



STRAND KOMMUNE

---

# Sammen om pårørende

Pårørendestrategi  
og handlingsplan

2023-2028





## INNHold

---

Innledning.....	3
Planprosess.....	4
Forankring i organisasjonen.....	4
Planprosess.....	5
Sammenheng med andre kommunale planer .....	5
Ansvar og oppfølging av strategien .....	6
Kommunens plikter .....	6
Vedtatte føringer som har betydning for pårørendestrategien.....	6
Spesielle forhold i kommunen .....	7
Spesielle satsningsområder .....	7
Identifisere pårørende.....	8
Definisjon av grupper .....	8
Journalføring.....	9
Pårørendeinvolvering .....	10
Støtte til familie og andre.....	11
Ivareta barn og unge .....	11
Pårørende med innvandrerbakgrunn.....	12
Mål, strategier og tiltak.....	13
Mål.....	13
Strategier .....	13
Tiltak.....	13
Etiske dilemma.....	18
Kilder.....	20
Vedlegg1: Nettressurser, organisasjoner og aktuelle hjelpeinstanser for pårørende.....	22



## INNLEDNING

---

Alle vil sannsynligvis oppleve å være pårørende i løpet av livet, i større eller mindre grad. Pårørende er pasientens og brukerens viktigste støtte og ressurs fordi de kjenner han godt og vet hva som kan bidra til at han får det bedre. Pårørendealliansen estimerer at rundt 800 000 mennesker til enhver tid er i en pårørenderolle i Norge.

Pårørende er personer som er nærstående i livet til noen som er syk eller står i en vanskelig situasjon. Det kan være ektefelle, barn eller andre slektninger og/eller venner. Oftest er det nærmeste pårørende som har den løpende kontakten med ansatte. Nærmeste pårørende har andre rettigheter enn andre pårørende definert i lovverket, og det er personen som er syk eller står i en vanskelig situasjon som definerer hvem som skal være nærmeste pårørende.

Samarbeid med pårørende er viktig hele livsløpet. Og det å være pårørende kan i perioder være krevende. Pårørende har roller som informasjonskilde, representant for pasienten/brukeren, omsorgsgiver og støtte for pasienten/brukeren. Ofte vil familie være til stor hjelp for å kartlegge og søke om tjenester i kommunen. Pårørende opplever gjerne en form for omsorgsbelastning. Det er en subjektiv opplevelse hvor noen vil oppleve stor omsorgsbelastning, mens andre vil oppleve liten omsorgsbelastning, selv med samme omsorgsoppgaver.

Det er et mål at pårørende skal være et positivt ladet uttrykk og kommunens strategi skal styrke felles forståelse for pårørende. Strand kommune anerkjenner pårørende som en ressurs, både for sine nærmeste og samfunnet, og ønsker et forutsigbart samarbeid med pårørende. Kommunen skal legge til rette for at innbyggerne skal oppleve livskvalitet og mestring i den hverdagen den enkelte står i.

Gjennom utarbeiding og implementering av pårørendestrategien ønsker Strand kommune å skape en felles retning i pårørenderarbeidet og sikre at alle ansatte som møter pårørende i sitt arbeid har god kunnskap og kompetanse om dette. Det er til dels et lederansvar, og til dels ligger ansvaret hos den enkelte ansatte når det gjelder å holde seg oppdatert på gjeldende rutiner og endringer som vedtas i nasjonale veiledere og lovverk. Planen gir en oversikt over etablerte og ønskede rutiner for godt pårørendesamarbeid, spesielt for barn og unge for å sikre at ingen barn skal måtte ta omsorgsansvar for familie og/eller andre.

Strand kommune ønsker å ha et utvidet pårørendebegrep som inkluderer pårørende i andre kommunalområder enn helse- og omsorgstjenestene. Derfor er begrepet ansatt benyttet istedenfor det tradisjonelle ordet helsepersonell for å beskrive hvem som er i kontakt med pårørende. Ved å være bevisst på dette inkluderer en pårørende som er i kommunalområdene opplæring, omsorg og levekår. Når begrepet helsepersonell unntaksvis likevel brukes, har det sammenheng med at det er knyttet opp mot lovverket som har den ordlyden.



Selv om Strand kommune ønsker å ha et utvidet pårørendebegrep er kommunen likevel styrt av pasient- og brukerrettighetsloven om hvem som defineres som pårørende og deres rettigheter og plikter, og helsepersonelloven og forskrift om ledelse og kvalitet i helse- og omsorgstjenestene angående hvilke plikter og anbefalinger som er knyttet opp mot helsepersonell og helse- og omsorgstjenestene.

Strand kommunes pårørendestrategi og handlingsplan bygger på [Regjeringens pårørendestrategi og handlingsplan](#) og helsedirektoratets [Pårørendeveileder](#).

Regjeringens pårørendestrategi og handlingsplan beskriver dagens situasjon for mange pårørende og at det er manglende forutsigbarhet i pårørendearbeidet. Målet er å sette pårørendearbeid på agendaen og strategien leder til seks innsatsområder i handlingsplanen (Tidlig identifisering og ivaretagelse, bedre informasjon, opplæring og veiledning, forutsigbare og koordinerte tjenester, tilstrekkelig støtte og avlastning, familieorienterte tjenester og pårørendemedvirkning) med forslag og anbefalinger av tiltak.

Pårørendeveilederen handler om involvering av og støtte til pårørende i hele helse- og omsorgstjenesten. Den beskriver pårørendes rettigheter og helse- og omsorgstjenestens plikter og gir anbefalinger om god praksis. Alle pårørendegrupper, uavhengig av pasientens eller brukerens diagnose, inkludert eldre, voksne, ungdom og barn som pårørende er omtalt. Veilederen er organisert i korte tekster med lovkrav og anbefalinger, med henvisninger til aktuelt lovverk under hvert kapittel.

---

## PLANPROSESS

---

---

### FORANKRING I ORGANISASJONEN

---

Kommunens visjon «Sammen om trivsel» med hovedmål er konkretisert i kommuneplanens samfunnsdel 2019-2035 hvor det er definert fire strategiske mål. Mål 3 «Strand har et inkluderende lokalsamfunn med høy livskvalitet for alle» er særlig relevant i pårørendearbeidet. Prosjekt «Sammen om pårørende» er politisk initiert, gjennom en interpellasjon juni 2021, der det ønskes at pårørendearbeidet i Strand kommune skal styrkes og det opprettes en pårørendekoordinator som skal drive dette prosjektet og fullføre Strand kommunes pårørendestrategi. Prosjektet skal også drive pårørendearbeidet fremover slik at pårørende kan oppleve økt forutsigbarhet og ivaretagelse i kommunen.

I Strand kommune er pårørendestrategien forankret i kommunedirektørens lederteam og hos virksomhetslederne i kommunalområdene levekår, opplæring og omsorg.



## PLANPROSESS

---

Pårørendestrategien er utarbeidet med veiledning fra [Pårørendesenteret](#). Det har vært workshop med pårørendesenteret og representanter fra kommunalavdelingene omsorg og levekår.

Kommunalavdeling opplæring er koplet inn i arbeidet etter workshop.

Arbeidsgruppe består av ansatte fra Familiens hus, omsorgstjenesten, miljøtjenesten, NAV, psykiatri, rådgiver for levekår og opplæring, folkehelse- og ruskoordinator og pårørendekoordinator. Det har vært endring i arbeidsgruppen grunnet at strategien var påbegynt i 2019, deretter nedprioritert ved pandemi og gjenoptatt i slutten av 2022.

Styringsgruppe består av kommunalsjefene for levekår, opplæring og omsorg.

Ressursgruppe består av virksomhetsledere fra kommunalområdene levekår, opplæring og omsorg.

For å ivareta brukermedvirkning har Strand kommune arrangert temakveld for pårørende med foredrag fra Pårørendesenteret med mulighet for innspill fra innbyggerne i Strand til strategien.

Strategien har vært på høringsrunde til relevante virksomheter i kommunen, frivillige lag og organisasjoner, åpen for innbyggerne på kommunens hjemmeside og politiske utvalg. I høringsrunden kom det innspill fra Rådet for mennesker med nedsatt funksjonsevne, Strand eldreråd og KORUS Stavanger.

## SAMMENHENG MED ANDRE KOMMUNALE PLANER

---

Pårørendestrategien ses i sammenheng med følgende kommunale planer:

- [Sammen om trivsel – kommuneplanens samfunnsdel 2019-2035](#)
- [Økonomi og handlingsplan 2023-2026](#)
- [Helse og omsorg i en ny tid](#)
- [Rusmiddelpolitisk handlingsplan 2021-2026](#)
- [Handlingsplan mot vold i nære relasjoner 2022-2026](#)
- [Trivsel i fokus – oppvekst i strand 2018-2030](#)
- [Strategiplan for folkehelsearbeidet 2017-2022](#)
- [Handlingsplan for barn som lever i lavinntektsfamilier](#)
- [Handlingsplan for mennesker med nedsatt funksjonsevne](#)
- Sammen om en god oppvekst. Plan for Strand kommunes forebyggende arbeid 0-25år (vedtas politisk høsten 2023)
- Handlingsplan for forebygging av selvskading og selvmord -og ivaretagelse av etterlatte (vedtas politisk våren 2023)



## ANSVAR OG OPPFØLGING AV STRATEGIEN

---

Planen skal eies av kommunalsjef levekår. Revideres hvert 6. år, revidering trenger ikke bety full behandling. I planperioden legges det årlig frem en sak for Levekårsutvalget om status for gjennomføring av tiltak.

