

Nyhetsbrev april 2021

För anhörigstöd

Hej

Det är roligt att vi blir fler som vill ha nyhetsbrevet. Känner du någon som kan ha nytta och tycka att nyhetsbrevet är intressant får du gärna vidarebefordra till dom.

Samverkan mellan krets och kommun

Den 21 april anordnades en workshop av Svenska Röda Korset tillsammans med En bra plats och Demenslotsen. Under workshopen fick vi höra 4 goda exempel på hur samverkan mellan krets och kommun kan se ut. Efter de goda exemplen fanns det tid för gruppdiskussioner för att se hur vi kan samverka framöver. Resultatet av diskussionerna och exemplen kommer att sammanställas till en inspirationshandbok om hur krets och kommun kan samverka och lanseras den 14 juni. Några av slutsatserna efter dagen var att samverkan verkar bli bäst när krets och kommun har en gemensam bild om vilka förutsättningar som finns för att samverka, att frivilliga är en tillgång och ger ett mer värde. Missa inte den 14 juni för mer inspiration.

Testa hur ett digitalt gruppsamtal med anhöriga kan gå till

Även om vi just nu känner att vi bara vill träffas fysiskt finns det en hel del möjligheter med att ha digitala gruppsamtal. Dessa är att det bland annat går att nå människor som inte kan ta sig hemifrån på grund av olika omständigheter som exempel ingen transport, långt att åka, klar inte av för mycket intryck mm. För att få känna av hur ett digitalt gruppsamtal kan gå till bjuder vi in frivilliga till en träff för att du ska kunna testa i en trygg miljö den 6 maj. Anmälningsslänk finns längre ner.

Vilket behov av existentiellt stöd kan finnas hos anhöriga

Under förra året och i år har det funnits många funderingar både hos kretsar och kommuner om hur gör vi med anhörigas existentiella hälsa, vad gör vi när anhöriga vill prata existentiella frågor? Existentiell hälsa är en dimension som vi inte alltid vågar ta upp då det kanske kan upplevas att det blir för personligt, för tunga frågor att reflektera över och att det blir för bundet till olika trossamfund. Men så behöver det inte vara, WHO har tagit fram ett antal områden som de mäter inom existentiell hälsa som inte är kopplade till ett trossamfund utan efter hur människor upplever sitt eget jag till existentiell hälsa. Utifrån WHO:s förhållningsätt att alla har en existentiell hälsa oavsett vad en person tror på, så vill jag som verksamhetsutvecklare veta mer om vad du möter inom existentiell hälsa hos anhöriga?

Detta har jag tänkt göra genom att jag i slutet på maj, början av juni skickar ut en enkät som du kan svara på om du vill. Har du material eller annan information så får du gärna skicka det direkt till mig. Jag hoppas du har möjlighet att svara när enkäten dimper ner i din inkorg. Tack på förhand!

Är du mer intresserad av existentiell hälsa? Sveriges kommuner och regioner anordnade två konferenser inom området som går att titta på i efterhand, tillfälle [ett här](#) och tillfälle [två här](#).

Utbildning för att bli samtalsledare inom anhörigstöd

För att bli samtalsledare inom anhörigstödet behöver den frivilliga gå utöver de grundläggande utbildningarna [Rödakorskunskap](#), [Uppförandekoden](#), [Att vara frivillig](#) och [säkerhetsguiden Var försiktig!](#) (webbkurser) även gå följande kurser:

Att mötas i vardag och kris med Psykologisk första hjälpen

Att bli cirkelutbildare inom anhörigstöd

[Anhöriga i fokus](#), är en webbkurs som kan hittas på Nationellt kompetenscenter anhöriga hemsida.

Ska den frivilliga inte hålla i något samtal är de grundläggande utbildningarna samt Att mötas i vardag och kris helt okej. Är du intresserad av att bli samtalsledare eller behöver friska upp minnet kommer nu en av kurserna som brukar vara fysiskt att genomföras digitalt, *Att mötas i vardag och kris med Psykologisk första hjälpen*. I kursen ingår att få kunskaper om metoden Psykologisk första hjälpen och

deltagarna övar tillsammans på det dom har lärt sig. Kursen är uppdelad på två tillfällen på kvällstid och du behöver närvara på båda. Dessa tillfällen är:

Klicka på datumet så får du upp anmälningssidan.

[2021-05-04 & 2021-05-06](#) Sista dag för anmälan: 2021-04-27

[2021-05-18 & 2021-05-20](#) Sista dag för anmälan: 2021-05-04

Under hösten 2021 planeras det ett utbildningstillfälle för att bli samtalsledare inom anhörigstödet cirkelmateriel. Är du intresserad att gå? Håll då gärna utskick i nyhetsbrevet eller hör av dig till verksamhetsutvecklaren vid frågor eller anmälan.

Anhörigskap i perspektiv

Vill du uppdatera dig inom olika förutsättningar anhöriga kan ha beroende på deras bakgrund? Under temat Anhörigskap i perspektiv har Nationellt kompetenscentrum anhöriga ett antal intressanta föreläsningar om olika anhörigperspektiv. Det är bland annat utifrån ålder, HBTQI och kön. Dessa är gratis och inspelade så du kan se på dem när du vill och i din egen takt. Du kan se [dom här](#)

Lästips

Pandemin har påverkat anhöriga och deras möjlighet till stöd på många sätt och hur detta kan se ut har Nationellt kompetenscentrum anhöriga kartlagt i sin rapport [pandemins konsekvenser för anhöriga](#).

Kommande träffar

Boka gärna dagarna nedan redan nu.

6 maj klockan 17:00–18:00 Testa hur ett digitalt gruppsamtal med anhöriga kan gå till. Vänder sig till frivilliga.

Anordnas av: Svenska Röda Korset tillsammans med En bra plats och Demenslotsen. [Anmäl er här](#) senast 3 maj.

20 maj kl 18:30- 20:00 *Anhörigeventet*. Vänder sig till anhöriga och frivilliga.

Anordnas av: Svenska Röda Korset tillsammans med En bra plats och Demenslotsen [Anmäl er här](#) senast 16 maj.

27 maj kl 10:00-12:00 workshop för kommunanställda, *hur stöttar och hjälper vi anhöriga att stärka den egna psykiska hälsan*? Anordnas av: Svenska Röda Korset tillsammans med Anhörigas Riksförbund. [Anmäl er här](#) senast 24 april.

3 juni 16:00-18:00 workshop för frivilliga, *hur stöttar och hjälper vi anhöriga att stärka den egna psykiska hälsan*? Anordnas av: Svenska Röda Korset tillsammans med Anhörigas Riksförbund. [Anmäl er här](#) senast 29 april.

14 juni 14:00-15:00 *lansering av kokbok* från workshopen den 21 april.

Anordnas av: Svenska Röda Korset tillsammans med En bra plats och Demenslotsen. anmälningsslänk kommer.

7 juni 17.00-18.00 Nätverksträff för frivilliga – *hur arbetar vi framåt, vi summerar halvåret och önskar glad sommar*. Anordnas av: Svenska Röda Korset. [Anmäl er här](#)

Vill du registrera dig för vårt nyhetsbrev? Mejla till Johanna och säg till.

Du är alltid välkommen att höra av dig om du vill veta mer, behöver stöd eller vill bolla idéer.

Johanna Häggberg

Verksamhetsutvecklare anhörigstöd, Svenska Röda Korset

Johanna.haggberg@redcross.se