

HJÄRNMKRAFT

3-2018



Utgives av HjärnskaDeförbundet Hjärnkraft

www.hjarnkraft.se

Giggi idag

- 35 år efter
olyckan då
hon ansågs
"icke rehabi-
literingsbar

TEMA: **Hjärnkrafts story**

- ▶ **Så bildades Hjärnkraft**
- ▶ **Ordförandena**
- ▶ **Vad händer nu?**

30
år

Ansvarig utgivare

Maria Lundqvist-Brömster

Chefredaktör

Kerstin Orsén

Redaktionskommitté

Maria Lundqvist-Brömster,
Cecilia Boestad, Marie-Jeanette
Bergvall, Pia Delin
och Wellamo Ericson.

Grafisk form & layout

Kerstin Orsén

Omslag

Foto: Kerstin Orsén

Adress

Hjärnskedeförbundet Hjärnkraft
Nybohovsgränd 12, 1 tr
117 63 Stockholm

Telefon: 08-447 45 30

Tel.tid: må – tors kl 10-13.

E-post: info@hjärnkraft.se

Hemsida: www.hjärnkraft.se

Utgivningsplan

2018	deadline	utgivning
nr 1	23/1	22/3
nr 2	16/4	7/6
nr 3	16/8	27/9
nr 4	5/11	14/12

Annonser

Bengtsson & Sundström Media,
Tel: 08-10 39 20
E-post: hjarnkraft@bs-media.se

Prenumerationspris

250 kronor per år.

Medlemsavgift:

Enskild 220 kronor/år.

Familj (på samma adress)

340 kronor/år.

Postgiro: 90 05 07-5

Hjärnskedefonden,

90-konto för insamling:

PG 90 05 07-5

**Tryck**

Mixi Print AB 2018.

ISSN 1651-5714

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



Maria Lundqvist-Brömster



Vi vill inte ha tillbaka institutionerna

Riksdagsvalet är i skrivande stund avklarat men däremot så är regeringsfrågan inte löst. LSS och den personliga assistansen blev en riktigt stor valfråga. Under sista veckan innan valet kom ansvarigt statsråd Lena Hallengren med beskedet att man skulle sätta sig ned med partierna för att lösa situationen för bland annat de barn som blivit av med sin assistans genom att förändra lagstiftningen. Detta utlovade statsrådet skulle göras efter valet. Beskedet kom när media började skriva om att allt fler kommuner börjar planera för barnhem. Hjärnkraft kommer naturligtvis att följa utvecklingen och vad som politiskt kommer att hända i frågan. Vi vill inte ha tillbaka institutionerna – det är ett som är säkert.

Hjärnkraft var även denna sommar med i Almedalen under några dagar. Vi kampanjade och delade ut våra populära kassar med viktigt innehåll. Marie-Jeanette Bergvall och Cecilia Boestad medverkade i ett välbesökt seminarium med fokus på Modellprojektet.

På kansliet pågår planering inför kommande stämma den 6-7 oktober. Vårt 30-års jubileum kommer att vara i fokus. Modellprojektet slutspurtar och inbjudan till slutkonferensen den 20 november har gått ut. När slutprodukten av Modellprojektet är tryckt kommer det verkliga arbetet, nämligen att uppmärksamma ansvariga politiker på alla nivåer kring vad som behövs för att uppfylla en långsiktig individuell rehabilitering för personer med förvärvad hjärnskada genom nationella riktlinjer, ett nationellt kompetenscentrum samt tillsättande av hjärnskadekoordinatorer runt om i landsting och regioner.

Jag har nyligen deltagit i en kunskapsdag i Skellefteå anordnad av Hjärnkraft Västerbotten. Det var ett 50-tal anmälda och fokus på dagen var barn och unga som drabbas av en förvärvad hjärnskada.





Jessica Falk, vår hjärnkraftsambassadör, berättade om familjens resa och kamp i samband med att deras dotter Rocky fick en skada.

Marie-Jeanette Bergvall, projektledare, beskrev Modellprojektet och det arbete som kommer att sättas igång i och med att projektet avslutas. Hennes anförande väckte stort intresse och många frågor ställdes. I Skellefteå kommun har man inrättat en tjänst som delaktighetssamordnare. Hon heter Alexandra Sundberg och informerade om den strategi och plan som Skellefteå kommun tagit för att med kraft jobba med delaktighet och tillgänglighet.

Peter Sojka, adjungerad professor och överläkare i rehabiliteringsmedicin och docent i fysiologi höll ett intressant föredrag med rubriken "Lättare hjärnskador har inte alltid låtta konsekvenser". Dagen avslutades med Igor Ardoris, mental tränare och pedagogisk konsult, som föreläste med temat "Att lära sig förlora - vägar till styrka i svåra situationer".

Innan stämman i oktober kommer jag tillsammans med förbundssekreterare Cecilia Boestad och Marie-Jeanette Bergvall, projektledare Modellprojektet, att besöka Östersund och Sundsvall för att hålla dialogträffar med temat "Hur kan hjärnskaderehabiliteringen bli bättre? Och vad händer sedan?" Vi kommer att diskutera Kompetenscenter för hjärnskador och nationella riktlinjer. Dessutom ska behovet av organiserad samordning och hur situationen ser ut i respektive län och ort diskuteras.

Detta var lite uppdatering kring vad som varit och vad som är på gång. En del av er kommer jag att få träffa på stämman inom kort. Jag ser verkligen fram emot detta. Återigen vill jag tacka för allt fantastiskt arbete som ni gör ute i landet. Vi kan verkligen vara stolta över vår verksamhet och vårt förbund.

Ett liv som räddas ska också levas!

Maria Lundqvist-Brömster
Förbundsordförande

Innehåll

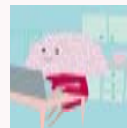
02 **Ledaren**

Hjärnkrafts ordförande har ordet.

04 **Debatt**

Det behövs riktlinjer för hjärnskakning.

06 **Kognitiv träning** efter traumatisk hjärnskada.



08 **Ungdomsläger** med ridterapi och mycket mer.

10 **Anhörigappen Jocce** Hjärnkraft i nytt samarbete.

12 **Med rätt att handla** Konsumera hållbart och säkert.

14 **Hjärnkraft blir 30 år** Läs om hur det gick till.



28 **Modellprojektet** Slutsatserna & slutkonferensen.

31 **Johns berättelse** Vägen tillbaka efter olyckan.



32 **Barn & familjeläger** Hjärnkraft arrangerar sjunde lägret.

34 **Landet runt**

>>> *Debatt* <<<

"Sverige behöver nationella rekommendationer för hjärnskakning"

"Hjärnskakning är en av de vanligaste orsakerna till att barn söker akutvård – ändå saknas nationella rekommendationer", skriver bland andra ordförande för Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft.

Text:

Maria Lundqvist-Brömster, förbundsordförande Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft,
Catherine Aaro Jonsson, processledare rehabilitering inom hälso- och sjukvård,
Marie-Jeanette Bergvall, projektledare Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft, och
Marina Carlsson, förbundsordförande Personskadeförbundet RTP.

Hjärnskakning och dess långsiktiga konsekvenser diskuteras ofta inom sporten. Upprepade hjärnskakningar tvingar många att sluta idrotta. För barn och unga är skador på hjärna/skalle en av de vanligaste orsakerna till akutvård.

Trots det saknas nationella rekommendationer för uppföljning. För barn med svår förvärvad hjärnskada finns rehabilitering som välfungerande öar. De som hamnar däremellan blir utan adekvat vård. Det konstaterar en ny utredning om barn med förvärvad hjärnskada.

En hjärnskada betecknas som förvärvad då den uppstått efter nyföddhetsperioden. Traumatiske skador uppstår vid slag mot skallen

eller häftiga lägesförändringar vid fall eller trafikolyckor. Andra orsaker är tumörer eller hjärninflammation till exempel efter TBE.

I genomsnitt är 183 barn per 100 000 invånare inlagda på sjukhus varje år för hjärnskakning, den näst vanligaste anledningen till slutenvård för barn. Hjärnskakningar är alltså mycket vanliga – ändå saknas rekommendationer från Socialstyrelsen om vårdinsatser och uppföljning av kvarstående besvär.

Spännvidden mellan hur de lättaste och de svåraste traumatiska hjärnskadorna drabbar är stor. De flesta med hjärnskakning återhämtar sig inom de första veckorna, en del får kognitiva problem som kvarstår betydligt längre.

Upprepade hjärnskakningar ökar risken för kvarstående besvär. Rådgivning som minimerar risken för nya hjärnskakningar inom den tid då barnet fortfarande har symtom är därför viktig.

Barn som varit inlagda på sjukhus för hjärnskakning i förskoleåldern, har senare i livet mer problem med uppmärksamhet, impulsivitet, trots, missbruk och hantering av känslor och humör.

ANNONS:

Effektiv rehabilitering efter stroke och traumatisk hjärnskada



Rehabiliteringsprogram med fysisk och logopedisk träning i Spanien och Sverige
 Vi hjälper dig kostnadsfritt att ansöka
 om ersättning hos Försäkringskassan

Det är inte för sent att bli bättre



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

neuroOPTIMA



Möjligheten till läkning efter en svårare hjärnskada är störst under de första ett till två åren, vilket bör resultera i en prioritering av insatser under denna period. Kvarstående funktionsnedsättningar påverkar den framtida utvecklingen och kan försvåra till exempel övergångar till nya stadier i skolan. Barnet, föräldrar, lärare och idrottsledare behöver få kunskap om vad som befrämjar läkning och fortsatt utveckling trots kvarstående men.

Sverige kan erbjuda god regional rehabilitering till barn med svårare traumatisk

hjärnskada men det saknas nationella rekommendationer för vilka barn som bör remitteras till regional rehabilitering efter avslutad akutvård.

Sverige behöver nationella rekommendationer för:

- ▶ diagnosticering av hjärnskaderelaterade symtom i initialt skede.
- ▶ vilka symtom som ska föranleda remiss till rehabilitering efter svårare respektive lättare traumatisk hjärnskada.
- ▶ symtom som ska föranleda fortsatt rehabilitering.
- ▶ övergripande ramar för hur tvärfacklig, familjebaserad, individualiserad rehabilitering över tid ska erbjudas barn och närstående.
- ▶ vilka enheter inom hälso- och sjukvården som ska erbjuda rehabilitering för svårare respektive lättare traumatisk hjärnskada.

■ *Artikeln har tidigare publicerats i Dagens Medicin.*

”

Möjligheten till läkning efter en svårare hjärnskada är störst under de första ett till två åren, vilket bör resultera i en prioritering av insatser under denna period.”

ANNONS:

Linnéa och Josef Carlssons stiftelse beslutar i december 2018 om utdelning av bidrag

Bidrag kan utgå till:

Barn och ungdomar (enskilda personer) dock företrädesvis barn med CP, som pga. sitt handikapp är i behov av ekonomiskt stöd till vård, uppehälle, fostran eller utbildning (även till föräldrarnas rekreation).

Bidrag ges endast till personer under 25 år. Funktionshindret skall vara av **neurologisk** karaktär dvs. *orsakad av funktionsnedsättning i hjärnan, ryggmärg, perifera nerver eller i musklerna*. Bidrag ges inte till allergier, syn- eller hörselskador, reumatism eller diabetes om inte samtidigt neurologiskt funktionshinder finns. Vid prövning av ansökan tillämpas vissa inkomstgränser. Bidrag ges **inte två år i följd** och utgår endast under förutsättning att det användes **efter** tidpunkten för styrelsens beslut och full betalning gjorts först därefter. Läkarintyg skall insändas tillsammans med ansökan.

Stiftelser eller ideella föreningar vars huvudsakliga uppgift är att stödja barns eller ungdomars behov i angivna hänseenden. *Bidrag kan inte ges till institutioner och dylikt som har stat, kommun eller landsting som huvudman.*

Föräldralösa (helt föräldralösa), mindre bemedlade barns uppfostran och utbildning.

Bidrag ges endast till personer som vistas i Sverige. Upplysningar och ansökningsblanketter erhålles efter hänvändelse till stiftelsen, Kronborgsgatan 2 C, 252 22 Helsingborg eller e-post ljc@carlssonsstiftelse.se. Tfn: 042-21 70 19.

OBS! Ange om ansökan gäller för **enskild** eller **förening**.

Ansökningsblanketter finns även för nerladdning på www.carlssonsstiftelse.se

Ansökan skall ha inkommit till stiftelsen **senast den 15 oktober 2018**. Skriftligt besked om beslut sänds till sökanden efter styrelsens sammanträde i början av december 2018.

Sjuktgymnastik, ateljé och sinnesstimulering

Våra dagliga verksamheter erbjuder fysisk aktivitet, hjärngympa och olika aktiviteter i ateljén för dig med förvärvad hjärnskada. Vi hjälper även dig som vill arbetsträna på ett företag.

Dalagatan
Dalagatan 6, Stockholm
frosunda.se/dalagatan
010-130 41 04

AL-gruppen
Brommavägen 2, Solna
frosunda.se/algruppen
010-130 41 04

frösunda.
OMSORG

Kognitiv träning efter en traumatisk hjärnskada

Hjärnan är komplex och styr alla processer i kroppen. Vid en hjärnskada kan i stort sätt vilken funktion som helst påverkas beroende på var skadan sitter och hur utbredd skadan är. Hjärnskadan kan ge en mängd olika symtom såsom rörelsehinder, balanssvårigheter, känslensättning, kommunikationsstörningar och kognitiva funktionsnedsättningar.

Text:
Cecilia Boestad

I R



Kognitiva funktioner kan beskrivas som förmågan att uppfatta signaler/information som kommer såväl utifrån som inifrån oss själva, samt att meningsfullt bearbeta och reagera på dessa signaler. Kognitiva svårigheter för personer med traumatiska hjärnskador är viktiga att uppmärksamma eftersom de inte alltid är så lätta att upptäcka som till exempel ett rörelsehinder.

Nedsättningarna är ofta dolda för omgivningen men kan vara starkt begränsande för den enskilde. Exempel på kognitiva nedsättningar kan vara försämrad uppmärksamhet och koncentration samt problem med minne och inlärningsförmåga. De kan leda till problem att utföra olika aktiviteter och påverka hur vardagen fungerar.

Det finns olika metoder för att träna upp den kognitiva förmågan efter en traumatisk hjärnskada. På Danderyds sjukhus rehabiliteringsmedicinska universitetsklinik finns en forskargrupp som har flera pågående intressanta forskningsprojekt.

