



2020-09-28 17:43 CEST

Nationella anhörigdagen- anhörigkonsulenten lyssnar på dem som kämpar i det tysta

Samtal med någon som förstår

Annika Sydberger Norrman stöttar sin dotter som lever med psykisk ohälsa. Efter att kämpat i många år frågade en sköterska på psykiatriavdelning vilket stöd hon fick i sin roll som anhörig. Frågan var helt ny för Annika, som aldrig hört talats om att det fanns något som hette anhörigkonsulenter.

- Mötet och samtalen med anhörigkonsulenten blev min räddning och gav mig kraft att kämpa vidare för min dotter, säger Annika.

Hon berättar också om vad hennes dotter brukar säga om sin mamma.

- Hon brukar säga att det är jag som tar alla "strider" och så är det också. Själv har hon fullt upp med att klara vardagen och orkar till exempel inte kämpa för att få den vård hon behöver.

En liknande berättelse handlar om en farfar som var orolig för sin vuxne dotterson som har en diagnos. Samtidigt som han var orolig för sitt barnbarn var han också orolig för sin dotter, som har egna problem vilka gjorde att hon hade svårt att ägna sig åt sin son. Många gånger kände han sig också utnyttjad när dottersonen krävde exempelvis pengar, samtidigt som det var svårt att ta avstånd från en nära släkting. För farfadern blev kontakten med anhörigkonsulenten en möjlighet att prata med någon som visade förståelse och lyssnade utan att ifrågasätta eller döma.

Träffa andra ger styrka

En annan del av anhängigkonsulenternas utbud är erbjudandet att delta i samtalsgrupper med andra i liknande situation.

- Att delta i gruppen gav mig styrka att ta tag i problemet och våga agera, det var oerhört skönt att veta att man inte är ensam, säger en anhängig, som deltagit i en grupp.
- Förutom samtal, information, vägledning och anhängiggrupper finns möjlighet till kortare utbildningar samt hälsofrämjande aktiviteter, berättar Jerker Eklund, som är anhängigkonsulent i Västra Göteborg.

Kontakt

Jerker Eklund, anhängigkonsulent

Telefon: 031-366 43 79

E-post: jerker.eklund@vastra.goteborg.se

Annika Sydberger Norrman, anhängig

Telefon: 0706-05 47 78

E-post: annika.sydberger.norrman@gmail.com

Lina Persson, anhängig

Telefon: 0763-57 47 93

E-post: linaingegerdpersson@gmail.com

FAKTA

Hur många är anhängiga i Sverige?

Drygt 1,3 miljoner personer i vuxen ålder – nästan var femte svensk – vårdar,

hjälp eller stöttar regelbundet en närstående som är långvarigt fysiskt eller psykiskt sjuk, är äldre eller har en funktionsnedsättning. Regelbundet innebär att man gör det oftare än en gång i månaden. Av dessa 1,3 miljoner anhöriga är cirka 900 000 i förvärvsaktiv ålder.

Vem är anhörig?

En anhörig kan till exempel vara:

- ett syskon som stöttar en bror eller syster
- en förälder som vårdar ett barn med funktionsnedsättning
- en äldre person som sköter om en sjuk livspartner
- en dotter eller son som ser till sina äldre föräldrar
- en småbarnsförälder som vårdar sin sjuka make eller maka
- en ung person som stöttat en sjuk förälder under sin uppväxt och fortsätter att göra det
- en person som ser till en sjukdomsdrabbad nära vän, granne eller arbetskamrat
- en farfar eller morfar som oroar sig för sitt vuxna barnbarn som har en diagnos eller tex ett beroende, eller som stödjer ett funktionsnedsatt litet barnbarn.

Vad gör en anhörig?

Det kan handla om personlig omsorg eller tillsyn, att ge känslomässigt stöd eller hjälp med hygien och medicinering. Det kan också vara mer praktiska

sysslor som inköp, transporter, skötsel av hus och hem, eller hjälp i kontakten med myndigheter och vårdpersonal. Det kan även vara hjälp med att sköta betala räkningar och liknande.

Vad kan kommunens anhörigstöd hjälpa till med?

Anhörigstöd är stöd för dig som har en närstående som på grund av sjukdom, beroendesjukdom, fysisk eller psykisk funktionsnedsättning, är i behov av ditt stöd eller vård. Din närstående kan vara familjemedlem, släkting eller god vän. Det är kostnadsfritt att träffa en anhörigkonsulent och delta i aktiviteter. Anhörigkonsulenten har tystnadsplikt.

Anhörigkonsulenten lyssnar och ger utifrån situationen stöd, information och vägledning som kan underlätta för dig som anhörig. Många upplever att träffa andra i liknande situation är ett bra stöd. Det finns möjlighet att delta i samtalsgrupper och lyssna på föreläsningar. Det erbjuds även kortare utbildningar samt hälsofrämjande aktiviteter.

