



# Verksamhetsberättelse

## Anhörigas Riksförbund 2021

# Innehållsförteckning

Ordföranden har ordet .....	3
Anhörigas Riksförbund i korthet .....	4
Stöd till anhöriga .....	7
Stöd till lokalföreningarna .....	9
Opinionsbildning .....	11
Forskning och utbildning .....	14
Samarbeten .....	16
En stabil och hållbar organisation .....	19

# Ordföranden har ordet

Så kan vi då blicka tillbaks på ännu ett år präglat av Covid-19-pandemin med många restriktioner som påverkat vårt förbund och våra föreningar i hög utsträckning, och inte minst alla anhöriga som fått en ännu tyngre situation. Under året kastades vi lite mellan hopp och förtvivlan. Det såg ljusst ut när vaccinationerna kunde komma igång så snabbt och mot sommaren minskade smittspridning och sjukdomsfall. Vi började försiktigt våga ses i distanserade former igen, och hoppades att kunna återgå till det vanliga snart. Men det kom nya mutationer och nya restriktioner.

Det här året hade vi ändå lärt oss så mycket om digitala möten, att vi klarade att genomföra den kongress som bara var ett poströstningsformulär 2020, i form av en digital extrakongress. Inte som att ses på riktigt, men ändå kunde alla punkter genomföras, beslut tas och en ny styrelse utses. Det har förstås också varit speciellt att som ny styrelse inte ha kunnat träffas en enda gång annat än på datorskärmen. Men det har varit en engagerad styrelse som ändå tagit sig an de uppgifter som finns, och som jobbat med utveckling. Så har t.ex. en beskrivning av vad vårt förbund menar med anhörigperspektiv tagits fram och definitionen av (vuxna) anhöriga uppdaterats och en ny definition för barn som anhöriga tagits fram. Dessa kommer nu årsmötet att få ta ställning till.

Vi är vana att ha kniven på strupen när det gäller ekonomin, men så blev det inte det här året. Skälet är här också i stor utsträckning pandemin som gjort att vi inte kunnat resa, haft en digital extrakongress och för andra gången genomfört Anhörigriksdagen via länk. Allt detta har förstås hållit nere kostnaderna. Vi fick också extra pengar under året från Folkhälsomyndigheten med anledning av pandemin. De kunde användas till att få Anhörighandboken uppdaterad. Den är ju ett viktigt hjälpmedel för Anhöriglinjens volontärer men också för många anhöriga och professionella som möter anhöriga.

Även det här året har vi på olika sätt medverkat med information om anhörigas upplevelser under pandemin vid olika möten med myndigheter och Socialminister Lena Hallengren, förutom vårt stora projekt med kartläggning av anhörigas upplevelser. Vi har medverkat i expertgrupp och referensgrupp till utredningen om ny äldreomsorgslag och också vid några möten om en nationell anhörigstrategi. Vi har varit delaktiga i Inspektionen för vård och omsorgs (IVO) arbete med att beskriva risker med bristande tillgänglighet i Hälso- och sjukvården m.m.

Det finns sannerligen mycket att lyfta fram från vår verksamhet under 2021 och vår verksamhetsberättelse är omfattande, inte minst om en ser till våra trots allt begränsade resurser. Och till det som vi gjort på förbunds nivå tillkommer alla insatser från lokalföreningarna, även om förutsättningarna att hålla igång varit olika.

Så till sist vill jag tacka alla er i lokalföreningarna, på kansliet och i förbundsstyrelsen för allt ert arbete och engagemang under 2021. Nu går vi vidare i ett nytt år, som innebär nya möjligheter och nya utmaningar för oss som vill förbättra situationen för Sveriges anhöriga!



*Ann-Marie Högberg*

Ann-Marie Högberg  
förbundsordförande

# Anhörigas Riksförbund i korthet

## Ändamål

Anhörigas Riksförbund är en partipolitiskt och religiöst obunden intresseorganisation som grundades år 1996.

## Föreningen har som mål att:

- Stödja anhöriga i deras situation samt tillvarata deras intressen och därigenom bidra till en bättre livskvalitet för anhöriga och närstående.
- Verka för att lokalföreningar bildas samt stödja dessa i deras verksamhet.
- Påverka samhället så att anhörigas situation uppmärksammas och uppvärderas.
- Genom utbildnings- och informationsinsatser nå större förståelse och värdering av anhörigas arbete.
- Vara delaktig i och främja aktuell forskning och utveckling på anhörigområdet, såväl nationellt som internationellt.

## Verksamhet

Anhörigas Riksförbund bedriver en mängd olika verksamheter som alla syftar till att nå målen. I denna verksamhetsberättelse finns verksamheterna samlade under fyra rubriker som alla bygger på målen i förbundets stadgar:

- Stöd till anhöriga
- Stöd till lokalföreningarna
- Opinionsbildning
- Forskning och utbildning

Ytterligare rubriker beskriver Anhörigas Riksförbunds viktigaste samarbeten och dess organisatoriska mål samt hur vi arbetar för att skapa en stabil och hållbar organisation.

Anhörigas Riksförbunds verksamhet vilar på två ben. Det ena handlar om att stötta anhöriga i deras vardag, ett arbete som till största delen bedrivs ute i lokalföreningarna där medlemmar och andra anhöriga erbjuds möjlighet till samvaro och stöd. I vissa föreningar erbjuds även stöd i kontakten med kommun och region.

På nationell nivå bedriver Anhörigas Riksförbund den nationella stödlinjen Anhöriglinjen, dit anhöriga har möjlighet att ringa eller skicka ett mail för att söka stöd och hjälp. Anhöriglinjen organiseras och administreras av kansliet men de volontärer som arbetar med

att svara på linjen består av medlemmar från hela landet. Under 2021 har antalet som varje vecka kopplar in sig på linjen ökat till 22 stycken. Läs mer om Anhöriglinjen på sida 7.

Kansliets stöd till anhöriga sker också i form av stöd till lokalföreningar, till exempel genom att erbjuda studiecirkel och material för medlemsrekrytering och opinionsbildning samt att det bedrivs ett aktivt arbete för att starta fler föreningar runt om i landet. Läs mer om kansliets stöd till lokalföreningarna på sida 9.

Det andra benet i Anhörigas Riksförbunds verksamhet är opinionsbildning. Detta arbete sker dels på lokal och regional nivå av många av våra lokalföreningar. Dels på nationell och internationell nivå av förbundets styrelse och kansli. Läs mer om det opinionsbildande arbetet på sida 11.

I en demokrati är det de rörelser som är bäst på att bilda folkopinion som når störst framgång. För att vara framgångsrik krävs därför att man når ut med sitt budskap. Det handlar helt enkelt om att öka medvetenheten om anhörigfrågan hos så många som möjligt. Det finns två huvudspår i det arbetet där det första handlar om att vi behöver tala till allmänhetens känslor genom att lyfta fram exempel lätta att relatera till. Det är viktigt att anhöriga vågar dela med sig av sina berättelser för att fler ska förstå vad det innebär att vara anhörig. Under året har vi i varje nummer av förbundets medlemstidning Vi Anhöriga haft reportage vars syfte varit att komma nära anhöriga på ett mer känslomässigt plan. Det andra spåret handlar om väl underbyggd fakta. För att tala till allmänhetens förnuft behöver vi statistik som väl beskriver den verklighetsbild som vi vill förmedla. Detta kräver att vi är delaktiga i forskning och bidrar till kunskapsutveckling. Läs mer om hur vi arbetat med detta på sida 14.

Anhörigriksdagen är nordens största årligen återkommande konferens om anhörigfrågor. Anhörigfrågan berör alla någon gång under livet. Genom att vända oss till allmänhetens både känslor och förnuft finns det goda förutsättningar för vår rörelse att bidra till en ökad medvetenhet hos en bred allmänhet om anhörigskapets förutsättningar och komplexitet. Under 2021 genomförde Anhörigas Riksförbund för andra gången Anhörigriksdagen digitalt och arrangemanget blev mycket uppskattat, läs mer om Anhörigriksdagen på sida 14.

## Organisation

Anhörigas Riksförbund bestod vid årsskiftet 2021/2022 av 3 617 (3 899) medlemmar, 51 (50) lokalföreningar, en förbundsstyrelse och ett kansli. Under året har Anhörigföreningen i Filipstads kommun tillkommit.

