

Anhörigprojektet:

“Satsningen handlar om att försöka ge anhöriga livsenergi och träffa andra som delar ens erfarenheter så att man orkar vidare.”

TEMA:

**Arbetslivsinriktad  
rehabilitering**

## Livet efter

- vägen tillbaka efter hjärnskadan

**Ansvarig utgivare**

Meta Wiborgh

**Redaktör**

Kerstin Orsén

**Redaktionskommitté**

Meta Wiborgh, Johan Beckman  
Marie-Jeanette Bergvall  
Pia Delin Stadig  
Wellamo Ericson

**Grafisk form & layout**

Kerstin Orsén

**Omslag**

Göran Göransson.  
Foto: Johan Beckman

**Adress**

Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft  
Nybohovsgränd 12, 1 tr  
117 63 Stockholm

Telefon: 08-447 45 30

E-post: info@hjärnkraft.se

Hemsida: www.hjärnkraft.se

**Tidningen utkommer**

med 4 nummer per år.

**Prenumerationspris**

220 kronor per år.

**Medlemsavgift:**

Enskild 200 kronor/år.

Familj (på samma adress)

280 kronor/år.

Postgiro: 10 59-5

**Hjärnskadefonden,**

SFI-kontrollerat 90-konto

för insamling:

PG 90 05 07-5



**Tryck**

GL-Tryck, Kristianstad 2015.

ISSN 1651-5714

Kopiera gärna artiklar och citera ur tidningen  
men ange alltid källa.



## Ordföranden har ordet

*Kära vänner!*

**J**ag hoppas att alla kan glädja sig åt denna fantastiska årtid, då så mycket händer i naturen, då vi vet att det kan vara svårt för många att komma ut och njuta av allt det fantastiska som sker. "Tillgänglighetsbarometern" som nu har genomförts i ett antal år av Agenda PR i samarbete med Humana och Hjärnkraft, ger en bild av hur det ser ut i olika kommuner. Det går lite upp och ner, men tyvärr händer det inte så mycket som vi önskar när det gäller tillgängligheten. Om du vill veta hur just din kommun ligger till kan du vända dig till Hjärnkrafts kansli.

**Vi drar tillsammans** med RTP igång projektet "Modeller för livslång, individanpassad rehabilitering, stöd och service för personer med traumatisk hjärnskada". Projektet sträcker sig över tre år och tänker sig kartlägga nuläget för gruppen inom åtta områden. Det ska mynna ut i en flödesbeskrivning där patientens väg mellan olika aktörer/områden i rehabiliteringskedjan identifieras och hur denna process i verkligheten fungerar. Vi deltar även i flera andra intressanta projekt, "Det utsagda" är ett, som kommer belysa kommunikationsproblematik som kan finnas mellan vuxna och barn i familjer med funktionsnedsättning.

**I april presenterade** Stiftelsen Forska Sverige sin slutrapport från projektet "Agenda för hälsa och välbefinnande". Man presenterade i denna rapport 14 åtgärdsförslag inom fyra fokusområden i life science området. Flera regeringsrepresentanter deltog och avslutningstalaren, Mikael Damberg, höll ett intressant anförande om vikten av utvärdering av vårdinsatser och samverkan mellan vårdaktörer.

**21 maj höll HSO** sin årskongress. Där valdes medlemmen i Hjärnkraft, Stig Nyman, till ny ordförande. Stort grattis till Stig och till oss själva! Stig har stor erfarenhet från landstingspolitiken och han är väl förtrogen med vår målgrupp! Läs mer via länken: <http://hso.se/press/Senaste-nytt/Stig-Nyman-vald-till-ny-ordforande-i-Handikappförbundet/> NTF har även haft kongress. Hjärnkraft deltog som ny medlem och kunde glädjande konstatera att vår hjärtefråga kring behovet om lag på användandet av cykelhjälm var på agendan.

**En annan sak** som påverkar möjligheten att komma ut och att kunna leva som alla andra är möjligheten att få stöd och hjälp, i sin vardag. LSS-arbetsgruppen inom Hjärnkraft har nu skickat ut sin enkät. Snälla du svara!! Vi behöver detta underlag när vi ska föra diskussioner med beslutsfattare. (Läs mer på sid 4).

*Med tillönskan om en fin sommar till er alla!*

**Ett liv som räddas  
ska också levas!**

**Meta Wiborgh**  
Förbundsordförande





Johan Beckman är ny förbundssekreterare på Hjärnkraft.

Foto: Kerstin Orsén.

## Välkommen till Hjärnkraft, Johan Beckman

Johan Beckman blir ny förbundssekreterare och kanslichef för Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft i samband med att tidigare förbundssekreterare Marie-Jeanette Bergvall övergår till att bli projektledare för det treåriga rehabiliteringsprojekt. Johan Beckman kommer närmast från Frösunda, dessförinnan Misa, där han varit verksamhetschef. Han är arbetsterapeut i botten och berättar här om varför personer med förvärvade hjärnskador ligger honom varmt om hjärtat.

**A**tt göra de osynliga hindren synliga. Det var de första utmaningarna jag stötte på år 2010 när jag, efter några år inom daglig verksamhet för personer med inlärningssvårigheter, kom till en arbetsinriktad daglig verksamhet för personer med förvärvade hjärnskador. Här träffade jag läkare, professorer, hantverkare med flera som alla hade en önskan att komma tillbaka till någon form av arbete.

De osynliga hindren låg både hos personerna själva men framför allt hos omgivningen. Att se resurserna inom var och en istället för att fokusera på hinder har hela tiden varit mitt mål. Som arbetsterapeut har jag lärt mig att det är viktigt med helhet i livet. Allt består inte bara av en sak: jobb, fritid, träning eller annat aktivitet. Balansen mellan de olika områdena är viktigast.

Den enskilda individens egen motivation är nyckeln till framgång. Därför har jag fokuserat på att hitta motivationen. Det är inte alltid lätt, men när det lyckas ger det mig mer drivkraft och engagemang kring frågor gällande denna grupp. Ingen annan

grupp har dessa tuffa förutsättningar i samhället och har ett "före" och "efter" att referera till. Detta tillsammans med kognitionsproblematik gör det tufft för många med förvärvade hjärnskador. Att ge vardagen struktur och klara av att planera sin vecka kan kräva stöd, ibland hela livet. Det är det få utomstående som förstår.

Nu börjar en ny utmaning för mig som förbundssekreterare: att göra de osynliga hindren tydliga ute i samhället, för allmänheten och våra politiker. Jag tar med mig erfarenheterna från dessa år och tänker att olika är bra, annorlunda är bra. Det berikar och jag tror fullt och fast att människor med förvärvad hjärnskada kan leva bra liv med bra stöd och rätt förutsättningar. Min uppgift är att hjälpa till att göra dessa till de allra bästa!

Kontakta mig gärna om ni har frågor. Jag hoppas att vi ses på ordförandekonferensen i höst! På återseende!

Johan Beckman  
Tel: 08-447 45 33

E-post: [johan.beckman@hjarnkraft.se](mailto:johan.beckman@hjarnkraft.se)

## Ur innehållet

### 02 Ledaren

Hjärnkrafts ordförande har ordet.

### 05 Rapport

Om LSS-gruppens arbete, bland annat med enkäten som skickats ut.

Tema:

**Arbetslivsinriktad rehabilitering**

### 06 Porträtt

Göran Göransson är tillbaka på nytt arbete efter en hjärnskada.



### 10 Forskningsstudie

Möjligheter och hinder för återkomst i arbetslivet efter förvärvad hjärnskada.

### 12 Få ut fler i arbete?

Läs om ett exempel på hur man arbetar i Örebro.

### 16 Anhörigprojektet

Orka fortsätta vara anhörig!

### 16 LSS-insatserna

...är inte likvärdiga över landet.

### 22 Använd cykelhjälm

Två av tre allvarliga cykelolyckor med skallskador kan undvikas.

### 24 Högspecialiserad vård



### 30 En egen resa

Stödet fungerade hela vägen.

### 34 Boktips





# Rapport från LSS-arbetsgruppen

Vi som ingår i gruppen som tillsattes efter Hjärnkrafts förbundsstämma hösten 2014 är, från styrelsen; Fredrik Färningar, Jan-Olof Dahlin och Meta Wiborgh, dessutom är Anders Jönsson, Skåne med i gruppen, och därtill vår nye förbundssekreterare Johan Beckman.

Text:  
**Meta Wiborgh**

**G**ruppen har träffats ett antal gånger och tillsammans tittat på aktuella lagrum och diskuterat högt och lågt om hur tillämpningen av dessa i verkligheten går till. Vi har nu identifierat ett antal områden där vi ser särskilt stora behov av stöd: som prövningsrätten, vad gäller vid ansökan om assistans, intygsproblematik och vikten av goda underlag i ansökningar samt sist men inte minst vilka rättigheter finns inom LSS.

**LSS**

**Vi vill åstadkomma** en checklista, ett lättanvänt dokument. Där man ska

kunna få tips och råd om vad som behöver finnas med i ett läkarintyg, i en ansökan om insats enligt LSS eller i kontakter med Försäkringskassan och andra myndigheter. I arbetet med detta har arbetsgruppen haft en mycket givande träff med juristen Mattias Blomberg från Umeå. Vi kan konstatera att vi har ett stort behov av att kunna diskutera dessa kniviga frågor med en erfaren jurist, som har drivit flera processer i LSS-ärenden.

**Nu behöver vi hjälp** från er med egen skadeerfarhet! Det har gått ut en enkät där vi ber er svara på ett antal frågor kring er vardag. Allt för att få ett heltäckande perspektiv i frågan. Vi hoppas givetvis på hög svarsfrekvens och att resultatet i slutändan motsvarar något medlemmarna efterfrågar.

Vi vill också passa på att tipsa om Assistanskoll.se. En hemsida där man samlar artiklar, har en jämförandeservice av assistansanordnare samt ger tips och råd kring frågor om assistans! ■

ANNONS

## Rehabilitera dig på Valjeviken eller Humlegården!

På Neuroförbundets anläggningar Valjeviken och Humlegården har du möjligheter att under hela året komma på rehabilitering. Vi tar emot patienter från hela Sverige.

Valjeviken erbjuder:

### Rehabilitering/träning

– med sjukgymnast, arbetsterapeut och kurator

### Rekreation

– i en vacker, rogivande miljö, boende med hotellstandard

### Diagnoskurser

– ALS, MS, MG, Parkinson, Stroke, CP, NMD, Ataxi m.fl.

### Aktivitetskurser

– testa dina gränser

Humlegården erbjuder:

### Rehabiliteringsprogram, neurologiska diagnoser

– med sjukgymnast, arbetsterapeut och kurator

### Dagrehabilitering/träning

– inom Stockholms läns landsting finns möjligheten att välja dagrehabilitering

### Diagnoskurser

– Lär dig mer om din diagnos, träning och rehabilitering

*Vi hjälper dig att söka kostnadsansvar. Beställ våra broschyrer för mer information!*



Telefon: 0456-151 15



Telefon: 08-598 833 00

*På valjeviken.se finner du också information om utbildningar och kurser på vår folkhögskola samt vårt utbud i Mättinge, Trosa och Sundbyvik, Örebro.*



info@valjeviken.se, www.valjeviken.se / info@humlegarden.a.se, www.humlegarden.a.se

# Ansvar är en moralisk princip - Medaktörskap och information är bara två pusselbitar

Regeringen vill göra en ny "kommunikationssatsning" och informera i samhället om bristande tillgänglighet och FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning. MFD och DO ska nu tillsammans med funktionshinderorganisationer arbeta förebyggande mot diskriminering. Men detta är bara två pusselbitar. Vi har alla ett ansvar att hjälpa till i detta viktiga arbete. Skolan måste arbeta mer kraftfullt. Det skriver Jörgen Lundälv, docent och forskare vid Göteborgs universitet.

Det är bra att regeringen gör en medveten satsning på detta viktiga område. Ordet satsning får mig dock att undra om det är fråga om en "engångssatsning" eller om vi talar om en varaktighet i det förebyggande arbetet.

När vi talar om skadeförebyggande arbete handlar det nämligen alltid om långsiktighet. Det finns inga snabba vinster i ett sådant arbete utan det bygger snarare på ett ihärdigt och långsiktigt förhållningssätt.

I dagarna har jag tagit del av att regeringen har givit den nya funktionshindermyndigheten i Sverige – Myndigheten för delaktighet (MFD) i uppdrag att göra en så kallad kommunikationssatsning för att öka kunskapen och kännedomen om FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning.

Arbetet ska ske i samarbete med Diskrimineringsombudsmannen (DO). Projektet sträcker sig under åren 2015-2017.

Målet är att förebygga diskriminering av personer med olika funktionsnedsättningar. Att informera om innehållet i konventionen är en stor uppgift och man ska nu rikta information till statliga myndigheter, kommuner och organisationer men även till enskilda personer.

