



AFASI | **nr 4**
POSTEN | 2021

Afasi-seminar i Trondheim

side 18



**Digitale løsninger
- ikke for alle?**

side 10

Om apraksi

side 12

SaeboStim One

Art.nr.: Small: P-BX-S4-KT-10-SM-N-1. Large: P-BX-S4-KT-10-LG-N-1
SaeboStim One er en liten nevromuskulær elektrisk stimulerende enhet, som kan benyttes alene eller sammen med andre hjelpemidler for bedre muskelaktivering og stimulering av svak muskulatur.

Enheten er trådløs, med forhåndsinnstilte intervaller og mulighet for å regulere intensitet. Lades enkelt med USB-kabel.

Ord.pris: 3 547,50,- inkl. mva



Desember kampanje!

- 40 % på SaeboStim One og SaeboMirror Box

*Tilbudet gjelder et eksemplar per kjøper. Kampanjevarighet 1.12.2021 tom. 31.12.2021. Gjelder ikke forbruksvarer til SaeboStim One.

SaeboMirror Box

Art.nr.: E2-MB-10-SD-N-1

SaeboMirror Box er et enkelt og effektivt terapiverktøy for opptening av motoriske funksjon i arm og hånd, eller for behandling av smertetilstander.

Speilboksen har et innovativt og enkelt design som enkelt kan håndteres med en hånd, og lett kan transporteres og oppbevares.

Ord.pris: 2 500,- inkl. mva



<https://www.cypromed.no>

service@cypromed.no

62 57 44 33

Se mer og
kontakt oss her!

CYPROMED

AFASI POSTEN

ISSN 0803-2467

Ansvarlig utgiver:
Afasiforbundet i Norge
Torggata 10
0181 Oslo

Tlf: 22 42 86 44
E-post: afasi@afasi.no
www.afasi.no

Kontortid:
Mandag–fredag
kl. 09.00–15.00

Endring av adresse?
Ta kontakt med Afasiforbundet
på telefon eller epost.

Forbundsstyret:
Yngve Seterås – leder
Eivind Dybendal – fungerende
nestleder

Styremedlemmer:
Randi Kaasa
Bernt Olaf Ørsnes
Turid Iddmark Bjerland

Redaktør:
Marianne Brodin

Forsidebilde: Marianne Brodin

Layout og
produksjon
Cox Oslo AS
www.cox.no
E-post:
marianne.madsen@cox.no



AFASIPOSTEN 04-21

Innhold

- 4 Kjære medlem!
- 7 God alene, men best sammen
- 8 Pappa lever med «skrubbsår» på hjernen
- 10 Digitale løsninger – ikke for alle?
- 13 Afasidagene
- 14 Apraksi
- 16 Endelig afasi-samling i Trøndelag igjen
- 18 Hund som hobby
- 20 Ny FES-ortose hjelper slagrammede
- 21 Ny elektrisk simulator fra Cypromed
- 22 Ringerike og omegn Afasiforening:
Solveig Moe har deltatt i over 30 år
- 24 Aurskog-Høland Afasiforening
Lunsj og vandring i Gamlebyen
- 24 Haugaland Afasiforening:
Foredrag på Afasidagen
- 26 Nekrolog: Berit Ringdal
- 27 Afasipostens kryssord
- 29 Turids kjøkken: Julefestkake
- 30 Lokalforeninger og kontaktpersoner
- 31 Likepersonskontakter i afasiforeningene
- 31 HAST-permen er nå på nett



Forbundsleder
Yngve Seterås

“God alene, men
best sammen!”

Kjære medlem!

God alene, men best sammen. Ordene tilhører fungerende nestleder Eivind Dybendal. De falt etter et møte mellom styret i Afasiforbundet og LHL Hjerneslag 10. november i år.

Møtet handlet om hvordan vi kan forene kreftene for å øke slagrammedes og personer med afasi sine rettigheter og velferd.

I Norge er vi flere organisasjoner, som har som formål å ta vare på slagrammedes interesser. Vi tror, ja vi er sikre på, at å forene kreftene, vil gi oss en tydeligere stemme og et større gjennomslag for våre saker.

LHL Hjerneslag ble startet i 2016 og er en del av Landsforeningen for hjerte- og lunge-syke. De har en del verdifulle ressurser, som vi ikke har. Vi har ressurser som de ikke har. Enn om vi slår våre sterke sider sammen? Foreningene våre har samarbeidet tidligere. Vi har opptrådt sammen i høringer på Stortinget, senest nå i høst, i forbindelse med Statsbudsjettet. Vi har hatt felles markeringer på stands og delt ut materiell for hverandre.

LHL Hjerneslag har en større administrasjon enn vi har. Det kan vi trekke vekslers på. Vi ser for oss en ny, større og sterkere organisasjon under navnet LHL Hjerneslag og afasi.

Alle våre lokallag kan om ønskelig fortsette som før med egne styrer og egen økonomi om dette blir vedtatt. Og de vil få tilbud om flere aktiviteter. Spesielt vil dette kunne revitalisere noen av de små lokalforeningene våre. De som sliter med å rekruttere flere medlemmer eller å få folk som vi påta seg tillitsverv. Vi vil få samme rettigheter som medlemmene i LHL Hjerneslag.

25% av alle som blir rammet av hjerneslag får også afasi. Mange av disse bor i strøk der vi ikke har lokalforeninger. LHL har 250 lokallag, så her kan personer med afasi finne en lokalforening som kjemper for deres rettigheter. Og skaper nettverk og sosial møteplass.

Går vi inn i LHL Hjerneslag, vil navnet bli: LHL Hjerneslag og afasi. Vi vil fortsatt ha vårt Faglige Utvalg. Vi tror at vårt arbeid blir styrket, fordi LHL Hjerneslag er den største

aktøren når det gjelder hjerneslag, og vi på afasi. To sider av samme sak. Noen av våre medlemmer er allerede medlemmer i LHL, så for dem er det vel greit å betale en i stedet for to kontingenter. Og en av LHL Hjerneslags medlemmer, Bente Endresen, er medlem i begge organisasjonene. Hun ble i oktober valgt inn i sentralstyret i LHL. Sentralstyret i LHL har flere slagrammede medlemmer.

Vi gir en redegjørelse på side 7. Vi håper den er klargjørende. Den forener to foreninger som har samme mål. Styret vil arbeide med denne saken med tanke på å legge den fram for Landsmøtet i mai.

Jeg gjentar med glede Eivind Dybendal sine ord: God alene, men best sammen.

Så ønsker jeg hver enkelt av dere: En riktig god jul, og takk for året som snart blir historie! Vi møtes i det nye!

SKOGLI

helse og rehabilitering

Primær- og senrehabilitering etter hjerneslag og traumatisk hjerneskade

VITILBYR:

Døgnopphold på 3-4 uker

Rehabiliteringen tilpasses utifra den enkeltes ressurser og mål. Deltakerne får individuell oppfølging etter behov som f. eks:

- Synsvurdering av synspedagog/synstrening med ergoterapeut
- Språktrening med logoped
- Gang- og funksjonstrening med fysioterapeut
- Trening av daglige aktiviteter med ergoterapeut eller sykepleier
- Samtale med psykolog/sosionom
- Medisinsk vurdering av lege

Noen aktiviteter foregår i gruppe: Utegruppe, samtalegruppe, trimgruppe, sanggruppe, tur og undervisning

Vi samarbeider med slagforeninger og likepersoner som deler erfaring og informasjon.

Intensiv arm- og håndtrening

Skogli tilbyr intensiv arm- og håndtrening (CI-terapi) etter et hjerneslag. Kurset er et 3 ukers gruppeopphold og arrangeres 2-4 ganger årlig.

Målet med treningen:

- Øke oppmerksomheten mot den svake armen/hånden.
- Bruke den svake armen i alle aktiviteter der dette er naturlig og hensiktsmessig.
- Bedre arm/håndfunksjon i viktige aktiviteter for deltakeren.
- Øke selvstendighet og mestring av daglige aktiviteter.
- Det kreves noe aktiv funksjon i håndledd/fingre.



Slik søker du:

Gjennom fastlegen eller andre som kan henvise til spesialisthelsetjenesten. Skogli har avtale med Helse Sør-Øst og man kan søke fra hele landet.



