



Verksamhetsplan

Anhörigas Riksförbund 2023-24

Innehållsförteckning

Inledning	3
Verksamhetsmål	
Stöd till anhöriga	4
Anhöriglinjen	4
Barn som anhöriga	4
Anhörighälsa - ett digitalt livsstilsverktyg	5
Samhällskunskap för anhöriga	5
Stöd till föreningar och medlemmar	5
Föreningsutveckling	5
Medlemsrekrytering	6
Vi Anhöriga och Förbundsnytt	6
Digitalisering	6
Framtaget material	7
Opinionsbildning	8
Etablerade medier	8
Sociala medier	8
Ambassadörer	9
Årets anhörigkommun	9
Anhörigveckan	9
Mässor, konferenser och nätverk	9
Implementera anhörigperspektiv i Sveriges kommuner	9
Forskning och utbildning	10
Anhörigriksdagen	10
Studiecirklar	10
Anhörighandboken	10
Utbildning Anhörigperspektiv-fördjupning	11
Forskningsprojekt	11
Utredningar och remisser med mera	11
Nationellt kompetenscentrum Anhöriga (Nka)	11
Organisationsmål - En stabil och hållbar organisation	12
Bredda intäktsbasen	12
Kongress, årsmöte och förtroendevalda	12

Inledning

I vårt samhälle finns många som på grund av funktionsnedsättning, sjukdom eller ålder behöver vård, stöd eller hjälp. Ofta är det en anhörig som tar vid där det offentliga samhällets omsorg upphör, allt för att ge den hjälpbehövande ett gott liv. Att ta på sig ett ansvar för en annan människa ska enligt Anhörigas Riksförbund vara frivilligt och omgärdas av stöd från samhällets sida. Att hjälpa, stödja eller vårda en hjälpbehövande familjemedlem, släkting eller vän får inte medföra negativa konsekvenser för den egna livssituationen.

Anhörigas Riksförbund är en politiskt och religiöst obunden intresseorganisation som verkar för att de som är anhöriga ska ha goda förutsättningar att hjälpa sina närstående. Samtidigt vill vi säkerställa att de anhöriga själva ska ges rätten till ett eget liv. Samhället får inte profitera på människors kärlek, ansvarskänslor och välvilja. Anhörigas Riksförbund övergripande mål är 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 adekvat, aktuell forskning och utveckling nationellt och internationellt.

För att nå dessa mål jobbar vi med mätbara delmål för verksamheten och organisationen. Dessa finns beskrivna i en utförlig aktivitetsplan samt i de projektansökningar som ligger till grund för årets beviljade bidrag. I denna plan finns en översiktlig beskrivning av de verksamheter som kommer genomföras under 2023 och 2024. Verksamheterna består dels av den reguljära verksamhet som finansieras av ett grundbidrag från Socialstyrelsen, dels av olika verksamheter som vi sökt verksamhetsbidrag för under året. Dessa verksamheter är:

- Barn som anhöriga, att implementera framtagen metod i skolans verksamhet (Socialstyrelsen, Statsbidrag)
- Samhällskunskap för anhöriga, fortsättning (Socialstyrelsen, Statsbidrag)
- Implementera anhörigperspektiv i Sveriges kommuner (Socialstyrelsen, Stadsbidrag)
- Anhöriglinjen och Anhörighandboken (Folkhälsomyndigheten, Stadsbidrag)

Verksamhetsmål

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 anhöriga som vårdar, stödjer eller hjälper en närstående som behöver det på grund av fysiskt eller psykisk ohälsa, ålder eller funktionsnedsättning. Under året kommer vi att arbeta med följande verksamheter:

Anhöriglinjen

Anhöriglinjen är en nationell stödlinje för människligt stöd, rådgivning och information för anhöriga. Kontakt med Anhöriglinjen sker via telefon och mail på 0200-239 500 och info@anhoriglinjen.se

Anhöriglinjen bemannas enligt fastställda tider av volontärer med egna erfarenheter av anhörigskap, samt vid behov av personal på kansliet. Samtalen besvaras av volontärer och personal med evidensbaserad och erfarenhetsbaserad kunskap om anhörigskap. Volontärerna har olika formella kompetenser som ger linjen en kunskapsbredd. 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).

Information om Anhöriglinjen finns bland annat på förbundets webbplats, på vårdcentraler, anhörigrum på sjukhus, 1177, Sveriges kommuner och regioner, Folkhälsomyndigheten, Socialstyrelsen, på många kommuner och andra organisationers webbplats. Vi sprider även kontinuerligt information om Anhöriglinjen i sociala medier.