1 Attention Process Training (APT) är en form av intensiv uppmärksamhets träning som just nu erbjuds Hjärnkrafts medlemmar. I projektet tränas uppmärksamhetsförmågan genom en metod som innefattar intensiv strukturerad träning.

Behandlingen grundar sig på repetitiva övningar med en ökande svårighetsgrad, under 10–20 timmar i samarbete med en utbildad psykolog, arbetsterapeut eller logoped. Träningen innefattar också inläring av strategier och ökad kunskap om hjärnskadan och dess konsekvenser för att förbättra prestationen både under träning och i vardagsaktiviteter.

Kontaktperson för studien är leg. psykolog och doktorand Azra Ramovic.

2 Ytterligare en intressant studie som bedrivs vid Danderyds sjukhus rehabiliteringsmedicinska universitetsklinik handlar om eRehab. eRehab är en internetbaserad kognitiv rehabilitering som vänder sig till personer med lättare kognitiv nedsättning.

ANNONS:

Behöver du stöd för att komma ut i arbetslivet? På Misa Liljeholmen kan du som förvärvat en hjärnskada få en daglig verksamhet på en arbetsplats som passar just dig!



08-669 01 60 liljeholmen@misa.se www.misa.se



Lena "Misa har varit ett bra stöd för mig efter skadan."

Internetbehandlingen baseras på kognitiv beteendeterapeutisk (KBT) behandling och neuropsykologiska teorier. E-rehab kan ge kunskap, förståelse och strategier för de svårigheter som kan uppstå i samband med lättare kognitiv nedsättning. Behandlingstiden är tio veckor och den är uppdelad i 10 moduler som tar ca 1–3 timmar vardera.

Deltagaren får återkoppling på hemuppgifter från sin terapeut en gång i veckan. I en chattfunktion kan deltagaren chatta med andra som deltar i behandlingen. Innan behandlingen inleds träffar deltagaren sin terapeut och får då träna på att logga in och att använda programmet.

Behandlingen har testats under våren 2018 i en klinisk pilotstudie. Patienterna som deltog i studien var mycket nöjda med behandlingen och innehållet i modulerna. En del förslag på förbättringar framkom dock både från patienter och terapeuter. Utifrån resultaten kommer materialet att uppdateras och läggas upp på en ny nationell teknisk plattform Stöd och Behandling, som är en del av 1177 Vårdguidens e-tjänster. Målet är kunna erbjuda patienter internetbaserad kognitiv rehabilitering via den nya plattformen under hösten 2018.

Kognitiv träning kan delas in i två delar:

- ▶ åtgärderträning som syftar till att hjälpa personen att kompensera för sina svårigheter, till exempel genom att använda en kalender till aktiviteter som personen behöver komma ihåg istället för att "hålla det i minnet".
- ▶ återträning av en försämrad funktion.

Under senaste decennierna har ökad kunskap om hjärnans formbarhet och förmåga till

”

*... inlärn timer
av strategier
och ökad kun-
skap om hjärn-
skadan och dess
konsekvenser i
syfte att förbät-
tra prestationen
både under
träning och i
vardagsaktivi-
teter.”*



återhämtning lett till ökade förväntningar på effekterna av träning och rehabilitering.

Vi inser betydelsen av sambandet mellan rehabiliterande träning och hjärnans formbarhet. I detta sammanhang är det viktigt att poängtera att de kognitiva träningsinsatserna måste ske med en god strategi och involvera stöd till generalisering av resultaten.

Modern forskning visar att träning av en typ av kognitiv funktion via exempelvis ett datorprogram inte generaliseras till vardagliga aktiviteter per automatik.



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 Patrik Magnusson
Telefon 08-555 44 261
patrik.magnusson@rehabstation.se
www.rehabstation.se

Praktikertjänst
REHAB STATION



Ungdomsläger på Söderåsen

Sista helgen i Maj anordnade Hjärnkraft i samarbete med välgörenhetsorganisationen Min Stora Dag ett sommarläger för ungdomar i åldern 14–18 år på en hästgård på Söderåsen i Skåne.

Text:
Cecilia Boestad

F M O
M S D

På gården fanns förutom 16 hästar även kaniner, katter och hundar. Under lägret var det en hel del fokus på ridning och andra aktiviteter med häst. Vi åkte häst och vagn och pysslade och skötte om hästarna, att fläta hästarnas manar var till exempel en populär aktivitet.

Ulrika som driver gården är fysioterapeut med inriktning på ridterapi och varje dag var det två pass med ridning där samtliga ungdomar gjorde framsteg inom de områden som tränades, till exempel balans eller koordination. Förutom att hästen ger bra möjligheter till träning så är det härligt att se samspelet mellan hästarna, ungdomarna och medhjälparna!

Det fanns en mängd andra saker att ägna sig åt utöver hästarna. Det varma och soliga vädret gav upphov till en hel del badande i de två små badsjöarna vid gården. Här gick det också att åka trampbåt eller ro roddbåt vilket var mycket uppskattat. Det fanns också tid till lek, spel och umgänge och många nya vänskapsband knöts under lägret.

Sammanfattningsvis så var lägret mycket lyckat och jag tror det var fler med mig som tyckte det var tråkigt när lägret var slut och det blev dags att åka hem.

Fakta om Min Stora Dag

Min Stora Dag gör skillnad för barn och unga med allvarliga sjukdomar och diagnoser. Genom en Stor Dag får barnen ett avbrott från en tuff vardag som ger glada barndomsminnen och ny kraft att fortsätta kämpa. Under 2017 fick över 4 500 barn vara med om en Stor Dag.

Läs mer på www.minstoradag.org. ■



Anhörigriksdagen i Varberg

Wellamo Ericson och Cecilia Boestad från förbundet deltog i Anhörigriksdagen 2018 som gick av stapeln i Varberg 15-16 april. Det var program i två fulla dagar med föreläsningar, politikerutfrågningar och olika utställare.



Text:
Cecilia Boestad

F W E

Christina Amundberg från Hjärnkraft föreläste om framtidsfullmakter. Hon gick igenom regelverken kring de två nya ställföreskapen, framtidsfullmakter och anhörigbehörigheter som införts sedan 1 april 2017.

Hon beskrev på ett pedagogiskt sätt vad det ställs det för formkrav på en framtidsfullmakt och hur kan man skriva den och vad kan den innehålla, Rent praktiskt kan

det gå till så att man skriver ett dokument som bevitnas där det beskrivs vilka angelägenheter men också vilka inskränkningar som gäller. Detta kan man skriva på egen hand men det kan vara värt att ta hjälp av jurist om det handlar om svåra saker.

En framtidsfullmakt börjar gälla när sviktande hälsa eller sjukdom gör att personen inte längre kan sköta sina angelägenheter.

En föreläsning handlade om det internationella projektet Apps for Carers. Här görs en kartläggning av appar som vänder sig till anhöriga. Resultatet presenteras i en app som också innehåller enkel information om hur appar kan användas av anhöriga.

De som ligger bakom detta arbete är Pauline Johansson som kallar sig forskare och möjliggörare och arbetar på Nationellt kompetenscentrum anhöriga (NKA).

Det var många deltagare som var intresserade av Hjärnkraft och framförallt vår tidning hade en strykande åtgång. Vi hade möjlighet att knyta kontakter och informera om vårt arbete. ■



Anhörigriksdagen bjöd på intressanta föreläsningar, spännande utställare och mycket mingel.

ANNONS

Rehab där inget är omöjligt

Rehabcenter Trekloverhemmet är en plats för framsteg, träning och glädje. Ett lite mindre – och ett lite personligare – rehabcenter. Våga prova, tänka nytt och tänja gränser tillsammans med oss.

Ring oss på 0522-40 09 12 eller läs mer på www.brackediakoni.se/trekloverhemmet



Rehabcenter Trekloverhemmet



Testa Sveriges första anhörig-app - Jocce

Ett samarbete mellan Hjärnkraft och FamilyLink

I ett samarbete mellan Hjärnkraft och företaget FamilyLink erbjuds Hjärnkrafts medlemmar att kostnadsfritt testa appen Jocce under tre månader hösten 2018. Projekt Jocce startar den 17 september och pågår till 14 december 2018. Ju tidigare du anmäler dig desto fler gratisdagar får du.

Text:
Charlotta Schröder
F D

FamilyLink har utvecklat Jocce i samarbete med studenter vid Lunds Tekniska Högskola. Rikard Schröder, grundaren till företaget, fick idén till appen när han under flera år tog hand om sin pappa Joakim, kallad Jocce, som led av Alzheimers sjukdom.

– Under åren när min pappa var sjuk tänkte jag ofta på att om vi som fanns runt honom hade haft ett enkelt sätt att kommunicera hade allt fungerat så mycket bättre. Både för pappa men också för oss som försökte göra hans tillvaro så bra som möjligt. Det fanns alltid obesvarade frågor som hängde i luften. Hade pappa fått mat? Hämtade min syster medicinerna på Apoteket? Var hemtjänsten där i eftermiddags, trots att pappa påstod motsatsen?

Ensam är inte stark

Rikard menar att bättre samordning ger vinster åt alla. Personen som tar emot hjälp – en pappa, dotter, bror eller vän – kommer uppleva att omsorgen funkar bättre eftersom hen kan få hjälp med sin vardagsplanering och det blir färre missförstånd och akuta frågor att lösa ut. Stressen som många anhöriga lever med kan minskas, och sannolikt minskas även antalet oroliga telefonsamtal till vård- och omsorgsföretagen.

– När allt det där praktiska i vardagen fungerar: mat, inplanerade kalenderhändelser, besök hos dagverksamhet med mera, ja då finns det mer tid över till det andra. Det där som egentligen är det viktigaste; att umgås och uppleva fina stunder tillsammans.

Så funkar Jocce

Jocce är utvecklat för personer som behöver stöd i sin vardag. Jocce har kallats för Sveriges första "anhörig-app".

Jocce knyter ihop dem som finns runt en person som behöver stöd; familj, släkt, vänner och/eller vård- och omsorgspersonal. I appen skapas ett eget, privat nätverk för kommunikation och samordning. Här finns en delad kalender, kontaktlista och en

<Jocce>

Förenklar och berikar vardagen. Varje dag.

Jocce är ett enkelt hjälpmedel i form av en app som knyter ihop dem som finns runt en person som av olika skäl behöver stöd i vardagen. Med några få knapptryckningar skapas ett slutet nätverk runt personen; där anhöriga, vänner och professionella vård- och omsorgsgivare kan vara med.

Jocce är framtagna för personer som behöver stöd på grund av t.ex. **älder**, kognitiv sjukdom eller funktionsnedsättning såsom **demenssjukdom**, stroke och annan vaskulär sjukdom, medfödd eller förvärvad **hjärnskada** samt neuropsykiatrisk funktionsnedsättning vid **ADHD**, **autismspektrumtillstånd** m.fl.





unik funktion som ger de närmast anhöriga information i realtid om andras omsorgsinsatser hos deras närstående.

Jocce innehåller också en hälsningsfunktion där det är enkelt att dela meddelanden och bilder med personen som ni gemensamt stödjer och bryr er om.

De som är med i ett Jocce-nätverk kan ha olika roller: Mottagare, Coach, Vän eller Assistent. Roller som kan göra och se olika mycket.

Vi rekommenderar att det är den närmast anhöriga som går med i projektet och därmed blir nätverksansvarig Coach. Hen bjuder sedan in de personer som ska vara med i nätverket och bestämmer vilka roller de ska ha.

Var med i projektet

Anmäl dig till projektet på www.jocce.link/hjarnkraft. Skriv där in mejladressen på den som ska vara nätverksansvarig i ert nätverk.

Kom igång!

Den som anmält sig till projektet kommer att få ett mejl med vidare instruktioner och tillgång till vår steg-för-steg-guide som gör det enkelt att komma igång.

Vad förväntas av dig som deltar?

Ingenting mer än att du och de övriga som deltar i ditt Jocce-nätverk använder appen så mycket som möjligt. Och så vill vi gärna att

du/ni tar er tid och svarar på den webb-enkät som FamilyLink kommer att skicka ut i slutet av projektperioden.

Efter projektet

När gratisperioden är slut kommer du att få ett meddelande i Jocce-appen om att det är dags att välja betalningsplan för vidare användning. Jocce kostar 99 kronor/månad. Pris avser ett nätverk oavsett hur många som är med i det. Månadskostnaden för Jocce dras via App Store och Google Play precis som för andra appar.

Om du/ni inte vill fortsätta med Jocce efter avslutat projekt kan den som har laddat ner appen själv radera kontot i appen. En annan variant är att göra ingenting. Jocce-nätverket kommer då att raderas automatiskt två månader efter att inbetalning skulle ha skett.

Gör nytta för andra

Utöver att du kostnadsfritt får tillgång till ett helt nytt digitalt hjälpmedel under tre månader kan du genom att delta i projektet också göra nytta för andra som lever med funktionsnedsättningar och deras anhöriga.

Genom att du testar Jocce kan du ge FamilyLink värdefull kunskap om hur Jocce kan bli ännu bättre, och idéer till fler nya digitala lösningar för dem som tar hand om nära och kära.

Frågor, stöd och support

■ Hjärnkrafts medlemmar kommer under projektperioden att erbjudas särskild support för att komma igång och hålla sina nätverk levande genom:

1. "Jocce-verkstad". Ställ dina frågor direkt till oss online via www.jocce.link/hjarnkraft - måndagar kl. 09.00-10.00 och torsdagar 19.00-20.00.

2. Mejla oss dina frågor på projektadressen: hjarnkraft.jocce@familylink.se.

Vill du veta mer?

■ Om de olika rollerna man kan ha i appen? Om datasäkerhet och integritet? Eller hur det fungerar att bjuda in assistenter? Läs en längre artikel på www.hjarnkraft.se. Där finns också länkar till mer information och anmälan om du vill delta i Jocce-projektet.

Med rätt att handla!

Sveriges konsumenter är en ideell organisation som står på konsumenternas sida, de har de senaste tre åren drivit projektet "Med rätt att handla" som finansierat av Arvsfonden.

Text:
Per-Erik Nilsson

Projektet vill underlätta för konsumenter med kognitiva funktionsnedsättningar. En grupp i samhället som ofta utsätts för stora frestelser/lockelser och påverkan. En annan utsatt grupp är

På www.sverigeskonsumenter.se kan du ladda ner broschyren.



Fakta om Sveriges konsumenter

Sveriges Konsumenter är en samarbetsorganisation som verkar för konsumenternas intressen genom ökad konsumentmakt. Är en obunden, demokratiskt förankrad organisation som arbetar genom lobbying, opinionsbildning och folkbildning.