Skogli Helse- og Rehabiliteringssenter AS har vært CARF-akkreditert siden 2010



Skogli Helse- og Rehabiliteringssenter AS

Frederik Colletts veg 13, 2614 Lillehammer

Telefon inntak: 61 24 92 00 - skogli@skogli.no - www.skogli.no



KURS FOR LIKEPERSONER

Har du lyst til å bli likeperson eller er likeperson og vil friske opp dine kunnskaper?

Afasiforbundet inviterer til en helg med faglig påfyll, inspirasjon og diskusjon.

Sted: Quality Hotel Gardermoen,
Jessheim Nord

Tid: Fredag 18. mars – søndag 20. mars 2022

Pris: Egenandel kr 600,- og delvis
refusjon av reisekostnader

Detaljert program annonseres senere, men vi kan love inspirerende foredragsholdere og tid til gode samtaler.

Vi starter fredag ettermiddag kl. 17.00 med registrering, en kort introduksjon og felles middag. Vi avslutter med lunsj søndag. Si fra om eventuelle allergier og tilretteleggingsbehov ved påmelding.

Påmelding innen **1. februar 2022** til:
afasi@afasi.no eller telefon 22 42 86 44.

Har du spørsmål, ta gjerne kontakt med Marianne Brodin (samme kontaktinfo).

Vi håper du har lyst til å melde deg på!

Hilsen Likepersonsutvalget i Afasiforbundet

Kjære medlemmer i Afasiforbundet

God alene, men best sammen

Afasiforbundet og LHL Hjerneslag har i lengre tid samarbeidet godt om interessepolitiske saker, arrangementer og prosjekter. Basert på de gode erfaringene ønsker vi nå å ta samarbeidet et skritt videre.

Det har lenge vært et ønske å finne en god samarbeidspartner for å løfte afasisaken.

Styret i Afasiforbundet har enstemmig besluttet å starte en prosess for å kunne fremme forslag om å gå inn i LHL Hjerneslag.

Vi setter allerede nå ned en arbeidsgruppe, som vil jobbe med prosessen. Saken skal planlegges grundig og presenteres på Landsmøtet i 2022.

Å gå inn i LHL Hjerneslag er et stort skritt, men styret er overbevist om at dette er en riktig vei å gå.

Kort oppsummert:

- LHL Hjerneslag endrer navn til LHL Hjerneslag og AFASI.
- Afasiforbundet beholder lokalforeningene sine etter ønske.

- Medlemmene får flere tilbud om aktiviteter og alle rettigheter og plikter som øvrige medlemmer i LHL Hjerneslag.
- Afasiforbundets lokalforeninger beholder og forvalter sine økonomiske midler.
- Afasiposten videreføres.
- Afasi etter ervervet hjerneslake blir ivaretatt i organisasjonen.
- Afasi vil inngå i LHLs rådgivningstjeneste.

Dette blir en sak for Landsmøtet i Afasiforbundet i 2022. Fram til da vil styret i Afasiforbundet innlede en prosess med LHL Hjerneslag og forberede saken godt.

Vi har stor tro på at afasisaken styrkes og at afasi vil komme godt fram i alt arbeidet LHL Hjerneslag gjør på hjerneslagområdet. Navnet på organisasjonen vil eventuelt bli LHL Hjerneslag og afasi. Har du spørsmål om denne saken, ta gjerne kontakt med forbundsleder Yngve Seterås, tlf. 48 14 12 13 eller generalsekretær Marianne Brodin, tlf. 22 42 86 44 / 95 86 01 38.

Med vennlig hilsen
Styret i Afasiforbundet i Norge

Yngve Seterås
forbundsleder

Eivind Dybendal
fungerende nestleder

Randi Kaasa
styremedlem

Bernt Olaf Ørsnes
styremedlem

Turid Iddmark Bjerland
styremedlem

Nicholas Wilkinson
varamedlem



Svein Olav Solheim fikk hjerneslag: Pappa lever med «skrubbsår» på hjernen

Skogen er rekreasjon og kvalitetstid for både pappa Svein Olav Solheim (50) og de to yngste døtrene Ingrid (15) og Andrea (12). Svein Olav har god grunn til å føle seg lykkelig over tilværelsen etter gjentatte hjerneslag. Det er ingen selvfølge at han skulle ha vært i livet i dag.

■ Tekst: May Britt Haug. Foto: Line Lyngstadaas

Det å bruke naturen er et viktig fristed for familien Solheim bosatt i Nannestad. Stillheten, kvalitetstiden og rommet for å snakke sammen får de fra skogen rundt hushjørnet. Familien er sterkere sammensveiset enn noen gang. Selv jentenes lekselesing har de klart å lage kvalitetstid av.

Svein Olav følte seg mer sliten enn vanlig da han hentet småjentene i barnehagen oktober-

dagen i 2010. Dagen hvor livet skulle snus på hodet. Vel hjemme satte han på tegnefilm før samboer Gerd skulle komme hjem. Sliten som han var, la han seg ned med barna og kjente etter hvert at det begynte å murre i kroppen. Det første slaget kom. Svein Olav mistet taleevne og førligheten på venstre side av kroppen.

Der lå han med en ettåring og en treåring. Han var fortsatt bevisst. Hans første tanke var å

ikke påkalle jentenes oppmerksomhet. Men det gikk ikke.

– Der lå jeg, jentene gråt, og jeg gråt.

– Det verste var å ikke kunne fortelle mine barn at jeg ikke hadde vondt, forteller Svein Olav gråtkvalt.

Slaget varte i over 20 minutter og det fortsatte med flere store slag utover dagen, både i ambulansen og på akuttmottaket.

Hjertebank: Hjertet banker for skogen og for hverandre. Så ofte de har anledninger er pappa Svein Olav Solheim og døtrene Ingrid (15) og Andrea (12) ute på tur. Dette bildet er tatt hjemme i Nannestad høsten 2018.

begynte å tenke på etter hjerneslagene, var hvordan han skulle forklare barna at han hadde hatt slag.

– Jeg måtte finne noe som barna kunne relatere det til. Skrubbsår er noe barn vet hva er, derfor ble dette innfallsvinkelen.

– Pappa har fått skrubbsår på hjernen, men pappa kan ikke blåse på.

Kvalitetstid og nærhet har blitt mer betydningsfullt enn noen gang for trebarnsfaren Svein Olav og hans familie. Sammen går de så ofte de kan turer i skogen, pappa Svein Olav forklarer ivrig hva de finner. Han drar gjerne frem mobilen for å dokumentere det vakre.

– Enkelte ting kan jeg ikke være med på, men andre ting går helt fint. Det har tatt sin tid, men i dag går det mye bedre.

Liker ikke høye lyder og skarpt lys

Hjerneslagene har gitt Svein Olav store utfordringer knyttet til skarpe lyder, mye lys og at farger kan forsvinne. Han er rett og slett svært sensitiv for lys- og lydinntrykk.

– Med små barn, med skarpe stemmer, har det vært en stor utfordring, forteller han oss oppriktig.

Svein Olav har sluppet unna den vanligste synsutfordringen etter hjerneslag, det at halve synsfeltet forsvinner på det ene eller begge øynene. Synet preges av at skarpsynet reduseres etter hvert som han blir sliten utover dagen. Han blir fort sliten når han leser. Han kjører fortsatt bil, men ikke når han er sliten.

«Skrubbsår» på hjernen

Ingrid var tre år og opplevde hendelsen som traumatisk.

– Hun holdt en avstand ovenfor meg. Da jeg kom hjem fra sykehuset ville hun helst ikke sitte på fanget eller være alene med meg. Det tok halvannet år før hun virkelig turte å sette seg på fanget igjen.

Svein Olav har fokusert på å ufarliggjøre situasjonen. Han forteller at noe av det han raskt

Unikt kurstilbud fra Blindeforbundet

Synspedagogene ved Norges Blindeforbund, Hurdal syn- og mestringscenter, har utviklet en kursrekke for personer med hjernerelaterte synsvansker. Det å mestre hverdagen bedre, både praktisk og følelsesmessig er grunnleggende for tilbudet.

