

HJÄRNKRAFT

Medlemstidning för Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft

nr 4 • 2012

Han har
något att
lära oss



Omnia
assistans



“Omnia” betyder *Helhet...*

Omnia Personlig Assistans AB är assistansföretaget för Dig som vill ha en helhetslösning skräddarsydd för just Dina behov.

Sedan starten 2006 har vi erbjudit en kvalitativ assistans med bra lönevillkor för våra assistenter och vi ger dessutom våra kunder en fullständig kontroll över sin egen ekonomi.



kontakt

www.omniaab.se
08 - 442 34 57

Ur innehållet

05 Debatt

”Vi vill inte ha tillbaka fattighuset”



06 Hjärnkrafts förbundsstämma

Rapport från årets förbundsstämma.

- Så tycker ombuden.
- Stämmans uttalande.



12 Porträtt Thomas Ericsson

Han har något att lära oss alla. Det senaste är att han fått tillbaka körkortet.



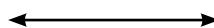
14 Barnrehab i Lund

Nätverket för barnrehabiliteringsteamerna har möte med internationella föreläsare och nätverksmöten.



16 Akta huvudet

Läs om vad som händer i projektet. Bland annat har en ny antivåldsfilm haft premiär.



18 Utbildningsdag i Alvesta

Om LSS-dagen och förvärvade hjärnskador handlade den välbesökta utbildningsdagen.

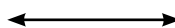
20 Teknikstöd i skolan

Hela verktygslådan behövs för elever med kognitiva svårigheter.



24 Novelltävling

Hjärnkraft utlyser novelltävling i samband med att förbundet fyller 25 år.



26 Landet runt.

30 Julkryss.



Ansvarig utgivare

Meta Wiborgh

Redaktör

Kerstin Orsén

Redaktionskommitté

Meta Wiborgh
Marie-Jeanette Bergvall
Pia Delin Stadig
Wellamo Ericson

Grafisk form & layout

Kerstin Orsén

Omslagsbild

Tomas Ericsson.

Foto:

Stefan Holmberg.

Adress

Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft
Nybohovsgränd 12, 1 tr
117 63 Stockholm

Telefon: 08-447 45 30

E-post: info@hjärnkraft.nu

Hemsida: www.hjärnkraft.nu

Tidningen utkommer

med 4 nummer per år.

Prenumerationspris

220 kronor per år.

Medlemsavgift:

Enskild 200 kronor/år.

Familj (på samma adress)

280 kronor/år.

Postgiro: 10 59-5

Hjärnskadefonden,

SFI-kontrollerat 90-konto

för insamling:

PG 90 05 07-5



Tryck

GL-Tryck, Kristianstad 2012.

ISSN 1651-5714

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



Ordföranden har ordet

Kära vänner!

Julen står inför dörren och vi hoppas väl alla på lugna dagar när vi kan njuta av samvaro och gemenskap. Ändå vet vi att det inte ser ut så för alla. Vi vet att många människor i vårt land med funktionsnedsättning idag drabbas av neddragningar i assistansen i form av att timmar skärs ner eller tas bort. LSS var en efterlängtd reform som innebar stora förbättringar i livsvillkoren för många personer när den kom.

SOM VI SKRIVIT i vårt uttalande från förbundsstämman så får vi idag samtal från medlemmar om lättvindiga indragningar av assistans och tillägelser att söka eller rent av beslut om gruppbo-städer istället. Detta utan att personen ansökt om denna insats. Några som på grund av så svåra funktionsnedsättningar att de tidigare beviljats dubbel assistans blir av med denna eller får kraftiga nedskärningar i antal timmar. Detta är oacceptabelt!

HJÄRNKRAFTS NYA STYRELSE kan konstatera att vi har många arbetsuppgifter framför oss. Vi har gjort en verksamhetsplanering som innehåller några huvudpunkter:

- **Träffpunkter för medlemmar**, där vi vill lyfta fram Nätet, barnläger, sociala medier (du har väl sett att vi har en facebook-sida?) och att vi hoppas kunna få till stånd en form av nätetverksamhet även för närstående.
- **Medlemsnytta**. Vad behöver du? En aktuell fråga är tillgång till juridisk sakkunskap.
- **Påverkansarbete**. Hjärnkraft vill vara med och påverka beslut på olika nivåer, kommuner, landsting och statliga. Och vi behöver samarbeta med andra förbund inom funktionshinderrörelsen för att göra vår röst hörd.
- **Utbildning**. Planering pågår för assistentutbildningar på flera håll i landet
- **Projektverksamhet**. Vårt gemensamma projekt med RTP om hjärnskaderehabilitering kommer att redovisas i samband med konferensen Hjärnskadeforum15-16 januari 2013, och som en del i projektet Akta Huvudet kommer kartläggningen vi beställt om gatuväldets ekonomi att redovisas den 23 januari 2013. Läs mer på www.hjärnkraft.nu.

SIST MEN INTE minst är 2013 ett jubileumsår. Hjärnkraft fyller 25 år! Nu vill jag tillönska dig en riktigt

God jul och ett Gott nytt 2013.

Ett liv som räddas skall också levas!

Meta Wiborgh

Förbundsordförande

Meta Wiborgh

Foto: dreamstime.com



>>> Debatt <<<

Gunnar Wetterberg skriver i en ledare i *Expressen* den 3 december om personlig assistans med rubriken "Passning dygnet runt blir för dyrt".



Katarina fattighus i Stockholm år 1881. Källa: Julius Ejdestam: De fattigas Sverige.

Vi vill inte ha tillbaka fattighuset

Att bedöma människors behov av vård och omsorg är en grannlaga och otacksam uppgift där rättighetslagstiftningen kolliderar med handläggarnas tvång att hålla budget, skriver han. Deras dilemma blir än svårare då domstolarna, enligt hans erfarenhet, ofta flyttar gränsen framåt utan ekonomiskt ansvar. Problemet med rättighetslagstiftning är att de väcker förväntningar och att beslut med lag- och domstolsstöd blir fredade från vanlig prövning, vilket går ut över verksamheter utan samma lagstöd.

ETT EKONOMISKT MER realistiskt alternativ till dygnet runtpassning i hundra- och kanske tusentals isolerade bostäder anser han vara att skapa nya "gruppboenden som öppnar sig mot omvärlden, som har den bästa och mest omtänksamma personal vi kan önska oss, och som erbjuder var och en av oss som flyttar dit ett liv som vi kan fylla med våra intressen" för "Om någon bor ensam i sin lägenhet, utan möjlighet till kontakt med andra om inte assistenten finns till hands, vilken glädje ligger det då i att ha en egen lägenhet?"

Gunnar Wetterberg är en person som många lyssnar till, han är historiker och samhällspolitisk chef på SACO, sitter i vetenskapsakademien

etc. När han ger uttryck för dessa synpunkter känns det som om han utgör en murbräcka och öppnar för återkomsten av en människosyn som uttraderades i och med att LSS och möjligheten till personlig assistans infördes 1994. Den människosynen höll inte ens i 20 år. Nu är det åter möjligt att tala om för en funktionsnedsatt att det under vissa omständigheter inte finns någon glädje i att ha en egen lägenhet.

Kan Gunnar Wetterberg sätta sig in i att detta kanske är den största njutningen man har, att få vakna i sitt eget hem, med sina egna saker omkring sig. Att det är den trygghet man har. Vem har 2012 rätten att ta sig det tolkningsföreträde, som Gunnar Wetterberg gör? Vems ärenden driver han och vilka kommer att följa efter?

VAD ÄR WETTERBERGS alternativ, åter till fattigstugan? Jimmie Åkesson fick frågan i Agenda – Hur många invandrare tål Sverige? Är nästa fråga – Hur många funktionshindrade tål Sverige?

När man först läser det låter förslaget så fint? "Gruppboenden som öppnar sig mot omvärlden, som har den bästa och mest omtänksamma personal vi kan önska oss, och som erbjuder var och en av oss som flyttar dit ett liv som vi kan fylla med våra

intressen". Hur naiv får man vara? Hur ser verkligheten ut idag, trots alla vackra intentioner. Dessutom konstaterar JAG (Jämlikhet Assistentans Gemenskap) i sin rapport "Priset för valfrihet, självbestämmande och integritet" 2006 att gruppboende kostar ungefär lika mycket som personlig assistans i det vanliga bostadsbeståndet.

NÅGRA SAKER HAR Wetterberg helt missat. Personlig assistans är inte samma sak som "passning", utan en kvalificerad insats på den enskildes villkor och domstolarna prejudikat har under senare tid inte flyttat fram gränserna, tvärtom.

Det är riktigt allvarligt att det nu är tillåtet att åter ifrågasätta att personer med funktionsnedsättning har rätt att bestämma över sitt liv. Tycker Wetterberg att Sverige ska återta sina undertecknanden av FN:s deklARATIONER om Mänskliga rättigheter och Europakonventionen om mänskliga rättigheter?

Ledaren finns på: www.expressen.se/ledare/gunnar-wetterberg/passning-dygnet-runt-blir-for-dyrt/



Marie-Jeanette Bergvall
förbundssekreterare Hjärnkraft



Denna sida från vänster: Stig Nyman ledde stämman flankerad av Marie-Jeanette Bergvall som höll i protokollspennan. Omröstning på stämman.

Wellamo Ericson och Ejne Johansson lyssnar uppmärksamt.

>>> Höger sida, under omröstningsbilden:

Meta Wiborgh avtackar Per-Erik Nilsson för hans mångåriga styrelsearbete.