## Medaktörskap och lärande

Det finns mycket värdefull kunskap och erfarenhet inom såväl funktionshinderorganisationer som patientföreningar och anhörigföreningar. Att personer som är aktiva i dessa föreningar kan komma

till tals och även informera om konventionen, rättigheter och diskriminering är mycket viktigt och bör spridas och stimuleras mer i samhället än vad som är fallet idag.

Det handlar nämligen om lärande.

I ett uttalande säger Åsa Regnér, barn, äldre- och jämställdhetsminister att "det är särskilt viktigt att genomföra arbetet i nära kontakt med funktionshinderorganisationerna och att engagera personer med funktionsnedsättning i arbetet, bland annat för att visa på effektiva vägar att motverka diskriminering" ([www.mdf.se](http://www.mdf.se)).

”

*Lärare och pedagoger har också ett ansvar att aktivt och långsiktigt jobba med frågorna och koppla WHO-rapporten till lärande om utsatta människors livssituation, delaktighet och tillgänglighet.”*

Enligt min mening måste man även inkludera personer som inte är aktiva i intressepolitiska organisationer och föreningar. Det finns personer med funktionsnedsättningar och närstående som inte är organiserade och har mycket kunskap och erfarenheter av till exempel hur tillgängligheten kan stärkas.



Foto: Dreamstime

## Utbildning och WHO

För fyra år sedan kom världshälsoorganisationen WHO ut med en unik rapport om funktionsnedsättningar. Rapporten "World Report on Disability" (WHO, 2011) lämnar flera bra förslag på strategier hur funktionshinderpolitik, delaktighet och tillgänglighet ska kunna förbättras och utvecklas.

I rapporten nämns till exempel att utbildning och lärande i skolan om funktionshinder och funktionsnedsättningar kan stärkas. För att regeringen ska kunna lyckas med ett långsiktigt förebyggande arbete mot diskriminering är det enligt min mening angeläget att också aktörerna på utbildningsområdet, det vill säga skolan, engageras i arbetet. Lärare och pedagoger har också ett ansvar att aktivt och långsiktigt jobba med frågorna och koppla WHO-rapporten till lärande om utsatta människors livssituation, delaktighet och tillgänglighet. I debatten har det hittills varit tämligen tyst om WHO-rapporten. Återstår att se vilka långsiktiga effekter som regeringens nya kommunikationssatsning kommer att få.



Foto: Göteborgs universitet

## JÖRGEN LUNDÄLV

Docent i socialt arbete och funktionshinderforskare.

# Livet efter

– vägen tillbaka till arbete efter en hjärnskada

Den här historien börjar den 13 november 2010. Göran Göransson arbetade och levde sin dröm som riksinstruktör på Svenska Fotbollsförbundet. Han hade en karriär som aktiv fotbollsspelare bakom sig, uppdrag som förbundskapten för U-21 landslaget och scout åt dåvarande förbundskaptenerna Tommy Söderberg och Lars Lagerbäck.

Text & foto:

Johan Beckman

johan.beckman@hjarnkraft.se

## Definition:

Subarachnoidalblödning är blödning mellan hjärnan och de tunna vävnader som täcker hjärnan. Området kallas subarachnoidalrummet.

**H**an stod den här dagen och föreläste för svenska elittränare. Lunchen närmade sig och Göran tog allt längre konstpauser. Under lunchen hittade man Göran på toaletten avsvimmad. Med ilfart fördes han till Karolinska sjukhuset och neurokirurgen där man konstaterade en subarachnoidal hjärnblödning med påverkan även på djupare strukturer. Därefter sövdes han ned under fem veckor.

Hans första riktiga minne är från avdelning 80 på Rehabiliteringsmedicinska kliniken vid Danderyds sjukhus. Som många andra skadade minns Göran inte vad han varit med om. Att förstå vad som hänt var och är väldigt abstrakt. Detta trots läkares beskrivning och journalutskrifter som beskriver påverkan på rumsuppfattning, minnet, förvirring och inledningsvis rent fysiska problem med gång och koordination.

**Innan skadan levde Göran** med fotboll dygnet runt på mycket hög nivå. Hans jobb var hans fritid och passion. Han var en del av en mycket dynamisk organisation där alla drevs av samma intresse FOTBOLL! Han deltog i staben vid flera EM och VM. Vid midsommar 2011 började dock en helt annan kamp för Göran. Efter utskrivning blev kommunens stödinsatser att sätta in hemtjänst med 70 timmar per vecka för att Göran "skulle klara sin vardag". Att från att vara en självständigt tänkande individ bli controller över det flöde av människor som kom och gick i Görans hem var inte lätt.

Göran Göranssons jobb inom fotbollen var också hans fritid och passion.



Foto: Dreamstime.





...arbetsminne, korttidsminne och hjärntrötthet var områden som framför allt påverkade den generella arbetsförmågan.

Göran Göransson ser ljus på framtiden. Fokus ligger på arbetet och få rutin på detta. Mycket energi till annat i livet finns inte.

**Utan hjälp från** Görans anhöriga och en god vän skulle dock denna situation varit betydligt svårare. Anpassningen till den nya verkligheten var inte lätt utan tog tid och krävde mycket energi och motivation.

Kanske är det just Görans tidigare erfarenhet av att arbeta i mycket motivationsdriven idrottsvärld som har hjälpt honom att komma tillbaka så pass bra?

Årsskiftet 2011/12 beslutar sig Göran för att dra ned på hemtjänsten och försöka klara sig själv mer. Han fortsätter på sin dagrehabilitering på Arbetsrehabiliteringen på Danderyds sjukhus. Hans arbetsplats möjliggör även en kontakt med KBT-psykolog.

Vid midsommar skrivs Göran ut och hamnar i det "svarta hålet" det vill säga all rehabilitering är nu avslutad och ingen planering för framtiden finns. Vare sig kommun eller landsting har någon idé om vad man nu ska göra.

**I denna veva ansöker** Göran om en God man som nu tar tag i situationen. Kontakt tas med Försäkringskassan och sedan även Arbetsförmedlingen för att nå Görans mål om någon form av återgång till arbete.

Våren 2013 provar Göran att arbetsträna på sin gamla arbetsplats en första omgång med varierande resultat. Via arbetsförmedlingen påbörjas därför ett uppdrag hos den upphandlade leverantören Misa. Misa är i grunden en arbetsinriktad daglig verksamhet som arbetar med tjänster inom LSS/SoL på uppdrag av kommuner. Men även som i detta fall i en upphandlad tjänst via Arbetsförmedlingen.

**Först gick man igenom** hur vardagen såg ut för att se vilka resurser Göran besatt. Självständighet för att delta i olika aktiviteter men även vilka behov av stöd som fanns i vardagen var huvudfokus. Man såg här att arbetsminne, korttidsminne och hjärntrötthet var områden som framför allt påverkade den generella arbetsförmågan. Utöver detta var förståelsen för sin situation och det psykiska välmåendet faktorer som starkt påverkade.

Därefter gick man tillsammans igenom vad Göran hade för möjligheter till återgång till arbete på sin gamla arbetsplats. Tydliga arbetsuppgifter togs fram i samråd med arbetsplats, Misa och Göran där syftet >>>

“

*Vid midsommar skrivs Göran ut och hamnar i det "svarta hålet" - all rehabilitering är nu avslutad och ingen planering för framtiden finns.”*



*I det här fallet är det ingen brist på engagemang, tvärt om. Man har lagt ned mycket tid på att planera tillsammans med Göran och gör även så fortlöpande.”*

>>> - Arbetet ger känsla av sammanhang och något att falla tillbaka på när andra saker i vardagen kan kännas svåröverkomliga, säger Göran Göransson.



var att träna den generella arbetsförmågan och framför allt korttidsminnet och arbetsminnet.

Konkret innebar detta tydligt begränsad arbetstid med instruktioner om start, pauser, lunch och avslut. Själva arbetsuppgifterna bestod av att Göran skulle granska inspelat videomaterial från matcher på aktuella landslagsmotståndare i olika åldersklasser. Moment för moment skrevs ned i instruktioner och tränades in allteftersom. Träningen pågick till och med våren 2014.

#### **Anställning i sikte?**

Arbeträningen för många hjärnskadade är generellt väldigt situationsbunden. Det har att göra med att individen lär sig just denna miljö, att arbetsuppgifterna sker på samma sätt, vid samma dator och så vidare. Denna insikt är inte alltid allenarådande i samtal med Arbetsförmedling och Försäkringskassa. Arbetsförmåga ses där som något generellt och statiskt och därför kan preciseras i en procentsats i intervall om 25, 50, 75 eller 100 procent. Det är alltför många gånger möjligheten till anställning efter en hjärnskada faktiskt faller på just på detta regelsystem. I Görans fall fanns tyvärr inte i slutändan möjligheten till anställning på hans gamla arbetsplats. Och därför återstod att byta arbetsplats.

Vid årsskiftet 2013/2014 tas därför en kontakt med sportsligt ansvarige i Täby FK, Stefan Olsson. Här börjar tankarna kring

ett utbyte möjligheter mellan Täby FK och Göran. Idén är att Täby FK har behov av Görans gedigna kunskaper kring fotboll och Göran i sin tur har behov av en strukturerad och förstående arbetsmiljö. Arbetsförmedlingen ser positivt på samarbetet och föreslår en utvecklingsanställning på 50 procent på Täby FK. I denna veva avslutas även uppdraget för MISA, som då pågått i drygt ett år.

**Vid samtal med** arbetsgivaren framkommer att man som arbetsgivare gjort en gedigen planering kring upplägg och vilka resurser som krävs för att lyckas. Att som företag få ekonomisk ersättning från Försäkringskassan är inte hela bilden. Bakom en fungerande arbetsdag ligger mycket engagemang och planering från både arbetsgivare och självklart arbetstagaren. I det här fallet är det ingen brist av engagemang tvärt om. Man har lagt ned mycket tid på att planera tillsammans med Göran och gör även så fortlöpande. A och O är planering av veckan för Göran.

Att som arbetsgivare engagera sig så som i detta fall, hör till ovanligheterna. Vad som ofta glöms bort i dessa processer är vilken positiv påverkan det innebär både för en själv och i arbetsgruppen att faktiskt ge en annan individ en chans.

Hur ser framtiden ut? Vad anställningen betyder för Göran själv är nog svårt att sätta ord på. För balansen i livet betyder den allt!





Det ger känsla av sammanhang och något att falla tillbaka på när andra saker i vardagen kan kännas svåröverkomliga.

Görans vardag styrs mycket av behovet av att få hjälp med att komma ihåg saker. Till sin hjälp har han då bland annat fått stöd via Arbetsförmedlingen med en tydlig kalenderfunktion till sin mobil. Trots detta är det ändå en stor arbetsinsats av både Göran själv och arbetsgivare som krävs för att bibehålla den struktur som krävs.

Att sätta det i tidsperspektiv är svårt men att Görans halvtids-tjänst kräver dubbelt av hans resurser är nog i underkant. Göran och Täby FK har ett gott samarbete där båda har gått in i detta med föresatsen att det är ett utbyte. Båda ska vinna på samarbetet. Det är viktigt inte bara för Göran utan även för klubben som trots Arbetsförmedlingens stöd har knappa resurser precis som många andra föreningar.

Görans syn på framtiden är ljus och ett stort fokus ligger på arbetet och få in rutin i detta. Mycket energi över till planering av annat i livet finns inte.

**Reflektioner.** Att efter en svår hjärnskada komma tillbaka till arbete är inte lätt. Många faktorer spelar emot. Idag räddas många människor till ett liv där samhället inte klarar av att hantera behovet av, många gånger, livslångt stöd. Hjärnan är fantastisk plastisk men väl skadad behöver den hjälp att återhämta sig och då krävs konkreta insatser av kunnig personal och över tid.

Stödet måste ges utifrån den skadades förutsättningar och livssituation för att man framgångsrikt kunna återgå till en något sånär normal livssituation och åter bli produktiv medborgare. Den förståelsen har man idag inte inbyggt i vårt välfärdssystem.

Att ha en hjärnskada innebär idag ett stort avkall i livet som inte skulle behöva vara så stort. Det beror till stor del på ett systemfel, där samordning och uppföljning saknas och att den skadade själv inte klarar att styra hela rehabiliteringen. Så jag upprepar Hjärnskadeförbundet Hjärnkrafts devis – Ett liv som räddas ska också vara värt att leva! ■



Foto: Dreamstime.



Foto: Dreamstime.