## Medlemmar

De flesta medlemmarna är anslutna till Anhörigas Riksförbund via en lokalförening, men det finns också möjlighet att ansluta sig direkt till förbundet. Dessa medlemmar kallas för direktanslutna medlemmar. Vid årsskiftet 2020/2021 var de 178 stycken och nu ett år senare har Anhörigas Riksförbund 206 stycken direktanslutna medlemmar.

Hedersmedlemmar är Ingrid Lundbeck, Gunilla Matheny, Christina Husmark Persson, Lennarth Johansson, Alf Andersson, Maj-Britt Sjöstrand och Mailis Lundgren.

## Lokalföreningar, regionala nätverk

Lokalföreningarna är organiserade i sju regionala nätverk som brukar ordna regionala träffar vår och höst. Under 2021 har några av nätverken träffats fysiskt och några har valt att träffas digitalt.

### De regionala nätverken är:

Mälardalen  
Småland  
Skåne  
Halland  
Västra Götaland  
Värmland/Örebro  
Norrland

## Förtroendevalda

Styrelsen arbetar på uppdrag av medlemmarna. Den styrelse som valdes på kongressen 2017 bestod av sju ordinarie ledamöter och två ersättare och satt till och med 210416. Utöver styrelsen finns en valberedning och en grupp förtroendevalda revisorer. Stadgekommittén lades ner vid extrakongressen. Ny styrelse och valberedning tillträdde under kongressen och har arbetat från och med 210417. De förtroendevalda revisorerna blev omvalda under årsmötet.

## Styrelse till och med 210416

Ann-Marie Högberg, Ordförande  
Ingrid Sandelin, Vice ordförande  
Eva Sixt, Ledamot  
Gun-Britt Björevall, Ledamot  
Jenny Lénström, Ledamot, avgick 200531  
Marja Hillerström, Ledamot  
Brita Karlsson, Ledamot  
Solweig Backlund, Ersättare  
Ann-Margret Blomquist, Ersättare

## Styrelse från och med 210417

Ann-Marie Högberg, Ordförande  
Marléne Lund Kopparklint, Vice ordförande  
Eva Sixt, Ledamot  
Ingrid Sandelin, Ledamot  
Ulf Ekberg, Ledamot  
Sandra Wessel, Ledamot  
Anders Norrman, Ledamot  
Ann-Margret Blomqvist, Ersättare  
Elisabet Ljungström, Ersättare

Styrelsen har under 2021 sammanträtt vid nio protokollförda styrelsemöten varav två möten sträckte sig över två dagar. Samtliga möten genomfördes digitalt via zoom.

Ledamöter i arbetsutskottet (AU) har utöver ordförande Ann-Marie Högberg varit vice ordförande Ingrid Sandelin och ledamot Eva Sixt fram till och med 210416. I nuvarande AU sitter från och med 210417 ordförande Ann-Marie Högberg, vice ordförande Marléne Lund Kopparklint och ledamot Eva Sixt. AU har haft sju protokollförda möten digitalt via zoom.

## Valberedning till och med 210416

Alf Andersson, Ordförande  
Ulla Paulsson, Ledamot  
Sonja Hall, Ledamot  
Birgitta Odelstierna, Ledamot  
Siv Nilsson, Ledamot

### **Valberedning från och med 210417**

Anders Sjögren, Sammanställande  
Gun-Britt Björevall, Ledamot  
Marja Hillerström, Ledamot  
Lena Hultén, Ledamot  
Susanne Hultgren, Ledamot  
Ulla Paulsson, Ledamot

### **Stadgekommitté till och med 210416**

Gunnar Hedberg, Ordförande  
Bo Neikter, Ledamot  
Göran Granerus, Ledamot  
Alf Andersson, Ersättare

### **Revisorer till och med 210416**

Gunnar Feucht, Auktoriserad  
Anne Westergaard, Förtroendevald  
Rolf Lundin, Förtroendevald  
Göran Granerus, Ersättare

### **Revisorer från och med 210417**

Gunnar Feucht, Auktoriserad  
Anne Westergaard, Förtroendevald  
Rolf Lundin, Förtroendevald

### **Kansli och personal**

Julia Charleson, Kanslichef  
Anett Karlsson, Ombudsman  
Åsa Bengtsson, Administratör/Verksamhetsutvecklare  
Michael Nystås, Kommunikatör från och med 210301

### **Köpt tjänst**

Åsa Jansson sköter via redovisningsföretaget Jaja Grafiska ekonomi och medlemsregister enligt avtal.

# Stöd till anhöriga

Det första målet med Anhörigas Riksförbunds verksamhet är att stötta anhöriga i deras situation för att bidra till bättre livskvalitet både för den som är anhörig och dennes närstående. Målgrupp är alla som är anhöriga till någon som på grund av sjukdom, ålderdom eller funktionsnedsättning inte klarar vardagen på egen hand. Ett något justerat förslag på definition av anhöriga är framtaget och kommer att behandlas på förbundets årsmöte. Under 2021 har vi arbetat med följande verksamheter för att stötta anhöriga.

## Anhöriglinjen

Anhöriglinjen är en nationell stödlinje för medmänskligt stöd, rådgivning och information. Anhöriga kan vända sig till Anhöriglinjen via telefon och e-post. Anhöriglinjen bemannas enligt fastställda tider av volontärer med egna erfarenheter av anhörigskap, samt vid behov av personalen på kansliet. Kopplad till Anhöriglinjen finns en expertgrupp som idag består av sakkunnig inom lagområden som LSS (Lagen om särskilt stöd och hjälp), SoL (Socialtjänstlagen) och HSL (Hälsa- och sjukvårdslagen).

Under 2021 har antalet volontärer som regelbundet loggar in och besvarar samtal efter schema ökat till 22 personer. Tiderna för samtal och möjlighet för samtal på andra språk har utökats, bland annat har en egen avsatt tid för samtal på finska fortsatt under 2021. Vi har fortsatt och vidareutvecklat träffarna där volontärerna fått möjlighet att träffas och ta del av information och handledning. Från och med april 2020 har dessa träffar erbjudits volontärerna varje onsdag mellan 10–12. Under 2021 har nya volontärer börjat och introduktion och handledning har anordnats för att på bästa sätt introduceras i arbetet med Anhöriglinjen. Anhöriglinjen har en plattform för digitala möten och en grupp på "Messenger" för snabb intern kommunikation.

Under 2021 har träffarna bland annat innehållit föreläsningar, information och handledning, med Beata Terzis Handledning och Kognition och Psykisk Hälsa, Martina Takter Anhörigperspektiven - möjlighet till utveckling?, Socialtjänstlagen och Stöd till anhöriga. Rakel Lornér Bräcke Diakoni, Du är inte ensam och studiematerialet till boken. All Age Hub, ett projekt i Västra Götaland för framtagning av testmiljöer för hjälpmedel. Dialect - tekniken och Anhöriglinjen. Mailis Lundgren, presentation och information kring Anhörighandboken.

Under Anhörigdagen 6 oktober deltog volontärerna på Nka:s digitala konferens och under Anhörigriksdagen hade alla volontärerna tillgång till de föreläsningarna som erbjöds.

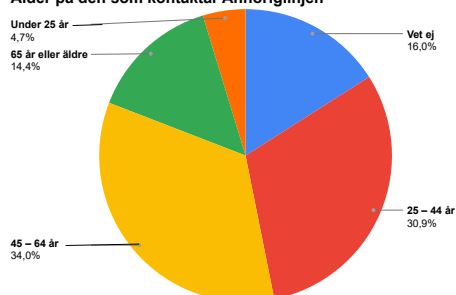
Under året har även hemsidan kontinuerligt uppdaterats med en sammanställning av olika informationsidor kring Covid-19, övrigt informationsmaterial till volontärer samt Anhöriglinjepärmen har under året uppdaterats men också en utveckling i att mer och mer gå över till att information och stöd till volontärerna återfinns i Anhörighandboken.

Under kommande år kommer vi att fortsätta utvecklingen med fler volontärer, övergripande information, handledning och kunskap kring nya rön och forskning.

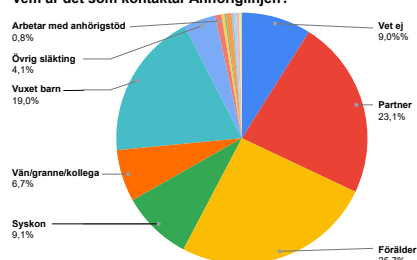
Under 2021 har förbundet fortsatt att sprida information om Anhöriglinjen till exempel med kampanjer på Facebook och vår hemsida. När förbundet deltagit i media har vi varit noga med att nämna Anhöriglinjen. Förbundet har fortsatt sprida de små Anhöriglinjekorten med ställ till föreningar, organisationer, kommuner och regioner att använda i väntrum och på övriga platser där anhöriga finns. Svenska Röda Korsets poster om Anhörigstöd och info om Anhöriglinjen som finns för spridning att använda i offentliga miljöer har också skickats ut till föreningar, kommuner och regioner.