Jag är anhörig, vart vänder jag mig?

Ring till Göteborgs Stad på telefon 031-365 00 00 och be att få tala med en anhörigkonsulent.

Vad är Nationella Anhörigdagen?

Nationella anhörigdagen uppmärksammar årligen anhörigas livssituation. Den infaller alltid den 6 oktober.

Kontaktpersoner



Stadsledningskontoret | City Office - Christina Terfors

Presskontakt

Pressansvarig

christina.terfors@stadshuset.goteborg.se

Presstel. kl. 8:00-16:30, vardagar 031 368 01 08

+46 707-61 17 16



Stadsledningskontoret | City Office - Lotta Sjöberg

Presskontakt

vid kriser eller samhällsstörningar

lotta.sjoberg@stadshuset.goteborg.se

076 555 52 49

031-3680603



Äldre samt vård- och omsorgsförvaltningen - Ulrika Nandra

Presskontakt

Pressansvarig

Äldre samt vård- och omsorgsförvaltningen

ulrika.nandra@aldrevardomsorg.goteborg.se

0764950413



Förvaltningen för funktionsstöd - Helena Munther

Presskontakt

Pressansvarig

Förvaltningen för funktionsstöd

helena.munther@funktionsstod.goteborg.se

031-366 54 23

073-066 70 29



Socialförvaltningen Centrum - Ulla-Carin Moberg

Presskontakt

Avdelningschef Stab och kommunikation

Socialförvaltningen Centrum

ulla-carin.moberg@socialcentrum.goteborg.se

0707 -99 99 23

031-367 90 04



Socialförvaltningen Hisingen – Joachim Brink

Presskontakt

Pressansvarig

Socialförvaltningen Hisingen

joachim.brink@socialhisingen.goteborg.se

031-365 79 44, 072-856 50 43

072-856 50 43



Socialförvaltningen Nordost - Lena Carlsson

Presskontakt

Kommunikatör

Socialförvaltningen Nordost

lena.c.carlsson@socialnordost.goteborg.se

031-365 20 31

031-365 47 51



Socialförvaltningen Sydväst - Anna Hedenström

Presskontakt

Avdelningschef stab och kommunikation

Medierelationer

anna.hedenstrom@socialsydvast.goteborg.se

031-366 02 98

073-666 46 37



Förskoleförvaltningen - Lisa Nylén

Presskontakt

Pressansvarig

Förskoleförvaltningen Göteborgs Stad

lisa.nylen@forskola.goteborg.se

031-367 72 97, 076-255 07 51



Grundskoleförvaltningen - Pnina Molin

Presskontakt

Pressansvarig Grundskoleförvaltningen

pnina.molin@grundskola.goteborg.se

031-3676043



Utbildningsförvaltningen - Håkan Larsson

Presskontakt

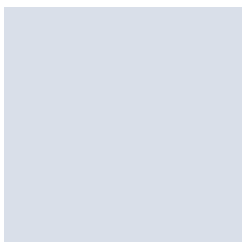
Utbildningsförvaltningen, Chef för HR och kommunikation

Göteborgs Stads gymnasieskolor

hakan.larsson@educ.goteborg.se

070-764 20 72

031-367 00 19



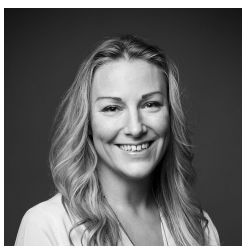
Arbetsmarknad och vuxenutbildning - Alexander Bringsoniou

Presskontakt

Presskontakt

alexander.bringsoniou@arbvux.goteborg.se

0739-102006



Svenska Balettskolan - Louise Sjöstedt

Presskontakt

Producent

louise.sjostedt@grundskola.goteborg.se

0703 86 53 05



Stadsbyggnadsförvaltningen - Ann Bergermark Rintala

Presskontakt

Pressansvarig

Medierelationer

ann.bergermark.rintala@stadsbyggnad.goteborg.se

076-834 33 54

076-834 33 54



Exploateringsförvaltningen - Peter Wannding

Presskontakt

Presskontakt

Pressansvarig

peter.wannding@exploatering.goteborg.se

073-9102388



Stadsfastighetsförvaltningen - presskontakt

Presskontakt

Kommunikatör

Presskontakt

kommunikation@stadsfast.goteborg.se

031-365 01 48

073-665 58 82



Stadsmiljöförvaltningen - Alexandra Wattwil

Presskontakt

Pressansvarig

alexandra.wattwil@stadsmiljo.goteborg.se

0703-70 72 09



Stadsmiljöförvaltningen - Anders Sahlberg

Presskontakt

Pressansvarig

Medierelationer

anders.sahlberg@stadsmiljo.goteborg.se

0728-56 54 29

0728-56 54 29



Miljöförvaltningen - Louise Alfredson

Presskontakt

Pressansvarig kommunikatör

press@miljo.goteborg.se

031-368 38 00



Idrotts- och föreningsförvaltningen - Heidi Lall

Presskontakt

Kommunikationsstrateg.

