

Stödlinjer för anhöriga

Här hittar du kontaktuppgifter till olika stödlinjer, organisationer och myndigheter som kan ge den som är anhörig vägledning, råd och stöd i olika situationer. Vi länkar också till verksamheternas webbplatser för mer information om deras arbete.

Sveriges kommuner är enligt lag skyldiga att erbjuda anhörigstöd. För att komma i kontakt med den/de som arbetar med anhörigstöd i kommunen kan man ringa till kommunens växel och be om att få bli kopplad till kommunens anhörigstöd.

Sveriges Kommuner och Regioner (SKR) har en lista med länkar till Sveriges kommuners webbplatser: <https://skr.se/skr/tjanster/kommunerochregioner/kommunerlista.1246.html>

Hit kan den som är anhörig vända sig vid generella frågor:

1177 Vårdguiden

Sjukvårdsrådgivning. (Vid behov av akut hjälp – ring 112)

Telefon: 1177

Webbplats: www.1177.se

Anhöriglinjen – Anhörigas Riksförbund

Anhöriglinjen är en nationell stödtelefon dit anhöriga kan vända sig för råd och stöd. I de fall det behövs hänvisar de vidare till rätt person/organisation/myndighet.

Telefon: 0200-239 500

Webbplats: www.anhorigasriksforbund.se/anhoriglinjen

Övrigt: God man (kontakta överförmyndarnämnden i kommunen), polisen vid icke akuta fall (telefonnummer 114 14), socialtjänsten (ringa till kommunens växel), vårdcentralen.

Anhörig till en äldre person

Seniorval

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

Webbplats: www.seniorval.se

Information och stöd för anhöriga: www.seniorval.se/bra-att-veta/narstaendeanhorig

Anhörig till någon med cancer

1177

Råd och stöd vid cancer.

Webbplats: www.1177.se

Cancerkompisar

En digital plats där anhöriga kan mötas och dela erfarenheter.

Webbplats: www.cancerkompisar.se

Cancerlinjen

Cancerfondens informations- och stödlinje för den som är berörd av cancer.

Telefon: 010-199 10 10

Webbplats: www.cancerfonden.se/rad-och-stod/cancerlinjen

Nära cancer

För den som är ung och står nära någon som har cancer eller som dött av sjukdomen.

Webbplats: www.naracancer.se

Regionala cancercentrum i samverkan

Samarbetar på nationell nivå för att tillsammans med regionerna skapa en mer jämlik cancervård i hela landet.

Webbplats: www.cancercentrum.se

Ung Cancer

För unga vuxna som själva drabbats eller lever nära någon som drabbats av cancer.

Webbplats: www.ungcancer.se

Anhörig till någon med demenssjukdom

Demensförbundet

Kan ge råd och stöd i frågor som berör anhöriga och personer med demenssjukdom.

Telefon: 010-175 50 56

Webbplats: www.demensforbundet.se

Svenskt demenscentrum

Sambandscentral och kunskapsbank inom demensområdet.

Telefon: 08-690 58 60

Webbplats: www.demenscentrum.se

Anhörig till någon med funktionsnedsättning/diagnos

Autism Sverige

Sprider kunskap om autism, påverkar beslutsfattare och skapar mötesplatser.

Telefon: 08-420 030 50

Webbplats: www.autism.se

NPF-linjen – Riksförbundet Attention

Sprider kunskap om neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF). Har en NPF-linje dit den som är anhörig eller har en egen diagnos kan ringa.

Telefon: 08-642 12 34

Webbplats: www.attention.se/npf-linjen/

RBU – Rörelsehindrade barn och ungdomar

Arbetar för ett utvecklande liv för barn och unga med funktionsnedsättningar.

Telefon: 08-677 73 00

Webbplats: www.rbu.se

Riksförbundet FUB

Arbetar för att personer med intellektuell funktionsnedsättning och deras anhöriga ska kunna leva ett gott liv.