Gertrud Öste som var med och grundade Hjärnkraft är livligt diskuterande.

Livliga diskussioner på Hjärnkrafts stämma

Stämman den 13-14 oktober i Nacka var välbesökt med livliga diskussioner och en trivsamt stämning. Ordföranden Meta Wiborgh öppnade stämman med att läsa en dikt av Rebecka Stolpe, ur hennes nyttgivna lyrikbok.

Text: Marie-Jeanette Bergvall & foto: Kerstin Orsén



Meta Wiborgh i talarstolen.

Det var fjärde gången Stig Nyman ledde Hjärnkrafts förbundsstämma. Han vet hur man genomför den på ett effektivt sätt och samtidigt skapar god stämning, med en liten historia vid rätt tidpunkt. Nu fick vi tid över att även informera och diskutera gemensamma frågor inför jubileumsåret 2013.

Nya stadgar

Stämman antog nya normalstadgar för läns- och regionföreningar och för lokalföreningar. Den största förändringen är att man minskar kravet på antal ledamöter i föreningarna.

Rolf Forsén från förbundsstyrelsen underströk att stadgar är levande do-



kument och det kommer säkert att bli nya kompletteringar nästa stämma.

Regionsamarbete

Förbundsstyrelsens förslag att dela in landet i regioner för att öka samarbetet mellan närliggande län väckte en hel del diskussion. Speciellt i norra delen av landet har man tillräckliga avstånd redan i den egna länsföreningen och de flesta har lättare att ta sig till Stockholm än till ett intilliggande län.

Nu är samarbetet högst frivilligt och regionindelningen ska utvärderas vid nästa stämma. Med röstsiffrorna 20 mot 18 gick förslaget igenom.

Hjärnskadedag

Hjärnkraftsveckan som pågått sedan 2005 har under senare år tappat i betydelse. Det har blivit svårt att upprätthålla engagemanget i en hel vecka.

Stämman var därför enig med förbundsstyrelsen om att istället inrätta en Hjärnskadedag som genomförs den 27 oktober varje år. Det är samma dag som övriga europeiska hjärnskade-

organisationer. Förhoppningsvis kan vi på så sätt öka intresset för våra frågor.

Synen på MMA

Att förbundsstyrelsen inte ställt sig bakom kravet på ett förbud för MMA har väckt förundran och många kritiska röster i föreningarna.

Skåne hade skrivit en motion där man krävde att stämman kraftigt tar avstånd från sporten. När man nu fick tillfälle att diskutera frågan visade det sig att alla egentligen är tämligen överens och stämman endes om att Hjärnskedeförbundet Hjärnkraft tar avstånd från idrotter som i sitt regelverk tillåter systematiskt våld som medför hjärnskador.

Med tanke på det våld som tillåts i kampsporterna enades man också om att Hjärnkraft bör arbeta för att nå ut med information om konsekvenserna



>>> Pia Delin Stadig föredrog propositionen om oförändrad medlemsavgift.





Med fullt fokus. Maria Wikén och Ilona Wahlström diskuterar.

av hjärnskador och de risker man utsätter sig för i samband idrotter som tillåter våld mot huvudet.

Samverkan inom förbundet

Motionen från Skåne om en gemensam modell för styrelsernas arbete som bygger på att man inrättar arbetsgrupper som förbereder besluten avslogs. Däremot beslutades om att man i kontroversiella frågor bör ha ett remissförfarande för att fånga upp

föreningarnas ståndpunkter.

Förbundsstyrelsen föreslog oförändrad medlemsavgift och oförändrade villkor för arvoden till styrelsen. Ingen argumenterade emot och besluten togs i rask takt. Inte heller gick motionen från Stockholm om livstid medlemskap igenom. Däremot diskuterades möjligheten att införa e-faktura för att underlätta avgiftsbetalningarna. Det kommer att undersökas vidare.

Ny styrelse

Eftersom man bara får sitta i 10 år fick Per-Erik Nilsson avgå ur förbundsstyrelsen. Även Petra Magnusson från Halland hade beslutat att lämna sitt uppdrag.

Eftersom en plats var vakant i styrelsen innebar det att tre nya styrelseledamöter valdes in, Kerstin Helgesson, Skåne, Nils Lundgren, Stockholm och Lena Talman, Södermanland.

Både ordföranden Meta Wiborgh från Norrbotten och vice ordförande Christina Amundberg, Stockholm omvaldes liksom ledamöterna Björn Boquist, Stockholm, Jan-Olof Dahlin, Västra Götaland, Pia Delin Stadig, Örebro, Rolf Forsén, Jönköping, Ingemar Johansson, Norrbotten och Karin Karlsson, Kalmar.

Valberedning och revisorer

Valberedningen fick delvis ny sammansättning. Lars-Göran Edvardsson, Skåne och Rolf Dietmann, Kalmar kvarstår från den gamla valberedningen.

Nya ledamöter är Per-Erik Nilsson, Kronoberg, Christina Bergkvist, Väs-

Så här tycker ombuden om Hjärnkrafts stämman

Hjärnkraft frågade några av ombuden vad de tyckte om Hjärnkrafts förbundsstämma och vad de anser är viktigast för Hjärnkraft i framtiden.



Inger Simon, Skåne

Vad tycker du om stämman?

Det är en positiv stämning. Alla som önskar får komma till tals med sina förslag och synpunkter, även om de

inte passar in. Bra diskussioner. *Vad tycker du är viktigast för Hjärnkraft i framtiden?*

Att vi fortsätter arbeta för skadade och närstående inom alla områden; lokalt, regionalt och rikstäckande.

Curt Nilsson, Västerbotten

Vad tycker du om stämman?

Bra.

Vad tycker du är viktigast för Hjärnkraft i framtiden?

Samarbete med samhället genom att synliggöra ef-

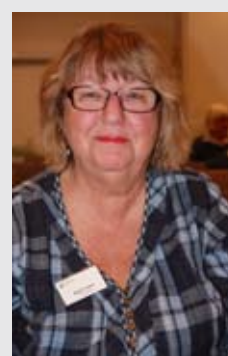


fekterna av hjärnskador. Och att marknadsföra oss.

Britt Lejon, Jönköping

Vad tycker du om stämman?

En lättäm stämman, mycket tack vare mötesordföranden. Alltid trevligt att träffas. Ett väl genomfört program. Saknar kanske lite att "jobba i grupp" för att på det sättet lära





Hjärnkrafts nya styrelse. Överst fr v: Meta Wiborgh, Rolf Forsén, Pia Delin Stadig, Jan-Olof Dahlin. Nedre raden: Nils Lundgren, Christina Amundberg, Kerstin Helgesson, Lena Talman, Björn Boquist och Ingemar Johansson.

terbotten och Tommy von Hellens Stockholm.

Ny förbundsrevisor är Gun-Britt Kristianson, Stockholm som efterträder Christina Axelsson, Sörmland.

Ingvar Jönsson, Skåne är kvar som revisorsersättare.

Stämman avslutades med att Meta Wiborgh tackade de avgående ledamöterna i både styrelse och valbered-

ning, samt den uppskattade stämmeordföranden Stig Nyman. Därefter hölls en tyst minut för att hedra minnet av de medlemmar som avlidit under stämmeperioden.

känna andra.

Vad tycker du är viktigast för Hjärnkraft i framtiden?

Att ett liv som räddas ska också levas och att försöka se till så att lagar följs. Det är svårt att svara eftersom mycket är sååå viktigt.

Malin Runevad, Halland

Vad tycker du om stämman?

Jättetrevlig! Välplanerad, väl genomförd stämma. Lättåtkomlig lokal. Mycket diskussioner om viktiga ämnen. Bra att föreningen är "levande" med många åsikter för att kunna föra förbundet framåt.

Vad tycker du är viktigast för Hjärnkraft i framtiden?



kraft i framtiden?

Att arbeta med frågor som gör livet lättare för skadade och anhöriga som för förbundet vidare i sin utveckling!

Det viktigaste för mig är de hjärn-skadades ställning i samhället och att man får leva ett så vanligt liv som möjligt efter en skada. Där är det viktigast att LSS fungerar!

Jouko Friman och Aune Friman, Gävleborg

Vad tycker ni om den här stämman?

Den är intressant och givande.

Vad tycker ni är viktigast för Hjärnkraft i framtiden?

Jobba för att LSS fungerar och att närstående också ska få stöd. Även i juridiska frågor.





Hur många minuter får ett toalettbesök ta? Foto: Dreamstime.com.

Förbundsstämmans uttalande

Ett liv som räddas ska också levas

Det kan vara en bilolycka, ett blodkärl som brister eller ett slag i samband med ett krogbråk. Vem som helst av oss kan bli beroende av stöd i vårt dagliga liv. Livet kan förändras på ett ögonblick.

Lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade, LSS, och rätten till personlig assistans är sedan 1994 en garant för fortsatt goda levnadsvillkor även efter en sjukdom eller skada. Insatserna ska vara varaktiga och samordnade. De skall anpassas till mottagarens individuella behov samt utformas så att de är lätt tillgängliga för de personer som behöver dem och stärker deras förmåga att leva ett självständigt liv. Lag (1993:387).

Hjärnkrafts förbundsstämma 2012 efterlyser **Att lagen följs!**

Assistansersättningen har nu blivit utsatt för bedrägerier. På grund av detta väljer regeringen att lägga fram förslag som innebär att assistansanord-

narna blir ersättningsskyldiga för den enskildes felanvändning av sin assistans i de fall de borde känt till den.

