

# Stödlinjer för anhöriga

**På denna sida hittar du kontaktuppgifter till olika stödlinjer, organisationer och myndigheter som kan ge dig som anhörig vägledning, råd och stöd i olika situationer.**

Sveriges kommuner är enligt lag skyldiga att erbjuda anhörigstöd. Du kan ringa till kommunens växel och bli kopplad till kommunens anhörigstöd.

[Lista med länkar till Sveriges kommuners hemsidor \(SKR\)](#)

## **Hit kan du vända dig om du har frågor:**

- Vårdcentralen
- 1177, sjukvården
- 112, nödnummer
- Socialtjänsten – ring till kommunens växel (socialsekreterare)
- God man: Kontakta överförmyndarnämnden i din kommun
- Polisen, icke akuta fall 114 14

## **Missnöjd med vården? Vänd dig till:**

-De flesta kommuner har en klagomålsfunktion där det går att lämna klagomål och synpunkter på kommunens verksamheter inom vård och omsorg. Gå in på din kommuns webbsida eller ring till kommunens växel.

- Biståndshandläggare i kommunen
- MAS (Medicinskt ansvarig sjuksköterska) i kommunen
- SAS (Socialt ansvarig samordnare)
- Enhetschef på boende – be om vårdplaneringsmöte
- Verksamhetschef på boende
- Patientnämnd i respektive region (regionens växel)
- IVO (Inspektionen för vård och omsorg)

## Myndigheter

- IVO (Inspektionen för vård och omsorg), socialtjänst, LSS: 010-788 50 00. (Kommunen ska hjälpa till med hur man överklagar). På upplysningstjänst [www.ivo.se](http://www.ivo.se) kan du tipsa och skicka in frågor.
- Försäkringskassan – Kundcenter för privatperson. Här kan du ställa frågor om närståendepenning.  
Telefon: 0771-524 524
- Socialstyrelsen, kontakt för juridiska frågor:  
Upplysningstjänsten: 075-247 30 00
- Migrationsverket  
Telefon: 0771 235 235
- Läkemedelskollen  
På Läkemedelskollen hos e-myndigheten kan du logga in med bank-ID och registrera en apoteksfullmakt. En apoteksfullmakt innebär att du som anhörig kan

beställa och vid behov hämta ut mediciner åt din närstående.

Webbsida: <https://lakemedelskollen.ehalsomyndigheten.se/lmkoll-web/>

## Hjälplinjer/Organisationer

### Anhörigas riksförbund

Behöver du råd och stöd i din situation som anhörig? Har du frågor om dina rättigheter? Anhöriglinjen är en nationell stödtelefon och bemannas av anhöriga med stor erfarenhet. I de fall det behövs hjälper de dig att hitta rätt person för ditt ärende.

**Anhöriglinjen, telefon:** 0200-239 500

Linjen är öppen måndag-tisdag, torsdag-fredag, kl. 10.00-15.00, onsdag och söndag, kl. 18.00-21.00

E-post: [info@anhoriglinjen.se](mailto:info@anhoriglinjen.se)

Webbsida: [www.anhorigasriksforbund.se/anhoriglinjen](http://www.anhorigasriksforbund.se/anhoriglinjen)

### Anhöriga och demens

- Demensförbundet

Telefon: 010-175 50 56

Webbsida: [www.demensforbundet.se](http://www.demensforbundet.se)

- Demenscentrum

Telefon: 08-690 58 60

Webbsida: [www.demenscentrum.se](http://www.demenscentrum.se)

### Anhöriga och cancer

- Regionala cancercentrum i samverkan - Regionala cancercentrum samarbetar på nationell nivå för att tillsammans med regionerna skapa en mer jämlik cancervård i hela landet.

Webbsida: <https://cancercentrum.se/samverkan/patient-och-narstaende/#>

- Cancerfondens informations- och stödlinje för att få råd och stöd i din situation.

