

## **Bibliotekstips för dig som anhörig**

Du som är anhörig är hjärtligt välkommen till biblioteken i Gnosjö kommun!

På biblioteket hittar du många olika slags böcker som kan vara till hjälp och stöd för dig i din situation. Det finns faktaböcker om olika sjukdomar, diagnoser och problematik. Det finns böcker där personer berättar om hur det är att leva med en demenssjuk person eller där föräldrar berättar om föräldraskapet till barn med ADHD. Även ungdomar kan hitta böcker på biblioteket om hur det är att ha föräldrar, syskon eller kompisar som lider av olika sjukdomar eller missbrukar. På biblioteket kan du också låna ljudböcker, filmer, tidningar och TV-spel. Fråga gärna bibliotekspersonalen om hjälp eller sök själv i bibliotekets katalog på internet efter böcker och andra medier i ett speciellt ämne. Gör ett besök på bibliotekets hemsida [www.gnosjo.se/bibliotek](http://www.gnosjo.se/bibliotek)

Några boktips:

### **En näve grus av Louise Hoffsten**

Artisten Louise Hoffsten fick diagnosen MS för tjugo år sedan. Trots den kroniska sjukdomen är hon fortfarande aktiv som sångerska, låtskrivare och föredragshållare och lever för det mesta ett gott liv.

### **Vara anhörig av Åsa Moberg**

Författaren beskriver olika sätt att inom vården möta patienter, anhöriga och närstående.

### **Det räcker inte med kärlek (en mammas kamp för sin son) av Jenny Lexhed**

Vad kan en mamma göra för att hjälpa ett barn som lider av ett livslångt funktionshinder? I den utlämnande debutboken berättar Jenny Lexhed om sitt liv och sin envisa kamp för att hjälpa sin autistiska son Lucas till ett självständigt liv.

### **Vi har ju hemligheter i den här familjen av Therése Eriksson**

Författaren skriver om sin uppväxt med en missbrukande och psykiskt sjuk förälder. Men boken handlar också om att välja rätt väg, att ta ansvar för sitt eget välbefinnande och om insikten att det är ok att må bra, även om någon annan mår dåligt. Therese Erikson är en av grundarna till föreningen Maskrosbarn.

## **För ungdomar:**

### **Saba: sanningar och lögner av Simonette Schwartz**

Saba är en sextonårig tjej. Hennes föräldrar har afrikanskt ursprung och precis när boken börjar ska pappan åka till Eritrea för ett långt besök där. Saba blir kvar hemma med mamman och småbröderna - och ett tungt ansvar vilar på Sabas axlar eftersom mamman lider av en depression och behöver Sabas hjälp för att allting hemma ska fungera.

### **Stand-up psycho av Hans Carstensen**

Musse är sjutton år. Han har problem med sin pappa som super och påstår sig vara Gävles missförstådda geni. Men så börjar Kajsa i hans klass. Kajsa är ståuppare och nu vill Musse också satsa på stand-up.

### **I huvudet på Colin Fischer av Ashley Edward Miller & Zack Stentz**

Colin Fischer är fjorton år och har Aspergers syndrom. Han tål inte beröring eller höga ljud och har svårt att tolka ansiktsuttryck. Däremot är hans minne och slutledningsförmåga extraordinära. När en pistol hittas i skolmatsalen är Colin den enda som kan lösa fallet.