Den ende som har kännedom om den enskildes förhållanden är den personlige assistenten. Han eller hon ska då anmäla till sin arbetsgivare, dvs assistansanordnaren, om något inte stämmer.

Den person som ska hjälpa till på toaletten ska också kontrollera att timmarna används rätt.

Hur påverkar detta förtroendet mellan assistent och brukare? Hur påverkas den enskildes självbestämmande över de assistanstimmar man fått? Hur rimmar det med lagens skrivning om att leva ett självständigt liv?

Samtidigt rapporterar allt fler om att deras timmar skärs ner eller tas bort. LSS var en efterlängtd reform som innebar stora förbättringar i livsvillkoren för personer med bland annat förvärvad hjärnskada. Men vi får nu samtal från medlemmar om lättvindiga indragningar av assistans och tillsägelser att söka eller rent av beslut om gruppboende istället. Detta utan att personen ansökt om denna insats. Några som på grund av så svåra funktionsnedsättningar att de tidigare beviljats dubbel assistans blir av med

denna eller får kraftiga nedskärningar i antal timmar.

Effekten av detta är för några att man måste gå och lägga sig kl 20:00 andra måste vänta med toalettbesök tills tillresande jourpersonal kan komma, några kan inte längre lämna sitt hem, få hjälp att vända sig på natten, hjälp vid epileptiska anfall, etc.

Många beslut ändras i förvaltningsdomstolarna men det kräver ofta att den enskilde får juridiskt stöd i sin överklagan.

Vi kräver att lagstiftning och verklighet ska vara lika.

Sverige kan inte ratificera FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättningar med ena handen, slå fast i lag och proposition att rätten till insats kvarstår och sedan med andra handen ta bort insatsen för personer med omfattande funktionshinder.

Ett samhälle är precis så humant som det behandlar de med de största behoven. Och det kan vara du eller jag, när vi korsat gatan, krockat med bilen eller blivit bitna av en fästing!

Hjärnskadeförbundet Hjärnkrafts
förbundsstämma 2012
med ombud från hela Sverige.

Alla har rätt till en bra försäkring

Peter Liljeroos på Unik försäkring beskrev på Hjärnskadeförbundets stämma varför det är viktigt med en egen försäkringslösning.

Bolaget som startade 2010 och kallas funktionshindersrörelsens försäkringsbolag har specialiserat sig på de speciella behov många medlemmar i till exempel Hjärnkraft har. Bland annat kan nämnas:

- Alla får teckna försäkring - uppemot 70 procent har inte tecknat försäkring tidigare.
- Enklare språk - många gånger är det svårt att förstå vad försäkringarna täcker. Unik Försäkring har så långt det är möjligt förenklat sina villkor.
- Anpassade specialvillkor - t ex skadade glasögon ersätts med lägre självrisk.

- Vi strävar efter att hela tiden blir bättre och är tacksamma för tips på hur vi kan utveckla vår försäkring. Gå



Peter Liljeroos.

in på vår hemsida och kontakta mig via mejl eller gå via din styrelse, uppmantar Peter Liljeroos. Adressen är: www.unikforsakring.se.

Kerstin Orsén

kerstin.orsen@hjernkraft.nu

Folkliv presenterar sig på stämman

För den som vill veta mer om lottförsäljning; hur det går till, var man ska vända sig och vilken förtjänst föreningen kan göra, rekommenderas ett besök på www.folkspel.se.



Jubileumsåret firas med fyra teman

2013 då Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft fyller 25 år kommer att uppmärksammas under devisen "Ett liv som räddas ska också levas" med olika aktiviteter under hela året. Bland annat planeras fyra olika teman - ett för varje kvartal. Rehabilitering blir det första temat och inleds genom konferensen Hjärnskadeforum 2013 den 15-16 januari.



ANNONS



Arbetsinriktad daglig verksamhet för personer med förvärvade hjärnskador.

För mer information ring 08-580 813 40 eller läs på www.misa.se





Än en gång körkortsinnehavare och stolt ägare till egen bil!

Thomas har något att lära oss alla!

Han fångade allas uppmärksamhet vid Hjärnkrafts konferens för två år sedan, och han gör det från första sekunden på nytt när jag hälsar på i Kåge utanför Skellefteå.

Thomas Ericsson var 48 år när det hände i anslutning till en badmintonmatch för tretton år sedan – bara fyra dagar innan millennieskiftet! Han drabbades av en svår stroke, i princip halva kroppen förlamades, han tappade talet och hamnade i

rullstol. En lång och mödosam väg tillbaka tog sin början.

NU RÖR HAN sig fritt, om än haltande, och han språkar gärna och glatt även om det ibland är lite svårt att hitta de rätta orden. Thomas kan i dag överhuvudtaget leva ett något så när normalt liv. Det senaste – och

riktigt stora! – är att han har fått tillbaka körkortet och skaffat egen bil. Givetvis med automatväxellåda, men det enda hjälpmedlet i övrigt är en knapp som underlättar att ratta med bara vänster hand. Från en hylla i arbetsrummet plockar han fram en likadan som souvenir.

– Den här hade faktiskt min pappa när han körde traktor, säger han och ler, den är av... inte plast, nej vad heter det?

– Bakelit, föreslår jag, och Thomas skiner upp i ett gott skratt.

– Just det, bakelit!



Datorn – ett outhärligt kontaktmedel mot omvärlden!
Med ett knapptryck kan Thomas förstora text och få den uppläst med talsyntes.

>>> Elcykeln – går att ladda upp och köra i 25 km/timme!



Mitt mer än tre timmar långa besök blir som en lång slalombana. Ibland hakar det upp sig, men då handlar det mer om min egen trögtänkthet att förstå. För att fatta att det är epilepsin som gjorde att han tappade körkortet, måste han plocka fram ordet i en ordlista han lagt upp, ”men nu har jag varit fri den i mer än fyra år!”. Förvirring uppstår även när han ska förklara hur gamla barnen var när stroke slog till.

DE BÅDA SÖNERNA bor för övrigt kvar runt Skellefteå. Thomas har också hunnit bli stolt farfar två gånger om.

– Men visst känner jag mig ibland lite utanför när de ”drar i gång”, medger han.

Tempot kan bli för högt, förmiddagarna är också lite tröga. Han behöver mer sömn än förr. En annan stor förlust var givetvis jobbet. Thomas Ericsson är ingenjör i grunden, arbetade som konstruktör hos hiss företaget Alimak. Det var många kontakter utomlands. Klart att han saknar dessa, men han håller kontakten med en

ungdomsvän Dave som bor utanför New York. Thomas visar bilder från ett besök med deras fru (Thomas fru heter Anita, arbetar som facklig företrädare hos Lärarförbundet).

Kameran är en kär ägodel. Digitaltekniken har inneburit nya möjligheter. Stolt visar Thomas fina serier naturbilder tagna på ön utanför Kåge där familjen har sin kära sommarstuga. På ett foto ligger han på rygg under deras båt med en slipmaskin i den friska handen. Tyvärr var det den mest använda som tappade kraft, det mesta har han alltså tvingats lära om därvidlag.

Datorn är ett annat närmast outhärligt verktyg, som han jobbar med många timmar varje dag.

DET SENASTE ÄR att lokaltidningen Norran börjat komma som e-tidning. Med talsyntes kan han hålla sig uppdaterad om det mesta. Men riktigt allt är han inte nöjd med.

– Vet du varför talet inte funkar för utlandssidorna?

Nej, det har jag inget svar på. Dä-


remot kan jag ge tips om hur han kan göra en egen hemsida med mallar för en överkomlig penning.

– Vad fint, säger Thomas, och börjar på en gång att testa.

Thomas Ericsson borde vara ett föredöme för många. Både de som drabbats av liknande svårigheter, och många av oss mer ”friska” gnällspikar. Det känns som att jag fått en ny god vän när vi går ut till bilen för att ta några avslutande bilder där. Vi hinner skaka händer två gånger om innan jag åker hem igen. Det börjar bli kyligt ute, men jag känner mig varm inombords.

NÄR JAG SKA skriva den här artikeln visar det sig att bilderna vid bilen blivit överexponerade. Jag skickar dem och texten till Thomas för påseende. Två dagar senare kommer fotona i retur. Alla, inte bara den jag ändå försökt välja ut av den stolte bilföraren, bearbetade av Thomas i hans redigeringsprogram.

Text och foto:
Stefan Holmberg



Det nationella nätverket för barnrehabiliteringsteam genomför vartannat år ett tvådagarsmöte med internationella föreläsare och nätverksmöten. I år var BarnReHab i Lund värd för mötet.

Barnrehab i fokus i Lund

Moderator och en av föreläsarna var neuropsykolog Margareta Kihlgren som varit med om att bygga upp BarnReHab Skåne. Hon slutade för ett år sedan och kallar sig nu frilansande pensionär. Nätverk har utvecklats och vuxit sedan starten 1998. Nu fick man till och med säga nej till de som anmälde sig sent eftersom det inte fanns plats. Hjärnkraft sponsrar tillsammans med Barncancerfonden dessa möten och passar på att sprida information om aktuella frågor.

Undertecknad berättade om projektet Akta huvudet och Karin Karlsson från förbundsstyrelsen tog upp samverkan med Specialpedagogiska skolmyndigheten SPSM i sin yrkesgrupp för pedagoger.

Faktorer som påverkar den långsiktiga återhämtningen efter förvärvad

hjärnskada var det genomgående temat. Dr Mathilde Chevignard, från Hôpital National de Saint Maurice, utanför Paris i Frankrike hade bjudits in att tala om barnrehabilitering i Parisområdet samt om sin forskning som går ut just på att identifiera faktorer som påverkar de långsiktiga rehabiliteringsresultaten.