Under 2021 har antalet samtal till Anhöriglinjen ökat till 2200 och antalet mejl ligger kvar på en nivå

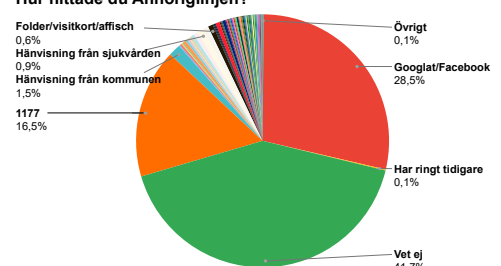
Alder på den som kontaktar Anhöriglinjen



Vem är det som kontaktar Anhöriglinjen?



Hur hittade du Anhöriglinjen?



av 300. Antalet mottagna samtal har en ökning med 25% jämfört med 2020. Trenden från tidigare med en allt större övervikt av samtal gällande psykisk ohälsa håller i sig från föregående år och de som ringer och kontaktar oss via mejl är till största del anhöriga mellan 25–64 år.

## Anhörighandboken

Anhörighandboken är en samling tips och råd till anhöriga som Anhörigas Riksförbund tagit fram. Idag hittar man Anhörighandboken under en egen hemsida, [www.anhorighandboken.se](http://www.anhorighandboken.se)

Anhörighandboken är mycket använd och länkas till från en lång rad av landets kommunala anhörigstöd. Den används även som material i en studiecirkel på Röda Korset.

Anhörighandboken har under hösten 2021, finansierat av tilläggsbidrag från Folkhälsomyndigheten, genomgått en uppdatering i fyra etapper:

- Felsökning och borttagning av länkar och information som inte längre är aktuell.
- Uppdatering och vidareutveckling av befintlig information med kompletterande text och aktuella länkar.
- Tillägg av nya områden med tidsanpassad och fördjupad information, såsom exempelvis Barn och unga som anhöriga, Anhöriga och juridiken.
- Utbyte av bilder anpassade till texter och innehåll. Arbetet har pågått parallellt tillsammans med volontärerna i Anhöriglinjen i syfte att underlätta och stärka sökandet av information för både volontärer och anhöriga som kontaktar Anhöriglinjen.

## Anhörighälsa – ett digitalt livsstilsstöd

Anhörigas Riksförbund startade igång ett samarbete med Göteborgs universitet under 2018, ett samarbete som gällde ett digitalt livsstilsverktyg. Universitetet tog först kontakt med riksförbundet och beskrev ett av deras forskningsprojekt inom vilket de även utformat ett verktyg. Det här digitala verktyget syftar till att hjälpa människor med självreflektion och på så vis bidra till att patienter hanterar sin livssituation mer praktiskt och att de i förlängningen mår bättre. Positiva effekter har bevisats med användandet av detta verktyg, främst genom att det bidragit till att sänka stressnivåerna hos patienterna. Verktyget är fritt för våra medlemmar att använda och information om detta finns på Anhörigas Riksförbunds hemsida samt sociala medier.

Anders Rosengren, läkare och professor i molekylär

medicin vid Göteborgs Universitet, leder forskningen om livsstilsverktyget. Han har under året framträtt på Anhörigriksdagen och berättat för åhörarna om detta livsstilsverktyg. Han beskrev olika hälsoaspekter och hur man själv kunde ta makten över sitt mående under hela livet.

Anhörigas Riksförbund har informerat sina följare och medlemmar i sociala medier om verktyget och att det är gratis att använda. Förbundet har bjudit in till att höra av sig till oss för att få mer information och vi vet att medlemmar har startat konto under 2021.

Länken till verktyget ( <https://www.livsstilsverktyget.se/sv> ) har även publicerats på föreläsarsidan vid Anhörigriksdagen för att ytterligare sprida informationen och uppmuntra till användande.

## Studiecirkelmaterial för att stärka den psykiska hälsan hos anhöriga

Under 2021 samarbetade Anhörigas Riksförbund och Svenska Röda Korset i ett projekt för att stärka anhörigas psykiska hälsa. Syftet med samarbetet vara att sammanställa tips, råd och stöd för att stärka anhörigas psykiska hälsa. Projektet gjordes möjligt med medel från Socialstyrelsen och sammanställningen av projektet ska spridas till våra lokalföreningar och medlemmar. Sammanställningen är ett resultat från två likvärdiga workshops som anordnades för att ta fram underlag med tips och råd om hur anhörigas psykiska hälsa kan stärkas. Workshoparna anordnades den 27 maj och 3 juni 2021 och vände sig till medlemmar i Anhörigas Riksförbund, frivilliga från Svenska Röda Korset, andra organisationer, anhöriga samt tjänstepersoner från kommunernas anhörigstöd runt om i landet. Totalt deltog 122 personer på workshoparna. Workshoparna utgick från en av de fyra kortfilmer som Anhörigas Riksförbund och Svenska Röda Korset har tagit fram under 2019. Sammanställningen innehåller också ett material med förslag på upplägg för studiecirkel för att stärka anhörigas psykiska hälsa.



# Stöd till lokalföreningarna

Det andra målet med Anhörigas Riksförbunds verksamhet är att verka för att lokalföreningar bildas samt att stödja dessa i deras verksamhet. Målgrupp är våra medlemmar och lokalföreningar samt de som potentiellt skulle kunna bli nya medlemmar och lokalföreningar. Alla är välkomna som medlem i Anhörigas Riksförbund oavsett om man är anhörig eller inte. Under 2021 har vi arbetat med följande verksamheter för att stötta våra lokalföreningar och verka för att nya ska bildas.

## Föreningsstöd

För att Anhörigas Riksförbund skall kunna nå sina mål behöver fler vara med och driva våra frågor. Att växa handlar framför allt om att få fler medlemmar i de befintliga lokalföreningarna, men också om att vara tillgängliga för personer som väljer ett medlemskap direkt i förbundet. Dessutom är det viktigt att det bildas fler lokalföreningar.

Under tidigt 2021 har förutsättningarna på grund av restriktioner och föreskrifter utifrån Covid-19 och pandemin gjort att fysiska träffar inte kunnat planeras eller genomföras i den utsträckning som är vanligt. Från och med våren 2020 har vi i stället säkerställt att det har funnits digitala plattformar för både föreningarnas möten och regionmöten. Flera föreningar har under både 2020 och 2021 utnyttjat denna möjlighet och några regioner har haft sina träffar under året, Mälardalen, Värmland, Skåne och Halland. Regionträffen i Halland var en Inspirationsdag i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

Under 2021 har också många föreningar fortsatt med att hålla sina möten utomhus när vädret tillåter, ordna ringkedjor med medlemmarna och hålla kontakt via föreningsbrev.

Under hösten har några fysiska träffar kunnat genomföras, kansliet har varit närvarande i Båstad-Laholm, Tvååker, Halmstad, Nacka och Hässleholm. Regionmöte under hösten i Värmland med föreningarna i Karlstad, Årjäng, Forshaga och Filipstad.

Informationsfilmen, där Anhörigas Riksförbunds fem viktiga punkter; ”Anhörigas rättigheter – ett samhällsintresse” presenteras och även de olika verksamheter som kansliet arbetar med såsom; stöd till anhörigföreningarna, tidningen Vi Anhöriga, Anhörigrisdagen, studiecirklar, Anhöriglinjen mm har under året uppdaterats och försetts med text. Filmen finns tillgänglig på förbundets hemsida och YouTube.

Kansliets personal har haft många kontakter med kommuner runt om i landet kring arbetet med att bilda anhörigförening. Det pågår aktiviteter för att starta föreningar i bland annat Helsingborg, Sävsjö, Haninge och Umeå. Under 2021 har Anhörigföreningen i Filipstad bildats.

## Vi Anhöriga, Texttalk och Förbundsnytt

Vi Anhöriga är Anhörigas Riksförbunds medlems-tidning och en av våra viktigaste och mest omtyckta medlemsförmåner. Under året har tidningen utkommit med fyra nummer. Vi Anhöriga trycks i drygt 4.000 exemplar, varav merparten skickas direkt till våra medlemmar. Övriga tidningar går till prenumeranter såsom anhörigstöd, sjukhus och företag samt används i marknadsföringssyfte genom att spridas till bibliotek, väntrum, mässor och konferenser.

