



Verksamhetsplan

Anhörigas Riksförbund 2026-29

Innehållsförteckning

Inledning	3
Verksamhetsmål	
Stöd till anhöriga	4
Anhöriglinjen	4
Anhörighandboken	4
Digitala stödgrupper	4
Anhörigråd	5
Barn och unga som anhöriga	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	7
Etablerade medier	8
Sociala medier	8
Ambassadörer	8
Årets anhörigkommun	8
Anhörigveckan	8
Mässor, konferenser och nätverk	9
Forskning och utbildning	9
Anhörigriksdagen	9
Studiecirklar	9
Anhörighandboken	9
Utbildning Anhörigperspektiv-fördjupning	10
Forskningsprojekt	10
Utredningar och remisser med mera	10
Nationellt kompetenscentrum Anhöriga (Nka)	10
Organisationsmål - En stabil och hållbar organisation	11
Bredda intäktbasen	11
Kongress, årsmöte och förtroendevalda	11

Inledning

I vårt samhälle finns många som på grund av funktionsnedsättning, sjukdom eller hög 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 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 medlemsföreningar 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 innevarande årets beviljade bidrag. I denna plan finns en översiktlig beskrivning av den typ av verksamheter som planeras att för 2026–2029.

Verksamhetsmål

Stöd till anhöriga

Det första målet med Anhörigas Riksförbunds verksamhet är att stödja 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 fysisk eller psykisk ohälsa, hög ålder eller funktionsnedsättning. Under kommande år kommer vi bland annat att arbeta med följande verksamheter:

Anhöriglinjen

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

Anhöriglinjen bemannas enligt fastställda tider av volontärer med egna erfarenheter av anhörigskap, samt vid behov, av anställd personal. 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 sakkunniga inom lagområden som LSS (Lagen om särskilt stöd och hjälp), SoL (Socialtjänstlagen) och HSL (Hälso- 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 webbplatser. Vi sprider även kontinuerligt information om Anhöriglinjen i sociala medier.

Den potentiella målgruppen för Anhöriglinjen är de ca 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). Anhöriga som ger mer än 11 timmar stöd per vecka har en markant ökad risk för egen ohälsa såsom hjärt- och kärlsjukdomar, psykiatriska diagnoser och stressymptom (Nationellt kompetenscentrum Anhöriga, Nka).

Antalet kontakter till Anhöriglinjen både via telefon och mail har sedan starten varit stigande, fler samtal och mail kommer till Anhöriglinjen. Ambitionen är utökade öppettider och ökat antal volontärer och en trygg administration, utbildning och handledning, som gör att antalet besvarade samtal också kan öka 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 2026–2029 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. Arbetet med att sprida kunskap till anhöriga och information om att Anhöriglinjen finns kommer också att fortgå.

Anhörighandboken

Till stöd för volontärerna på Anhöriglinjen finns en kunskapssamling kallad Anhörighandboken. Denna består av en mängd information och länkar som baseras på dels vad anhöriga frågar efter vid samtalet i Anhöriglinjen, dels som en kunskapsbank där både anhöriga och kommunernas medarbetare söker information och kunskap. Det är viktigt att Anhörighandboken hålls aktuell och uppdaterad för att kunna bibehålla kvaliteten. Detta innebär att den löpande behöver redigeras och uppdateras. Ambitionen är att även kunna utveckla Anhörighandboken och att den tillgänglighetsanpassas under kommande år.

Digitala stödgrupper

Under 2025 inleddes ett pilotprojekt att erbjuda anhöriga digitala stödgrupper. Vid samtal till Anhörig-

linjen ringer ofta anhöriga som har ett tydligt behov av fortsatt kontakt och att få träffa andra anhöriga i liknande situationer. Projektet vänder sig främst till dessa anhöriga men även till anhöriga från medlemsföreningarna och andra organisationers anhöriga vars uppdrag primärt inte är den anhöriges situation ex PRO, SPF eller diagnosförbund som inte själva har stöd till anhöriga. Ett samarbete med liknande organisationer kommer att byggas upp. Ambitionen är att fortsätta med digitala stödgrupper som en del av verksamheten så länge efterfrågan och medel för finansiering finns.

Anhörigråd

Efter ett initiativ från tre direktanslutna medlemmar i Stockholmsområdet kommer förbundet att arbeta för att etablera Anhörigråd på vård- och omsorgsboenden i Sverige som ett led att implementera ett anhörigperspektiv i verksamheterna. Särskilda medel kommer att sökas för att genomföra detta.