## Ekonomiskt stöd till arbete

Generellt lämnas ekonomiskt stöd till arbetsgivaren som bidrag för att ge extra resurser vid anställning av personer med funktionsnedsättning. Nedan följer en uppräknig av de former som finns idag:

**Lönebidrag.** Om din nedsatta arbetsförmåga påverkar arbetsuppgifterna kan arbetsförmedlingen tillsammans med dig och arbetsgivaren anpassa arbetssituationen så att den passar dig bättre. Arbetsgivaren kan kompenseras ekonomiskt med ett lönebidrag. Lönebidrag lämnas under längst fyra år.

**Utvecklingsanställning.** Om du behöver ett anpassat arbete där du kan utveckla din arbetsförmåga kan en utvecklingsanställning vara ett alternativ. Då får du arbetsledning och möjlighet att prova ut arbetshjälpmiddel samt utbildning om det skulle behövas.

**Trygghetsanställning.** Om du har behov av en mer anpassad arbetssituation med en långsiktig lösning kan en trygghetsanställning vara ett alternativ.

**Skyddat arbete.** Om du har varit borta länge från arbetslivet och har svårt att komma in på arbetsmarknaden kan en skyddad offentlig anställning vara det bästa alternativet. Anställningen pågår under en begränsad tid och är ett utmärkt tillfälle att få färskna meriter och erfarenheter.

**Samhall.** Om du behöver ett arbete med mycket arbetsledning kan Samhall vara en lämplig arbetsgivare. Inför en sådan anställning kan Arbetsförmedlingen komma överens med dig om målet med din anställning.

**Starta eget.** Om du har du en bra affärsidé är kanske ett eget företag det bästa alternativet. Efter en särskild utredning kan Arbetsförmedlingen ge dig ett bidrag som underlättar för dig att starta ett företag.

**Fakta hämtat från:** [www.arbetsformedlingen.se](http://www.arbetsformedlingen.se)

# Möjligheter och hinder för återkomst i arbetslivet efter förvärvad hjärnskada

Doktorand Marie Matérne och hennes handledare Thomas Strandberg beviljades forskningsmedel från Hjärnkrafts hjärnskadefond för att genomföra en studie om "Återkomst i arbetslivet efter förvärvad hjärnskada". Här presenteras en sammanfattning av den första delstudien.

**Text:**  
Marie Matérne och  
Thomas Strandberg

S yftet med forskningsstudien var att öka kunskapen om möjligheter och hinder för återkomsten i arbetslivet för personer som förvärvat en hjärnskada. Fem män och fem kvinnor i åldrarna 18-55 år intervjuades om sina erfarenheter av rehabiliteringsprocessen. Alla som deltog i studien hade förvärvat en hjärnskada genom stroke, hjärntumör eller trauma. Alla hade återkommit i arbetslivet på minst 50 procent och arbetat minst ett år efter hjärnskadan, när intervjuerna gjordes. Intervjuerna berörde områden inom arbetsliv, rehabilitering, stöd för återkomst i arbetslivet och framtida planering.

Studien var godkänd av en forskningsetisk kommitté och deltagandet var frivilligt. Intervjuerna spelades in på band och skrevs ut till text. Under hela analysarbetet jobbade Marie och Thomas tillsammans för att inte tappa bort viktiga delar av textmaterialet.

Analysen resulterade i tre teman som belyser möjligheter och hinder för återkomsten i arbetslivet. De tre temana är:

1. Individuellt anpassad arbetsrehabilitering
2. Motivation för återkomst i arbetslivet
3. Kognitiva förmågor och oförmågor.

**Det första temat** som handlar om den individuellt anpassade arbetsrehabiliteringen innefattar betydelsen av att hela processen utgår från individuella behov. Det kan illustreras med ett citat som vittnar om bekräftelse och acceptans. Personen kunde genom ett individuellt anpassat bemötande från arbetsgivaren

komma tillbaka i arbetslivet i den takt som hon själv orkade.

*"Men så gjorde vi som ett litet avtal med mig. Två gånger i veckan skulle jag gå till kafferasten på förmiddagen och vara med och först så skulle jag inte säga någonting. Men så blev jag liksom kvar och gick och småpratade med än den ena än den andre och rätt som det var så säger min chef:*

*– Nä, nu måste du börja arbetsträna för du är ju här hela tiden i alla fall."*

**Det andra temat** handlade om motivationen för återkomst i arbetslivet. Alla deltagare i studien var motiverade att arbeta, många kunde till och med vara för motiverade.

Detta innebar att en del kom tillbaka i arbetet för snabbt efter skadan eller arbetade för mycket. Flera av dem berättade om "bakslag" på grund av att motivationen var för hög. Det gäller alltså att ha motivation på rätt nivå för att orka ett hållbart arbetsliv. En deltagare beskrev hur hon gjorde en målbild över sin återkomst i arbetslivet för att kommunicera den bilden med omgivning. På så sätt kunde hon få stöd av personer i hennes närhet när hon mötte motgångar och svårigheter.

*"När man inte har språk så kan man använda en bild [för att kommunicera]. Nu hade jag en gammal bild som jag hade jobbat med på jobbet. Så jag gjorde en bild av hur jag ville att det skulle se ut [med arbetsrehabiliteringen] och så visade jag den."*

**Det tredje temat** handlade om de kognitiva förmågorna och oförmågorna som möjliggjorde eller hindrade i arbetslivet. Flera av de intervjuade hade förlorat vissa kognitiva förmågor, vilket gjorde att det blev viktigt att hitta strategier som kompenserade för dessa förluster. I följande citat illustreras hur en person tar mobiltelefonen till hjälp för att påminna om möten.

*"Ja, just det här att jag kan glömma möten och tider, att jag inte kommer ihåg. Det här*



Foto: Dreamstime.



Foto: Josefina Gran.

Marie Matérne och Thomas Strandbergs delstudie ska presenteras på en forskningskonferens i Bergen i maj och planeras att publiceras i vetenskaplig tidskrift ”.

*att titta framåt kan vara liksom svårt. Jag är här och nu. Nu gör jag det här och ... om en halvtimme det där. Sen kan jag likt förbaskat ha glömt det där om en halvtimme och det är därför jag har den [mobiltelefonen] på en kvart, så den talar om en kvart innan att nu är det dags.”*

Utifrån resultaten argumenteras för att det är viktigt med stöd under hela arbetsrehabiliteringsprocessen som ofta kan pågå länge, kanske flera år. När det gäller motivationen är det viktigt med stöd för att hitta rätt nivå i sina ambitioner, ofta kan ett stöd från specialister inom hjärnskadeområdet vara betydelsefullt. Att informera till exempel arbetskamrater om konsekvenserna efter hjärnskada underlättar återkomsten i arbetslivet.

Med information kan förståelse skapas för de svårigheter som kan uppstå till exempel med den kognitiva förmågan.

**Sammanfattningsvis är det viktigt** att anpassa arbetsrehabiliteringsprocessen efter individuella behov, att motivationen är balanserad det vill säga varken för hög eller för låg och slutligen är det bra att så snart som möjligt förstå sina kognitiva möjligheter och svårigheter för att lära sig att kompensera för dessa med hjälp av olika strategier. Att hantera dessa faktorer har ökat möjligheterna för en lyckosam återkomst i arbetslivet efter en förvärvad hjärnskada för deltagarna i studien. I nästkommande studie fokuseras viktiga stödpersoner under arbetsrehabiliteringsprocessen. ■



*Det är viktigt med stöd under hela arbetsrehabiliteringsprocessen som ofta kan pågå länge, kanske flera år.”*

ANNONS

*Det är inte för sent att bli bättre*

*Vi hjälper dig att ansöka om ersättning*



**neuroOPTIMA**

## Effektiv rehabilitering

efter **STROKE** och  
traumatisk hjärnskada

NeuroOptima Forsk Rehab AB Tel. 040-400 950  
kundservice@neurooptima.com  
www.neurooptima.com/se



# Hur kan man arbeta för att få ut fler i arbetslivet?

Text:  
Pia Delin Stadig  
pia.delin@yahoo.se

Sedan 1989 har Activa skapat möjligheter för personer med funktionsnedsättning att finna väg framåt. De arbetar enligt en tre-stegsmodell.

Stiftelsen Activa finns i Örebro län och bildades av Region Örebro län och Örebro kommun. Med hög kompetens, lång erfarenhet och gedigen kunskap vägleder och stöttar de människor att få ett arbete. Tack vare sin bakgrund ser de till individens behov och framtid. Resan till arbete får ta den tid den tar. Människan är i centrum. Målet för arbetet är att låta den arbetssökande och arbetsgivaren känna trygghet och se möjligheter och fördelar med en anställning. Genom åren har tusen personer fått anställning med Activas stöd.

Activa arbetar enligt en modell som tagits fram i samarbete med Örebro universitet och står på tre ben. De är i korthet:

**1. Att nå ett arbete** – personens önskemål och förmåga kartläggs, diskussioner förs med berörda parter för att sedan koordinera insatsen.

**2. Att få ett arbete** – förbereda personen genom arbets träning, praktik eller studier, matchning mot lämplig arbetsgivare samt introduktion och anpassning av arbetsplatsen.

**3. Att behålla ett arbete** – vägledning för att skapa trygghet i anställningen för både personen och arbetsgivaren och förhandling angående fortsatt anställning.

Activamodellen bygger på individens önskemål, kompetens och intresse. Först kartläggs den arbetssökandes prestanda och önskemål. Därefter skaffas ett arbete anpassat till individen.

Örjan Samuelsson är verksamhetschef och berättar om arbetet enligt Supported Employment metoden. De hittar oftast lediga jobb som finns utanför systemen, alltså tjänster som inte är lediga. Det är bra om insatserna från Activa får finnas kvar under lång tid kanske upp till två år. Detta kan vara svårt på grund av de system och regler som Försäkringskassan och Arbetsförmedlingen arbetar efter. Reglerna passar inte alltid personer med funktionsnedsättning som behöver tid innan de klarar av att arbeta fullt ut. Vägen till arbete följer inte alltid en rak linje utan vägen till anställning kan gå upp och ner beroende på t ex hälsotillstånd.

Activas stöd som riktas både till arbetstagare och arbetsgivare är lika viktigt för båda parter. Uthålligheten är 1-2 år men behöver ibland vara längre. Många som kommer till Activa har prövat allt annat och inte lyckats få jobb. Trots det erhåller mellan 50-60 personer årligen anställning och 20 – 30 börjar studera.

Activa har ett brett internationellt nätverk. De arbetar i nära samverkan med det privata näringslivet, den offentliga och ideella sektorn.

1993 fick stiftelsen Activa möjlighet att tillsammans med Arbetsförmedlingen förfoga över 100 lönebidrag för deltagare. Activa är idag en av flera aktörer som arbetar med att stärka människor som står utanför arbetsmarknaden. På grund av detta har Activa ytterligare förfinat och höjt sina interna krav för kvalitet och kompetens.

Varje år delar Activa ut ActivaDraken till en arbetsplats i varje länsdel för att uppmärksamma arbetsgivare och arbetsplatser som under året visat engagemang och tagit emot personer från Activa i sin verksamhet. Företaget ska vara en förebild för andra när



*“Vägen till arbete följer inte alltid en rak linje utan kan gå upp och ner beroende på t ex hälsotillstånd”.*



det gäller bemötande, omtanke och socialt ansvarstagande.

Activa arbetar också med utomlandspraktiker i Tyskland, Italien och Irland. Cirka 100 personer har gjort sådan praktik. Activa har kontakt med mottagande organisationer i det land man ska göra praktik i.

De som ska åka träffas först och får information om allt som kan behövas inför en praktik, sedan lämnas önskemål om arbetsplats till mottagarorganisationen som letar upp praktikplatserna. En handledare är med under första veckan och praktiktiden är fyra veckor. Detta har visat sig vara ett lyft för alla.

Ibland har omgivningen varit negativ till praktiken och inte trott att de som ska åka skulle klara av det. Det visar sig att alla som åkt har utvecklats och fått ökat självförtroende när de kommit hem. Det är vanligt att ungdomar som bott hemma flyttar hemifrån och många söker arbete eller utbildning.

Ett bland många exempel på lyckad insatser som Activa bidragit till är en ung kvinna som är döv och gravt synskadad som idag fått en tillsvidareanställning på sminkföretaget Palina AB i Örebro. Där arbetar hon med att



Örjan Samuelsson är verksamhetschef och arbetar med Supported Employment metoden för att få fler i arbete.

### Vill du veta mer?

En sammanställning av det stöd som kan erbjudas via Arbetsförmedlingen finns på deras hemsida.

Läs mer på: [www.arbetsformedlingen.se/For-arbetssookande/Stod-och-service/Fa-extra-stod/Har-du-en-funktionsnedsattning.html](http://www.arbetsformedlingen.se/For-arbetssookande/Stod-och-service/Fa-extra-stod/Har-du-en-funktionsnedsattning.html)

ta emot ordrar och packa produkter. Arbetsgivaren säger att de inte kan vara utan henne. Den anställde är också med som modell när man visar upp sminket. På detta sätt får allmänheten kunskap om att även personer med funktionsnedsättning finns i arbetslivet.