För en lekman blev föreläsningen kanske lite akademisk, men det mesta pekade på likheter snarare än olikheter mellan barnrehabilitering i Parisområdet och i Sverige. Dr Chevignard beskrev mycket ambitiösa planer för omhändertagandet efter utskrivningen från sjukhuset, med individuella planer och utbildning av föräldrarna. Trots det är det där som här många som försvinner och inte fångas upp.

Yngre barn sårbara

Det var framför allt två saker som blev tydliga i hennes föreläsning. Det ena

var hur utsatta de yngre barnen är. Medan det långsiktiga resultatet för den äldre målgruppen över 6 år visar att barnen över tid återhämtar sig och följer samma utvecklingskurva som friska barn om än på en lägre nivå, ökar gapet mellan friska och skadade över tid i den yngre gruppen.

Slutsatsen är att den mycket unga hjärnan är oerhört känslig för hjärnskador.

Omgivningen viktig

Det andra som slog mig var betydelsen av stöd från vuxna i den unges vardagsmiljö. Stödet från föräldrar och lärare är avgörande för den långsiktiga återhämtningen. Föräldrarnas socioekonomiska bakgrund betonades som en viktig faktor för återhämtningen under två år efter skadan, för att senare minska i betydelse.

Samma sak återkom i såväl Margaretha Kihlgrens föreläsning om

perspektiv på hjärnskaderhabiliteringen och neuropsykolog Catherine Aaro Jonssons föreläsning om kognitiv långtidsprognos vid traumatisk hjärnskada. Catherine är verksam vid barn- och ungdomshabiliteringen i Östersund, men hennes forskning har också lett henne till ett års arbete i Melbourne, hos Vicky Anderson.

Förvalta återhämtningspotentialen

De första 1-2 åren efter skadan finns en stor återhämtningspotential. Att den förvaltas på rätt sätt är avgörande för barnets återhämtning på lång sikt. Ingrid Emanuelson skrev om detta redan 2005. Vid hennes uppföljning 15 år efter skadan visade det sig att barn med förvärvad hjärnskada hade en sämre livskvalitet än till exempel barn som genomgått organ donation eller cytostatikabehandling.

Catherine Aaro Johansson beskrev nu vikten av att den återhämtningspotential som finns under de första åren måste förvaltas bättre än idag. Likaså finns återkommande utvecklingsperioder hos en mognande hjärna där plasticiteten är större. Det är viktigt att följa barn under lång tid för att ta tillvara dessa återkommande perioder, där hjärnan är bättre på att återhämta sig.

Det har också visat sig att plasticiteten kan gå åt båda håll. Det vill säga att om rehabiliteringen gett en felaktig inlärning kan barnets återhämtning försvagas istället för förbättras. Det är alltså viktigt att re-

habiliteringen sker på rätt sätt vid rätt tidpunkt.

Den forskning som Ingrid, Catherine med flera arbetar med syftar till att se vilka faktorer som är viktiga ur ett helhetsperspektiv, för att förbättra barnens långsiktiga återhämtning. En hjärnskada kan inte behandlas i 1 – 2 år och sedan betraktas som botad.

En hjärnskada följer med under lång tid. Ofta upptäcker man inte konsekvenserna förrän efter lång tid. Att man slänger sig i golvet när man inte får som man vill är inte märkligt vid två års ålder. Men om beteendet hänger med måste man se att det kan vara en effekt av hjärnskadan. Detta aktualiserar behovet av uppföljning av unga även i vuxen ålder.

Mental trötthet och minnesproblem

Professor Lars Rönnbäck och neuropsykolog Birgitta Johansson beskrev sin forskning om mekanismer bakom hjärntrötthet som är vanlig vid förvärvad hjärnskada. Hjärnkraft hade i förra numret en utförligare rapport om deras resultat.

Professor Mikael Johansson, Lunds universitet föreläste om minnets funktioner och olika metoder att komma ihåg bättre. Vi fick delta i några praktiska övningar och naturligtvis gick vi fällan och bekräftade att han på förhand visste vilka missar vi skulle göra.

Marie-Jeanette Bergvall

marie-jeanette.bergvall@hjärnkraft.nu

Mina reflektioner:

Stödet från föräldrar och andra i den skadades vardag verkar mer avgörande för den unges långsiktiga läkning än skadan. Vardagen för barn och unga är skolan.

Alltså är stödet i skolan en nyckelfråga för barn med förvärvad hjärnskada. Eftersom det tack och lov är allt färre barn som får hjärnskada då trafikmiljön och bilarna blivit säkrare kan man inte i varje skola räkna med att kompetensen finns. Därför finns en statlig skolmyndighet, Specialpedagogiska skolmyndigheten, SPSM, som har till uppgift att bistå skolan så att de kan ge barn med funktionsnedsättning rätt stöd.

Personligen tycker jag att det är helt fantastiskt att blivande lärare kan genomgå en statlig högskoleutbildning utan att ha kännedom om den roll den tredje skolmyndigheten – Specialpedagogiska skolmyndigheten – har. Enligt den nya skollagen har barn rätt att få det stöd de behöver för att nå målen. Det gör sig inte självt genom en skrivning i lagen. Det ställer krav på skolan och på skolmyndigheterna. Nu får inte Specialpedagogiska skolmyndigheten ta egna initiativ till att stödja barn i skolan utan måste vänta på att skolan begär hjälp. Är det rimligt? Skulle inte rehabiliteringsteamerna kunna koppla in SPSM direkt när barnet ska återvända till skolan? Vad är viktigast; skolans självständighet eller barnens verklighet?

Marie-Jeanette Bergvall



Margaretha Kihlgren och Mathilde Cherignard.



Catherine Aaro Jonsson.



Lars Rönnbäck och Birgitta Johansson beskrev sin forskning om mekanismer bakom hjärntrötthet.

Akta huvudet:

Vad händer i projektet?

Akta Huvudet har nu fått upp farten ordentligt. Vi har sedan september träffat över 750 elever i åtta olika städer! Och i november var det premiär på en ny antivåldsfilm.



<<< Filmen "Motorsågar" har producerats i samarbete med Akta huvudet och Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft. I huvudrollen ses Christoffer Nordenrot som även står bakom manus.

Arboga, Borås, Falkenberg, Gävle, Helsingborg, Luleå, och Stockholm har vi besökt och trycket på bokningarna är stort. Vi har skaffat oss ett mycket bra rykte på landets skolor och många vill ha vårt skolprogram vilket givetvis känns mycket inspirerande.

På flera orter hade vi också förmånen att ha med oss två fantastiskt duktiga föreläsare från Hjärnkraft. Jan Lustig i Luleå, Peter Wallgren i Borås och Lille-Peter Jönsson i Helsingborg. Alla tre fångade elevernas

intresse på ett strålande sätt. Våra enkäter från städerna visar att både Peters, Lille-Peters och Jans föreläsningar verkligen berörde eleverna och även oss samtalsledare.

Vidare har vi även medfinansierat (tillsammans med bland andra Hjärnkraft) en film som handlar om Niklas Håkansson som fick en förvärvad hjärnskada efter att ha fått en halvfull vodkafaska i huvudet.

Filmen visar på ett tydligt sätt hur Niklas liv förändrats drastiskt efter misshandeln och hur tuff hans kamp har varit för att komma tillbaka.

Målet är att filmen med titeln "Motorsågar" (efter det konstanta ljud Niklas har i huvudet efter misshandeln) ska bli en del i Akta Huvudets skolprogram och på det sättet visas för skolelever över hela landet.

Vi ser med tillförsikt fram emot en riktigt spännande vinter!

Glöm inte att gilla oss på facebook och följa oss på twitter!
Facebook/AktaHuvudet
Twitter.com/AktaHuvudet

Jakob Andersson
jakob.andersson@aktahuvudet.se



<<< NTI-Gymnasiet i Luleå är en av alla de skolor projektet har besökt under hösten.

Hjärnkrafts sommarvecka 2013

för barn och deras familjer



Tid: 29 juli – 2 augusti 2013

Plats: Mättinge rekreations- och fritidsanläggning utanför Trosa. Mättinge är tillgängligt för personer med rörelsehinder, se: www.valjeviken.se.

Åldersgrupp: Barn med förvärvad hjärnskada 6 – 16 år och deras familjer.

Intresseanmälan: Senast den 31 mars 2013.

Veckan vänder sig till hela familjen, barn med förvärvad hjärnskada, syskon, föräldrar samt personliga assistenter om de behövs. För att delta måste man vara medlem. Under veckan erbjuds utbildning och samtalsgrupp två förmiddagar.

Fritidsledare tar hand om barnens aktiviteter när föräldrarna är på utbildning. Vi planerar bl a utflykt till Kolmården.

Vi söker delfinansiering via olika fonder. Efter intresseanmälan skickar vi ut information så snart vi vet vad kostnaden kommer att bli.

Är du intresserad kontakta:

Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft
Per-Erik Nilsson

Tel: 0478-109 30, e-post: info@hjernkraft.nu



**Välkommen med
intresseanmälan!**



Annons:



Tillsammans hittar vi lösningar

BOSSE- Råd, Stöd & Kunskapscenter erbjuder kvalificerat råd och stöd till dig som har en funktionsnedsättning och är över 16 år, oavsett var i Sverige du bor!

Genom ett projekt, **BOSSE På Nätet**, kan du som bor utanför Stockholms län ha kontakt med oss via Internet.