Barn och unga som anhöriga

Anhörigas Riksförbund arbetar också på olika sätt med barn och unga som är anhöriga. Löpande under åren har förutsättningarna för hur barn och unga anhörigas vardag kan se ut och påverka deras barndom, studiegång och potentiella framtid blivit allt tydligare. En faktauppgift som särskilt påverkat oss är att skolans elevhälsa endast känner till knappt en tredjedel av barnens hemsituation. 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. Tidigare 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 har gett olika konkreta lektionsmaterial. Vidare har rutiner för informationsförmedling gällande olika samhällsinsatser för att på så sätt identifiera barn som är anhöriga tagits fram.

Under 2026 och framåt kommer vi att arbeta med att ytterligare sprida materialet runtom i Sverige. Förbundet kommer även på andra sätt att under 2026–2029 fortsätta opinionsarbetet med att sprida information och kunskap och stödja ungas initiativ och drivkrafter, att uppmärksamma barn och unga som på olika sätt är anhöriga.

Samhällskunskap för anhöriga

Anhörigas Riksförbund har under ett antal år tillsammans med Röda Korset drivit en verksamhet som erbjuder föreläsningar och dialogträffar för anhöriga. Verksamheten innebär att organisationerna tillsammans arrangerar föreläsningar nationellt inom olika samhällskunskapsområden. Företrädelsevis för organisationernas medlemmar men det har även varit möjligt för en intresserad allmänhet att delta. Föreläsningarna har primärt getts digitalt och olika föreläsare som har expertkunskap inom respektive område har anlåtats.

Under 2026 och framåt är ambitionen att Anhörigas Riksförbund och Svenska Röda Korset kommer att fortsätta med denna gemensamma verksamhet.

Stöd till föreningar och medlemmar

Det andra målet med Anhörigas Riksförbunds verksamhet är att verka för att medlemsföreningar bildas samt att stödja dessa i deras verksamhet. Målgrupp är våra medlemmar och medlemsföreningar samt de som potentiellt är nya medlemmar och medlemsföreningar. Alla är välkomna som medlem i Anhörigas Riksförbund oavsett om man är anhörig eller inte.

Under året kommer vi bland annat att arbeta med följande verksamheter:

Föreningsutveckling

För att Anhörigas Riksförbund ska 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 medlemsföreningarna men också om att utveckla ett mervärde för personer som väljer ett medlemskap direkt i förbundet. Dessutom är det viktigt att det bildas fler medlemsföreningar. En effektiv medlemsrekrytering kräver kunskap om hur man väcker människors engagemang, att organisationen känns relevant och uppfattas som professionell. 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 ska hitta till Anhörigas Riksförbund ska vi sprida information både på lokal och nationell nivå. För att organisationen ska upplevas som gemen-

sam och samlad arbetar vi löpande med att få vårt informationsmaterial att se mer enhetligt ut. Under 2026–2029 kommer vi fortsätta att erbjuda centralt framtaget informationsmaterial till våra medlemsföreningar. Det finns också, i mån av tid, möjlighet att få hjälp att utforma eget material.

Representanter från kansliet medverkar löpande på medlemsföreningars års- och medlemsmöten för att ge råd och input kring lokal föreningsutveckling samt tar ett aktivt ansvar för att underlätta bildandet av nya föreningar. Ambitionen är att kunna utöka besöken hos medlemsföreningarna och stödja lokala aktiviteter och engagemang.

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 medlemsföreningar. 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 nödvändiga. Förbundet kommer därför att 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 att märkas i Förbundsnytt och Vi Anhöriga under 2026–2029 där föreningarnas goda exempel kommer lyftas. Förbundet planerar att fortsätta med Föreningslinjen, ett regelbundet digitalt mötesforum för och med medlemmarna kring information och dialog om aktuella frågor.

Förbundet ser också en möjlighet att få fler medlemmar via direktanslutning av medlemmar framöver. Detta arbete kommer fortsatt att bli en än mer naturlig del i kommunikationen. Arbetet med att öka samverkan med närstående organisationer (med samma medlemsproblematik i form av t ex en åldrande medlemsbas) kommer att fortsätta. Beslutet om ett nytt organisationsmedlemskap som togs 2023 underlättar detta arbete.

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, merparten av tidningarna skickas direkt till våra medlemmar. Övriga tidningar går till prenumeranter så

som kommunala verksamheter för stöd till anhöriga, sjukhus mm, samt att de används i marknadsföringssyfte genom spridning till bibliotek, väntrum, mässor och konferenser. Under 2026–2029 ska vi fortsätta arbetet med att hitta fler annonsörer och prenumeranter. Förbundet ska även fortsätta att sprida information om möjligheten att läsa Vi Anhöriga digitalt.