heidi.lall@ioff.goteborg.se

031-368 20 21

0707-61 35 36

**Kretslopp och vatten - Ulrika Naezer**

Presskontakt

Pressansvarig kommunikatör

Kretslopp och vatten, Göteborgs Stad

ulrika.naezer@kretsloppochvatten.goteborg.se

031-3682780 0767-990501

**Intraservice - Sara Herlitz**

Presskontakt

Kommunikationschef

Intraservice

sara.herlitz@intraservice.goteborg.se

031-367 82 37

072-255 71 34

**Kulturförvaltningen - Jenny Johansson**

Presskontakt

Kommunikationschef

Medierelationer

jenny.johansson@kultur.goteborg.se

0707-64 13 99

031-368 36 43

**Kulturförvaltningen – Isa Andersson**

Presskontakt

Pressansvarig, kulturförvaltningen.

isa.andersson@kultur.goteborg.se

031-368 31 60, 0702-13 65 14

**Demokrati och medborgarservice - Ulrika Karmalm**

Presskontakt

ulrika.karmalm@demokratimedborgarservice.goteborg.se

031-365 09 89

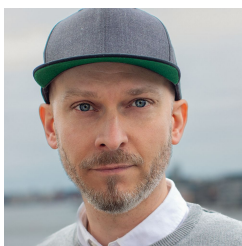
**Inköps- och upphandlingsförvaltningen - Annelie Alsbjer**

Presskontakt

Inköp och upphandling

annelie.alsbjer@ink.goteborg.se

0730-373913



Stadsrevisionen – Sven Lindström

Presskontakt

Kommunikationsansvarig

sven.lindstrom@stadsrevisionen.goteborg.se

0707-62 20 41



Regionarkivet - Joanna Glad

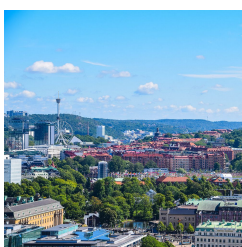
Presskontakt

Kommunikationsstrateg

joanna.glad@arkivnamnden.goteborg.se

072-856 69 81

031-701 50 21



Göteborgs Stads kommunala bolag

Presskontakt

Lista med presskontakter hos de kommunala bolagen. Se också respektive bolags webbsida

christina.terfors@stadshuset.goteborg.se



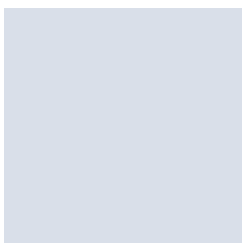
Socialdemokraterna - tf presschef Agnes Hedin

Presskontakt

Presschef

agnes.hedin@stadshuset.goteborg.se

072-083 59 35



Demokraterna - Mattias Arvidsson

Presskontakt

Pressekreterare

mattias.arvidsson@stadshuset.goteborg.se

072 144 03 56



Moderaterna - Stefan Kraft

Presskontakt

Press- och kommunikationschef

stefan.kraft@stadshuset.goteborg.se

0704-94 18 15

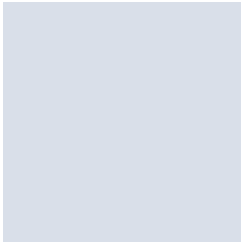
**Liberalerna - Abraham Staifo**

Presskontakt

Press- och kommunikationschef

abraham.staifo@stadshuset.goteborg.se

0739 838 218

**Miljöpartiet - Klas Eriksson**

Presskontakt

kommunikatör för MP

klas.eriksson@stadshuset.goteborg.se

070-761 10 14

031-3680416

**Vänsterpartiet - John Edström**

Presskontakt

Pressekreterare

john.edstrom@stadshuset.goteborg.se

070-480 78 66

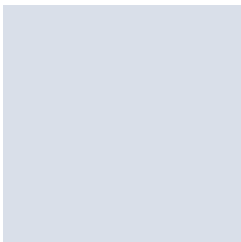
**Centern - Alexandra Stenlund**

Presskontakt

Pressekreterare

alexandra.stenlund@stadshuset.goteborg.se

070 585 49 63

**Kristdemokraterna - Erik Palmgren**

Presskontakt

Politisk sekreterare

erik.palmgren@stadshuset.goteborg.se

072-856 5494

**Sverigedemokraterna - Timothy Tréville**

Presskontakt

Pressekreterare

timothy.treville@stadshuset.goteborg.se

0736-736 354