

SALEM



Så överlever du krisen

- Även om det är zombier som attackerar!



Salems
kommun

Sänkta avgifter
i kulturskolan

Fira national-
dagen i Salem

Stöd till den
som stödjer



Angelina Schill Rizzo och Johan Adam hjälper Salems ungdomar.

MiniMaria arbetar mot ungas missbruk

MiniMaria är ett samarbete mellan Salems kommun och Stockholms läns landsting som arbetar mot missbruk hos ungdomar.

Johan Adam och Angelina Schill Rizzo har arbetat på MiniMaria sedan de flyttade till de nuvarande lokalerna 2011. Deras arbete går ut på att hjälpa unga mellan 13–20 som har problem med missbruk.

Den stora utmaningen för MiniMaria är oftast att hitta orsakerna till missbruket, eftersom missbruket för det mesta är ett symptom på ett större problem. MiniMarias arbete börjar likadant med alla ungdomar, då de har en utvärderingsperiod på 4–5 veckor där de tar drogtest och kartlägger hur faktorer som riskbeteendet ser ut hos ungdomen. Efter denna period träffar de föräldrar och andra vuxna för att diskutera resultatet av utvärderingen.

Hur vi väljer att gå vidare beror på vad som framkommit. Ibland avslutar vi efter första perioden och så får de höra av sig igen om det skulle uppkomma en ny oro. Det kanske finns ett annat hjälpbehov. Man kanske har större behov av psykiatri eller så kan det också vara föräldrarna som är oroliga och vill att de ska fortsätta gå här, även fast vi kanske inte känner någon oro, säger Angelina Schill Rizzo, specialistsjuksköterska.

Vad ett missbruk är anser Johan Adam är något som ofta kan missförstås, eftersom det ofta förknippas med olagliga preparat. Men på MiniMaria har de mött personer som haft missbruk av lagliga preparat som värtabletter, alkohol och mediciner som är

avsedda för psykisk ohälsa.

Missbruk kan se ut på många sätt och bero på mycket. Det finns egentligen inget facit eller allmän förklaring som kan användas när det gäller missbruk. MiniMarias arbete finns till för dem som är i ett missbruk som vill bryta sig ur det. Många av ungdomarna väljer att gå till dem för att de inte vill göra sina föräldrar ledsna eller oroliga, eller så vill de bara bli rena för sin egen skull. Kravet för att få gå hos MiniMaria är att man själv vill bli ren.

Jag kan garantera att ingen av de ungdomar vi träffat suttit som barn och tänkt att de ska börja missbruka när de blir äldre. Någonstans har man avvikit från sin livsplan och hamnat i ett läge där man absolut inte ska vara. Vi vill få dem tillbaka på banan igen, säger Johan Adam, ungdomsbehandlare.

Kontakt: Johan Adam, ungdomsbehandlare, 08-532 598 09, johan.adam@salem.se.

I detta nummer

MiniMaria arbetar mot ungas missbruk	2	Hur överlever du en zombieapokalyps?	4	Kalendarium	7
Europavalet 2019	3	Att tänka på innan du eldar	6	Anneli stödjer den som stödjer	8
Språkvänner via Mat&Prat	3	Sänkta kursavgifter för kulturskolan	6	Mycket nytt på byggfronten	8

Europavalet 2019

Valet till Europaparlamentet hålls den 26 maj. Du som är röstberättigad har flera alternativ för hur du kan rösta. Nytt för i år är förtidsröstning på Villa Skönvik.

Söndagen den 26 maj är det dags för ett nytt val till Europaparlamentet. För att få rösta i valet krävs att du fyller 18 år senast på valdagen, att du är svensk medborgare eller folkbokförd i Sverige. På ditt röstkort framgår även vilken vallokal du ska gå till på valdagen.

Förtidsröstningen i Salem sker i Murgrönans foajé och pågår från den 8 maj till kl 21 på valdagen. Under utvalda datum kan du dessutom förtidsrösta på Villa Skönvik. För att få förtidsrösta behöver du ta med ditt legitimation och röstkort. Om du inte har ditt röstkort kan du få ett utskrivet av vissa vallokaler. Du kan även ta kontakt kommunen eller Valmyndigheten. Mer information om



Kom ihåg att rösta i valet till Europaparlamentet, antingen i din vallokal den 26 maj eller så förtidsröstar du.

valet och hur du kan rösta på finns på www.val.se. Om du inte har möjlighet att rösta på grund av sjukdom, ålder eller liknande kan du rösta genom ett bud, kontakta kommunen för mer information.