Förbundets samarbetsavtal med Texttalk har fortsatt under 2021. Den app som utvecklats för att digitalisera Vi Anhöriga har uppmärksammats i varje nummer under året i syfte att få fler att upptäcka appen och börja använda sig av den. Appen finns för både Iphone och Android och laddas enkelt ner i respektive butik.

Förbundsnytt är ett internt nyhetsutskick med aktuell information från ordförande och kansliet. Under året har det gått ut fem Förbundsnytt via e-post till ordförandena i våra lokalföreningar för vidare distribution till medlemmarna. Nytt för 2021 är att Förbundsnytt börjat göras i nyhetsbrevsverktyget Minutemailer och att det även distribueras till direktanslutna medlemmar.

## Hemsida och Medlemsidor

Allmänheten är förbundets huvudmålgrupp när vi designar och uppdaterar Anhörigas Riksförbunds hemsida, även om vi naturligtvis vill tillhandahålla bra, tydlig information även för våra medlemmar. Anhörigas Riksförbund är måna om att sidan ska vara lättnavigerad och användarvänlig. Det ska tydligt framgå vilka vi är, vad vi gör, hur man kan kontakta oss och vem som helst ska lätt kunna hitta oss genom att googla. Länkar till landets kommunala anhörigstöd och även våra lokalföreningar ska finnas lättillgängliga.

Genom att erbjuda antingen en flik på vår hemsida eller en vidarelänkning till deras egen hemsida får våra lokalföreningar ett bättre skyltfönster i den digitala världen. De har möjlighet att styra exakt vad som syns och vad som ska lyftas fram vad det gäller deras förening.

Vill någon lokalförening skapa sin egen hemsida har förbundet även erbjudit en förenklad kloning av vår riksförbundssida för att igenkänningsfaktor ska bidra till ökad spridning och bättre marknadsföring.

På startsidan har vi numera fyra nyheter som byts ut regelbundet och här utnyttjar vi möjligheten att ge våra läsare en uppdatering om vad som händer inom förbundet samt ute i Sverige kring anhörigfrågan. Eftersom Anhörigdagen och Anhörigveckan behövde hållas mestadels digitalt även under 2021, så utökade vi med ännu fler föreläsningar och filmklipp, både med hjälp av Stockholms Stads anhörigstöd och korta framträdanden från andra talare.

För Anhörigriksdagen sköttes allting utifrån vår hemsida utan extern projektledare och ett speciellt formulär för riksdagsanmälan lades till så att alla deltagare och medlemmar som ville närvara kunde anmäla sig på ett smidigt sätt.

Den lösenordskyddade sidan för lokalföreningar finns tillgänglig för att förbundet ska kunna sprida information och mallar snabbt och effektivt. Föreningarna har på så vis tillgång till många olika dokumentmallar och information kring styrelsearbete, anhörigperspektivet och annat. Sidan uppdateras regelbundet.

# Opinionsbildning

Det tredje målet med Anhörigas Riksförbunds verksamhet är att påverka samhället så att anhörigas situation uppmärksammas. Det handlar om att öka medvetenheten om anhörigas livssituation hos allmänhet så väl som beslutsfattare. Som grund för det opinionsbildande arbetet finns det intressepolitiska programmet som förbundet tagit fram gemensamt. För att lyckas med påverkansarbetet jobbar vi på flera sätt. För att skapa folkopinion behöver vi sätta ljus på anhörigbegreppet och nå allmänheten via sociala och etablerade medier, men också de som redan är intresserade av våra frågor till exempel på mässor och konferenser. För att nå beslutsfattare behöver vi främst arbeta med att skapa personliga relationer till nyckelpersoner, till exempel på myndigheter och inom politiken. Under 2021 har vi främst arbetat på följande vis för att uppmärksamma anhörigas situation.

## Uppvaktningar, skrivelser, remisser och utredningar

Genom uppvaktningar, skrivelser, deltagande i utredningar, remissvar med mera har förbundet fört fram förbundets uppfattningar och ställningstaganden, verkat för våra intressepolitiska frågor och på olika sätt pläderat för ett mer anhörigvänligt samhälle där frivillighet är den absoluta grunden, men där också anhörigas villkor och situation uppmärksammas och förbättras.

I början av året skickade vi in förbundets remissvar på utredningen om ”Hållbar socialtjänst – En ny socialtjänstlag”, även om arbetet för att framföra våra synpunkter i huvudsak gjordes under 2020. Vi har också besvarat en remiss om ”Ombuds tillgång till vård- och omsorgsuppgifter och förenklad behörighetskontroll inom vården”. I utredningen ”Vilja välja vård och omsorg” hade vi med Anita Oxburgh i en referensgrupp och förbundet tog också fram ett remissvar. Med hjälp av Anhörigföreningen i Göteborg skickade förbundet in underlag till ny nationell strategi för psykisk hälsa och suicidprevention till Folkhälsomyndigheten.

Det pågår arbete med att ta fram en ny äldreomsorgslag. Ann-Marie Högberg ingår i utredningens expertgrupp och Eva Sixt är med i en referensgrupp. Dessutom har Ewa Persson från Karlstads Anhörigförening representerat förbundet i en workshop om äldreomsorg som en del i utredningens arbete.

Eva Sixt deltog också vid webinar om Äldrestandarden, som ska revideras.

Förbundet har varit representerat i Sveriges arbetsterapeuters samverkansråd genom Marja Hillerström. Ann-Marie Högberg, Julia Charleson och Anett Karlsson har varit med på några möten om nationell anhörigstrategi.

Ann-Marie Högberg och Julia Charleson medverkade också vid ett möte med Socialminister Lena Hallengren om att stärka den psykiska hälsan med fokus på hur pandemin påverkat, där anhörigas erfarenheter kunde presenteras.

Förbundet har nominerat Eva Sixt till ett patient- och brukarråd, som Myndigheten för Vård- och omsorgsanalys ska inrätta.

Siv Nilsson, Hässleholms Anhörigförening, representerar anhörigföreningarna i Skåne på de möten som Patientrådet i Region Skåne anordnat under året.

## Funktionshindersnämnden

Förbundets ombudsman Anett Karlsson har en plats i Socialstyrelsens Nämnd för funktionshinderfrågor. Ny mandatperiod är från och med juli 2021 och förbundet har för kommande treårsperiod en ordinarie plats och en ersättare, Anett Karlsson och Elisabet Ljungström. Denna nämnd är ett av fyra råd som Socialstyrelsen arbetar med.

Nämnden har haft sex möten under 2021. Fyra ordinarie möten, ett omvärldsmöte och ett introduktionsmöte för nya och omvalda ledamöter och ersättare. Under omvärldsmötet i mars, där nämndens ledamöter lyfter för respektive förbund viktig framtidsfråga, lyfte Anhörigas Riksförbund behovet av att anpassa arbetsmarknaden utifrån ett anhörigperspektiv.

## Inspektionen för vård och omsorg (IVO)

Inspektionen för vård och omsorg (IVO) har fått ett regeringsuppdrag att beskriva risker med bristande tillgänglighet i hälso- och sjukvården samt att titta på hur tillsynen kan utvecklas för att bättre fånga upp dessa risker: ”Återföring av vårdgivarens arbete med egenkontroll”. Syfte och bakgrund till arbetet är att IVO har via inkomna Lex Maria, klagomålanmälningar och synpunkter sett att personer som vårdas inom den kommunala hälso- och sjukvården inte alltid fått den hälso- och sjukvård som de är i behov av. Anhörigas Riksförbund har under 2021 deltagit i detta arbete.

## Barn som anhöriga-projekt

Forskning har visat att elevhälsan på Sveriges grundskolor känner till de barn som är anhöriga och deras situation i väldigt liten utsträckning. Med bakgrund av detta har Anhörigas Riksförbund under 2021 drivit ett projekt med medel från Socialstyrelsen för att hitta en metod för elevhälsan att hitta och identifiera barn som är anhöriga för att på så sätt kunna ge dem det stöd de behöver. Projektledare Marie Rydell har i samråd med olika instanser tagit fram ett lektionsmaterial innehållandes lärarhandledning, powerpoint och diskussionsbilder. Detta kan pedagoger i både för- och grundskola använda sig av i det viktiga arbetet med att identifiera dessa barn. Materialet innehåller även tips på hur pedagogerna sedan kan arbeta vidare med barn som är anhöriga. Allt finns på Anhörigas Riksförbunds hemsida, gratis att ladda ner. Förbundet har även tagit fram en folder med information om materialet som tryckts upp och postats ut till lokalföreningarna samt till elevhälsan i alla Sveriges kommuner.