Telefon: 08-508 866 00

Webbplats: www.fub.se

Anhörig till någon med hjärnskador/Parkinson/Stroke**Hjärnskadeförbundet hjärnkraft**

Organisation för personer med förvärvade hjärnskador och deras anhöriga.

Anhörigtelefon: 08-447 45 38

Webbplats: www.hjarnkraft.se

Parkinsonförbundet

Verkar för att förbättra förhållandena för personer med Parkinson eller med parkinsonliknande symtom, och deras anhöriga.

Telefon: 08-666 20 77

Webbplats: www.parkinsonforbundet.se

Strokeförbundet

För personer som drabbats av stroke, deras anhöriga och de yrkesverksamma som möter dessa personer.

Telefon: 08 721 88 20

Webbplats: www.strokeforbundet.se

Anhörig till någon med missbruk**Alkoholhjälpen**

Erbjuder stöd via telefon och nätet till personer som funderar över sina egna eller någon annans alkoholvanor.

Telefon: 020-84 44 48

Webbplats: www.alkoholjalpen.se

Anonyma Alkoholister

En gemenskap av människor som delar sina erfarenheter för att försöka lösa sitt gemensamma problem och hjälpa andra att tillfriskna från alkoholism.

Telefon: 08-720 38 42

Webbplats: www.aa.se

Anonyma Narkomaner

En ideell gemenskap/förening för personer där droger blivit ett allvarligt problem.

Telefon: 0771-13 80 00

Webbplats: www.nasverige.org

Droghjälpen

Anonymt stöd för den som funderar över sin egen eller någon annans droganvändning.

Telefon: 020-91 91 91

Webbplats: www.droghjalpen.se

Ersta Värdpunkten

För den som är anhörig till någon med substansberoende.

Telefon: 08-714 62 16

Webbplats: www.erstadiakoni.se

Föräldraföreningen mot narkotika

Rådgivning och självhjälpsgrupper för anhöriga.

Webbplats: www.fmn.se

Stödlinjen för spelare och anhöriga

Stöd till den som har problem med spel om pengar eller är anhörig till någon som spelar.

Telefon: 020-81 91 00

Webbplats: www.stodlinjen.se

Övrigt: Socialjouren/socialtjänsten i kommunen.

Anhörig till någon med psykisk ohälsa**Frisk & fri – riksföreningen mot ätstörningar**

Har en närståendelinje dit den som är anhörig kan ringa för stöd.

Telefon: 0200-125 085

Webbplats: www.friskfri.se

Föräldralinjen (MIND)

För den som är orolig för sitt barn eller barn i närheten.

Telefon: 020-85 20 00

Webbplats: www.mind.se/hitta-hjalp/foraldralinjen

Hjälplinjen

Nationell stödlinje för personer med psykisk ohälsa och deras anhöriga.

Telefon: 90 390

Webbplats: www.hjalplinjen.se

Jourhavande medmänniska

Erbjuder jourtelefon och chatt för alla som behöver någon att prata med.

Telefon: 08-702 16 80 (Kl. 21.00-06.00)

Webbplats: www.jourhavande-medmanniska.se

Jourhavande präst

Erbjuder akut samtals- och krisstöd.

Telefon: 112 – be att få prata med en präst (Kl. 21.00-06.00)

Webbplats: www.svenskakyrkan.se/jourhavandeprast

Kyrkans SOS

Medmänskligt stöd från volontärer.

Telefon: 0771-800 650

Webbplats: www.kyrkanssos.se

Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa (NSPH)

En samarbetsorganisation för patient-, brukar- och anhörigorganisationer inom det psykiatriska området.

Telefon: 076-242 49 42

Webbplats: www.nsph.se

OCD-förbundet

Har en stödlinje för anhöriga till personer med ocd.

Telefon: 020-89 95 56

Webbplats: www.ocdforbundet.se/anhoriglinjen/

Schizofreniförbundet

Arbetar för ökad kunskap om schizofreni och liknande psykossjukdomar. Har en stödlinje för vägledning och stöd.