För dig som har personlig assistans erbjuder vi skräddarsydda utbildningar för dig och dina assistenter. Utbildningen finansierar du genom din assistansersättning.

Besök vår hemsida eller kontakta oss så berättar vi mer. Välkommen att boka en träff!

Adress: Döbelusgatan 59
113 52 Stockholm

Telefon: 08-544 88 660

E-post: bosset@bosse-kunskapscenter.se



Råd Stöd & Kunskapscenter

www.bosse-kunskapscenter.se



<<< Camilla Westerdahl var uträknad efter en trafikolycka för tio år sedan och beskriver sin tuffa väg tillbaka, tillsammans med Christina Hansson.



Anna Barsk Holmbom, tidigare verksamhetsledare för IFA.



<<< Bengt Sonesson, neuropsykolog pratade om den svåra rehabiliteringsprocessen vid förvärvade hjärnskador.

Utbildningsdag i Alvesta

Förbundets skadade medlemmar omfattas ofta av LSS-lagen, inte sällan med stora hjälpbehov som följd. Förmiddagen i Alvesta handlade om denna viktiga lag, eftermiddagen ägnades helt åt förvärvade hjärnskador och dess konsekvenser.

Bland de hundratal deltagarna som kommit till Hotell Rådsmannen i Alvesta fanns många både kommun/landstingsanställda, personliga assistenter/ personal på gruppboenden, sjukvårdspersonal etc. Naturligtvis många från

Kronobergs län men faktiskt flest från angränsande län!

Två jurister från assistansbolaget Humana inledde dagen. Patricia Escalante och Karin Czubala gav en grundlig belysning av de tre olika

personkretsarna i LSS-lagen. Fyllde på med erfarenheter, rättsfall och personliga reflektioner gjorde Anna Barsk Holmbom, tidigare verksamhetsledare för IFA (Intresseorganisation för Assistansberättigade).

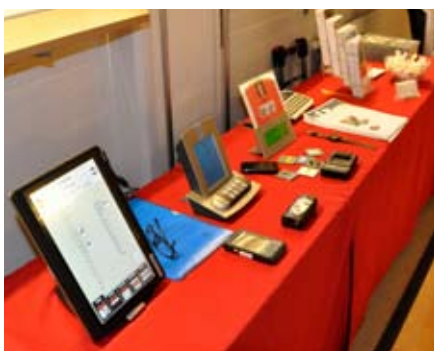
Efter lunch kom verkligheten till oss, säkerligen tyckte många av oss att detta var dagens höjdpunkt.

Camilla Westerdahl blev svårt skadad i en trafikolycka för mer än tio år sedan. Med sig till Alvesta hade Camilla sin personliga assistent och





Patricia Escalante och Karin Czubala belyste personkretsarna i LSS-lagen. P-E Nilsson till vän.



Flera företag ställde ut sina produkter, bl a kognitiva hjälpmedel.

sjukgymnasten Christina Hansson. Camilla var i stort sett uträknad efter olyckan, hennes möjligheter till rehabilitering och ett "normalt liv" bedömdes av många läkare som obefintlig. Camilla hade turen att träffa Christina, sjukgymnast på FRÖET i Malmö (en daglig verksamhet) som upptäckte att det fanns något "bakom" den frånvarande Camilla, och Christina lyckades också ta fram det dolda.

Camilla har skrivit en bok om sina erfarenheter, som heter "Skrivet i vatten". Vissa delar lästes upp och diskuterades. Camilla har verkligen erfarenheter "inifrån" och berättar bistra sanningar för världen utanför. Mycket är säkerligen smärtsamt för omgivningen att höra, ett citat från boken: "sjukgymnasten var den första

människa som pratade till mig, inte om mig". Alla som arbetar med personer som drabbats av en förvärvad hjärnskada borde läsa denna berättelse.

Avslutade dagen gjorde Bengt Sonesson, neuropsykolog med mångårig erfarenhet från rehabilitering av personer med förvärvade hjärnskador.

Under många år var Bengt verksam vid rehabiliteringskliniken Lund – Orup, efter det vid neurokirurgen vid Lunds Universitetssjukhus. Han pratade om den svåra rehabiliteringsprocessen vid förvärvade hjärnskador.

P-E Nilsson, text
Johan Berglund, foto



I korthet.



Hjärnkraft finns nu på Facebook

Nu har Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft tagit steget ut på Facebook. Med sidan hoppas vi få dialog med så många som möjligt om allt som rör förvärvade hjärnskador.



Du hittar oss enklast via länk på www.hjarnkraft.nu.

Kerstin Orsén

Helt uppåt väggarna, Dagens Nyheter!

DN publicerade den 17 oktober en ledare med rubriken "Helt uppåt väggarna" angående bedrägerierna inom assistansersättningen.

Hjärnkraft har inget att invända mot ledaren i sig, däremot mot teckningen som visar en person sittande i rullstol som har en stor pengapåse i sitt knä tillsammans med en assistent med ytterligare en stor pengapåse.

Hjärnkraft har anmält bilden till Pressens opinionsnämnd och Diskrimineringsombudsmannen. Det är ingalunda assistansberättigade och assistenter som stjälar Försäkringskassans pengar, vilket bilden ger intryck av.

Fusket inom Assistansersättningen har en helt annan bakgrund och andra profitörer.

Meta Wiborgh

”Försöksverksamheten syftar till att stimulera skolhuvudmännen att pröva ny teknik, lärverktyg och andra hjälpmedel i syfte att underlätta och stödja övergången från skola till arbetslivet”



Projekt Teknikstöd i skolan

Hela verktygslådan behövs för elever med kognitiva svårigheter

Regeringen har genom ett regeringsbeslut (S2011/8505/FS) gett Hjälpmedelsinstitutet uppdraget att genomföra en försöksverksamhet under 2011-2012 med stöd till elever med olika typer av kognitiva svårigheter i gymnasieskolan och vuxenutbildningen.

I satsningen ingår även gymnasiesärskolan samt vuxenutbildningen för utvecklingsstörda (särsvux).

Försöksverksamheten syftar till att stimulera skolhuvudmännen (kommuner och fristående skolor) att pröva ny teknik, lärverktyg och andra hjälpmedel i syfte att underlätta och stödja övergången från skola till arbetslivet

för elever med behov av kognitivt stöd.

Stödet ska göra det möjligt för eleven att kunna ta med hjälpmedlen och de andra teknikstöden de haft i skolan ut i arbetslivet eller till vidare studier.

I DETTA ARBETE kommer Hjälpmedelsinstitutet samarbeta med projektet ”Vägar till arbete” som är ett 3-årigt arvsfondsprojekt på 3 miljoner kronor. Där arbetar man med flera typer av funktionsnedsättningar.

Projektet Teknikstöd i skolan är ett kortare projekt men med ett belopp på 20 miljoner kronor. Halmstad, Kalmar och Växjö är de tre kommuner som utsetts att bedriva projektet

i. Det gäller alla gymnasier och man jobbar endast med kognitiva funktionsnedsättningar. I projektet har anställts 6 arbetsterapeuter, 2 på varje ställe. Även tekniker har anställts på halvtid. Projektet ska arbeta med eleverna, skolpersonalen, utvärdera roller och effekter, samverka och ta fram modeller och förtydliga svaret, se på effekterna för eleverna i samhället och utforma pedagogiskt utbildningsmaterial för nationell spridning.

INGVAR NILSSON KOMMER att göra den socioekonomiska studien på samhällsnivå.

Arbetsterapeuterna arbetar med informationsspridning, rådgivning,

är sakkunniga och är också bollplank.

Eleverna får under sex månader pröva tekniska hjälpmedel. Innan provet startar går eleven tillsammans med arbetsterapeuten igenom frågebatteri 1. Efter 6 månader går samma personer igenom frågebatteri 2.

Förfrågan har gått ut till gymnasieskolorna om det finns elever med kognitiva nedsättningar.

UTBILDNING I KOGNITIV funktionsnedsättning har genomförts till skolpersonalen. Läraren ska lämna namn på elever till rektorn på skolan. Denne utser sedan eleverna som ska vara med i projektet. Det behövs cirka 100-200 elever per ort.

Kommunikationen i projektet sker till de tre grupperna skolhuvudmän, skolledare och skolpersonal. Viktigt är att man kan sälja idén att kogni-

tiva hjälpmedel ger utdelning. Spridning av projektet kommer att ske via skolforum, mässor, hemsidor, handikappförbund mm. Till detta har man fått 3 miljoner kronor. Det är viktigt att peka på goda exempel.

EFTER PROJEKTETS SLUT ska man försöka att följa upp några elever för att se hur det gått. Medel till detta kommer att sparas från ursprungsbeloppet från regeringen.

En hemsida om kognitiva funktionsnedsättningar för ett utbildande syfte borde skapas. Vem som ska stå för driften av en sådan vet man inte idag.



Det är viktigt för lärare att förstå varför en elev med kognitiva funktionsnedsättningar inte fungerar fullt ut.