Arbetar för ett samhälle där beslutsfattare, företag och myndigheter har konsumentens bästa inför ögonen.

Organisationen har 21 anslutna medlemsorganisationer. Funktionsrätt Sverige är en av dem.

våra äldre innevånare. Arbetet som Sveriges Konsumenter gjort genom projektet kommer säkerligen att märkas i framtiden för personer med kognitiva funktionshinder.

Deras råd och pekpinnar kommer förhoppningsvis leda till att handeln ändrar sina försäljningsmetoder vilket kommer att göra skillnad ute i butikerna.

Alla medborgare är konsumenter – alla handlar. De flesta köp gjordes förr hos handlaren på orten där man bodde, så är

ANNONS



Specialiserad rehabilitering och folkhögskola!

På Humlegården i Sigtuna och på Valjeviken i Sölvesborg erbjuder vi neurologisk rehabilitering. Valjeviken folkhögskola erbjuder utbildning i kombination med rehabilitering. Eller kurser i samverkan med din förening.

Valjeviken folkhögskola erbjuder:

Behörighetsgivande utbildningar
Intressebaserade, anpassade utbildningar
- musik
- idrott/hälsa
Yrkesutbildningar
- vård- och omsorg
- massage- och spaterapeut
Samverkanskurser i Sölvesborg/Trosa med
- funktionshinderorganisationer
- övriga intresseorganisationer
Tillgänglig miljö/anpassat boende
Kombination m. rehabiliteringsinsatser
- för dig med neurologisk diagnos/
förvärvad hjärnskada/rörelsenedsättning
Dygnet runt assistans

Valjeviken rehabilitering erbjuder:

Rehabilitering/träning
Rekreation
Diagnoskurser
- ALS, MS, Parkinson, Stroke, CP,
polyneuropati, ryggskada/RMB mm.
Temakurser
- Smärta, hjärntrötthet/kognitiva besvär, ung rehab, aktiv rehabilitering i ur och skur/idrott/rullstolsteknik/rullstolsdans, fatigue, ridning, ataxi.
Dygnet runt assistans
Tillgänglig miljö/anpassat boende

Humlegården erbjuder:

Rehabiliteringsprogram
- neurologiska diagnoser
- reumatologi
Diagnoskurser
- Stroke, Parkinson, MS, MD
Temakurser
- Stresshantering/avspänning, rullstolsteknik, ridvecka, skapande aktiviteter, träna i vatten.
Dygnet runt assistans

Humlegården 
Telefon: 08-598 833 00



info@valjevik.se, www.valjevik.se / info@humlegarden.se, www.humlegarden.se

det inte längre. Visst handlar vi fortfarande i affären, som i dag kanske ligger i en stor galleria, men även på postorder (där varan eller säljare kan komma från andra sidan jordklotet), på gatan, vid telefon och alla dessa köp borde vara säkra för oss konsumenter, men så är det tyvärr inte.

Vi ska inte behöva utsättas för manipulation, ibland lurendrejeri av säljarna. Något som tyvärr ökat med flera försäljningskanaler!

Sveriges konsumenter har gett ut ett flertal skrifter/broschyrer senaste åren. En av de senaste är "Vardagssmart". Den ger enkla tips om hur klimatförändringarna fungerar och hur vi som konsumenter

kan påverka den negativa utvecklingen på jordklotet. Väl medvetna om att Sveriges befolkning är en liten del av jordens befolkning, det är just där Sveriges konsumenter börjar! Enkla, konkreta tips för hur vi kan minska koldioxidutsläppen i vår lilla del av världen.

Gå gärna in på www.sverigeskonsumenter.se för att läsa mer. Där kan du ladda ner broschyren.

Något som jag själv inte förstår är när en vara marknadsförs för 99,90:- Alla begriper att det egentligen är 100:- jämnt (nästan i alla fall). Att vi konsumenter skulle vara så urbotad dumma och tro eller lockas av något annat har jag svårt att förstå!

Enkla, konkreta tips för hur vi kan minska koldioxidutsläppen i vår lilla del av världen".



Ill: Dreamstime

ANNONS

Vår storlek är din styrka.

Av alla assistansbolag har de flesta valt Humana. Själva anger kunderna att det är tryggheten som är skälet. Hos oss har du nära kontakt med ditt personliga team som gör allt för att förenkla din vardag. Det viktigaste för oss är att du känner att du är i trygga händer. Varje dag.

Att byta assistansbolag är enkelt. Allt du behöver göra är att ta kontakt med oss så hjälper vi dig. Välkommen till Humana assistans!

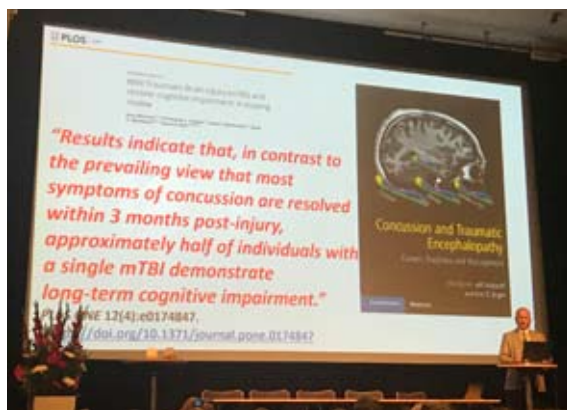
☎ 020-70 80 87



Humana

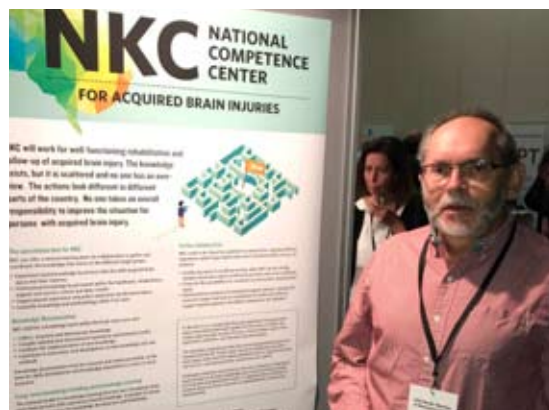


Erin Bigler höll en intressant föreläsning vid mötet.



Så många som hälften av patienterna med lätt hjärnskada fick bestående kognitiva nedsättningar.

Foto: Cecilia Boestad



Lars Jacobsson, neuropsykolog och forskare, vid Modellprojektets poster under det Nordiska mötet.

Foto: Cecilia Boestad

Nordiskt möte om neuropsykologi

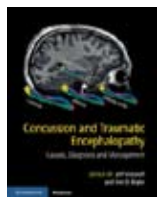
Det 13:e Nordiska mötet i neuropsykologi hölls i Stockholm i augusti 2018. Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft var där tillsammans med Modellprojektet.



Text:
Cecilia Boestad

Det var ett mycket spännande program med inriktning mot hjärnans formbarhet (så kallad plasticitet). Konferensen pågick i tre dagar med intressanta seminarier, symposier och presentationer av olika posters.

En intressant föreläsning handlade om så kallade lättare hjärnskador, eller hjärn-



"Concussion and Traumatic Encephalopathy Causes, Diagnosis and Management" kommer ut i november 2018.

skakning (mTBI på engelska). Föreläsaren heter Erin Bigler och är professor, verksam i USA.

Han redogjorde bland annat för aktuell forskning. Den visar att till skillnad från vad som tidigare varit känt, förefaller det som om en enda lätt hjärnskada i så många som hälften av fallen leder till bestående funktionsnedsättningar. Det kan vara nedsatt kognitiv funktion, huvudvärk, depression och trötthet, även lång tid efter skadan.

Tidigare har man ansett att alla symtom har klingat av inom tre månader efter skadetillfället vid lätt hjärnskada.

Modellprojektet ställde ut en poster som beskrev projektet och dess syfte. Postern beskrev specifikt behovet av att skapa ett nationellt kompetenscenter inom området förvärvade hjärnskador. Kunskapen finns idag men är splittrad runt om i landet. ■

ANNONS:



Med rätt assistans får du bättre livskvalitet!
Vår vision är därför att öka livskvaliteten för dig genom att ge dig i särklass bästa service med all respekt.

Din trygghet i centrum!

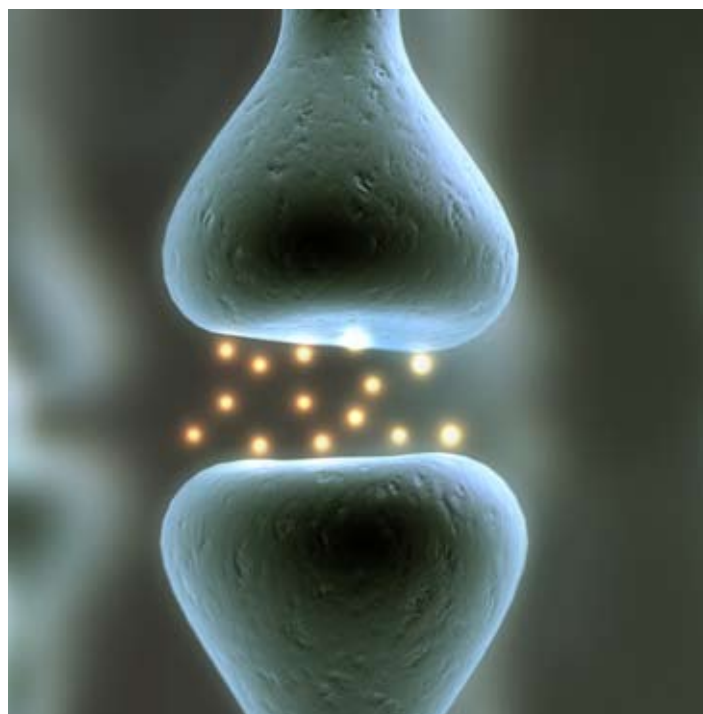
www.adena-assistans.se

Kontakta oss: Adena Personlig Assistans 08-735 53 30 Skytteholmsvägen 2 171 27 Solna



Hjärnkraft 1988 - 2018

Ett liv som räddas ska också levas!



Text:
Marie-Jeanette Bergvall

F

D

"Vi började med två tomma händer, men med ett hett engagemang" konstaterades vid 10-årsjubileumet. "Hjärnkraft gav personer med förvärvad hjärnskada ett ansikte" konstaterades vid 20-års-jubileumet. "Hjärnkraft behövs mer än någonsin" skulle jag vilja säga inför 30-års-jubileumet.

Rehabiliteringsfrågorna och LSS är lika aktuellt nu som när Hjärnkraft bildades och LSS-reformen först började diskuteras. Vi måste hitta samverkansformer som gör oss än mer effektiva i vårt arbete men aldrig glömma det engagemang, omtanke och stolthet som ryms i begreppet "Vi Hjärnkraftare" som levt med genom åren.

Ryck loss den här sektionen om du vill spara Hjärnkrafts historia.



Radarparet Roland Persson och Gertrud Öste var två av förgrundsgestalterna när Hjärnkraft bildades.

Hjärnkraft under 30 år

Text:
Marie-Jeanette Bergvall

F H

När Giggi Öste skadades 1983 fanns inte någon specialiserad hjärnskaderehabilitering i Sverige. Vid 23 års ålder skrevs hon ut

som "icke rehabiliteringsbar" med rekommendation att placeras på långvården. Redan på sjukhuset började hennes mor, Gertrud Öste, leta efter litteratur om skallskador och hur hon kunde hitta andra i samma situation.

Sjukhuset hänvisade till sekretessen och hon fick ingen hjälp. Hon insåg också att när man är utskriven från sjukhuset så är man, de fortsatta kontakterna är ytterst sporadiska. Behovet av att prata med andra i samma situation blev allt större och hon letade efter andra organisationer men fann ingen.

Vad hon fann var Roland Persson som var kanslichef på Personskadeförbundet RTP i Stockholm. Trots att personer med hjärnskada inte var en prioriterad diagnosgrupp hos dem vid den tiden tog han initiativ till en

arbetsgrupp där Gertrud kom med. Den fick namnet Hjärnkraft, som i slutet av december 1987 bildade en egen organisation dit Roland Persson följde med.



De första 10 åren

De första åren fanns inga pengar, ingen lokal, ingen telefon. Roland Persson beskriver i tidningen Hjärnkraft 2—3/98 hur man flyttade in i rivningslokaler utan att behöva betala hyra.

Möblerna fick man av medlemmar eller hittade i containrar. Den första tiden var det medlemsavgifterna som finansierade brevpapper, frimärken etc. Det första organisationsstödet fick förbundet år 1991.

Redan innan Hjärnkrafts formellt bildades anordnade Gertrud och Roland seminarier med världsledande auktoriteter. Anne-Lise Christensen från Center for Hjerneskade i Köpenhamn och forskaren David Elis från Deveraux Foundations hjärnskadecenter i Philadelphia deltog i ett seminarium redan 1985. Anne-Lise Christensen hävdade att för att nå framgång måste den traditionella, främst fysiska rehabiliteringen kompletteras med psykosocial rehabilitering med neuropsykologisk inriktning. Hennes gärning inom hjärnskadeområdet uppmärksammades så sent som i augusti med en minnesföreläsning vid Neuropsykologernas Nordiska möte.

Uppsökarprojektet

1990 beviljade Arvsfonden drygt 3 miljoner kr till ett treårigt landsomfattande projekt för uppsökande verksamhet bland skallskadade.

Gertruds Öste skötte alla samtal med andra familjer i motsvarande situation medan Roland Persson arbetade med att bygga upp organisationen. De blev ett radarpar som åkte land och rike kring och ännu finns aktiva som vittnar om sina första kontakter med Hjärnkraft och det stöd de då kände.

Mona Sandström, som arbetade i vården och hade en son med förvärvad hjärnskada berättar att hon under tre månader arbetade i projektet och för att leta upp personer med förvärvad hjärnskada. De fanns oftast inom psykiatri, långvården eller hemma utan anpassad hjärnskaderehabilitering. Hon intervjuade över trettio personer och varje intervju tog 3 – 4 timmar.

Under dessa samtal framkom vilka behov familjerna hade av till exempel tillgång till hjälpmedel och vilket stöd som fanns att få. Många kände till exempel inte till Handikappersättningen.

Mona beskriver att uppsökarprojektet låg till grund för Hjärnkrafts kommande verksamhet. Hjärnkraft fick den kunskap som behövdes för att påverka och agera. Samtidigt hittade man eldsjälarna lokalt.