Tilbudet starter med et startkurs på fem eller 11 dager (valgfritt). Der blir synsproblemene kartlagt. Optikeren kartlegger synsfelt, kontrastfølsomhet og visus blir målt. Synspedagogen har en praktisk tilnærming til hvordan leve med nedsatt syn. Hvordan går lesingen, hvordan utnytte det synet som er igjen? Det gjøres ulike lesetester, en ser på øyemotorikk og øyets kapasitet.

På de neste to kursukene brukes mye tid på synstrening en til en. En ser på hvordan å bli bevisst på å utnytte synet og kompensere for synstapet. Man er også innom tema som datahjelpemidler, fysisk aktivitet og mobilitet. I tillegg tilbys det digitale oppfølgingskurs som går over tre dager hjemmefra.

Egeninnsats er avgjørende for å lykkes. Kursoppholdet dekkes av NAV og Blindeforbundet. Du må være over 18 år for å delta.

Rundt 12000 personer får hjerneslag i Norge i løpet av et år. 60 prosent av disse får synsutfordringer etter slaget.



Digitale løsninger – ikke for alle?

Når livet snus på hodet etter et hjerneslag kan det ha mange og store konsekvenser. En av dem er utfordringer med bankid.

■ Av: Marianne Brodin

BankID brukes til nettbank, men også til og innlogging til helsetjenester og andre offentlige tjenester. En forandring i livet som gir kognitiv svikt betyr ofte store utfordringer i hverdagen. En person som får afasi etter et hjerneslag kan fort få utfordringer med å benytte BankID. Det å kunne snakke er viktig for å bli oppfattet som en person ved sine fulle fem, og som dermed er i stand til å

ivareta sine forpliktelser. Mange har opplevd at man ikke blir forstått ved henvendelser til banken, og oppfattet som uegnet til å ha egen BankID.

Husket ikke passordet til BankID etter hjerneslaget

En fredag ettermiddag ringte en fortvilet dame til Afasi-forbundet. Hun trengte råd om hva hvordan ektemannen kunne få tilgang til nettbanken. Han hadde fått hjerneslag, språket var skadet og stemmen også.

Det personlige passordet husket han ikke etter hjerneslaget og ektefellen hadde det ikke. Som hun fortalte, så hadde de oppført seg helt korrekt. Man skal ikke gi passord til andre. Da mannen forsøkte å logge inn i nettbanken og oppga feil passord, ble tilgangen fort stengt. De fleste som har ringt banken sin, vet at rådgiverne stiller kontrollspørsmål. Med afasi er det ikke alltid så lett å svare. Denne mannen klarte så vidt et par svar, f.eks. hva han



Foto: Annika N. de Leon

het og hvor han bodde. Deretter stokket det seg. Ekteparet kom altså ikke i mål med å få bestilt nytt passord til kodebrikken. Med fakturaer som e-faktura og avtalegiro ble det raskt problemer med økonomi. Dette ekteparet hadde ikke gitt hverandre tilgang på hverandres bankkonto. De fleste tenker ikke på at noe kan skje.

Fullmaktsskjema i banken

En telefon til en bank ga følgende svar. «Stikk innom banken, så ordner vi tilgang for dere». Det er ikke alltid så enkelt når det er mange mil til banken og formen er så dårlig at du ikke kan reise dit. Da kan du fylle ut et skjema som heter «Fullmakt til å disponere konto». Dette sendes i posten til banken med kopi av legitimasjon. I tillegg skal skjemaet signeres av to vitner som ikke er familie. Da får ektefellen innsyn i kontoen og tilgang til å betale regninger, noe som løser de akutte økonomiske problemene.

Når digitale tjenester ikke kan benyttes

BankID er i bruk i samfunnet på mange områder, ikke bare når man skal gjøre innkjøp eller betale regninger.

Når ikke BankID kan brukes for innlogging på **Helsenorge.no** kan du fylle ut et fullmaktsskjema. Slik får du fortsatt tilgang på helseopplysninger, e-resept og f.eks. koronasertifikat. Påførende kan hjelpe med å holde oversikten over viktige helseopplysninger. På nettsiden til helsenorge.no finner du skjema for å gi fullmakt til andre og der kan du også lese mer om fullmakt og andre tjenester.

BankID bekrefter på trygg og sikker måte hvem du er når du bruker offentlige tjenester på internett. Identiteten din skal ikke kunne stjeles. Det er greit å vite at man kan velge å motta opplysningene på papir om man ikke har BankID. Altinn har et slikt valg. Det finner du finner på nettsiden til altinn.no. Mer om hvordan du reservere deg kan du finne her:

www.norge.no/nb/reservasjon

Digipost.no er Postens elektroniske postkasse for avsendere av sensitiv informasjon. Bruk er frivillig. Hvis du har opprettet en slik og ikke har tilgang lenger, kan den deaktiviseres. Alternativ er vergefullmakt for å få tilgang hvis du ikke har BankID lenger.

Et alternativ til BankID kan være **SmartKort** med pinkode (*Buy-pass.no*). Det gir tilgang til digitale tjenester uten smarttelefon og kodebrikke. Da kan du fortsatt få digital tilgang på resepter, pasientjournal og informasjon fra fastlegen. Denne løsningen kan passe for noen.

Fikk ikke tilgang på nettbanken til ektefellen

De fleste av oss går rundt og tror at noe slikt ikke kan skje oss, sier Randi Skjeltorp Andresen. Mannen hennes Tormod var utsatt for en arbeidsulykke i 2009 og ble holdt i kunstig koma i tre uker.

Vi hadde alltid hatt hver vår konto og ikke oversikt over hverandres økonomi. Vi gjorde slik mange andre par gjør, delte på regningene og betalte litt hver. Etter at Tormod ble skadet, så tikkert regningene inn i nettbanken hans. Randi fikk ikke



Tenk over økonomien og vær forberedt om det verste skulle skje er Randis råd. Foto privat.

betalt dem. Hun ringte banken, men det var ikke mulig å få hjelp. Hun fikk til svar at hun kunne ta ut 5000 kroner over disk og det hjalp ikke stort. Randi opplevde at banken brydde seg lite om parets økonomi. Heldigvis fikk hun hjelp av noen hun kjente til å søke om fullmakt. Dette ordnet seg fordi hun fikk hjelp av gode venner og slik skal det jo ikke være. Randi har snakket med alle vennene etter denne hendelsen. Dere **må** sørge for at dere har tilgang til hverandres konto, slik at dere er forberedt om noe skulle skje. Dette kan enkelt ordnes mens dere begge er friske, men blir den ene syk og mister den kognitive evnen er det håpløst, sier Randi.

Man må gardere seg. Det er et høyt fjell å komme over. Når situasjonen er så altoverskyggende og fortvilet etter en slik skade, så hjelper det ikke at økonomien går på tverke også, legger Randi til. Ingen ønsker å få inkassovarsler og bli stemplet som dårlige betalere.



Trine-Marie og Trond har opprettet framtidfullmakt som gjør det enklere om noe skulle skje i framtiden. Foto privat.

Spesielt dette med at Tormod ble holdt i kunstig koma i tre uker gjorde det ekstra vanskelig, siden regningene forfalt mens han lå der. Gi hverandre tilgang til nettbanken, er rådet Randi gir.

Viktig å bli tatt på alvor

For oss er det viktig at Trond har råderett over sitt eget liv og kan være selvstendig, sier Trine-Marie Hagen. Hun er gift med Trond Andre Johannessen som fikk hjerneslag og afasi for 15 år siden. Trine Marie sier at det har vært en lang kamp for å få på plass tilgang til banktjenester og helsetjenester på en måte som begge er fornøyd med. Vi har sloss for at vi begge skal få ha

tilgang. Trine Marie og Trond har hver sin BankID, men samtidig har Trine Marie fullmakt, slik at hun kan hjelpe Trond de gangene det er nødvendig. Trond ordner mye selv, men når det kommer til telefoner så kan det være fint med litt hjelp. Trine Marie legger til at det er lurt at ektefellen har fullmakt. Det kan være situasjoner hvor dette er den beste løsningen, selv om personen med afasi er velfungerende. Slik blir det trygt for begge parter. Det er ikke bare banktjenester som er viktig, men tilgang til Digipost og offentlige tjenester. NAV ikke minst. Trine Marie og Trond har også opprettet framtidfullmakt, som gjør det enklere om noe

skulle skje med en av dem i framtiden. Snakk med partneren din og ha åpenhet rundt økonomien. Som pårørende er økonomi og helse så viktige ting at jeg anbefaler alle som lurer på det å ordne med fullmakt, sier Trine Marie.

