



AFASI | **nr 3**
POSTEN | 2016

Lag en slagplan, Erna!

side 6

**Snakke
sammen**

- praktiske råd *side 10*

**Ringeriksdagen
2016** *side 26*



Gå i mine fotspor

Gå i mine fotspor
Følg stien jeg har gått
Føl tapet som jeg føler
Kjenn smerten jeg har fått

Kjenn gleden av å mestre
Føl kroppen leges litt og litt
Vær glad for alle framskritt
Sett pris på livet du er gitt

Hilde Evensen

Hilde Evensen er 54 år og kommer fra Elverum. Hun fikk hjerneblødning da hun var 23 år og mye av sitt voksne liv har hun vært aktivt med i foreningsarbeid for slagrammede og pårørende. En stor interesse hun har er å skrive dikt, som hun føler er terapi for sjelen.

**AFASI
POSTEN**

ISSN 0803-2467

Ansvarlig utgiver:
Afasiforbundet i Norge
Torggaten 10
0181 Oslo

Besøksadresse:
Torggaten 10, 2 etg.
Tlf: 22 42 86 44
E-post: afasi@afasi.no

Websider:
www.afasi.no

Kontortid:
Mandag – fredag
kl. 09.00 – 15.00

Forbundsstyret:
Hogne Jensen – leder
Inghild Bjørgestad
– nestleder

Styremedlemmer:
Trond Børseth
Sigrid Helene Lund
Eivind Dybendal

Redaktør:
Marianne Brodin

Annonser, layout
og produksjon
DRD DM, Reklame
& Design
Pilestredet 75D
0354 Oslo
www.drd.no
Tlf. 22 59 90 07

Innhold

- 4** Forbundslederen har ordet

- 5** Strever du med å skrive navnet ditt?

- 6** Lag en slagplan, Erna!

- 10** Praktiske råd om det å snakke sammen

- 16** Haugesund: Rehabiliteringskonferansen 2016

- 18** Nordisk Afasidag

- 20** Hvorfor skulle dette hende meg?

- 23** Arendalsuka 2016

- 24** Ny afasiforening i Tromsø

- 25** Samarbeid med LHL Hjerneslag

- 26** Ringeriksdagen 2016

- 28** Lokalforeninger

- 30** Afasipostens kryssord

- 31** Kan du finne navn på 8 hunderaser?

- 32** Løsninger

- 33** Medlemskap i Afasiforbundet Norge?

- 34** Lokalforeninger og kontaktpersoner



“Den som ikke kan snakke har også noe å si”

Aårsmøtet er over, sommeren er passert og trekkfuglene drar sørover. Sakte, men sikkert så begynner hverdagens små og store gjøremål igjen å ta sin plass. Siden det nå begynner å nærme seg kjøligere vær er det på tide med et lite ord fra oss i styret.

Jeg vil begynne med å takke alle for tilliten dere viste meg og det nye styret på årsmøtet i mai og forsikre dere om at vi blir å jobbe hardt framover for en bedre hverdag for personer med afasi og deres pårørende. Vi har oppnådd mye, men det er fremdeles en lang vei igjen til vi kan si oss fornøyde.

I august sendte jeg ut en mail til tillitsvalgte i lokalforeningene og jeg vil benytte sjansen til å gjenta meg selv. Dere er **fantastiske!** Uten den innsatsen som gjøres på lokalt nivå ville Afasiforbundet vært et bedrøvelig skue. Våre lokalforeninger representerer det beste i oss alle og gir alle noe å strekke seg etter. Den aktiviteten som skapes, det samholdet som dannes er for mange av våre medlemmer et sårt tiltrent høydepunkt i hverdagen, og til dere som gjør

alt dette mulig; tusen takk. Som noen av våre medlemmer som er på Facebook, og som følger med på våre websider, har fått med seg så har Afasiforbundet sentralt startet samarbeid med LHL Hjernslag rundt felles kampsaker og interessepolitikk. Vi har mye å tjene på et godt samarbeid i både sentralt i forbundet og i våre lokalforeninger. Jeg vil derfor benytte sjansen til å oppfordre til en god dialog med andre organisasjoner og et produktivt samarbeid der det er naturlig.

Når man opplever en skade der afasi er en av følgene finner man raskt ut at dette er en av vanskene som skiller seg ut. Å ha en vanske som ikke øyeblikkelig er synlig for alle rundt oss bringer med seg et helt særskilt sett med utfordringer i hverdagen. Et vanlig problem som kommer med en "usynlig vanske", er å skape bevissthet rundt de utfordringene og behovene våre medlemmer har hver måned, uke og dag.

At man ikke bør få slag med afasi som følge om sommeren er etter hvert blitt en velkjent mantra i forbundet, men vi har en tendens til å glemme at behovet for rehabilitering for

de som er "heldige" nok til å få afasi på en mer passende årstid ikke forsvinner om sommeren. Sannheten er at behovet for rehabilitering ikke blir mindre om sommeren selv om legene, logopedene, fysio- og ergoterapeutene tar seg ferie.

Sammen med LHL Hjernslag skal vi i forbundet bruke høsten på å sette dagsordenen og skape bevissthet knyttet til de utfordringene våre medlemmer står ovenfor. Vi skal kjempe for et behandlingstilbud som ikke har stengt flere måneder hver sommer, en oppfølging der samfunnet, ikke pårørende må ta ansvar og en generelt bedre afasihverdag.

Jeg vil ønske dere alle lykke til med høstens aktiviteter og igjen takke dere for innsatsen deres. Til slutt vil jeg minne alle sammen på om Nordisk afasidag som arrangeres 10. oktober. Marker dagen på deres måte, bruk gjerne dagen til å informere noen om afasi, og vit at vi skal stå sammen med dere for å skape en afasihverdag som vi kan være stolte av.

*Hilsen fra forbundsleder
Hogne Jensen*

Strever du med å skrive navnet ditt?

Vi har tidligere skrevet om tilskudd til småhjelpemidler i Afasinytt. Denne gangen tipser vi om et hjelpemiddel som man kan søke om direkte fra NAV Hjelpemiddelsentralen.

Mange personer som får afasi, vil også oppleve vansker med motorikken i hånden man skriver med. Dette kan for eksempel føre til at det blir utfordrende å skrive sitt eget navn. Det kan også være at afasien gjør det vanskelig å skrive.

Dersom man strever med å skrive navnet sitt kan man søke om å få et signaturstempel. Med et slikt stempel kan man enkelt lage en kopi av sin egen underskrift.

Man må imidlertid være oppmerksom på at en signatur som er laget med

et slikt stempel ikke automatisk vil være juridisk gyldig. I tillegg må man være oppmerksom på misbruk av stempelet. Til tross for dette kan et slikt stempel være et nyttig hjelpemiddel i mange situasjoner.

Man kan søke om å få et signaturstempel gjennom NAV hjelpemiddelsentralen. Alle som har langvarig behov for hjelpemidler kan søke. Behovet må begrunnes i søknaden.



Afasi NYTT

Fast spalte, skrevet av afasiteamet ved Statped sørøst, fagavdeling språk/tale.

Afasi-nytt inneholder kortfattet informasjon for mennesker som har afasi, deres nærpå personer og andre interesserte. Det kan være opplysninger om aktuelle sider på internett, tips om litteratur og informasjonsmaterieell osv.

Spørsmål eller kommentarer? Kontakt gjerne språkforsker Marianne Lind, marianne.lind@statped.no eller logoped Nina Høeg nina.hoeg@statped.no tlf. 90 53 24 34. Du kan også ringe sentralbord 02196

Lag en slagplan, Erna!

Ingen sykdom gir flere alvorlige funksjonshemminger enn hjerneslag. LHL Hjerneslag og Afasiforbundet i Norge har ti utfordringer til Erna, Siv, Jonas og de andre partilederne.

▪ Av Tommy Skar, generalsekretær i LHL Hjerneslag og Hogne Jensen, leder i Afasiforbundet i Norge



Tommy Skar.



Hogne Jensen.

Alle kjenner noen som har hatt slag, og alle kjenner noen som på et eller annet tidspunkt blir rammet. Et slag kan i løpet av sekunder snu opp og ned på livet til den rammede og de pårørende rundt.