Den potentiella målgruppen för Anhöriglinjen är de 1,3 miljoner personer som själva uppger att de är anhöriga. Underlaget till den nationella anhörigstrategin beskriver att de flesta svenskar vårdar, hjälper eller stödjer en närstående någon gång i livet. Gruppen anhöriga är därmed en stor och heterogen

grupp med varierande behov. Hälften av de anhöriga som ger stöd gör detta 1–10 timmar per vecka, medan var tredje anhörig gör insatser mer än 10 timmar per vecka. (Socialstyrelsen juni 2021) Anhörigas situation har försämrats under pandemin. Bland annat har anhörigas sociala nätverk minskat och hälsan psykiskt och fysiskt, ekonomin och livskvaliteten har försämrats. Anhörigas omsorgsinsatser har ökat under de senaste åren med genomsnitt 4 timmar per vecka. 56 procent av de anhöriga omsorgsgivarna uppger att deras hälsa har försämrats under pandemin, för kvinnor i högre utsträckning (Nka).

Antalet kontakter till Anhöriglinjen både via telefon och mail har sedan starten varit stigande, fler samtal och mail kommer till Anhöriglinjen och med utökade öppettider och ökade antal volontärer och en trygg administration, utbildning och handledning, gör det att antalet besvarade samtal också ökar år från år. Målet under kommande år är att säkerställa att Anhöriglinjen finns när anhöriga behöver någon att tala med, någon som lyssnar och kan ge råd eller stöd kring anhörigas unika situation.

Under 2023–2025 kommer vi att fortsätta arbetet med att utöka antalet tider då vi bemannar linjen och att stärka upp med fler volontärer. Utbildning av nya volontärer, handledning och utbildning för alla volontärer kommer att erbjudas kontinuerligt under åren och ett av dessa tillfällen blir den årliga konferensen som lyfter ny forskning och erfarenhet kring stöd till anhöriga, Anhörigrisdagen. Arbetet med att sprida kunskap till anhöriga och information om att Anhöriglinjen finns kommer såklart också att fortgå.

Barn som anhöriga

Under 2019 hade Anhörigas Riksförbund fokus på ”barn som anhöriga”, bland annat via Anhörigrisdagen. Vi har lärt oss mycket om hur förutsättningarna ser ut för de barn som är anhöriga. En faktauppgift som drabbade oss extra hårt var att skolans elevhälsa endast känner till barnens

hemsituation i knappt en tredjedel av fallen. Oftast har skolan alltså ingen kännedom om barn som är anhöriga och deras livssituation. Förbundet har med anledning av denna insikt under tidigare år vänt sig till landets samtliga kommuner med information till elevhälsovården som syftade till att öka medvetenheten om att barn kan vara anhöriga. Under 2021 drev förbundet ett projekt med bidrag från Socialstyrelsen med syfte att tillsammans med de som möter dessa barn hitta en metod att inom skolan identifiera barn som är anhöriga. Detta projekt ledde fram till olika konkreta lektionsmaterial. Under 2022 har förbundets arbete inom området gått vidare med ett projekt vars syfte varit att ta fram rutiner för informationsförmedling gällande olika samhällsinsatser för att på så sätt identifiera barn som är anhöriga.

Under 2023 kommer vi att med medel från Socialstyrelsen arbeta med att implementera det material som togs fram under 2021 och 2022 runtom i Sverige.

Förbundet kommer även på andra sätt att under 2023 och 2024 fortsätta opinionsarbetet med att sprida information och kunskap om barn som är anhöriga.

Anhörighälsa – ett digitalt livsstilsverktyg

Under 2018 inledde Anhörigas Riksförbund ett samarbete med Göteborgs Universitet för att erbjuda en ny medlemsförmån. Anhörighälsa, eller Prius Health, är ett digitalt hälso- och livsstilsverktyg som ska hjälpa anhöriga att förbättra sin egen hälsa. Anhörigskap har ofta stor negativ inverkan på den egna hälsan. Det är också vanligt att anhörigas egen hälsa hamnar i skymundan eller helt glöms bort. Anhörighälsa innehåller övningar och ett stort bibliotek av texter, skrivna av läkare och forskare, som ska ge stöd och tips till anhöriga om hur de kan påverka sitt mående och sin hälsa i en positiv riktning. Verktyget har utvärderats i forskningsstudier med goda resultat. Många beskriver hur det har förändrat hur de ser på sig själva och sin hälsa, vilket inte bara påverkat deras levnadsvanor utan även deras grundläggande livsinställning. Under 2023 och 2024 kommer förbundet fortsätta att sprida information om Anhörighälsa.

