. Här kan du ställa frågor om närståendepenning.

Telefon: 0771-524 524

- Socialstyrelsen, kontakt för juridiska frågor:

Upplysningstjänsten: 075-247 30 00

- Migrationsverket

Telefon: 0771 235 235

- Läkemedelskollen

På Läkemedelskollen hos e-myndigheten kan du logga in med bank-ID och registrera en apoteksfullmakt. En apoteksfullmakt innebär att du som anhörig kan beställa och vid behov hämta ut mediciner åt din närstående.

Webbsida: <https://lakemedelskollen.ehalsomyndigheten.se/lmkoll-web/>

Hjälplinjer/Organisationer

Anhörigas riksförbund

Behöver du råd och stöd i din situation som anhörig? Har du frågor om dina rättigheter? Anhöriglinjen är en nationell stödtelefon och bemannas av anhöriga med stor erfarenhet. I de fall det behövs hjälper de dig att hitta rätt person för ditt ärende.

Anhöriglinjen, telefon: 0200-239 500

Linjen är öppen måndag-tisdag, torsdag-fredag, kl. 10.00-15.00, onsdag och söndag, kl. 18.00-21.00

E-post: info@anhoriglinjen.se

Webbsida: www.anhorigasriksforbund.se/anhoriglinjen

Anhöriga och demens

- Alzheimer Sverige
Telefon: 020 73 76 10
Webbsida: www.alzheimersverige.se
- Demensförbundet
Telefon: 010-175 50 56
Webbsida: www.demensforbundet.se
- Demenscentrum
Telefon: 08-690 58 60
Webbsida: www.demenscentrum.se

Anhöriga och cancer

- Regionala cancercentrum i samverkan - Regionala cancercentrum samarbetar på nationell nivå för att tillsammans med regionerna skapa en mer jämlik cancervård i hela landet.
Webbsida: <https://cancercentrum.se/samverkan/patient-och-narstaende/#>
- Cancerfondens informations- och stödlinje för att få råd och stöd i din situation.
Telefon: 010-199 10 10
Webbsida: www.cancerfonden.se/rad-och-stod/cancerlinjen
- 1177 – råd och stöd vid cancer
Webbsida: www.1177.se/Vastra-Gotaland/sjukdomar--besvar/cancer/
- Nära cancer – för dig som är ung och står nära någon som har cancer eller som dött av sjukdomen
Webbsida: www.naracancer.se

Anhöriga och psykisk ohälsa/diagnoser

- 1177
- Autism och Aspergerförbundet
Telefon: 08-420 030 50
Webbsida: www.autism.se



- Frisk & fri – riksföreningen mot ätstörningar
Telefon: 0200-125 085
Webbsida: www.friskfri.se
- Föräldralinjen, MIND – föreningen för psykisk hälsa. Oro för sitt barn eller barn i ens närhet.
Telefon: 020-85 20 00
Webbsida: www.mind.se/hitta-hjalp/foraldralinjen/
- Jourhavande medmänniska, natten kl. 21.00-06.00
Telefon: 08-702 16 80
Webbsida: www.jourhavande-medmanniska.se
- MIND Självmordslinjen – för dig som har tankar på att ta ditt liv eller har en närstående med sådana tankar.
Telefon: 90101, har öppet dygnet runt.
Finns även formulär för mail: www.mind.se/hitta-hjalp/sjalvmordslinjen/
- NSPH, Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa. Ett nätverk av patient-, brukar- och anhörigorganisationer inom det psykiatriska området.
Telefon: 076-242 49 42
Webbsida: www.nsph.se
- OCD-förbundet. Stödja personer med OCD /tvångssyndrom och/eller närliggande diagnoser och deras anhöriga.
Telefon: 08-628 30 30
Webbsida: <https://ocdforbundet.se/>
- Riksförbundet Attention – sprider kunskap om neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (ADHD, autism, Tourettes)
Webbsida: www.attention.se
Telefon: 073-941 68 63
- SHEDO – ätstörningar och självskadebeteende
Webbsida: www.shedo.se/stod
- SPES, Riksförbundet för suicidprevention och efterlevandestöd.
Telefon vid frågor: 020-18 18 01
Telefonjour för efterlevande: 020-18 18 00
Webbsida: www.spes.se
- Svenska kyrkan – diakon i församling/pastorat



- Äldrelinjen, för dig som är 65+ och behöver någon att prata med eller mår psykiskt dåligt
Telefon: 020-22 22 33
Webbsida: www.mind.se/hitta-hjalp/aldrelinjen/

Anhöriga och missbruk

- Alkohollinjen
Telefon: 020-84 44 48
Webbsida: www.alkohollinjen.se
- Alkoholhjälpen
Webbsida: <https://alkoholhjalpen.se/anhorigstodet>
- Anonyma Alkoholister
Telefon: 08-720 38 42
Webbsida: www.aa.se
- Anonyma Narkomaner
Telefon: 0771-13 80 00
Webbsida: www.nasverige.org
- Ersta Vändpunkten
Telefon: 08-714 62 16
Webbsida: <https://www.erstadiakoni.se/verksamheter/socialt-stod-och-omsorg/anhorigstod-vid-beroende/ersta-vandpunkten/>
- Föräldraföreningen mot Narkotika
Telefon: 08-642 06 50
Webbsida: www.fmn.se
- Droghjälpen Anhöriga
Telefon: 020-91 91 91
Webbsida: www.droghjalpen.se
- Spelproblem stödlinjen
Telefon: 020-81 91 00
Webbsida: www.stodlinjen.se/#/
- Socialjouren/socialtjänsten i kommunen.