## KOMMUNENS PLIKTER

---

Ansatte i kommunens helse- og omsorgstjenester plikter å ivareta pårørende. Helsedirektoratets pårørendeveileder viser til [helse og omsorgstjenesteloven § 3-10](#) og [forskrift om ledelse og kvalitet i helse- og omsorgstjenesten § 8](#) at kommunen skal ha systemer som tilrettelegger for god informasjon og dialog med pårørende. Ansatte i levekår og opplæring som ikke omfattes av nevnt lovverk skal være oppmerksom på at pårørende også er i disse kommunalområdene og bør ivaretas med bakgrunn i kommunens utvidete pårørendedefinisjon, eksempelvis barn som pårørende.

## VEDTATTE FØRINGER SOM HAR BETYDNING FOR PÅRØRENDESTRATEGIEN

---

### Sentrale føringer

Ifølge Helsedirektoratets pårørendeveileder skal kommunen ha pårørendeinvolvering på flere nivåer som inkluderer informasjon, opplæring, veiledning, samtale, dialog og støttetilbud. Rammer og muligheter for dialog med den enkelte pårørende er virksomhetsleders ansvar. Kommunen skal sørge for at helsepersonell har oversikt over organisasjoner og aktuelle hjelpeinstanser for pårørende. Oversikten bør oppdateres jevnlig og skal være tilgjengelig for ansatte og innbyggere i Strand kommune.

Retten til avlastning er nedfelt i [Helse- og omsorgstjenesteloven § 3-6](#). Pårørende kan ha rett til avlastningstilbud og kommunen skal tilby det ved særlig tyngende omsorgsarbeid.

Pårørendeveilederen utdypet at det ved særlig tyngende omsorgsarbeid skal vektlegges omfanget av arbeidet (timer per måned), fysiske og psykiske belastninger, om arbeidet skjer regelmessig eller periodevis, forventet varighet av omsorgsarbeidet, om den pårørende har omsorgsplikt og om søkeren har inntektstap. Kommunen skal gjøre en individuell vurdering av den pårørendes situasjon.

Pårørendes mulighet til å stå i omsorgssituasjon over tid, og sosiale forhold skal vektlegges, som for eksempel den pårørendes mulighet til å ivareta sin tilknytning til arbeidslivet.

Helsepersonell bør kontinuerlig observere, kartlegge og evaluere pårørende sitt behov for avlastning.

Helsedirektoratets pårørendeveileder beskriver at kommunen har plikt til å etablere systemer for innhenting av pårørendes erfaringer og synspunkter på ulike nivå, og gjøre bruk av disse erfaringene i sitt forbedringsarbeid. Pårørende kan ha verdifull informasjon til bruk i arbeidet med kvalitetsforbedring og tjenesteutvikling.

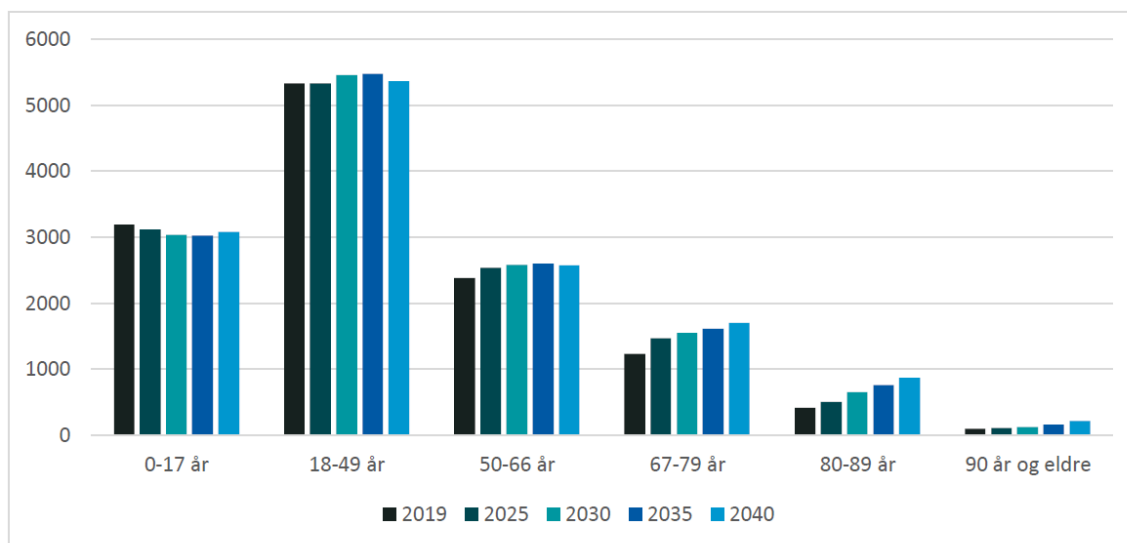


Det er kommunens ansvar å sikre at ansatte har nødvendig kompetanse for å møte pårørende og deres behov og at kommunen har systemer for å sikre oppfølging av barn som pårørende.

## SPESIELLE FORHOLD I KOMMUNEN

Ifølge oversikt over folkehelsefaktorer i Strand kommune 2022 kommer det frem at befolknings sammensetningen i kommunen er ganske lik som for landsgjennomsnittet, men Strand kommune har en noe høyere andel av barn og unge under 18 år. Det har også vært to flyktningkriser som har ført til at Strand kommune har tatt imot flyktninger etter nasjonal forespørsel som har betydning for befolknings sammensetningen i kommunen.

Plan for helse og omsorg i en ny tid i Strand kommune beskriver at Strand kommune vil få en annen befolknings sammensetning i 2040 enn i dag basert på Statistisk sentralbyrå sin modell for beregning av befolkningsendring. Det viser en forventning om en økning blant innbyggere som er 67 år eller eldre, se figur 1. Den økende andelen eldre i befolkningen påvirker sykdomsmønsteret og øker også forekomsten av sammensatte og kroniske sykdommer. Skrøpelige eldre bor hjemme og ivaretas av sine pårørende, med eller uten tjenester fra kommunen.



Figur 1 Befolkningsframskriving pr. 1.1.2019 Strand kommune. Hentet fra Helse og omsorg i en ny tid.

Lav inntekt øker sannsynligheten for dårlig selvopplevd helse, sykdom og for tidlig død. I tillegg har det å vokse opp i familier som over tid har lavinntekt stor betydning for barnas helse og velferd. 12% av barn bosatt i Strand kommune bor i en lavinntektsfamilie.

## SPESIELLE SATSNINGSOMRÅDER

For Strand kommune er det viktig med tidlig innsats for å forebygge, identifisere og sette inn relevante tiltak for å unngå at utfordringer utvikler seg. Kommunen skal øke kompetansen hos ansatte angående pårørendearbeid for å gi pårørende større forutsigbarhet i møte med tjenestene. Ansatte i Strand





kommune bør være spesielt oppmerksom på å identifisere og vurdere behovet for oppfølging av barn som pårørende. Dette kan gjelde barn av kronisk syke foreldre/foresatte/søsken, barn med tilleggsbelastninger på grunn av økonomiske og sosiale forhold, der det er lite åpenhet i familie/nettverk om sykdom/utfordringer eller at det er behov for tettere oppfølging av barna når foreldrenes/foresattes sykdom forverres.

## IDENTIFISERE PÅRØRENDE

---

Ansatte i Strand kommune skal kjenne regelverket for hvordan pårørendearbeidet skal dokumenteres og journalføres. Det må kartlegges hvem som er nærmeste pårørende og om det er barn som pårørende.

## DEFINISJON AV GRUPPER

---

**Barn som pårørende:** Noen barn opplever at det skjer noe akutt med mamma, pappa eller søsken en eller flere ganger i løpet av oppveksten. For andre er det å være pårørende en del av hverdagen. Det er vanlig å tenke på barn som pårørende når foreldre eller søsken er syke, som følge av psykisk/fysisk sykdom eller en skade. Det finnes også mange andre årsaker til at barn opplever at hverdagen blir vanskelig og de kan kalles pårørende. For eksempel barn som opplever at foreldre misbraker alkohol eller andre rusmidler, barn som opplever at noen av de nærmeste dør, barn som opplever samlivsbrudd, barn som lever i lavinntektsfamilier, barn som er vitne til vold og noen barn kan ha en forelder eller andre nære som sitter i fengsel.

Det har siden 2010 vært innført i helsepersonelloven § 10a at helsepersonell i både spesialisthelsetjenesten og i den kommunale helse- og omsorgstjenesten er pålagt å bidra til å ivareta mindreårige barn som er pårørende. Formålet med regelverket er å fange opp barn som pårørende og bidra til å ivareta det informasjons- og oppfølgingsbehovet de måtte ha. Fra 2018 har helsepersonell også fått plikt til å ivareta mindreårige barn som pårørende til søsken med alvorlige helseproblemer (psykisk sykdom, rusmiddelavhengighet eller alvorlig somatisk sykdom eller skade) og når de er etterlatte.