Samhällskunskap för anhöriga

Anhörigas Riksförbund har under 2021 drivit ett projekt ihop med Svenska Röda Korset. Projektet innebär att organisationerna tillsammans arrangerat föreläsningar nationellt inom olika samhällskunskapsområden. Företräddelsevis för organisationernas medlemmar men det har även att vara möjligt för en intresserad allmänhet att delta. Föreläsningarna har getts digitalt och olika föreläsare som har expertkunskap inom respektive område har anlåtats.

Under 2023 har Anhörigas Riksförbund och Svenska Röda Korset fått medel från Socialstyrelsen att fortsätta med dessa föreläsningar.

Stöd till föreningar och medlemmar

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 är nya medlemmar och lokalföreningar. Alla är välkomna som medlem i Anhörigas Riksförbund oavsett om man är anhörig eller inte. Under året kommer vi arbeta med följande verksamheter:

Föreningsutveckling

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 utveckla ett mervärde för personer som väljer ett medlemskap direkt i förbundet. Dessutom är det viktigt att det bildas fler lokalföreningar. En effektiv medlemsrekrytering kräver kunskap om hur man väcker människors engagemang. För att organisationen skall kännas relevant är det viktigt att vi alltid uppfattas som professionella och framgångsrika. Det är också viktigt att vi talar om vår organisation på ett positivt och intresseväckande sätt. Det innebär också ett medvetet målgruppstänk så att rekryteringen av nya medlemmar breddas och att människor ur fler målgrupper nås. För att det ska lyckas behöver vi till exempel jobba med ett medvetet bildspråk så att människor i olika åldrar och med olika bakgrund känner sig tilltalade. För att fler skall hitta till Anhörigas Riksförbund ska vi sprida information både på lokal och nationell

nivå. För att organisationen skall framstå som stor och samlad har vi sedan 2018 arbetat för att få vårt informationsmaterial att se mer enhetligt ut. Under 2022 och 2023 kommer vi fortsätta att erbjuda centralt framtaget informationsmaterial till våra lokalföreningar. Det finns också, i mån av tid, möjlighet att få hjälp att utforma eget material.

I september 2022 anställdes personal med specifikt uppdrag att intensivera arbetet med just förenings- och medlemsutveckling. Arbetet har hittills resulterat i att en referensgrupp har bildats med medlemmar från olika lokalföreningar med syftet att kartlägga och lyfta olika positiva lärdomar från dessa. Under 2023 ska detta arbete komma förbundet som helhet till del. Arbetsmetoden utgår från klassiska folkbildningsideal med målet att få till ett positivt kunskapsutbyte mellan lokalföreningarna samtidigt som hänsyn tas till lokala förutsättningar. Representanter från kansliet medverkar löpande på lokala förenings års- och medlemsmöten för att ge råd och input kring lokal föreningsutveckling samt tar ett aktivt ansvar för att underlätta bildandet av nya föreningar.

Så kallat ”Idéburet offentligt partnerskap” (IOP), tillsammans med kommuner och lokalföreningar, har under hösten identifierats som en tänkbar framtida möjlighet för lokal föreningsutveckling.

Medlemsrekrytering

I likhet med många ideella organisationer har Anhörigas Riksförbund brottats med svårigheter att värva nya medlemmar. Det har också på flera håll varit svårt att rekrytera styrelseledamöter till lokalföreningar. Föreningar har tvingats lägga ner när den sittande styrelsen inte orkat längre och inga nya varit beredda att ta över. Förnyade ansträngningar för att vända trenden är därför nödvändiga.

Förbundet kommer därför att under 2023 och framåt arbeta aktivt med att utöka och bredda medlemsvärvningen genom att verka för en ökad medvetenhet kring medlemsfrågor i förbundet överlag. Konkreta exempel kring detta kommer märkas i Förbundsnytt och Vi Anhöriga under 2023. Arbetet kopplas även till det pågående utvecklingsarbete kring föreningsutveckling som nu sker inom för-

bundet där föreningarnas goda exempel kommer lyftas och som kan kopplas till lokala handlingsplaner.

Förbundet ser också en möjlighet att få fler medlemmar via direktanslutning av medlemmar framöver. Detta arbete har intensifierats under 2022 och kommer bli en mer naturlig del i kommunikationen under 2023.

Arbetet med att öka samverkan med närstående organisationer (med samma medlemsproblematik i form av t ex en åldrande medlemsbas) har påbörjats under 2022. Beslutet om ett nytt organisationsmedlemskap kommer även underlätta detta arbete. Utöver det har ett samverkansavtal tecknats med assistansbolaget Särnmark som förhoppningsvis ytterligare kommer förstärka arbetet kring medlemsutvecklingen.