Telefon: 08-580 000 34

Webbplats: www.schizofreniforbundet.se

SHEDO

Sprider kunskap om ätstörningar och självskadebeteende. Erbjuder stöd till drabbade, anhöriga och professionella.

Webbplats: www.shedo.se

Självmondslinjen (MIND)

För den som har tankar på att ta sitt liv eller har en närstående med sådana tankar.

Telefon: 90101

Webbplats: www.mind.se/hitta-hjalp/sjalmordslinjen/

Äldrelinjen (MIND)

För den som är 65+ och behöver någon att prata med.

Telefon: 020-22 22 33

Webbplats: www.mind.se/hitta-hjalp/aldrelinjen/

Anhörig till någon som utsatts för sexuella övergrepp

Storasyster

Erbjuder stöd till den som utsatts för sexuella övergrepp och anhöriga.

Webbplats: www.storasyster.org

Stödlinjen Rise

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

Telefon: 08-696 00 95

Webbplats: www.rise-sverige.se/stodlinjen/

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.

Telefon: 08-691 76 00

Webbplats: www.fryshuset.se

Myndigheten för familjerätt och föräldraskapsstöd

Har information om/till föräldrar vars barn begår brott.

Webbplats: www.mfof.se

Barn och unga anhöriga

BRIS

Stöd för barn och unga under 18 år som behöver någon att prata med.

Telefon: 116 111. Alltid öppet.

Webbplats: www.bris.se

Bufff

Stöd till barn och ungdomar med förälder/familjemedlem i fängelse, häkte eller frivård.

Telefon: 020-200 330

Webbplats: www.bufff.se

Jourhavande Kompis – Röda Korsets Ungdomsförbund

Stöd för unga upp till 25 år som behöver någon att prata med.

Webbplats: www.rkuf.se/fa-stod/jourhavande-kompis

Killar.se

Stödplattform för målgruppen killar och unga män. Chatt och samtalsmottagning.

Webbplats: www.killar.se

Maskrosbarn

Stöd till barn och unga som lever med missbruk, psykisk ohälsa eller våld i familjen.

Webbplats: www.maskrosbarn.org

Randiga huset

Stöd till barn och familjer som har eller kommer att förlora en viktig person i dödsfall.

Telefon: 0774-40 00 05

Webbplats: www.randigahuset.se

Övrigt: BUP (Barn och ungdomspsykiatri – kontakta din lokala BUP-mottagning via 1177.se), lärare, skolsköterskan, skolkurator, ungdomsmottagning, vårdcentralen.

Efterlevandestöd**Randiga huset**

Stöd till barn och familjer som har eller kommer att förlora en viktig person i dödsfall.

Telefon: 0774-40 00 05

Webbplats: www.randigahuset.se

Spädbarnsfonden

Stöd för familjer som förlorat ett spädbarn, inklusive plötslig spädbarnsdöd.

Telefon: 031-387 57 57

Webbplats: www.spadbarnsfonden.se

SPES (Riksförbundet för suicidprevention och efterlevandestöd)

Ger stöd till den som mist någon i suicid.

Stödlinje: 020-18 18 00

Webbplats: www.spes.se

VSFB – Vi Som Förlorat Barn

Stöd för föräldrar som förlorat barn i alla åldrar.

Telefon: 031 - 82 82 80

Webbplats: www.vsfb.se

VIMIL – Vi som mist någon mitt i livet

Stöd för vuxna som mist en livspartner.

Webbplats: www.vimil.se

Jourer för män, kvinnor, transpersoner, ickebinära / anhöriga till våldsutsatta**Brottsofferjouren**

Stöd till brottsoffer, vittnen och anhöriga.

Telefon: 116006.

Webbplats: www.brottsofferjouren.se

Kvinnofridslinjen

Stöd till den som utsatts för fysiskt, psykiskt eller sexuellt våld.

Telefon: 116 016

Webbplats: www.kvinnofridslinjen.se

Mansjouren

Samtalsstöd till män – prata om relationer, framtid, jobb, barn eller ekonomi.