Universell utforming er viktig

Det kommer alltid til å finnes personer som av ulike årsaker ikke kan håndtere digitale systemer. Disse må få muligheten til å velge det bort eller tilbys tilstrekkelig hjelp for å kunne benytte seg av disse systemene. Informasjon må være lett tilgjengelig og kunnskap må være god nok hos dem som sitter på brukerstøtte.

Vi må si fra når det er noe som ikke er tilfredsstillende. Afasiforbundet skal fortsette å jobbe for et samfunn som er tilgjengelig for alle.

Kilder:

DnB, Buypass.no, Helsenorge.no, Id-porten, Altinn.no og Digipost.no

- Fullmaktsskjema kan benyttes på noen offentlige tjenester.
- Afasiforbundet er opptatt av at informasjon er lett tilgjengelig og at brukerne blir tatt med i prosessen når løsningene skal utvikles.

- BankID brukes til nettbanken, men også til en rekke offentlige digitale tjenester vi er avhengig av.
- Tenk over hva som skjer om du ikke kan benytte BankID lenger, og snakk med dine nærpå personer om det.

- For mange er framtidfullmakt et alternativ og gjør det enklere vis noe skulle skje i framtiden.
- Det er mulig å reservere seg mot å motta elektroniske opplysninger.

Afasi NYTT

Av: Ingvild Winsnes,
afasiteamet Statped

Foto: Marianne Brodin



Afasidagene

Hvert år arrangerer vi på Afasiteamet i Statped Afasidagene. Afasidagene er en konferanse for fagpersoner. Dagene er fullpakket med forskere og logopeder som forteller om afasi. I år var første gang på mange år at en person med afasi fortalte om afasi. Vi hadde invitert Nicholas Wilkinson til å snakke om hvordan det er å leve med afasi og hva han ønsker av oss logopeder.

Nicholas presiserte at dette var hans historie og at andre kan

oppleve afasi annerledes. Jeg tror allikevel at en del av det han fortalte til oss gjelder mange med afasi.

Jeg ønsker her å trekke frem noe av det Nicholas fortalte om. Noe av det aller viktigste vi logopeder må huske på er at man først og fremst er menneske, ikke en bruker eller pasient. Vi logopeder må bli kjent med personen og vi må gi litt av oss selv. Trygghet og respekt er alltid et godt utgangspunkt. Nicholas fortalte at det er viktig at det han jobber med er tilpasset ham. Det har også forskning

vist. Faktisk finner vi igjen mye av det Nicholas fortalte i forskningen.

Vi fikk mange gode tilbakemeldinger på innlegget til Nicholas. Flere av deltagerne på konferansen trakk frem det innlegget som det mest nyttige på hele konferansen. Disse tilbakemeldingene viser at det er viktig at personer med afasi og deres pårørende får mulighet til å formidle sine erfaringer og refleksjoner til oss logopeder, og at vi lytter til dem.



Apraksi

- Hjernen har egne funksjoner som styrer planlegging og gjennomføring av målrettede handlinger. Disse kan bli rammet av et hjerneslag.
- Med apraksi kan vanlige handlinger bli upresise og personen blir mindre treffsikker enn før.
- Man kan oppleve at det går saktere å gjøre ting.
- Det er ganske vanlig å ha apraksi og afasi samtidig, fordi områdene i hjernen som styrer språk og handlinger ligger nært hverandre.
- Ergoterapeuter jobber med å finne ut hvilke konsekvenser apraksien får i hverdagen og den beste rehabiliteringen.

Kilde: afasi.no

maten inn i kjøleskapet igjen med en gang. Det er fort å glemme hvis jeg blir forstyrret. Å finne riktig rekkefølge på det jeg gjør, er vanskelig, det samme gjelder å dekke og ta av bordet. Det kan også dreie seg om rekkefølgen på klær, fra innerst til ytterst. Om vinteren tar det lang tid.

Jeg vasker, bretter og legger tøy i faste skuffer, kort sagt slik vi gjør flere ganger i uka. Det er ofte enkle operasjoner som vi pleier å gjøre uten at vi tenker over det, men jeg må hele tiden konsentrere meg om disse oppgavene. Det er vanskelig å sette på vaskemaskin, oppvaskmaskin, tørketrommel og komfyr. En hjelp er å skrive en enkel bruksanvisning i riktig rekkefølge på det jeg skal gjøre. Håpet er at det går seg til over tid.

I fjor sommer var jeg på tur til Sverige med venninner. Vi besøkte parker, hager og slott. Det var nydelig vær og praktfulle omgivelser. Vi bodde på et hotell i nærheten. Jeg merket at det ble mye å forholde seg til. Særlig slet jeg med å få oversikt over hvor vi skulle. Vi tok buss og båt, og det ble i meste laget for meg. Heldigvis passet de andre på at jeg ikke beveget meg ut i ukjente områder. Det ble en fin tur, bortsett fra en uheldig episode under frokosten på hotellet. Vi forsynte oss fra et koldtbord med mange retter i flere kombinasjoner. Jeg fikk som vanlig mye utfordringer, og det var mye å holde styr på. Jeg plundret en del og fikk hjelp av de andre i følget. Men jeg hadde jo lyst til å greie meg mest mulig selv. Jeg mistet en



Å legge sammen håndklær kan kreve ekstra konsentrasjon med apraksi.
Foto: GettyImage/Vitalii Petrushenko.

skive bacon fra fatet og tok den opp med hånden. Da kom det høyt og tydelig fra en eldre dame.

- Griser du med maten, det er jo helt sykt!
- Ja, jeg er syk, men jeg griser ikke med maten. Jeg tok opp en bit bacon og den spiser jeg selv, sa jeg.
- Da må noen ta ansvar, svarte damen.

De andre i følget forklarte at det var viktig for meg å mestre noe nytt, og at det dessuten ikke var skjedd noe alvorlig. Da snøftet damen og forsvant.

Min erfaring er at eldre damer (på min alder) er de verste til å påpeke mindre forseelser hos andre.

Apraksi

Mange som får afasi, får også apraksi. Det handler om de praktiske sidene i hverdagen helt fra man står opp om morgenen til man legger seg om kvelden. Min erfaring er at jeg må konsentrere meg mye mer enn før for å klare helt vanlige ting. Og dét selv om konsentrasjonen er blitt dårligere! Det er et paradoks.

■ Av Merete Holmsen. Foto: Geir Hansen

Håndskriften min er blitt annerledes enn før. Bokstavene henger ikke helt sammen lenger, jeg skriver dem ofte en og en, og noen ganger stor bokstav der det skal være liten. Særlig gjelder det bokstaven f, den skriver jeg som F.

Noe av det første logopedene på opplæringscenteret lærte meg, var å finne min opprinnelige signatur. Jeg hadde en kopi, så hun visste hvordan den så ut tidligere. Dette strevde jeg med, men jeg skjønnte behovet. Ofte er det behov for signering. Etter en del øving, kom heldigvis egen signatur tilbake. Den ser ut som før.

I den praktiske hverdagen er mye fortsatt vanskelig. Det kan være å bruke bestikk, forsyne seg fra et fat, sende fatet videre. Det kan dreie seg om å smøre mat, koke te vann, sette over kaffe, helle drikke i et glass. Jeg søler mye. Derfor legger jeg ofte et håndkle i fanget for å unngå flekker på klærne. Når jeg lager enkle retter, prøver jeg å rydde

Historien er hentet fra boken «Høye topper og dype daler» som er en samling tekster om dagliglivets utfordringer etter alvorlig sykdom. Det er en beretning om å bygge opp livet på nytt etter hjerne-skade. Boken er Meretes Holmens fortelling om livet med sykdom og afasi. Medforfatter Lisbeth Iglum Rønhovde rammer inn hver av delene med en innledning. Denne boken kan leses av alle som berøres av afasi, både brukere og pårørende til en afasirammen person.