Noen barn kan utvikle egne problemer relatert til rollen som pårørende. Dette er problemer som kan melde seg i oppveksten, eller de kan bli synlige når barna blir voksne. Det å være pårørende kan bidra til at barn opplever angst, depresjoner, atferdsvansker, konsentrasjonsvansker eller frafall fra skole og utdanning. Det er derfor viktig å være bevisst på barn som pårørende slik at vi oppdager dem i tide og kan gi riktig hjelp til riktig tid.

Helsepersonell skal bidra til å ivareta mindreårige barns behov for informasjon og oppfølging når de er pårørende. Helsepersonell må kartlegge om pasienten/brukeren har mindreårige barn eller mindreårige søsken. Barn skal tolkes vidt og uavhengig av formalisert omsorgssituasjon. Både biologiske barn, adoptivbarn, stebarn og fosterbarn omfattes. Foreldre omfatter både barnets foreldre,





fosterforeldre, steforeldre og eventuelt andre, så framtidig de fyller foreldrerollen for ett barn. Søsken skal tolkes vidt og omfatter både biologiske søsken og andre barn som lever med pasienten/brukeren som søsken i en familie

**Voksne som pårørende:** Voksne pårørende kan være nærstående til noen som står i en vanskelig situasjon som kan skyldes fysisk og/eller psykisk sykdom eller skade, rusbruk eller vold og overgrep. En kan også være pårørende til nærstående som sitter i fengsel, har økonomiske vansker eller er etterlatte.

I kontakt med helsetjenesten skal helsepersonell avklare hvem som har foreldreansvaret når pasienten/brukeren er under 16 år. Helsetjenesten skal avklare hvem pasienten/brukeren vil ha som nærmeste pårørende og informere både pasient/bruker og pårørende om hvilke juridiske rettigheter det innebærer å ha rollen som nærmeste pårørende. Pasienten/brukeren bestemmer selv hvem som er nærmeste pårørende og kan utpeke flere nærmeste pårørende. Han kan også endre valg av nærmeste pårørende.

Mange er imidlertid pårørende til personer som ikke har helse- og omsorgstjenester. For eksempel kan det skje at en person som er psykisk syk ikke ønsker hjelp. Andre opplever å bli holdt utenfor av den de er pårørende til, og blir ikke involvert i viktige beslutninger. Denne gruppen pårørende må også få støtte til å stå i pårørenderollen over tid.

Mange pårørende ønsker, på tross av situasjonen de står i privat, å delta i arbeidslivet.

[Pårørendeprogrammet](#) gir eksempler på hvordan både leder og kolleger kan bidra til å ivareta og imøtekomme den enkelte pårørende i arbeidslivet.

## JOURNALFØRING

---

**Journalføring ved barn som pårørende:** Helsepersonell skal dokumentere arbeid med mindreårige barn som pårørende til foreldre og søsken i pasientens/brukerens journal. Opplysninger om barna bør dokumenteres på ett sted i journalen for å sikre oversikt og kontinuitet. Følgende skal registreres i pasient/brukers journal; om pasienten/brukeren har mindreårige barn eller søsken, pasientens/brukerens ansvar for barnet, navn og fødselsdata til barnet, om barnet er informert om innleggelse/behandling, om det er gjort vurdering (både av pasienten/brukeren, andre i barnets omgangskrets og helsepersonell) om barnet har behov for oppfølging og om det er godt nok ivaretatt. Det er ikke barnet som er pårørende som mottar helsehjelp og det skal derfor ikke opprettes egen journal på barnet. Barnets rett på helsehjelp følges opp på vanlig måte og mottaker av en eventuell henvisning av barnet oppretter journal på barnet.

**Journalføring ved voksne som pårørende:** Helsepersonell skal journalføre opplysninger om hvem som er nærmeste pårørende og hvordan vedkommende kan kontaktes. Hvis pasienten/brukeren ikke



har samtykkekompetanse, skal det nedtegnes hvem som medvirker på vegne av brukeren. Alle opplysninger fra pårørende som er relevante og nødvendige for pasientens helsehjelp, inkludert opplysninger som begrunner melde- eller opplysningsplikt skal føres i journal.

## PÅRØRENDEINVOLVERING

---

Ansatte skal ha kunnskap om hvilke rettigheter pårørende har til informasjon og medvirkning, og hva som er forskjellen på nærmeste pårørende og øvrig familie, venner og annet nettverk. Det er viktig at ansatte har avklart med pasient/bruker om informasjonsdeling til pårørende.

Det bør legges til rette for en forutsigbar dialog sammen med pasient/bruker og pårørende på et tidlig tidspunkt i møte med tjenester for å avklare forventninger, gjensidig informasjonsflyt og en felles forståelse for pasientens/brukerens situasjon.

Helse- og omsorgstjenesten har en generell veiledningsplikt som innebærer å gi generell informasjon til pårørende både om sykdom, behandling, tjenestetilbud og rettigheter, og sette pårørende i kontakt med pasient- og brukerombud dersom det er nødvendig. Informasjon om sykdom og behandling kan gis på generelt grunnlag når pårørende er kjent med diagnose. Generell informasjon til pårørende krever ikke samtykke fra pasienten/brukeren. Når pasienten/bruker samtykker til det, er helsepersonell fritatt fra taushetsplikten og kan gi nærmeste pårørende informasjon om pasientens/brukerens helsetilstand og helsehjelp. Informasjon om pasientens/brukerens helsetilstand og helsehjelp må gis på en hensynsfull og støttende måte.

Helse- og omsorgstjenesten har plikt til å informere nærmeste pårørende om klagemuligheter, klagefrist, klageinstans og fremgangsmåte ved klage og eventuelt bistå pårørende med å skrive klagen.

Pårørende er en sårbar ressurs og det er viktig at pårørende får anerkjennelse fra ansatte når det gjelder deres innsats for deres nærmeste.

Alle ansatte i kommunalområdene opplæring, omsorg og levekår i Strand kommune, som er i kontakt med pårørende, skal ha kunnskaper om hvordan en møter og ivaretar pårørende og hvilke rettigheter pårørende har.



## STØTTE TIL FAMILIE OG ANDRE

---

Helse og omsorgstjenestene skal være forebyggende og bidra til å fremme helsen hos familie og andre pårørende som over tid har store omsorgsoppgaver og/eller belastninger. Dette gjelder både når pårørende bor sammen med pasienten/brukeren og når pasienten/brukeren bor for seg selv i egen bolig eller institusjon. Pårørendes samlede omsorgsoppgaver, ressurser og belastninger skal kartlegges i forbindelse med tildeling av kommunale helse- og omsorgstjenester til brukeren. Dersom den med helseutfordringer har behov for langvarige og koordinerte helse- og omsorgstjenester, har hen rett til å få utarbeidet en individuell plan med en egen koordinator som leder planarbeidet. Dette kan være et verktøy som er til støtte og hjelp for pårørende.

For å styrke oppfølgingen av utsatte barn, unge og deres familier er det med virkning fra 1. august 2022 vedtatt bestemmelser om samarbeid, samordning, barnekoordinator og individuell plan. Familier som har eller venter barn med alvorlig sykdom, skade eller nedsatt funksjonsevne, og som vil ha behov for langvarige og sammensatte eller koordinerte tjenester og andre velferdstjenester, har rett til barnekoordinator. Kommunen har plikt til å oppnevne en barnekoordinator etter helse- og omsorgstjenesteloven § 7-2 a.

## IVARETA BARN OG UNGE

---

Barn og unge som er pårørende eller etterlatte skal kunne leve sine egne liv. Hjelp og støtte til familier må være fleksibelt og tilpasses den situasjonen de er i. Strand kommune har ansvar for å identifisere og ha systemer som sikrer ivaretagelse og oppfølging av barn og unge som pårørende, samt sikre at ansatte har nødvendig kompetanse og oversikt over lokale støttetiltak. Ingen barn skal måtte ta omsorgsansvar for familie eller andre.

Ansatte skal ha kjennskap til barns rettigheter og regelverk og vite når de er pliktet til å bidra til å ivareta barn som pårørende som beskrevet i [helsepersonelloven § 10 a og b](#). Kommunens [BTS-modell](#) (Bedre tverrfaglig samhandling) kan benyttes for å ivareta barn og unge som pårørende. BTS-modellen er Strand kommunes samhandlingsmodell for arbeidet med barn og unge og skal vise hvordan kommunen arbeider med utsatte barn og unge på alle nivå i kommunen fra øverste nivå med politisk og administrativ ledelse til hvilke tjenester vi har og til den ansattes møte med innbygger. [BTI-veilederen](#) (bedre tverrfaglig innsats) er en del av BTS-modellen og er en generell handlingsveileder som skal hjelpe ansatte å gå fra bekymring og uro for et barn til å handle på bakgrunn av bekymringen. Ansatte i kommunen skal kjenne til at en kan benytte seg av samtykkeskjema utarbeidet i forbindelse med BTI-veilederen som gjør at det kan samarbeides på tvers av tjenestene. Det kan gjelde samarbeid mellom voksentjeneste og barnetjeneste, for eksempel rus/psykiatri og barnehage for at barn som pårørende skal få den oppfølgingen de har behov for.