Kontakt: Linnea Edström, Kommunsekreterare, 08-532 598 11 linnea.edstrom@salem.se



Fatima och Sanna, språkvänner genom Språkvän i Salem sedan ett halvår, passar på att träffas tillsammans med barnen på Mat & Prat.

Lär känna dina grannar med Mat&Prat

Tidigare har det bjudits på tacos och arabisk gryta. Denna fredagskväll i mars samlades 70 vuxna och barn kring ett svenskt smörgåsbord. Sillen gick inte hem hos alla, men stämningen var på topp!

Ett par gånger per termin bjuder Språkvän i Salem och Skogsängskyrkan in till Mat&Prat. Här träffas nyanlända och etablerade Salem- och Rönningebor för att äta, umgås och prata svenska tillsammans.

Det är ett bra sätt att lära känna andra Salemsbor, tycker Nasir, som kom till Salem

som flykting 2018 och redan kan konversera på enkel svenska.

Förhoppning om utökat nätverk

Att kunna språket och att ha ett nätverk underlättar enormt för att man som nyanländ ska komma in i det svenska samhället. Förhoppningen är att aktiviteter som Mat&Prat och Språkvän i Salem ska bidra till det, säger Victoria Berglund, integrationssamordnare i Salems kommun och projektledare för Språkvän i Salem. Språkvän i Salem finns på facebook och på www.salem.se/sprakvan.

Kontakt: Wictoria Berglund, wictoria.berglund@salem.se, 08-532 598 20.

Dags att nominera Årets företagare

Passa på att nominera dig själv eller någon annan företagare till Årets företagare i Salem. Mejla din nominering till kurt.stahl@karisma.se eller marlene@ackland.se senast den 10 maj. Styrelsen för Företagarna Botkyrka-Salem utser vinnaren och priset delas ut under Salemsdagen i Skönviksparken i Rönninge den 31 augusti. Mer information finns på www.foretagarna.se/foreningar/botkyrka-salem. 2018 gick utmärkelsen Årets företagare i Salem till Pia Andersson, vd för Pia Andersson Fastighetsbyrå.

Salem Centrum får nytt parkeringssystem

I början av sommaren får den stora parkeringsplatsen vid Salem Centrum nytt parkeringssystem. Måndagen den 3 juni byter Salem Centrum tillsammans med Q-park ut det gamla systemet mot ett nytt för att öka tillgängligheten. Det kommer fortfarande att vara två timmars fri parkering och du som kund löser din parkering genom att trycka in ditt registreringsnummer i någon av de två nya automaterna på parkeringsplatsen.



Fira Valborg på hemmaplan

Valborgsmässofirande i Skönviksparken

Årets Valborgsmässofirande kommer vara utspritt över hela kommunen. Firandet i Skönviksparken kommer att bestå av underhållning med Rickard Broberg, kommunstyrelsens ordförande Lennart Kalderén håller ett vårtal och kören Soulfull kommer sjunga. Klockan 20.45 tänds Valborgsmässoelden på Flaten. Det kommer dessutom finnas ett tivoli i Skönviksparken som är öppet 19.30 till 22. Det kommer även att finnas ett tivoli på Säby bollplan i Salems Centrum som är öppet både på valborgsmässoafton 12–23 och första maj 12–18. Salems hembygdsförening serverar kaffe på Villa Skönvik mellan klockan 18–21. Arrangörer för dagen är Salems IF och Salems kommun.

- 34 procent av de tillfrågade vet inte vad de ska göra när de hör signalen för viktigt meddelande till allmänheten, "Hesa Fredrik".
- Numera kan viktigt meddelande till allmänheten även skickas ut via sms.
- 0,75 kvadratmeter är ytan du får i ett skyddsrum.
- 68 procent av befolkningen får samtidigt plats i Sveriges alla skyddsrum.

Visste du att...

...under vecka 19 genomförs, för tredje året i rad, den nationella krisberedskapsveckan. #krisberedskapsveckan

Hur överlever du en zombieapokalyps?

Att förbereda sig för en katastrof innebär att man förbereder sig för det okända. Men hur förbereder man sig för en zombieapokalyps? Herman Geijer är Sveriges främsta zombieöverlevnadsexpert och han både föreläser och har skrivit flera böcker om hur man överlever zombier och katastrofer.