«Høye topper og dype daler» er utgitt av Infoliten BOK a/s, www.infolitenbok.no og kan bestilles hos forlaget og alle bokhandlere. Du kan også bestille den på afasi.no/nettbutikk.



Sigbjørn Rygh Haanes holdt et fint innlegg om tiden etter hjerneslaget sammen med logoped Hege Beate Bakken. Bildet har han malt selv og det beskriver hans opplevelse av hjerneslaget og støttespillerne på rehabiliteringen på Lian som hjalp ham til å bli et helt menneske igjen.



Sang er en viktig del av det logopediske arbeidet og en hyggelig aktivitet. Nils Magne Røstum takker Cecilie og Jens Sørmealand for god musikk.



Logopedene ved Voksenopplæringen i Trondheim Gerd Slaatsveen og Carina F. Grønning holdt innlegg om språkoppføring etter ervervet hjerneskode i praktisk perspektiv.



Nils Magne har planlagt denne helgen sammen med resten av styret, og er svært fornøyd med at medlemmene endelig kunne samles igjen. Her sammen med generalsekretær Marianne Brodin.

Endelig afasi-samling i Trøndelag igjen

Alt har vært stengt i mange måneder på landsbasis. Nå er det veldig godt at afasiforeningene kan arrangere treff igjen.

■ Av: Nils Magne Røstum. Foto: Nils Magne Røstum og Marianne Brodin

Det har vært en lang pause og en lang ventetid siden koronaen først kom til Tromsø i slutten av februar 2020. Etter 12. mars ble alt av aktiviteter og skoler stengt.

Afasiforeningen i Trøndelag skulle arrangere afasi-kurs våren 2020, men dette måtte utsettes. Etter hvert ble koronavaksinen delt ut til alle som ville ha i Norge, og det ble en ny mulighet til å arrangere kurs høsten 2021. Kurset fikk tittelen

“*Livet med afasi – seminar om motivasjon*”. Det er over 10 år siden siste kurs-samling i Trondheim.

29. - 31. oktober 2021 ble kurset arrangert på Hotel Scandic Nidelven i Trondheim.

Vi startet fredag med viktige ord fra lederen i Afasiforbundet i Norge, Yngve Seterås. Veldig godt for medlemmer i Trøndelag å høre hva som er nytt i korona-situasjonen, og hvordan andre foreninger har slitt i korona-tiden.

Under foreningens samling denne helgen var det 12 forskjellige foredragsholdere, med 11 forskjellige temaer. Hvert tema er viktig for å hjelpe og gi tips til personer som har en form for afasi.

Logopeder er svært viktig
Godt å høre fra to personer som sliter med afasi, og kunne snakke åpent og fortelle hvordan de har det i dag. Utviklingen fra første stund til i dag er positiv, mye takket være god hjelp fra logoped. Veldig

synd at det er altfor få stillinger på landsbasis, med tanke på det økende behovet for logopeder.

Det er godt å høre på logopeder på samlingen som sitter på mye kunnskap med folk som sliter med en form for afasi. Det er trening og atter trening med logoped for å bli bedre i språk- og skrive-formen.

Lørdagens avslutning ble gjennomført med en hel time med riktig fin sang og vakkert på gitar fremført av Cecilie og Jens Sørmealand. Mange av deltakerne ble revet med og sang med på de norske sangene. Alle klappet og ga terningkast 10 for musikk-kvalitet.

Fint å snakke med andre pårørende
Pårørende er det aller viktigste for brukere som har en form for afasi. Det er pårørende man deler hverdagen og livet sammen med hver eneste dag. Det ble også arrangert

pårørende-treff, mens brukerne hadde logoped-timene. Pårørende har alltid viktige spørsmål de lurer på om rettigheter, eller problemer de sliter med i sin egen kommune. Det er alltid veldig godt at pårørende kan snakke åpent seg imellom med temaene: forståelse, trygghet og følelser hvordan de har det sammen med den som har fått en form for afasi.

Dette temaet skal tas med fast i hver større samling. Godt å se og møte andre medlemmer man ikke har sett på samlinger før. Neste store samling blir i 2022, da vi har fått midler fra Stiftelsen Dam til å få gjennomføre et slikt kurs til. Alle medlemmer i foreningene er veldig viktige, og pårørende er det aller viktigste. De sitter inne med egne spørsmål og hvordan ting kan løses. Da er det godt at bare pårørende kan prate sammen.

Generalsekretær Marianne

Brodin var med hele helgen, og snakket om forbundet og hvordan det er med andre foreninger. Mange forskjellige tema og foredragsholdere gjorde denne helgen veldig interessant. Fine foredrag fra folk med mye erfaring innen afasi-feltet.

Det var en veldig fin helg, og Afasiforeningen i Trøndelag ser fram til neste samling i 2022. Denne gangen var vi 22 deltagere, og vi håper at flere medlemmer blir med på neste samling, med tittelen: «*Livet med afasi – seminar om motivasjon og positivitet*». Alle medlemmer er like viktige, om du er bruker eller pårørende.



Lydighetstrening handler mye om god kontakt mellom eier og hund. Her er Hanne og Sara i aksjon.

Hund som hobby

En hund kan være et familiemedlem og en god venn. En hund kan også gi deg en spennende hobby og nye venner. Slik er det for Hanne.

■ Av Marianne Brodin Foto Privat

Hanne Pedersen er gift med Endre, som fikk hjerneslag for 11 år siden. Fortsatt er talen dårlig. Han er på dagsenter to dager i uken og de får avlastning. Han er hjemme seks og en halv uke og borte en og en halv uke. Det fungerer bra, synes Hanne. Særlig siden hun har sine egne helsemessige utfordringer. Da trenger en litt tid til seg selv også.

Å være pårørende – det er ikke enkelt, men etter hvert lærer man å ta litt mer vare på seg

selv, sier Hanne. Det må man jo. Hanne kobler av med å lese. Å gå tur er også fint - da slapper jeg av og slutter å tenke. Etter hvert kom jeg til at jeg ønsket meg hund, for da var jeg nødt til å gå ut. Jeg fikk ofte høre at «skal du gå fra Endre, stakkars?» Endre hadde ikke det problemet, men det var folk rundt oss som sa det. Man kan ikke være til stede hele tiden, og det er viktig å ikke mure seg inne, legger Hanne til. Hvis det er noe så kan han bare ringe meg, og jeg er aldri lenge borte av gangen.

Jeg måtte ha en lydlig hund

Sara er en nydelig storpuddel på 7 år, rolig og veloppdragen. Hanne viser noen kommandoer og Sara reagerer umiddelbart. Hanne har full oppmerksomhet, og det ser ut som hunden elsker det. De er et team.

Sara og jeg gikk på valpekurs, og da tenkte jeg at jeg må ha en lydlig hund som kan gå tur med rullestolen. Da bestemte jeg meg for å begynne på kurs i hverdagslydighet og jeg syntes det var så gøy. Jeg ble medlem av Asker Hundeklubb. Vi var



Sara er en storpuddel på 7 år som elsker aktivitet og trening.

noen damer på samme alder som fant hverandre gjennom hundetreningen og har det fortsatt hyggelig sammen. Vi er seks damer som går på kurs både vår og høst, Vi trener hele året. Vi tar oss ikke selv så høytidelig. Det er ikke det å bli flinkest vi er opptatt av, men vi skal ha det gøy med hundene våre. Vi drar også på stevner sammen, har det moro og kommenterer og oppsummerer etterpå. Det er tydelig at Sara synes det er gøy også. Med en gang jeg begynner å pakke sekken, så er hun helt klar, sier Hanne.

Hundetreningen er mitt sted, og der får ikke Endre lov til å være med. Han har vært med bare en gang. Her er det bare damene sammen. Vi kaller det syklubben vår. Hanne sier at det har vært en fordel at hundetrening er en ny hobby, som bare er hennes. Da blir det ikke så vanskelig for Endre å ikke kunne delta. Vi finner heller på noe annet sammen, som passer for begge.

På tur i rullestolen

Endre har mye glede av Sara og hun er ofte med når han er ute med rullestolen. Egentlig er det vel Sara som går tur med Endre, sier Hanne. Sara liker å gå tur med rullestolen. Hanne tror Sara skjønner at hun skal ta litt ekstra vare på Endre. Med Sara har de også noe felles i hverdagen, noe som betyr mye for Hanne og Endre. Det er liv i leiligheten og noe felles å kose seg med. Det er fint med Sara når Endre er alene også.