Telefon: 010-199 10 10

Webbsida: [www.cancerfonden.se/rad-och-stod/cancerlinjen](http://www.cancerfonden.se/rad-och-stod/cancerlinjen)

- 1177 – råd och stöd vid cancer

Webbsida: [www.1177.se/Vastra-Gotaland/sjukdomar--besvar/cancer/](http://www.1177.se/Vastra-Gotaland/sjukdomar--besvar/cancer/)

- Nära cancer – för dig som är ung och står nära någon som har cancer eller som dött av sjukdomen

Webbsida: [www.naracancer.se](http://www.naracancer.se)

- Cancerkompisar, digitalt stöd för anhöriga

Webbsida: <https://www.cancerkompisar.se/>

- Ung Cancer finns till för unga vuxna som själva drabbats eller lever nära någon som drabbats av cancer

Webbsida: <https://ungcancer.se/>

### Anhöriga och psykisk ohälsa/diagnoser

- 1177

- Autism och Aspergerförbundet  
Telefon: 08-420 030 50  
Webbsida: [www.autism.se](http://www.autism.se)
- Frisk & fri – riksföreningen mot ätstörningar  
Telefon: 0200-125 085  
Webbsida: [www.friskfri.se](http://www.friskfri.se)
- Föräldralinjen, MIND – föreningen för psykisk hälsa. Oro för sitt barn eller barn i ens närhet.  
Telefon: 020-85 20 00  
Webbsida: [www.mind.se/hitta-hjalp/foraldralinjen/](http://www.mind.se/hitta-hjalp/foraldralinjen/)
- Jourhavande medmänniska, natten kl. 21.00-06.00  
Telefon: 08-702 16 80  
Webbsida: [www.jourhavande-medmanniska.se](http://www.jourhavande-medmanniska.se)
- Jourhavande präst (be att få prata med en präst) 112  
Webbsida: <https://www.svenskakyrkan.se/jourhavandeprast>
- MIND Självmordslinjen – för dig som har tankar på att ta ditt liv eller har en närstående med sådana tankar.  
Telefon: 90101, har öppet dygnet runt.  
Finns även formulär för mail: [www.mind.se/hitta-hjalp/sjalvmordslinjen/](http://www.mind.se/hitta-hjalp/sjalvmordslinjen/)
- NSPH, Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa. Ett nätverk av patient-, brukar- och anhörigorganisationer inom det psykiatriska området.  
Telefon: 076-242 49 42  
Webbsida: [www.nsph.se](http://www.nsph.se)
- OCD-förbundet. Stödja personer med OCD /tvångssyndrom och/eller närliggande diagnoser och deras anhöriga.  
Telefon: 08-628 30 30  
Webbsida: <https://ocdforbundet.se/>
- Riksförbundet Attention – sprider kunskap om neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (ADHD, autism, Tourettes)  
Webbsida: [www.attention.se](http://www.attention.se)  
Telefon: 073-941 68 63
- Schizofreniförbundet  
Webbsida: <https://schizofreniforbundet.se/>  
Stödlinje: 08-580 000 34
- SHEDO – ätstörningar och självskadebeteende  
Webbsida: [www.shedo.se/stod](http://www.shedo.se/stod)
- SPES, Riksförbundet för suicidprevention och efterlevandestöd.  
Telefon vid frågor: 020-18 18 01  
Telefonjour för efterlevande: 020-18 18 00  
Webbsida: [www.spes.se](http://www.spes.se)
- Svenska kyrkan – diakon i församling/pastorat
- Äldrelinjen, för dig som är 65+ och behöver någon att prata med eller mår psykiskt dåligt  
Telefon: 020-22 22 33  
Webbsida: [www.mind.se/hitta-hjalp/aldrelinjen/](http://www.mind.se/hitta-hjalp/aldrelinjen/)

- Fem huskurer för psykisk hälsa – för anhöriga och personer med psykisk ohälsa - [informationsblad pdf](#)