Ingen hjerneslag er like. Utfallene varierer og derfor blir konsekvensene ulike: Afasi (språkforstyrrelser), synsvansker,

lammelser, angst, depresjon og kognitiv svikt. I sum kan vi oppsummere slik: Rundt 15-16 000 mennesker i Norge rammes hvert år av slag, som i tillegg til å være den viktigste årsaken til alvorlig funksjonshemming, også er den tredje vanligste dødsårsaken og den vanligste årsaken til langvarig institusjonsomsorg.

På vegne av de slagrammede, personer med afasi og pårørende

har vi ti utfordringer til politikerne:

Øk forskningsinnsatsen: Hjerneslagområdet har lenge vært et forsømt forskningsområde. Innsatsen i Norge utgjorde for noen år siden elleve prosent av forskningen på hjertesykdommer og to prosent av kreftforskningen. Som det påpekes i NOU 2015:17 Først og fremst, er slag en sykdom som krever

store ressurser. Men med de muligheter som finnes innenfor diagnostikk og behandling, vil en intensivert forskningsinnsats og en styrking av fagmiljøene være av stor betydning. Derfor må innsatsen styrkes og myndighetene må legge fram en opptrappingsplan.

Lag nasjonal plan for CT-skannere og styrk den prehospitale tjenesten: Hjerneslagbehandling er

avhengig av god organisering. CT-skannere i prehospital tjeneste - slik som det foregår forsøk med i slagambulansene i Østfold - økt tetthet av CT-skannere kombinert med teleslag – eksempelvis slik vi har fått ved Sjukestugu i Hallingdal - og flere som tilbys trombektomi (blodproppfisking), vil forbedre akuttbehandlingen betydelig. ▷



“En av fire slagrammede rammes av afasi. Mange av disse møter et svært mangelfullt logopedtilbud i kommunene”

► **Etabler screeningløsning for atrieflimmer:**
Atrieflimmer gir økt risiko for hjerneinfarkt, og infarkt hos pasienter med flimmer er assosiert med høyere mortalitet og lavere funksjonsnivå enn andre typer hjerneslag. Ca. en tredjedel av slagene – opp mot 5 000 - kan være forårsaket av flimmer. En stor andel av disse

kan forebygges med behandling av blodfortynnende medisiner. Atrieflimmer gir i mange tilfeller ingen symptomer, men gjennom et tilbud om screening for flimmer hos personer over 65 år vil en identifisere flere og enkelt starte opp med forebyggende medisin.

Gi bedre rehabiliteringstilbud:
Det er store geografiske variasjoner i omfang og kvalitet på rehabiliteringstilbudet i kommunene og i spesialisthelsetjenesten. Mange kommuner har begrenset, eller ikke tilgang, til nødvendig fagkompetanse som inngår i moderne slagrehabilitering, deriblant for kognitive vansker og afasi.

Skaff flere logoped- og synspedagoger:

En av fire slagrammede rammes av afasi. Mange av disse møter et svært mangelfullt logopedtilbud i kommunene. Dårlig logopeddekning og lav intensitet i oppfølging er en del av hverdagen for en svært utsatt gruppe.

Seks av ti slagrammede får synsvansker etter et hjerneslag. Rehabiliteringstilbudet for disse og oppfølgingen de får varierer og er ikke god nok. En årsak er at det er for få synspedagoger.

Øk oppmerksomheten på psykisk helse:

Psykiske utfordringer og komplikasjoner forekommer ofte etter hjerneslag: Angst hos rundt 30 prosent, depresjon hos rundt 40 prosent og generell tretthet (fatigue) hos opp mot 70 prosent. Det er behov for økt oppmerksomhet på dette, og blant annet må tilbud om psykologtjeneste i alle kommuner må sikres gjennom lov/forskrift.

Gi bedre pårørendestøtte og -oppfølging:

De fleste slagpasienter rehabiliteres i dag i hjemmet. En svensk studie viser at partnerne til slagpasienter får langsiktig nedsatt livskvalitet.

Situasjonen for pårørende må gjennomgås og det må iverksettes tiltak for å følge opp disse. Det er viktig at de pårørende forberedes på den nye hverdagen. Retten til omsorgslønn må styrkes fordi det er store ulikheter mellom kommunene. Vi må også få bedre permisjonsordninger som gjør at færre ender med sykemelding.

Iverksett tiltak for å få flere tilbake i arbeidslivet:

Selv om de fleste som får hjerneslag er i pensjonistalder, er det likevel viktig å ta tak utfordringene til slagrammede i yrkesaktiv alder. Førsteamanuensis i sykepleievitenskap på Høgskolen i Hedmark, Randi Martinsen, peker på at unge sliter med å komme tilbake i jobb, har problemer med å mestre familielivet, og at oppfølgingen i kommunene er for dårlig. For de som i tillegg er afasirammen, øker utfordringene ytterligere.

Ifølge NAV blir ca. 600 uføre hvert år som følge av slag. Når antall uføre med hjerneslag i perioden 2004-2013 har holdt seg stabilt, er det grunn til å spørre hvorfor antallet har vært stabilt, og ikke gått ned når behandlingen har blitt bedre. Kan det bety at rehabiliteringen og oppfølgingen ikke er god nok?

Få alle unge ut av sykehjem:

Stortinget har siden siste halvdel av 1990-tallet gitt en rekke pålegg om at unge funksjonshemmede skal ut av eldreinstitusjoner, og dette var en målsetting som skulle nås innen 2005.

I juni innhentet LHL Hjerneslag tall fra Helsedirektoratet som viser at det i 2015 bodde 122 personer i alderen 18-49 år på sykehjem, og at 20 av disse bodde der mot sin vilje. Dette er uholdbart.

Bygg ned forskjellene mellom kommunene og i spesialisthelsetjenesten:

Som vi har vist på mange områder, er det store forskjeller i kommunens tilbud og det er også forskjeller og mangler i spesialisthelsetjenesten.

Vi blir kontaktet av slagrammede og personer med afasi som takker oss for at de har organisasjoner som står på og ivaretar deres interesser. Når parti-programmene for kommende stortingsperiode er klare vil vi gjerne dele den æren med Erna, Siv, Jonas og de andre partilederne ved å si: Vi står sammen slik at dere skal få en enklere hverdag, og vi skal gjøre det vi kan for å forebygge hjerneslag og at utfordringene knyttet til slag og afasi reduseres. □

Praktiske råd om det å snakke sammen

I denne spalten tar vi for oss hvordan vi best mulig kan legge til rette for at personer med afasi kan delta i dagligdagse samtaler. Vi har snakket om hvilke små og store grep vi kan gjøre med samtalemiljøet, og vi har fokusert på hvor viktig det er å ta seg god tid i samtalen.

■ Margit Corneliussen, Line Haaland-Johansen og Eli Qvenild, samt språkforsker Marianne Lind

I forrige nummer av Afasiposten dreide denne spalten seg om samtalestrategier. Med samtalestrategier mener vi alle de ulike måtene vi – bevisst eller ubevisst – takler utfordringene som oppstår i en samtale på. Vi presenterte fire enkle prinsipper som det kan være nyttig å huske på når en eller flere av deltakerne i en samtale har afasi. Disse prinsippene dreide seg om: *Likeverdighet*: Begge parter skal delta likt som sendere og mottakere av budskap i samtalen.

Innhold eller tema: Vi bør sørge for at den som har afasi også får komme fram med sine temaer og meninger i samtalen. *Kommunikasjonskanal*: Personen med afasi bør fritt få velge om han eller hun vil uttrykke seg muntlig, skriftlig, ved hjelp av gester eller på annen måte. *Tilbakemelding*: Samtalepartneren må ikke late som om han eller hun forstår, men gi en oppriktig tilbakemelding.

For å gjøre disse prinsippene "levende" i samtalen, kreves det *samarbeid* mellom

deltakerne. I dette nummeret av Afasiposten skal vi fokusere enda mer på hva dette samarbeidet innebærer, og hvordan man kan legge til rette for at samtalen blir så greit som mulig.

Alle vet vi hva en samtale er, men av og til kan det allikevel være nyttig å tenke litt nærmere over hva dette begrepet rommer. Enkelt sagt innebærer en samtale at to eller flere mennesker snakker sammen. Hva betyr det så "å snakke sammen"? Jo, det betyr for det første at man veksler på å ha ordet – man veksler på å være sender og mottaker. Hvis det bare er én av deltakerne som snakker eller på annen måte kommer med bidrag til kommunikasjonen, kan vi ikke kalle det som skjer, for en samtale eller dialog. Da får vi i stedet en monolog. Taler og en del forelesninger er eksempler på monologer. Hvis to eller flere

hele tiden snakker samtidig – i munnen på hverandre – kan vi heller ikke si at det dreier seg om en samtale. Det er ingen veksling mellom deltakerne i det å sende og å motta kommunikasjonsbidrag.