Moro å trene hund

Hundene blir stort sett som eieren, sier Hanne. Hvis du legger litt jobb i treningen, så får du hunden slik du vil. I lydighetstrening øver man blant annet på kommandoer som «sitt», «stå», «dekk», og hoppe over hinder og inn i en markert firkant. Hunden skal sitte med en gang den får en kommando og du skal ikke behøve å gjenta den. Godbiter skal være belønning. Når hunden gjør noe feil får den ikke godbit, legger



En del hunder kan passe til å gå tur med rullestolen om de blir trent opp til det. Her er Endre og Sara på tur.

Hanne til. I lydighetstrening begynner du i Klasse 1. Hanne og Sara trener nå i Klasse 3. Det er når du begynner i Klasse 1 at det begynner å bli skikkelig gøy å trene hund.

Livet hadde vært kjedelig uten hund, sier Hanne. Sara er også en viktig del av fellesskapet med Endre. Det er på en måte hun som binder oss sammen. Når Endre er på avlastning så er det også koselig at hunden er der. Det er så mye selskap i henne.

Hanne er en engasjert dame, som også er fungerende leder i Asker og Bærum Afasiforening. Endre og hun har vært med i flere år. Det er viktig med hyggelige aktiviteter og møter for de med afasi og pårørende, sier Hanne. Her er det et sted hvor de med afasi kan være seg selv og være trygge. Alle vet at de har afasi og tempo og aktiviteter er tilrettelagt deretter.



Ny FES-ortose hjelper slagrammede

Mange slagrammede har nytte av ortopediske hjelpemidler. - Avansert teknologi kan hjelpe deg å gå raskere, lengre og tryggere, sier daglig leder og produktspesialist Geir Finnerud i Alfimed AS. Selskapet har sammen med Camp Scandinavia utviklet en ny FES-ortose.

■ Av Tommy Skar

Droppfot er en hyppig følge av hjerneslag, og en slagrammet med en slik utfordring har problemer med å løfte foten og tærne når man går. Ifølge Nasjonal faglig retningslinje for behandling og rehabilitering ved hjerneslag bør pasienter med droppfot vurderes for ankel-fot-ortoser, og det heter at ved redusert gangfunksjon kan man forsøke elektrisk stimulering (FES). Det er dette Finnerud og Alfimed bidrar til gjennom det de karakteriserer som det aller nyeste innen elektrisk droppfotortose.

For flere pasientgrupper

Den nye ortosen har navnet ALFESS Fotløftesystem, og Finnerud, som gjennom flere år har møtt mange slagrammede, er både fornøyd med og har store forventninger til produktet.

– Jeg ser på ALFESS som et stort fremskritt innen fysisk rehabilitering for viktige pasientgrup-

per, forteller Finnerud, og nevner hjerneslag, multippel sklerose (MS), cerebral parese (CP), inkomplette ryggmargsskader og traumatiske hjerneskader.

Avansert teknologi

ALFESS inneholder avansert teknologi, hvor små, elektriske impulser gis til nerver og muskler for å løfte foten.

– På denne måten får man økt mobilitet og bedre gange, forklarer Finnerud, og poengterer at den kan benyttes også under passiv trening når man sitter eller ligger.

Det er fasinende teknologi som er tatt i bruk av Alfimed, som har jobbet med FES i over 10 år, og som har tilpasset over 3 000 ortoser på like mange brukere.

– Denne ortosen har et system med tre sensorer som kjenner igjen ditt gangmønster, tilpasser seg din hastighet og terrenget

du går i slik at foten går klar av hindringer, så som trapper, dørterskler, teppekanter og ellers ulent terreng, utdyper produktspesialisten, og fortsetter. Ortosen er så slank at den ikke blir synlig under klær og tillater bruk av enhver sko eller barbert gange. Systemets unike design eliminerer en rigid ankel-fot ortose og minsker risiko for fall og skader, er oppsummeringen.

Ortose-regler

For å få støtte til ortopediske hjelpemidler må man ha en varig nedsatt funksjonsevne i armer, ben eller rygg, som ved hjerneslag med varige utfall. Et hjelpemiddel rekvireres av en legespesialist blant andre nevrolog, fysisk medisiner eller indremedisiner. NAV yter støtte til ortopediske hjelpemidler. Ortoser har ingen egenandel. Hjelp til valg av hjelpemiddel og tilpasning av dette gjøres av en ortopediingeniør ved et ortopedisk verksted.

Foto: Privat

Ny elektrisk simulator fra Cypromed

Etter den mangeårige suksessen med WalkAide I, har Cypromed lansert WalkAide II for det norske markedet. – Denne viser hvordan smartteknologi kan endre hverdagen for mange, sier selskapets fysioterapeut, Karoline Marx (bildet).

■ Av Tommy Skar

WalkAide II er et ganghjelpemiddel for personer med droppfot etter skader i hjernen eller ryggmargen.

– Hjelpemiddelet gir tilpasset strømstimulering på svak muskulatur slik at foten løftes når du går. Dette medfører at mange brukere, som ellers ville hatt droppfot, igjen vil kunne få et normalt ganglag, forteller Marx.

Marx opplyser at man enkelt kan stille inn enheten via det innebygde touchpanelet. Innstillingene man velger vises på en bakgrunnsbelyst LCD-skjerm på enheten. Enheten er bygd slik at den passer både på venstre og på høyre ben. Den kommer i én størrelse, og er nøye designet for å passe både barn og voksne, sier Marx.

Det er viktig for Cypromed at droppfotortosen er enkel å tilpasse brukeren.

– Enheten krever lite programmering for klinisk helsepersonell. WalkAide II skal enkelt kunne tilpasse og programmere seg selv, slik at brukeren får et optimalt ganglag.



Bak WalkAide II er det et internasjonalt samarbeid. Enheten er utviklet i partnerskap mellom kinesiske XFT og amerikanske

Innovative Neuronics, hvor sistnevnte også har vært produsent av WalkAide I.



Ringerike og omegn Afasiforening:

Solveig Moe har deltatt i over 30 år

Ikke nok med at Solveig Moe har vært med i Ringerike og omegn Afasiforening siden 1987. Hun har også samlet på annonser, referater, omtaler og bilder om foreningen gjennom alle disse årene. Nå ønsker hun at Afasiforbundet skal ta hånd om det enestående materialet.

■ Tekst og foto: Lise Bye Jøntvedt, leder i Ringerike og omegn Afasiforening



Stiftet i 1986

Da Ringerike og omegn Afasiforening ble stiftet 27. november 1986 hadde nok ikke Bjørg Moe noen tanke på foreningen som skulle bli en stor del av hennes liv. Det var da mannen Reidar fikk slag året etter, at foreningen ble en del av ekteparet Moes tilværelse. Reidar Moe skjønnte ikke hva som hadde hendt ham, da han både mistet språket og heller ikke klarte å lese teksten som sto på dørene på Ringerike sykehus, der han ble innlagt.

Vanskelig etter slaget

– Etter slaget ble det vanskelig for Reidar å stå i jobben på Follum Fabrikker, forteller Solveig Moe.

– Men han fikk heldigvis ganske raskt god hjelp av logoped. Follum Fabrikker var en enestående arbeidsplass som

la forholdene til rette for at Reidar skulle komme tilbake i jobb. Først på sentrallageret. Senere jobbet han som sosialarbeider gjennom Anonyme Alkoholikere (AA).

Solveig og Reidar Moe valgte å være aktive i Ringerike og omegn Afasiforening fra første dag etter at slaget rammet. De deltok på møter, foredrag og turer. Hver gang det sto noe i lokalavisen Ringerikes Blad klippet Solveig det ut og limte inn i en bok. Der havnet også referater og bilder fra alle slags aktiviteter som lokalforeningen bød på. Det har etter hvert blitt noen bøker med utklipp.

Reidar Moe døde i oktober 2006, bare 72 år gammel. Men Solveig fortsatte som medlem, og hun fortsatte sitt arbeide med å samle foreningens historie.

Mitt liv

– Det har vært livet mitt dette, sier Solveig.