## Anhörigveckan

Den nationella och numera även europeiska anhörigdagen - samt omgivande anhörigvecka - firades som vanligt i början av oktober. Även i år, liksom förra året, följde vi Folkhälsomyndighetens råd kring avståndshållande och trots att det inte fanns några specifika restriktioner kring fysiska medlemsträffar osv, så valde många lokalföreningar att enbart hålla digitala träffar eller träffas i väldigt små grupper.

Kansliets personal, som vanligtvis reser runt i landet under denna vecka, gjorde ett par besök, bl.a. i Tvååker och Halmstad, men riksförbundet erbjöd även några kortare inspirationsklipp på vår hemsida samt tre lite längre föreläsningar som anhörigstödet i Stockholms Stad hade fått i uppdrag att anordna. Vi är väldigt tacksamma för det samarbetet eftersom dessa föreläsningar då kommer fler till nytta runt om i hela landet. Dessutom täcktes finansiering av föreläsningsserien helt av Stockholms Stad och Anhörigas Riksförbund behövde endast stå för tiden som behövdes för praktisk hantering av filmning, uppladdning på hemsidan osv.

Inför denna anhörigvecka skickades det ut informationsmail till landets samtliga kommuner och regioner för att ytterligare lyfta anhörigfrågan och synliggöra riksförbundets arbete.

## Konferenser och seminarier

Under 2021 har många konferenser och seminarier förbundet vanligtvis deltar i inte genomförts. Det är dock en del konferenser som ställt om och i stället haft livesända föreläsningar och samtal som förbundet både tagit del av och aktivt medverkat i. Förbundet har också deltagit i fysiska event vi blivit inbjudna till i perioder där restriktionerna tillåtit det.

I mars deltog till exempel förbundets kanslichef Julia Charleson i Nystas konferens ”Att driva samhällsförändring på 2020-talet”.

Förbundet medverkade också på flera sätt under SKRs (Sveriges kommuner och regioners) heldag ”Anhöriga i välfärden – stöd och förutsättningar”, som gick av stapeln i maj. Projektledarna Martina Takter och Marie Rydell föreläste då om förbundets projekt och kanslichef Julia Charleson deltog under det avslutande panelsamtalet.

I november föreläste förbundets ombudsman Anett Karlsson om anhörigskap under Göteborgsregionens dag om demens för tjänstemän, politiker och personal. Förbundsordförande Ann-Marie Högberg har också i november deltagit på Ideellt Forum som anordnades av Giva Sverige.

Kanslipersonalen har även själva haft en tvådagars personalkonferens i oktober.

## Sociala medier

En viktig digital plattform, förutom Anhörigas Riksförbunds hemsida, är förbundets socialamediekanaler. Förbundet använder sig främst av Facebook, men även Instagram och YouTube. Där delar vi med oss av nyhetsartiklar, politiska inlägg, enkäter, forskningsinslag och uppdaterar våra följare om vad som händer inom riksförbundet. Facebook och Instagram kan också användas för att skapa relationer med andra intresseorganisationer genom att bidra till deras kommentarsfält, länka till varandras inlägg och stötta verksamheter som arbetar med våra frågor.

Efter förra årets ökning av antal följare på Facebook började januari 2021 med nästan 3 300 följare och vi har tacksamt nog lyckats både behålla dem och till och med öka den siffran. I slutet av december 2021 hade Anhörigas Riksförbund drygt 3 800 följare och 3 380 personer som gillar vår sida. Under 2021 har förbundet också valt att öka antal Facebookinlägg ytterligare med syftet att nå fler anhöriga och förhoppningsvis värva fler medlemmar runt om i landet; både direktanslutna

medlemmar och medlemmar i lokalföreningar. Vi har använt oss av fler finesser på YouTube för att stärka igenkänningsfaktorn och på så vis få en tydligare avsändare i våra inlägg. Under den andra halvan av 2021 har förbundet lagt ut några av föreläsningarna från 2020 års upplaga av Anhörigriksdag. Dels för att fler ska få ta del av inspiration och ny kunskap, och dels för att marknadsföra årets Anhörigriksdag. Instagram använder förbundet numera nästan lika mycket som Facebook. Ett tydligt, visuellt budskap och nedbantad text är viktigt, så innehållet är inte alltid exakt likadant som på Facebook. Förbundet påbörjade arbete på Instagram under 2020 och har fortsatt med ännu fler inlägg under året som gått, så i december 2021 hade vi drygt 1 000 följare på Instagram. Det är en glädjande utveckling och vi ser fram emot att stärka den här plattformen ytterligare med kampanjer och visuellt tilltalande bilder som följer vår grafiska profil.

## Etablerade medier

Anhörigas Riksförbund arbetar ständigt med att försöka skapa kontakt med etablerade medier. Under 2021 har förbundet medverkat i tidningar, radio och tv vid ett flertal tillfällen och fört fram de anhörigas perspektiv.

Sex pressmeddelanden och två debattartiklar har skickats ut. De pressmeddelanden som fått störst genomslag handlade om utnämningen till Årets Anhörigkommun och ambassadör. Utnämningen av Skövde till Årets Anhörigkommun uppmärksammades av bland andra Skövde Nyheter, Skaraborgs Allehanda, P4 Skaraborg, Altinget, Skaraborgs Nyheter, Skaraborgsbygden och Senioren. Även medier i de övriga nominerade kommunerna uppmärksammade att de hade chans att få priset, som Nya Wermlands-Tidningen, SVT Nyheter Jämtland och Karlstads-Tidningen. Att Lisa Syrén blev förbundets första officiella ambassadör uppmärksammades med radioinslag och artiklar i P4 Blekinge, Sydöstran och Aftonbladet.

Förbundsordförande Ann-Marie Högberg fanns med som avsändare, tillsammans med 29 andra organisationer, för en debattartikel i Aftonbladet om att hjälpmedel riskerar att bli en klassfråga. Förbundets nyantagna vision, som beslutades på extra kongressen, blev underlag till en debattartikel som publicerades på politiksajten Altinget och i två av deras nyhetsbrev. Förbundsordförande Ann-Marie Högberg har intervjuats i bland andra Sveriges Radio, Aftonbladet och

Trelleborgs Allehanda angående anhörigas situation. Större intervjuer med Ann-Marie Högberg publicerades på Värden.se, som är Sveriges största samlingsplats för legitimerad sjukvård och hälsa, och i webbtidningen HejaOlika.se.

Lokalföreningarna har fått stöd med formulering och korrekturgranskning av ett antal debattartiklar och insändare.

Kansliet har även bidragit till planering, fakta och tips på personer för medverkan i ett flertal program och tidningar så som Aftonbladet, Sveriges Radio P4, SVT Nyheter och Malou efter tio i TV4.

## Årets anhörigkommun och ambassadör för förbundet

Anhörigas Riksförbund utlyste 2021 ett nytt pris till bästa anhörigkommun. Den första kommun som utnämndes till Årets Anhörigkommun blev Skövde, något som tillkännagavs på Anhörigriksdagen. Priset, som kom till på förslag av medlemmarna, rönste stort intresse. Syftet är att uppmärksamma en kommun som gjort väsentliga insatser för anhöriga. Detta ska i sin tur leda till att kommunerna sporras att förbättra sina insatser och ge förutsättningar att sprida goda exempel. Sammanlagt inkom 16 nomineringar: Alvesta, Bollnäs, Borås, Danderyd, Gävle, Hultsfred, Karlstad, Malmö, Nybro, Orust, Simrishamn, Skövde, Upplands-Bro, Upplands-Väsby, Vallentuna och Östersund. Två pressmeddelanden skickades ut, och genererade ett ovanligt stort medieintresse. Vinnaren utsågs av en jury på fem personer, bestående av Ann-Margret Blomqvist och Anders Norrman, ledamöter i förbundsstyrelsen, Eva Sandström, Luleå och Lena Hultén, Göteborg, representanter för lokalföreningarna. Förbundets organisationsombudsman Anett Karlsson var sammankallande.