Denne vekslingen mellom å snakke og å lytte skjer vanligvis nesten umerkelig og friksjonsfritt. Allerede som spedbarn og videre gjennom småbarnsalderen tilegner vi oss kunnskap om hvordan denne vekslingen samordnes. Vi lærer å lytte og se etter små signaler om at nå kommer vi snart til et punkt i samtalen der vi kan bytte roller, og vi lærer å gi slike signaler. Disse signalene er mange og ulike. For eksempel bruker vi kunnskap om språkstrukturen og om tonegangen i språket til å forutsi at den som har ordet, nærmer seg slutten av det han eller hun vil si så langt. Vi bruker også ikke-språklige signaler for å fortelle hverandre ▶

“Personen med afasi bør fritt få velge kommunikasjonskanal”



▷ at et rolleskifte er nært forstående i samtalen. Den som vil ha ordet, søker gjerne blikkontakt, mens den som er ferdig med et bidrag, ofte bruker færre gester enn mens han eller hun hadde ordet.

I samtaler med personer som har afasi må vi ofte være ekstra oppmerksomme for å få denne vekslingen til å gli, og for at alle parter i samtalen skal få mulighet til å delta både som sender og mottaker. Hvis den som har afasi snakker sakte og strever med å finne ord og med å uttale ordene, kan det være et problem at han eller hun lett "mister" turen sin som sender i samtalen. Vi har så lett for å ta over og enten snakke "for" vedkommende eller ikke la ham

eller henne slippe til med tankene sine. I slike tilfeller er det viktig at vi tar oss tid og er bevisste på at vi må veksle på å ha ordet dersom vi skal få til en samtale. En person med afasi har like mange tanker og følelser å dele med oss som en som ikke har en språkvanske. I andre tilfeller kan problemet være nesten det motsatte. Noen personer med afasi snakker raskt, lett og uanstrengt, men det kan ofte være vanskelig å skjønne hva de sier og mener. Personer med en slik form for afasi kan ha vansker med "å sette på bremsen", og det kan derfor være problematisk for samtalepartneren å komme til orde. I slike tilfeller kan man forsøke å snakke med vedkommende om dette og

kanskje bli enige om at man av og til kan få lov til å si "stopp, nå må jeg få snakke litt, og du må høre på".

Å snakke sammen betyr altså at man veksler på å ha ordet, men det betyr også at bidragene fra hver av deltakerne henger sammen. Vi husker vel alle eventyret om den tunghørte mannen som forberedte seg på en samtale med lensmannen, og hvordan den "samtalen" forløp: "God dag mann", sa lensmannen. "Økseskaft", svarte mannen, og slik fortsatte det. I denne "samtalen" vekslet deltakerne på å ha ordet, men bidragene deres hang ikke sammen i det hele tatt, og derfor ble det rett og slett ingen samtale.

“ Å snakke sammen betyr altså at man veksler på å ha ordet, men det betyr også at bidragene fra hver av deltakerne henger sammen ”

Sammenheng i samtaler betyr blant annet at hver av ytringene må forstås både i forhold til det som kommer før ytringen og det som følger etter den. Ytringer er reaksjoner på noe som allerede er sagt eller gjort, og samtidig peker den enkelte ytring framover mot nye ytringer. Et utdrag som er skrevet ned fra en samtale mellom en mann med afasi og datteren hans kan illustrere dette (... betyr pause).

Arne: ... september ...
ehm ... Vesla ... Vesla ..
og eh Hildegunn .. og jeg

- *initiativ*

Hege: ... å ja
- *tilbakemelding "ok, så langt"*

Arne: ... ja ... brua
- *utfylling av initiativ*

Hege: ... ved Bø .. nei Nes
mener jeg

- *oppklaringsspørsmål*

Arne: Vik .. ja

- *oppklaringssvar*

Hege: å ja .. der hvor vi kjørte
.. den grusomme turen vi
hadde (Hege ler)

- *respons*

Arne: (Arne ler) ja

- *respons på respons*

Dette utdraget viser hvordan Arnes bidrag til samtalen ikke blir skikkelig etablert før Hege har gitt sin forståelse av det, og Arne har "godkjent" at forståelsen hennes er i samsvar med det han mente. Samtalebidraget blir altså til i samarbeid mellom deltakerne.

I samtaler der ingen av deltakerne har noen språkvanske, er denne måten å skape sammenheng i samtaler på nesten automatisert. I samtaler der en eller flere av deltakerne har afasi, må vi imidlertid ofte være ekstra oppmerksomme og legge ned litt mer arbeid for at ytringene skal henge sammen. Det er for eksempel svært vanlig at personer med afasi så å si "mister" samtalebidraget sitt etter at de har introdusert det, fordi den andre samtalepartneren er for rask og "tar over" emnet. Noen ganger ser vi også at det oppstår misforståelser fordi samtalepartneren ikke fanger opp at personen med afasi stiller et spørsmål eller skifter emne. Igjen er god tid et godt råd. Den som ikke

haster av sted, men tar seg tid til å sjekke at alle er med i samtalen, kan unngå en del misforståelser.

Selv om vi veksler på å ha ordet, og selv om vi sørger for at bidragene våre henger sammen, er det ikke til å unngå at det oppstår misforståelser i samtaler – punkter der vi føler at vi snakker forbi hverandre eller ikke skjønner hva den andre prøver å si. Dette skjer i alle samtaler, også i samtaler der ingen av deltakerne har språkvansker. Den kompetansen vi alle har om hvordan vi bruker språk i kommunikasjon, inneholder også kunnskap om hvordan vi kan rette opp igjen ulike typer misforståelser. Vi kan rette opp våre egne eller andres feil, og vi kan selv gjøre oppmerksom på eller vi kan bli gjort oppmerksomme på egne eller andres feil. Men vi kan også velge ikke å rette opp feil.

Vanligvis er slike oppklaringer eller reparasjoner i samtaler noe vi gjør unna fort, slik at det ikke forstyrrer det vi egentlig ▷



▷ snakker om. Men i samtaler med personer som har afasi tar oppklaringer ofte veldig mye tid og dermed plass i samtalen. Noen ganger virker det som om samtalen bare består av reparasjoner og ikke av noe egentlig samtaleemne. Når den vi snakker med har afasi, er det viktig at vi nøye vurderer om det er nødvendig at vi retter opp alle feil. Hvis feilen er av en slik art at vi allikevel forstår hva vedkommende mener, er det absolutt ikke nødvendig med noen reparasjon. Det kan bare virke forstyrrende. Husk at helhetsforståelsen er mye viktigere enn at alle enkeltord er uttalt på en korrekt måte. Men hvis vi reelt sett ikke forstår, eller hvis vi skjønner at den vi snakker med ikke forstår, må vi selvfølgelig bruke tid på å oppklare det som er uklart. Det er viktig at vi ikke later som om vi forstår. Det er også viktig at vi er åpne for de signalene

personen med afasi gir. Noen foretrekker å prøve å rette opp feil på egen hånd, mens andre vil ha litt hjelp. Igjen er det lurt å ta seg god tid.

Tidligere innlegg i denne spalten finner du også på Afasiforbundets nettsider: www.afasi.no/Afasiposten/ Artikler-fra-Afasiposten

□ En nesten identisk versjon av denne teksten sto for flere år siden på trykk i Afasiposten. Forfattere av teksten var logopedene Margit Corneliussen, Line Haaland-Johansen og Eli Qvenild, samt språkforsker Marianne Lind. Alle jobbet da i afasiteamet ved Bredtvet kompetansesenter. Vil du lese mer om afasi og samtale? Boken «Afasi og samtale. Praktiske råd om det å snakke sammen» (Novus forlag, 2006) ble til som følge av artikkelserien i Afasiposten. En ny og lettere revidert utgave av boken ble utgitt på Novus forlag i 2014.