Vi Anhöriga och Förbundsnytt

Vi Anhöriga är Anhörigas Riksförbunds medlems-tidning. Den utkommer med fyra nummer per år och är en av våra viktigaste medlemsförmåner. Den trycks i 4 500 exemplar varav merparten skickas direkt till våra medlemmar. Övriga tidningar går till prenumeranter så som anhängstöd, sjukhus mm, samt att de används i marknadsföringssyfte genom spridning till bibliotek, väntrum, mässor och konferenser. Under 2023 och 2024 skall vi fortsätta arbetet med att hitta fler annonsörer och prenumeranter. Förbundet skall även fortsätta att sprida information om möjligheten att läsa Vi Anhöriga digitalt genom appen Textalk och e-tidningssajten Issuu, där äldre årgångar av tidningen tillhandahålls.

Förbundsnytt, som är ett viktigt kommunikationsverktyg med information från förbundsstyrelse och kansli ut i organisationen, kommer att komma ut på samma sätt som tidigare år. Fr.o.m nr 2/2022 skickas Förbundsnytt till samtliga medlemmar med registrerade e-postadresser.

Digitalisering

Över internet blir det möjligt att hitta nya bekanskap med människor i liknande livssituationer även om man till exempel lever på landsbygden och

har en närstående med en mycket ovanlig sjukdom. Internet ger också helt nya möjligheter till effektiv opinionsbildning så som direktkontakt med makt-havare och spridning av information och kunskap till allmänheten. Allt medan digitaliseringen medför genomgripande förändringar i samhällsstrukturen ser vi samtidigt ett växande gap mellan de med tillgång till dator, internet och digital kompetens och de som saknar dessa verktyg.

Flera av Anhörigas Riksförbunds lokalföreningar har många medlemmar som tillhör de äldre generationer som vistas minst på internet. Dessutom medför deras anhörigskap att de befinner sig i ett potentiellt utanförskap, då det är svårt att lämna till exempel en dement partner ensam hemma.

Anhörigas Riksförbund vill därför fortsätta att öka våra medlemmars digitala kompetens och på så vis göra e-hälsa och andra internetjänster, samt den framväxande välfärdstekniken, tillgänglig för dem. I förlängningen innebär en minskad digital klyfta även att demokratin ökar då fler kan ta del av de verktyg som samhället erbjuder samt vara delaktiga i det offentliga samtalet. Genom att ha en plattform för intern kommunikation samt utbilda våra medlemmar i grundläggande internetkunskap har vi bidragit till att digitalisera våra medlemmar, öka deras internetkompetens och ibland kanske till och med lyfta dem ur ensamhet och utanförskap. Att börja använda och bli hemmastadd på internet öppnar oändliga möjligheter. Den digitala plattformen är även en yta för föreningsutveckling och kommunikation som gör att vår fråga – anhörigfrågan – får större utrymme och sprängkraft i det offentliga samtalet.

Riksförbundet kommer under 2023 fortsätta hemsidearbetet genom att redigera menyvalen för att göra hemsida mera lättnavigerad. Vi kommer även att uppgradera Anhörighandbokens hemsida för att efterlikna uppbyggnad/tema på vår officiella hemsida för att på så sätt skapa större igenkänningsfaktor och stärka vårt varumärke. Riksförbundet kommer också att fortsätta att vara aktiva på sociala medier.

Framtaget material

- Anhörigas Rättigheter

Det finns för lite kunskap hos allmänheten om hur lagstiftningen kring anhörigskap ser ut.

Tillsammans med Röda Korset har förbundet tidigare genomfört en kampanj med syfte att ta fram samhällsinformation som vänder sig till anhöriga och som sprids i väntrum och andra lokaler på landets sjukhus och vårdcentraler där människor som är i, eller som är på väg in i, ett anhörigskap ofta befinner sig. Vår erfarenhet är att dessa rum i hög utsträckning saknar mycket av den information som anhöriga behöver.

Informationsmaterialet består av affischer som informerar om vart man skall vända sig om man som anhörig behöver stöd och hjälp. Vi vill informera om att det finns både kommunala anhörigstöd och organisationer så som diagnosförbund, Röda Korset och Anhörigas Riksförbund. Informationen är kortfattad och lätt att förstå så att även de som inte har svenska som modersmål skall kunna ta del av den. Under 2023-2024 kommer vi fortsätta arbeta med att sprida vårt informationsmaterial ännu mer.

- Kartlägga anhörigstödet

År 2019 var det 10 år sedan lagen om anhörigstöd förtydligades. Enligt SoL skall kommunerna erbjuda ett stöd till anhöriga och vi på Anhörigas Riksförbund hänvisar i princip dagligen personer som ringer till Anhöriglinjen att ta kontakt med deras lokala anhörigstöd. Men eftersom det saknas aktuella och systematiska utvärderingar, uppföljningar och statistik när det gäller just anhörigstödet har Anhörigas Riksförbund tidigare gjort en kartläggning av detta.