Radioprofilen Lisa Syrén utsågs till förbundets första officiella ambassadör i samband med Anhörigriksdagen 2021. Hon är sedan många år ett välkänt ansikte i Anhörigas Riksförbund och får nu en mer officiell roll för att föra fram förbundets frågor. Pressmeddelandet som skickades ut fick också bra genomslag.

# Forskning och utbildning

De fjärde och femte målen med Anhörigas Riksförbunds verksamhet är att genom informations- och utbildningsinsatser, samt genom delaktighet i forskning och kunskapsutveckling inom anhörigområdet, nå större förståelse och värdering av anhörigas arbete. Målgrupp är de som i sin yrkesroll träffar anhöriga samt forskare och beslutsfattare, men även anhöriga själva.

## Anhörigriksdagen

Även under 2021 fanns det klara restriktioner från Folkhälsomyndigheten om offentliga träffar och att alla medborgare ska hålla avstånd för att minska smittspridning. Därför beslutade förbundsstyrelsen i ett tidigt skede att 2021 års version av Anhörigriksdagen skulle hållas enbart digitalt.

Syftet med Anhörigriksdagen har inte ändrats utan precis som de sista drygt 20 åren är tanken att eventet ska fungera som en kunskapsbank, en mötesplats och en inspirationskälla. Ett tillfälle där anhörigkonsulenter och andra som arbetar eller berörs av anhörigfrågor kan träffas, diskutera och komma i kontakt med till exempel kommunpolitiker, regiontjänstemän och naturligtvis anhöriga. Alla på lika villkor och med öppna sinnen för att kunna diskutera och ta upp viktiga aspekter av anhörigskap.

Temat för i år var "Anhörig i tiden" och syftet med temat var att kunna inkludera förbundets två största projekt under 2021 - "Barn som anhöriga" och "Kartläggning över anhörigas upplevelser under pandemin" – samt väva in olika forskningsaspekter och andra intressanta föreläsningar. För oss var det viktigt att ta upp, men inte enbart fokusera på, pandemin.

Anhörigas Riksförbund vill naturligtvis nå ut till så många olika grupper som möjligt och vi känner att publiken nu har blivit mycket mer vana vid zoom-föreläsningar och online-event, detta gjorde att årets Anhörigriksdag gick av stapeln utan några inloggningsproblem eller andra tekniska svårigheter.

Antalet anmälda biljetthinnehavare räknades till 321 personer varav 90 var våra egna medlemmar. Från föregående år vet vi att många kommunala instanser och andra arbetsplatser samlas kring en dator och tillsammans tar del av en eller flera föreläsningar, så vi antar att mängden åskådare är betydligt fler än vad som registrerats i biljetlistorna.

Det kommer att genomföra en utvärdering likt den förbundet skickade ut förra året, så att vi lär oss ännu

mer om vad publiken vill ha så att vi kan vässa vårt föreläsningsutbud ytterligare till kommande år.

## Kartläggningen "Anhörigperspektiv - en möjlighet till utveckling?"

Anhörigas Riksförbund har med medel från Socialstyrelsen under 2019 genomfört en kartläggning av kommunernas stöd till anhöriga. Kartläggningen består av resultatet från de enkäter som skickades ut till alla kommuner i Sverige och som när det varit möjligt gjorts i jämförelse med tidigare kartläggning som Socialstyrelsen genomfört. Rapporten innehåller också goda exempel från verksamheter i olika kommuner. Under 2021 gjordes en uppdatering av viss fakta i rapporten. Rapporten har också fortsatt att spridas och presenterats i flera sammanhang samt varit en del av underlagen i framtagandet av underlag för nationell anhörigstrategi.

## Uppdrag Anhörig

Uppdrag Anhörig var ett projekt under 2019 som syftade till att belysa genusaspekter av anhörigskap. Målet var att sammanställa och tillgängliggöra kunskap som berör livssituationen för kvinnor i arbetsför ålder som är anhörig till en medmänniska som på grund av sjukdom, ålderdom eller funktionsnedsättning inte klarar vardagen på egen hand. Projektet utmynnade i boken Uppdrag Anhörig som släpptes vid en välbesökt releasefest i Göteborg i januari 2020. Förbundet har under 2021 lyft boken i flera sammanhang i kontakt med olika aktörer inom anhörigområdet, haft kampanj på Facebook och information i Vi Anhöriga och Förbundsnytt.

I ett samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan och Ann Westermark har ett studiematerial och handledningsunderlag för boken tagits fram. Finns fritt att använda på Anhörigas Riksförbunds och Studieförbundet Vuxenskolans respektive webbplats. Boken finns att köpa på förbundets hemsida.

## Informationskampanj Anhörigas Rättigheter

Under 2019 genomförde Anhörigas Riksförbund en informationskampanj om anhörigas rättigheter tillsammans med Svenska Röda Korset. Kampanjen bestod av att ta fram affischer med information som fokuserar på möjligheten att som anhörig söka stöd hos kommun eller i en förening, på affischerna finns även informa-

tion om Anhöriglinjen. Dessa affischer har under 2021 uppdaterats och spridits till föreningar, organisationer, sjukhus, vårdcentraler och andra verksamheter där anhöriga kan se dem.

### **Utbildning för anhörigkonsulenter**

Tillsammans med Helsjöns folkhögskola har Anhörigas Riksförbund startat en utbildning för anhörigkonsulenter. Anledningen till detta initiativ är en upplevd avsaknad av utbildningsmöjligheter för en yrkeskategori som saknar en tydlig identitet. Utbildningen är under ett år på halvfart, mestadels på distans men med sex tredagars träffar på Helsjöns Folkhögskola. I augusti 2021 startade den andra omgången av utbildningen och klassen har nu gått sin första termin, examen är efter fullföljd vårtermin. Utbildningen är väldigt omtyckt och är tänkt att fortsätta med en tredje klass som startar i augusti 2022.

### **Informationsspridning om olika forsknings- och utvecklingsprojekt**

Under 2021 har Anhörigas Riksförbund även främjat forskning genom att till förbundets medlemmar och andra anhöriga ha spridit information och deltagandeförfrågningar om diverse forsknings- och utvecklingsprojekt inom anhörigområdet. De förbundet gällande detta samarbetat med under 2021, och som varit ansvariga för projekten, är: Uppsala Universitet, Högskolan Dalarna, Mittuniversitetet, Linnéuniversitetet, Riksförbundet Frivilliga Samhällsarbetare (RFS) samt EU's forskningsprojekt ENTWINE.

Förbundet har även varit med i referensgrupp Cystisk Fibros för att ta fram nationella stöddinjen "Själva men inte ensam".

### **Överlevnadstips för anhöriga**

"Överlevnadstips för anhöriga" är ett material som använts i flera år som underlag till många samtalsstunder, både bland anhörigföreningar och kommunernas anhörigstöd. Under 2019 gjordes med medel från Postkodsstiftelsen fyra filmer som ett diskussionsunderlag till en studiecirkel/samtalsgrupp. Filmerna finns på förbundets hemsida tillsammans med materialet, fritt att använda, och lyfts vid förfrågningar och kontakt med föreningar.

### **Anhörigas upplevelser under pandemin-projekt**

Covid-19-pandemin och medföljande restriktioner har utan tvivel påverkat livet för flera grupper i samhället som på ett eller annat sätt är utsatta. Sammantaget så pekar utvärderingar och forskning på att pandemin blottat redan befintliga brister i vård och omsorg. Tillsammans har Anhörigas Riksförbund och Malmö universitet, under ledning av projektledare Martina Takter, genomfört en studie om anhörigas erfarenheter och upplevelser av sin situation under covid-19-pandemin.

Syftet med studien var att, med utgångspunkt i intervjuer, beskriva och analysera anhörigas erfarenheter och upplevelser av covid-19-pandemin och dess konsekvenser i vardagen ur ett anhörigperspektiv. Studien, som fått namnet "Den enes stödkorsett, den andres tvångströja? - Anhörigas erfarenheter och upplevelser av covid-19 pandemin", bygger på 18 intervjuer med anhöriga samt organisationsföreträdare från valda organisationer från civilsamhället. Studien finns i sin helhet som pdf på förbundets hemsida. Anhörigas Riksförbund har också valt att trycka upp en folder med en mer lättillgänglig sammanfattning av studien.



# Samarbeten

**E**n förutsättning för att kunna bedriva ett framgångsrikt arbete i civilsamhället är samverkan med andra organisationer och berörda myndigheter. Under 2021 har samverkan med följande organisationer och myndigheter varit särskilt framträdande:

## **Nationellt kompetenscentrum anhöriga (Nka)**

Som part i Nka sitter förbundsordförande Ann-Marie Högberg med i styrgruppen som har regelbundna sammanträden.