Enligt Herman Geijer så är det viktigt att skilja på vad som är en kris och vad som är en apokalyps. Eftersom en kris oftast är tillfällig medan en apokalyps är permanent. Det är en av sakerna som gör en zombieapokalyps svår att jämföra med andra kriser.

- I en zombieapokalyps går allt snett och alla människor blir farliga, vilket de inte blir i andra kriser, säger Herman Geijer.

När en kris först händer är det, enligt forskning, vanligt att man rättfärdigar det som händer genom bortförklaringar eller på andra sätt inte tar till sig situationen. Därför är ofta människor passiva när de istället borde söka sig till säkerhet. Enligt Herman Geijer så är detta något som skulle vara ett större problem än vanligt under en zombieapokalyps. Eftersom zombier blivit vanligare i alla former av underhållning så finns det en ökad känsla för att något sådant aldrig skulle kunna hända. Herman Geijer jämför det med en jordbävning.

- En jordbävning i Sverige är osannolik, men det är ändå något som majoriteten av befolkningen känner till och kan därför acceptera det på annat sätt.

Att förbereda sig inför en zombieapokalyps skiljer sig inte så mycket ifrån en vanlig kris. Utan skillnaderna finns i hur man ska bete sig. I normala krislägen kan det vara en god idé att söka upp vanliga tillflyktsställen som

sjukhus, kyrkor och moskéer. Eftersom man kan få skydd och hjälpa varandra.

- När det gäller zombier så är smittorisken mycket högre ju fler människor som befinner sig på en plats, säger Herman Geijer.

Men bara för att man kan bli smittad så innebär det inte att man måste överge alla andra människor. Att hålla ihop i en mindre grupp kan vara en väldigt god idé om man måste ge sig iväg från sitt hem. Eftersom man kan hjälpas åt och arbeta tillsammans för att hitta säkerhet, medicin eller vad man nu kan tänkas behöva.

Information är enligt Herman Geijer det viktigaste om en zombieapokalyps skulle inträffa. Den viktiga informationen är tvådelad när det gäller själva zombieapokalypsen. Först och främst är det viktigt att veta varifrån zombierna kommer. Bara att veta om zombierna kommer från norr eller söder kan vara helt avgörande för om man är säker nog att stanna eller om man måste ge sig av. Den andra typen av information är vilken typ av zombier som smittan skapar, eftersom det är avgörande för vilka steg man bör ta för att överleva.

- Om det är långsamma zombier så ska man försöka lämna tätbefolkade områden, men om det är snabba så kan det vara bättre att stanna inne i storsäderna och barrikera sig hemma om man kan, säger Herman Geijer.

Herman Geijer menar dessutom att vi i

Sverige har goda chanser att klara oss om en zombieapokalyps skulle inträffa om man jämför med andra länder. En stor del av detta menar han är det faktum att vi är ganska få i landet i jämförelse med Sveriges yta. Det gör att det finns mycket mark man kan gömma sig på om man helt och hållet måste lämna civilisationen.

- I Sverige har vi även en mycket högre tillit till varandra och till våra myndigheter. Men länder där dem inte har samma tillit eller kanske inte ens någon tillit alls skulle det gå snett mycket fortare, säger Herman Geijer.

En zombieapokalyps är svår att förutse och svår att förbereda sig för, särskilt med tanke på att zombier, vad vi vet, inte finns. Herman Geijer menar att man inte behöver förbereda sig mycket mer än om man förbereder sig för andra kriser. Istället är det viktigt att man anpassar sig efter situationen när den händer. Så för att slippa bli överraskad av en zombieattack eller annan kris rekommenderar vi att du läser den utskickade broschyren Om krisen eller kriget kommer. Du kan även läsa och beställa den på msb.se.

■ **Kontakt:** Victoria Skynäs, Säkerhets-samordnare, 08-532 598 37, victoria.skynas@salem.se.

