



Många av oss är anhöriga på något sätt. Kommunen har skyldighet att erbjuda stöd till anhöriga vars närstående är långvarigt sjuk, har en eller flera funktionsnedsättningar eller är äldre. Risken för att du som anhörig själv drabbas av ohälsa ökar i relation till omfattningen av den omsorg som du ger.

Anhörigcentrums Nyhetsbrev November 2021

Anhörigriksdagen

Den årliga Anhörigriksdagen som Anhörigas Riksförbund anordnar arrangerades den 9-10 november. Även i år hölls den digitalt. Anhörigriksdagen vänder sig till både anhöriga och de som i sitt arbete möter anhöriga. Temat var "Anhörig i tiden". Radioprofilen Lisa Syrén, känd från t.ex. radioprogrammet "Karlavagnen", blev Anhörigas Riksförbunds första officiella ambassadör. Hon menar att vi måste synliggöra alla de 1,3 miljoner anhöriga som finns i Sverige och förstå att samhället rasar utan deras insatser. Anhörigas Riksförbund måste lyftas fram och bli mer känt, och de anhöriga måste få veta vilket stöd de har rätt till.

Är du medlem i Anhörigas Riksförbund kan du se alla föreläsningar gratis fram till årsskiftet. Läs mer [här!](#)

Nytt på Anhörigcentrum!

Vi som arbetar med anhörigstöd på Anhörigcentrum har tidigare titulerats antingen anhörigkonsulent eller demensvårdskonsulent. Nu tar vi bort titeln demensvårdskonsulent och vi blir alla anhörigkonsulenter. För dig som anhörig kommer detta **inte** innebära någon förändring. De som tidigare arbetade som demensvårdskonsulenter kommer att ge råd och stöd till både anhörig och närstående även i fortsättningen.

Vi vill lite närmare presentera hur en anhörigkonsulent med inriktning mot demens arbetar på Anhörigcentrum. Niklas Christiansson har lång erfarenhet av att stötta både anhöriga och personer med minnessvikt. Niklas har arbetat sedan 2015 på Uppsala kommuns Anhörigcentrum.



Niklas Christiansson

Niklas, vill du berätta om ditt arbete och vad det innebär?

- Jag möter både den anhörige och närstående där det finns, eller finns misstanke om, demenssjukdom. Ofta får vi kontakt i tidigt skede, vilket är bra. Jag tror mycket på att få information och kunskap om vilket

stöd och hjälp som finns att få. Kanske allra helst innan hjälpbehovet finns. Råd och stöd försöker vi sedan utforma så att det ska komma både anhörig och närstående till gagn. Det kan se väldigt olika ut. Ibland har vi bara kontakt med den anhörige, ibland bara med personen med minnessvikt. Vanligast är det dock att vi ger stöd till både anhörig och närstående. Vi försöker sedan samarbeta för att hitta lösningar som fungerar för båda parter.

- Samtal, anhörigrupper, föreläsningar och hembesök är några av mina arbetsuppgifter. Nytt för i år är att vi har startat ett café som är öppet för personer som är i ett tidigt skede av sin minnessjukdom. Även dess anhöriga är välkomna. Det brukar komma frågor och funderingar om hur framtiden kommer att se ut. "Hur ska jag tänka för att det ska bli så bra som möjligt?" Vi träffas 1g/veckan. Vill man veta mer så kontakta Anhörigcentrum.

Vad är det bästa med ditt arbete?

- Trots att minnessjukdomar innebär oro och svåra val både för den anhörige och närstående upplever jag mitt arbete som mycket positivt. Det ger arbetsglädje att möta olika människor från hela Uppsala kommun, både i stadsmiljö och på landsbygd. Det ger en god känsla när jag ser att råd och stöd som jag kan ge underlättar i vardagen för både anhörig och närstående. Jag har arbetat länge inom området men känner jag att jag lär mig något nytt varje dag!

Anhörigcentrum "På gång"

NOV

18

Allt ljus på Uppsala!

Kl 17.00 går vi tillsammans och tittar på Allt ljus på Uppsala. Samling på Anhörigcentrum, S:t Persgatan 10A. Anmälan till anhorigcentrum@ uppsala.se eller 018-727 92 00.

NOV

24

Bibliotek Uppsala

Kl. 14-16 Personal från biblioteket kommer och berättar om böcker med anhörigperspektiv, Boken kommer (böcker hem till dörren) samt deras digitala tjänster. Du får veta hur du kan lyssna på ljudböcker och titta på film via biblioteket.

Lokal: Anhörigcentrum

Anmäl dig **senast 22/11** till: anhorigcentrum@ uppsala.se eller 018- 727 92 00. *Vi bjuder på fika!* Begränsat antal platser.

DEC

9

Synpunktshantering

Kl.14-16 Hur gör jag när jag som anhörig har synpunkter på omsorgen?

Vi får besök från kvalitets- och utvecklingsavdelningen inom Vård- och omsorgsförvaltningen. Även Brukarombudet Jeanette Nordin och Äldreombudsmannen Helene Stenlund deltar med information och svarar på frågor.

Lokal: Anhörigcentrum

Anmäl dig **senast 7/12** till anhorigcentrum@ uppsala.se eller 018- 727 92 00. *Vi bjuder på fika!* Begränsat antal platser.

Tips

Vissa delar av Anhörigriksdagen 2021 som Nationellt kompetenscentrum anhöriga stod för finns att ta del av på deras hemsida [här](#).

Användbara hemsidor:

Nka [Nationellt kompetenscentrum anhörigas hemsida](#)

Svenskt demenscentrum [Svenskt demenscentrums hemsida](#)

AHR [Anhörigas Riksförbunds hemsida](#)

Tipsa gärna andra om vårt Nyhetsbrev! Man anmäler sig enkelt via vår hemsida [här](#). För dig som inte har möjlighet att ta emot via epost, kontakta oss så hjälper vi dig med vanlig postgång.

Anhörigcentrum Uppsala kommun

Telefon: 018-727 92 00

E-post: anhorigcentrum@ uppsala.se



[Vill du avprenumerera på nyhetsbrevet?](#)