Under 2021 har Anhörigas Riksförbund deltagit i det nationella arbete som Nka leder för att utöka anhörigstödet. Arbetet ingår i projekt "Kraftsamling psykisk hälsa" som drivs av Sveriges kommuner och regioner (SKR). Arbetet har olika delområden där Utökad anhörigstöd är en. Under året har det varit gemensamma träffar för de som önskar vara med.

Under hösten 2021 har Nka anordnat tre webinarier där de lyft problematiken kring juridik och anhörigskap: Olika föreläsningar och vad innebär det för mig som anhörig, Vad säger lagen om min roll som anhörig i vård och omsorg och Vart anhöriga kan vända sig för att få råd och stöd med juridiska frågor. Anhörigas Riksförbund presenterade Anhöriglinjen och det stöd som erbjuds där. Webbinarierna finns tillgängliga på [www.anhoriga.se](http://www.anhoriga.se) och [www.anhorigandboken.se](http://www.anhorigandboken.se).

Livets Möjligheter är en konferens som anordnas i Stockholm den 24-25 oktober 2022. Konferensen har temat "Livslångt lärande för personer med funktionsnedsättning, anhöriga, professionella och beslutsfattare". Anhörigas Riksförbund har en plats i arbetsgruppen för konferensen och är delaktig i marknadsföring av konferensen.

## **Eurocarers**

Anhörigas Riksförbunds representant gällande Eurocarers, Ingrid Sandelin, har under 2021 deltagit vid fyra olika möten arrangerade av Eurocarers. Det första mötet var i mars och handlade om "Resterande mål kring den åldrande befolkningen". Nästa möte som förbundets representant deltog i var ett fyradagarsmöte i maj som handlade om Young Carers. Vidare har förbundets representant deltagit i ytterligare möte gällande "Aging people for carers" under hösten 2021 samt årets sista möte gällande "Ersättning för longtimecarers".

## **Ideell Arena**

Anhörigas Riksförbund är sedan 2017 en del av den ideella organisationen Ideell Arena som är ett samarbete mellan ett nittiotal idéburna organisationer i Sverige. Ideell Arena startades år 1998 av forskare och ledare från den ideella sektorn och verksamheten bygger på erfarenhetsutbyte och ömsesidigt lärande. I fokus står utveckling av ledning och styrning i den ideella sektorn. Detta görs genom ledarprogram, mötesplatser, nätverk och främjande av forskning.

Under 2021 har kanslichef Julia Charleson ingått i ett nätverk av kanslichefer som ansvarar för små kanslier som driver stora frågor. Under april månad har Julia Charleson också deltagit på Ideell Arenas idéseminarium om jämlikhetsarbete i ideell sektor samt på partnerskapsmötet.

## **Studieförbundet Vuxenskolan**

Sedan flera år har Anhörigas Riksförbund haft ett samverkansavtal med Studieförbundet Vuxenskolan (SV). Det har i praktiken inneburit att det finns möjlighet för Anhörigas Riksförbund att söka stöd hos SV till exempel med utbildningar, framtagandet av nya studiecirklar och i olika arrangemang. SV kan också bistå med sitt nätverk av andra intresseorganisationer och på lokal nivå finns det möjlighet att låna lokaler och få hjälp med praktiska saker så som kopiering.

Under 2021 har Anhörigas Riksförbund, som samarbetspart till Studieförbundet Vuxenskolan, arbetat vidare med de två projekt som finansieras av Allmänna Arvsfonden. Det ena projektet är Kix Senior vars syfte är att motverka ensamhet hos seniorer med funktionsnedsättningar som närmar sig eller befinner sig i pensionstid. Det andra projektet är Vägra Skuld vars syfte dels är att nå en ung målgrupp med insikten om att de är anhöriga vilket i sin tur skall leda till förståelse för att de inte är ensamma, att de har rätt att söka hjälp och att de inte har någon skuld. Syftet är också att lyfta unga anhörigas behov av hjälp och stöd från samhället sida.

2020 medverkade förbundet i en digital samtalsserie "Livet som det kan vara", som Funktionsrätt VG anordnade tillsammans med Studieförbundet Vuxenskolan och ABF Västra Götaland. Från våren 2020 till våren 2021 har det blivit elva samtal om olika teman som ensamhet och isolering, att bli allvarligt sjuk, eller att vara anhörig till någon som inte klarar vardagen på egen hand, vad det kan innebära att vara medmänniska



i en svår situation, att lämna en våldsam relation eller att få ett barn med Downs Syndrom. Under 2021 har alla elva samtalen textats och finns att använda tillsammans med ett samtalsunderlag. Samtalen leds av Ulrika Kallenberg.

Anhörigas Riksförbund har också tillsammans med Studieförbundet Vuxenskolan Halland under 2021 arbetat med en ansökan till Region Halland gällande projekt Från hjärta till hjärta. Projektet är ännu inte godkänt utan kommer fortsätta att arbetas med under 2022.

## Helsjöns folkhögskola

Anhörigas Riksförbund driver tillsammans med Helsjöns folkhögskola en utbildning för anhörigkonsulenter som beskrivs på sid 15.

## Röda Korset

Under 2021 har samarbetet med Röda Korset fortsatt. Röda Korset är en viktig samarbetspartner för Anhörigas Riksförbund. Detta eftersom de har god insikt i anhörigas behov och sedan lång tid tillbaka driver verksamhet i syfte att stötta anhöriga, i många kommuner tillsammans med kommunens stöd till anhöriga.

Under året har Anhörigas Riksförbund och Svenska Röda Korset samarbetat i ett projekt med medel från Socialstyrelsen, se sid 8.

Anhörigas Riksförbund har också varit inbjudna och deltagit vid sex utbildningstillfällen/webbinarier för personer i Röda Korsets frivilligverksamhet med inriktning på stöd till anhöriga. Under dessa träffar deltog både frivilligarbetare och personal inom kommunernas anhörigstöd

## Bräcke Diakoni

Anhörigas Riksförbund har under året samarbetat med Bräcke Diakoni i flera projekt.

Projekt Trialog, ett projekt som Anhörigföreningen i Göteborg deltagit i, har under 2021 avslutats och färdigställt. Resultatet av projektets fokusgrupper med anhöriga har resulterat i boken "Du är inte ensam". Det är en bok till de som möter anhöriga och skall fungera som ett redskap att använda vid dessa möten. Under 2021 kom en studiecirkel som bygger på bokens innehåll. Anhöriglinjen har gjort studiecirkeln under året som test innan tryck. Under slutkonferensen för projektet deltog Mailis Lundgren för Anhörigas Riksförbund. Boken har skickats ut till anhörigföre-

ingarna och studiehandledning finns att ladda ner.

Ett samarbete med Bräcke Diakoni genom representation i ledningsgruppen i ett projekt kallat "I Nöd och Lust", finansierat av Allmänna arvsfonden, påbörjades under 2020 och har fortsatt under 2021. Projektet syftar till att ta fram material som kan användas som stöd vid samtal med äldre anhöriga som vårdar äldre sköra maka/make-partner och som många gånger lever i en komplicerad och svår relation. Materialet ger möjlighet att pröva och utveckla olika redskap som kan möjliggöra en bättre vardag, och underlätta livet, för målgruppen och därmed minska den psykiska ohälsan.

## Vildhallon

Anhörigas Riksförbund tecknade under år 2020 ett samarbetsavtal med kulturföretaget Vildhallon kring barnboken Abella och Kapten: Vilse i stormen av Thor Rutgersson och Linnea Anckers. Då barnboken tar upp frågor kring saknad, anhörigskap, sorg och ensamhet kändes det naturligt att i boken ha med information om (och kontaktuppgifter till) Anhöriglinjen, dit man kan vända sig för att få stöd när en nära anhörig är sjuk eller kanske nyligen gått bort.

Under 2021 har Anhörigas Riksförbund sökt medel från Carl Jönssons understödsstiftelse för bland annat ett projekt kring att ge begravningsbyråer i Skåne möjlighet att dela ut boken till de barn de möter i sin verksamhet. Förbundet blev i slutet av november beviljade medel för detta och kommer under 2022 att fullfölja planerna kring projektet.