Mona kom själv att starta länsföreningen i Sörmland.

Att sprida kunskapen

”Alla med skallskada kan bli bättre med en riktad intensiv och uthållig rehabilitering”. Det var det budskap Hjärnkraft spred till alla de socialministrar och andra politiker som uppvaktades, Bengt Lindkvist, Bengt Westberg, Margot Wallström.

Hjärnkraft spred information, förbundet hade ett stort bibliotek och skickade kopior på många artiklar till alla som hörde av sig. Man översatte tyska filmer till svenska som visade intensivrehabilitering av svårt hjärnskadade. Filmen ”Maud – ensam hemma i eget boende” hängde med i många år. Man föreläste flitigt på rehabiliteringskliniker, vårdutbildningar, gruppboenden, folkhögskolor etc.

1996 bildade Hjärnkraft en stiftelse för informations- och utbildningsverksamhet för att ta fram den interaktiva CD-romskivan ”Hjärnans väg till läkning” med medel från såväl Socialstyrelsen. Arvsfonden, Nyköpings kommun som Hjärnskadefonden.

Vi måste stärka Hjärnkraft

1997 beviljade Arvsfonden medel till ett treårigt projekt för utveckling av organisation och verksamhet. Hjärnkraft 2000. Centralt var syftet att förbättra samverkan, ta fram verktyg för föreningsarbetet, utbilda resurs-



Giggi Öste.



Mona Sandström gjorde bl a intervjuer i uppsökarprojektet.

Hjärnnetrepresentanter från hela landet träffas och utbyter erfarenheter på konferens 2010.



personer, ta fram målprogram och utveckla nätverk och kommunikation. Delprojektet Region Väst bestod av föreningarna i Jönköpings län och dåvarande Skaraborgs, Göteborg- och Bohus samt Älvsborgs län. Då anställdes en ombudsman, Ingvar Hansson, för att hitta samverkansformer över länsgränserna.

”

Hjärnkraft har uppvaktat RFV, samtliga försäkringskassor i landet och politiker. Det ledde till att RFV förtydligade vilka som ska ingå i personkretsen.

Nu startades Nätet

”Vad vore Hjärnkraft i all sin glans om inte Nätet fanns”, så skaldade Cajsas Ehrnlund från FyrBoDal vid en central Nätet-konferens på Fristad folkhögskola 2009. Nätet startade i 1998 och bytte namn till Hjärnet 2013.

Hjärnet är en mötesplats inom Hjärnkraft enbart för medlemmar med egen skada. Deltagarna träffas, pratar, fikar eller hittar på något tillsammans. Verksamheten varierar beroende på intressen och vilka förutsättningar som finns i gruppen och på orten. Variationsrikedomen är stor; matlagning, idrottsevenemang, museibesök, bowling, fiske, teater, resor, datacirklar, motion och mycket mer.

Kerstin Svensson, Kalmar var en av de första som bildade en Hjärnetgrupp. Från början var de några få deltagare men nu finns det tre grupper i Kalmar som träffas en gång i månaden.

LSS – då och nu

Hjärnkraft var med om att driva fram rättighetslagen och att den skulle omfatta personer med kognitiva funktionsnedsättningar. Lagen trädde i kraft den 1 januari 1994.

Redan i verksamhetsberättelsen för 1996

framgick att Hjärnkraft tillsammans med tre andra förbund uppvaktat Socialutskottet om att Försäkringskassorna tenderar till att tolka lagen fel, vilket innebär att många personer med ”osynliga handikapp” till exempel nedsatt minnesförmåga, initiativförmåga och talsvårigheter inte beviljas assistans.

Hjärnkraft uppvaktade RFV, samtliga försäkringskassor i landet och landstings- och riksdagspolitiker. Det ledde till att RFV i sina allmänna råd ut till försäkringskassorna förtydligade vilka grupper som ska ingå i personkretsen.

I verksamhetsberättelsen 1999 framgår att Hjärnkraft påtalat ett antal brister i LSS:

- Konsekvenserna i beskrivningen av personkrets 2 ”Personer med betydande och bestående begåvningsmässigt funktionshinder efter hjärnskada i vuxen ålder föranledd av yttre våld eller kroppslig sjukdom”. Ordet ”begåvningsmässigt” är mycket diffust och direkt felaktigt. För personer med förvärvade hjärnskador handlar det inte om begåvning, utan om funktioner som minne, kommunikation, omvärldsuppfattning, inläring, initiativförmåga med mera.
- Att personer som framförallt har kognitiva funktionsnedsättningar (ofta dolda handikapp) har stora svårigheter att erhålla personlig assistans och andra insatser enligt LSS.
- Att handläggarna tenderar att inte följa specialläkarnas och neuropsykologernas utlåtanden.
- Att upprättande av individuella handlingsplaner är obefintlig.

”What ever it takes”


Dessa påpekanden har varit aktuella i 20 år, har framförts till flera olika LSS utredningar, socialministrar, socialutskott, i underlag till motioner och framförs fortfarande, nu till den aktuella LSS-utredningen.

Rehabiliteringsprojekt - från REHS-gruppen till Modellprojektet

Redan 1998 bildades REHS-gruppen (rehabilitering hälso- och sjukvårdsggruppen) för att skynda på utvecklingen inom området. Året därpå arbetade gruppen med att formulera ett projekt för att utveckla en samsyn med professionen inom hjärnskadeområdet. Resultaten skulle användas i diskussioner med politiker och andra beslutsfattare för att åstadkomma en utveckling på hjärnskade-området bland annat om behovet av riktlinjer.

Projekt Hjärnskaderehabilitering

REHS-gruppens arbete resulterade i ”Projekt Hjärnskaderehabilitering” som genomfördes under september 2003 till februari 2008 med medel från Arvsfonden.

Det var genom detta projekt vi fick ”Umeåstudien” som genomfördes av Britt-Marie Stålnacke, överläkare/medicine doktor och Peter Sojka, docent, vid Institutionen för samhällsmedicin och rehabilitering, Johan Styrke, medicine studerande och Ulf Björnstig, professor i kirurgi vid Institutionen för kirurgi och perioperativ vetenskap, Umeå universitet.

Där framkom att så kallade lättare skall- och hjärnskador till följd av olyckor är ett stort folkhälsoproblem i Sverige. Uppföljningen flera år efter olyckan visade att 79 pro-

cent hade minst ett kvarstående symtom som brukar förekomma efter skallskada. Glömska och huvudvärk var vanligast. Måttlig eller svår depression förekom hos 14 procent av dem som följdes upp.

Ett genomgående problem hos patienterna var svårigheten att upprätthålla samma aktivitetsnivå och arbetsbelastning som före skadan.

Ökat fokus på lätta skador

Som en direkt konsekvens av resultaten i Umeå genomfördes under oktober 2006 – april 2007 en förstudie finansierad via Europeiska Socialfonden. Studien genomfördes i Stockholms län och Gotland. Efter annonsering i lokala media intervjuades 54 personer per telefon. Av dessa valdes 30 personer ut till intervjuer i fokusgrupper.

Hjärnkraft hade hittills traditionellt förknippats med svårt skadade. Med utgångspunkt i den nya kunskap som kommit fram fastslog Hjärnkrafts förbundsstämma 2006 att Hjärnkraft fortsättningsvis ska ha ett större fokus på så kallade lätta skador som ofta har svåra konsekvenser.

www.hjarnskadeforum.se

Projekt Hjärnskaderehabilitering tog också fram en webbsida med två delar; En ”vanlig” hemsida med information om olika stödinsatser och en sökbar databas, där skadade, närstående, profession och andra intresserade kan gå in och leta efter rehabilitering och stödinsatser för personer med förvärvad hjärnskada i hela landet. Sidan

Ovan tv Marie-Jeanette Bergvall, projektledare för Modellprojektet beskriver arbetet inom åtta samhällsområden.

Th. Diskussion om case-management nedanför scenen.



Projekt Hjärnskaderehabilitering tog fram en webbsida.



F

D

drevs under ett antal år som ett samarbete mellan Hjärnkraft, STROKE-Riksförbundet och Afasiförbundet.

Socialstyrelsens kartläggning

Rapport tog 2010 upp bristerna i Hjärnskaderehabiliteringen. Hjärnkrafts kanslichef intervjuades i inslaget och Socialstyrelsens överdirektör Håkan Ceder medverkade i studion. Hjärnkraft träffade tillsammans med professionen Socialstyrelsen som tillsatte en utredning och tog fram rapporten "Rehabilitering för personer med traumatisk hjärnskada – landstingens rehabiliteringsinsatser".

Hjärnkraft och Personskadeförbundet RTP beviljades av Arvsfonden medel till ett ettårigt projekt för kartläggning av brukarnas syn på rehabiliteringen "Rehabilitering för personer med traumatisk hjärnskada." Båda rapporterna visade på allvarliga brister. Socialstyrelsen skrev "Det är angeläget att fortsätta att bevaka området eftersom personer med hjärnskador är en utsatt grupp med stora och långvariga behov".

Hjärnskadeforum 2013

Rapporterna presenterades vid en välbesökt konferens i Stockholm i januari 2013, Hjärnskadeforum 2013. Där beskrevs situationen av professor Jörgen Borg, Danderyds sjukhus.

Röda mattan – allt fler räddas till livet och får tillgång till god rehabiliteringsmedicinsk kompetens den första tiden.

Svarta hålet – utskrivning saknas en sammanhållen värdkedja och långtidsuppföljning. En övervältring av ansvar sker utan samordning. Ny kunskap implementeras inte i behandlingen.

Åttestupan – rehabiliteringsinsatser upphör vid 65 år.

Modellprojektet

Efter Hjärnskadeforum 2013 samlades Hjärnkraft, RTP och en grupp från professionen för att diskutera hur vi kunde gå vi-

dare. Hjärnkraft och RTP skrev en ansökan till Arvsfonden, som beviljades.

I projektet har drygt sextion personer deltagit, både personer inom professionen och personer med egen erfarenhet av förvärvad hjärnskada. Modellprojektet redovisar sina resultat under hösten 2018 och avslutas med en konferens i november.

Andra Arvsfondsprojekt

Pershyttan (2001 – 2003)

Hjärnkraft utvecklade i samarbete med Frösunda en alternativ boendeform för personer med omfattande förvärvade hjärnskador som tillhör personkrets 2 i LSS och en ny arbetsmodell för personlig assistans.

Inom projektet producerades handboken *Se människan bakom - Om vikten av att se helheten i arbetet med personer som har en förvärvad hjärnskada*. Målgrupp var LSS- och LASS handläggare. Boken har utformats så att även brukare, anhöriga och andra intressenter skulle ha behållning av boken.

Videoprojektet – Jakten på en identitet (2001 – 2004)

Hjärnkraft har beviljats medel från Arvsfonden och Stiftelsen Lars Hiertas minne för produktion av en film om en ung kille som fått en hjärnskada i samband med en trafikolycka där han körde onykter. Under arbetets gång fick filmproducenten kontakt med TV 4 som bidrog med finansiering och sände filmen år 2002.

En förkortad version visades i skolorna under 2003 och 2004.

Projekt Hjärnskadeförbundet (2003)

Afasiförbundet, Hjärnkraft och STROKE-Riksförbundet drev under 2003 ett pilotprojekt för att förutsättningslöst kartlägga organisationernas intresse och möjligheter att utveckla samverkan för att få en effektivare intressepolitisk bevakning och ett mer varierat verksamhetsutbud lokalt.

Projektet leddes av Afasiförbundet och har





Akta Huvudet utanför
Bräcke Gymnasium i
Göteborg.

resulterat i ett fortsatt samarbete som efter att Personskadeförbundet RTP också anslutit sig går under namnet "Hjärnfyr".

Akta huvudet (2008 – 2013)

Akta huvudet är ett av de största antivåldsbaserade projekt som genomförts. Arvsfonden beviljade medel till en förstudie 2008 och fortsatta medel i projektet som avslutades 2013.

Under två dagar genomförde samtalsledare ett program med målsättningen att ruska om och beröra, samt att skapa en fördjupad dialog med eleverna kring gatuvåld och dess konsekvenser. I programmet ingick:

- ▶ Novellfilmen "Res dej inte". Under en fest misshandlas en kille brutalt av ett gäng. En tjej hotas till tystnad. I händelsernas centrum står tre ungdomar som brottas med sin skuld som gärningsman, sin rädsla som vittne och sitt hämndbegär som offer. Men vem är ansvarig?
- ▶ Föreläsning om våldets medicinska eller sociala konsekvenser
- ▶ Föreläsning av en ung person som lever med förvärvad hjärnskada efter att ha blivit utsatt för våld mot huvudet.
- ▶ Medlemmar i Unga KRIS beskriver sina erfarenheter av våld och kriminalitet och hur och varför de valt ett annat liv.
- ▶ Samtalsledarna fångar upp och arbetar vidare med de frågor som föreläsningarna väcker med hjälp av ett metodmate-

rial, utformat utifrån upplevelsebaserat lärande, där eleverna bland annat via rollspel, värderingsövningar och simuleringar reflekterar kring våld.

Gatuvåldets ekonomi

I rapporten "Gatuvåldets ekonomi" som togs fram som komplement till projektet Akta huvudet har de båda nationalekonomerna Ingvar Nilsson och Anders Wadeskog räknat ut de totala kostnaderna för gatuvåldet i allmänhet och våld mot huvudet i synnerhet.

Genom att räkna ihop 200 faktorer har ekonomerna fått fram att ett vanligt slagsmål utanför en krog med en förövare och två offer, en lindrigt skadad och en svårt skadad, kostar närmare 75 miljoner kr. Rehabiliteringen av bara ett offer som behöver livslång vård kostar 50 miljoner. ■

"Akta huvudet"



Annat i korthet

- ▶ Sedan 2003 har Hjärnkraft 90-konto och granskas av Svensk Insamlingskontroll.
- ▶ Sedan 2014 har Hjärnkraft särskilt verksamhetsbidrag till organisationer som stödjer och dem som vårdar och hjälper någon anhörig.
- ▶ Sedan 2011 har Hjärnkraft drivit barn och familjeläger. Från 2013 på Mättinge kursgård.
- ▶ 2006 anordnades den första centrala assistentutbildningen i samarbete med länsföreningen i Sörmland. Från 2008 anordnades den varje år, från 2013 tre per år och sedan 2017 fyra per år.

