

HELGLÄGER FÖR UNGA ANHÖRIGA

I syfte att motverka ofrivillig ensamhet hos unga anhöriga arrangerar Anhörigas Riksförbund #vägraskuld-läger för unga anhöriga (13-16 år). Med finansiering från Socialstyrelsen vill vi arrangera totalt fyra läger under September och Oktober, över hela Sverige.

Vem är anhörig?

Anhörig är den som stöttar, vårdar, hjälper eller tar ett extra ansvar för någon i sin närhet. Det kan vara en familjemedlem men också en nära vän, klasskompis eller granne. Anhörig kan en till exempel vara till någon med fysisk eller psykisk ohälsa, funktionshinder, eller har en förälder som tagit sitt liv. En anhörig är någon som är i stort behov av att få en paus i vardagen och bara fokusera på sig själv helt enkelt.

Det är just det ett #vägraskuld-läger är, en paus i vardagen. En möjlighet att tillsammans med andra personer i liknande situation få ha roligt, lära sig nya saker och släppa allt vad ansvar heter.

Kostnad

Projektet står för alla kostnader så som resor, boende, mat samt arvode för lägerledare och workshopledare, det är alltså helt gratis för deltagande ungdomar att vara med.

Samverkan

Vi ser att samverkan är vägen framåt och vi behöver hjälp med att nå målgruppen, att hitta till de ungdomar som vill, kan och behöver vara med på något av våra läger. Kanske är det via kontakt med elevhälsan, ett befintligt stöd till unga anhöriga i kommun och region eller via fritidsgårdar och ungdomshus. Men här behöver vi hjälp för tiden springer iväg.

Om detta låter som något som du vill höra mer om eller haka på, tveka inte att höra av dig direkt till projektledare lina.persson@anhorigasriksforbund.se

Vidare läsning om unga anhöriga

Anhöriga är en utsatt grupp som lever med ökad risk för sjukdom, särskilt psykisk ohälsa på grund av stress, oro och skuldkänslor (Nka 2022). En undersökning gjord av Region Sörmland 2020 visar att så många som 50% av de skolungdomar som tillfrågades ansåg sig vara anhöriga. Undersökningen gjordes i årskurs 7, 9 och år 2 i gymnasiet och cirka 6000 ungdomar deltog. Dessa siffror ligger även i linje med vad arvsfondsprojektet #vägraskuld fått fram under sina skolbesök, 52 % av ca 600 elever såg sig som anhöriga. Nkas statistik är betydligt lägre (7% och 18%) då den endast innefattar barn som är anhöriga till föräldrar inom sluten- och öppenvården. Vi ser dock att det är nödvändigt att utmana bilden av vem som kan vara anhörig och till vem en kan vara det. Anhörigskap sträcker sig bortom blodsband och släktskap, något som blivit tydligt i de ca 300 berättelser som projekt #vägraskuld samlat in. En kan vara anhörig till syskon, släktingar, vänner, lärare, granne eller någon i klassen.

Unga anhöriga är en grupp som i dagsläget får mycket lite stöd, trots att varje kommun enligt lag ska erbjuda stöd, och många saknar ord för sin livssituation. Många tror också att de är ensamma i sin situation och bär på tunga skuldkänslor och sätter ständigt sina egna behov åt sidan. Detta skapar känslor av ensamhet och utan ett språk för sin situation är det svårt att förändra den.

Vi vill ge unga anhöriga en paus från en vardag ofta kantad av oro, ansvar och ensamhet. Detta vill vi göra genom att skapa mötesplatser för unga anhöriga där de kan träffa andra i liknande situation och få fokusera på sig själva. Syftet är att motverka upplevelsen av ensamhet i sin situation och visa vägen framåt för gemenskap. Arvsfondsprojektet #vägraskuld som drevs av Studieförbundet Vuxenskolan mellan år 2021–2023, där Anhörigas Riksförbund var medsökande, tog fram en modell för helgläger som vi nu vill jobba vidare med. Projektet fortsätter även med spridning av övrigt befintligt material framtaget av #vägraskuld för att kompetensutveckla de personer som kommer i kontakt med unga anhöriga.

Läs mer om tidigare projekt #vägraskuld samt genomförda helgläger på www.vagraskuld.se