Det kan midlertid i noen tilfeller være slik at en ikke får samtykke av foreldre/foresatte til å samarbeide på tvers av tjenester eller at barnet får informasjon. Ansatte bør ifølge Pårørendeveilederen snakke med foreldre/foresatte om betydningen av å gi barnet tilpasset informasjon og kontakt med andre



instanser for å ivareta barnet. Dersom foreldre/foresatte fortsatt ikke gir samtykke bør ansatte gjenta informasjonen på et senere tidspunkt. Dersom foreldre/foresatte sier at de vil kontakte andre tjenester selv for å ivareta barnet, kan ansatte etterspør på et senere tidspunkt om foreldre/foresatte har opprettet kontakt som avtalt.

For å ivareta barn og unge som pårørende i Strand kommune er det følgende tilbud/tjenester:

- [Familiens hus](#) – bruk kommunens hjemmeside for å få oppdatert informasjon om tilbud som gis av helsesykepleier, kommunepsykolog og familierapeuter.
- [Fastlege](#)
- [Barnevernstjenesten](#) har som formål å sikre at barn og unge som lever under forhold som kan skade deres helse eller utvikling, får rett hjelp til rett tid, og bidra til at barn og unge får en trygg oppvekst. Bruk kommunens hjemmeside for oppdatert informasjon om barnevernstjenesten.
- [Barnekoordinator](#) for familier med barn med alvorlig sykdom, skade eller nedsatt funksjonsevne, og som vil ha behov for langvarige og sammensatte eller koordinerte helse- og omsorgstjenester og andre velferdstjenester.

## PÅRØRENDE MED INNVANDRERBAGRUNN

---

Familie og slektskapsforhold kan ha ulik betydning for innvandrere med ulike opphavsland. Innvandrere i Norge representerer en rekke ulike former for familiepraksis og forventninger om familieomsorg. Selv om det blant mange er sterke tradisjoner for familieomsorg, er det store variasjoner. En kan ikke regne med et ubegrenset omsorgspotensial blant den yngre generasjon av innvandrere/barn av innvandrere, selv om deres bakgrunn preges av familieorienterte verdier. Erfaring med pårørende til eldre innvandrere viser at pårørende ofte har en sentral rolle som formidlere og brobyggere til omsorgstjenesten. De fungerer som omsorgsgivere, koordinatore, oversettere og kulturformidlere.

Noen innvandrere er flyktninger og en må ta i betraktning at de kan ha en traumatisk bakgrunn. Synet på helse og hjelpesøking påvirkes av hvilken kultur en kommer fra. Det er forskjeller på hva man definerer som sykdom, hvordan man presenterer sin lidelse og hvem man henvender seg til for å få hjelp. Noen flyktninger opplever ikke at de har psykisk uhelse på grunn av flukten, men at de er berørt av en situasjon som gjør at de har det vanskelig.

Ansatte i Strand kommune skal ha kunnskaper om at pårørende med innvandrerbakgrunn av ulike årsaker ikke oppsøker hjelp og at de kan ha et annet informasjonsbehov på bakgrunn av kulturelle forskjeller. Ansatte skal ha kunnskaper om [Tolkeloven](#) og derav også hvilke tolketjenester som kan benyttes.



## MÅL, STRATEGIER OG TILTAK

Strand kommunes pårørendestrategi og mål henger sammen med utfordringsbildet til kommunen og er også styrt av Pårørendeveilederen og Nasjonal pårørendestrategi og handlingsplan.

### MÅL

- Innbyggere skal oppleve livskvalitet og mestring i hverdagen den enkelte står i
- Anerkjenne pårørende som en ressurs
- Ingen barn skal måtte ta omsorgsansvar for familie eller andre

### STRATEGIER

Strand kommune knytter sine satsningsområder opp mot Nasjonal pårørendestrategi og handlingsplan samt egne mål for pårørendearbeidet og konkretiserer dette ved å rette fokus mot:

- Lett tilgjengelig og god informasjon til pårørende og ansatte
- Tidlig identifisering og oppfølging av barn og unge som pårørende
- Bedre informasjon, opplæring og veiledning til pårørende
- Gode rutiner for involvering, mulighet for medvirkning og oppfølging av pårørende
- Identifisere pårørende med innvandrerbakgrunn
- Kompetanseheving blant ansatte om pårørendearbeid
- Tilstrekkelig støtte og avlastning for pårørende
- Bedre oppfølging av etterlatte

### TILTAK

Tiltakene er knyttet sammen med Strand kommunes strategier rettet mot pårørendearbeidet. Dette er en ny plan og det vil her vises en oversikt over tiltak som eksisterer i dag og nye tiltak som settes inn. Noen av tiltakene vil passe inn under flere strategier, men er kun nevnt en gang.

Pårørendeveilederen er satt opp som ansvarlig på mange av tiltakene, og sammen med virksomhetsledere på flere andre. Dette er ment som at pårørendeveilederen skal bistå virksomhetsledere med å finne informasjon som kan benyttes i virksomhetene og derav også er ressursbesparende i virksomhetene.

Lett tilgjengelig informasjon til pårørende og ansatte			
	Tiltak	Ansvar	Frist
1	<b>NY</b> Vedta Sammen om pårørende - pårørendestrategi og handlingsplan for Strand kommune	Kommunestyret	2023



2	<b>NY</b> Publisere brukervennlig versjon av Sammen om pårørende – pårørendestrategi og handlingsplan på kommunens hjemmesider	Pårørendekoordinator	2024
3	<b>NY</b> Opprette ressursperson for pårørendearbeid i aktuelle virksomheter	Virksomhetsleder	2025
4	<b>NY</b> Kontaktliste over organisasjoner og aktuelle hjelpeinstanser for pårørende	Pårørendekoordinator	2023
5	<b>NY</b> Bruk av digitale verktøy som for eksempel DigiHelse, DigiHelsestasjon, elektronisk IP, stafettlogg og/eller andre		2026
6	<b>NY</b> Pårørendekoordinator kan kontaktes for råd og veiledning for ansatte og innbyggere i kommunen		Kontinuerlig
<b>Tidlig identifisering og oppfølging av barn og unge som pårørende</b>			
	<b>Tiltak</b>	<b>Ansvar</b>	<b>Frist</b>
7	<b>NY</b> Utarbeide prosedyre: Barn som pårørende – prosedyre for å fange opp og følge opp	Pårørendekoordinator og rådgiver opplæring/levetår	2023
8	<b>NY</b> Ansatte skal kjenne til og kunne bruke kommunens BTI-veileder	Virksomhetsleder	2024
9	<b>NY</b> Barnekoordinator skal koples inn i komplekse saker		2023
10	<b>NY</b> Barneansvarlig personell i aktuelle virksomheter (kan knyttes opp mot ressursperson pårørende, tiltak nr.3)	Pårørendekoordinator /Virksomhetsleder	2025
11	Konsultasjonsteam mot vold og overgrep		Kontinuerlig
12	Pårørendesamtaler med barn/unge med søsken eller foreldre/foresatte med utfordringer som påvirker barnet/ungdommen i den virksomheten/tjenesten de tilhører. Forutsetter samtykke fra foreldre/foresatte.	Den enkelte ansatte	Kontinuerlig
13	<b>NY</b> Undersøke mulighet for å utvikle gruppetilbud til barn med lignende situasjoner, f.eks. sorggrupper, skilsmissegrupper, gruppe for søsken til barn funksjonsnedsettelse/syke søsken.	Pårørendekoordinator	2025
14	<b>NY</b> Ansatte skal kjenne til at det finnes digitale verktøy som kan benyttes i samtale med barn og unge som for eksempel <a href="#">Snakketøyet</a> , <a href="#">Jeg vil vite</a> eller andre.	Pårørendekoordinator /Virksomhetsleder	Kontinuerlig



15	<b>NY</b> Ansatte oppfordre foreldre/foresatte til å informere f.eks. barnehage/skole/fritidsaktiviteter om barnet er i en vanskelig situasjon	Alle ansatte	Kontinuerlig
<b>Bedre informasjon, opplæring og veiledning til pårørende</b>			
	<b>Tiltak</b>	<b>Ansvar</b>	<b>Frist</b>
16	<b>NY</b> System for informasjon til pårørende i aktuelle tjenester/virksomheter f.eks. sjekklister	Pårørendekoordinator /Virksomhetsleder	Kontinuerlig
17	<b>NY</b> Informasjonsmappe til nye brukere i hjemmesykepleie og rehabilitering	Virksomhetsleder	2024
18	Pårørendesamtale i aktuelle tjenester	Virksomhetsleder	Kontinuerlig
19	<b>NY</b> Bidragsyter ved oppstart av frivillig drevet pårørende/bruker-forening	Pårørendekoordinator/ demenskoordinator	2024
20	Gode forløp knyttet til ulike diagnoser eksempelvis gode demensforløp, pakkeforløp kreft og lignende	Den enkelte virksomhetsleder	Kontinuerlig
21	Ambulerende miljøtjeneste – veiledning til foreldre med barn som er over 18 år og har en funksjonsnedsettelse	Virksomhetsleder	Kontinuerlig
22	<b>NY</b> Undersøke behov og mulighet for å opprette møteplass for pårørende, lavterskeltilbud.	Pårørendekoordinator	2025
23	<b>NY</b> Markere den nasjonale pårørendedagen 22. september	Pårørendekoordinator	Årlig
<b>Gode rutiner for involvering, mulighet for medvirkning og oppfølging av pårørende</b>			
	<b>Tiltak</b>	<b>Ansvar</b>	<b>Frist</b>
24	<b>NY</b> Sikre at virksomhetene har rutiner for pårørendearbeid	Pårørendekoordinator /Virksomhetsleder	2024
25	<b>NY</b> Pårørende- og pasient/brukermøte i den enkelte helse- og omsorgstjenesten	Virksomhetsleder	To ganger årlig
26	Kartlegge pårørendes omsorgsoppgaver, ressurser og belastninger	Ansatte i virksomhetene og ved tildeling av tjenester	Kontinuerlig
27	Samarbeidsutvalg (SU) i aktuelle virksomheter opprettholdes	Virksomhetsledere	To til fire ganger årlig
28	<b>NY</b> IVARETATT? -pårørendeundersøkelse	Pårørendekoordinator	Årlig 1.des- 31.mars
29	<b>NY</b> Bruke resultater fra IVARETATT? til å sette inn nye tiltak for å forbedre tjenestene	Pårørendekoordinator og virksomhetsledere	Kontinuerlig