ANNONS:



## Det handlar om dig!

### På väg...igen

kurs för dig med  
förvärvad hjärnskada

Läs mer om våra kurser på  
[furuboda.org](http://furuboda.org)

**FURUBODA**  
Folkhögskola





Foto: Dreamstime.

# Vad krävs av arbetsgivaren beträffande rehabilitering?

Text: Pia Delin Stadig  
pia.delin@yahoo.se

## Arbetsgivarens ansvar:

Arbetsgivaren har ansvar för att arbetstagare får rehabilitering och kan komma tillbaka i arbete enligt arbetsmiljölagen (AML) och lagen om allmän försäkring (AFL).

Ytterligare bestämmelser finns i Arbetsmiljöverkets föreskrifter AFS 2001:1 och AFS 1994:1 samt lagen om förbud mot diskriminering i arbetslivet på grund av funktionshinder (1999:132).

Om man skadas eller drabbas av en sjukdom när man har en anställning är arbetsgivaren ansvarig för rehabiliteringsåtgärderna på arbetsplatsen. (AFS 1994:1)

Arbetsmiljölagen reglerar arbetsgivarens skyldighet att vidta åtgärder för att underlätta återgången i arbete.

**Vid ett avstämningsmöte** kan rehabiliteringsåtgärder diskuteras tillsammans med den anställde. Då träffas vanligtvis den anställde, Försäkringskassan, den sjukskrivande läkaren och arbetsgivaren. Vid mötet kan även andra som har betydelse för rehabiliteringen delta.

Arbetsgivaren kan i vissa fall få bidrag till arbetshjälpmedel (Förordning 1991:1046 om bidrag till hjälpmedel).

Om den sjukskrivne blivit av med sitt arbete ska Försäkringskassan utreda rehabiliteringsbehovet och samordna insatser från Arbetsförmedlingen, socialtjänsten och andra myndigheter som behövs för att den sjukskrivne ska kunna återgå i arbete eller kunna söka arbete.

**På Arbetsförmedlingen** finns SIUS:s (särskild introduktions- och uppföljnings-stöd) konsulenter som hjälper personer med funktionsnedsättning till arbete samt gör uppföljning hur det fungerar på den nya arbetsplatsen. De hjälper också till med olika hjälpmedel som kan behövas för att utföra arbetet.





**Plats för en familj kvar!**

## Hjärnkrafts sommarläger 2015 för barn och deras familjer

**Tid:** 20 juli – 24 juli 2015

**Plats:** Mättinge utanför Trosa.

Familjer där ett av barnen har en förvärvad hjärnskada är välkomna till Mättinge kursgård.

Föräldrarna umgås med andra i liknande situation, de erbjuds att vara med i en samtalsgrupp med kvalificerad ledare vid två tillfällen, barnen träffar andra barn från de andra familjerna.

För att kunna följa med måste hela familjen vara/bli medlemmar i Hjärnkraft. Ett utförligare program för lägerveckan 2015 finns på [www.hjarnkraft.se](http://www.hjarnkraft.se).

**Är du intresserad kontakta:** Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft Per-Erik Nilsson, tel: 0704-413255, e-post: [info@hjarnkraft.se](mailto:info@hjarnkraft.se)

Välkommen *snarast* med  
din anmälan!



Läs om förra årets läger i Hjärnkraft nr 3-14.

### I korthet



## Stig Nyman vald till ny ordförande i Handikapp- förbunden

Vid Handikappförbundens kongress den 21 maj valdes Stig Nyman till ny ordförande och han efterträder därmed Ingrid Burman, som varit ordförande sedan 2009. Stig är medlem i Hjärnkraft och har under flera år lett våra förbundsstämmor.

Marie-Jeanette Bergvall

ANNONS:

## Skapa nya möjligheter i Östersund



- ✓ Fokuserad träning
- ✓ Social samvaro
- ✓ Motivation

**"Reaktivering"** - kallar vi vår verksamhet som tar vid där den offentliga vården slutar. Vi vänder oss till personer med neurologisk funktionsnedsättning samt deras anhöriga/närstående.

Tillsammans sätter vi upp realistiska mål och hjälps åt att nå framgång, utveckling och ändrad livsstil.

Vi genomför nu ett 3-årigt reaktiveringsprojekt i nära samarbete med den ideella föreningen RAS som fått bidrag från Allmänna Arvsfonden. Vi har ett bra samarbete med goda resultat och uppskattat reaktiveringsarbete.

Dina framsteg är vår belöning  
Kontakta oss för mer information

[www.reactig.se](http://www.reactig.se) - 063-18 12 00

**Reacting AB**  
— när hälsan är viktigast —

# Orka fortsätta vara anhörig

– Som anhörig kan man inte säga upp sig. Ibland skulle man önska det för att man är så slut, ledsen utarbetad, trött och sliten. Många har tappat hela sin bekantskapskrets. Då behöver man träffa andra som vet hur det är. Det säger Ann Hellströmer som är projektledare för Hjärnkrafts nya satsning på anhöriga/närstående.

**Text: Kerstin Orsén**  
**Foto: Ann Hellströmer**

I år storsatsar Hjärnkraft för att stötta anhöriga respektive närstående (här avses fortsättningsvis även närstående när vi skriver anhöriga) till personer med förvärvad hjärnskada.

–Satsningen handlar om att försöka ge anhöriga livsenergi och träffa andra som delar ens erfarenheter så att man orkar vidare. Anhörigsatsningen ska bedrivas på orter i Sverige där det inte finns så utarbetade nätverk inom Hjärnkraft.

**Sundsvall har blivit** pilotstad för satsningen. Ett liknande koncept kommer att användas på flera orter runt om i landet där man bjuder in till öppet möte och följer upp med ett möte med mer aktiviteter. Bland annat har de anhöriga fått berätta om vilket stöd de själva skulle önska:

- Att träffa andra anhöriga för att prata och kanske dricka en kopp kaffe.
- Få mer information om allt ifrån hur man kontakter LSS-handläggare, träffa

läkare och andra inom professionen som berättar om förvärvade hjärnskador och vilket stöd som finns.

- Ha roligt – *Alla kan sjunga* var ett uppskattat inslag på mötet i Sundsvall.

**Vid en tredje träff** deltog Hjärnkrafts nya ambassadör Jessica Falk (läs mer om henne och ambassadörskap i nästa nummer av tidningen) som berättade om sin dotter och familjens erfarenheter.

Det bjöds på hembakade semlor. Sundsvalls tidning har skrivit om träffen, artikeln finns att läsa på [www.hjarnkraft.se](http://www.hjarnkraft.se) under Nyheter i media. Nu ska nätverket i Sundsvall själva arrangera en lokal barn- och ungdomsträff i maj.

– Så skulle vi vilja göra på fler ställen. Vi börjar sondera lite smått i Karlskrona, Kalmar, Umeå, Falun och Lycksele.

**Anhörigsatsningen finansieras** av Socialstyrelsen via ett särskilt statsbidrag som



Foto: Dreamstime.



Hembakade semlor.

ANNONS



## Assistans efter dina önskemål

*Delaktighet - Kunskap - Närhet - Förebilder*

Vår assistans bygger på den kunskap och erfarenhet som vi har på Rehab Station Stockholm av att bedriva framgångsrik neurologisk rehabilitering.

Kontakta Annika Törnsten  
Telefon 08-555 44 172  
[annika.tornsten@rehabstation.se](mailto:annika.tornsten@rehabstation.se)  
[www.rehabstationassistans.se](http://www.rehabstationassistans.se)

**Rehab  
Station**  **Assistans**



Jessica Falk, Ann Hellströmer och Sofie Wennberg vid den tredje träffen.

löper ett år i taget. Det finns fyra delmål:

1. Starta upp anhörignätverk runt om i landet.
2. Utbilda gruppledare för nätverken.
3. Producera ett utbildningsmaterial med inriktning ”Att behålla glädjen i livet” som kan användas i studiecirklar i nätverken.
4. Hitta aktiviteter där syskon/barn får möjlighet att diskutera sina erfarenheter av att leva i en familj som drabbats av förvärvat hjärnskada.

**Lotsar för anhöriga.** Ann skulle vilja införa ett lots system där anhöriga är lotsar till varandra.

– När man hamnar i sådana här krissituationer behöver man en lots. Det viktiga med lotsar är att hitta rätt. Helst ska det finnas ett anhörigcentrum på varje sjukhus där det ska finnas en lots som kan följa utvecklingen och berätta vad som kommer att hända. Någon ska finnas där och förstå vad man går igenom. Det ser man på träffarna – de anhöriga förstår varandra direkt. De har liknande erfarenheter och sitter i samma situation och har samma problem, det som varit väldigt förlösande är att träffa en annan anhörig som förstår. Om sjukhusen hade en lots från dag ett skulle man spara oerhört mycket pengar och inte minst mänskligt lidande.

**Ta gärna kontakt** med Ann Hellströmer om du vill veta mer eller vill starta upp ett anhörignätverk där du bor. Skicka ett mail till [hej@annahellstromer.se](mailto:hej@annahellstromer.se) eller SMS:a till 070 776 03 66. ■

## 5 kap. 10 § socialtjänstlagen

Socialnämnden ska erbjuda stöd för att underlätta för de personer som vårdar en närstående som är långvarigt sjuk eller äldre eller som stödjer en närstående som har funktionshinder.

Källa: Socialstyrelsen.



## Fem snabba frågor

till Ann Hellströmer:

### 1. Varför är satsningen viktig?

Om man inte stöttar anhöriga så kan man rent krasst undra vem som ska göra det som anhöriga gör idag. Anhöriga en viktig grupp. Det här är en förebyggande insats. Många anhöriga är helt ensamma. Om anhöriga ska orka finnas kvar hela tiden då vet jag att man behöver extra stöd. Och nätverk där man kan säga att ”jag är trött eller ledsen” och där man kan ställa frågan vad behöver du som anhörig? Ofta är det fokus på personen med skadan. Många anhöriga har inte haft tid att ta hand om sig själva.

### 2. Vad händer just nu?

Sundsvall planerar att göra en barn- och ungdomssatsning för unga som har en förälder som har en hjärnskada. I Umeå planeras en träff för partners med barn. Dessutom vill vi samla alla för en gemensam utbildningsträff för att inspirera andra lokalföreningar och se vad man kan behöva för utbildningssatsning.

### 3. Du kommer att vara projektledare på 25 procent - vilken blir din roll?

Att försöka stimulera de som jobbar med anhöriga. Att tillsammans med Sofie Wennberg bjuda in till olika träffar, skriva den ”lilla boken” och ta reda på vad anhöriga behöver. Bryta ensamheten och isoleringen. Jag hoppas också med det här att Hjärnkraft blir mer och mer känt.

### 4. Vilket är det övergripande målet med anhörigsatsningen?

Att det ska spridas till hela Sverige och att det ska vara enkelt att träffa andra. Det finns ju anhörigtjänster, om man vänder sig till anhörigcentrum så kanske man kan träffa andra och dricka kaffe så att man inte känner sig så ensam. Anhöriga kan inte säga upp sig och ska inte behöva kasta in handduken. De är viktiga. Man måste stötta dem så att de orkar fortsätta vara anhöriga.

### 5. Hur ska ni åstadkomma det?

Genom att bygga upp de lokala stödgrupperna. Vårt uppdrag är att coacha stödgrupperna. Vi hoppas att anhörigarbetet får fortsätta så länge det behövs – det tar tid att bygga upp anhörigstöd över hela landet. ■



# Kartlagda LSS-insatser inte likvärdiga

*Många får inte det stöd de har rätt till*

Socialstyrelsen är mycket kritisk till att LSS-insatserna används på ett ojämlikt sätt av kommunerna och att insatserna inte är likvärdiga i landet. Socialstyrelsen föreslår att det ska förtydligas hur insatserna kan utformas, och vad de innebär, för att åstadkomma mer likvärdiga villkor i alla svenska kommuner. De föreslår också ett helt nytt boendestöd.

Text: **Marie-Jeanette Bergvall**  
marie-jeanette.bergvall@  
hjärnkraft.se

**S**ocialstyrelsen har nu avslutat sitt regeringsuppdrag att kartlägga och analysera vissa insatser enligt LSS, Lagen om Stöd och Service till vissa funktionshindrade. I uppdraget har ingått att analysera underlagen med utgångspunkt från lagstiftning, likvärdighet och rättssäkerhet. Socialstyrelsen skulle bland annat:

- samla in information om insatsernas utformning, dvs likheter och olikheter.
- redogöra för hur riktlinjerna och avgränsningarna skiljer sig åt mellan kommunerna och hur de förhåller sig till rättspraxis.
- ge förslag på åtgärder som kan bidra till ökad likvärdighet mellan kommunerna och ökad rättssäkerhet för den enskilde.
- ge förslag på översyn eller preciseringar av lagstiftningen.