Under 2023-24 kommer vi att fortsätta arbeta med att sprida denna kartläggning till kommuner, anhörigföreningar, politiker med mera. Kartläggningen finns på förbundets hemsida.

- Kartläggning av anhörigas upplevelser under pandemin

Anhörigas Riksförbund fick projektmedel från Socialstyrelsen under 2021 för att genomföra en studie om anhörigas erfarenheter och upplevelser av sin si-

tuation under Covid-19-pandemin, studien genomfördes tillsammans med Malmö Universitet. 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 bygger på intervjuer med anhöriga samt organisationsföreträdare från valda organisationer från civilsamhället. Studien kommer under 2023-24 att fortsätta spridas till tjänstemän inom anhörigstöd, politiker, media, lokalföreningar och andra intressenter för att lyfta anhörigas situation.

- **Stärka den psykiska hälsan hos anhöriga**

Anhörigas Riksförbund har tillsammans med Svenska Röda Korset arbetat med ett projekt under 2021 där vi sammanställt tips, råd och stöd för att stärka den psykiska hälsan hos anhöriga. Materialet har sammanställts tillsammans med en handledning för de lokalföreningar som i studiecirkel vill arbeta vidare på ämnet. Det färdigställda materialet finns på förbundets hemsida och kommer under 2023 och 2024 att fortsätta spridas till förbundets lokalföreningar och medlemmar.

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. Men det handlar även om att synliggöra anhörigbegreppet så att de som idag är anhöriga, utan att veta om det, får kunskap om sina rättigheter och möjligheten att söka stöd och hjälp.

Som grund för det opinionsbildande arbetet finns det intressepolitiska programmet ”Anhöriga som stödjer och hjälper – ett samhällsintresse”, som förbundet tagit fram gemensamt. Där anges de fem områden som är mest prioriterade. Vid extrakongressen 2021 fastställdes en uppdaterad version av programmet. Det är ett verktyg för hela vårt förbund, såväl förbundsstyrelse som kansli och lokalavdelningar, att använda i olika sammanhang när förbundets uppfattningar ska föras fram och anhörigfrågorna uppmärksammas. Det kommer att vara underlag vid de remissvar förbundet avger,

i de utredningar och olika möten vi medverkar i, vid uppvaktningar av beslutsfattare i kontakter med media mm. En kortversion är framtagen och distribuerad till föreningarna för att användas för information. Det intressepolitiska programmet är också kompletterat med en definition av vad förbundet menar med anhörigperspektiv, och en revidering av förbundets definition av vuxna anhöriga och en ny definition av barn som anhöriga.

Etablerade medier

Anhörigas Riksförbund strävar efter att skapa kontakter med etablerade medier. Under 2023 och 2024 hoppas vi kunna medverka i tidningar, radio och TV i anslutning till händelser som väcker intresse och debatt. Vi kommer att skriva debattartiklar under året och arbeta för att hitta kända röster och ansikten som vill fronta våra frågor. Detta arbete handlar mycket om att fånga de tillfällen som ges och att vara ständigt på hugget och lyfta anhörigperspektivet närhelst möjlighet ges.

Sociala medier

Under 2022 ökade riksförbundet mängden inlägg och interaktioner på sociala medier; både Facebook, Instagram och YouTube. Detta för att informera anhöriga om intressanta nya rön, forskning, nyheter i anhörigfrågan och förhoppningsvis värva fler medlemmar runt om i landet; både direktanslutna medlemmar och medlemmar i lokalföreningar. Interaktionen och nyhetsspridningen är något vi vill fortsätta med även under 2023. Förbundet planerar också att under 2023 publicera föreläsningarna från Anhörigriksdagen 2022 för att återigen sprida ny kunskap och stärka förbundets varumärke med denna externa expertis.

Sponsrade reklamkampanjer på Facebook och Instagram har under 2021-22 gett många ”gillare” vilket kan leda till fler medlemmar då många ser våra frågor. Därför kommer vi att fortsätta med denna typ av kampanjer under år 2023-24 samt testa olika typer av tävlingar för att öka delaktigheten hos våra följare.

Anhörigas Riksförbund kommer att fortsätta använda Facebook som sin huvudsakliga plattform i sociala medier med flera uppdateringar i veckan,

samt bibehålla närvaron på Instagram då vi ser att detta lockar en något yngre målgrupp.