Varningssignaler vid kris "Hesa Fredrik"

I nödlägen används ett varningssystem där man kan höra tjut genom utomhustyfoner som kallas för "Hesa Fredrik". De finns utplacerade i de flesta större orter samt vid Sveriges kärnkraftverk. Signalerna från dessa kommer i fyra former:

- **Viktigt meddelande till allmänheten**, består av signaler på 7 sekunder sedan uppehåll på 14 sekunder. Om du hör dessa bör du gå inomhus, stänga dörrar, ventilation och fönster. Sedan lyssna på Sveriges Radio P4 som har i uppgift att ge samhällsinformation.
- **Beredskapslarm**, är ett sätt för regeringen att varna om att

det råder omedelbar krigsfara eller att landet är i krig. Då tjuter en signal på 30 sekunder och sedan uppehåll på 15 sekunder, som upprepas. Om du hör denna signal bör du göra dig redo att ge dig av från bostaden, samla ihop det allra viktigaste; varma kläder, något att äta och dricka samt ID-handlingar.

- **Flyglarm**, denna signal betyder att du omedelbart bör söka skydd i ett skyddsrum eller källaren i den byggnad där du befinner dig. Detta larm består av flera korta signaler under en minuts tid.
- **Faran över**, detta larm består av en oavbruten signal på 30 sekunder och innebär att faran är över.



Information är enligt Herman Geijer det viktigaste om en zombieapokalyps skulle inträffa.



Hur får du information vid en kris?

Information kan vara avgörande för hur man bör agera oavsett vilken kris det handlar om.

Vid en kris kan du hitta information genom:

- Sveriges Radio P4
- www.krisinformation.se
- www.sverigesradio.se
- www.svt.se
- www.salem.se
- Nationellt informationsnummer vid kriser: 113 13
- Salems kommun: 08-532 598 00

Förbered dig

Förutom att känna till vilka källor du kan vända dig till för information så kan det även vara bra att ha sätt att få tag på denna information. Det kan du förbereda dig för genom att skaffa:

- En radio som drivs genom vev, solceller eller batteri.
- Extrabatteri/powerbank till bland annat mobiltelefon.
- Bilradio.
- Laddare till mobiltelefon som kan användas i en bil.
- Papperslista med viktiga telefonnummer.

Vill du studera på Komvux i höst?

Anledningen till att studera på komvux kan vara för att skaffa sig en gymnasieexamen eller för att läsa in ämnen som saknas för att få behörighet till vidare studier. För dig som vill studera på Komvux i höst är ansökningsperioden mellan den 7 till 25 maj. Kurserna startar sedan den 6 augusti. Mer information kan du hitta under fliken vuxenutbildning på www.salem.se. Om du har frågor eller behöver hjälp med ansökan så är du välkommen att boka ett möte genom att maila komvux@salem.se eller genom att ringa till 08-532 597 28.

Informationsträff om stöd och service för vissa funktionshindrade (LSS)

Salems kommun bjuder in till en informationsträff för er som bor i kommunen och vill veta mer om LSS. Träffen syftar till att ge dig mer information om vilket stöd som finns för personer inom LSS att ansöka om och hur du ansöker. Vid informationsträffen kan den som vill stanna kvar och ställa frågor till våra LSS-handläggare.

Anmäl dig gärna till:
linbjj@salem.se

Var: Lokal Bergaholm, Salems kommunhus

När: Måndag 20 maj kl. 17–18.

Det bjuds på kaffe, te och macka. Välkommen!

Nationaldagsfirande i Salems kommun

Den 6 juni firar vi nationaldagen tillsammans i Säbylunden vid Salems centrum. Programmet för dagen kommer att pågå mellan kl. 13–15 och det kommer att bjudas på uppträdanden från bland annat Kulturskolan och Rönninge rabarber. För alla barn kommer Jompa att framträda med musik. Under dagen delas årets kulturstipendium ut, ett vårtal kommer att hållas och nationalsången sjungas. Konferencier för dagen är Marit Eriksson som dessutom håller i allsången.

Att tänka på innan du eldar

Våren närmar sig och det betyder att fler vill ut i naturen och grilla. Generellt är detta tillåtet, men det finns flera saker som du bör tänka på innan du ger dig av.

Innan du börjar grilla eller tänder en eld bör du först och främst ta reda på om det råder eldningsförbud på platsen där du befinner dig. Ett eldningsförbud kan gälla under senvåren och sommaren om det varit torrt en längre tid vilket innebär en större brandrisk. Undvik också att elda om det blåser kraftigt, eftersom det lätt kan få elden att spridas.

