

Rapport från studiedag för KPR/LPR representanter, folkhälsoansvariga, studieansvariga och alla övriga intresserade den 29 oktober 2018.

Studiedagens tema var *anhörigstöd*.

Marita Gill, fd anhörigkonsulent i Karlshamn talade om lokalt och nationellt anhörigstöd.

Hon ställde frågan ” vad kan vi bidra med för att stödja en anhörigvårdare.”

Marita deltog i våras på anhörigriksdagen i Varberg som i år ”firade” 20 års jubileum.

Anhörigstöd i många olika former presenterades där. Aktuell forskning inom området liksom olika projekt som pågår i landet ger deltagarna nya tankar och information om vad som är på gång.

Anhörigstöd avlastar staten med 60 milj. per år. Anhörigstöd är ett frivilligt antagande.

Många upplever ett krav dock ska ju familjegemenskapen vara kvar. I nöd och lust – inte bara i lust! Hjärtat säger dock att också i nöden vill vi ställa upp för våra närstående!

Angående det lokala anhörigstödet har alla kommuner i Blekinge en anhörigkonsulent.

Risken finns att glömma bort den som vårdar då fokus ligger på den som är sjuk.

Den som vårdas benämns *närstående* medan den som vårdar är *anhörig*.

De insatser som kan sökas ska sökas av den sjuke ej av anhörig! Närstående kan ge fullmakt dock innan hen blir sjuk! Framtidsfullmakt hjälper inte i dessa fall! (Margareta Winberg ser över SOL (socialtjänstlagen) i dessa frågor. Lagen är ju nu 30 år gammal).

God man om sådan är utsedd ska ”sörja för person”.

Stöd finns som: avlastning, information och råd.

Studieförbundet Vuxenskolan (SV) har samtalsgrupper för anhöriga. Dessa träffas ex. fredag-söndag med anhörigkonsulenterna som ledare för sk ”må bra dagar”.

Anhöriga kan få avlösning i hemmet 16 tim. / månad . Detta är en kostnadsfri avlösning.

Team om 6 personer sköter avlösningen vilket innebär att samma personer kommer till den närstående.

Marita informerade vidare om resurser som finns: cyklar med volontärer som tar med seniorer som så önskar. Passageraren får bestämma vart turen ska gå!

Boendestöd, oftast till personer med funktionsstöd

Dagverksamhet 1-2 ggr/v., hemhjälp- fixartjänst, god man, hemtjänst, psykiatriskt ombud, träffpunkter.

Karlshamn har nyligen startat ett projekt kallat ”*Schvung*”. Syftet är att ge seniorer guldkant på tillvaron. Arbetsförmedlingen anställer den som är inskriven och är beviljad extratjänst. Syftet är att anställa dem som är intresserade av att arbeta med omsorg och seniorer. Tanken är att försöka minska ensamheten hos seniorer. Den som blir aktuell får gå en utbildning på 6 veckor och en anställning på ett år.

Marita återkom till att SOL – socialtjänstlagen behöver förnyas och det håller Margareta Winberg på med.

Vad ska kommunerna göra för att bli bäst på anhörigstöd?

Väsentligt att försöka minska ”mörkertalet”! Hur många anhörigstödjare finns i kommunen?

Frågan behöver komma upp på den politiska agendan med regelbundenhet enl . Marita!

Avlastningsplatser bör biståndshandläggare informera om vid vårdplanering.
Det ska finnas avlastningsplatser. Hur många finns i din kommun?

Samverkan behövs med andra aktörer som ex. frivilligorganisationer.

Hur många anhörigstödjare som finns är osäkert. Kanske 1,3 miljoner!

Vad är en anhörig? Vem räknas som anhörig? Definition kan behövas om vem som är anhörig!

Hittade nyss i Seniorbladet att facebook -grupp för anhöriga som är medlemmar i SPF seniorerna nu finns. Syftet är att kunna diskutera och känna gemenskap med andra i samma situation. Gruppen heter Anhöriga i SPF seniorerna. Det är en sluten facebook- grupp för att kunna diskutera fritt utan att utomstående kan läsa. Gå in på facebook och skriv in ”Anhöriga i SPF Seniorerna” i sökrutan för att hitta gruppen. Klicka på ”Gå med”.

Freja Maj Frank också hon från Karlshamn och god vän med Marita berättade inlevelsefullt om sina erfarenheter av att vara närstående och ha hjälp av sin make som anhörigstödjare.

”Att få hjälp utifrån eller från den man lever med”.

Att bestämma är en styrka. Att själv kunna bestämma. Freja Maj drabbades av både hjärtinfarkt och stroke samtidigt och säger att hon efter det upplevde att hon hade en orealistisk bild av vad hon kunde klara i vardagen.

När man blir beroende av en anhörig blir det enl. henne en konflikt inom individen. Svårt när man inte kan göra det man tidigare klarat. Beroendet är konfliktfyllt!

Man blir egoist när man blir sjuk. Att vårda och vara vårdad är beroendeframkallande.

Risken är att tidigare relation förändras och att den närstående skjuter bort den anhörige.

Relationen sätts alltid på spel i dessa situationer varför man ju ibland talar om att det kan var viktigt att få vara make -maka och att någon annan avlastar i en del av vården.

Freja Maj gav många exempel på detta svåra dilemma som ju också är kantat av mycket smärta, förluster, kamp men också tacksamhet.

Marita och Freja Maj gav oss många tankar kring relationen närstående och anhörig och att det kan vara klokt att ” tänka efter före!” Detta kan riktas till såväl kommun som enskild individ.

Ett positivt avbrott i dessa tankar gav *Britt-Marie* oss med sittgympa. Full fart på cirkulationen och glädje med musik och skratt! Tack Britt-Marie!

Vid datorn

Eva Holmberg, sammankallande i Äldregruppen