Ambassadörer

Anhörigas Riksförbund skall arbeta med att knyta fler ambassadörer till förbundet. Syftet är att kända och/eller inflytelserika personer blir bärare av våra frågor och lyfter dem i olika offentliga sammanhang. Detta gör att anhörigfrågorna och vårt förbund blir mer kända och diskuterade, vilket bör leda till mer uppmärksamhet och bättre villkor för anhöriga. När ambassadörskapet blir mer utbyggt ska vi sträva efter att få en blandning av personer med olika bakgrund, ålder och erfarenhet för att nå ut bredare och för att fler ska kunna identifiera sig. En förutsättning är att personen är genuint intresserad av anhörigfrågor och har plattformar för att lyfta dem. Det är en fördel om hen också har personlig erfarenhet av anhörigskap. Uppgiften för ambassadören är att använda sina kanaler, plattformar och erfarenheter för att beskriva anhörigas situation och behovet av bättre villkor.

Under 2023–24 är målet att utse minst en ny ambassadör som kan komplettera Lisa Syrén, som utnämndes 2021.

Årets anhörigkommun

Under 2021 utsåg Anhörigas Riksförbund för första gången Årets Anhörigkommun. Syftet med priset 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. Priset ska även öka kännedomen om Anhörigas Riksförbund. För att kunna utses till Årets Anhörigkommun ska det redovisas att kommunen har en verksamhet, eller gjort en speciell insats, som på ett tydligt sätt gynnar anhöriga. Därutöver ska kommunen ha en tydlig funktion/tjänst för stöd till anhöriga såsom anhörigkonsulent eller motsvarande och resurserna till anhörigstödet får inte ha minskats under de senaste två åren. Stödet ska omfatta anhöriga till såväl äldre som yngre närstående. Information om tävlingen och nomineringsmöjligheter går ut till alla kommuner. Anhörigas Riksförbunds förbundsstyrelse, anhörigföreningar och enskilda medlemmar kan också nominera.

Förbundsstyrelsen utser en jury på fem personer, där två ledamöter kommer från förbundsstyrelsen, två från anhörigföreningar och förbundets organisationsombudsman ingår. Juryn beslutar vilken kommun som ska utses till Årets Anhörigkommun. Priset utdelas vid Anhörigriksdagen. Media informeras och uppgifter ska finnas på vår hemsida och uppmärksammas i Vi Anhöriga.

Anhörigveckan

Under vecka 40 kommer den Nationella Anhörigveckan gå av stapeln under 2023. Anhörigas Riksförbund var en gång initiativtagare till Anhörigdagen som infaller den 6 oktober och kommer under både 2023 och 2024 jobba för att synas extra mycket under denna vecka. Vi kommer att genomföra rikstäckande kampanjer i sociala medier och förutom allt det arbete som sker lokalt även försöka bidra med föreläsningar och debattartiklar.

Mässor, konferenser och nätverk

Det finns ett i det närmaste oändligt antal mässor, konferenser och nätverk för Anhörigas Riksförbund att delta i. Här är det viktigt att prioritera och att kansliet får hjälp av förtroendevalda och andra intresserade medlemmar att representera Anhörigas Riksförbund vid olika tillfällen.

Nätverk som förbundet deltar i är till exempel Ideell Arenas nätverk för små kanslier, Nka:s forskarnätverk och Socialstyrelsens råd för funktionshinderfrågor; Funktionshindernämnden.

Förbundet medverkar också i flera referensgrupper. Anhörigas Riksförbund kommer också att fortsätta samarbeta med andra för att utveckla sitt nätverk ytterligare. En ny samarbetspart under 2023 kommer att vara Särnmark Support AB.

Implementera anhörigperspektiv i Sveriges kommuner

Anhörigas Riksförbund har fått medel från Socialstyrelsen att under 2023 driva ett projekt med syfte att implementera anhörigperspektiv i Sveriges kommuner. Målet med projektet är att nå nyckelpersoner inom politik och förvaltning i kommunerna för att de ska få kunskaper och insikter om varför anhörigperspektiv är viktigt och att deras roll

är avgörande. Vårt syfte, ambition och förhoppning är att vårt projekt kan bidra till att bana väg för att kommunerna med stort allvar och höga ambitioner ska ta till sig den nationella anhörigstrategin och ta hjälp av det stöd som Socialstyrelsen kommer att utarbeta. Projektet är ett led i att nå Anhörigas Riksförbunds mål att stödja anhöriga i deras situation samt tillvarata deras intressen och därigenom bidra till en bättre livskvalitet för anhöriga och närstående.

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

I mer än 20 år har Anhörigriksdagen varit ett årligen återkommande event och fram till 2020 har det varit en tvådagarskonferens fysiskt på plats i Varberg där det övergripande temat är anhörigfrågor. Först och främst är det här arrangemanget till för personer som är yrkesverksamma inom olika delar av civilsamhället och arbetar aktivt med anhörigfrågor, såsom anhörigkonsulenter samt chefer och politiker inom kommun och landsting. Vi vill även att Anhörigriksdagen ska vara ett forum och mötesplats där profession och andra aktörer får möjlighet att mötas och diskutera dessa viktiga frågor, men att även anhöriga får tillfälle att möta dessa aktörer som jämlikar.