### **Anhöriga och missbruk**

- Alkoholhjälpen  
Alkoholhjälpen erbjuder stöd via telefon och nätet till personer som funderar över sina egna eller någon annans alkoholvanor.  
Telefon: 020-84 44 48  
Webbsida: <https://alkoholhjalpen.se/anhorigstodet>
- Anonyma Alkoholister  
Telefon: 08-720 38 42  
Webbsida: [www.aa.se](http://www.aa.se)
- Anonyma Narkomaner  
Telefon: 0771-13 80 00  
Webbsida: [www.nasverige.org](http://www.nasverige.org)
- Ersta Vändpunkten  
Telefon: 08-714 62 16  
Webbsida: <https://www.erstadiakoni.se/verksamheter/socialt-stod-och-omsorg/anhorigstod-vid-beroende/ersta-vandpunkten/>
- Föräldraföreningen mot Narkotika  
Telefon: 08-642 06 50  
Webbsida: [www.fmn.se](http://www.fmn.se)
- Droghjälpen Anhöriga  
Telefon: 020-91 91 91  
Webbsida: [www.droghjalpen.se](http://www.droghjalpen.se)
- Spelproblem stödlinjen  
Telefon: 020-81 91 00  
Webbsida: [www.stodlinjen.se/#/](http://www.stodlinjen.se/#/)

- Socialjouren/socialtjänsten i kommunen.

### **Anhöriga och mans- och kvinnojourer m.fl.**

- ROKS – Riksorganisationen för kvinnojourer  
Telefon: 08-442 99 30  
Leta upp kvinnojour i respektive stad: [www.roks.se](http://www.roks.se)
- Mansjouren – prata om relationer, framtid, jobb, barn eller ekonomi  
Telefon: 08-30 30 20  
Webbsida: [www.mansjouren.se](http://www.mansjouren.se)
- Kvinnofridslinjen  
Telefon: 020-50 50 50  
Webbsida: [www.kvinnofridslinjen.se](http://www.kvinnofridslinjen.se)
- Välj att sluta (för våldsutövare): 020-555 666  
Webbsida: <https://valjattsluta.se/>
- GAPF (stöd för hedersrelaterat våld och förtryck): 0700-00 93 28  
Webbsida: <https://gapf.se/hedersrelaterat-vald-och-fortryck/>

### **Anhöriga till personer som utsatts för sexuella övergrepp**

- Stödlinjen Rise för de med erfarenhet av sexuella övergrepp i barndomen, men även för anhöriga och närstående.

Telefon: 08-696 00 95

Mail: [stod@rise-sverige.se](mailto:stod@rise-sverige.se)

Webbsida: <https://rise-sverige.se/stodlinjen/>

Webbsida för närstående: <https://rise-sverige.se/om-sexuella-overgrepp/for-narstaende/>

- Storasyster

Mail: [anhorigstod@storasyster.org](mailto:anhorigstod@storasyster.org)

Webbsida: [www.storasyter.org](http://www.storasyter.org)

### **Barn och unga anhöriga**

- Barn i sorg: BUP (Barn och ungdomspsykiatri), vårdcentralen, skolsköterskan, skolkurator, ungdomsmottagning, Randiga huset (se nedan).

- BRIS – den som är under 18 år kan ringa till Bris för att få prata med en kurator.

Telefon: 116 111. Alltid öppet.

Webbsida: [www.bris.se](http://www.bris.se)

- Buff – stöd för anhöriga till någon som sitter i fängelse

Telefon: 020-200 330

Webbsida: [www.buff.se](http://www.buff.se)

- Ersta Vändpunkten

Telefon: 08-714 62 16

Webbsida: <https://www.erstadiakoni.se/verksamheter/socialt-stod-och-omsorg/anhorigstod-vid-beroende/ersta-vandpunkten/>

- FUB: För barn, unga och vuxna med utvecklingsstörning/intellektuell funktionsnedsättning. Telefon: 08-508 866 00.

Webbsida: <https://www.fub.se/>

- Killar.se

Stödplattform för målgruppen killar och unga män. Chatt och samtalsmottagning

Webbsida: <https://killar.se/>

- Maskrosbarn: För den som har en förälder som har ett missbruk, psykisk sjukdom eller som utsätter dig för våld.