30	Brukerundersøkelse i aktuelle virksomheter etter behov	Virksomhetsledere	Ved behov
31	Samarbeid med universitet/høyskole med kvalitative undersøkelser i kommunen		Ved aktuelle masterstudier og søkere
32	System for at pårørende kan komme med forbedringsforslag i virksomhet og via kommunens hjemmeside	Pårørendekoordinator/ Virksomhetsledere	2024
33	<b>NY</b> Utarbeide samtykkeskjema for deling av informasjon mellom faginstanser som er involverte i samme sak	Pårørendekoordinator og rådgiver opplæring/levekår	2024
<b>Identifisere pårørende med innvandrerbakgrunn</b>			
	<b>Tiltak</b>	<b>Ansvar</b>	<b>Frist</b>
34	Ansatte bør ha kunnskap om betydning av kulturforskjeller i møte med pårørende og finne kvalitetssikret informasjon på nettsider som <a href="http://abloom.no">abloom.no</a> , <a href="http://transkulturelt.senter.no">transkulturelt senter</a> i tilknytning til SUS, og <a href="http://flyktning.net">flyktning.net</a> i regi av RVTS eller andre	Pårørendekoordinator/ Virksomhetsleder	Kontinuerlig
35	Fortsette med ivaretagelse av familie- og pårørendeperspektivet i Flyktingetjenesten, Flyktingehelsetjenesten og Ryfylke læringscenter	Virksomhetsleder, ressursgruppe for integrering	Kontinuerlig
36	Ansatte skal ha kjennskap til <a href="#">rettighet til tolk</a> og hvilke tolketjenester som kan benyttes	Pårørendekoordinator/ virksomhetsleder	2023
<b>Kompetanseheving blant ansatte om pårørendearbeid</b>			
	<b>Tiltak</b>	<b>Ansvar</b>	<b>Frist</b>
37	<b>NY</b> <a href="#">E-læringskurs</a> om barn som pårørende utviklet av BarnsBeste og Helsedirektoratet. Gjennomføres i virksomheter det er aktuelt	Virksomhetsleder	2024
38	<b>NY</b> <a href="#">E-læringskurs</a> Sett, hørt og forstått – opplæringsprogram om pårørende, kompetansebroen.no. Gjennomføres i virksomheter det er aktuelt	Virksomhetsleder	2024
39	<b>NY</b> <a href="#">E-læringskurs</a> Hva skjer her? Om kommunikasjon med innvandrerpasienter, kompetansebroen.no. Gjennomføres i virksomheter det er aktuelt	Virksomhetsleder	2024
40	<b>NY</b> <a href="#">Pårørendeprogrammet</a>	Pårørendekoordinator/ Virksomhetsleder	Kontinuerlig



41	<b>NY</b> Informere ansatte om, og implementere Sammen om pårørende og Pårørendeveilederen	Pårørendekoordinator/ Virksomhetsledere	2025
42	<b>NY</b> Pårørendearbeid på års-hjul i virksomhetene	Virksomhetsledere	Årlig
43	Bruk av Fuelbox for etisk refleksjon	Virksomhetsledere	Kontinuerlig
<b>Tilstrekkelig støtte og avlastning for pårørende</b>			
	<b>Tiltak</b>	<b>Ansvar</b>	<b>Frist</b>
44	<b>NY</b> Samle informasjon om avlastning på ett sted på kommunens hjemmeside	Pårørendekoordinator	2023
45	Barn og ungdom med nedsatt funksjonsevne: Avlastningsavdeling Langelandsmoen – 4 leiligheter	Virksomhetsleder Miljøtjenesten	Kontinuerlig
46	Barn og ungdom med nedsatt funksjonsevne: Privat avlastning	Virksomhetsleder Miljøtjenesten	Kontinuerlig
47	Psykatri: Jonsok 2 – korttidsbolig med varighet 3-6mnd	Virksomhetsleder psykiatritjenesten	Kontinuerlig
48	Omsorg: en plass på dementavdeling Tautunet og avdeling CH og Rehab på Jonsokberget	Virksomhetsleder Jonsokberget og Tautunet	Kontinuerlig
49	Ambulerende miljøtjeneste – opplæring og veiledning for personer over 18 år med funksjonsnedsettelse	Virksomhetsleder miljøtjenesten	Kontinuerlig
50	Foreldreveiledning for barn med autisme	Virksomhetsleder miljøtjenesten	Kontinuerlig
51	SFA-Skolefritidsavlastning	Virksomhetsleder miljøtjenesten	Ved behov
52	Dagsenter for personer med demens (Det lille dagsenter)	Virksomhetsleder Dementavdelingen	Kontinuerlig
53	Dagsenter for personer med nedsatt funksjonsevne (Torghuset)	Virksomhetsleder Bøkestien og Direktør Poulsonsgate	Kontinuerlig
54	Dagsenter for eldre (Jonsokberget bo- og akt.senter og Tautunet)	Virksomhetsleder Åpenomsorg Jørpeland og Tau	Kontinuerlig
55	Støttekontakt	Virksomhetsleder miljøtjenesten	Kontinuerlig
56	Individuell plan og koordinator for personer med behov for langvarige og koordinerte tjenester	Systemansvarlig Individuell plan	Kontinuerlig



57	KIB-kurs (kurs i belastningsmestring for voksne)	Virksomhetsleder Psykiatritjenesten	Ved behov
58	Familiens hus tjenestene som gis av helsesykepleiere, familierapeuter og kommunepsykolog	Virksomhetsleder Familiens hus	Kontinuerlig
<b>Bedre oppfølging av etterlatte</b>			
	<b>Tiltak</b>	<b>Ansvar</b>	<b>Frist</b>
59	<b>NY</b> Implementere Handlingsplan for forebygging av selvsykdom og selvmord -og ivaretagelse av etterlatte	Virksomhetsleder	2025
60	Tilbud om etterlattsamtale til pårørende i kommunale helse- og omsorgstjenester	Virksomhetsleder	2024
61	Tilbud om oppfølging av psykososialt kriseteam etter kriseteamets retningslinjer		Ved behov
62	Tilbud om livssynsøytral sorggruppe via Den Norske kirke og eventuelt tematiserte interesseorganisasjoner		Ved behov

## ETISKE DILEMMA

Et etisk dilemma er en situasjon som er preget av tvil og usikkerhet og handler om å foreta valg mellom to ubehagelige muligheter. I møte mellom pårørende og fagpersonell kan det oppstå etiske dilemmaer. Derfor er det viktig å ha bevissthet for hvordan en kan håndtere ulike situasjoner. Det kan være forebyggende, skape bedre tillit og dialog med pårørende når en kommer opp i et nytt dilemma. Av den grunn bør det legges til rette for gode etiske refleksjoner.

Eksempler på etiske dilemma der pårørende er involvert kan være:

- Når foreldre/foresatte ikke gir samtykke til at barn som er pårørende kan få informasjon tilpasset deres alder eller at andre instanser kan kontaktes
- Når ungdom mellom 16 og 18 år ikke ønsker å involvere foreldre i alvorlige helse spørsmål
- Når pasient eller bruker ikke vil dele informasjon med sine pårørende og pårørende er fortvilet over å ikke få informasjon
- Når helsepersonellens faglige vurderinger går på tvers av pasientens/brukerens eller pårørendes vurderinger
- Når pårørende har andre ønsker for behandling og/eller oppfølging av pasienten/brukeren enn hva pasienten/brukeren ønsker selv

Regelverk har forrang foran andre hensyn og kunnskap om regelverket er en forutsetning for å håndtere dilemmaene. Andre forutsetninger for å håndtere dilemmaene er erfaring, fagkompetanse, kommunikasjonsferdigheter, evne til å oppnå tillit, og evne til å oppnå samtykke. Etisk bevissthet og



refleksjon hos helsepersonell kan forebygge konflikter, og gi nye perspektiver og løsninger når man opplever et dilemma.