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. Förbundsnytt skickas 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 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 medlemsföreningar har många medlemmar som tillhör de äldre generationer som vistas minst på internet. Dessutom medför deras anhörighet att de befinner sig i ett potentiellt utanförskap, då det är svårt att lämna till exempel en partner med kognitiv svikt eller psykisk ohälsa 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 vardagen för våra medlemmar, öka deras internetkompetens och ibland kanske till och med lyft dem ur ensamhet och utanförskap. Att börja använda och bli hemmastadd på internet

öppnar oändliga möjligheter. Ökad digitalisering ger också en större tillgänglighet för yngre anhöriga med vana att kommunicera och söka information och stöd digitalt. 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. Anhörigas Riksförbund kommer även under 2026–29 att fortsätta vara aktiva på sociala medier. Under 2026 kommer en ny hemsida att tas fram för ökad tillgänglighet och för att möta utvecklingen av digital kommunikation och informationsdelning.

Framtaget material

Förbundet har ett antal framtagna material för kunskapspridning och information. Bland annat följande:

-Uppdrag Anhörig

Uppdrag anhörig är en bok som består av anhörigas egna berättelser om sitt anhörigskap. Det är berättelser från kvinnor och binära. Boken har gjorts tillgänglig att även fungera som studiecirkelmateriel. Under 2025 togs ett motsvarande material fram Uppdrag Anhörig II, en bok där mäns anhörigberättelser lyfts. Ambitionen är att under kommande år också ta fram en bok med unga anhörigas berättelser om sina anhörigskap.

-Anhörigperspektiv - en möjlighet till utveckling? Nationell kartläggning av kommunernas stöd till anhöriga 2019

År 2019 var det 10 år sedan lagen om stöd till anhöriga förtydligades. Enligt SoL ska 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 stödfunktioner. Men eftersom det saknas aktuella och systematiska utvärderingar, uppföljningar och statistik när det gäller just stöd till anhöriga har Anhörigas Riksförbund tidigare gjort en kartläggning av detta vilket resulterade i rapporten ”Anhörigperspektiv - en möjlighet till utveckling? Nationell kartläggning av kommunernas stöd till anhöriga 2019”. Under 2026–29 kommer vi att fortsätta arbeta med att sprida kunskap om detta. Rapporten finns på förbundets hemsida.

-Den enes stödkorsett, den andres tvångströja?

Anhörigas Riksförbund fick projektmedel från Socialstyrelsen under 2021 för att genomföra en

studie om anhörigas erfarenheter och upplevelser av sin situation 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. Kunskapen ur rapporten kommer under 2026–29 att fortsätta spridas för att lyfta och synliggöra 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 medlemsföreningar som i studiecirkel vill arbeta vidare på ämnet. Det färdigställda materialet finns på förbundets hemsida och kommer under 2026–2029 att fortsätta spridas till förbundets medlemmar och andra intressenter.

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 förbundets mest prioriterade områden. En uppdaterad version av programmet kommer att revideras och ett förslag kommer att presenteras för årsmötet 2027. Det är ett verktyg för hela vårt förbund, såväl förbundsstyrelse som kansli och medlemsföreningar, att använda i olika sammanhang när förbundets uppfattningar ska föras fram och anhörigfrågorna uppmärksammas. Det är ett 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 kortver-

sion är framtagen och distribuerad till föreningarna för att användas för information.

Etablerade medier

Anhörigas Riksförbund strävar efter att skapa kontakter med etablerade medier. Under 2026–2029 hoppas vi kunna medverka i tidningar, radio och TV i anslutning till händelser som väcker intresse och debatt. Vi kommer att skriva debattartiklar 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 senaste åren har förbundet ökat 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 medlemsföreningar. Interaktionen och nyhets spridningen är något vi vill fortsätta med även under 2026–2029. Förbundet tog under hösten 2025 fram kortare filmer om anhörigperspektiv för sociala medier samt tre något längre filmer för föreningarna att använda vid presentationer och konferenser. Sponsrade reklamkampanjer på Facebook och Instagram har 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 2026–29 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 ska kommande år 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 bland-

ning 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. Ambitionen är att fortsätta utse nya ambassadörer som kompletterar nuvarande ambassadörer Lisa Syrén och Ida Hallquist.

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. Utmärkelsen 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 stödverksamheten för anhöriga 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 föreningsombud ingår. Juryn beslutar vilken kommun som ska utses till Årets Anhörigkommun. Media informeras och uppgifter ska finnas på vår hemsida och uppmärksammas i Vi Anhöriga.