Om du eldar är det viktigt att du håller dig till mark som har en lägre brandrisk. Dessa innefattar grus- eller sandmark och där du har tillgång till vatten som du kan släcka elden med. Innan du lämnar platsen är det viktigt att du ser till att elden slocknat ordentligt. Detta gör du bäst genom att först låta elden brinna ut. Släck sedan med vatten och rör om tills glöden slocknar. Gräv sedan upp marken under askan tills ingen glöd eller rök finns kvar. Läs mer på www.salem.se/eldning.



Nu sänker vi avgifterna med mer än hälften av dagens kostnad för kulturskolan i Salems kommun.

Sänkta kursavgifter för kulturskolan

Från 1 400 till 600 kronor för att lära sig spela ett instrument eller öva upp sin sångförmåga - det är två exempel på hur kulturskolans terminsavgifter kraftigt sänks de kommande tre åren.

Den 21 februari klubbade kommunfullmäktige i Salems kommun igenom att terminsavgifterna på kulturskolan kraftigt sänks de närmsta åren. Sänkningen sker i tre etapper från och med våren 2019 till och med år 2021. Avgifterna sjunker rejält för alla kurser på kulturskolan - 2021 kommer det till exempel kosta 400 kronor att gå kurser i teater, dans och bild och form jämfört med dagens 1 000 kronor. Även avgiften för att hyra instrument sänks. Det kommer vara fortsatt gratis att gå i kultur-

skolans prova-på-verksamhet under 2019 - i och med de sänkta avgifterna för resten av kursutbudet hoppas kommunen att fler barn och ungdomar har möjlighet att börja i någon av kulturskolans ordinarie kurser efter att ha gått en prova-på-kurs.

- Vår kulturskola har hållit och håller en hög kvalitet och har en mycket offensiv verksamhet. Men det kan bli ganska dyrt, speciellt för familjer med flera barn som vill delta. Kulturskolan har en viktig samhällsfunktion som komplement till skolan och andra fritidsaktiviteter och det är angeläget att avgifterna inte är oöverstigligen. Så nu sänker vi avgifterna successivt till en nivå lika med genomsnittet i landet, säger Lennart Ejenäs (M), ordförande i barn- och utbildningsnämnden i Salems kommun.



På G i Salems: april–juni

Listan visar ett axplock av allt som händer i Salems kommun. Vi reserverar oss för ändringar och eventuella felskrivningar. Mer information om evenemangen finns på www.salem.se

Nationaldagsfirande i Salems kommun

Den 6 juni firar vi nationaldagen tillsammans i Säbylunden vid Salems centrum klockan 13.



Bibliotek och bio

Maj

2 Torsdagshäng 8-13 år, kl. 15, Salems bibliotek.

5-22 Utställning Susanne Tall och Karin Eriksson- "Flow life", Salems bibliotek

6 Sångkul för bebisar 0-1 år, kl. 10, Salems bibliotek.

6 Stick- och handarbetscafé, kl. 15, Salems bibliotek.

6 Ekonomisk rådgivning, kl. 16.30–18.30, Salems bibliotek.

6 Språkcafé, kl. 15, Salems bibliotek.

9 Boklunch, kl. 12, Salems bibliotek.

9 Torsdagshäng 8-13 år, kl. 15, Salems bibliotek

13 Stick- och handarbetscafé, kl. 15, Salems bibliotek.

13 Språkcafé, kl. 15, Salems bibliotek.

16 Torsdagshäng 8-13 år, kl. 15, Salems bibliotek.

16 Tordagscirklern, kl. 17, Salems bibliotek.

20 Stick- och handarbetscafé, kl. 15, Salems bibliotek.

20 Språkcafé, kl. 15, Salems bibliotek.

22 Allsångkarneval, kl. 10, Säbylunden.

23 Torsdagshäng 8-13 år, kl. 15, Salems bibliotek.

24 "Aladdin", kl. 19, Murgrönan.