Telefon: 08-30 30 20

Webbplats: www.mansjouren.se

Riksorganisationen för anhöriga till våldsdödade (RAV)

Stöd och information till anhöriga.

Telefon: 070-534 18 82 eller 073-020 11 80

Webbplats: www.rav.se

Riksorganisationen för kvinno- och tjejjourer (ROKS)

Kämpar för kvinnors, tjejers och barns rätt till liv fria från mäns våld.

Telefon: 08-442 99 30

Webbplats: www.roks.se

Riksorganisationen GAPF

Arbetar mot hedersrelaterat våld och förtryck.

Telefon: 070-000 93 28

Webbplats: www.gapf.se

Stödlinjen för transpersoner

Stödlinje för transpersoner och ickebinära som utsatts för våld i nära relation eller sexuella övergrepp.

Telefon: 020 – 55 00 00

Webbplats: www.stodlinjenfortranspersoner.se

Transammans

Förbund för transpersoner och närstående. Har en digital samtalsmottagning.

Webbplats: www.transammans.se

Välj att sluta

Nationell stödlinje som riktar sig till den som vill få hjälp att förändra ett kontrollerande eller våldsamt beteende mot närstående.

Telefon: 020–555 666

Webbplats: www.valjattsluta.se

Juridiska frågor

Fullmakt

- Information om fullmakter på Nka:s webbplats: <https://anhoriga.se/stod--utbildning/rattigheter--skyldigheter/fullmakter/>
- Information om framtidsfullmakt på Skatteverkets webbplats: <https://skatteverket.se/privat/skatter/arbeteochinkomst/inkomster/godmanforvaltareellerformyndare/framtidsfullmakt.4.1c68351d170ce5545273f66.html>

Förnya legitimation: Skatteverket, bank, polismyndigheten (även pass)

Konsumenternas.se

Frågor om bank, försäkringar, livssituationer.

Telefon: 0200-22 58 00

Webbplats: www.konsumenternas.se

Svenska bankföreningen

Frågor kring regler om bankärenden (exempelvis fullmakt)

Webbplats: www.financesweden.se

Sveriges kommuner och regioner (SKR)

Telefon: 08-452 70 00

Övrigt: Kontakta din bank, familjejurist, överförmyndarverket, överförmyndare (kommunens växel)

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 kommunens webbplats 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**Försäkringskassan**

Utreder och beslutar om rätt till ersättning från socialförsäkringen. Här kan du ställa frågor om närståendepenning.

Telefon: 0771-524 524

Webbplats: www.forsakringskassan.se

IVO (Inspektionen för vård och omsorg)

Granskar att vården och omsorgen följer lagar och regler.

Telefon: 010-788 50 00

Webbplats: www.ivo.se

Läkemedelskollen

Möjlighet att logga in med bank-ID och registrera en apoteksfullmakt. En apoteksfullmakt innebär att den som är anhörig kan beställa och vid behov hämta ut mediciner åt närstående.

Webbsida: www.ehalsomyndigheten.se

Migrationsverket

Ansvarar för att pröva ansökningar från personer som vill bosätta sig i Sverige, komma på besök, söka skydd eller bli svenska medborgare.

Telefon: 0771 235 235

Webbplats: www.migrationsverket.se

Socialstyrelsen – vid juridiska frågor

Kontakta Socialstyrelsens upplysningstjänst vid juridiska frågor som rör hälso- och sjukvård, tandvård eller socialtjänst.

Telefon: 075-247 30 00

Webbplats: www.socialstyrelsen.se

Närstående i annat land**Migrationsverket**

Telefon: 0771-235 235

Webbplats: www.migrationsverket.se

Försäkringskassan

Telefon: 0771-524 524

Övrigt: Svenska ambassaden i det land det gäller

Övrigt**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/>

Invidzonen

Stöd för anhöriga till tjänstgörande i internationella uppdrag.

Telefon: 076 - 166 33 17

Webbplats: www.invidzonen.se