## Övergripande resultat

Resultat som gäller för samtliga insatser:

- I LSS 7§ anges att insatserna ska anpassas till mottagarens individuella behov. I cirka 75 procent av riktlinjerna anges att besluten ska bygga på individuella behov och att riktlinjerna är vägledande, men flera kommuner anger att avsteg från riktlinjerna kräver en särskild prövning i en politisk nämnd eller ett arbetsutskott.
- Endast drygt hälften av kommunernas

riktlinjer innehåller en beskrivning av vad barnperspektivet innebär.

- Tidsbegränsade beslut är vanliga, nästan 80 procent av kommunerna tidsbegränsar i de flesta fall beslut om insatserna ledsagarservice, avlösarservice och korttidsvistelse. Motsvarande andel för beslut om bostad med särskild service och annan särskilt anpassad bostad för vuxna är under 20 procent.
- Den insats som enligt kommunernas riktlinjer innehåller flest avgränsningar är ledsagarservice och avgränsningen av insatsens omfattning varierar mest för korttidsvistelse. En stor del av riktlinjerna innehåller avgränsningar som är formulerade så att de riskerar att bli styrande och det därför finns en risk att kommunerna inte gör en individuell bedömning av den enskildes behov.

## Ledsagarservice

I hälften av kommunernas riktlinjer finns begränsningar eller rekommendationer, sammantaget kallat avgränsningar. Totalt hade 8 457 personer insatsen den 1 oktober 2013. Av dessa tillhörde 431 personkrets 2. Många riktlinjer innehåller begränsningar inom vilket geografiskt område ledsagning beviljas.

I ett 50-tal riktlinjer finns rekommendationer som specifikt avser ledsagarservice för resor och semesterresor. Några exempel är:

- Generellt gäller en mycket restriktiv hållning av möjligheten att bevilja ledsagarservice för semesterresor.
- En årlig semesterresa inom Sverige anses i normalfallet inte som nödvändigt för att tillförsäkras goda levnadsvillkor om den enskilde har tillgång till andra aktiviteter och en rik fritid.
- En semesterresa inom landet per år max en vecka vid ett tillfälle bedöms vara inom ramen för goda levnadsvillkor

Såväl funktionshinderorganisationerna som handläggarna i kommunerna ger en

**Kartläggningen** har omfattat LSS-insatserna:

- ledsagarservice,
- avlösarservice i hemmet,
- korttidsvistelse utanför det egna hemmet,
- bostad med särskild service för vuxna eller annan särskilt anpassad bostad för vuxna.



Endast drygt hälften av kommunernas riktlinjer innehåller en beskrivning av vad barnperspektivet innebär. Foto: Dreamstime.

bild av att insatsen minskar i omfattning. I 60 procent av kommunerna står man för ledsagarens omkostnader. I 15 procent av kommunerna står den enskilde själv för dessa. I vissa kommuner delas kostnaderna och kommunen står för ett schablonbelopp.

Också vad som ingår i personlig service varierar mellan kommunerna. Socialstyrelsen konstaterar att personer med stora funktionsnedsättningar har svårt att få göra resor om de inte har personlig assistans.

#### Avlösarservice

Totalt 3 507 personer hade insatsen avlösarservice den 1 oktober 2013. Av dessa tillhörde 27 personkrets 2. Då flertalet var under 22 år kan barn med förvärvad hjärnskada också finnas i personkrets 1.

Det finns begränsningar i många riktlinjer som reglerar att avlösning bara får ske i hemmet, inte att hämta och lämna på dagis etc. Andra begränsningar är att den som avlöses till exempel inte får arbeta. Något funktionshinderorganisationerna reagerat på, då det många gånger skulle minska stressen för en förälder att få hinna ikapp på jobbet.

#### Korttidsvistelse

Av de totalt 9 601 personer som hade insatsen korttidsvistelse tillhörde 29 personkrets 2. Även här är huvuddelen under 22 år. I drygt

en tredjedel av riktlinjerna finns rekommendationer när det gäller omfattning.

Socialstyrelsen konstaterar att avlösarservice och korttidsvistelse har stor betydelse för att ge anhöriga avlösning i omvårdnadsarbetet. Kartläggningen visar att insatserna behöver anpassas till anhörigas behov och utformas så flexibelt som möjligt för att ge anhöriga rätt stöd.

#### Bostad med särskild service

Av de 24 442 personer med denna insats 2013 tillhörde 550 personkrets 2. I ungefär tre fjärdedelar av kommunernas riktlinjer står det att gruppboende endast kan beviljas personer som behöver personal dygnet runt, och i nästan lika många står att gruppboende endast kan beviljas personer med omfattande omvårdnadsbehov. Detta är den enda av insatserna som ökat under perioden 2007 – 2013, ökningen ligger på 14 procent. Den vanligaste insatsen tillsammans med boende är daglig verksamhet och kontaktperson. Den tredje största, ledsagning, har minskat med 40 procent sedan 2007.

En av skillnaderna som finns mellan kommunerna är möjligheterna till egna aktiviteter.

Det finns även rekommendationer som rör individuella fritids- och kulturaktiviteter i fem procent av riktlinjerna. >>>



*En årlig semesterresa inom Sverige anses i normalfallet inte som nödvändigt för att tillförsäkras goda levnadsvillkor om den enskilde har tillgång till andra aktiviteter och en rik fritid”.*



Ulla-Britt Blomquist, utredare på Socialstyrelsens avdelning för utvärdering och analys.

Foto: Dreamstime.



*Kartläggningen visar att insatserna behöver anpassas till anhörigas behov och utformas så flexibelt som möjligt för att ge anhöriga rätt stöd”*

#### Några exempel:

- En individuellt planerad aktivitet i veckan med personalstöd uppfyller kraven på goda levnadsvillkor.
- I gruppboenden kan generellt sägas ingå ledsagning till aktiviteter som återkommer veckovis eller till semesterresa inom Sverige en gång per år.
- En individuell aktivitet per vecka eller högst 8 timmar per månad.

I cirka en femtedel av riktlinjerna finns rekommendationer som kan påverka möjligheten till egna aktiviteter. Några kommuner skriver att behovet av ledsagare normalt ska tillgodoses av personal i boendet, och om det inte är möjligt kan den enskilde ansöka om ledsagarservice. Det finns även riktlinjer som anger att kultur- och fritidsaktiviteter främst avser aktiviteter i närområdet.

#### Annan särskild anpassa bostad

År 2013 bodde 450 personer i personkrets 1 och 2 i annan särskilt anpassad bostad enligt LSS. Av dessa hade mer än 80 procent ytterligare en eller två insatser enligt LSS, oftast daglig verksamhet och därefter kontaktperson, personlig assistans enligt LSS och ledsagarservice.

#### Socialstyrelsens förslag

LSS är betydelsefull för personer med funktionsnedsättning. För att leva upp till målsättningen, att den enskilde ska få möjlighet att leva som andra, behöver stödet och stödformerna ändras i takt med att

samhället och livsvillkoren för människor i allmänhet förändras.

**Socialstyrelsen föreslår förtydliganden** på flera områden när det gäller hur insatserna kan utformas eller vad de innebär för att utformningen ska bli mera likvärdig i landet.

Socialstyrelsen har identifierat behov av nya former för stöd i boendet för personer som omfattas av LSS och anser därför att boendestöd enligt LSS ska utredas vidare. Det behövs också en fördjupad uppföljning av insatsen bostad med särskild service för att få mer samlad kunskap om hur insatsen utformas i dag. I lagen och förarbetena är insatsen annan särskilt anpassad bostad ottydligt beskriven och det är många kommuner som inte använder insatsen. Enligt kartläggningen behöver kommunerna även här få ett förtydligande av vad insatsen innebär.

Socialstyrelsens har också identifierat att den personal som ger stöd, service och omsorg enligt LSS till personer med funktionsnedsättning bör få ett kompetenslyft. En annan slutsats är att tillämpningen av bestämmelsen om personkretsen enligt 1§ LSS bör följas upp.

#### Tilläggsuppdrag

I början av 2015 fick Socialstyrelsen tilläggsuppdraget att även kartlägga och analysera insatsen personlig assistans enligt LSS. Det arbetet kommer att rapporteras senare och ingår inte i denna redovisning.

Rapporten i sin helhet finns på [www.socialstyrelsen.se/publikationer2015/2015-3-7](http://www.socialstyrelsen.se/publikationer2015/2015-3-7)



# Var finns förståelsen för personer med dold funktionsnedsättning?

Dagens medborgare i vårt samhälle består av olika människor av olika slag. En grupp av medborgarna har funktionsnedsättningar av olika slag. Funktionsnedsättningar som syns väl och tydligt och de som inte syns alls, så kallad dold funktionsnedsättning.

Meningen är att människor som har någon slags funktionsnedsättning ska bli behandlade som andra "friska" medborgare, med respekt och förståelse. Det finns många som verkligen

kämpar med sin funktionsnedsättning för att kunna klara av vardagslivet och för att få det att fungera som alla andra.

**Förståelsen**, finns den verkligen bland alla människor och respekterar de sin nästa? Vem vet – olycka och sjukdom kan drabba vem som helst när som helst. Det kan ju handla om en släkting i familjen, arbetskamrat, bekant eller granne.

Vill man bli respekterad som individ så bör man respektera sin nästa och värdera alla lika. Tänk efter - du som inte behöver kämpa dagligen för din rätt eller för att klara av din vardag.

Det kan handla om smått och stort, något som dyker upp en vanlig dag. Det är självklart att även personer med funktionsnedsättning ska kunna klara av dagen.

Medborgare som har en synlig funktionsnedsättning, som kan ses, visar man respekt och trycker inte ner.

Man vill bli sedd som vilken medborgare som helst med juridiska rättigheter. Samhället har förväntningar på hur en individ ska bete sig och normer ska följas. Uppfyller man inte dem klassas man som annorlunda.

Man ska inte bara existera utan även ha möjlighet till jämlikhet i samhället oavsett vilken funktionsnedsättning

man har. Som man, kvinna, person med funktionsnedsättning eller vilken grupp vi nu än tillhör så är det att bli sedd med respekt som gäller.

**Fina ord** tar oss inte hela vägen. Det gäller att vi varje dag, i handling, visar vad vi står för. Vi måste tro på att våra perspektiv också kan göra skillnad i människosynen i samhället. Människors lika värde, mångfald, yttrandefrihet och mänskliga rättigheter som medborgare.

**Lisa Lundqvist Heselius,  
Handikappföreningarna  
Örebro län, HSO-T.**

ANNONS



**Välkommen!**

## Personlig assistans som utgår från ditt behov

Våra kunder får personlig assistans av god kvalitet som vi arbetat för, och lyckats bygga upp, i samarbete med våra kunder.

Har du svårt att hitta fungerande personlig assistans? Hör av dig till oss så kan vi hjälpa till!

### Vi erbjuder stöd hela vägen.

Vi kan rekrytera dina personliga assistenter från alla världens länder.

Du tar själv det ansvar du vill och kan.

Fyll i timrapporter för hand, på dator och skriv ut eller välj att signera tiderna elektronisk.

Vi ger dig 100 % kontroll på hela din assistanssamordning utan att du behöver begära det.



**JETA JON** Tel: 0512 30 20 22, E-post: [info@jetajon.com](mailto:info@jetajon.com). Webbplats: [www.jetajon.com](http://www.jetajon.com).



# Använd cykelhjälm

*”Hjärnan kan inte gipsas”*

Vissa skullskador går att förebygga. Ett smart val för den som vill undvika hjärnskakning eller hjärnskada är att använda cykelhjälm!

Text: Kerstin Orsén  
Foto: Dreamstime.

**M**ed cykelhjälm kan två av tre allvarliga cykelolyckor med skullskador undvikas. Varje dag inträffar nästan tio så svåra cykelolyckor i Sverige att cyklisten måste läggas in på sjukhus. Enligt Trafikverket skadas de flesta utan att någon annan är inblandad. Ett fåtal krockar med bilar eller andra trafikanter.

Orsaken till att man kör omkull på cykel kan vara halka på grund av is, löst grus eller löv, en sten på vägen, en grop i vägbanan eller något fel på cykeln.

”Det kan hända vem som helst, när som helst. Därför ska du aldrig cykla utan hjälm. I samma ögonblick som ditt oskyddade huvud slår i marken är det för sent: du kan ha fått en hjärnskada som förändrar ditt liv för alltid. En hjälm minskar risken för en allvarlig skada vid en olycka med mer än hälften. Så kom ihåg hjälmen – för hjärnan

kan inte gipsas!” Det skriver Trafikverket som också uppmanar alla även över 15 år att använda cykelhjälm.