Hjärnkrafts ordförande genom tiderna

Text:
Marie-Jeanette Bergvall

F H

Gertrud Öste var Hjärnkrafts första ordförande, från det att Hjärnkraft bildades till stämman 1996. När familjen Östes dotter Giggi skadades 1983 insåg familjen att det inte fanns någon specialiserad hjärnskade-rehabilitering i Sverige. Giggi som var 23 år vid olyckan skrevs ut som "icke rehabiliteringsbar" med rekommendation att placeras på långvården. Familjen tog hem henne och började samtidigt leta efter en intresseorganisation där man kunde finna andra som var i samma situation. Hon hittade ingen och slutet av december 1987 bildades Hjärnkraft – Riksföreningen för rehabilitering av skullskadade, nu Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft. Gertrud trodde inte att Hjärnkraft skulle behövas så länge. När politikerna väl insåg hur illa ställt det var, skulle Hjärnkraft kunna läggas ner.

Som vi alla vet blev så inte fallet. **Ingvar Jönsson** från Skåne som hade en dotter med en svår hjärnskada efter att ha blivit påkörd på ett övergångsställe, valdes till ordförande 1996. Han fortsatte envetet kampen att bygga upp Hjärnkraft.

– Under Ingvars tid som ordförande blev Hjärnkraft någon att räkna med, säger Per-Erik Nilsson, som idag är regional ombudsman på förbundet, och varit aktiv i Hjärnkraft sedan 1989. Under sina år som ordförande reste Ingvar utröttligt land och rike kring, besökte de flesta föreningarna och höll i utbildningar kring förvärvad hjärnskada och om föreningskunskap. Den nya LSS-lagstiftningen fick nu stor betydelse i Hjärnkrafts arbete.



Gertrud Öste valdes till Hjärnkrafts första ordförande.



Ingvar Jönsson fortsatte kampen att bygga upp Hjärnkraft.



Gertrud Öste
Ingvar Jönsson
Rolf Dietman
Björn Boquist
Leif B Svensson
Björn Boquist

dec 1987 – april 1996
april 1996 – maj 1999
maj 1999 – maj 2003
maj 2003 – juni 2004
juni 2004 – okt 2005
okt. 2005 – juni 2006

Gun-Britt Kristianson
Meta Wiborgh
Ann Hellströmer
Maria Lundqvist-Brömster

juni 2006 – sept. 2010
sept. 2010 – april 2016
april – oktober 2016
okt. 2016 –



Vid stämman 1999 valdes **Rolf Dietmann** till ny ordförande. Rolf hade ett oslagbart kontaktnät från sitt föreningsarbete i Kalmar och visste precis var man kunde söka pengar till föreningsverksamhet. Något som också riksorganisationen hade stor nytta av. När han avgick i maj 2003 övertogs ordförandeskapet av vice ordföranden **Björn Boqvist**, Stockholm. Med egen erfarenhet av personlig assistans för sin son som skadats efter en förgiftning kom assistansfrågor och arbetsmarknadsfrågor att bli Björns fokus i sitt arbete i förbundsstyrelsen. Som tidigare vd kom han självklart också att få ansvar för ekonomi och strukturfrågor.

Leif B Svensson, Sundsvall gjorde ett kort inlägg som ordförande under drygt ett år innan **Björn Boqvist** åter fick axla rollen. Leif B Svensson var van föreningsmänniska som tidigare varit aktiv i Hem och skola och genom goda vänner hade god insikt i Hjärnkrafts arbete.



Rolf Dietmann tillförde bl a kompetens och kontakter.



Björn Boqvist axlade rollen två gånger.

Vid stämman 2006 valdes **Gun-Britt Kristianson**, Stockholm till ordförande. Hon hade då varit aktiv i Hjärnkraft sedan 1994 efter att hennes dotter skadats svårt i en bilolycka. Gun-Britt har under alla år varit mycket engagerad i att utveckla Hjärnkraft och är fortfarande aktiv, nu som revisor.

Som ordförande efterträddes hon av **Meta Wiborgh**, Luleå vid stämman 2010. Hennes dotter skadades som ung när hon blev påkörd på ett övergångsställe. Som allmänläkare och tidigare ordförande för Svensk förening för allmänmedicin, var de intressepolitiska frågorna Meta Wiborghs huvudfokus.

”Mina drivkrafter var och är att verka för ett värdigt liv för personer med förvärvad hjärnskada. Då LSS kom var vi optimistiska, men sen har det mörknat. Det hade kunnat vara ännu värre om inte Hjärnkraft och andra stridit! Men det är mycket som oroar. LSS-kampen är på intet sätt i hamn”, kommenterar Meta Wiborgh.

Under hennes tid anordnades det första Hjärnskadeforum 2013 som dokumenterades via Utbildningsradion. (Inslagen går att se via www.hjarnkraft.se under Vårt arbete/Hjärnskadeforum 2016/Hjärnskadeforum)



Gun-Britt Kristianson arbetade för att utveckla Hjärnkraft och är nu revisor.



Meta Wiborghs hjärtefrågor var bl a intressepolitik.

Vice ordföranden **Ann Hellströmer**, Stockholm fick träda in som ordförande under ett halvår 2016. Hon har i alla år arbetat med ungdomar i kris och nu kom anhörigfrågorna att bli hennes fokus.

Maria Lundqvist-Brömster valdes som ordförande 2016. Hennes intresse för hjärnskador väcktes vid Hjärnskadeforum 2013 då hon som riksdagsledamot och ledamot i socialutskottet deltog i en paneldebatt. Utvecklingen inom hjärnskaderehabilitering, LSS har hittills varit de stora frågorna under hennes ordförandeskap. ■



Den nuvarande förbundsstyrelsen för Hjärnkraft. Med grön-blå mönstrad sjal syns Maria Lundqvist-Brömster och i röd-svart sjal Ann Hellströmer.



Giggi – skälet till att Hjärnkraft finns

Hjärnkraft bildades 1988, fem år efter den trafikolycka som förändrade Giggi Östes liv. Hennes föräldrar Bengt och Gertrud Öste kämpade länge för att få hjärnskaderehabilitering för Giggi. Tillsammans med flera andra personer som hade liknande erfarenheter, blev trafikolyckan och det som hände Giggi efteråt, grunden till Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft.

Text & foto:
Kerstin Orsén

”

Det finns ingen annan som tar en i handen och hjälper till lite på traven när det behövs som mest”.

Oj, usch då, skrattar Giggi, när Hjärnkraft ber om en intervju i samband med att vi vill uppmärksamma Hjärnkraft 30 årsjubileum. Så fortsätter hon: ”Har det gått så lång tid, det är ju inte klokt”.

Hon minns inte så mycket från själva olyckan utan har fått berättat för sig vad som hände. Giggi och hennes sambo hade cyklat ut till föräldrahemmet i Tyresö för att tillsammans med Giggis systrar överraska föräldrarna med middag när de kom hem efter en resa. Systrarna stod och pratade på en granntomt när en bil med hög fart körde över diket, in på tomten och körde över dem. Bilisten var påverkad av både alkohol

och narkotika. Systrarna skadades mycket allvarligt och fördes till sjukhus. Giggi svävade länge mellan liv och död. Hon fick en allvarlig hjärnskada, blev förlamad och kunde inte kommunicera.

– Jag minns känslomässigt vissa saker. Jag var vaken men ändå inte där.

Läkarna gav inget hopp. De förklarade för Giggis mamma och pappa att hon var ”icke-rehabiliteringsbar” och skulle bli sängliggande resten av livet. Det talades om att Giggi skulle flytta in på långvården. Då var hon 23 år.

– Det var tur att familjen vägrade. De ställde upp allihop så jag kunde flytta hem till mamma och pappa.

På den tiden fanns ingen specialiserad hjärnskaderehabilitering i Sverige. Forskningen hade inte heller kommit så långt kring hjärnans formbarhet så därför började föräldrarna söka information i andra länder, framför allt i Danmark och Tyskland.

All research resulterade i att föräldrarna såg till att Gigi fick intensiv träning.

– Jag är glad över att ha en pappa som var

känd, det tror jag hade stor inverkan.

Vägen tillbaka

Efter olyckan har Giggi träffat ambulanspersonalen. En av dem berättade att han såg att hennes vänstra fot var borta och sökte efter den. Till slut hittade han den sönderkrossad under bilhjulet.

– Jag var ung, stark och envis så det gick ganska snabbt att lära sig att gå med protesen. Jag fick åka på läger till Norrland och träna, träna, träna.

Rehabiliteringen tog tid. Hon berättar att det var svårt med vänsterarmen.

– Den fick jag jobba länge med. Nu är det nästan borta men ibland känner jag av den. När förlamningen släppte fick jag träna upp allt som varit oanvänt. Kommer ihåg att jag fick sitta med klossar och träna. Läsningen kom tillbaka undan för undan. Sedan blev det mer vardaglig rehabilitering, som att lära sig att äta och komma in i livet igen.

År 1988 bildades Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft. Giggis mamma Gertrud Öste var en av förgrundsgestalterna och blev senare Hjärnkrafts första ordförande. Gertrud har berättat om sin dotter i en artikel från 2004:

”Hur mår hon i dag? Jo, tack, hon klarar sig ganska bra. Hon har 100 000 svårigheter varje dag, men ändå klarar hon sig. Hon tycker att livet är bra, sade Gertrud Öste.

Arbete & egen bostad

Så småningom kom Giggi tillbaka till sin arbetsplats och började arbetsträna. Under

många år arbetade hon på en skola för barn med utvecklingsstörning som elevassistent.

– Det var jättetrevligt. Det kändes att jag verkligen gjorde nytta för eleverna.

Giggi flyttade in i en egen lägenhet och lever idag tillsammans med sin pojkvän.

– Jag tar det lugnt på morgonen, äter frukost och duschar. Sedan är det olika från dag till dag. Min pojkvän lagar oftast mat, vi åker och fikar med mina systrar eller lyssnar på konsert. Ibland träffas vi grannar och grillar bakom huset. Precis som för alla andra går livet upp och ner.

I samband med att Giggi fick bröstcancer blev hon sämre, framför allt under cellgiftsbehandlingen.

– Jag klarade inte att hålla tider. Orken och lusten att arbeta försvann så jag valde att gå i förtidspension i mars i år. Det känns skönt idag.

Hur är det för dig nu, drygt 35 år efter olyckan?

– Jag har problem med att hålla ordning, med orken och med minnet bland annat. Protesen kliar, speciellt när det är varmt. Samtidigt finns det så mycket att glädja sig över. Jag är glad över att mina föräldrar kämpade för mig den där gången för 35 år sedan.

Hur ser du på Hjärnkraft idag?

– Det är viktigt och skönt att Hjärnkraft finns. Förbundet behövs för alla som får en hjärnskada och deras anhöriga. Det finns ingen annan som tar en i handen och hjälper till lite på traven när det behövs som mest. ■



Namn: Giggi Öste

Skada: Trafikolycka 1983 som medförde en allvarlig hjärnskada.

Gör idag: Är pensionär, gillar att vara på landet.

Vill tipsa om: Ha inte för bråttom. Gör en ordentlig rehabilitering och lyssna på fysioterapeuter så att det blir rätt och man utför rörelser så som man ska. Låt tiden gå!

Läser: Allt.

Gillar att: Spela kort och sticka, lyssna till musik och att vara på landet

Motioner till förbundsstämman 2018

Den 6–7 oktober genomför Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft förbundsstämman i Stockholm. Till stämman har det kommit in sex motioner.

Förbundsstyrelsen yttrar sig över alla motioner och ger förslag till beslut. Därutöver lägger förbundsstyrelsen också ett antal förslag, så kallade propositioner.

Text:

Cecilia Boestad

I

D

Ien motion från Kalmar län föreslås att förbundsstyrelsen ska bestå av fyra personer från de största föreningarna och att resterande styrelseposter ska erbjudas övriga föreningar. Det föreslås också att en geografisk spridning ska eftersträvas i riksföreningens arbetsutskott. Förbundsstyrelsen har i bifallit förslaget om att eftersträva geografisk spridning i förbundets

arbetsutskott. Förslaget om att föreningarna i landet ska erbjudas platser i förbundsstyrelsen, förutom de fyra platser som ska tillsättas från de fyra största föreningarna inom Hjärnkraft avslås av förbundsstyrelsen med motiveringen att dessa principer för tillsättning redan finns i valberedningens arbetsordning.

>>>



Motioner till förbundsstämman, fortsättning



Motion 2 kommer också från Kalmar och handlar om behandling av lokala frågor där man föreslår att förbundet skapar utrymme på förbundets hemsida för öppna frågor från föreningarna med skriftliga svar från riksförbundet.

I samband med att förbundets hemsida är under omarbetning så kommer detta att hållas i åtanke och förbundsstyrelsen bifaller motionen.

Motion 3 från Hjärnkraft Norrbotten handlar om att alkoholhaltiga drycker ej bör serveras vid Hjärnkrafts möten. Motionen bifalles av förbundsstyrelsen.

Motion 4 från Kronobergs län handlar om utbildningsverksamheten inom Hjärnkraft och hur den bör bedrivas. Förslaget är att samordna all utbildningsverksamhet inom Hjärnkraft centralt av förbundets kansli. Detta för att undvika ”krockar” vid olika utbildningstillfällen i de olika föreningarna och för att kunna kvalitetssäkra till exempel innehåll och vilka föreläsare som anlitas.

Förbundsstyrelsen yrkar på att motionen avslås och att det istället uppdras åt förbundsstyrelsen att tillsätta en arbetsgrupp för att utreda den framtida utbildningsverksamheten inom Hjärnkraft och hur den ska samordnas.

Motion 5, och motion 6, kommer från Anna Hedberg och Västerbottens län. Hjärnkrafts SjukvårdsCV är tänkt att fungera som ett sätt för personer med hjärnskada att nå ut med information om sig själv och sin hjärnskada. Tanken är att det ska ge stöd i vardagliga situationer där många upplever att omgivningen inte förstår hur skadan kan påverka den enskilda individen. Motionären vill att SjukvårdsCV ska kompletteras med ett dokument som vårdpersonal ska fylla i och som ger en sammanfattande sjukdomshistoria (en så kallad anamnes). Det föreslås

också att en fråga om behov av hjälpmedel läggs till samt att rubriken stressålig ändras till stresskänslig.

Förbundsstyrelsen har avslagit förslaget om komplettering med en sammanfattande sjukhistoria med motiveringen att det förefaller mer patientsäkert att be om ett journalutdrag. Vidare ombeds arbetsgruppen som arbetat med framtagandet av SjukvårdsCV att beakta förslagen vad gäller tillägg av frågan ”behov av hjälpmedel” samt ändring av formuleringen gällande stress.