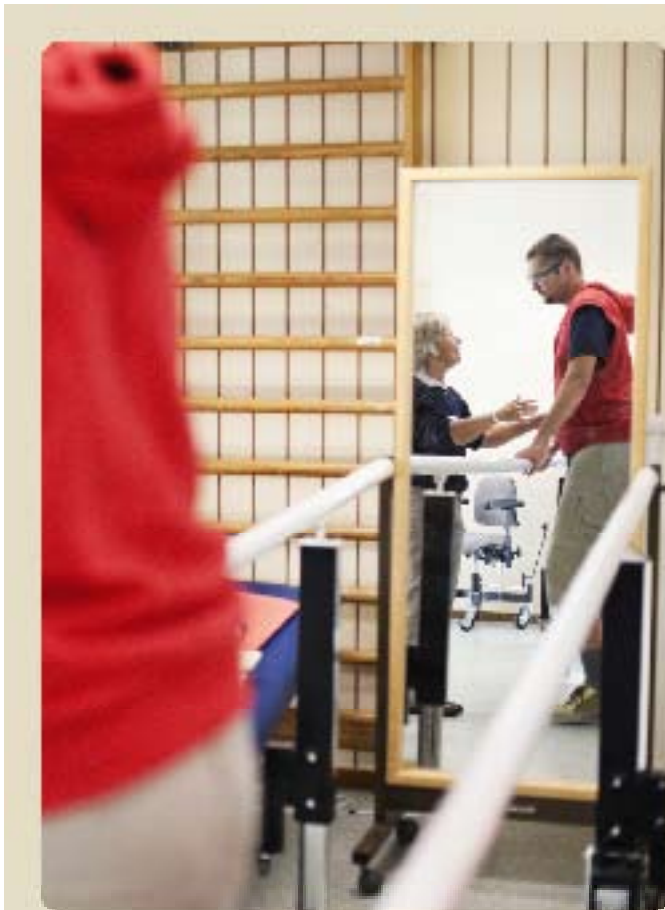
Varför kommer alltid samma elev för sent till lektionerna? På hemsidan ska läraren kunna, genom exempel, få tips på hur denne kan hjälpa eleven, till exempel med vilka hjälpmedel som kan hjälpa eleven att komma i tid.

En referensgrupp med deltagare från handikapprörelsen har utsetts för att följa projektet samt komma med förslag.

FÖR HJÄRNKRAFT DELTAR Pia Delin Stadig. Andra förbund som är med i referensgruppen är Dyslexiförbundet, Attention, FUB och Autism- och Aspergerförbundet.

Pia Delin Stadig

Annon



Vi gör det möjligt.

På väg...igen kurs för dig med förvärvad hjärnskada

Läs mer om våra kurser på
www.furuboda.se

FURUBODA 
Folkhögskola

I korthet

På högskolan i Borås

Mässa om kommunikativa och kognitiva hjälpmedel

FoU Sjuhärad Valfärd arrangerade, för andra året på raken, två mässdagar med fokus på kommunikativa och kognitiva hjälpmedel för personer med funktionsnedsättningar i slutet av september. FoU står för forsknings- och utveckling och handlar om att hitta ny kunskap och nya lösningar.

Olika hjälpmedelsföretag hade bjudits in för att ställa ut sina produkter. De visade olika hjälpmedel och besökarna fick även möjlighet att prova på dem.

Mässans föreläsningar hölls också på samma tema. Eva Hallqvist, leg. arbetsterapeut, Polikliniska hjärnskadeteamet, Södra Älvsborgs Sjukhus föreläste om *Kognitiva hjälpmedel och strategier i vardagen för personer med förvärvade "lätta" hjärnskador*. Gunvor Erlingsson, sekreterare i Hjärnkraft VG, talade om *Kommunikations-svårigheter och inflytande i vardagen – med stöd av personliga assistenter*.

Mässan arrangerades i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan, föreningen Afasi Södra Älvsborg, Attention Borås, Demensföreningen, Strokeföreningen i Borås och Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft Borås/Sjuhärad. Alla medarrangörer hade ställt upp bord för att visa upp vad och vilka de arbetar för.

För Hjärnkrafts del var undertecknad, Maritha Engdahl och Lars Claesson där. Vi delade ut en hel del material, informerade om vår förening och försökte värva nya medlemmar.

Veronica Karlsson



Gunnel Eriksson gav konkreta råd om hur man kan arbeta med personer med hjärnskador.

Utbildningsdag om förvärvade hjärnskador

Ett 80-tal personer som arbetar med eller kring någon med förvärvad hjärnskada samlades den 25 oktober i ABF-huset i centrala Stockholm för en heldagsutbildning med temat Kommunikation och Bemötande.

Dagen började med att ordförande Björn Boquist presenterade föreningens arbete, styrelse och kansli. Sedan fortsatte dagen med att Gunnel Eriksson, arbetsterapeut med lång klinisk erfarenhet av arbete inom neurologi – och strokerehabilitering/traumatiska hjärnskador, berättade och gav konkreta råd kring hur man kan arbeta med personer med kogni-

tiva svårigheter efter en hjärnskada. Anita Ruotsalainen förmedlade sina erfarenheter om sin långa väg tillbaka efter den svåra olyckan då hon blev påkörd av en rattfyllerist. Hennes föreläsning med rubriken "Evigheten Tur & Retur" lämnade ingen oberörd.

Dagen avslutades med att Marianne Göthlin, lärare och certifierad handledare i Nonviolent Communication, gav oss vägledning i hur vi på ett trovärdigt och ömsesidigt sätt kan kommunicera för att nå en gemensam utveckling.

En intressant och givande dag!

Text: Eliane Högberg
Foto: Åke Grapengiesser



Några av deltagarna som samlats i ABF-huset.



Marianne Göthlin gav tips om ömsesidig kommunikation för utveckling.

Du har rätt att vara viktig



Utgiven på MBM förlag.

I en nyutkommen bok beskriver unga hur det är att växa upp tillsammans med en funktionshindrad förälder eller ett syskon. De berättar om hur de upplever sin situation, till exempel Maja som är mellanbarn i en familj där storebror fick en hjärntumör och samtidigt en yngre bror kräver föräldrarnas uppmärksamhet. Hon upplever att hon lätt hamnar i tredje hand i familjen. Sedan ett



Förutom Elina Sundström bidrar flera skribenter.

år mejlar hon till en syskonstödare – det har underlättat för Maja att få ”prata av sig”.

Boken ”Jag är också viktig – Att vara ung anhörig till en familjemedlem som är sjuk

eller har ett funktionshinder” ger en del tips och råd. Men kanske viktigast av allt visar den att ingen känsla är förbjuden – det måste få vara tillåtet att vara arg, ledsen och frustrerad även för det friska barnet. Det finns ofta ett stort behov av att få prata om de egna känslorna med någon.

Boken riktar sig både till de som i sitt arbete kommer i kontakt med de här frågorna och till den som är ung anhörig. I sitt förord skriver författaren Elina Sundström: Se barnen, de undrar även om de inte frågar rakt ut. De känner, även om det inte syns utanpå. Till dig som är ung och anhörig: Glöm inte dig själv, du har rätt att vara viktig!

Kerstin Orsén
kerstin@hjernkraft.nu

Följ Hjärnkraft på twitter



Hjärnkrafts första tweet skickades i oktober.

Det som fick Hjärnskadeförbundets förbundssekreterare att reagera var en bild som publicerades i Dagens Nyheter på ledarsidan. Bilden anmäldes till Pressens Opinionsnämnd och Diskrimineringsombudsmannen.

Om du vill följa Hjärnkraft på Twitter så är namnet: @BergvallJ.



Vill du veta mer?

Beställ via Hjärnkraft

”Att samtala”

kan beställas via Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft och kostar 145 kronor. Materialet har tagits fram via stöd från Specialpedagogiska Skolmyndigheten, SPSM.



”Att se sina framsteg”

Genom Hjärnkraft kan du också köpa ”Att se sina framsteg efter förvärvad hjärnskada”. Det är ett skattningsmaterial för skola och rehabilitering som kostar 85 kronor.



Materialet är tänkt att användas genom att man markerar graden av svårigheter på en skattningskala. Dessa skattningar kan följas upp vid ett senare tillfälle, vilket ger möjlighet att se vilka framsteg eller förändringar som faktiskt skett.

För beställning gå in på www.hjernkraft.nu under fliken webbshop.

Det går också bra att kontakta Wellamo Ericson, tfn 08-447 45 36.

E-post: wellamo@hjernkraft.nu



Novelltävling

Gillar du att skriva? Då är du välkommen att delta i vår novelltävling. Novellen ska handla om erfarenheter av att leva med hjärnskada. Det kan vara antingen handla om din egen erfarenhet eller dina erfarenheter som närstående.

Nästa år fyller Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft 25 år. Det vill vi fira genom olika aktiviteter under hela 2013, bland annat en skrift som speglar utvecklingen av Hjärnkraft. Den vinnande novellen kommer att publiceras i minnesskriften.

I förstapriset ingår också en resa till Stockholm och jubileumsföreläsningen under Hjärnkrafts ordförandekonferens i april 2013.

Formkrav:

- Novelltävlingen är endast öppen för medlemmar i Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft.
- Antalet tecken är maximalt 12.500 inklusive blanksteg.
- Senast den 1 mars vill vi ha ditt bidrag, helst i ett word-dokument.
- Glöm inte att ange namn, adress och telefonnummer.

Novellen skickas till: info@hjernkraft.nu, eller Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft, Nybohovsgränd 12 1 tr, 117 63 Stockholm.

För mer information kontakta kansliet, tel 08 - 447 45 30 eller e-post info@hjernkraft.nu

Välkommen med din novell
senast den 1 mars.



Vill du också vara med i Nätet?

Kontaktuppgifter till alla Nätetgrupper hittar du på www.hjernkraft.nu under Vårt arbete/Nätet.

Vi hjälper dig om du behöver överklaga ett LSS-ärende

Logen om stöd och service till vissa funktionshindrade, LSS, är till för att underlätta ett självständigt liv. Logen är en rättighetslag vilket betyder att man kan kräva de rättigheter som finns i lagen i domstol.