Strand kommune har følgende rutiner for å håndtere etiske problemstillinger:

- Kollegaveiledning, personalmøter, etisk refleksjonsmøter, Fuelbox og lignende



## KILDER

BarnsBeste *Barn som pårørende. Kurs for helse- og omsorgspersonell i kommunen* [E-læringskurs om barn som pårørende – For helse- og omsorgspersonell i kommunen \(helsekompetanse.no\)](#)

Helse- og omsorgsdepartementet. (2021) *Vi – de pårørende. Regjeringens pårørendestrategi og handlingsplan* [Vi – de pårørende \(regjeringen.no\)](#)

Helsedirektoratet. (2017) *Pårørendeveileder* [Pårørendeveileder - Helsedirektoratet](#)

Ingebretsen, R. (2017). Eldre innvandrere og deres pårørende trenger også hjelp. *Tidsskrift for norsk psykologforening*, 54, 64-74.

Kompetansebroen *Hva skjer her? Om kommunikasjon med innvandrerpasienter* [Hva skjer her? Om kommunikasjon med innvandrerpasienter - et e-læringskurs på Kompetansebroen Kompetansebroen](#)

Kompetansebroen *Sett, hørt og forstått – opplæringsprogram om pårørende* [Sett, hørt og forstått - Opplæringsprogram om pårørende - et e-læringskurs på Kompetansebroen Kompetansebroen](#)

NAKU – Nasjonalt kompetansemiljø om utviklingshemming (2021) *Minoritetsbakgrunn* [Minoritetsbakgrunn | Naku](#) (lest 30.01.23)

Pårørendeprogrammet *Nettside for deg som møter pårørende* [Pårørendeprogrammet - for fagfolk, av fagfolk \(parørendeprogrammet.no\)](#)

Strand kommune. (2017) *Strategiplan for folkehelsearbeidet 2017-2022* [Microsoft Word - En friskere hverdag for alle \(strand.kommune.no\)](#)

Strand kommune. (2018) *Trivsel i fokus – oppvekst i Strand 2018-2030* [trivsel-i-fokus-oppvekst-i-strand-2018-2030-endelig-vedtatt-juni-2018.pdf](#)

Strand kommune. (2019) *Handlingsplan for barn som lever i lavinntektsfamilier* [wfdocument.ashx \(onacos.no\)](#)

Strand kommune. (2019) *Plan for helse og omsorg 2019-2025. Helse og omsorg i en ny tid*

Strand kommune. (2019) *Sammen om trivsel - Kommuneplanens samfunnsdel 2019-2035* [Microsoft Word - Komplan samfdel 2019-2035 komvedtak \(strand.kommune.no\)](#)

Strand kommune. (2020) *Budsjett 2020 med økonomi- og handlingsplan 2020-2023* [budsjett-2020.pdf \(strand.kommune.no\)](#)



Strand kommune. (2021) *Handlingsplan for tjenester til mennesker med nedsatt funksjonsevne 2021-2026* [Handlingsplan for mennesker med nedsatt funksjonsevne - Compilo \(ksx.no\)](#)

Strand kommune. (2021) *Rusmiddelpolitisk handlingsplan 2021-2026* [rusmiddelpolitisk handlingsplan.pdf \(strand.kommune.no\)](#)

Strand kommune. (2022) *Bedre tverrfaglig samhandling for barn og unge i Strand kommune* [Strand – BTI – Bedre tverrfaglig samhandling for barn og unge i Strand kommune \(bedreinnsats.no\)](#)

Strand kommune. (2022) *Handlingsplan mot vold i nære relasjoner 2022-2026* [wfdocument.ashx \(onacos.no\)](#)



## VEDLEGG1: NETTRESSURSER, ORGANISASJONER OG AKTUELLE HJELPEINSTANSER FOR PÅRØRENDE

Oversikt over organisasjoner som kan være nyttig for pårørende og helsepersonell. Nettsidene er lenket opp direkte på navnene til organisasjonene.

Oversikt over lokale lag og organisasjoner i Strand kommune finnes på [Foreningsportalen til Frivilligsentralen](#).

Hvem	Beskrivelse	Kontaktinfo
<b>ADHD</b>		
<a href="#">ADHD Norge</a>	En medlems- og interesseorganisasjon for mennesker med ADHD, deres foresatte og familier og andre som har interesse for ADHD-saken. Det finnes på fylkeslag og lokallag.	<a href="mailto:adhd_ryfylke@outlook.com">adhd_ryfylke@outlook.com</a>
<b>Autisme</b>		
<a href="#">Autismeforeningen i Norge</a>	Nasjonal forening med fylkeslag. Medlemmene er personer med autismspekterdiagnose, foreldre, søsken og andre pårørende til personer med diagnosen og fagpersoner, tjenesteytere og andre interesserte	93 80 10 53 <a href="mailto:rogaland@autismeforeningen.no">rogaland@autismeforeningen.no</a>
<b>Barn</b>		
<a href="#">Alarmtelefon for barn og unge</a>	Alarmtelefon for barn og unge som blir utsatt for vold og/eller overgrep.	116 111
<a href="#">Barnepalliativt team SUS</a>	Brukervennlig støttesystem for behandlere som driver med basal barnepalliasjon	<a href="mailto:Barnepalliativt-team@sus.no">Barnepalliativt-team@sus.no</a>
<a href="#">BarnsBeste</a>	Nasjonalt kompetansesenter for barn som pårørende, Sørlandet sykehus	<a href="mailto:barnsbeste@sshf.no">barnsbeste@sshf.no</a>
<a href="#">BURG</a>	Organisasjonen for deg som er barn eller ung med revmatisk sykdom og familien din.	
<a href="#">Foreningen for barnepalliasjon</a>	Nasjonal ressurs for helsepersonell som arbeider med, eller ønsker å arbeide med barnepalliasjon.	38 02 38 02 <a href="mailto:kontakt@barnepalliasjon.no">kontakt@barnepalliasjon.no</a>
<a href="#">Kors på halsen – Røde kors</a>	Kors på halsen er Røde kors samtaletilbud for alle opp til 18 år. Du kan ringe, maile eller chatte og ta opp det som er viktig for deg. Du kan fortelle om alt, både de gode tingene og det du synes er vondt og vanskelig.	





<a href="#">Landsforeningen uventet barnedød</a>	LUB er tilstede gjennom samtaler og oppfølging, kurs og arrangementer om sorg og hva som kan hjelpe. Sorg og støtte, praktiske råd, om barnedød	22 54 52 00 <a href="mailto:post@lub.no">post@lub.no</a> <a href="mailto:lub.rogaland@gmail.com">lub.rogaland@gmail.com</a>
<a href="#">LHL Hjerneslag Barn og ungdom</a>	Interessegruppe for barn og ungdom under 18 år med gjennomgått hjerneslag og deres pårørende	
<a href="#">Løvemammaene</a>	Kampen for barns rettigheter	<a href="mailto:bettina@lovemammaene.no">bettina@lovemammaene.no</a>
<a href="#">Mobbeombud for barnehager og grunnskoler i Rogaland</a>	Støtte og veiledning til barn, elever og foresatte i saker om psykososialt miljø. Jobbe forebyggende med informasjon, skape dialog og bidra til god tverrfaglig oppfølging, også etter at saker er håndtert. Informasjonsressurs og rettleider for tilsatte i barnehage og skole.	51 92 24 38 <a href="mailto:Marit.nygaars.roth@rogfk.no">Marit.nygaars.roth@rogfk.no</a>
<a href="#">Stine Sofies Stiftelse</a>	Skal endre samfunnet gjennom å være modig, kompromissløs og alltid på barnas side. Jobber med å forebygge og avdekke vold og overgrep mot barn- og ivareta de voldsutsatte barna.	37 29 40 90 <a href="mailto:post@stinesofiesstiftelse.no">post@stinesofiesstiftelse.no</a>
<a href="#">Treffpunkt</a>	Møteplass for barn og unge i regi av kreftforeningen. Finnes i Stavanger og Egersund i Rogaland.	<a href="mailto:treffpunkt.stavanger@kreftforeningen.no">treffpunkt.stavanger@kreftforeningen.no</a>
<a href="#">Ung.no</a>	Offentliges informasjonskanal for ungdom.informasjon om ungdommenes rettigheter, muligheter og plikter.	
<a href="#">Unge pårørende</a>	Informasjon og kontaktmuligheter tilpasset barnets alder	
<a href="#">Ventilene – for unge pårørende</a>	Kirkens bymisjon sin satsing på unge pårørende som lever eller har levd i hjem med vanskelige leveforhold	913 58 988 <a href="mailto:ventilene@bymisjon.net">ventilene@bymisjon.net</a>
<a href="#">Vi som har et barn for lite</a>	Livsnøytral organisasjon som har til formål å sikre at alle som mister barn, uansett dødsårsak eller alder, får den hjel de trenger i forbindelse med dødsfallet og i tiden etterpå	974 12 026 <a href="mailto:foreningen@etbarnforlite.no">foreningen@etbarnforlite.no</a>
<a href="#">Voksne for barn</a>	Jobber for at barn og unge skal ha god psykisk helse og gode oppvekstvilkår. Visjon: trygge voksne, trygge barn	48 89 62 15 <a href="mailto:vfb@vfb.no">vfb@vfb.no</a>
<b>Demens</b>		
<a href="#">Nasjonalforeningen for folkehelsen – Rogaland lokallag</a>	Har blant annet pårørendeskole. I Rogaland finnes det 17 helselag og åtte demensforeninger organisert.	23 12 00 00 <a href="mailto:rogaland@nasjonalforeningen.no">rogaland@nasjonalforeningen.no</a>
<b>Fengsel</b>		