- *Samtale betyr at man veksler på å ha ordet: Hjelp den som har afasi til å komme til orde når det er nødvendig, og hjelp ham/henne med å være en lytter når det er nødvendig.*
- *Samtale betyr at man sammen skaper en sammenhengende helhet: Vær oppmerksom og ta deg tid slik at den som har afasi slipper til med hele bidraget sitt.*
- *Samtaler innebærer alltid vedlikehold/reparasjon: Vurder nøye om det er nødvendig å rette opp alle feil, og bruk tid bare på de viktige feilene – de som gjør at dere misforstår hverandre.*



MUNNMOTORISK TRENING

- for bedre tale og spisefunksjon

Munnmotorisk trening for barn og voksne

- Har du lammelser i leppe, tunge eller kinn?
- Smiler du skjevt?
- Plages med sikling?
- Vansker med å snakke tydelig?
- Hoster på tynn drikke eller lett for å svelge vrangt?
- Ansiktsstivhet?
- Munnpuster, sitter mye med åpen munn?
- Sensorisk nedsatt følelser i tunge, leppe eller kinn?

Grunleggende intensiv munnmotorisk trening kan gi bedre funksjon for:

- Spising og drikke
- Svelg
- Sikling
- Talen
- Mimikk
- Sensibilitet
- Munnhygiene

www.letsip.no

Letsip AS er et nytt norsk firma som utvikler treningshjelpemiddel for bl.a slagpasienter. Letsip har direkte fokus på opptrening av slagpasienter og brukes nå på flere sykehusavdelinger i Norge og Danmark. Produktene har blitt prøvd ut på mange forskjellige pasientgrupper som f.eks slag/traumer, parkinson sykdom, MS, CP, facialisparese, dysartri, dysfagi, tungedeviasjon og sensorisk nedsatt funksjon. Letsip AS har fått støtte av Innovasjon Norge, Inkubator bedrift i AKP. Alle produktene er Internasjonalt Patent Pending. NAV-godkjent hjelpemiddel for barn og unge.



Se på TV eller les avisen samtidig som du trener.
Lett å bruke!



Haugesund: Rehabiliteringskonferansen 2016

31. august – 2. september gikk den årlige rehabiliteringskonferansen av stabelen på hotell Scandic Maritim i Haugesund.

■ Av Per Gunnar Stornes

Konferansen som ble arrangert av Stiftelsen Folkets Gave, samlet 250 deltakere fra hele landet, men hovedtyngden var naturlig nok fra Helse Vest / Helse Fonna. Folkets Gaves visjon for disse rehabiliteringskonferansene er å gjøre Haugesund til rehabiliteringshovedstad på Vestlandet.

Flere mål

Flere mål var satt opp for konferansen, bl.a. evaluering av Samhandlingsreformen, øke brukernes innflytelse på faglige tilbud samt utvikle fellesfaglige arenaer for rehabilitering. I tillegg hadde konferansen også som mål å bidra til å øke forskningsaktiviteten samt relasjonsbygging mellom deltaker og forelesere.

Debatt om Samhandlingsreformen

Onsdag 31. august var Samhandlingsreformen hovedtema. Den ble vedtatt 1. januar 2012, og reformen har som mål bedre helse- og omsorgstjenesten til den enkelte bruker. For å få dette til kreves ikke minst god samhandling og gode samarbeidsavtaler mellom sykehus og enheter i den enkelte kommune. Dette ble belyst gjennom korte innlegg fra stortingsrepresentantene Sveinung Stensland (H) og Torgeir Michaelsen (A). I debatten etter innleggene

deltok flere av ordførerne i Helse Fonna-distriktet.

Konklusjonen må vel bli at reformen har medført betragtelig bedre tilbud til den enkelte pasient, men også at det fremdeles står en del igjen. Debattdeleren spurte og om det ville være nødvendig med større og mer robuste kommuner for å klare å gjennomføre reformen, og naturlig nok var svarene forskjellige her.

Krevende endringer for pasientene

Torsdag 1. september var temaet: *Den nye pasientrollen – krevende endringer for alle parter*. Sterkere brukervedvirkning er jo nettopp et av hovedpunktene i samhandlingsreformen. Gjennom flere kortforedrag ble emnet belyst fra forskjellige sider. Her vil vi nevne følgende: *Fra terminal til sykt aktiv, Motivasjon, Å ha tro på seg selv – det er skummelt det, Følelser og profesjonalitet i helsevesenet* samt *Retten til å*



LIVETS GRUNNVILKÅR

• Dødelig • Sårbar • Avhengig • Kosmisk ensomhet

Prisgitt relasjoners skjørhet, f.eks.:

- **Positive:** glede, undring, kjærlighet, vennskap
- **Negativ:** frykt, vemmelse, skam, krenkelse

Kilde: Johannes Kolnes, spesialrådgiver Helse Bergen.

“Konferansen hadde også som mål å bidra til å øke forskningsaktiviteten samt relasjonsbygging mellom deltaker og forelesere”



Sigrid Lund under konferansen.

være syk. Skulle vi trekke fram noe her, må det være innlegget til Solveig Bartun Rob. Hun er erfaringskonsulent ved Kronstad DPS i Bergen, og som det går fram av yrkestittelen, har hun erfaring fra begge sider av bordet. Kjernen i hennes innlegg var nødvendigheten av brukervedvirkning. Pasient og behandler er likeverdige parter i diskusjoner om viderebehandling. Og som hun sa: Intet om oss uten oss.

Om kjernejournal og mye annet interessant

Andre engasjerte og dyktige forelesere gjorde denne dagen til en interessant og lærerik dag. Konferansier var TV 2 – profilen Davy Wathne, en oppgave han utførte på en glimrende måte.

Emnet siste dagen 2. september var *“Det handla om å leva..... - Med rehabilitering og samhandling.”* Også dette emnet ble belyst av dyktige forelesere. Det vil føre for langt å gå inn

på det enkelte foredrag, men nevnes skal seniorrådgiver Mildrid Ræstad sitt innlegg om Kjernejournal. Kjernejournal er en ny elektronisk tjeneste som inneholder opplysninger om egen helse. Denne elektroniske journalen har både du og helsepersonalet tilgang til. Blir du akutt syk, har helsepersonell rask og sikker tilgang til din kjernejournal.

Presentasjon av Brukerhuset

Siste post på programmet var presentasjon av Brukerhuset i Helse Fonna-regionen. Sju av organisasjonene orienterte om sine foreninger og sitt arbeid. Landsstyremedlem Sigrid Lund

orienterte om Haugesund og omegn afasiforening og Afasiforbundet i Norge.

Haugesund og omegn Afasiforening med stand

I løpet av konferansen hadde også de forskjellige foreningene stand utenfor konferansesalen. Her ble det delt ut brosjyrer og informasjonsmaterielle samt besvart spørsmål. Vår stand ble hovedsakelig betjent av landsstyremedlemmene Sigrid Lund og Trond Børseth. Begge deltok på konferansen. Det samme gjorde også lederen i Haugesund og omegn afasiforening Per Gunnar Stornes. □

10. oktober

Nordisk Afasidag

Vi trenger å gjøre afasi mer kjent! Svært mange mennesker vet ikke hva afasi er, og det kan vi gjøre noe med denne dagen (eller den uken).

■ Av Ellen Borge



...når språket går i stykker

Det er dramatisk å oppleve at «språket går i stykker».

En av fire som rammes av hjerneslag, får afasi (kommunikasjonsvansker). Mange av disse oppdager mangelfullt logopedtilbud i kommunen. Dårlig logopeddekning og lav intensitet i oppfølging er en del av hverdagen for en svært utsatt gruppe.

Dagen gir også en anledning å fortsette den viktige «Gi tid»-oppfordringen. I møte med en som har afasi kan du hjelpe denne personen ved å gi litt mer tid til å uttrykke seg, til å forstå og til å svare.

Oppfordring til lokalforeninger

Vi er svært glade for at våre lokalforeninger er flinke til å

markere dagen på ulike måter i sitt nærmiljø. Vi håper deres gode engasjement fortsetter i år også, og at dere hjelper oss å spre informasjon opp mot og rundt denne datoen.

Nordisk Afasidag kan markeres på sykehus, rehabiliteringssteder, biblioteker eller andre steder der folk ferdes. Det er svært viktig å fortelle folk om afasi og de vanskene det fører til i hverdagen. Afasiforbundet sender dere gjerne brosjyrer og annet materiell. Ta kontakt med oss i tide.

Foreninger som melder inn aktiviteter og sender bilder i forbindelse med afasidagen innen 1. november 2016, vil som tidligere få kr 500,- samt en liten oppmerksomhet.

Vær med og spre informasjon om afasi! ☐



Trond Vestby, Romerike Afasiforening på stand utenfor Oslo S i 2014.