På grund av pandemin genomfördes 2020 och 2021 års Anhörigriksdagar enbart digitalt. 2022 uppgraderade vi Anhörigriksdagen till ett hybridevent med studiosändning, liveföreläsningar och digitala visningar på många orter i Sverige där tittarna kunde interagera med oss i studion och ställa frågor direkt. Gällande 2023 är det planerat att genomföra Anhörigriksdagen fysiskt i Karlstad 24-25/10 med möjlighet att även se vissa delar digitalt.

Studiecirklar

Studiecirklar leder till kunskapsinhämtning som i sin tur leder till egenmakt och möjligheten att göra informerade val. På så vis ökar upplevelsen av att vara en aktiv part i sitt eget liv och att man har möjlighet att påverka såväl samhället runt omkring som den egna livssituationen. Det handlar dels om kunskap om sin närståendes sjukdom eller funktionsnedsättning i rent utbildningssyfte för att öka förståelsen för den närstående och förbättra möjligheten till kommunikation. Dels handlar det om studiecirklar om den egna livssituationen. Slutligen handlar det om studiecirklar som berör föreningslivet för att kunna ta en aktiv roll, så som en styrelsepost i en anhörigförening.

Syftet med vår studiecirkelverksamhet under 2023 och 2024 är att tillgängliggöra fler studiecirklar för anhöriga. Tillexempel kommer vi fortsätta att sprida information om cirklar förbundet varit med och tagit fram, bland annat: Fokus på mig vuxensyskon, Uppdrag Anhörig, Överlevnadstips för anhöriga och Du är inte ensam- information och vägledning till dig som stöttar någon med psykisk ohälsa samt Vem stödjer den som stödjer- Anhörig i nöd och lust.

Förbundet kommer också att arbeta för att vi tar fram nya studiecirklar samt fördjupa samarbetet med aktörer som Studieförbundet Vuxenskolan och Röda Korset.

Förbundet kommer även att försätta utveckla och sprida Röda Korsets studiecirkel Anhörigcirkeln som bygger på Anhörighandboken.

Anhörighandboken

Anhörighandboken är en webbaserad, lättillgänglig handbok som innehåller råd, tips och länkar till aktuell forskning och information på olika myndigheters och verksamheters webbplatser. Anhörighandboken är framtagen av Anhörigas Riksförbund, av anhöriga för anhöriga och andra med intresse för anhöriginformation. Idag hittar man Anhörighandboken under egen webbplats, www.anhorighandboken.se

Anhörighandboken är mycket använd och länkas till från en lång rad av landets kommunala an-

hörigstöd. Många kommuner använder den i sin verksamhet och den används även som underlag i en studiecirkel framtagen av Svenska Röda Korset, Anhörigcirkeln.

Anhörighandboken är en webbplats som fortlöpande behöver uppdateras och utvecklas med nya fakta och forskning, råd och tips till anhöriga och de som träffar anhöriga. Utvecklingen av Anhörighandboken ska också spegla de frågor som kommer från anhöriga och även vara ett stöd både för att finna mer kunskap för anhöriga och ett stöd och kunskapsbas för Anhöriglinjens volontärer.

Under 2023-2025 kommer fortsatt utveckling och uppdatering av handboken att ske. Detta för att samla och ge en överblick kring forskning, stöd och råd som anhöriga eftersöker och möta de utmaningar som framtiden har kring anhörigas hälsa, psykiskt och fysiskt, sociala delaktighet och livskvalitet.

Utbildning Anhörigperspektiv-fördjupning

Under 2023 och 2024 planerar Anhörigas Riksförbund att i samarbete med Helsingfors Folkhögskola genomföra ytterligare en utbildning för den som arbetar med stöd till anhöriga i sin profession, till exempel personal inom hälso- och sjukvård, omsorg, anhörigkonsulenter, biståndshandläggare och socialsekreterare. Utbildningen, som är unik i sitt slag, är en eftergymnasial utbildning på ett år som omfattar studier på 50% och bedrivs delvis på distans med arton kursdagar på Helsingfors Folkhögskola. Syftet med utbildningen är att kursdeltagarna efter utbildningen bland annat skall:

- Ha kunskap om och reflektera över juridiken kopplat till arbetsfältet.
- Ha kunskaper om samtalsmetodik och ha ett pedagogiskt förhållningssätt.
- Ha ett professionellt bemötande av anhöriga i olika situationer samt reflektera över etik, egna attityder och värderingar.
- Se sin roll i stödet till anhöriga ur olika perspektiv.