Anhörigveckan

Den vecka som ligger närmast före den 6 oktober utses varje år till den Nationella Anhörigveckan. Anhörigas Riksförbund var en gång initiativtagare till Anhörigdagen som infaller den 6 oktober och Förbundet kommer under både 2026–2029 jobba för att synas extra mycket under denna vecka. En

årligen återkommande föreläsning till Sonja Halls Minne instiftades 2025. Föreläsningen kommer att ges på olika platser med olika föreläsare från år till år. En medlemsförening per år erbjuds att vara värd för arrangemanget.

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, Nkas olika nätverk 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.

Sprida vikten av ett anhörigperspektiv i Sverige Sedan 2023 har Anhörigas Riksförbund erbjudit föreläsningar till Sveriges kommuner, regioner och lärosäten med syfte är att sprida kunskapen om vad ett anhörigperspektiv innebär i olika organisationer och för olika funktioner i offentlig verksamhet. Målet är att nå nyckelpersoner inom politik och förvaltning samt olika yrkesgrupper och professioner för att de ska få kunskaper och insikter om varför anhörigperspektiv är viktigt och att deras roll är avgörande. Vårt syfte och ambition är att bidra till att bana väg för att offentlig verksamhet ska ta till sig den nationella anhörigstrategin och ta hjälp av det stöd som Socialstyrelsen utarbetat. Föreläsningar kommer fortsatt att erbjudas under 2026–2029 och att sprida anhörigperspektivet genom förbundets arrangemang, delta på nationella och regionala konferenser/aktiviteter med anknytning till socialt arbete (som anordnas av ex Socialstyrelsen, SKR, intresse/brukarorganisationer, fackförbund). Då stöd till anhöriga måste ske utifrån ett familjeorienterat perspektiv är det ytterst angeläget att inte enbart delta och föra ut budskapet i arrangemang med stöd till anhöriga som fokus.

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.

Anhörigrisdagen

Det finns i skrivande stund inga beslut på att Anhörigrisdagen kommer att arrangeras under de kommande åren.

Studiecirklar

Syftet med vår studiecirkelverksamhet under 2026–2029 är att tillgängliggöra fler studiecirklar för anhöriga. Till exempel kommer vi fortsätta att sprida information om de material 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 stödverksamheter för anhöriga. 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 upp-

dateras med nya fakta och forskning, råd och tips till anhöriga och de som träffar anhöriga. Anhörighandboken ska 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 2026–29 kommer fortsatt uppdatering av handboken att ske.

Utbildning Anhörigperspektiv-fördjupning

Under perioden 2026–2029 planerar Anhörigas Riksförbund att i samarbete med Helsingborgs Folkhögskola genomföra ytterligare utbildningar för dem som arbetar med stöd till anhöriga i sin profession, till exempel personal inom hälso- och sjukvård, omsorg, anhörigkonsulenter, stödkontakter för anhöriga, biståndshandläggare och socialsekreterare m fl. 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 Helsingborgs Folkhögskola.

Syftet med utbildningen är att kursdeltagarna efter utbildningen bland annat ska:

- 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 2026–2029 har förbundet ambitionen 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.

Inom ramen för Eurocarers medverkar förbundet i ett internationellt forskningsnätverk.

Förbundet kommer bland annat att t o m 2026 ingå i en referensgrupp gällande Malmö Universitets forskningsprojekt om kommunernas anhörigutbildningar om demenssjukdomar.

Utredningar och remisser med mera

Anhörigas Riksförbund kommer under kommande år fortsatt att svara på remisser som 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 bland annat Socialstyrelsens Äldreråd och Patientsäkerhetsråd samt Funktionshinderråd och i regeringens Patientråd. Förbundet ingår också i dialoggrupper, SKR-Patient- och brukarråd för God och Nära vård m.fl.

Nationellt kompetenscentrum Anhöriga (Nka)

Som part i Nationellt kompetenscentrum Anhöriga (Nka) sitter Anhörigas Riksförbunds förbundsordförande 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 ska 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 kommande år kommer Anhörigas Riksförbund att 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 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

Vart tredje år sker kongress och åren där emellan sker årsmöten, under 2026 är det ny kongress. Vid kongressen kan ytterligare fokusområden beslutas och tillkomma eller tas bort från verksamhetsplanen.

Styrelsearbetet sker löpande under kommande år 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.

Styrelsemedlemmarna kommer fortsatt att utefter erfarenhet fördela intresseområden mellan sig. Kansliets personal står till förfogande för styrelse, valberedning och revisorer i deras arbete.