Hvorfor skulle dette hende meg?

En morgen jeg skulle ha morgenmøte for mine ansatte på sykehuset fikk jeg hodesmerter og ble veldig uvel. Jeg ble skjev i ansiktet og alle mine kollegaer ble redde. Jeg forstod med en gang hva det var.

▪ Av Aud Laugerud Enersen

Var det noe jeg var redd for, var det å få et «slag». Jeg ble lagt i en seng, min mann ble ringt etter og han kom i løpet av få minutter. Det ble tatt CT, blodprøver og undersøkelser av meg. En nevrolog ble tilkalt og det ble mye styr rundt meg.

Ble veldig trist

Det var veldig trist og jeg var veldig lei meg. Min rekonvalesenstid ble starten på et nytt liv. Det ble konstatert at jeg hadde fått et nytt hjerne-slag. Jeg lå på nevrologisk avdeling og ble etter hvert dårligere. Jeg falt ut av sengen, greide ikke å stelle meg selv. Etter tre døgn ble jeg lam i

høyre arm, kunne ikke spise, lå bare og sov. Dette var helt forferdelig. Jeg tenkte på at jeg ikke skulle greie meg selv mer nå. Deprimert og helt elendig var jeg.

Trente og gråt om hverandre

Jeg startet med å lære å gå igjen, gikk på avdelingen og holdt meg fast i en støtte til veggen. Gråt og trente hele dagen. Skulle jeg bli frisk igjen? Jeg ble etter hvert sterkere og kunne mer og mer. Det ble søkt plass til meg på Sunnaas, men dette var på sommeren, og jeg hadde ikke tid til å vente. Jeg fikk en plass på Drøbak rekonvalesensenter og startet med trening. En vott på venstre hånd fikk jeg og skulle bruke

kun høyre, som var lam. Jeg lærte å sette kopper og glass inn i skapet. Noe ble knust, men det var greit. Pusse vinduer med høyre hånd, hadde ogoped og lærte å snakke på nytt. Jeg så meg stadig i speilet og både leppestift og maskara var skjevt, så jeg måtte le når jeg så det. Det var mitt første smil. Etter hvert kom jeg hjem igjen, trente og gråt og var sint og lei meg. Hvorfor skulle dette hende meg? Hvorfor ikke meg?

Et aktivt liv tross slaget

Jeg bestemte meg for at jeg skulle klare meg, jeg skulle! Jeg trente hver eneste dag, gikk turer og ble med på flere ting. Jeg skulle tilbake til livet koste hva det koste ville. Jeg startet

i Røde Kors etter hvert og ble formann i Røde Kors på et senere tidspunkt. Dette syntes jeg var veldig moro og gledet meg hver eneste dag. Her vervet jeg blodgivere – til sammen ca. 1000 stk. Jeg er i dag vitnestøtte i tingretten, noe jeg trives med. Noen mennesker kommer inn i Tingretten og har aldri vitnet før og er ofte både usikre og engstelige. Det er min jobb å fortelle hva de skal gjøre og at de skal kun fortelle sannheten.

I tillegg er jeg på tre forskjellige aldershjem og har formiddags-treff for de eldre. Vi leser et stykke, spiller bingo og synger sammen. Vi er også på turer. Jeg er med barna på et asyl-

“Jeg bestemte meg for at jeg skulle klare meg, jeg skulle!”

mottak og bader om sommeren. Vi er også på lekeland og badeland. Dessuten er jeg med i Besøktjenesten og besøker eldre som ikke kommer ut.

Hjelper pårørende og er pasientvenn

Etter 22. juli var jeg på Utøya og tok vare på de pårørende til de som hadde mistet sine barn

der. Dette var veldig trist og utrolig krevende, men jeg var veldig glad for å ha vært med på dette. Det siste jeg har vært med på er å være pasientvenn for personer som skal besøke noen, eller komme til en undersøkelse på sykehuset. Der følger jeg dem til det stedet de skal til. Det er en fin aktivitet, som jeg koser meg med. ▶



► Så mitt liv har blitt veldig aktivt igjen og jeg lever og koser meg.

Elsker å reise

Jeg elsker å reise og har besøkt USA, Cuba, Thailand, Sør-Afrika og Kina. Jeg har vært flere ganger på cruise og på turer i Europa. Det eneste jeg ikke kan er penger/priser med mange nuller. Det synes jeg er vanskelig. Det er greit med kroner opp til 100, men etter det blir det vanskelig for meg.

Så dette er min historie.

Jeg lever og er glad for det. Jeg koser meg og trives. Jeg synes jeg har fått et fullverdig liv igjen. Jeg trener det jeg orker, leser bøker og reiser en del i dag også. Alt er stort sett bra. Jeg tenker ofte på det å være syk og deprimeret og lei seg, men etter hvert skal en være glad for livet. En må ikke gi opp!

Tren, tren, tren

Til dere alle vil jeg gjerne si tren, tren og tren, ikke gi opp selv om det går sakte fremover. Det føles som det ikke går fremover, men det gjør det. Livet går opp og ned. Ta vare på de gode dagene og fokuser på alt som er positivt og se alltid fremover.

Lykke til alle sammen, ikke gi opp!



Artikkelen er skrevet av Aud Laugerud Enersen i Fredrikstad som ble rammet av hjerneslag første gang i 1999. Aud er opprinnelig fra Kongsberg, giftet seg i 1965 og flyttet til Fredrikstad i 1968. Hun er utdannet sykepleier ved Røde Kors Sykepleieskole og har jobbet med ulike fagområder gjennom en lang karriere. Etterhvert ble hun interessert i akutt behandling og var med å bygge opp Legevakten. Hun fikk det første slaget da hun jobbet som avdelingssykepleier på Akuttmottaket og måtte til slutt si opp denne jobben da hun fikk et nytt slag. Aud var president i Marialogen i 5 år og likte seg svært godt – hun er fremdeles medlem der. Styremedlem i Frivillighetssentralen har hun vært i 20 år.

Aud er aktivt og engasjert medlem i Afasiforeningen i Østfold og er takknemlig for at Afasiforeningen og Afasiforbundet finnes.



For et sosialt liv
Lightwriter® serien

Lightwriter er et hjelpemiddel for deg som kan lese og skrive men har problemer med å kommunisere ved tale.

Med Lightwriter blir din stemme hørt, og du kan enkelt delta i sosiale aktiviteter på jobb og i fritiden.



KONTAKTE OSS

Vi har dedikerte medarbeidere rundt om i landet som gjerne kommer og viser våre hjelpemidler.



Abilia AS | www.abilia.no | info@abilia.no | +47 23 28

ABILIA

Arendalsuka 2016

Også i år var afasiplakaten å se under Arendalsuka i august, takket være Vest-Agder Afasiforening. Det var som vanlig yrende liv i den politiske gaten og området rundt, og en fin anledning til å skape litt oppmerksomhet om blant annet afasi.

■ Av Ellen Borge

Hver sensommer siden 2012 har dette vært en arena for uformelle møter mellom næringsliv, foreningsliv, politikere, presse og «folk flest». Etter hvert har dette blitt et begrep og en årlig arena for debatt og utforming av politikk i nåtid og fremtid. I løpet av uken arrangeres det opp mot 400 møter og diskusjoner.

I politisk gate var det i år totalt ca. 180 utstillere. FFO (Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon) hadde egen stand gjennom hele uken, der Vest-Agder Afasiforening v/ Karin Valle deltok sammen med Sigurd Ekelund og May-Britt Abrahamsen.

Afasiforbundet er medlem av Hjernerådet, som benyttet anledningen til synlighet gjennom hele uken. Styreleder Hanne F. Harbo deltok som fagperson på det helsepolitiske toppmøtet i regi av Dagens Medisin. Hun understreket hvor utbredt hjernesykdommer er og poengterte behovet for en nasjonal hjerneplan som ser samlet på hjernesykdommer, nevrologiske sykdommer og utfordringer i forbindelse med dette. Fire av Hjernerådets medlemsforeninger (MS-forbundet, Parkinsonforbundet, Epilepsiforbundet og CP-foreningen) arrangerte en debatt der temaet var «Hjernen er toppen av kroppen, men langt nede på prioriteringslisten». Tre stortingsrepresentanter deltok. MS- (Multipel Sklerose) forbundet markerte 50-årsjubileet sitt disse dagene. Vi gratulerer. □



Foto: Arendalsuka.



Karin Valle fra Vest-Agder Afasiforening.