– Det är en oerhörd skillnad på risken för att drabbas av allvarlig traumatisk hjärnskada vid en cykelolycka beroende på om du använder hjälm eller inte. Jag vet fall där hjälmen varit totalt avgörande, säger Leif Bergstrand, som var Hjärnkrafts representant tillsammans med Johan Beckman vid NTF:s kongress den 16 maj.

Enligt lagen gäller dock hjälmtvånget fram till 15 års ålder. Men det finns ingenting som tyder på att en vuxen persons hjärna klarar en krock bättre än en 14-åring. Ett skäl till att vi inte har hjälmtvång för alla i Sverige är att det finns en oro för att cyklingen i så fall skulle minska generellt vilket skulle innebära negativa konsekvenser för folkhälsan.

Enligt Trafikverket bör cyklister använda cykelhjälm (unga ska ha hjälm med grönt spänne), inlineshjälm eller ridhjälm.

Uppgifterna varierar angående hur länge man kan ha en hjälm innan det är dags att byta ut den mot en ny.

– Alla moderna hjälmar har datummärkning. Byt när datumet närmar sig, säger Jan-Olof



Dahlin, ledamot i Hjärnskedeförbundet Hjärnkrafts styrelse och ordförande för Hjärnkraft i Västra Götaland som arbetat förebyggande i många år för att få fler att använda cykelhjälm.

Kraven för att cykelhjälm ska få säljas är att de är godkända enligt Konsumentverket och EU:s krav. Hjälmar är CE-märkta om de är godkända.

Folksam har under flera år forskat kring cykelolyckor och cykelhjälm. I deras test har hjälmarna utsatts för en snedkommande islagning, vilket ska motsvara vanliga olyckfall både i kollision med andra fordon och singelolyckor.

”Alla hjälmar som ingår i testet uppfyller lagkraven som ställs på en cykelhjälm. Lagkraven fångar ej upp rotationsvåld. Folksams test visar att alla hjälmar skyddar bra mot raka islag men få ger ett bra skydd mot sneda slag med rotation. Ett snett slag mot skallen orsakar ofta svåra skallskador så som hjärnskakning med medvetlöshet och nervskador”, skriver Folksam.

Vissa moderna hjälmar är utrustade med ett skydd mot rotationsskador. Skyddet utvecklas ständigt. KTH har i en studie visat att med hjälm går påfrestningarna på hjärnan ner med i snitt 39 procent och i snitt 58 procent för hjälmar med rotationsskydd vid en simulerad olycka. Fråga din cykel- eller sporthandlare om hur hjälmen skyddar när det är dags att köpa en ny hjälm.

NTF samlar uppgifter för cykelolycksstatistik och enligt deras statistik för 2013 omkom 14 cyklister i Sverige. Det är den lägsta siffran på många år. Tyvärr är det omvänt för svårt



Cykelhjälm är ett smart val för dig som är rädd om huvudet.

skadade vid cykelolyckor. 2013 blev 682 personer svårt skadade vilket är den högsta siffran under samma mätperiod. Det framgår inte av statistiken om cyklisterna bar hjälm.

Statistik samlas också in via Strada från polisen och de flesta akutsjukhus i landet. Enligt polisens statistik var det 15 personer som avled i cykelolyckor under 2013 och 313 blev svårt skadade. Det finns ett stort bortfall i polisens statistik på grund av problem med ärendehanteringssystemet men om de preliminära siffrorna stämmer minskar både antalet dödade och svårt skadade i trafiken.

Vi påminner gärna också om att cyklister ska hålla till höger i trafiken och inte har företräde på övergångsställen om man cyklar (däremot om man leder cykeln). Ett rött trafikljus betyder att cyklisten ska stanna och invänta grönt ljus.

Njut av din cykeltur och var försiktig!



*Jag vet fall där hjälmen varit totalt avgörande.”*

Leif Bergstrand

## Länkar

till mer information:

[www.trafikverket.se/Privat/Trafiksakerhet/Din-sakerhet-pa-vagen/Ga-och-cykla/Cykelhjalml/](http://www.trafikverket.se/Privat/Trafiksakerhet/Din-sakerhet-pa-vagen/Ga-och-cykla/Cykelhjalml/)

[www.folksam.se/testergodarad/sakeritrafiken/pacykelochtillfots/1.74367](http://www.folksam.se/testergodarad/sakeritrafiken/pacykelochtillfots/1.74367)

[www.kth.se/sth/forskning/2.22936/forskningsprojekt/hur-skyddar-en-cykelhjalml-1.394081](http://www.kth.se/sth/forskning/2.22936/forskningsprojekt/hur-skyddar-en-cykelhjalml-1.394081)

## Prova hjälmen!

När du provar hjälm, tänk på det här:

- Hjälmen ska sitta perfekt så att den inte kan trilla av eller skjutas bakåt och lämna pannan fri. Den får inte glida ner i nacken!
- Om du köper till barn: köp inte för stor hjälm som barnet ska växa i.
- Hjälmen ska täcka panna, bakhuvud och hjässa.
- Hjälmen ska vara lätt att ta på och av och lätt att fästa med hakbandet.
- Hjälmen ska vara så lätt och bekväm att den inte känns jobbig att använda. Se till att knäppningen i hakbandet inte nyper eller klämmer.
- Hakbandet brukar vara lagom spänt om du får ett finger mellan bandet och hakan. Det är viktigt att hjälmen sitter stadigt!
- Du ska trivas med hjälmen. Prova den framför spegeln innan du bestämmer dig. Det är inget fel om den är snygg.

Källa Trafikverket.





“ Vilket inflytande ska staten respektive landsting och regioner ha över besluten? ”

## Regeringen vill utveckla den högspecialiserade vården

Regeringen tillsatte i april 2014 en utredning med uppdrag att se över hur den högspecialiserade vården kan utvecklas genom en ökad koncentration i syfte att få bättre vårdresultat, en mer jämlik vård och ett effektivare resursutnyttjande.



Text: **Marie-Jeanette Bergvall**  
marie-jeanette.bergvall@hjarnkraft.se  
Foto: Dreamstime.

Den 6 mars träffade Hjärnkraft tillsammans med de andra förbunden i Hjärnfyran, dvs Afasiförbundet, STROKE-Riksförbundet och Personskadeförbundet RTP utredningen. Vi framförde behovet av att utredningen också inbegriper rehabilitering i sitt tänk kring nivåstrukturering i vården.

Utgångspunkten är att vården har svårt att leva upp till portalparagrafen i Hälso- och sjukvårdslagen: *vård på lika villkor för hela befolkningen*. Några anledningar till detta är:

- ökad specialisering med en allt högre kompetens inom allt snävare områden.
- personalunderskott.
- geografin – stort land/relativt få invånare.
- demografin – urbanisering, åldrande befolkning.
- många och relativt små huvudmän.

Utredningens uppdrag är bland annat att:

- precisera innehållet och omfattningen av begreppet högspecialiserad vård.
- ta fram kriterier som grund för nivåstrukturering av den högspecialiserade vården.

- ta fram en modell för bedömning, urval, beslut, genomförande, uppföljning och utvärdering av den högspecialiserade vården (*nya processer - ökad koncentration*).

**Huvudsyftet är att lämna förslag** som bidrar till likvärdig vård över landet och ett mer effektivt resursutnyttjande, där koncentration betonas. Utredningen ska ha ett brett samråd med berörda intressenter och slutredovisa uppdraget den 25 november 2015.

I Vårdanalys rapport ”Centralisering med patienten i centrum” från 2013 framkom att de flesta patientföreträdare nämnde vårdkvalitet, medicinska resultat och kompetensen hos vårdpersonalen som de allra viktigaste faktorerna för patienterna, i synnerhet vad gäller högspecialiserad sjukvård.

**Utredningen betonar** sambandet mellan kvalitet och volym. Några exempel:

- Flera studier visar dos-responssamband, det vill säga att 200 är bättre än 100, 300 är bättre än 200 och så vidare. Kirurger fortsätter bli bättre även efter 1000 operationer.
- Enligt en artikel i BMJ (British Medical Journal) ska kirurger göra minst 35 höftledsoperationer per år för att få god kvalitet.
- Tio sjukhus i Sverige gjorde mindre än tre njurcanceroperationer per år och 25 sjukhus gör mindre än 10 per år vilket påverkar kvaliteten.
- Martinikliniken i Tyskland gör cirka 2000 prostatektomier per år och har mindre än hälften så många komplikationer som vid svenska sjukhus.

#### Definition av högspecialiserad vård

Definition av högspecialiserad vård baseras på kriterierna volym, komplexitet, behov av tvärprofessionell kompetens och/eller stora investeringar/kostnader. Man skiljer på Nationell högspecialiserad vård som ska göras på högst 1-6 ställen i Sverige och regional högspecialiserad vård är vård som ska göras på högst 2-3 ställen i varje sjukvårdsregion

En av de nötter utredningen har att knäcka är hur beslutsmodellen ska se ut. Vilket inflytande ska staten respektive landsting och regioner ha över besluten.

**Utredningen leds av** Måns Rosén, adjungerad professor på KI i medicinsk metodutvärdering. Tidigare var han chef på SBU (Statens beredning för Medicinsk Utvärdering). ■

ANNONS



Hjärnskedeförbundet Hjärnkraft

# Utbildar

## Inbjudan till

# Utbildningsdag i Östersund om förvärvad hjärnskada



**Tema:** Konsekvenser vid förvärvad hjärnskada.

**Plats:** OSD Krondikesvägen 93 i Östersund

**Tid:** Tisdag 22 september 2015

**Avgift:** 750:- (Medlemmar i Hjärnkraft 450:-)

**Mer information?** Program och anmälningsblankett finns på [www.hjarnkraft.se](http://www.hjarnkraft.se).

**Kontakt:** Per-Erik Nilsson, 0704-41 32 55.

*Välkommen!*



# misa

Misa Liljeholmen erbjuder arbetsinriktad verksamhet för personer som förvärvat hjärnskada i vuxen ålder.

Med vårt stöd kan alla som vill delta i arbetslivet.



Läs Agnes berättelse på vår hemsida.

*”Alla vill göra nytta”*

Jag älskar mitt jobb och jag har nytta av min starkaste sida, att kommunicera.

Kontakta oss ring 08 - 669 01 60, maila [liljeholmen@misa.se](mailto:liljeholmen@misa.se) [www.misa.se](http://www.misa.se)

## Landet runt: Västerbotten

## Västerbotten och lokalföreningarna i Umeå och Skellefteå

På länsföreningens årsmöte valdes ny ordförande, Maria Lundqvist – Brömster. Avgående ordförande Hans Hedin tackades för tryggt och engagerat ledarskap.

Föreningen fortsätter att lyfta fram anhöriga i samarbete med förbundsstyrelsens anhörigprojekt. Styrelsen möter medlemmar i Lycksele den 10 maj på församlingsgården.

**Kunskapsdag** på Medborgarhuset i Lycksele genomförs den 11 maj med temat "Förvärvad hjärnskada – livslång rehabilitering". Det är viktigt med en obruten vårdkedja för den svårt skadade. Anhöriga behövs och primärvårdens möjligheter för medborgare med kronisk sjukdom/skada behöver förfinas. Samsyn på ord och begrepp underlättar livet för den enskilde och personal, i dialogen och i samarbetet.

Maud Stenberg överläkare, rehabiliteringsmedicinska kliniken, Norrlands universitetssjukhus, Umeå presenterar

den senaste forskningen under rubriken "Vad lär vi oss av multicenterstudien ProBrain och vid alla typer av förvärvad hjärnskada behöver vi dragkedjan".

Ann Hellströmmer, Hjärnkrafts anhörigprojekt tar upp om "Anhöriga, ett hinder eller en resurs?".

Britta Berglund från Handikapp förbundens Primärvårdprojekt lyfter frågan om "En väl fungerande primärvård".

Dagen avslutas med panelsamtal om möjligheter. Moderator är Barbro Lindgren, konsult i tillgänglighet och bemötande från Umeå.

**Länsföreningen** breddar sitt samarbete med en gemensam kurshelg som planeras 5-6 september med temat Mänskliga rättigheter. Helgen genomförs i samarbete med ABF, folkhögskolan och Hjärnkraft Norrbotten. Innehållet bygger på konventionen om mänskliga rättigheter med faktadel, måbra-inslag, erfarenhetsutbyte och gruppsamtal. Hjärnet har egen tid i programmet.

**Även Umeå lokalförening** valde ny ordförande på årsmötet, Camilla Vänman. Samma dag bjöds medlemmarna på sopplunch och kulturinslag i samarbete med ABF. Temat var Hälsa och Humor med de uppskattade damerna, Anna Vara och Daga Vill. Hjärnetgruppen Hjäringänget fortsätter med regelbundna träffar medan Hjärnet – cirkeln "Jag kan känna kraft" startar upp på nytt igen efter sommaren.