– Foreningen har vært et fast holdepunkt – det har gitt meg mye glede å samle på alt jeg kunne komme over om virksomheten i foreningen. Jeg må si jeg er imponert over alle tilbud og aktiviteter vi som medlemmer har fått.

Tid for andre

– Men nå er jeg blitt 87 år, og håper at noen andre vil ta over jobben jeg har gjort, med å klippe ut og lime inn. Men jeg håper jeg får anledning til å komme på mange flere møter i Ringerike og omegn Afasiforening, sier Solveig Moe.

Vi i Ringerike og omegn Afasiforening takker Solveig Moe for innsatsen!



Lunsj og vandring i Gamlebyen



Foto: Sissel Tønneberg



I november dro Aurskog-Høland Afasiforening på en minnerik tur til Fredrikstad. Det var lenge siden sist pga. covid-19 og

derfor ekstra hyggelig. Det ble en fin vandring i Gamlebyen og de fikk lære mye om historien der. Møtet med styret i Østfold

Afasiforening ble også et hyggelig og sosialt treff. Turen var støttet av Stiftelsen Dam.

Haugaland Afasiforening: Foredrag på Afasidagen

■ Av Per Gunnar Stornes

AOF Haugesund arrangerer med jevne mellomrom et toårig kveldsbasert kurs for helsefagarbeidere, det vil si ansatte i hjemmetjeneste og på sykehjem. Temaet på innværende kurs er *Kroniske sykdommer* samt diverse følgetilstander. I den forbindelse fikk Afasiforeningen forespørsel om å komme på en kveldssamling og orientere om afasi, en invitasjon vi selvsagt tok imot med glede. Fra vår forening møtte Sigrid Lund, Karin Ovesen og Per Gunnar Stornes.

Karin orienterte om det å ha afasi, Sigrid om det å være

pårørende og Per Gunnar generelt om afasi.

- Ingen av de tolv kursdeltakerne som møtte opp denne kvelden hadde hørt om afasi, og vi håper derfor de hadde godt utbytte av kvelden. Dette viser at det er stort behov for å nå ut med informasjon om afasi og hva det betyr for den som er rammet og pårørende.
- Haugaland Afasiforening oppfordrer andre foreninger til å ta kontakt med hjemmetjenesten i kommunen. Kanskje flere arrangerer slike kurs?



Sigrid H. Lund, Per Gunnar Stornes og Karin Ovesen fra Haugaland Afasiforening. Foto: Privat



Nå også på
iPad

Kommunikasjon for voksne med afasi

Temabasert skjermkommunikasjon for voksne – utviklet for personer med afasi.



Bærbart nettbrett

Ferdig kontekstbasert ordleingsstrategi for lettere å finne ord og setninger.

Ferdige oppsett

- 4 ulike nivåer:
 - A er enklest mens
 - D er mest avansert.
- Forskjellen ligger i antall felter og størrelsen på ordforråd
- Alle oppsett kan tilpasses og tilrettelegges

Løsningene er på avtale og kan søkes gjennom NAV.

cognita™

Tlf. 22 12 14 50 | info@cognita.no | cognita.no



Afasiforbundet i Norge
Torggata 10
0181 Oslo

22 42 86 44
www.afasi.no

Kjenner du noen som vil være medlem i Afasiforbundet?



...når språket går i stykker

Ut året har vi en vervekampanje. Nye medlemmer betaler **kun kr 75,-**

Send oss en epost med navn, adresse, tlf./epost og fødselsdato eller bruk innmeldingsskjemaet på **afasi.no**

Medlemsfordeler:

- Kontakt med **likepersoner**, både personer med afasi og pårørende.
- **Lokalforeninger med** hyggelige miljøer for personer med afasi og pårørende.
- Som medlem eller støttemedlem mottar du årlig 4 nummer av **Afasiposten**.
- Brosjyrer sendes gratis. Rabatt på annet **materiell**. Se afasi.no
- Som nytt medlem i Afasiforbundet får du **halv pris på Klar Tale lettlestavis** nettutgave i ett år (kampanje.klartale.no/medlemstilbud-afasiforbundet)
- Som medlem av Afasiforbundet kan du benytte deg av **hotellavtaler** Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon, har forhandlet fram.
- 20% **rabatt på PC-support** hos Digifix (digifix.no)
- 20% rabatt på kjøp og besøk på **Hadeland Glassverk** (hadeland.com)

Gi en gave

Støtt gjerne Afasiforbundets virksomhet, interessepolitiske arbeid og aktiviteter.

På Facebook kan du opprette din egen innsamlingsaksjon og velge Afasiforbundet som mottaker.

Vi er taknemlige for bidrag. Kontonummer for gaver til Afasiforbundet:

1644 04 07661

Afasiforbundet i Norge
Torggata 10
0181 Oslo



JULEFESTKAKE

4 EGG
200 G SUKKER
100 G DADLER
100 G VALNØTTER
ELLER MANDLER
100 G MEL
2 TS BAKEPULVER

PYNT:

½ liter kremfløte
Hakkede nøtter/
mandler og hakket
kokesjokolade

Pisk egg og sukker til tykk eggedosis.

Klipp dadlene i passe store biter.

Rør forsiktig inn dadler, hakkede valnøtter, mel og bakepulver.

Hell røren i en rund form, ca. 26 cm i diameter med et bakepapir i bunnen.

Stek ved ca 175 grader i ca. ½ time. Avkjøles.

Legg kaken på fat og dynk evnt med litt konjakk. Dekk med pisket krem og strø over hakkede nøtter/mandler og kokesjokolade

Løsning kryssord



Lokalforeninger og kontaktpersoner

Afasiforeningen i Østfold

Randi Skjeltorp Andresen
Nellikbuen 65
1617 FREDRIKSTAD
Tlf: 95 03 63 03
Epost: randi.s.andresen@gmail.com

Afasiforeningen for Oslo og omegn

Frithjof Funder
Karl Andersens vei 21
1086 OSLO
Tlf: 909 61 265
E-post: hfunder@online.no

Asker og Bærum Afasiforening

Hanne Pedersen
Bringeberstien 10
1348 RYKKINN
Tlf: 97 57 87 85
E-post: hannepf@online.no

Aurskog-Høland Afasiforening

Irene Isberg Eng
Kubjelleveien 12 A
1570 DILLING
Tlf: 95 96 70 23
Epost: ireneisbergeng1@gmail.com

Romerike Afasiforening

Trond Vestby
Nygata 2
2010 STRØMMEN
Tlf: 99 35 63 75
Epost: trond.vestby@hotmail.no

Kongsvinger og omegn Afasiforening

Vidar Hoel
Eidems gate 7
2212 KONGSVINGER
Tlf: 90 50 80 08
E-post: vida-hoe@online.no

Afasiforeningen for Gjøvik og omland

Hilde Visnes Trå
Sveumveien 162 B
2817 GJØVIK
E-post: visnes@start.no

Vestfold Afasiforening

Jostein Hildrum
Hunnørskogen 32 C
3241 SANDEFJORD
Tlf: 91 10 15 50
E-post: josteinildrum@gmail.com

Drammen/Kongsberg og omegn Afasiforening

May Britt Kløverød
Nypeveien 27
3032 DRAMMEN
Tlf: 900 35 023
may.britt.kloverod@ebnett.no

Ringerike og omegn Afasiforening

Lise Bye Jøntvedt
Brutorget 8
3510 HØNEFOSS
Tlf: 47 34 55 21
E-post: oekr-j@online.no

Telemark Afasiforening

Turid Nilsen
Krabberødveien 14b
3960 STATHELLE
Mobil: 95 20 60 76
E-post: bjornarenilsen@gmail.com

Sør-Rogaland Afasiforening

Gro Tingvik
Hordaveien 2B
4307 SANDNES
Tlf: 905 11 317
E-post: gro.karin.tingvik@gmail.com

Agder Afasiforening

Turid Iddmark Bjerland
Slettebrotan 101 B
4715 ØVREBØ
Tlf: 41 30 30 34
E-post: tu.iddmark@gmail.com

Afasiforeningen for Bergen og omegn

Ågot Valle
Eidsvågveien 21A
5101 EIDSVÅGNESET
E-post: agot.valle@gmail.com
Tlf: 930 63 624