Motion 6, Hjärnlistan. Denna lista som föreslås i motionen syftar till att åstadkomma mer strukturerade möten som därmed också blir mer tillgängliga för Hjärnkrafts medlemmar. Förslaget är att en befintlig arbetsgrupp i Hjärnkraft, Västerbottens län, arbetar med att ta fram en Hjärna-lista för tillgängligare möten som sedan används på möten. Det föreslås vidare att samtliga föreningar i landet kan ta del av materialet så att även de kan använda sig av listan.

Förbundsstyrelsen tycker att beslut om hjärnlistan bör fattas inom föreningen Västerbotten och ej i förbundsstyrelsen. När listan är klar föreslår förbundsstyrelsen att alla föreningar i landet får ta del av det framtagna materialet och arbetar vidare lokalt med detta.

Styrelsens propositioner

Stadgarna för förbundet- läns- och lokal-föreningar har setts över och vissa justeringar är föreslagna framförallt för att få överensstämmelse i vissa paragrafer mellan de olika föreningarna.

En stadgeändring föreslås vad gäller Hjärnskadefonden så tillvida att uppdragen tidsbegränsas till max 10 år. Det föreslås också att minst två lekmän ska finnas i rådet som representanter för ”erfarenhetsbaserad kunskap”.

En proposition handlar om valberedningens arbetsordning.

Medlemsavgifterna ska vara oförändrade kommande period, föreslår förbundsstyrelsen. Vissa förslag på ändringar av bland annat sammanträdesersättning vad gäller arvoden och traktamenten för förbundsstyrelsen finns i proposition åtta. I övrigt lägger förbundsstyrelsen fram verksamhetsplan och budget för den kommande perioden.



Rekrytera, aktivera och behålla medlemmar – hur gör vi?

En aktuell fråga för Hjärnkraft är hur vi attraherar nya medlemmar, något vi delar med flera ideella organisationer inom olika sektorer i samhället.

På förbundsstämman kommer Hjärnkraft ta ett stort steg i arbetet med att bli fler medlemmar och aktiva. Är föreningsformen på väg att dö ut? Vill unga bara engagera sig på nätet? Är vi idag för individualistiska för att åta oss ett ideellt uppdrag? En som svarar nej på alla tre frågorna är sociologen och entreprenören Angeli S Hederberg som ska föreläsa på stämman. "Jag vill krossa myten om att människor inte vill engagera sig. Forskning visar att det är precis tvärt om. Den stora utmaningen är att vara relevanta, så att människor vill lägga sin tid i just er förening. Det kan vara en smärtsam insikt, men när den väl landat innebär den bara möjligheter", säger hon.

Angeli S Hederberg har lång erfarenhet av föreningsliv och är grundare till Medlemsutveckling.se, som stöttar ideella föreningsars förmåga att rekrytera, aktivera och behålla medlemmar. Hon är också författare till boken Medlemsmodellen. På stämman kommer hon att presentera modellens åtta steg och ge verktyg för hur förbundet konkret kan jobba med engagemangsfrågor som lockar nya målgrupper lokalt.

Goda exempel på ökad medlemsnytta

För att öka medlemsnyttan och göra det intressepolitiska arbetet lite enklare har föreningen i Stockholm satsat på utökat samarbete med olika föreningar och det har visat sig vara lyckade satsningar.

Micke Lundkvist och Lena Hagelin från Stockholms länsförening berättar hur de till exempel drivit en grupp för kreativt skapande som vänder sig till "unga vuxna". De samarbetar med Epilepsiföreningen, ABF och konstnären, konstterapeuten och musikpedagogen Christopher Williams.

– Genom att ordna grupper tillsammans med andra föreningar så har vi möjlighet att erbjuda medlemmarna ett större utbud av olika aktiviteter, berättar Lena och Micke.



Inbjudan till

Utbildningsdag i Borlänge om förvärvad hjärnskada



Tema: Konsekvenser vid förvärvad hjärnskada.

Plats: Fornby folkhögskola
Fornbyvägen i Borlänge

Tid: Den 27 november 2018 kl. 9-16.30
(registrering från kl. 8.30).

Avgift: 900:- inkl. lunch/kaffe. (Medlemmar betalar 450:-).

Kontakt: Per-Erik Nilsson, 0704-41 32 55
eller per-erik@hjernkraft.se.



En parallell programpunkt vänder sig till dig som i din profession arbetar med att ge stöd åt anhöriga eller närstående. Vi vill ge kunskap och insikt i hur det är att vara anhörig till en person med förvärvad hjärnskada och vilka behov anhöriga har.



Mer information? Program och anmälningsblankett finns på www.hjernkraft.se

Varmt välkommen!



Förutom de olika gruppaktiviteterna driver man också olika intressepolitiska frågor gemensamt med andra föreningar. Som exempel kan nämnas en skrivelse angående bristen på neurologer i Stockholmsområdet.

Det ska bli oerhört spännande och kul att få ta del av Angelis kunskap och erfarenheter och jag är säker på att vi alla kommer gå därifrån med många nya tankar och idéer.

Materialet vi kommer att arbeta med finns att ladda ner. Gå gärna in och titta på materialet redan nu!

Text:
Cecilia Boestad

■ Länken till webbkursen hittar du här:
<https://engageraflera.wordpress.com>

Modellprojektet

Riktlinjer – Koordinator – Kompetenscentra

Sex av de sju delrapporter som skrivs inom Modellprojektet är nu klara. Samtliga pekar på det stora behovet av riktlinjer, koordinator och nationellt kompetenscenter. Nu återstår möten i referensgrupperna och Avslutningskonferensen. Sedan avlämnar Modellprojektet sitt slutresultat.



Text:
Marie-Jeanette Bergvall

Vid årsskiftet avslutas Modellprojektet. Då har vi tagit fram de delrapporter som ligger till grund för slutsatserna – vad vi ser behövs för att förbättrad rehabilitering, stöd och service för barn, unga och vuxna med traumatisk hjärnskada.

Det är ingen liten grupp det handlar om, det skadas cirka 20 000 personer per år.

Flera andra grupper som har riktlinjer är jämförbara i antal som insjuknar varje år. Stroke 25 000, demenssjukdomar 20 000 – 25 000 och Parkinson där 2 000 personer insjuknar varje år.



Riktlinjer

Socialstyrelsens kriterier för riktlinjer inom hälso- och sjukvården är att området ska omfatta en stor grupp med en svår kronisk sjukdom som tar omfattande samhällsresurser i anspråk.

Socialstyrelsen påtalade 2012 att det saknas styrdokument och riktlinjer och att det på sina håll inte sker rutinemässig uppföljning varken inom öppen-, sluten- eller primärvård.

I våra rapporter konstateras att möjligheten till läkning är allra starkast under de första ett till två åren efter skada. Vi anser det nödvändigt att det utarbetas riktlinjer som leder till en hög prioritering av insatserna under denna period men också att det finns vägledning för hur de långsiktiga konsekvenserna av skadan ska organiseras.

Vård och rehabilitering efter förvärvad hjärnskada är komplext och resurserna knappa. Riktlinjer skulle kunna ha stor betydelse för hur resurserna ska användas mest effektivt.

Koordinator

Behovet av en utvecklad samordningsfunktion framgår tydligt i en av rapporterna om stödfunktioner. Vi anser att det krävs en starkare samordningsfunktion för dem som har större behov än vad som kan tillgodoses genom Samordnad individuell plan, SIP. För många kan den vara tillräcklig. Men för andra krävs en oberoende funktion som utgår från individen och följer hen under en längre period, mellan olika huvudmän. Hjärnskadekoordinatorn i Skåne är en beprövad funktion som nu fungerat sedan 2001.



Ingela Ljunggren Törnblad och Beth Sundell-Eriksson var hjärnskadekoordinatorer i Skåne 2016. Idag arbetar Ingela kvar och är dessutom processledare i Modellprojektet.



Nationellt kompetenscenter

Socialstyrelsen konstaterade redan 2012 att denna patientgrupp är utsatt och har stora och långvariga behov. Det finns mycket och välgrundad kunskap, men den är splittrad och ingen har överblick.

Insatserna ser olika ut i olika delar av landet och ingen har ett helhetsansvar för att förbättra situationen för personer med förvärvad hjärnskada. Det verkar finnas ett avsevärt avstånd mellan befintlig kunskap och faktisk implementerad verksamhet. Vi ser behov av ökad kompetens hos samtliga huvudmän och aktörer om hur det faktiskt är att leva med en förvärvad hjärnskada. De system för kunskapsstyrning som tagits fram saknar inflöde från personer med skadeerfarenhet. Det är betydelsefullt att olika vetenskapsområden kan berika forskningen i en tvärvetenskaplig förståelse. Därför ser vi att det behövs ett Nationellt kompetenscenter.



Almedalen

I Almedalen arrangerades ett seminarium i samarbete med Full delaktighet. Gunnar Strömhielm berättade om sina personliga erfarenheter, förbundssekreterare Cecilia Boestad beskrev konsekvenserna av förvärvad hjärnskada, projektledare Marie-Jeanette Bergvall projektets resultat. Riksdagsledamoten Bengt Eliasson (L) som också sitter i Socialutskottet kommenterade resultaten och gav stöd till tankegångarna. Seminariet finns på www.hjarnkraft.se.

Övriga möten

Vid Neuropsykologernas nordiska möte i Stockholm presenterade Lars Jacobsson, processledare för Insatser inom hälso och sjukvård – vuxna, en poster kring Nationellt kunskapscenter (se sid 12)

Vid Habiliteringsdagarna i Göteborg höll Catherine Aaro Jonsson, processledare för Insatser inom hälso- och sjukvård - barn och Helene Lidström, processledare för barn insatser i skola – fritid ett seminarium om Modellprojektet. De fick med sig många synpunkter, men främst medhåll i tankegångarna. ■



MODELLER FÖR NYA MÖJLIGHETER

NÄR: 20 NOV, 2018
TID: KL 9.30 – 16.30
VAR: AULA MEDICA
 NOBELS VÄG 6
 STOCKHOLM



Arvsfondsprojekten Hjärna Tillsammans och Modellprojektet bjuder in till nationell konferens i Stockholm den 20 november.

Konferensen vänder sig till personer med egen erfarenhet av hjärnskada, närstående, politiker, profession, beslutsfattare, samt andra intresserade av området när det gäller barn, ungdomar och vuxna.

Allt fler räddas till livet efter en förvärvad hjärnskada efter exempelvis olycksfall eller stroke. Dock får många bestående besvär i form av fysiska, kognitiva, psykiska och språkliga funktionsnedsättningar. Några orsaker är att funktionsnedsättningarna ofta är dolda, komplexa och svåra för omgivningen att förstå. Bristande samordning av långsiktig rehabilitering och av uthålliga samhällsinsatser försvårar både för den enskilde och närstående liksom för professionen och leder inte sällan till ineffektiv användning av resurser. Och även om det finns god kunskap på många håll, finns också betydande kunskapsluckor.

För att lösa dagens och morgondagens problem krävs en mångfald av perspektiv och idéer där den gemensamma nyckeln heter samverkan! Den 20 november görs därför en nationell kraftsamling för hjärnan.

Syftet med konferensen är att belysa det aktuella kunskapsläget och behovet av verksamhets- och kunskapsutveckling, presentera resultat, uppmuntra interprofessionella nätverk och inspirera till vägar framåt.

Under dagen får du bland annat ta del av två Arvsfondsprojekt, som genom samverkan bidragit till att öka förutsättningarna för hållbara lösningar kring komplexa behov.

VARMT VÄLKOMMEN!

**PROGRAM
OCH
ANMÄLAN**



PROGRAM

Moderator: Jörgen Borg, överläkare och professor

(OBS Alla talare är inte klara. Vi återkommer med mer information)

FÖRMIDDAG:

- 9.30 – 9.40 **Välkommen**
Lena Ringstedt, ordförande, Afasiförbundet Stockholm, Hjärna tillsammans
Maria Lundqvist-Brömster, ordförande, Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft, Modellprojektet
- 9.40 – 9.55 **Hjärna idag – Från "Röda mattan och Svarta hålet" till likvärdiga livsvillkor efter hjärnskada**
Jörgen Borg, professor och överläkare, Danderyds sjukhus.
- 9.55 – 10.25 **Two samverkansprojekt med samma mål. Vad har åstadkommit?**
Kersti Wiberg, projektledare, Hjärna Tillsammans
Marie-Jeanette Bergvall, projektledare, Modellprojektet
- 10.25 – 10.30 **Varför stöttar Arvsfonden dessa projekt?**
Lise-Lott Norén, handläggare, Arvsfonden
- 10.35 – 11.15 **Det börjar med en hjärnskada**
Möt personer med egen skada som beskriver sina erfarenheter, vad som behöver förbättras, vad mer som behövs för att klara vardagen och vad det har betytt att delta i Arvsfondsprojekten
- 11.15 – 11.20 **Paus**
- 11.20 – 12.00 **Samverkan eller stuprör?**
Företrädare från kommuner inleder. Därefter "Heta Stolen" där vi ställer frågorna vi alla vill ha svar på och diskuterar möjliga vägar framåt
- 12.00 – 13.00 **Lunch**

2 Arvsfondsprojekt med samma mål...

MODELLPROJEKTET

I Modellprojektet har ett drygt 60-tal personer med egen erfarenhet av förvärvad hjärnskada och professionella tillsammans arbetat kring rekommendation och förslag. Som underlag har man samlat in och analyserat data via vetenskaplig litteratur, kliniska studier, rapporter från tillsynsmyndigheter och fallbeskrivningar, från personer med egen erfarenhet.

HJÄRNA TILLSAMMANS

Hjärna Tillsammans i Stockholms län verkar för att förbättra rehabiliteringen och stödet för personer med förvärvad hjärnskada och göra det hållbart över tid, oberoende av enstaka eldsjäl. Genom sömlös samverkan mellan rehab-aktörer i vårdkedjan och intresseorganisationer samt medinflytande från patienter och brukare har en unik nätverksmodell skapats med grupper, aktiviteter och samlad kunskapsbank.