Ny afasiforening i Tromsø

Lokalforeningene til Afasiforbundet er for mange av oss det første møtet med organisasjonen. Å få være med på å blåse liv i en lokalforening i Nord-Norges største by har vært en utfordrende og spennende erfaring.

▪ Av Marit Workinn

Motivasjonen for å starte opp Afasiforeningen for Tromsø og omegn kom etter at min mann som akkurat hadde fylt 50 år i 2010 fikk en alvorlig hjerneblødning. Sammen har vi 3 barn, svigerbarn og til nå 3 barnebarn så for meg var det en selvfølge at han skulle hjem etter slaget. Etter hjerneblødningen havnet min mann i rullestol og hadde svært begrenset språk. Som pårørende søkte jeg informasjon blant annet i den lokale afasiforeningen. Der ble jeg møtt av fantastiske mennesker som tok godt imot oss og fortalte oss at dette kom til å gå bra, språket var noe man fikk mer av etter hvert.

Veien fra medlem til styret i lokalforeningen var ikke lang, men en liten stund etter vi kom med i foreningen ble den besluttet nedlagt. Til tross for at foreningen ble lagt med var vi med i forbundet og fikk etter en liten stund mulighet til å



være med på en reise til Sverige i prosjektet *Look to Sweden*. Sammen med en flott gjeng fra forbundet var det tid for inspirasjon, gode råd og motivasjon.

Etter hjemkomsten fra Gøteborg bestemte jeg meg for at det var behov for en forening med tilholdssted i Tromsø som kunne være der både for afasirammede og pårørende. Med hjelp fra

forbundet og en lokal logoped kom vi oss sakte, men sikkert i gang. Gamle og nye medlemmer ble kontaktet og informert om at det nok en gang skulle bli tilbud for personer med afasi og deres pårørende i Tromsø og omegn.

Med hjelp fra en flott gjeng i Tromsø økte aktiviteten gradvis og per i dag har vi faste månedlige medlemsmøter og

har begynt planleggingen av annen aktivitet i tillegg til dagens møter. Det har vært et privilegium å få bli nærmere kjent med en flott gjeng som alle, uavhengig av hvilke utfordringer de har, byr på seg selv og bidrar til at afasimiljøet i Tromsø igjen kan være et positivt bidrag i hverdagen til så mange.

Jeg vil rette en særskilt takk til Sissel og Tor Bergvoll sammen med Hogne Jensen for at de hjelper til i styre og stell av foreningen og de bidrag de

kommer med. Sammen tror jeg vi skal få til mye positivt i framtiden og håper vi kan ta litt av det jeg fikk se i Gøteborg gjennom *Look to Sweden* og få litt fart i sakene også oppe i nord.

Til slutt vil jeg komme med en oppfordring til logopedene i Tromsø og andre steder. Dere er for mange bindeleddet mellom foreningene og personer med afasi samt deres pårørende. Det er viktig at dere fortsetter å informere om de positive sidene med aktivitet også

utenfor deres timer og hvordan foreningene kan være en god plass for denne aktiviteten. Det er også viktig at dere engasjerer dere og bidrar med det dere kan på lokalt plan. Den støtten dere er i stand til å gi kan være med på å gjøre hverdagen bedre for svært mange. □



Med beste hilsener fra Marit Workinn og Afasiforeningen for Tromsø og omegn.

Samarbeid med LHL Hjerneslag

Afasiforbundet i Norge og LHL Hjerneslag skal i høst samarbeide for å ivareta interessene til slagrammede, personer med afasi og pårørende. – Vi er to organisasjoner med ulike tilbud, men vi har mange felles mål og flere av utfordringene for de vi representerer er like. Vi har allerede god kontakt på sentralt nivå, lokallag snakker sammen og mange medlemmer i begge organisasjoner ønsker et nærmere samarbeid for å oppnå resultater både lokalt og sentralt. Organisasjonene sentralt oppfordrer til samarbeid der det er naturlig i lokalforeningene for at medlemmene våre skal få et enda bedre tilbud. Slagrammede, personer med afasi og pårørende vil tjene på at vi samarbeider om felles saker, og det er det som er avgjørende for oss,

sier leder i Afasiforbundet Hogne Jensen, generalsekretær i Afasiforbundet Marianne Brodin og generalsekretær i LHL Hjerneslag Tommy Skar. □



Fv.: Hogne Jensen, Tommy Skar og Marianne Brodin.

Ringeriksdagen

2016

Ringeriksdagen er dagen da både lokale bedrifter og lokale foreninger får vist seg fram for alle som besøker Hønefoss.

■ Av Eivind Dybendal



"Utlånt fra Ringeriksdagen" Foto: rasmus@fototeket.no

“
Over 100 deltar
på Ringeriksdagen
hvert år”

Alle lag, foreninger, organisasjoner, bedrifter og etablerere i Hole, Ringerike og Jevnaker kan delta. Over 100 deltar hvert år.

Hva er Ringeriksdagen?

En felles profileringsarena midt i Hønefoss sentrum, hvor deltakerne har en unik mulighet til å profilere sin forening og sin virksomhet. Hver deltaker får tildelt et lite område hvor de kan rigge

stand. Til nå har værgudene vært på vår side, men mange velger å gardere seg og bruker et partytelt. Arealet som benyttes er Søndre Torg og tilstøtende gater i sentrum.

Afasiforeningen er på plass

Allerede fra kl. 08.30 er vi i Romerike og omegn Afasiforening på plass for å rigge telt og få opp vår informasjon og legger til rette for å få ut brosjyrer og kunnskap om afasi. Vi deler også ut tvist, nøkkelringer og reflekser. Det er viktig

å ha noe å dele ut som det står foreningens navn på. 12 av våre medlemmer er innom standen i løpet av dagen og er med på å bidra i og utenfor teltet. Noen deltar hele dagen også.

Liv og røre på standen

Denne gangen er vi mer synlig på standen, ingen er vel i tvil om at vi representerer Ringerike og omegn Afasiforening og Afasiforbundet!

Til tider er det trangt om plassen foran teltet vårt, og aldri har flere brosjyrer blitt delt ut til byens besøkende.



Viggo Moe Haugen, Eivind Nyhagen og Liv Dønne på stand. Foto: Privat.

Noen få ønsker å få med innmeldingskjema også, selv om noen av disse er fra andre kanter av landet. Det er positivt for foreningen.

Vi ser at vi treffer flere mennesker på denne måten enn å ha en egen stand alene på Nordisk Afasidag i oktober. Det er ingen tvil om at vi kommer til å bestille oss plass neste år også.

CIST: Constraint Induced Speech Therapy

Rehabiliteringsoppholdet varer i 3 uker med individuell oppfølging. I tverrfaglig samarbeid med den enkelte pasient settes det opp en individuell rehabiliteringsplan med utgangspunkt i pasientens egendefinerte mål. Dette i forhold til språkferdigheter (logoped) og generell trening (fysioterapeut)

EFFEKT OG INNHOLD

Pårørende merker umiddelbar forbedring i språklige ferdigheter etter oppholdet. Pasienter som har deltatt i flere CIST-opphold er vedvarende mer aktive og tar mer initiativ i egen hverdag. Programmet hos oss omfatter også tale- og stemmetrening i tillegg til språktrening. Dette betyr at tid for aktivisering av hjernen språklig er fordoblet sammenlignet med andre CIST programmer. Vi tilpasser programmet etter pasientenes utfordringer, både mht. innhold og tid. Vi kan kalle det lokalt og individuell vri. Dette er viktig for å kunne overføre ferdigheter til sin hverdag. I alle gruppeaktiviteter er økt bruk av språk, tale og stemme i fokus. Daglige musikktimer er en viktig del av programmet. Forskning viser at maksimal bruk av tale og språklyd aktiviserer hjernen. Intensiv språktrening gir resultater!

Marianna Juujärvi, Logoped og fagansvarlig for CIST-tilbudet.

Henvising og inntak

Henvising sendes til:
RVE Nord, Rehabiliteringsklinikken UNN HF, Postboks 1, 9038 TROMSØ
For pasienter fra andre regioner, skal man benytte sitt lokale helseregion.