Men det kan vara svårt för den enskilda att få rätt i domstolen utan juridisk hjälp. Och juridiska ombud kan bli mycket kostsamma.

Unik Hemförsäkring

I en vanlig hemförsäkring ingår oftast ett Rättskydd som innebär att försäkringen betalar dina kostnader för juridiskt ombud om du råkar i tvist. Men, tvister vid överklagande av LSS-ärenden är oftast undantaget i en vanlig hemförsäkring.

Men inte hos oss på Unik Försäkring. Vi anpassar våra försäkringar efter vad medlemmarna i våra olika organisationer behöver. Därför ingår det i vår hemförsäkring ett Rättskydd som även gäller för överklagande av LSS-ärenden.

Våra hemförsäkringar kostar från 726 kr/år. Kontakta oss idag så berättar vi mer!

Anslutna organisationer:



FICB Föräldraförbundet i Stockholm



HJNU



Hjärtsvetsare för barn



Hjärtsvetsare för barn



Hjärtsvetsare för barn

"Utan assistans stannar livet"

Seminarium i Karlstad i samband med Hjärnkraftsveckan

Den 18 september fylldes Härtsöga Gamla Skola inför seminariet "Utan assistans stannar livet". Dagen arrangerades av Hjärnkraft Värmland i samarbete med Curere och ABF. Bland de som deltog vid seminariet fanns anhöriga, personliga assistenter, assistansanordnare och beslutsfattare inom Karlstads Kommun och Landsting.



Anna Barsk Holmbom har arbetat med assistansfrågor sedan 1989, och har samlat på sig unik kunskap, där hon förutom att själv ha levt med assistans i familjen och varit arbetsledare för två olika

assistansberättigade under perioden 1994-2012 också burit titeln verksamhetsansvarig för IfA (Intressegruppen för Assistansberättigade).

Numera är Anna egenföretagare med sikte på utbildning och rådgivning inom främst personlig assistans. Hennes kunskap och engagemang gör henne också till en viktig kugge i det intressepolitiska arbetet kring personlig assistans. Anna ingår även i KFO:s förhandlingskommitté på assistansområdet.

Dagen startade med en tillbakablick på hur assistansen har sett ut historiskt, och vad alternativen var för en funktionshindrad innan LSS (Lagen om stöd och service

till vissa funktionshindrade) trädde i kraft 1994. Vad har hänt sen dess? Kan samhället leva upp till § 5 i LSS när det kommer till "att främja jämlikhet i levnadsvillkor och full delaktighet i samhällslivet" eller "att den enskilde får möjlighet att leva som andra"?

Sedan diskuterades självbestämmande inom ramen för lagar och avtal, för att efter en fantastisk lunch fördjupa oss i vad den personlige assistentens roll egentligen är. Vilka uppgifter ska den personlige assistenten utföra? Och finns det något man som personlig assistent INTE får utföra? Svaren på frågorna är långt ifrån självklara.

Att ha sin arbetsplats i någon annans hem, assistans i skolan och assistans i livets slutskede var de sista delarna som debatterades. Eftermiddagens ämnen relaterade till arbetsmiljö och den personlige assistentens roll gav mersmak hos flera av deltagarna, vilka också uttryckte önskemål om fördjupning i ämnet. Ett bra betyg på en uppskattad tillställning i det för dagen ganska solfattiga Karlstad.



Fredrik Färningar, styrelsen Värmland

Landet runt: Västra Götaland

Givande kurs på Fristad

Den 21 september var det regionkurs på Fristad folkhögskola med runt 30 medverkande. Ronny Skoglund, biträdande rektor på skolan, välkomnade oss.

På schemat stod det drama och retorik och eftermiddagen var uppdelad i tre delar; jag-delen, vi-delen för att avsluta med jag-delen. Jag-delen, gick ut på att varva ner, hitta sitt inre lugn och komma till ro. Vi-delen, innehöll samarbetsövningar. Vi balanserade bland annat en boll mellan parternas pekfingrar. Jag-delen, avslutades med individuella avslappningsövningar och utvärdering där majoriteten var överens om att det hade varit en innehålls-



Bengt och Marita övar med en boll.

rik dag med mycket skratt och bra övningar för att förstärka team-arbetet och samhörigheten.

Instruktörerna Ole Moe och Turid Ryan från Göteborg höll i RGRM-metoden (Ronnie Gardiner Rhythm and Music Methods). I RGRM arbetar man med rytm, musik och rörelse. Övningarna är utformade för att stimulera hjärnan och förbättra koncentration, balans, koordination, minne samt skapa glädje och självförtroende.

Gunvor Erlingsson hade en lektion som hon kallade Onödigt ohälsa. Frågorna hon ställde var: *Varför är det svårt att uppehålla hälsa? Vilka områden är viktiga för dig? Vilket stöd har du idag?* Meningen med frågorna var att samla ihop så mycket idéer och förslag som möjligt inför framtida planering av Hjärnkrafts aktiviteter.

Veronica Karlsson

Landet runt: Göteborg



Yvonne och Britta laddade inför konferensen.



Jerry Larsson tackar Åke Pålshammar.



Sofia och Stefan - nya hjärnskadekordinatorer från Skåne.

"Att leva hela livet 2012"

Hjärnkraft har under hela 2012 inriktat sig på att satsa på unga. Därför blev temat för årets tvådagarskonferens på Dalheimers Hus (den sjätte i raden) hur det är att vara ung och leva med förvärvad hjärnskada. Tidigt fylldes föreläsningssalen med utställare och det sattes upp så många montrar så att det till slut blev riktigt trångt.

Liksom tidigare år var det Jerry Larsson, leg psykolog på SU, som var moderator. Han började med att hälsa Anton Björnegård och musikläraren Leif välkomna. De inledde med sång och musik innan Ingrid Emanuelson, docent och överläkare vid Regionhabiliteringen vid Drottning Silvias barn- och ungdomssjukhus, tog över ordet. Hon redovisade undersökningar av hjärnskadade barn och ungdomar, hur det har gått för dessa efter 5 respektive 10 år. Bland annat vad gäller utbildning och arbete.

Den välkände psykologen Barbro Lennéer-Axelsson talade om förluster, livsomställningar och hur man kan bearbeta dessa. Ett tungt ämne men Barbro lyckades ändå att skoja till det och avrunda med skratt och skämt.

På kvällen var det mingel i restaurangen med tilltugg och musikunderhållning av en lokal trubadur.

Nästa dag inleddes med sagoberättelser. Därefter tog pedagogen Gunilla Ladberg vid med sitt föredrag, "I upptäcksfärd i hjärnan". Detta handlade mycket om minne, känslor och hjärnans kapacitet. En fråga som vi fick svar på är varför människor gör som andra; vi är ett flockdjur och följer andras beteende. Förklaringen till detta är några särskilda celler i hjärnan som kallas för spegelneuroner. Gu-

nilla avslutade med en påminnelse om att det är viktigt att hålla hjärnan aktiv; såväl kroppsligt som intellektuellt samt socialt.

Därefter var det dags för Christina Eklund, specialpedagog som jobbar i ett rehabteam med barn och ungdomar på Folke Bernadotte regionhabilitering i Uppsala. Där var det både prat om rehabilitering, skolgången för de skadade samt hur det är för klasskamrater och närstående.

Åke Pålshammar som är neuropsykolog och universitetslektor vid Uppsala universitet utgick från rubriken "Hur fungerar tonårshjärnan". Han informerade om hur hjärnan utvecklas under barn och ungdomsåren och att den inte är helt färdigutvecklad förrän i 25-års ålder. En föreläsning som varvades med text, bilder och filmklipp (till exempel om hur tokigt ungdomar kan bete sig när de inte har så mycket erfarenhet) vilket ledde till mycket skratt. För att sammanfatta det hela så var det återigen en välbesökt och lyckad konferens och som det ser ut nu så blir det en till 2013.

Text: Veronica Karlsson & foto Lennart Lundén





Dags att söka anslag från Hjärnskadefonden

Hjärnkraft delar ut 120 000 kronor ur Hjärnskadefonden 2013. Sista ansökningsdag är den 28 februari. Ansökan ska ske på en särskild blankett som finns att ladda ner på Hjärnkrafts hemsida, www.hjarnkraft.nu.

Hjärnskadefondens uppgift är:

- I) Att stödja forskning och utveckling av hjärnskaderehabilitering
- II) Att sprida kunskap om förvärvade hjärnskador och dess konsekvenser.

Ett vetenskapligt råd granskar alla ansökningar och rekommenderar vilka som ska beviljas anslag. Det är Hjärnskadeförbundet Hjärnkrafts styrelse som fattar det slutliga beslutet.

Vägledande för ansökan är:

- Att fonden i första hand ska stödja klinisk, patientnära forskning inom hjärnskaderehabilitering
- Att anslaget ska ha en avgörande betydelse för forskningsprojektet och inte utgöra en begränsad del i ett stort projekt
- Att fonden delar ut ett fåtal stipendier med en rimlig summa
- Att utdelningen i första hand ska ske till projekt som studerar skador efter traumatisk hjärnskada hos vuxna eller barn.

Med tanke på det begränsade belopp som finns att dela ut kommer anslag endast att delas ut under kriterium I) Att stödja forskning och utveckling av hjärnskaderehabilitering.