<a href="#">FFP – For Fangers Pårørende</a>	Støtte, råd og hjelp til pårørende til innsatte. Aktuelle tema kan være helse, barn, tvil, frustrasjon, fengselsforhold, straffevilkår, dom, økonomi m.m.	22 11 41 30 <a href="mailto:post@ffp.no">post@ffp.no</a>
<a href="#">FFP ung</a>	For barn og unge som har et familiemedlem som sitter i fengsel	22 11 41 30 <a href="mailto:post@ffp.no">post@ffp.no</a>
<a href="#">NKS Veiledningssenter for pårørende i Sandnes</a>	Gratis lavterskeltilbud for pårørende til personer med rusmiddelproblemer. faglig veiledning, råd og informasjon til pårørende av rusmiddelavhengige, med alkohol, narkotika og medikamentrelatert misbruk. Gir også tilbud til pårørende til innsatte i fengsel.	51 66 42 02 <a href="mailto:kontakt@veiledningssenter.no">kontakt@veiledningssenter.no</a>
<b>Nedsatt funksjonsevne, muskel-, skjelett- og smertelidelser</b>		
<a href="#">BURG</a>	Organisasjonen for deg som er barn eller ung med revmatisk sykdom og familien din.	
<a href="#">CP-foreningen</a>	Jobber for å bedre tilbudet og livsvilkårene til personer med CP og deres pårørende. Nasjonal forening med fylkeslag.	<a href="mailto:leder.rogaland@cp.no">leder.rogaland@cp.no</a> <a href="mailto:cpforeningenrogaland@gmail.com">cpforeningenrogaland@gmail.com</a>
<a href="#">FFO – funksjonshemmedes fellesorganisasjon</a>	Paraplyorganisasjon for organisasjoner for kronisk syke, funksjonshemmede og deres pårørende.	
<a href="#">FKS - Foreningen for kroniske smertepasienter</a>	En ideell, livssynsfri og politisk nøytral forening som er landsdekkende og åpen for alle mennesker med kroniske smerter, pårørende og venner, samt andre interesserte	
<a href="#">HBF – Handikappede barns foreldreforening</a>	Landsforening som er tilknyttet Norges Handikapforbund. Jobber for å ivareta interessene til barn med funksjonshemming, deres foreldre og pårørende for å bedre barnas oppvekstvilkår og hele familiens livsvilkår. Alle barn er barn og skal ha lik tilgang på utdanning og meningsfull fritid	92 42 14 88 <a href="mailto:rogaland@hbf.no">rogaland@hbf.no</a>
<a href="#">NFU – Norsk forbund for utviklingshemmede</a>	En viktig pådriver for å bedre levekårene for mennesker med utviklingshemming. Vi er også en viktig høringsinstans i alle saker som berører mennesker med utviklingshemming, nasjonalt og internasjonalt.	22 39 60 50 <a href="mailto:post@nfunorge.org">post@nfunorge.org</a>
<a href="#">Norges ME forening</a>		951 68 388



		<a href="mailto:me.rogaland@hotmail.com">me.rogaland@hotmail.com</a>
<a href="#">NRF - Norsk Revmatikerforbund</a>	Organisasjon for de med revmatiske lidelser og deres pårørende	
<a href="#">Lokallag NRF Strand og omegn revmatikerforening</a>		
<a href="#">UPS &amp; DOWNS Rogaland</a>	For personer mer Downs syndrom og deres familier.	
<b>Hjerte- og karsykdom</b>		
<a href="#">LHL</a>	Helseorganisasjon med 240 lokallag. Informasjon om hjerte- og karsykdommer, lungesykdommer, hjerneslag og allergi.	
<a href="#">Nasjonalforeningen for folkehelsen – Rogaland lokallag</a>	Har blant annet pårørendeskole. I Rogaland finnes det 17 helselag og åtte demensforeninger organisert.	23 12 00 00 <a href="mailto:rogaland@nasjonalforeningen.no">rogaland@nasjonalforeningen.no</a>
<b>Hjerneslag</b>		
<a href="#">LHL hjerneslag barn og ungdom</a>	Interessegruppe for barn og ungdom under 18år med gjennomgått hjerneslag, og deres pårørende.	
<a href="#">LHL Hjerneslag og afasi</a>	Ivaretar slagrammede, personer med annen ervervet hjerneskade og pårørendes interesser.	
<a href="#">LHL hjerneslag ung Rogaland</a>	Tilbud som drives av frivillige rettet mot unge slagrammede og deres pårørende.	47 60 81 56 <a href="mailto:Hjerneslag.ungrogaland@lhl.no">Hjerneslag.ungrogaland@lhl.no</a>
<b>Innvandrere og flyktninger</b>		
<a href="#">KIA Rogaland</a>	Opptatt av at alle skal bli sett, hørt og få mulighet til å finne sin plass i det norske samfunnet. Fokuserer på å finne møteplasser på tvers av kulturer og religionsforskjeller, og jobber for inkludering i menighet og samfunn gjennom holdningsskapende arbeid	<a href="mailto:ruth.marie.keyes@kianorge.no">ruth.marie.keyes@kianorge.no</a>
<a href="#">SEIF Stavanger og omegn</a>	Selvhjelp for innvandrere og flyktninger	51 89 09 90 <a href="mailto:stavanger@seif.no">stavanger@seif.no</a>
<b>Kreft</b>		
<a href="#">Kreftforeningen</a>	Råd hjelp og støtte i situasjonen du står i.	21 49 49 21 <a href="mailto:post@kreftforeningen.no">post@kreftforeningen.no</a>
<a href="#">Kreftomsorg Rogaland</a>	Er du kreftrammet, pårørende eller etterlatt? Hos oss møter du erfarne fagpersoner med tid og kompetanse til å møte deg i den situasjonen du er i akkurat nå. Du trenger ingen henvisning og våre tjenester er gratis.	51 56 79 90 <a href="mailto:post@kreftomsorg.no">post@kreftomsorg.no</a>
<a href="#">Montebellosenteret</a>	Lær å leve med endringer som følge av kreft. Montebellosenteret er en	65 35 11 00



	helseinstitusjon for kreftpasienter og deres pårørende, som tilbyr kursopphold med fokus på livsmestring.	<a href="mailto:post@montebello-senteret.no">post@montebello-senteret.no</a>
<a href="#">Treffpunkt</a>	Møteplass for barn og unge i regi av kreftforeningen. Finnes i Stavanger og Egersund i Rogaland.	<a href="mailto:treffpunkt.stavanger@kreftforeningen.no">treffpunkt.stavanger@kreftforeningen.no</a>
<a href="#">Ung kreft</a>	For kreftrammede og pårørende. rådgivningstjeneste, digitale arrangementer og kurs. Tilsluttet kreftforeningen	post@ungkreft.no
<a href="#">Vardesenteret Stavanger Universitetssykehus</a>	Gratis møteplass i samarbeid med Kreftforeningen for alle som er rammet av kreft	51 51 29 90 <a href="mailto:vardesenteret@sus.no">vardesenteret@sus.no</a>
<b>Parkinson</b>		
<a href="#">Norges Parkinsonsforbund</a>	Nasjonal forening med fylkesforeninger som jobber for mennesker med parkinson og deres pårørende	932 35 514 <a href="mailto:rogaland@parkinson.no">rogaland@parkinson.no</a>
<b>Psykisk helse</b>		
<a href="#">Fransiskushjelpen</a>	Ideel organisasjon i Oslo. Hjelp, lindre og være tilstede.	22 70 76 80 post@fransiskus.no
<a href="#">Human-etisk forbund</a>	Markerer livets store milepæler – og forsvarer friheten til å selv bestemme hvordan vi vil leve livet vårt.	23 15 60 00 <a href="mailto:human@human.no">human@human.no</a>
<a href="#">Kirkens SOS Rogaland</a>	Døgnåpen tjeneste om du har behov for å prate eller chatte. Kan være anonym.	22 40 00 40
<a href="#">Kriser.no</a>	Hvordan håndtere en krisesituasjon ved f.eks. ran, voldtekt og seksuelle overgrep, selvmord, alvorlige sykdommer, mord, krybbedød eller brå barnedød, seksuelle overgrep mot barn og ulykker.	
<a href="#">Krisesenteret i Stavanger</a>	Skal gi tilbud til fysisk, psykisk og seksuelt mishandlede kvinner, menn og deres barn, her innunder også individer utsatt for tvangsekteskap eller menneskehandel.	51 53 06 23 ksis@stavanger.kommune.no
<a href="#">Landsforeningen for pårørende innen psykisk helse – LPP</a>	Pådriver for å styrke tilbudet innen psykisk helsevern ved en bedret kommunikasjon mellom brukere, pårørende, behandlere og myndigheter.	22 49 19 22 <a href="mailto:lpprogaland@lpp.no">lpprogaland@lpp.no</a>
<a href="#">Mental Helse</a>	Døgnåpen tjeneste for alle som trenger noen å snakke med eller skrive med	Hjelpetelefon 116 123 Arbeidslivstelefonen 225 66 700