Medlemsmötet innan sommaren kombineras med Grillkväll på Forslunda gymnasiet.

**Skellefteå lokalförening** fortsätter sin tradition med många inbokade träffar. Curt Nilsson är omvald som ordförande. Föreningen satsar på torsdagsträffar i egen lokal, fikaträffar på Stigs cafe, lunchträffar sista fredagen varje månad. Sommarteatrar är inplanerad, det blir "Ringaren i Notre Dame" på Nordanå.

Harriet Hedman och Gun Ingvarsson



Medlemsmöte 28/4 i Skellefteå. Foto: Thomas Eriksson.



Nyvald styrelse i Västerbotten, Harriet Hedman saknas. Foto: Thomas Eriksson.



Anna Vara och Daga Vill i Umeå. Foto: Hjärnkraft Umeå.



## Landet runt: Borås 7härad - Alingsås

Glada vinnare av familjerallyt – Tord och Evy!

Foto: Sigvard Hjalmarsson.



## Landet runt: Göteborg



Kerstin, Jan-Olof och Lars i vår monter!

## Leva &amp; Fungeramässa

Mässan hålls vartannat år i Svenska mässan i Göteborg och i år var det rekord i antal deltagare.

Hjärnkrafts monter var välbesökt och vår ombudsman Kerstin Söderberg fick många nya kontakter. Det var bra föreläsningar och funktionärer från alla våra lokalföreningar i VG deltog i arbetet i montern.



Besök i montern av Ädelfors folkhögskola. Foton: Lennart Lundén.

## Familjerally med körprov och frågor

**D**en 14 april var det familjerally, som startade från Lönner i Borås. Vi åkte en runda på ca 5,3 mil. Först kom vi till Sandared, där vi fick göra det första praktiska provet. Man skulle köra så nära en pinne som möjligt. Sen fortsatte vi mot Kvarholmen, och vidare mot Bollebygds kommun. Vid Skärsjöhult var det dags för andra provet, man skulle kasta bollar i en hink. Det var svårt. Efter detta åkte vi till Töllesjö och sedan till Hedared,

där åkte vi förbi Hedared stavkyrka. Härifrån åkte vi mot Borås. Vid Nävraspång var det dags för det sista provet, och sedan tillbaka till Borås.

Utmed vägen svarade vi på tipsfrågor. Efter korv och kaffe var det dags för en prisutdelning. Tord var bäst och vann ett vandringpris, en vacker pokal. Det delades ut många priser, till glada och nöjda deltagare. Jag ser fram mot nästa rally, detta var jätteroligt.

**Text: Sarah Rydén**

ANNONS



# ”Mer tid och omtanke.

Annette Homle Vd, Olivia Personlig Assistans

Vår ambition är att varje människa ska känna sig sedd, respekterad och trygg i våra händer, oavsett om man är liten eller stor. Vi kallar det för ”mer tid och omtanke”.

**Olivia**  
Personlig Assistans

Ring direkt och prata med något av våra kundombud eller läs mer på [oliviapersonligassistans.se](http://oliviapersonligassistans.se)  
Jan Bergström 070-757 04 09 • Helena Hedvall 070-784 93 48 • Linda Sundberg 070-458 97 76 • Anders Dahlgren 070-417 58 92

## Till minne av

Eva-Caisa  
Ehrnlund

Du började på Hjärnkraft FyrBo-Dals kansli den 17 januari 2005. I många år tog du och Rune hand om kansliet tre förmiddagar dagar per vecka. Ni tog också hand om "Nätet"-träffarna som senare döptes om till Hjärnet-träffar.

När Rune slutade på kansliet fortsatte du troget tills kroppen sa ifrån.

Du var även en trogen klippa på HSO:s cafe' dagar och den sittande gymnastiken.

Snabb i tanken, lätt för att lätta upp stämningen i alla sammanhang med dina spontana rim och talande kroppsspråk.

Tack Eva-Caisa!

Vid datorn: Mona



## Sista kursen på Fristad

Här kommer min surriga berättelse från vår sista kurs på Fristad folkhögskola som i fortsättningen kommer att fungera som internat varför de inte kan ta emot oss mera.

Vi började med lunch kl 12. God mat som vanligt. Sen fick vi nyckel till rummet om man inte hade fått den innan.

Sedan var det träff i lektionssalen för information. Vi delades in i grupper och fick göra två aktiviteter. Min grupp började med att baka havreflarn. Vi fick provsmaka dem med keso eller kesella med citronfrö. Efter kaffet gick min grupp en promenad inne i Fristad big city. Vi tog en tur till biblioteket och såg en utställning.

På kvällen berättade Jan-Olof om sitt arbete i Indien och sedan blev det bingo som Ulrik höll i. Efter det så fick vi göra vad vi kände för.

Efter en natt med god sömn eller ej var det dax för frukost kl 8. Och därefter var det samling i lektionssalen där Jan-Olof pratade om rehabilitering och berättade om Eriks väg tillbaka

efter cancer. Därefter friskvård. Några tog en promenad, några gick på loppis i gymnastiksalen.

Tillbaka i lektionssalen berättade vi om det positiva eller negativa efter sjukhuset när vi blivit utskrivna.

Efter lunch var det friskvård då vi delades upp i 4 grupper. Vi redogjorde för vad vi tycker är friskvård. Sen hade vi genomgång tillsammans. Det var givande.

Allt avslutades med fika för de som ville. Det kändes tomt att det var sista gången & mina tankar går till de som varit med i många år & inte finns med oss längre. Vi har varit i Fristad i många år. Två gånger per år. Vet ej hur många år men mer än 15, tror jag.

Text: Britta Lindstedt



Bilder från Fristadskursen. Foton: Kerstin Söderberg och Veronica Karlsson.



## Stöd Hjärnskadefonden

*För bättre hjärnskaderehabilitering*

Mer information finns på [www.hjarnkraft.se](http://www.hjarnkraft.se). pg 900507-5

**Tack för din gåva!**





## Landet runt: Stockholm



Medlemmar på guidning i Stadshuset, tittar på konst i Gyllene salen.

## Guidad visning av Stockholms stadshus

Stockholms stadshus, invigt år 1923, är den främsta symbolen för vår huvudstad. Här äger Nobelfesten rum varje år i december och härifrån styrs staden. Bakom den pampiga fasaden finns bland annat kontor för cirka 200 politiker och tjänstemän. Detta och mycket mer fick ett tjugotal medlemmar höra om på den guideade visningen den 28 april. Efteråt bjöd föreningen på fika i Ragnars café i Stadshuset och många medlemmar passade då på att prata om vad de upplevt samt om andra händelser

i stadens historia. För en sak är säker – intresset för Stockholms historia är mycket stort bland föreningens medlemmar!

Text: Eliane Högberg  
Foto: Lena Nygren



Anita Ruotsalainen och Björn Nyström i solen på stadshusgården.

## Landet runt: Fyrbodal

## Välbesökt trandans vid Hornborgasjön



Besök vid Hornborgasjön 10 april. Alltid lika kul att åka upp och kolla på tranorna! Hälsar Berit, Carina och Anna från Hjärnkraft FyrBoDal.. Foto: Mona Granström.

Landet runt:  
Norrbotten

## Årsmöte i Luleå

Vi hade årsmöte den 21 februari i Luleå. Det var ett mycket trevligt möte med information i en centralt belägen lokal hos HSO Luleå (där vi kommer att ha våra möten). Efter årsmötet gick vi till en närbelägen restaurang och intog en supergod lunch.

Ingemar Johanson

Landet runt:  
Örebro

## Påskfest i Nora

Onsdag den 1 april träffades 47 medlemmar i Hjärnkraft i Örebro län i Nora för att gemensamt fira påsk. Detta gjordes med en fantastisk god påskmat från Kalaskocken i Nora. Sedan kom Titti Hansson och underhöll med sång och gitarrspel. Mellan visorna drog hon roliga historier så att vi alla fick skratta mycket. En påskkäring kom till festen. Vet inte om hon flög vidare till blåkulla efteråt. Det förtäljer inte historien.

Pia Delin Stadig  
[pia.delin@yahoo.se](mailto:pia.delin@yahoo.se)





# En resa in i självständighet

Anita Routsalainen har synnedsättning och problem att orientera sig. Ändå beslöt hon sig för att åka själv till Lanzarote när väninnan plötsligt inte kunde. Här berättar hon om vilket stöd hon fick genom hela resan. Allt klaffade - från flygplatsen till hotellet och tillbaka igen.

**Text & foto:  
Anita Routsalainen**

**F**ör snart 16 år sedan hände det där som vände upp och ner på hela min tillvaro, jag blev påkörd och jag fick en traumatisk högersidig hjärnskada. Sviterna är många men bland annat har jag fått epilepsi, blivit blind på ett och ett halvt öga samt har stora svårigheter att orientera mig i olika miljöer och det händer att jag är helt vilse.

Just att jag lider av dessa orienterings-svårigheter har inte bara skapat många barriärer utan har också frambringat någon sorts ofri situation där jag helt är beroende

av medmänniskors handfasta vägledning. Att resa inom Sverige fungerar hyfsat bra idag, men under många år krävdes det assistans både innan och under resans gång.

Att resa utomlands har i min föreställningsvärld varit ihopkopplat med att någon familjemedlem har åkt på en resa där jag har haft möjlighet att följa med. Det har varit fantastiska resor men ändå någonstans inte på mina villkor.

Jag är medveten om att jag efter min förvärvade hjärnskada har lite egna ”knasiga” idéer som inte alltid rimmar med andra människors vanor.

**Strax före jul** hamnade jag i ett vägskäl. Jag hade med en väninna, som jag lärde känna redan i min ungdom, bestämt att vi skulle åka på en veckas utlandsresa. Inget märkvärdigt utan mest att bara få komma till värmen. Det visade sig snart att min väninna inte kunde följa med. Jag kände mig besviken, såg hur min efterlängtrade utlandsresa grusades. Men när jag stod där i



Anita Routsalainen är styrelseledamot, lärare i minnesträning sedan 12 år och ledare i grupper för insiktsbearbetning i föreningen Hjärnkraft Stockholms län.

Att ta sig ner till stranden/strandpromenaden fungerade utmärkt eftersom det fanns trottoarkanter, som var jämnhöjd med gatan på vissa ställen. Varje kväll var jag vid strandpromenaden i timmar med fika och en gó bok.



*“...nu kan jag släppa mina ofrivilliga bojor och resa utan problem på mina egna villkor. Detta var en resa rakt in i en spirande känsla av självständighet.*

vägskalet och valde mellan att inte resa eller att resa på egen hand så kom en överväldigande och bestämd känsla till mig om att det var självklart att jag skulle iväg.

**Idag känner jag** mig så upprymd och entusiastisk över att jag kom till beslutet att faktiskt resa själv. När jag bokade min resa till Lanzarote fick jag information om att det finns assistans för oss med funktionshinder. Jag fick assistans på Arlanda från incheckningen till själva gaten.

I Lanzarote blev jag hämtad av en person, som jag fick legitimera mig hos, och sedan hjälpte mig från det att jag steg av flyget till dess att jag gick på den väntande bussen. Samma rutiner gällde även på hemresan. Det är en helt igenom fantastisk service. Det finns även rullstol för resenärer med behov av det.

**Väl framme på hotellet** möttes jag av receptionspersonal som först visade mig hur jag skulle gå till min lägenhet. De visade också tydligt hur jag skulle nå receptionen dygnet runt genom att slå nian på telefonen. Dess-



Poolen på hotellet, trappor ner till poolen, förhållandevis varm bassäng. Detta är januarisol.

utom tillmötesgicks alla mina önskemål såsom boende på bottenplan, strandnära mm.

**För mig är denna nya vetskap** som att världen har öppnat upp sig och blivit lite större igen, nu kan jag släppa mina ofrivilliga bojor och resa utan problem på mina egna villkor. Detta var en resa rakt in i en spirande känsla av självständighet.

Detta var min första resa ensam men absolut inte den sista – jag vänder blad i boken och där möts jag av SJÄLVSTÄNDIGHET med stora bestämda bokstäver, en mäktig känsla.

ANNONS:

## STROKE- OCH HJÄRN- SKADEREHABILITERING I SPANIEN

Enriched Life erbjuder ett kvalificerat och modernt rehabiliteringskoncept i en miljö med varmt klimat.