Ingjerd Haukeland

Vassteigen 98
5141 Fyllingsdalen
Tlf: 906 51 813
Epost: i-haukel@online.no

Sunnhordland Afasiforening

Elin Legland
Uskedalsvegen 120
5463 USKEDALEN
E-post: elin.legland@logopednet.no

Haugaland Afasiforening

Per Gunnar Stornes
Jeppeveien 14
5538 HAUGESUND
Tlf: 41 32 23 21
E-post: pergstor@gmail.com

Ålesund og omegn Afasiforening

Aud K. Wiklund
Lerstadveien 168
6014 ÅLESUND
Tlf: 975 00 234
E-post: aalesundafasi@gmail.com

Afasiforeningen for Ytre Nordmøre

Eli Stene
Slettvågveien 28
6533 AVERØY
Tlf: 47 65 45 79
E-post: eli.stene@hotmail.com

Afasiforeningen i Trøndelag

Nils Magne Røstum
Anders Hovdens veg 38
7224 MELHUS
Tlf: 40 87 01 10
E-post: klatring@epost.no

Bodø/Salten Afasiforening

Hans Birkelund
Tortenvæien 1
8215 Valnesfjord
Tlf: 90 79 15 55
E-post: hansbirkelund@sbnnett.no

Narvik og omegn Afasiforening

Lena Klingan
Kongens gt 51
8514 NARVIK
Tlf: 415 99 126
E-post: narvikafasiforening@gmail.com

Brønnøy og omegn Afasiforening

Anne Marie Degerstrøm
Seljeholmen Nord 8B
8907 BRØNNØYSUND
Tlf: 75 02 23 07
E-post: ann-dege@online.no

Harstad og omegn Afasiforening

Ragnhild Fosseide
Bratthollet 11
9414 HARSTAD
Tlf: 997 90 757
E-post: ragfoss@hotmail.com

Afasiforeninga for Tromsø og omegn

Hogne Jensen
Mikael Olsens vei 46
9022 KROKELVDALLEN
Tlf: 99 16 80 21
Epost: hogne@afasi.no

Midt-Troms Afasiforening

Gørill Hallangen
Elvelund 26
9310 Sørreisa
Tlf: 46 43 31 66
E-post: gorill@sehunsnakker.no

Alta Afasiforening

Odd-Runar Dahl Kåven
Holmen 79
9518 ALTA
Tlf: 99 48 35 10
Epost: oddrunar@hotmail.com

Sør-Varanger Afasiforening

Egil M. Persen
Øbergveien 22
9910 Bjørnevatt
Tlf: 90 74 86 55
E-post: empersen@gmail.com

Likepersonskontakter i afasiforeningene

Afasiforeningen i Østfold

Torild Skår Tomren
E-post: t-tomren@online.no
Telefon: 92 45 62 21

Afasiforeningen for Oslo og omegn

Frithjof Funder
E-post: hfunder@online.no
Telefon: 90 96 12 65

Asker og Bærum Afasiforening

Hanne Pedersen
Epost: hannepf@online.no
Tlf: 97 57 87 85

Aurskog-Høland Afasiforening

Elisabeth Brekken
E-post: a-brek3@online.no
Telefon: 95 99 87 76

Romerike Afasiforening

Trond Vestby
E-post: trond.vestby@hotmail.no
Telefon: 99 35 63 75

Kongsvinger og omegn Afasiforening

Vidar Hoel
E-post: vida-hoe@online.no
Telefon: 90 50 80 08

Tone Elin Eriksen

Epost: tone.elin.eriksen@gmail.com
Tlf: 97 61 83 52

Vestfold Afasiforening

Jostein Hildrum
E-post: josteinildrum@gmail.com
Telefon: 91 10 15 50

Drammen og omegn Afasiforening

May Britt Kløverød
E-post: may.britt.kloverod@ebnett.no
Telefon: 90 03 50 23

Ringerike og omegn Afasiforening

Eivind Dybendal
E-post: eivind11@online.no
Telefon: 99 28 98 57

Telemark Afasiforening

Turid Nilsen
E-post: turid.nilsen@hotmail.com
Telefon: 95 20 60 76

Sør-Rogaland Afasiforening

Gro Tingvik
E-post: gro.karin.tingvik@gmail.com
Telefon: 90 51 13 17

Agder Afasiforening

Turid Iddmark Bjerland
E-post: tu.iddmark@gmail.com
Telefon: 41 30 30 34

Haugaland Afasiforening

Morten Dagsland
E-post: mdagsla@gmail.com
Telefon: 48 36 84 85

Afasiforeningen for Bergen og omegn

Bernt Olaf Ørnes
E-post: bernt_olaf@hotmail.com
Telefon: 90 95 75 65

Ålesund og omegn Afasiforening

Aud Wiklund
E-post: aalesundafasi@gmail.com
Telefon: 97 50 02 34

Afasiforeningen for Ytre Nordmøre

Eli Stene
E-post: eli.stene@hotmail.com
Telefon: 47 65 45 79

Afasiforeningen for Trøndelag

Marit Andersen
Epost: andersen.marit@hotmail.com
Telefon: 97 04 01 38

Bodø og Salten Afasiforening

Hans Birkelund
E-post: hansbirkelund@sbnnett.no
Telefon: 90 79 15 55

Brønnøy og omegn Afasiforening

Anne Marie Degerstrøm
E-post: an-dege@online.no
Telefon: 97 73 19 96

Narvik og omegn Afasiforening

Lena Klingan
E-post: narvikafasiforening@gmail.com
Telefon: 41 59 91 26

Harstad og omegn Afasiforening

Astrid Hokland
Telefon: 48 11 85 07

Afasiforeninga i Tromsø

Terje Hebnes
E-post: terjehebnes@outlook.com
Telefon: 90 53 44 45

Sør-Varanger Afasiforening

Egil Marius Persen
E-post: empersen@gmail.com
Telefon: 90 74 86 55

HAST-permen er nå på nett



HAST er et kartleggingsmaterieell for logopeder, laget for i akuttfasen og opprinnelig publisert i 2010.

Afasiforbundet har utviklet nettstedet hast.afasi.no i samarbeid med Frifugl som en videreføring av permen.

På nettsiden får du tilgang til innholdet fra permen i form av PDF-dokumenter. I tillegg finnes nettleserbaserte verktøy, som både kan benyttes som øvelser med pasient, og som verktøy for skåring når utskrevet materiale benyttes til screening.

Pris medlem kr 950,- Ikke medlem: kr 1.350,-
Bestilles på afasi.no/nettbutikk

HAST-permen er opprinnelig utviklet av Logopedtjenesten Helse Bergen, ved Haukeland universitetssjukehus. Forfattere er Tone Sandmo, Ingjerd Haukeland og Synneve Stoller. Illustrasjon: Håvard Hegdal



a

ALFESS™

aller

DET NYESTE INNEN ELEKTRISK DROPP-FOTORTOSE

ALFESS Fotløftsystem er utviklet for å hjelpe deg som har droppfot til å gå mer naturlig og stabilt, med bedret selvtillit og trygghet.

Den avanserte ALFESS-teknologien gir små, elektriske impulser til nerver og muskler for å løfte foten, slik at man får økt mobilitet og en bedre gange. ALFESS kan også benyttes til passiv trening mens du sitter eller ligger.



Mer robust enn tidligere systemer.
Støv- og vanntett.



Innebygget oppladbart batteri. Lades opp via en USB-/magnetkabel



Skandinavisk design og så slank at den er tilnærmet usynlig under vanlige klær.



Innebygde elektroder i rustfritt stål som aldri behøver byttes.

- Styres med en enkel app på mobilen, en liten fjernkontroll eller direkte på systemet – valget er ditt.
- Systemet leser underlaget og tilpasser seg deretter for å gi en naturlig gange uten noen sensor i skoene.
- Løfter foten like mye med mindre strøm enn tidligere og gir derfor mer komfortabel.
- Lett og ta av og på med en hånd og enkelt å plassere riktig rundt leggen.

Ønsker du å prøve ALFESS, ta kontakt med ditt ortopediske verksted eller Alfimed på telefon 92 49 88 00 eller info@alfimed.no

alfimed