		<a href="mailto:post@mentalhelse.no">post@mentalhelse.no</a> <a href="mailto:rogaland@mentalhelse.no">rogaland@mentalhelse.no</a>
<a href="#">ROS Rogaland Rådgivning om spiseforstyrrelser</a>	En møteplass for personer som trenger noen å snakke med når forholdet til mat, kropp, vekt og trening har blitt en belastning i hverdagen. Brukerorientert lavterskeltilbud.	948 17 818 <a href="mailto:rogaland@nettros.no">rogaland@nettros.no</a>
<a href="#">Selvhjelp Norge</a>	Nasjonalt kompetansemiljø for selvorganisert selvhjelp. Bli med i en selvhjelpsgruppe eller starte en selvhjelpsgruppe. Finnes regionale selvhjelpsgrupper.	981 02 067 <a href="mailto:karik@selvhjelp.no">karik@selvhjelp.no</a>
<a href="#">Si det med ord</a>	Et nettilbud til alle som foretrekker å skrive om det som er vanskelig i livet	
<b>Pårørende</b>		
<a href="#">PIO Pårørendesenteret i Oslo</a>	Landsdekkende rådgivningstelefon for pårørende uavhengig av diagnose. Pårørendesenteret tilbyr kunnskap, tips og råd, kontaktinformasjon til lokal hjelp samt oversikt over rettigheter	22 49 19 22 <a href="mailto:post@piosenteret.no">post@piosenteret.no</a>
<a href="#">Pårørendesenteret</a>	Nasjonalt ressurscenter for deg som pårørende, med lokasjon i Stavanger	90 90 48 48 <a href="mailto:post@parorendesenteret.no">post@parorendesenteret.no</a>
<a href="#">Unge pårørende</a>	Informasjon og kontaktmuligheter tilpasset barnets alder, knyttet opp mot pårørendesenteret	
<a href="#">Ventilene – for unge pårørende</a>	Kirkens bymisjon sin satsing på unge pårørende som lever eller har levd i hjem med vanskelige leveforhold	913 58 988 <a href="mailto:ventilene@bymisjon.net">ventilene@bymisjon.net</a>
<a href="#">Ønsketransporten</a>	Bidragstyper til gode opplevelser som ellers ikke ville latt seg gjøre, samt gjennomføre forsvarlig transport og bistå med kompetent følge ved ulike anledninger, hvor sykdom eller skade ellers ville satt en stopper for deltakelse. Holder til på Nærbø.	901 80 719 <a href="mailto:post@onsketransporten.no">post@onsketransporten.no</a>
<b>Rehabilitering</b>		
<a href="#">Interkommunalt ambulant rehabiliteringsteam (IKART)</a>	Spesialisert tverrfaglig team som jobber klinisk sammen med bostedskommunens fagpersoner der brukeren bor eller oppholder seg. For brukere mellom 18-70år med omfattende rehabiliteringsbehov	51 50 81 00 <a href="mailto:helsehuset@stavanger.kommune.no">helsehuset@stavanger.kommune.no</a>
<a href="#">Rehabiliteringstelefonen</a>	Informasjon og veiledning om tjenester og tilbud innen habilitering og rehabilitering i den helseregionen du bor	800 300 61



<b>Rus</b>		
<a href="#">A-larm</a>	Støtte til pårørende berørt av andres rusbruk	480 78 371 <a href="mailto:vigdis@a-larm.no">vigdis@a-larm.no</a>
<a href="#">Blå Kors kompasset</a>	Gratis råd, terapi og veiledning for pårørende mellom 13-35 år som har vokst opp i et hjem med alkohol- eller andre rusproblemer. Landsdekkende med lokalkontor i Sandnes	22 03 27 40 <a href="mailto:post@blakors.no">post@blakors.no</a>
<a href="#">NKS Veiledningssenter for pårørende i Sandnes</a>	Gratis lavterskeltilbud for pårørende til personer med rusmiddelproblemer. faglig veiledning, råd og informasjon til pårørende av rusmiddelavhengige, med alkohol, narkotika og medikamentrelatert misbruk.	51 66 42 02 <a href="mailto:kontakt@veiledningssenter.no">kontakt@veiledningssenter.no</a>
<b>Selv mord</b>		
<a href="#">Kirkens SOS</a>	Døgnåpen tjeneste om du har behov for å prate eller chatte. Kan være anonym	22 40 00 40
<a href="#">LEVE Rogaland Landsforeningen for etterlatte ved selvmord</a>	Tjeneste som er bemannet av frivillige og tar opp tema rundt selvmord og etterlatte.	47 71 79 12 <a href="mailto:leverogaland@gmail.com">leverogaland@gmail.com</a>
<a href="#">Mental helse</a>	Døgnåpen tjeneste for alle som trenger noen å snakke eller skrive med.	Hjelpetelefon 116 123 Arbeidslivstelefonen 225 66 700 <a href="mailto:post@mentalhelse.no">post@mentalhelse.no</a> <a href="mailto:rogaland@mentalhelse.no">rogaland@mentalhelse.no</a>
<a href="#">Unge LEVE</a>	For og med unge etterlatte og berørte ved selvmord, hovedsakelig 15-35 år. Ingen skal måtte stå alene i sorgen.	
<a href="#">Nasjonalt senter for selvmordsforskning og -forebygging</a>	Formidler av krisehjelp-informasjon	22 84 46 50 <a href="mailto:admin@klinmed.uio.no">admin@klinmed.uio.no</a>
<b>Tourette</b>		
<a href="#">Norsk Tourette Forening</a>	Landsdekkende interesseorganisasjon med fylkeslag som arbeider for kunnskap om- og forståelse for Tourettes syndrom og kroniske ticstilstander.	
<b>Vold og seksuelle overgrep</b>		
<a href="#">Alternativ til Vold - ATV</a>	Behandlings- og kompetansesenter på vold, med særlig vekt på vold i nære relasjoner. Målgruppe: barn og unge under 18 år som har levd med vold i familien. Voksne som har blitt utsatt for eller levd med vold i familien, Menn og	51 93 43 43 <a href="mailto:stavanger@atv-stiftelsen.no">stavanger@atv-stiftelsen.no</a>



	kvinner over 18 år som utøver vold enten mot partner eller barn. Lavterskeltilbud som kan kontaktes direkte uten henvisning.	
<a href="#">Din utvei</a>	Nasjonalt veiviser ved vold og overgrep. Kvalitetssikret informasjon om vold i nære relasjoner, voldtekt og andre seksuelle overgrep	22 59 55 00 <a href="mailto:kontakt@dinutvei.no">kontakt@dinutvei.no</a>
<a href="#">Hjelpetelefon for seksuelt misbrukte</a>	Hjelper seksuelt misbrukte personer, incestutsatte og deres pårørende	800 57 000
<a href="#">Kompetansesenter mot tvangsekteskap, kjønnslemlestelse og negativ sosial kontroll</a>	Nasjonalt tverretattlig fagteam som bistår hjelpeapparatet i konkrete saker om tvangsekteskap, kjønnslemlestelse eller andre former for æresrelatert vold	478 090 50 <a href="mailto:kompetanseteamet@bufdir.no">kompetanseteamet@bufdir.no</a>
<a href="#">Nok.Norge</a>	Jobber for at personer som har vært utsatt for seksuelle overgrep og deres pårørende skal få et likeverdig tilbud uansett hvem de er og hvor de bor i landet	51 97 19 00 <a href="mailto:Post@nok-sorvest.no">Post@nok-sorvest.no</a>
<a href="#">RVTS</a>	Ressurssenter om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging	
<a href="#">Stine Sofies Stiftelse</a>	Skal endre samfunnet gjennom å være modig, kompromissløs og alltid på barnas side. Jobber med å forebygge og avdekke vold og overgrep mot barn- og ivareta de voldsutsatte barna.	37 29 40 90 <a href="mailto:post@stinesofiesstiftelse.no">post@stinesofiesstiftelse.no</a>
<a href="#">Støttesenter for kriminalitetsutsatte (Politiet)</a>	Har du vært utsatt for kriminelle handlinger? Det kan for eksempel være vold, seksuelle overgrep eller krenkelser av din personlige frihet.	Har du vært utsatt for kriminelle handlinger? Det kan for eksempel være vold, seksuelle overgrep eller krenkelser av din personlige frihet.
<a href="#">Utsattmann</a>	Drives av menn som selv ble utsatt for vold og seksuelle overgrep	
<a href="#">Vern for eldre</a>	Nasjonalt kontaktteléfono for personer over 62 år som er utsatt for vold og overgrep. Pårørende eller andre som har mistanke om vold og overgrep mot eldre, kan også ringe.	800 30 196
<a href="#">Vold- og overgrepslinjen</a>	En hjelpelinje for deg som opplever vold eller overgrep i nære relasjoner	116 006

Se flere nasjonale tilbud på [Pårørendesenteret.no](http://Pårørendesenteret.no)



Utarbeidet i samarbeid med