## Kronans Apotek

Anhörigas Riksförbund har sedan 2020 haft ett samarbete med Kronans Apotek. Samarbetet gäller främst Anhöriglinjen där volontärerna varje år får en utbildande föreläsning av apotekets farmaceuter och även har ett direktnummer dit de hänvisar anhöriga i frågor som rör den närståendes medicinering. Samarbetet inbegriper också bland annat apotekets sponsorskap i Anhörigriksdagen 2021 samt annonsering i Vi Anhöriga under det gångna året.

## NHS Care

Anhörigas Riksförbund samarbetar sedan tidigare med företaget NHS Care och har under 2021 fått en viss del av företagets vinst gällande försäljning av tvättlappar. Kontakt har även tagits av den nye förbunds-kommunikatören för att få en presentation av företaget.

Samtidigt gjordes en uppdatering av förbundets informationssida i NHS Cares kundtidning.

## **Länsstyrelserna**

Länsstyrelserna har ett uppdrag från Post och Telestyrelsen att bevaka hur tillgången till grundläggande betaltjänster ser ut hos äldre och personer med funktionsnedsättning. Länsstyrelsen har under 2021 kartlagt hur anhöriga upplever förändringen med betaltjänster och hur digitaliseringen påverkar möjligheten för anhöriga att hjälpa sina närstående med betaltjänster och om det försvårar eller förenklar för anhöriga. Enkäter skickades ut till ett urval av Anhörigas Riksförbunds medlemmar och fanns även öppen för alla via förbundets webbplats. Resultatet är en del av rapporten ”Bevakning av grundläggande betaltjänster 2021”. Rapporten finns tillgänglig på förbundets hemsida.

## **Hälsoteknikcenter Halland**

Anhörigas Riksförbund inledde under 2019 ett samarbete med Hälsoteknikcenter Halland, ett EU-projekt där alla kommuner i Halland, Region Halland samt Högskolan i Halmstad samverkar för att utveckla ny teknik inom vård och hemsjukvård. Detta samarbete sker tillsammans med Anhörigföreningen i Halmstad.

## **Picture my life**

Ett nytt samarbete har inletts med företaget Picture My Life, som utvecklat en digital dagboks-app för personer med kognitiva svårigheter och deras anhöriga. Samarbetet innebär annonsering i Vi Anhöriga och information om tjänsten i sociala medier.

## **Lavendla**

Under 2021 har Anhörigas Riksförbund startat ett samarbete med begravningsbyrån Lavendla. För förbundet innebär samarbetet att Anhörigas Riksförbund nu är en av de organisationer det är möjligt att ge donationer/minnesgåvor till samt att våra medlemmar får reducerat pris på viss juridisk hjälp som Lavendla erbjuder.

# En stabil och hållbar organisation

För att Anhörigas Riksförbund skall ha förutsättningar att fortsätta vara en organisation med trovärdighet och stort kunnande måste organisationen ha en stabil ekonomisk situation och skötas på ett professionellt och framåtsyftande sätt. En stor organisation som Anhörigas Riksförbund kräver även rutiner för det administrativa arbetet och de demokratiska processerna samt väl fungerande stödstrukturer för det arbete som åligger de förtroendevalda. Andra viktiga arbetsuppgifter är hanteringen av medlemsregistret samt förbundets ekonomi.

## Bredda intäktsbasen

Under 2021 har vi fortsatt arbetet med att bredda intäktsbasen. Syftet har varit att skapa en tryggare situation för förbundet där vi inte längre är beroende av bidrag från endast ett håll. Arbetet har dels handlat om att söka statsbidrag och projektmedel från fler myndigheter än Socialstyrelsen och från olika fonder. Vi har gjort ansökningar till Folkhälsomyndigheten och Carl Jönssons understödstitelse, där vi fått bifall från båda. Under 2018 blev förbundet beviljade ett 90-konto och har sedan dess genomfört ett par insamlingskampanjer i sociala medier varje år vilket har inneburit några mindre intäkter.

Insamlingsverksamheten behöver fortfarande utvecklas, vilket bland annat kräver ett mer uppdaterat medlemssystem.

## Extra Kongressen

Extra kongressen genomfördes digitalt den 16–17 april. Ett 80-tal deltagare, varav 57 ombud den 16 april och 55 ombud den 17 april. Det blev två trevliga dagar och tekniken fungerade fint för alla närvarande. Till ordförande för extra kongressen valdes Gunnar Thörnqvist från Varberg som på ett lugnt sätt lotsade deltagarna genom dagordningen.

Extra kongressen behandlade utöver de punkter på dagordningen för årsmöte även de som kongressen 2020 hänskjutit till extra kongressen 2021.

Extra kongressen redovisade handläggningen kring de motioner som beslutats om från 2017–2019 och behandlade de tre för året inkomna, ”Marte Meo – en kommunikationsmetod på demensboende”, ”Genomförandeplan – ett levande arbetsverktyg för att säkerställa god vård och omsorg för den närstående och trygghet för den anhöriga” och ”Anhörigperspektivet måste genomsyra Sveriges 290 kommuner”.

Anhörigas Riksförbunds stadgar uppdaterades enligt förbundsstyrelsens förslag på förändringar. Val av ledamöter till förbundsstyrelse, revisorer och valberedning genomfördes.

Mailis Lundgren utsågs till ny hedersmedlem.

## Vision, värdegrund och ett uppdaterat intressepolitiskt program

Vid den extra kongressen kunde äntligen den gemensamma visionen och värdegrunden för Anhörigas Riksförbund fastställas. Förbundsstyrelsen hade lagt fram ett förslag, som utarbetats av en arbetsgrupp. Förslaget har också varit på remiss till lokalföreningarna. På extrakongressen kom detta förslag på vision att efter diskussion ytterligare förbättras. Syftet med visionen och värdegrunden är att skapa samsyn och samstämmighet så alla delar av förbundet kan tydligare arbeta i samma riktning. Arbetet har pågått sedan årsmötet 2019, men genom de inskränkningar som varit kunde inte detta behandlas förrän nu.

Av samma skäl kunde inte uppdateringen av det intressepolitiska programmet ”Anhöriga som vårdar och stödjer – ett samhällsintresse” fastställas förrän nu vid den extra kongressen. Uppdraget gavs vid årsmötet 2019. Syftet med detta dokument är att förtydliga vilka frågor som organisationen arbetar med och i vilken riktning vi önskar att samhället utvecklas, både nationellt, regionalt och lokalt. Tanken är på så vis att dokumentet skall fungera som ett stöd i det opinionsbildande arbetet. En arbetsgrupp utarbetade ett förslag som även det gick på remiss till lokalföreningarna under hösten 2019.

## De förtroendevaldas arbete

Styrelsen har också under 2021 tagit ett övergripande ansvar för förbundets arbete och utveckling. Men inte heller det här året har vi kunnat ha fysiska möten, utan det har fått ske digitalt. Inte en helt idealisk lösning, men det har ändå gått förvånansvärt bra, och styrelsens engagemang har varit mycket stort. Efter den extra kongressen den 16-17 april tillträdde en ny förbundsstyrelse, där fler än hälften inte varit med tidigare. Den nya styrelsen har på ett tydligt sätt delat upp olika ansvarsområden mellan sig, för att kunna ta vara på kunskaper och erfarenheter så bra som möjligt. Men självklart är hela styrelsen fortfarande ansvarig för allt vårt arbete. Styrelsen har också tagit fram en definition på anhörigperspektiv och även ordentligt diskuterat

förbundets definition på anhöriga och därmed också barn som anhöriga. Även i dessa digitala tider har styrelsen förstås deltagit i olika sammanhang såsom t.ex i olika nätverk, utredningar, utbildningar och tagit fram remissvar. Du kan läsa mer om det på annan plats i den här verksamhetsberättelsen.

Kansliets personal har stått till förfogande för styrelsen, valberedningen, stadgekommittén och revisorerna i deras arbete.

## **Administration**

I kansliets arbetsuppgifter ingår, utöver att driva och utveckla verksamheten, också att sköta den löpande ekonomin och annan administration. I detta administrationsarbete ingår till exempel att ta fram och följa upp budget samt det årliga ansökningsförfarandet till bland annat Socialstyrelsen och Folkhälsomyndigheten som löper över hela året med ansökan, revidering av ansökan efter besked om bidrag samt återrapportering av beviljad verksamhet. Årsmöten och kongress innebär även det administrativt arbete, bland annat med de handlingar som skall färdigställas. Ett annat viktigt område är administrationen kring Arbetsutskotts- och styrelsemöten som bedrivs av kansliet löpande under året liksom uppdatering av medlemsregistret.