Moderator: Jörgen Borg, överläkare och professor

EFTERMIDDAG:

- 13.00 – 13.40 **Hur åstadkommer vi en väl fungerande stöd- och rehabiliteringsprocess och ökar den enskildes och närståendes medinflytande inom hälso- och sjukvården**
Företrädare från landsting inleder. Därefter "Heta Stolen" där vi ställer frågorna vi alla vill ha svar på och diskuterar möjliga vägar framåt
- 13.40 – 13.45 **Paus**
- 13.45 – 14.25 **Hur får vi en likvärdig vård över landet?**
Företrädare från Sveriges Kommuner och Landsting, SKL inleder. Därefter "Heta Stolen" där vi ställer frågor om hur individens behov kommer in i kunskapsstyrningen och om SIP är svaret på alla samordningsbehov, samt diskuterar möjliga vägar framåt
- 14.25 – 15.00 **Kaffe**
- 15.00 – 15.40 **Myndigheternas roll i förbättringsarbetet**
Vad gör Socialstyrelsen och andra myndigheter för att åstadkomma förbättringar och en mer jämlik vård? Hur långt har SBU kommit med kunskapsunderlagen för traumatisk hjärnskada? Därefter "Heta Stolen" där vi ställer frågorna vi alla vill ha svar på och diskuterar möjliga vägar framåt
- 15.45 – 15.50 **Paus**
- 15.50 – 16.30 **Paneldebatt**
Nyttan av Kompetenscenter och samverkansmodeller på nationellt och regional nivå
- 16.30 – **Avslutning och mingel**

Välkommen
med din
anmälan!
**senast den
10 november**

Konferensen kostar 450 kronor.

Medlemmar i Hjärnkraft, RTP, Afasi och Strokeförbundet betalar 100 kr.

I anmälningsavgiften ingår konferens, kaffe, lättare lunch och mingel.

Personer som medverkat i Modellprojektet och Hjärna tillsammans deltar kostnadsfritt.

Vi välkomnar också externa utställare. Pris för 2 kvm 3 000 kronor, inklusive anmälningsavgift för en person. Ange utställare i anmälan så kontakter vi dig.

Anmälan krävs för alla, senast den 10 nov till: hjarnatillsammans.se >>

Anmälan är bindande men kan överlämnas till annan person.



Modellprojektet
för livslång, individanpassad
rehabilitering, stöd & service.

LÄS MER OM PROJEKTEN
www.hjarnatillsammans.se
www.levamedtraumatiskhjarnskada.se



Olyckan fick John att omvärdera sitt liv

John Karlsson levde ett hårt liv: med stölder, misshandelsdomar och spelskulder. Plötsligt kom olyckan som förändrade hans liv – han fick en förvärvad hjärnskada. Idag lever han ett helt annat liv som frälst. Han tackar gud för att han överlevde. I slutet av maj besökte han Örebro länsförening där han föreläste om sitt liv.

Text: Christian Kanvik

u

*John berättar
om livet efter
hjärnskadan*

E F

F K O

Redan som barn hade John svårt att passa in och var ständigt otålig. Nya saker skulle helst hända hela tiden. Skolgången var tuff. Han hoppade av skolan och jobbade istället hos sin pappa. Men John sökte ständigt efter ”kickarna i livet”.

Han festade, spelade på kasinon – och hamnade ofta i bråk, med misshandel som följd. Alltid under kraftigt alkoholintag. För att uppnå mer spänning i livet stal han även bilar – på fyllan. Allt detta ledde till otaliga rättegångar, ofta med böter som påföljd.

– Jag ljög mycket om min ålder och efter som jag såg så ung ut fick jag ganska snälla straff. Jag hade därför svårt att skärpa mig, säger han.

En gång hamnade han i fängelse. Efteråt rullade livet på som förut, med mycket festande.

– Jag hade allt. Många nya vänner, tjejer. Och pengar. Alla människor dras till den som har pengar, konstaterar John.

Men han hade även spelskulder, vilket stressade honom oerhört mycket.

– Jag kände det som om alla var ute efter mig.

Stressen inom honom bara ökade. En dag blev han påkörd av en bil, då han sprang ut i gatan utan att se sig för. Turligt nog klarade han sig utan större skador. John tror själv att stressen bidrog till olyckan. Händelsen inverkade inte mycket på honom. Festandet fortsatte.

Senare blev han dock påkörd av en bil igen. Utgången blev denna gång en annan. Han fick en allvarlig hjärnskada och har efter en lång rehabiliteringsprocess både fått lära sig gå och prata igen. Efter hjärnskadan har John också fått problem med minnet.

Ett steg i rehabiliteringsprocessen har varit hans tid vid Friskvårdskursen för personer med förvärvad hjärnskada vid Fellingsbro folkhögskola. Där har han bland annat fått minnesträning.

John kan dock se något positivt med den förvärvade hjärnskadan.

– Det har gjort mig lugn, säger han.

Idag har John ändrat sitt liv, brutit med sitt gamla liv och de tidigare kompisarna.

Han har även fått en gudstro, blivit frälst och gått med i en frikyrka.

– Det är med guds hjälp jag överlevde den svåra bilolyckan. Det här är mitt sätt tacka gud, avslutar han.





Barn & familjeläger 2018

Efter fem härliga, inspirerande och ibland känsllosamma dagar fick vi uppgiften att sammanfatta familjeläget 2018 utifrån våra upplevelser.

Text:
Lotta & Erik Mellegård med
familj

F L M

Bakgrunden till att vi besökte lägret är att vår dotter, Vilma 9 år, drabbades av en allvarlig hjärtmuskelinflammation som sedan ledde till en stroke. Då stroke hos barn är väldigt ovanligt, tipsade Vilmas fantastiska klasslärare om läger hos Hjärnkraft. Som familj (förutom Vilma och vi föräldrar två killar på 3 och 5 år) har vi haft det väldigt jobbigt att komma tillbaka till någon form av vardag efter att Vilma blev sjuk. Vi såg detta som ett utmärkt tillfälle att få tips och insikter från andra som går igenom liknande trauman.

Mättinge har ett underbart läge vid skärgården och massor av aktiviteter att prova på. Att komma ifrån kaoset som idag

är vår vardag till helpension och bara få flyta med, var verkligen härligt.

Våra barn gillar att bada så mycket tid spenderades nere vid strand/brygga. Att paddla kanot, testa stand-up paddling och åka ring efter motorbåten var också uppskattat. Vi fick också åka en längre båttur kring Sävö vilket var en mycket avkopplande upplevelse.

Samtalsgrupp

Läget var första gången som vi föräldrar hade möjlighet att lyssna på och dela upplevelser och känslor med andra vuxna som gått igenom liknande händelser. De två samtalstillfällena var väldigt uppskattade och det var skönt att för en gångs skull vara omgivna av människor som verkligen förstod vad man går igenom. Hur man som anhöriga måste vara experter på alla områden för att ta tillvara sina barns bästa. Hur man kämpar med livspussel, ork, försäkringskassa, skola, vårdsamordning, kommun mm.

Ovanpå detta oron för ens barns kompisrelationer, framtid och hur syskonen mår. Vi hade alla kommit olika långt på våra resor och alla hade något att bidra med.

Några av tankarna och funderingarna som vi själva bär med oss är att man ska hitta det som går att göra och ta det därifrån, en annan att fira/uppmärksamma de framsteg som görs hur stora/små de än må vara, ytterligare en att det inte är onormalt att känna att man inte orkar.

Kolmården

En dag åkte vi till Kolmården och med barn på 3, 5 och 9 kan det inte gå fel. Vi var där



Utflykt under lägret.

F K



Läservärdarna har ordet

■ För sjunde gången arrangerar Hjärnkraft barn- & familjeläger. I år var vi sju familjer och sammanlagt 34 personer, flera barn med förvärvat hjärnskada, föräldrar och syskon, någon hade med sin farmor/farfar, därför blev åldersspannet 2-78 år på deltagarna. Några av familjerna hade varit med tidigare, andra kom för första gången, men alla trivdes gott i stugor och gemenskapen.

På grund av eldningsförbudet fick alla aktiviteter vid grillen/bad i badtunna strykas, men vad gjorde det när det var 25 grader i havsvattnet och mer än så i luften? Maken till solskensväder har det aldrig varit. Det blev många bad i havet och samtliga måltider kunde intas på altanen och många sköna kvällar kunde också tillbringas där.

Det vi tar med från utvärderingarna är önskemål om mer samtal och mer samvaro. De flesta tyckte att det var ett lyckat läger, god mat, bra personal, fantastiska omgivningar och bra anpassade lokaler.

Vi tar även med oss innehållet i alla fina samtal och hoppas att vi får återkomma nästa år till Mättinge. Det finns alldeles säkert detaljer som kan göras bättre men helhetsintrycket blev bra, det tyckte säkert de flesta av deltagarna och det tyckte vi läservärdar också!

Vill ni följa med till Mättinge? Förbundet kommer säkert att anordna ett nytt läger nästa sommar, mer information på hemsidan efter nyår. Er anmälan skickas till anmalan@hjärnkraft.se

Kerstin Söderberg och Per-Erik Nilsson

på en av sommarens hetaste dagar, så det var gott och välbehövligt med slush. Treåringen fick krama Bamse och var superglad att få åka Godiståget.

5-åringen gillade delfin-showen och 9-åringen åkte Wildfire med skräckblandad förtjusning. Självklart hann vi även med en tur i safariparken.

Trosa

En utflykt till den mysiga lilla staden Trosa hanns också med. Där strosade vi runt på bland de vackra gamla husen längs kanalen och samlades för fika på Marsipangården/Kutterkonfekt. Mycket uppskattade våfflor och glass inmundigades tillsammans med lemonad.

Att få vara med på denna vecka har varit ett enormt privilegium och vi kommer se tillbaka på veckan för att hämta inspiration, kraft och verktyg för att ta oss an vår nya vardag framöver.

Till sist hoppas såväl föräldrar som barn på att få möjlighet att återkomma och träffas nästa år igen! ■

”

Vi kommer se tillbaka på veckan för att hämta inspiration, kraft och verktyg för att ta oss an vår nya vardag framöver”.

ANNONS

JAG KAN!

Vi på Nordström Assistans är övertygade om att med rätt hjälp och förutsättningar kan man uppnå mer. Det man en gång såg som omöjligt vill vi ge en chans till. Vi vill förändra, förbättra och skapa vägen till en bättre tillvaro. Vårt uppdrag och mål är att du som kund ska kunna känna JAG KAN! Alltid. I alla lägen.



**nordström
assistans**

nordstromassistans.se



Testa ny talsyntes

■ Många tycker att talsyntesröster går för fort. Har du afasi, språkstörning, synnedsättning, förvärvad hjärnskada, ADHD eller autism?

Vill du hjälpa till att testa fram en långsammare hastighet som fungerar för dig? Nu har ReadSpeaker satt upp en testwebb. Testwebben är öppen till den 17 oktober.

Den som testar är anonym. Ju fler med behov av en långsammare talsyntes som är med och testar, desto bättre! Sprid och dela gärna. #readspeaker #pts #långsammaretalsyntes.

Du hittar testwebben på:
<http://misc.readspeaker.com/tts2018/>

Cecilia Boestad



Möte om talsyntes hos Afasiförbundet den 7 september.

F L B



"Sjöman och cowboy, musiker, artist..."

Nja, att jag har haft alla de här yrkena som Evert Taube refererar till i "Rosa på bal" är en sanning med modifikation, men jag har haft många yrken sedan jag som tonåring kom från Norge till Göteborg. Ståuppkomiker är ett av dem och därför erbjöds jag för ett par år sedan att leda en studie-cirkel i ämnet humor på aktivitetscentret HjärnPunkten.

Vid det laget visste jag ytterst lite om vad det innebär att ha en förvärvad hjärnskada, men en sak visste jag: humor är bra för hjärnan. Utrymmet tillåter inte att jag går in på allt forskarna säger om saken, men låt mig nämna att skrattet höjer immunförsvaret, ökar smärttoleransen och minskar effekterna av stress och trauma. När du skrattar sätter du fart på det dopamindrivna belöningssystemet – alltså samma system som drar igång när om du äter god choklad, har bra sex eller knarkar. Men det har inte samma bieffekt som till exempel knark kan ha.

Låt mig också nämna att ett skämt består av en historia som ändrar riktning och därmed överraskar oss. Det gör oss med andra ord kapabla att se saker ur olika perspektiv, och därmed kan man säga att humorn är en lans mot fundamentalism. Despoter och diktatorer är sällan humoristiska.

Allt detta hade jag koll på när jag började som cirkelledare. Vad jag däremot inte hade koll på var all humor, värme och generositet som fanns inom HjärnPunkten. Jag kom dit för att lära ut något, men med facit i hand är jag benägen att säga att jag var elev och att deltagarna var mina läromästare. Jag fick se humorn som överlevnadsstrategi. Och jag fick lära mig hur fruktbart det kan vara med ett socialt sammanhang där alla, oavsett vilket bagage man har att bära på, kan mötas och utvecklas tillsammans. Och inte minst fick jag träffa Sergej, som alltid var frikostig med att säga hur mycket han uppskattade att ha mig som cirkelledare. Eller, som han själv uttryckte det: "Så fort jag umgås med en norrman känns min hjärna helt normal."

När jag i våras fick höra att jobbet som aktivitetsansvarig var ledigt sökte jag omedelbart. Visst har jag haft många skojiga jobb, men det här kan nog vara det vettigaste jag har ägnat mig åt. Sjöman och cowboy, musiker, artist – vad är väl det jämfört med verksamhetsansvarig på HjärnPunkten!?

Ove Haugen



Stöd Hjärnskadefonden

För bättre hjärnskaderehabilitering

Mer information finns på www.hjarnkraft.se. pg 900507-5
Tack för din gåva!





INBJUDAN

Hjärnkrafts inspirationshelg

När: Lördag 20 oktober - söndag 21 oktober

Plats: Ädelfors folkhögskola, Vetlanda

Målgrupp: Anhöriga till personer med förvärvad hjärnskada och deras närstående.



Hjärnskaedeförbundet Hjärnkraft och Hjärnkraft Kalmar i samarbete med Ädelfors folkhögskola anordnar en inspirationshelg för anhöriga i Hjärnkraft, där erfarenhetsutbyte och lärande blandas med fysisk aktivitet, trevlig samvaro, god mat och avkoppling. Inspirationshelgen är öppen för medlemmar i hela landet.

Program för inspirationshelgen finns på www.hjarnkraft.se

Anmälan sker direkt till:

Monica Roske, via e-post till anmalan@hjarnkraft.se

För mer information kontakta gärna:

Karin Karlsson, ka.e.karlsson@gmail.com, 070-433 82 43

Per-Erik Nilsson, per-erik@hjarnkraft.se, 070-441 32 55

Varmt välkommen!

ANNONS:



Det handlar om dig!