For mer informasjon

Kontakt Kurbadet på telefon 77 66 88 00, eller besøk nettsiden:
www.kurbadet.no

Grilltreff i Aurskog-Høland

Aurskog-Høland Afasiforening hadde sitt årlige grilltreff 5. juli på leirstedet Halsnes. Dette er en tradisjon som vi alltid ser fram til – sier Sissel Tønneberg i foreningen. Kun regn skremmer oss fra å møte opp! I år fikk vi ei skur, men den varte ikke lenge. Sola tørket fort opp og vi fortsatte med kaffen ute på vollen.



Brith Stokke Kalheim var en av de som fikk prøve en frisk tur med Stein Wathne i bakkene.



Lederen vår, Gro Tingvik, takker vertskapet for invitasjonen.



Årsmøte med noko attåt!

Torsdag 26. mai dro Sør-Rogaland Afasiforening på tur for å ha årsmøte. I år inviterte Else og Stein Wathne oss til Voilås, øst for Flekkefjord. Været viste seg fra en god side, så vi satt ute og nøt medbrakte smørbrød og kake, og en ekstra tur i ATV, firhjuling, for de tøffe. Store øyne og stort smil etterpå. God stemning i minibussen hjem!



Dagstur til Kvipt

Torsdag 11. august 2016 var Afasiforeningen i Telemark på en historisk flott dagstur til Kvipt.

Det var en lang busstur, men vi var heldige med været. Etter å hatt regnvær i mange dager skinte solen hele dagen. Telemark har 19 kommuner, og vi måtte kjøre gjennom 12 av dem for å komme til Kvipt. Telemark fylke er stort og langstrakt, - lang kystlinje og høyfjell mot Hardangervidda.

Et kulturminne

Kvipt er en fjellgård i Birtedalen i Fyresdal i Telemark, nær Seterdal, på om lag 600 meters høyde over havet. På Kvipt fikk vi velkomsttale og historisk informasjon. Det var et meget godt foredrag av eier/driver av stedet, Åsmund Fjellheim Kvipt. Vi fikk historisk Vandring fra år 1000 og fram til i dag. De første folka bodde der fra før år 1000, og kom fra sør/vestlandet. De eldste bygningene stammer trolig fra begynnelsen av 1600-tallet, men bosettinga går enda lengre tilbake i tid. Gården har status som freda kulturminne.

Gjestegård med gårdsmuseum

En gammel røykstoge fra 1600-tallet hadde plass for servering. Det var plass for opptil 30 personer, og der fikk vi servert god mat. Noe som het «elghakk» som lignet på en gammeldags lapskaus. Deretter ble det servert «lapper» med rømme, syltetøy og kaffe. Gården er gjort om til Kvipt Gjestegård, som tilbyr overnatting, festlokale, keramikkverksted med rosemaling, gårdsmuseum og servering av tradisjonell mat.

På historisk grunn

Gården er tildelt Olavsrosa for opplevelse. Kongefamilien har også vært der på overnatting. Og frua på gården har vært på slottet og bakt lefser og flatbrød for dronningen. NRK ved Oddgeir Bruaset har laget programserien

«Der ingen skulle tru at nokon kunne bu». 7. desember 2003 viste NRK et program fra Kvipt. På gårdens grunn er gravhaug og en kullgrop fra jernalderen.



Ren idyll på Kvipt. Foto: Per Håkon Rolandsen.

Takk for en fin tur

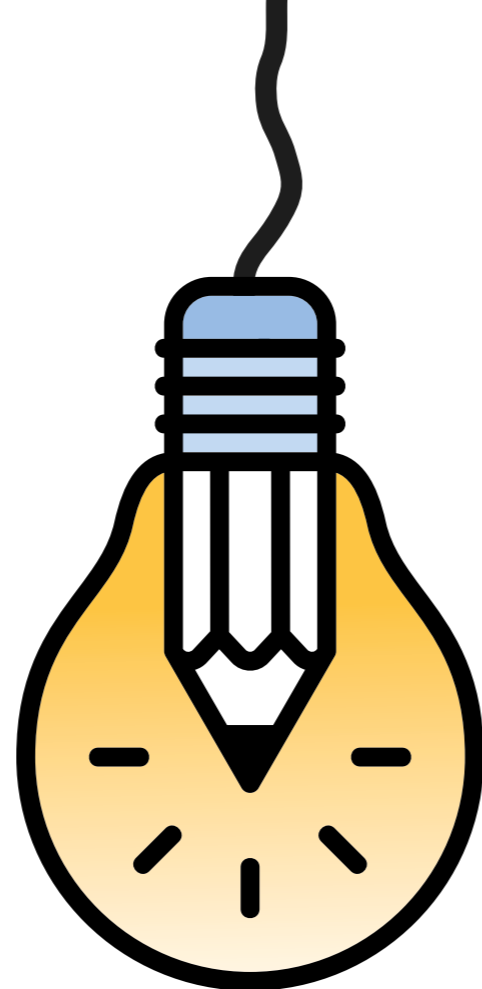
Vi var 24 personer med på turen, og alle var enige om at det var en historisk og fin tur på alle måter. På veien oppover hadde vi stopp i Seljord på en veikro med rundstykker og kaffe. Og på hjemveien var det stopp i Treungen. Der hadde vi medbrakt kaker og kaffe.

Styret v/Gunhild Crowo

Løsninger

Løsning på kryssord fra nr. 2-2016

	KON-TROLL	FORE-NING REP	S	RIK-TIG	F	SENKE	DE VISER KUNST				
	→		S	T	Y	R	I	N	G		
	SKLIR		A	K	E	R	ANNO	A			
	PEP		U	L	T	E	UTKAS-TET	L			
	BART	VEKK	U	T	KLAS-SE	K	L				
N	KV.-NAVN	B	OVER-NATTET ADV.	B	L	E					
BYG-GER FAST	M	POP-GRUPPE FLØY	A	B	B	A	ANNE RASCH IKKE	A	R		
SKIFTE	→	H	U	S	K	E	I	N	E	D	I
→	V	A	R	I	E	R	E	TANKE OFRE	I	D	E
UTVEI SPORT	→	R	E	D	N	I	N	G	TALL	E	N
→	I	D	R	E	T	T	HJEM-ME	I	N	N	E



Afasiforbundet i Norge
Torggata 10
0181 Oslo

Medlemskap i Afasiforbundet i Norge?

Jeg melder meg inn i Afasiforbundet i Norge (sett kryss):

- Hovedmedlem** (kr. 250,-)
- Husstandsmedlem** (kr. 100,-)
- Støttemedlem** (kr. 200,-)

Navn:

Adresse:

Postnummer: Poststed:

Fødselsdato:

Telefon:

Epost:

Løsning på søkeord s. 31

L	I	C	P	E	K	O	M	D	R	I	F	S	A	Å
A	P	Y	O	U	G	B	S	N	A	R	L	T	E	B
B	H	F	X	L	H	G	T	I	E	O	M	J	L	Y
R	K	M	A	T	L	O	V	N	F	P	D	U	G	W
A	V	U	P	R	G	I	I	Å	T	U	S	D	H	I
D	G	I	D	L	P	T	E	B	Z	D	O	A	U	R
O	T	K	M	B	A	K	P	T	H	D	R	C	N	K
R	L	T	Y	M	W	Z	C	K	S	E	A	H	D	V
D	H	V	L	Ø	I	P	H	J	T	L	Æ	S	V	B
O	I	A	T	H	U	S	K	Y	E	N	Q	J	H	T
M	D	G	K	I	R	O	C	M	Å	T	R	G	I	F
C	V	M	S	F	A	B	U	L	L	D	O	G	Y	A



Afasiforbundet i Norge
Torggata 10
0181 Oslo

Jeg har AFASI - dvs. språkvansker. Dette gjør at jeg har vanskelig for å snakke, forstå tale, lese og skrive. Det er til hjelp for meg at du snakker langsomt og tydelig.

Takk!

Navn, adresse og telefon:

Nærmeste pårørende:

Gi tid



The Norwegian Aphasia Association
Torggata 10
0181 Oslo

I AM SUFFERING FROM APHASIA. This means that I have difficulty using and comprehending words, as well as reading and writing. Aphasia means, that the speech ability is reduced, due to a damage in the brain's speech senter. Please speak slowly and clearly.

THANK YOU!