### FÖRHANDBESKED OM ERSÄTTNING

Vi på Enriched Life hjälper dig kostnadsfritt att skriva ansökan till Försäkringskassan.

www.enrichedlife.se · info@enrichedlife.se · 08-663 33 49



**DU KAN FÅ ERSÄTTNING  
FRÅN FÖRSÄKRINGSKASSAN**

enriched life 



# Sommarkryss

## HISTORISKA HÄNDELSE

### OCH PERSONER

Välkommen till Hjärnkrafts Sommarkryss. Korsordslösningen kan skickas till Hjärnkraft, Nybohovsgränd 12, 1 tr 117 63 Stockholm eller mejla orden i de färgade rutorna till [info@hjärnkraft.se](mailto:info@hjärnkraft.se). Vi lottar ut Sverigelotter. Glöm inte att ange namn och adress.  
Kryssa lugnt!

Namn:.....

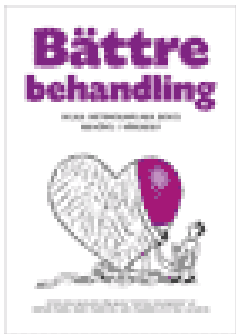
Adress:.....

Kryssred Postadress:.....





## Bör inte alla få den senaste behandlingen?



Boken finns för fri nedladdning på [www.sbu.se/sv/Publicerat/Battre-behandling/](http://www.sbu.se/sv/Publicerat/Battre-behandling/)

”Bättre behandling, vilka vetenskapliga bevis behövs i vården?” är utgiven av SBU (Statens beredning för medicinsk utvärdering), efter en engelsk förlaga. Redaktör Ragnar Levi.

**B**oken ställer en rad intressanta och viktiga frågor, som också ställs på sin spets som tex: Vetenskapen går ju framåt, och det kommer hela tiden nya behandlingsmetoder. Borde inte alla få den senaste behandlingen? Och inte minst: Vad kan patienter, beslutsfattare, läkare och forskare göra för att både forskningen och

vården ska ägna sig åt rätt saker och bli ännu bättre?

Det är en omfattande genomgång som problematiserar flera spörsmål. Kan jag som patient ha glädje av denna bok i mina kontakter med vården? Kanske inte direkt och rakt av, men om jag använder mig av den utförliga innehållsförteckningen så ska jag finna att den leder mig in till flera frågor som gör det lättare att förstå sjukvårdens bedömningar, och inte minst viktigt, att själv kunna ifrågasätta på ett sätt som kan leda till fruktbara diskussioner.

Meta Wiborgh

## Hur påverkas vi människor av vår livsstil och den mat vi äter?



Maten, evolutionen och hjärnan. Paleokost – myt eller människoföda. Av Göran Burenhult.

Den som är intresserad av varför det kan vara nyttigt att äta vissa livsmedel och undvika vissa andra livsmedel kan få en rejäl genomgång av kunskapsläget i Göran Burenhults bok *Maten, evolutionen och hjärnan*.

**B**urenhult är egentligen professor emeritus i arkeolog och har under snart 50 år förundrats över den okunskap som finns kring människans grundläggande behov. Hans bok bjuder inte på några recept utan samlar snarare ihop fakta ur forskningen från olika håll som tillsammans med författarens egna iakttagelser ger argument för att vår västerländska livsstil inte är bra för vårt välbefinnande.

Han slår hål på en del seglivade myter som att mjölk skulle ge starkare ben och varnar för det snarare är tvärtom.

Ibland känns budskapet skrämmande till exempel när han beskriver att livsmedelsindustrin använder en lång rad ämnen, närmare 50 olika, istället för jordgubbar som smaktillsats. Eller att de tillsätter fosfater för att minska

koktiden och binda vätska i korv, kyckling och skinka.

I boken beskriver han till exempel hur vissa folksjukdomar inte alls existerar hos till exempel åldringar i Söderhavet. Och att det var ovanligt med stroke i Uganda innan man där införde en mer västerländskt diet.

”Det är till stor del tack vare den moderna hjärnforskningen ...som vi har kraftfullt stöd för alla dessa tidigare medicinska och antropologiska forskningsresultat. Vi har idag ovedersägliga data, som visar kosten och olika kosttillsatserns påverkan på vår hjärna - som vi inte märker förrän skadan är skedd, det må vara gluten eller något annat. För att inte tala om vår 60 år gamla fettfobi och okunskap om kolesterolets avgörande betydelse för hjärnans funktion och dess nycellsbildning. Framstående internationella forskare vågar nu öppet erkänna att de haft fel... våra myndigheter och politiker har ännu långt kvar dit”, skriver han.

Avslutningsvis skriver Burenhult om en rad andra livsstilsfrågor där det ibland kan vara svårare att ta till sig hans resonemang. Men boken är definitivt läsvärd - speciellt för de som vill få argument för en mer naturlig mathållning.

Kerstin Orsén



>>>Svår att kopiera.  
Foto: Dreamstime

# Hjärnkrafts läns- och lokalföreningar och "Hjärnet"

Ny kontaktperson eller adress? Mejla ändrade uppgifter till: [info@hjarnkraft.se](mailto:info@hjarnkraft.se)

## Hjärnkraft i Gävleborg

Märta Söderberg  
Tel: 026-19 01 68  
e-post: [marta.soderberg@live.se](mailto:marta.soderberg@live.se)

## Hjärnkraft i Halland

Jan-Åke Johansson  
Tel: 0703-66 22 73  
e-post: [hjarnkraft.halland@gmail.com](mailto:hjarnkraft.halland@gmail.com)

## Hjärnkraft i Jämtland

Yvonne Olofsson  
Tel: 0693-313 12, mobil: 070-805 93 93  
e-post: [olofsson2@live.se](mailto:olofsson2@live.se)

## Hjärnkraft i Jönköping

Rolf Forsén  
0383-507 68  
e-post: [forsen.rolf@gmail.com](mailto:forsen.rolf@gmail.com)

## Hjärnkraft Blekinge

Ingrid Åkesson  
Tel: 0702-44 55 85  
e-post: [i.akesson49@hotmail.com](mailto:i.akesson49@hotmail.com)

## Hjärnkraft i Kalmar

Kansliet, tel: 0480-292 84  
Fax: 0480-274 64  
e-post: [hjarnkraftikalmar@fsokalmarlan.se](mailto:hjarnkraftikalmar@fsokalmarlan.se)  
hemsida: [www.kalmar.hjarnkraft.nu](http://www.kalmar.hjarnkraft.nu)  
Hjärnet: Kerstin Svensson  
Tel: 0499-208 88  
Birgitta Rolfsdotter  
Tel: 0485-404 99  
Carolina Melz, 076-316 98 59

## Hjärnkraft i Norrbotten

Ingemar Johansson  
Mobil: 070-534 53 88  
e-post: [ingemar.johan@telia.com](mailto:ingemar.johan@telia.com)  
Hjärnet: Britta Berggren  
Tel: 0920-147 46  
e-post: [brittaberggren@hotmail.com](mailto:brittaberggren@hotmail.com)

## Hjärnkraft i Kronoberg

Per-Erik Nilsson  
Tel: 0704-41 32 55  
e-post: [per-erik@hjarnkraft.se](mailto:per-erik@hjarnkraft.se)  
Hjärnet: Per-Erik Nilsson

## Hjärnkraft i Skåne

Tel: 046-32 30 90  
Fax: 046-158 157  
e-post: [hjarnkraft.skane@tele2.se](mailto:hjarnkraft.skane@tele2.se)

## Lokalförening Malmö med omnejd

Lars-Åke Lindqvist  
0701-47 64 37  
e-post: [larsake.lindqvist@gmail.com](mailto:larsake.lindqvist@gmail.com)

## Lund

Kansliet: tel 046 - 32 30 90  
e-post: [hjarnkraft.skane@tele2.se](mailto:hjarnkraft.skane@tele2.se)  
Christina Schalin  
Tel: 040-826 48  
e-post: [b.christina.schalin@gmail.com](mailto:b.christina.schalin@gmail.com)

## Hjärnkraft i Stockholm

Kansli, tel: 08-447 45 31  
e-post: [kansli@sthlm.hjarnkraft.nu](mailto:kansli@sthlm.hjarnkraft.nu)  
Hjärnet: Robert Kalmér  
Tel: 073-200 52 33

## Hjärnkraft i Södermanland

Lena Talman  
Tel: 016-35 16 29  
e-post: [lena.talman@telia.com](mailto:lena.talman@telia.com)  
Hjärnet: Eric Axelsson  
Tel: 016-12 25 13

## Hjärnkraft i Värmland

Kansliet, tel: 054-184 185  
e-post: [hjarnkraftvarmland@telia.com](mailto:hjarnkraftvarmland@telia.com)

## Lokalförening Karlstad

Anette Aronson  
054-184 185  
[hjarnkraftvarmland@telia.com](mailto:hjarnkraftvarmland@telia.com)  
Hjärnet: Gunilla Axelsson  
e-post: [axelssong@hotmail.com](mailto:axelssong@hotmail.com)

## Hjärnkraft i Västerbotten

Maria Lundqvist Brömster  
Tel: 070-3610002  
e-post: [marialundqvistbromster@hotmail.com](mailto:marialundqvistbromster@hotmail.com)  
hemsida: [vasterbotten.hjarnkraft.nu](http://vasterbotten.hjarnkraft.nu)  
Hjärnet: Linda Hellqvist och Ann-Catrin Dannberg  
e-post: [kontakt@hjar.net](mailto:kontakt@hjar.net)

## Lokalförening Umeå

Camilla Vänman  
070-665 49 66  
Nätet: [www.hjar.net](http://www.hjar.net)  
e-post: [millascats@hotmail.com](mailto:millascats@hotmail.com)

## Lokalförening Skellefteå

Curt Nilsson  
070-631 53 41  
e-post: [curt47@live.se](mailto:curt47@live.se)

## Hjärnkraft i Västra Götaland

Jan-Olof Dahlin  
Tel: 0730-20 12 31  
e-post: [jan-olof.dahlin@telia.com](mailto:jan-olof.dahlin@telia.com)

## Lokalförening Göteborg med omnejd

Kansliet, tel: 031-24 32 34  
e-post: [info@hjarnkraftgoteborg.se](mailto:info@hjarnkraftgoteborg.se)  
hemsida: [www.hjarnkraftgoteborg.se](http://www.hjarnkraftgoteborg.se)  
Hjärnet:  
Britta Lindstedt  
Tel: 0704-371 624  
e-post: [tittibritta@hotmail.com](mailto:tittibritta@hotmail.com)

## Lokalförening Fyrbodol

Kansliet, tel: 0522-194 40  
e-post: [hjarnkraft.fyrbodol@brevet.nu](mailto:hjarnkraft.fyrbodol@brevet.nu)  
Hjärnet:  
Anna Jansson, tel: 0522- 177 83  
e-post: [anja79@telia.com](mailto:anja79@telia.com)

## Lokalförening Skaraborg

Veronika Karlsson  
tel: 072 - 177 08 88  
Kansliet, tel: 0511-129 70  
e-post: [skaralokalen@skara.net](mailto:skaralokalen@skara.net)  
Hjärnet: Mathias Andersson  
tel: 0703-32 15 25

## Lokalförening Borås Sjuhärad

Sonja Engdahl  
Tel: 033- 41 16 64  
e-post: [sonja.engdahl@telia.com](mailto:sonja.engdahl@telia.com)

## Hjärnkraft i Örebro

Kansliet, tel: 019-673 21 35  
må-to 10-14  
0708-27 55 31  
e-post: [kansli@orebro.hjarnkraft.nu](mailto:kansli@orebro.hjarnkraft.nu)  
Hjärnet:  
Johan Gustavsson  
0581-153 03, 0707-43 29 60  
e-post: [johan.m.gustavsson@punkt.se](mailto:johan.m.gustavsson@punkt.se)





# Förmånliga försäkringar med unika fördelar

FÖRMÅNLIKA FÖRSÄKRINGAR FÖR DIG OCH DIN UNIK FÖRSÄKRING. LÅG PREMIER BETÄDNING MED ENA FÖRSÄKRINGEN

trygga försäkringar för b.l.a. din bil, ditt boende och olycksfall - för dig och dina familjemedlemmar.

Här är några av våra unika fördelar.

## »LSS-ärenden

Juristhjälp vid överklagan av LSS-ärenden ingår i alla våra hemförsäkringar.

## »Hjälpmedel

Låg självrisk på hjälpmedel för syn- eller hörsselfel i hemförsäkringen.

## » Generösa rabatter

Teckna flera försäkringar hos oss och få upp till 20% rabatt.

## »Unik service

Vi har inga knappval och du får svar inom 15 sek. när du ringer.

## »Anpassad bil

Försäkring av hela bilen utan premiepåslag för anpassad bil.

## »Hemextra

En extra bra hemförsäkring för dig som tillhör personkretsen LSS eller SOL.

010-490 09 91

info@unikforsakring.se • www.unikforsakring.se

**UNIK**<sup>®</sup>  
FÖRSÄKRING

i samarbete med

Hjärnskadedeförbundet  
**HJÄRNKRAFT**