27 Stick- och handarbetscafé, kl. 15, Salems bibliotek.

27 Språkcafé, kl. 15, Salems bibliotek.

30 Torsdagshäng 8-13 år, kl. 15, Salems bibliotek.

Juni

3 Ekonomisk rådgivning, kl. 16.30–18.30, Salems bibliotek.

4 Utställning Salems Snapshots invigning, Salems bibliotek

6 Nationaldagsfirande, kl. 13, Säbylunden.

6 Torsdagshäng 8-13 år, kl. 15, Salems bibliotek.

12 Bokrea på biblioteket, kl. 10, Salems bibliotek, pågår hela sommaren.

13 Torsdagshäng 8-13 år, kl. 15, Salems bibliotek.

20 Torsdagshäng 8-13 år, kl. 15, Salems bibliotek.

27 Torsdagshäng 8-13 år, kl. 15, Salems bibliotek.

27 Torsdagshäng 8-13 år, kl. 15, Salems bibliotek.

27 Torsdagshäng 8-13 år, kl. 15, Salems bibliotek.

27 Torsdagshäng 8-13 år, kl. 15, Salems bibliotek.

27 Torsdagshäng 8-13 år, kl. 15, Salems bibliotek.

27 Torsdagshäng 8-13 år, kl. 15, Salems bibliotek.

27 Torsdagshäng 8-13 år, kl. 15, Salems bibliotek.

27 Torsdagshäng 8-13 år, kl. 15, Salems bibliotek.

27 Torsdagshäng 8-13 år, kl. 15, Salems bibliotek.

27 Torsdagshäng 8-13 år, kl. 15, Salems bibliotek.

27 Torsdagshäng 8-13 år, kl. 15, Salems bibliotek.

27 Torsdagshäng 8-13 år, kl. 15, Salems bibliotek.

27 Torsdagshäng 8-13 år, kl. 15, Salems bibliotek.

27 Torsdagshäng 8-13 år, kl. 15, Salems bibliotek.

27 Torsdagshäng 8-13 år, kl. 15, Salems bibliotek.

27 Torsdagshäng 8-13 år, kl. 15, Salems bibliotek.

Juni

29 Öppet hus, kl. 13–15.30, Villa Skönvik.

29 Lundby öppet, kl. 10–15, Lundby.

29 Lundby öppet, kl. 10–15, Lundby.

29 Lundby öppet, kl. 10–15, Lundby.

29 Lundby öppet, kl. 10–15, Lundby.

29 Lundby öppet, kl. 10–15, Lundby.

29 Lundby öppet, kl. 10–15, Lundby.

29 Lundby öppet, kl. 10–15, Lundby.

29 Lundby öppet, kl. 10–15, Lundby.

29 Lundby öppet, kl. 10–15, Lundby.

29 Lundby öppet, kl. 10–15, Lundby.

29 Lundby öppet, kl. 10–15, Lundby.

29 Lundby öppet, kl. 10–15, Lundby.

29 Lundby öppet, kl. 10–15, Lundby.

29 Lundby öppet, kl. 10–15, Lundby.

29 Lundby öppet, kl. 10–15, Lundby.

29 Lundby öppet, kl. 10–15, Lundby.

29 Lundby öppet, kl. 10–15, Lundby.

29 Lundby öppet, kl. 10–15, Lundby.

29 Lundby öppet, kl. 10–15, Lundby.

29 Lundby öppet, kl. 10–15, Lundby.

Politik

Frågestund för allmänheten

I samband med kommunfullmäktiges sammanträde är det frågestund för allmänheten kl 19. Alla kommuninvånare kan ställa en fråga som berör något inom fullmäktiges ansvarsområde. Man får endast ställa en fråga vid samma tillfälle. Frågan ska märkas "Fråga till full-

mäktige" och lämnas till kommunen senast måndagen före sammanträdet.

Öppna sammanträden

Notera att vissa datum kan komma att ändras. Kolla alltid datum på www.salem.se inför aktuellt möte.

Kommunfullmäktige: 13 juni.

Kommunstyrelsen: 27 maj.

Barn- och utbildningsnämnden:

7 maj, 4 juni.

Bygg- och miljönämnden: 7 maj, 11 juni.

Kultur- och fritidsnämnden: 9 maj.

Socialnämnden: 6 maj, 17 juni.

Sammanträdena börjar kl 19 om inget annat meddelats. Allmänheten kan inte delta vid ärenden som gäller myndighetsutövning eller omfattas av sekretess.

Anneli stödjer den som stödjer

Med en åldrande befolkning, långa köer till psykiatri och allt färre vårdplatser inom äldreomsorgen har antalet människor som själva stödjer och vårdar nära och kära gått kraftigt uppåt. Salems kommuns anhörigkonsulent Anneli Ritters uppdrag är att stödja dem som stödjer.

- Men jag skulle vilja nå fler, säger hon.