Name, Address and Telephone:

Next of Kin:

Gi tid

Lokalforeninger og kontaktpersoner

Afasiforeningen i Østfold

Inghild Bjørgestad
Krogstadveien 30
1640 RÅDE
Tlf.: 69 28 00 82
Mobil: 916 05 604
E-post: ingott@live.no

Afasiforeningen for Oslo og omegn

Frithjof Funder
Karl Andersens vei 21
1086 Oslo
Tlf.: 22 21 14 71
E-post: hfunder@online.no

Asker og Bærum Afasiforening

Greta Fredriksen
Bergersletta 4,
1349 Rykkinn
Tlf.: 909 67 929
E-post: gretafre@online.no

Marit Kaarbøe
Lindelia 15,
1338 Sandvika
Tlf.: 907 71 846
E-post: marit.norveig@gmail.com

Aurskog-Høland Afasiforening

Lisbeth Espenes
Vestregåsen 3D
1960 LØKEN
Tlf.: 924 11 807
E-post: lisbtrøe@online.no

Romerike Afasiforening

Trond Vestby
Kjerulfs gate 24
2000 Lillestrøm
Tlf.: 99 35 63 75
E-post: trond.vestby@hotmail.no

Kongsvinger og omegn Afasiforening

Vidar Hoel
Eidems gate 7
2012 KONGSVINGER
Tlf.: 90 50 80 08
E-post: vida-hoe@online.no

Afasiforeningen i Hedmark

Afasiforeningen for Lillehammer og omegn
Sigrun Irene Bjørke
Måsåv.3
2636 ØYER
Tlf.: 959 41 447
E-post: sigrunbjørke@gmail.com

Afasiforeningen for Gjøvik og omland

Tor Raudajoki
Kolbuveien 165
2850 Lena
Tlf.: 995 13 290

Vestfold Afasiforening

Claus Malthe
Postboks 24
3281 TJODALYNG
Tlf.: 454 00 016
E-post: claus@malthe.no

Drammen/Kongsberg og omegn Afasiforening

Sissel Aaberg
Vinkelgt. 7
3050 MJØNDALEN
Tlf.: 971 86 848
E-post: eaaber@broadpark.no

Ringerike og omegn Afasiforening

Eivind Dybendal
N. Sandum
3536 NORESUND
Tlf.: 99289857
Epost: eivind.dybendal@freeway.no

Telemark Afasiforening

Ingeborg Vidsjå
Raskenlundveien 46
3928 PORSGRUNN
Tlf.: 35 51 05 08
E-post: turid.nilsen@hotmail.com

Sør-Rogaland Afasiforening

Gro Tingvik
Hordaveien 2B
4307 SANDNES
Tlf.: 905 11 317
E-post: thone@broadpark.no

Vest-Agder Afasiforening

Karin Valle
Bjørnsøns vei 6
4700 Venneisla
Tlf.: 901 64 525

Aust-Agder Afasiforening

Afasiforeningen for Bergen og omegn
Ågot Valle
Parkveien 2B
5007 BERGEN
E-post: agot.valle@gmail.com
Tlf.: 930 63 624

Lisbet Eide
Slembeveien 1
5137 Mjølkeråen
Tlf.: 977 36 707
E-post: lisb-eid@online.no

Sunnhordland Afasiforening

Reidun Aarskog
Kårevikvegen 94
5412 STORD
Tlf.: 977 98 847
E-post: reidun.aarskog@logopednet.no

Haugesund og omegn Afasiforening

Per Gunnar Stornes
Jeppeveien 14
5538 HAUGESUND
Tlf.: 52 71 38 13
E-post: pergstor@gmail.com

Ålesund og omegn Afasiforening

Aud K. Wiklund
Lerstadveien 168
6014 ÅLESUND
Tlf.: 97 50 02 34
E-post: aalesundafasi@gmail.com

Molde Afasiforening

Afasiforeningen for Ytre Nordmøre
Anne Kvande
Kaptein Bødtkers gate 21
6508 KRISTIANSUND
Tlf.: 922 01 216
E-post: anne.kvande@neasonline.no

Nordfjord Afasiforening

Eldbjørg Hatledal
PPT Stryn, Tonningsgt. 4
6783 STRYN
Epost: eldbjorg.hatledal@stryn.kommune.no

Afasiforeningen for Trondheim og omegn

Knut Otto Pettersen
Sigurd Jordsalfars vei 58
7046 Trondheim
Tlf.: 483 11 938
E-post: kpettersen27@gmail.com

Inherred Afasiforening

Bodø/Salten Afasiforening
Astrid Søreng
Sjøgt. 1
8006 BODØ
Tlf.: 913 71 553
E-post: astrid.soreng@icloud.com

Lofoten Afasiforening

Narvik og omegn Afasiforening
Solveig R. Halvorsen
Håreks gate 34
8514 NARVIK
Tlf.: 901 05 097
Rana og omegn Afasiforening

Brønnøy og omegn Afasiforening

Anne Marie Degerstrøm
Ternevn. 23
8900 BRØNNØYSUND
Tlf.: 75 02 23 07
E-post: ann-dege@online.no

Harstad og omegn Afasiforening

Ragnhild Fosseide
Brattholtet 11
9414 HARSTAD
Tlf.: 997 90 757
E-post: ragnhild.fosseide@harstad.kommune.no

Afasiforeninga for Tromsø og omegn

Marit Workinn
Åsliveien 31
9016 Tromsø
Tlf.: 913 05 578
E-post: marit_workinn@hotmail.com

Afasiforeningen i Alta

Fredbjørg Nicolaysen
Fjellveien 10
9511 ALTA
Tlf.: 916 88 852
E-post: fredbjorg.nico@gmail.com

Sør-Varanger Afasiforening

Olaug Knutzen
Postboks 258
9915 Kirkenes
Tlf.: 934 83 492
E-post: sorvar.afasiforening@gmail.com

SKOGLI

helse og rehabilitering

Primær- og senrehabilitering av hjerneslag og traumatisk hjerneskade gjennom avtale med Helse Sør-Øst

Tilbudet retter seg mot voksne pasienter som er i behov av rehabilitering etter hjerneslag og traumatisk hjerneskade.

Vi tilbyr døgnopphold (3-4 uker), og rehabiliteringen tilpasses ut i fra den enkeltes rehabiliteringsmål og ressurser. Noen av aktivitetene foregår i gruppe (frokostgruppe, samtalegruppe, trimgruppe, tur og undervisning). I tillegg får pasienten individuell oppfølging av f.eks ergoterapeut, fysioterapeut, psykolog, sykepleier, lege, logoped, synspedagog, sosionom, ernæringsfysiolog, ortopedingeniør og rehabiliteringsassistent.

Pårørende har mulighet for å delta under oppholdet.

Vi samarbeider også med ulike slagforeninger som driver likepersonsarbeid som yter informasjon og bistand.

Henvising: Direkte fra sykehus eller primærlege.

CI terapi

Skogli tilbyr også CI terapi - en intensiv treningsmetode for å trene opp hånd- og armfunksjon etter et hjerneslag.

Kurset er et 3 ukers gruppeopphold og arrangeres to ganger årlig.

Målet med treningen er å:

- Øke oppmerksomheten mot den svake armen/hånden.
- Bruke den svake armen i alle aktiviteter der dette er naturlig og hensiktsmessig.
- Bedre arm/håndfunksjon i aktiviteter som er viktige for deltakeren.
- Øke selvstendighet og mestring av daglige aktiviteter.

Henvising: Fastlegen eller andre som kan henvise til spesialisthelsetjenesten.

Tilbudene gjelder voksne over 18 år.

Skogli Helse- og Rehabiliteringssenter AS
Fredrik Colletts veg 13, 2614 Lillehammer
Inntak 61 24 92 00 - skogli@skogli.no
www.skogli.no





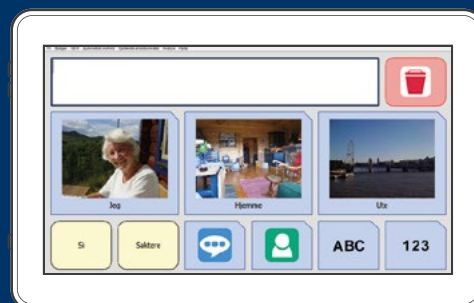
Kommunikasjon for voksne med afasi

Vi er opptatt av at du, og den du bryr deg om, skal kunne kommunisere og bli forstått. Vi har utstyr som kan være nyttig. Ta kontakt, så kommer vi ut og viser deg løsningene.



Cognitass Afasi

Kontekstbasert skjermkommunikasjon for voksne. Fotobibliotek med ferdige og egne bilder.



Gridpad 10 Afasi

Ferdig kontekstbasert ordlettingsstrategi for lettere å finne ord og setninger.