På väg...igen

kurs för dig med
förvärvad hjärnskada

Läs mer om våra kurser på

furuboda.org

FURUBODA 
Folkhögskola

Läger på Ädelfors Folkhögskola

Så var det dags igen för denna nu traditionella sammankomst vid skolan i Holsbybrunn, Småland.



Text:
Ulrika Bohl

Lägret inleddes med incheckning, introduktion och presentation. Sen var det rullstolsdans, en mycket populär första-gången-prova-på-upplevelse för många av oss. Och även utan rullstol dansades det flitigt.

Lite senare gick vi Fotostigen, ett härligt sätt att utforska skolans omgivning när man ska hitta motiven som visas på de fotografier man får med sig.

Tisdagen började med "story-telling" där man fick kommentera de framsteg man gjort

och vilka framtidsdrömmar man har. Och sen rörelseträning – tänk så många enkla och nyttiga rörelser man kan göra med hjälp av ett gummiband.

Att åka par-cykel är kul, man kan till och med köra upp i skogen om man är äventyrlig. Fia-spel och minigolf stod också på schemat.

Det varma och vackra vädret inbjöd till grillträff vid Vindskyddet. Stor åtgång på korvar och allsången överträffade allt vi tidigare hört i fråga om sång!

Östanå var målet på onsdagen. En härlig träffpunkt vid sjön där solen sken så att vi sökte oss till skuggan. Många badade medan andra paddlade eller turade med flotten. Cicis wok-mat var lika god som alltid.

Sista dagen fick vi en beskrivning av RPP, eller med andra ord arbetet med att påverka och ta fram en fungerande Vårdkedja. Och så var det dags för lite aktiviteter igen. Utomhus naturligtvis. Mini-rebusar, smaksensationer, klossar i nummerordning, och ett Kinaschack-liknande spel.

Vid avslutning och värdering var det gemensamma omdömet "Tummen Upp", eller som Uffe sa "Hela Näven Upp". Gemenskap och Glädje! Stort TACK till alla deltagare och samtlig personal på skolan!



ANNONS:

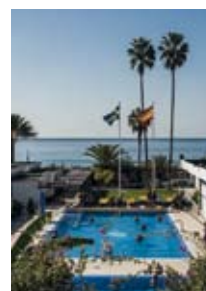
REHABILITERING MED VÄRME

På södra Teneriffa i Los Cristianos ligger rehabiliteringsanläggningen VINTERSOL. Här har bedrivits rehabilitering i över 50 år. Vintersol erbjuder ett komplett program för dig med neurologiska besvär. Vi har svensktalande personal som ger dig individuell sjukgymnastik och arbets-

terapi, vattengymnastik, balansgrupper och andra anpassade grupper, hand-, fot- och pinnggrupper. Du har också möjlighet att få polikliniska behandlingar. De flesta landstingen har avtal med VINTERSOL och behandlingarna kan bekostas via Försäkringskassan. Privatpatienter är också välkomna!

GÖR SÅ HÄR: Be din läkare skriva en ansökan om rehabilitering på Vintersol som sedan skickas vidare till Landstingets avdelning för rehabilitering utomlands. När din remiss har blivit godkänd får vi veta det och kontaktar dig för en stimulerande rehabiliteringsperiod på Teneriffa. Ansökan och remissblankett hittar Du på vår hemsida: www.vintersol.com. Du kan också kontakta oss per e-post: vintersol@vintersol.com eller info@vintersol.com. Telefonnummer i Spanien: +34 922 777 900.

Clinica Vintersol, C/.Nordica 3
386 50 Los Cristianos
Teneriffa, Spanien





Hjärnkraft får en fana av landshövdingen i Stockholm, Sven-Erik Östberg.

Nationaldagsfirande

På nationaldagen den 6:e juni 2018 var Hjärnskedeförbundet Hjärnkraft inbjudna av Stockholms landshövding Sven-Erik Österberg att ta emot en fana med anledning av vårt 30 års jubileum. Ceremonin ägde rum i landshövdingens residens Tessinska palatset som ligger på Slottsbacken i Stockholm.

Åtta olika organisationer var inbjudna. När vi blivit tilldelade fanan sjöng vi nationalsången och minglade i palatsets trädgård. Nästa tillfälle då vi tar fram fanan kommer att vara på förbundsstämman i höst.

Cecilia Boestad

ANNONS:

Precis den rehab du behöver!



Neurologisk rehabilitering med känsla!

Personlig, varm och professionell vård och träning i en lugn miljö. Vi ser framemot att lära känna dig, skratta, träna och svettas tillsammans.

Vi har inbjudande rehabilitering på Furuhöjden Rehabiliteringshem och dagrehab på Furuhöjden Hälsa och Rehabcenter.

Läs mer på vår hemsida www.furuhojden.com

Varmt välkomna!



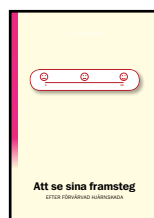
Furuhöjden
Rehabiliteringshem
Gribbbylundsvägen 75
Täby
08-6308900



Furuhöjden Hälsa &
Rehabcenter
Enhagsvägen 16
Täby
08-6308350

Hjärnkrafts skrifter

Med stöd från Specialpedagogiska skolmyndigheten har Hjärnkraft tryckt material som underlättar arbetet i skolan för både lärare och elever med förvärvad hjärnskada.



Att se sina framsteg – ett skattningsmaterial för att utvärdera förmågor och funktioner.

Att se sina framsteg finns på engelska:

Recognising My Progress - a method to estimate your strength and needs after brain injury.



Att samtala – ett informationsmaterial om de vanligaste svårigheterna efter en förvärvad hjärnskada som underlättar samtalet med kamrater och andra.



Hur är det för dig - att underlätta för elever med förvärvad hjärnskada.

Materialen ovan är skrivna av specialpedagog Cristina Eklund.



Vanlig hjärnskakning - att leva med lätt traumatisk hjärnskada
Sofie Wennberg beskriver hur hon skadades och hur det påverkar hennes liv. Ett avsnitt om lätta traumatiska hjärnskador har skrivits av Britt-Marie Stålnacke, överläkare vid Neurocentrum, Norrlands universitetssjukhus.

Beställ på www.hjarnkraft.se i webbshoppen, via tel 08-447 45 35 eller mejl wellamo@hjarnkraft.se.





Botaniska träffen

Vi var ett 30-tal glada och nöjda deltagare från FyrboDal, Trollhättan, Borås, Alingsås och Göteborg med omnejd som njöt i det härliga sommarvädret. Baguetter med kaffe och bullar som Rigmor bakat - mums! Prat och mys i goda vänners lag och liten rundtur bland växter och blommor. Thomas och Ulrika höll i kameran. Några fotbollströjor såg vi också - vad härligt! snart börjar VM! En riktigt lyckad träff blev det allt - som ett skott i krysset! som Ingvar sa!

Lennart Lundén

Läger på Strannegården



För tolfte året i rad arrangerades lägret i Onsala. För första gången hade vi en medlem från Halland på besök. Det är roligt att intresserade från andra lokalföreningar kommer. I år hade vi också flera nya medlemmar från VG-regionen som deltog för första gången.

Veckan var fylld av olika aktiviteter: betonggjutning, femkamp, gympa på land och i poolen, grillkväll och skaldjurskväll. Som vanligt var kocken mycket duktig och gjorde måltiderna till fina stunder liksom övrig personal som förgyllde dagarna. Alla deltagarna gavs möjlighet att vila och delta efter sina egna förutsättningar. Mats-Anders erbjöd information om ögonmassage och genomförde det.

Solveig Brander

Hemma på Källebacka

(Marbäck utanför Ulricehamn)

Vi var 16 vuxna, två barn och en hund.

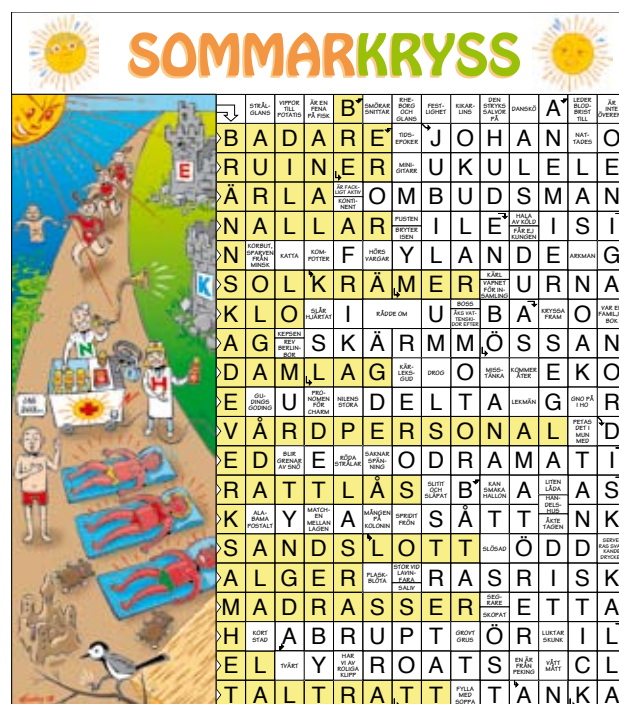
Vi började med en tipspromenad i omgivningarna. Därefter fikade vi gott och Peter Claesson berättade lite om historien om Källebacka.

Vi hade en mycket trevlig eftermiddag med sol och värme. Några handlade växter och några kände bara av miljön ... som var underbar!

Lars Claesson



Krysslösning från nr 2-18



Barbro Liljegen, Elisabet Netteltoft och Gun Håkansson blev de lyckliga vinnarna i dragningen bland de insända lösningarna. Kryssredaktionen har skickat Sverigelotter och hoppas att det blir storvinster :-)

ANNONS:

Hjärnskaderehabilitering i Alicante / Spanien

Svensk medicinsk personal – Rehabilitering efter dina mål och möjligheter – Härlig miljö
Vi hjälper dig att söka ersättning för rehabiliteringen

www.enrichedlife.se / 08-663 33 49

enriched life

Hjärnkrafts läns- och lokalföreningar och "Hjärnet"

Ny kontaktperson eller adress? Mejla ändrade uppgifter till: info@hjarnkraft.se

Hjärnkraft i Jämtland

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

Hjärnkraft i Jönköping

Rolf Forsén
0383-507 68
e-post: forsen.rolf@gmail.com

Hjärnkraft Blekinge

Ingrid Åkesson
Tel: 0702-44 55 85
e-post: i.akesson49@hotmail.com

Hjärnkraft i Kalmar

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

Hjärnkraft i Norrbotten

Meta Wiborgh
Mobil: 070-212 23 96
e-post: mwiborgh@gmail.com
Hjärnet: Britta Berggren
Tel: 0920-147 46
e-post: brittaberggren@hotmail.com

Hjärnkraft i Kronoberg

Per-Erik Nilsson
Tel: 0704-41 32 55
e-post: per-erik@hjarnkraft.se
Hjärnet: Per-Erik Nilsson

Hjärnkraft i Skåne

Tel: 046-32 30 90
e-post: kansli@hjarnkraftskane.se

Hjärnkraft i Stockholm

Kansli, tel: 08-447 45 31
e-post: kansli@sthlm.hjarnkraft.se
Hjärnet: Mats Schalling
Tel: 0768-76 27 16

Hjärnkraft i Södermanland

Mona Sandström
Tel: 016-741 64
e-post: jogero25@yahoo.se

Hjärnkraft i Värmland

Kansliet, tel: 054-184 185
e-post: hjarnkraftvarmland@telia.com

Lokalförening Karlstad

Anette Aronson
054-184 185
hjarnkraftvarmland@telia.com
Hjärnet: Gunilla Axelsson
e-post: axelssong@hotmail.com

Hjärnkraft i Västerbotten

Maria Lundqvist Brömster
Tel: 070-361 00 02
e-post: marialundqvistbromster@hotmail.com
hemsida: vasterbotten.hjarnkraft.nu
Hjärnet: Linda Hellqvist och
Ann-Catrin Dannberg
e-post: kontakt@hjar.net

Lokalförening Umeå

Birgitta Lontaki
070-277 37 34
Nätet: www.hjar.net
e-post: kontakt@hjar.net

Lokalförening Skellefteå

Curt Nilsson
070-631 53 41
e-post: curt47@live.se

Hjärnkraft i Västra Götaland

Ulrika Bohl
Mobil: 0702-15 49 00
E-post: bohl.ulrika@gmail.com

Lokalförening Göteborg med omnejd

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

Lokalförening Fyrbodalen

Kansliet, tel: 0522-194 40
e-post: hjarnkraft.fyrbodalen@telia.com
Hjärnet:
Anna Jansson, tel: 0522- 177 83
e-post: anja79@telia.com

Lokalförening Skaraborg

Karin Holm
Tel: 070-521 74 07
e-post: karin.holm.kh@gmail.com

Lokalförening Borås Sjuhärad

Jan-Olof Dahlin
Tel: 0730-20 12 31
e-post: jan-olof.dahlin@telia.com

Hjärnkraft i Örebro

Kansliet, tel: 019-673 21 35
må-to 10-14
e-post: kansli@orebro.hjarnkraft.nu
Hjärnet:
Maria Wilén,
tel: 0587-141 01

Hjärnkraft i Gävleborg

Karin Sjöholm
Tel: 073-836 14 63
e-post: karinsjoholm@hotmail.com



Vi har gått i dina skor



Titta in hos oss!

Skutgatan 2, Luleå
www.dfarm.se



HOS OSS PÅ DFA

är taket högt, kramarna varma och skratten många. Vi trivs och har roligt tillsammans i en miljö där du är med och bestämmer villkoren.

I allt det praktiska som rör assistans glömmar vi aldrig bort att livet pågår här och nu - och det ska vara gott att leva!



Assistans på dina villkor är självklart och lagstadgat. Men alla vi som lever med barn eller anhöriga med olika funktionsnedsättningar vet att det inte räcker. Därför har vi högt i tak och öppna dörrar. För oss på DFA är inga frågor främmande, vi är din medmänniska och stöttar dig även i sådant som normalt ligger utanför assistansen.

Närmast hjärtat bär vi känslan av vad personligare assistans innebär

och det vill vi förmedla till dig. Vi vet precis vad du upplever varje dag och vad du behöver för att tillvaron ska fungera. Hos oss får du en stor familj som hjälper och stöttar dig genom vardagens himlar och helveten.

Vi bryr oss om dig och står alltid på din sida för att du och dina nära ska få leva ett tryggt och meningsfullt liv.

Kontakta oss idag, vi finns här för dig.

Personligare assistans hos oss: DFA Närhet och DFA Riks