Anhöriga och mans- och kvinnojourer

- ROKS – Riksorganisationen för kvinnojourer
Telefon: 08-442 99 30
Leta upp kvinnojour i respektive stad: www.roks.se
- Mansjouren – prata om relationer, framtid, jobb, barn eller ekonomi
Telefon: 08-30 30 20
Webbsida: www.mansjouren.se/sv-SE
- Kvinnofridslinjen
Telefon: 020-50 50 50
Webbsida: www.kvinnofridslinjen.se

Anhöriga till personer som utsatts för sexuella övergrepp

- Storasyster
Mail: anhorigstod@storasyster.org
Webbsida: www.storasyter.org

Barn som anhöriga

- Barn i sorg: BUP (Barn och ungdomspsykiatri), vårdcentralen, skolsköterskan, skolkurator, ungdomsmottagning, Randiga huset (se nedan).
- BRIS – den som är under 18 år kan ringa till Bris för att få prata med en kurator.
Telefon: 116 111. Alltid öppet.
Webbsida: www.bris.se
- Bufff – stöd för anhöriga till någon som sitter i fängelse
Telefon: 020-200 330
Webbsida: www.bufff.se
- Ersta Vändpunkten
Telefon: 08-714 62 16
Webbsida: <https://www.erstadiakoni.se/verksamheter/socialt-stod-och-omsorg/anhorigstod-vid-beroende/ersta-vandpunkten/>



- FUB: För barn, unga och vuxna med utvecklingsstörning/intellektuell funktionsnedsättning.
Telefon: 08-508 866 00.
Webbsida: <https://www.fub.se/>
- Maskrosbarn: För den som har en förälder som har ett missbruk, psykisk sjukdom eller som utsätter dig för våld.
Webbsida: <https://maskrosbarn.org/>
- RBU: Rörelsehindrade barn och ungdomar.
Webbsida: <https://rbu.se/>
- Randiga huset – stöd till barn och familjer som har eller kommer att förlora en viktig person i dödsfall.
Telefon: 0774-40 00 05
Webbsida: www.randigahuset.se
- Lärare, skolsköterska, skolkurator

Anhörig till ungdom som är på väg att dras in i kriminalitet

Fryshuset: stöd till anhöriga som är orolig för ungdom som dras in i kriminalitet
Webbsida: [Anhörig \(fryshuset.se\)](http://Anhörig(fryshuset.se))

Myndigheten för familjerätt och föräldraskapsstöd
Webbsida: <https://www.mfof.se/foraldraskapsstod/malgrupper-for-foraldraskapsstod/familjer-med-sarskilda-forutsattningar/foraldrar-vars-barn-begar-brott.html>

Anhöriga och hjärnskador/Parkinson/Stroke

- Hjärnkraft – personer med förvärvade hjärnskador och deras närstående
Anhörigtelefon: 08-447 45 38
Webbsida: www.hjarnkraft.se
- Parkinsonförbundet
Telefon: 08-666 20 77
Webbsida: www.parkinsonforbundet.se



- Strokeförbundet
Telefon: 08 721 88 20
Webbsida: www.strokeforbundet.se

Övrigt

Covid-19

113 13 – det nationella informationsnumret för generella frågor kring covid-19 (ej sjukdomssymptom) www.sosalarm.se/trygghet/viktiga-telefonnummer/11313/

Folkhälsomyndighetens hemsida: www.folkhalsomyndigheten.se

Försvarsmakten

Så talar du med barn och unga om utlandstjänst

<https://www.forsvarsmakten.se/sv/utlandsveteraner-och-anhoriga/barn-och-unga/>

Utlandsveteraner och anhöriga

<https://www.forsvarsmakten.se/sv/utlandsveteraner-och-anhoriga/anhorig/>

Närstående i annat land

- Migrationsverket
Telefon: 0771-235 235
Webbsida: www.migrationsverket.se

- Försäkringskassan
Telefon: 0771-524 524

- Svenska ambassaden i det land det gäller.

- Utrikesdepartementet (om du blir sjuk utomlands): www.regeringen.se/uds-reseinformation/om-du-blir-sjuk-eller-rakar-ut-for-en-olycka/



Juridiska frågor, framtidsfullmakt

- Information om fullmakter på Nationellt kompetenscentrum anhöriga webbplats:
Webbplats: <https://anhoriga.se/stod--utbildning/rattigheter--skyldigheter/fullmakter/>
- Familjejurist
- Bank
- Överförmyndarverket, överförmyndare (kommunens växel)
- Skatteverket för information (googla framtidsfullmakt och skatteverket)
- Förnyad legitimation – Skatteverket, bank, polismyndigheten (även pass)
- Konsumenternas.se frågor om bank, försäkringar, livssituationer
Telefon: 0200-22 58 00
Webbsida: www.konsumenternas.se
- Sveriges kommuner och regioner (SKR)
Webbplats: <https://skr.se/skr.25.html> Telefon: 08-452 70 00
- Swedishbankers.se – Svenska bankföreningen, frågor kring regler om bankärenden (exempelvis fullmakt)
Webbplats: <https://www.swedishbankers.se/>



Foto: Mostphotos

Anhörigstödet i Svalövs kommun

Anhörigsamordnare:

Anna Helkama-Rågård

Tel: 0418- 47 54 65

e-post: anhorig@svalov.se

Webbsida:

[https://www.svalov.se/omsorg--
stod/anhorigstod](https://www.svalov.se/omsorg--stod/anhorigstod)

Du kan alltid vända dig till anhörigstödet för råd, stödsamtal eller personligt riktad information. Stödsamtalen är kostnadsfria, vi har tystnadsplikt och vi för inga journaler.

Anhörigstödet ordnar ett brett urval av aktiviteter som riktar sig till anhöriga bland annat studiecirklar, föreläsningar, caféer och utflykter. Varmt välkommen!