I sin arbetsvardag träffar Anneli Ritter människor med vänner som drabbats av demens, vuxna barn som tar hand om sina gamla föräldrar, mammor eller pappor till barn med olika funktionsnedsättningar och andra anhöriga som lägger ner mycket tid och kraft på att hjälpa sina nära och kära. En anhörigkonsulent ska möta den typen av anhöriga, lyssna, vägleda och informera om vilken hjälp de kan få.

- Anhöriga kan påverkas starkt av att någon i familjen eller en vän drabbas av sjukdom, fysisk eller psykisk. Kanske har man egen familj och jobb, samtidigt som man till exempel ska följa sina gamla föräldrar till läkaren, se till att de äter och så vidare. Det kan vara väldigt belastande och kan leda till att anhöriga själva blir sjukskrivna. Det finns en stort samhällsvinst i att jobba för att förebygga anhörigas egen ohälsa, säger Anneli.

© Mostphotos.se



Anhöriga kan påverkas starkt av att någon i familjen eller en vän drabbas av sjukdom, fysisk eller psykisk. Hos anhörigstöd kan du som hjälper andra få stöd

Viktigt att ha någon som lyssnar

Anneli leder anhöriggrupper som träffas regelbundet och hon samarbetar till exempel med äldreomsorgen, socialpsykiatri, elevhälsan, öppenvården och olika föreningar. Men mycket av hennes jobb handlar om att träffa anhöriga för enskilda samtal.

- För många är det viktigt att bara ha någon som lyssnar och få sätta ord på sina tankar. Det finns något självläkande i att bli lyssnad på och få hjälp att sortera: vad kan jag göra åt situationen nu och vad måste jag faktiskt bara acceptera att jag inte kan göra så mycket åt,

som läget är nu, säger Anneli.

- Jag hör ofta från anhöriga att de får frågor om hur ens närstående mår, men sällan om hur de själva mår.

Anneli Ritter möter många anhöriga med skiftande livssituation och i olika åldrar. Hon tror ändå att många inte känner till att stödet hon erbjuder finns och skulle vilja nå fler.

Anhörigstöd är gratis och lyder under sekretess.

■ **Kontakt:** Anneli Ritter, anhörigkonsulent, 08-532 594 89, anneli.ritter@salem.se

Mycket nytt på byggfronten

Det byggs för fullt runt om i Salem - här ger vi en lägesrapport om vad som händer med tre av kommunens verkligt stora projekt: Rönninge centrum, Fågelsången och Södra Ekdalen.

Rönninge centrum

Bygget av Torghuset i Rönninge centrum, där det ska finnas 62 lägenheter och fyra butikslokaler, är nu i full gång. Huset ska stå klart våren 2020. Försommaren 2019 startar arbetet med att göra Rönninge torg till ett "trädgårdstorg" med mer grönska, ny belysning, finare utsikt och en fontän. Torget kommer stå färdigt runt årsskiftet 2019/2020.

Cykelgaraget i norra delen av Rönninge torg är nu klart för besiktning och kommer kunna tas i bruk under april/maj. Här ryms 110 cyklar och det finns en cykelservicestation.

© Salems kommun



I Rönninge centrum är det lite stökigt idag, men snart blir här ett grönskande torg med fler butiker.

Fågelsången

Målet är att Salems nya skola i Fågelsången med tillhörande idrottshall ska kunna ta emot sina första elever hösten/vintern 2021. Det finns sedan tidigare beslut om färgsättning och val av material för de två byggnaderna: skolan blir olivgrön och med keramiska plattor, idrottshallen röd och i materialet fibercementskivor. Detaljplanen har prövats i domstol och nu inväntas att den vinner laga kraft.

En tillfällig anslutningsväg för transporter mellan Säbytorgvägen och Fågelsången anlades i mars, vägen kommer att användas för drift och underhållsarbeten.

Perioden mars-juli görs fjärrvärmearbeten i området, samtidigt som Vattenfall byter ut högspänningskablar.

Södra Ekdalen

Ett planprogram för Södra Ekdalen har varit ute på samråd, där bland annat berörda sakägare och remissinstanser fått yttra sig. Planområdet ligger i sydvästra Rönninge och syftet med programmet är att visa kommunens intentioner för bland annat nybyggnation av villor inom området, i ett tidigt skede. Kommunen arbetar nu med att sammanställa de synpunkter som kommit in, efter det kommer en samrådsredogörelse att tas fram för att bemöta dessa.