Webbsida: <https://maskrosbarn.org/>

- RBU: Rörelsehindrade barn och ungdomar.

Webbsida: <https://rbu.se/>

- Randiga huset – stöd till barn och familjer som har eller kommer att förlora en viktig person i dödsfall.

Telefon: 0774-40 00 05

Webbsida: [www.randigahuset.se](http://www.randigahuset.se)

- Lärare, skolsköterska, skolkurator

### **Anhörig till ungdom som är på väg att dras in i kriminalitet**

Fryshuset: stöd till anhöriga som är orolig för ungdom som dras in i kriminalitet

Webbsida: [Anhörig \(fryshuset.se\)](http://Anhörig(fryshuset.se))

Myndigheten för familjerätt och föräldraskapsstöd

Webbsida: <https://www.mfof.se/foraldraskapsstod/malgrupper-for-foraldraskapsstod/familjer-med-sarskilda-forutsattningar/foraldrar-vars-barn-begar-brott.html>

### **Anhöriga och hjärnskador/Parkinson/Stroke**

- Hjärnkraft – personer med förvärvade hjärnskador och deras närstående

Anhörigtelefon: 08-447 45 38

Webbsida: [www.hjarnkraft.se](http://www.hjarnkraft.se)

- Parkinsonförbundet

Telefon: 08-666 20 77

Webbsida: [www.parkinsonforbundet.se](http://www.parkinsonforbundet.se)

- Strokeförbundet

Telefon: 08 721 88 20

Webbsida: [www.strokeforbundet.se](http://www.strokeforbundet.se)

### **Anhöriga och äldre**

- Seniorval: Guide kring boende, service och omsorg för seniorer med söktjänst för alla kommuner i Sverige.

Webbsida: <https://seniorval.se/>

Information och stöd för närstående/anhörig:

<https://seniorval.se/bra-att-veta/narstaendeanhorig>

## **Övrigt**

- Folkhälsomyndighetens hemsida: [www.folkhalsomyndigheten.se](http://www.folkhalsomyndigheten.se)

- Brottsofferjouren: 116 006.

Webbsida: <https://www.brottsofferjouren.se/>

### **Försvarsmakten**

- Så talar du med barn och unga om utlandstjänst

<https://www.forsvarsmakten.se/sv/utlandsveteraner-och-anhoriga/barn-och-unga/>

- Utlandsveteraner och anhöriga

<https://www.forsvarsmakten.se/sv/utlandsveteraner-och-anhoriga/anhorig/>

### **Närstående i annat land**

- Migrationsverket

Telefon: 0771-235 235

Webbsida: [www.migrationsverket.se](http://www.migrationsverket.se)

- Försäkringskassan

Telefon: 0771-524 524

- Svenska ambassaden i det land det gäller.

- Utrikesdepartementet (om du blir sjuk utomlands): [www.regeringen.se/uds-reseinformation/om-du-blir-sjuk-eller-rakar-ut-for-en-olycka/](http://www.regeringen.se/uds-reseinformation/om-du-blir-sjuk-eller-rakar-ut-for-en-olycka/)

### **Juridiska frågor, framtidsfullmakt**

- [Information om fullmakter på Nka:s webbplats](#)
- Familjejurist
- Bank
- Överförmyndarverket, överförmyndare (kommunens växel)
- Skatteverket <https://skatteverket.se/privat/skatter/arbeteochinkomst/inkomster/godmanforvaltareellerformyndare/framtidsfullmakt.4.1c68351d170ce5545273f66.html>
- Förnyad legitimation – Skatteverket, bank, polismyndigheten (även pass)
- Konsumenternas.se frågor om bank, försäkringar, livssituationer  
Telefon: 0200-22 58 00  
Webbsida: [www.konsumenternas.se](http://www.konsumenternas.se)
- Sveriges kommuner och regioner (SKR)  
Telefon: 08-452 70 00
- [swedishbankers.se](http://swedishbankers.se) – Svenska bankföreningen, frågor kring regler om bankärenden (exempelvis fullmakt)