Forskningsprojekt

Under 2023 och 2024 kommer förbundet att ingå i flera forskningsprojekt. Vårt bidrag är vår erfarenhetsbaserade kunskap. Det kan handla om att ingå i intervjustudier, enkätstudier eller att finnas med

i referens- och expertgrupper. En viktig samarbetspart i detta arbete är Nka som regelbundet efterfrågar vår kunskap och erfarenhet.

Förbundet kommer under 2023 och 2024 att fördjupa samarbetet med Länsstyrelserna kring deras uppdrag gällande bland annat delaktighet och digitalisering.

Inom ramen för Eurocarers kommer det sannolikt dyka upp möjligheter att medverka i internationella forskningsprojekt.

Utredningar och remisser med mera

Anhörigas Riksförbund kommer under året att svara på remisser som kommer ut under året och är relevanta för vår målgrupp. Vi kommer också att medverka i utredningar, arbetsgrupper och liknande, för att företräda anhöriggruppen när det är angeläget att föra fram anhörigperspektivet.

Förbundet har en plats i Socialstyrelsens Funktionshindernämnd och har en representant i Myndigheten för vård- och omsorgsanalys patient- och brukarråd.

Anhörigas Riksförbund kommer att ha särskilt fokus på den nationella anhörigstrategin, som Socialstyrelsen fått i uppdrag av regeringen att ta fram underlag för. Den kommer att ha stor betydelse för anhörigas villkor. Det var en seger för vårt förbund att den kommer till, och implementering och tillämpning av den blir mycket viktig. Här kommer förbundet att fortsätta att påverka och bevaka detta. I det fortsatta arbetet blir det också viktigt att påverka regeringen och andra beslutsfattare.

Efter valet har Sverige en ny regering och nya statsråd med ansvar för områden som påverkar anhörigas villkor. Förbundet planerar att uppvakta dem för att informera om anhörigfrågorna och de krav vi har för att förbättra dem.

Nationellt kompetenscentrum Anhöriga (Nka)

Som part i Nationellt kompetenscentrum Anhöriga (Nka) sitter Anhörigas Riksförbund med i deras styrgrupp som har ca fyra sammanträden per år. Styrgruppen ger oss god kunskap om arbetet på Nka och tillgång till deras senaste rapporter.

Organisationsmål

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 intäktbasen

Under 2023 och 2024 kommer Anhörigas Riksförbund fortsätta arbetet med att bredda intäktbasen. Syftet är att skapa en tryggare situation där förbundet inte är beroende av bidrag från endast ett håll. Detta gör Anhörigas Riksförbund dels genom att söka statsbidrag och projektmedel från fler myndigheter än Socialstyrelsen och från olika fonder, ett arbete som kräver utökad administrativ kapacitet. Dels genom att vi har blivit beviljade ett 90-konto som öppnar upp möjligheten att arbeta med insamling, till exempel genom att få månadsgivare. Vårt 90-konto ger också förbundet möjlighet att söka sponsring och större samarbeten med näringslivet och organisera insamlingskampanjer i sociala medier.

Kongress, årsmöte och förtroendevalda

I april 2023 genomförs en ordinarie kongress, som förhoppningsvis är inledningen på en mer normal mandatperiod när olika möten och årsmöten kan planeras och genomföras som vanligt, efter pandemiåren när mycket fick ställas om. En utökning och utveckling av möjligheten att närvara digitalt på distans kan dock förutses.

Styrelsemötena har under lång tid nu genomförts nästan uteslutande på distans, och det fungerar väl, men det finns ändå behov av att kunna mötas fysiskt för att styrelsens potential ska kunna tas tillvara optimalt. Enligt styrelsens arbetsordning ska minst två styrelsemöten per år ske fysiskt, vilket bör vara möjligt igen om inget oförutsett skulle ske. Förbundet rättar sig först efter rekommendationer som i så fall utfärdas.

Styrelsearbete sker löpande under hela året med regelbundna sammanträden där styrelsen tar ett övergripande ansvar för förbundets arbete och utveckling. Styrelsemedlemmarna arbetar även med att representera förbundet till exempel i olika nätverk, utredningar, i paneldebatter och i media samt att svara på remisser och framställa debattartiklar och skrivelser. Förbundsstyrelsen har de senaste åren delat upp sig geografiskt för att kunna medverka på regionmöten eller vid andra tillfällen som efterfrågas av lokalföreningarna. Den styrelse som tillträder efter kongressen får utvärdera detta och ta ställning till hur arbetet ska bedrivas i fortsättningen. Under hela året står kansliets personal till förfogande för styrelsen, valberedning och revisorer i deras arbete.