*En riktigt god jul
och ett fantastiskt
gott nytt år
tillönskas alla läsare*

Julstängt på kansliet

**Förbundets kansli stänger
den 21 december 2012
och öppnar igen den 7 januari 2013.**

Nästa nummer av Hjärnkraft
utkommer den 4 mars 2013.

Sista dag för manus till nr 1-13 är den

28 januari

Välkomna med manus till: kerstin@hjarnkraft.nu

Landet runt: Fyrbodal

Hjärnkraftare räkfrossar

Konditori Snäckan ligger på Gustafsberg (strax söder om Uddevalla) och räknas som Sveriges äldsta bevarade badort. På området finns en hälsokälla som analyserades redan år 1729. Populariteten för badorten ökade år 1804 då den 4-årige kronprinsen Gustaf tillbringade sin sommar på Gustafsberg. Mellan 1814 och 1836 uppfördes ett varmbadhus, flytande kallbadhus, societetshuset och några pensionatsliknande bostadshus - och huset som inrymmer Konditori Snäckan.

Detta var platsen för föreningen Hjärnkraft Fyrbodals årligen återkommande räkfrossa. Ett trettioital medlemmar från både Göteborg-, Skaraborg- och Fyrbodal-föreningarna träffades och umgicks under trevliga former samtidigt som man avnjöt de välsmakande räkorna som serverades på en vacker salladsbädd.

Efter kaffet avslutades samkvämet med en promenad i det sköna augustivädret. Fyllda av många sköna skratt och varma kramar återvände var och en hem efter ytterligare en kväll vi med glädje lägger i minnenas arkiv.

Gunila Blomqvist



Hjärnkraft Borås - Sjuhärad. Ljus i Alingsås. Erik kikar på ljuset.
Foto: Lennart Lundén.

Landet runt: Stockholm


Medlemsträff på Fotografiska

Annorlunda, spännande, intressant var några kommentarer från medlemmar som var med på träffen på Fotografiska museet den 13 november. Solen lyste när ett glatt gäng äntrade Djurgårdsfärjan för en kort sjöresa till Stadsgårdskajen där den före detta tullhusbyggnaden, numera Fotografiska museet, ligger.


Där fick gruppen en guidad visning av utställningen med den kände fotografen Christer Strömholms verk. Han arbetade nästan uteslutande med svartvitt fotografi och återkommande teman var livet, det privata och vännerna på olika platser i världen. Strömholm fotograferade som han levde: med en stor integritet och mycket intensitet. Efter visningen fortsatte gruppen till museets bistro för att dricka kaffe och prata om intrycken från utställningen. Det blev en givande medlemsträff!


Text: Eliane Högberg & foto: Lena Nygren





JULKRYSSSET





	STINKANDE	HÅLL	SEES I HJUL	KAN HYSA MÅNGA MASKHÅLLARE	GRUNDMÅTE-RIKAL KLO	POSTTERM SLÖFÄDEL ÄLDRE		PARTI HALV-VILD HÄST	OMODERN
								STOR PIPPI BINDE-ORD	
		FARA HÅLLER SIG INTE I BENNET			BE-STÄMD				
					TILL KAN GE BLOODYTE		DYN SOM ÄR FUKTIG	GLUTTA ÖKA OMFATTNING	
		FÖRÄRGELSE KRUSIGT TYG							KAN SPRIT OCH VATTEN
	BÄRS		BE-TÄVLING					AULA	
						SÄTTA SÄMMAN	OTREY-LISA I GÖTET KÄRVE		
	DRICKS	BLIR DÄLIG HÄST PÅ TRAVET?	BOND NUMER 25 MATERIAL					EN MASK FÖR ATT LURAS	
				BLIR DET I MÅNGEN SKOG	AVSLAG FIN GAMMAL HÄST			TIDS-AVSNITT	TAR BLOSS
								MRY-LAR	
	FEMTIO HIT OCH DIT		BLÖT PUSS			BAR	FÄRSK FÖR BYSE-HÖRET	SKOPAI FÅR BARN DÄ OCH DÄ	
									FLÖG ALADDIN MED
	DEN ÄR GULLIG		FRÄTER SPÅR HURU-YDA					MYCKET LING SÅL DRAG-SPEL	
					KLIPPA TILL			UTSE LOCKAR SKYTT	
				KLYVAS OCH VIKAS UT	STRID JOD	LOCKAR DYKARE ELEGANT			
			STYR-MEDEL KLÄG-YSA						FÖR-BINDA
					LEN			SKYNDASIG	
	KORN OCH HAVRE	SKYDD			NOT-STÄLL			OBS SOM OBJEKT	GREP
						KAN GÖRA ANDNING-EN SVÅR SMILA			
	INNE-HA				SLÅR MAN SIG FRAM MED			HJUL I KLOCKA	
							MILJON-STAD		

Vinn Sverigelotter!

De tre först öppnade rätta lösningarna vinner två Sverigelotter vardera. Skicka in din lösning till: Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft, Nybohovsgränd 12, 1 tr, 117 63 Stockholm. Glöm inte att ange namn och adress. Senast den 20 januari vill vi ha ert svar.

Namn: _____

Adress: _____

Postadress: _____

Lycka till och Kryzza lugnt!

Hjärnkrafts läns- och lokalföreningar och "Nätet"

Hjärnkraft i Dalarna

Seppo Munnuka
Tel: 0243-230 791
e-post: elvy-seppo@hotmail.com
Barbro Bäckström
e-post: barbro.backstrom@telia.com

Hjärnkraft i Gävleborg

Mårta Söderberg
Tel: 026-19 01 68
e-post: marta.soderberg@live.se

Hjärnkraft i Halland

Jan-Åke Johansson
Tel: 0340- 66 22 73
e-post: hjarnkraft_halland@hotmail.com

Hjärnkraft i Jämtland

Yvonne Olofsson
Tel: 0693-313 12
Mobil: 070-727 28 50
e-post: olofsson2@live.se

Hjärnkraft i Jönköping

Rolf Forsén
0383-507 68
e-post: rolf.forsen@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
Rolf Dietmann Tel: 070-149 45 34
Rolf Kansliet: 0480-43 08 53
e-post: hjarnkraftikalmar@telia.com
hemsida: www.kalmar.hjarnkraft.nu

Nätet: Kerstin Svensson

Tel: 0499-208 88
Birgitta Rolfsdotter
Tel: 0485-404 99
e-post: birgittarolfsdotter@hotmail.com
Göran Mattsson, 0490-320 55
Roland Hasselqvist, 0492-123 04
Carolina Melz, 076-316 98 59

Hjärnkraft i Norrbotten

c/o Gerd Rönnqvist
Tel: 0921-174 15
e-post: gerd.ronnqvist@hotmail.se
Nätet: Ingemar Johansson
Mobil: 070-534 53 88
e-post: ingemar.johan@telia.com
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.nu

Hjärnkraft i Skåne

Tel: 046-32 30 90
Fax: 046-158 157
e-post: hjarnkraft.skane@tele2.se

Lokalförening Malmö med omnejd

Ingegerd Persson
046-73 18 14
e-post: luddeoco@hotmail.com

Lund

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

Hjärnkraft i Stockholm

Kansli, tel: 08-447 45 31
e-post: kansli@sthlm.hjarnkraft.nu
Koordinator: 08-447 45 38

Hjärnkraft i Södermanland

c/o Lena Talman
Tel: 016-35 16 29
e-post: lena.talman@telia.com
Nätet: Eric Axelsson
Tel: 016-12 25 13

Hjärnkraft i Värmland

Kansliet, tel: 054-184 185
e-post: hjarnkraftvarmland@telia.com
Nätet: Ulla-Britt Andersson
Tel: 054-10 08 71, 070-650 36 88

Lokalförening Karlstad

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

Hjärnkraft i Västerbotten

Christina Bergqvist
tel: 0910-890 00
e-post: cri.unity@gmail.com
Nätet: Mikael Olofsson
Tel: 090-77 56 53
Mobil: 070-646 67 09
e-post: mikael.olofsson@bredband.com

Lokalförening Umeå

Mikael Olofsson
Tel: 070-646 67 09
e-post: hjarnkraft.umea@ac.hso.se

Lokalförening Skellefteå

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

Hjärnkraft i Västmanland

Ulla Tammergren
Tel: 021-33 29 49

Hjärnkraft i Västra Götaland

Gunvor Erlingsson
Tel: 033-28 23 32
e-post: gunvor.erlingsson@telia.com

Lokalförening Göteborg med omnejd

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

Lokalförening Fyrbodalen

Kansliet, tel: 0522-194 40
e-post: hjarnkraft.fyrbodalen@brevet.nu
Nätet:
Eva-Caisa Ehrnlund
Tel: 0522-718 80

Lokalförening Skaraborg

Kansliet, tel: 0511-148 10
e-post: evaldhjarnkraft@skara.net
Nätet: Britta Lindstedt
tel: 0704-371 624
e-post: tittibritta@hotmail.com

Lokalförening Borås Sjuhärad

Sonja Engdahl
Tel: 033- 41 16 64
e-post: sonja.engdahl@telia.com

Hjärnkraft i Örebro

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



PERSONLIG ASSISTANS SOM DU VILL HA DEN. OAVSETT.

Vill du att vi tar ett helhetsgrepp om din personliga assistans eller vill du sköta den mer självständigt?

Du avgör själv vad som passar dig bäst. Oavsett, vi är en trygg samordnare för dig och dina personliga assistenter.

- Vi finns nära dig med lokala kontor över hela landet
- Du som kund får en personlig kontaktperson som hjälper dig med juridiskt stöd och rådgivning
- Vi erbjuder ett brett utbud av aktiviteter

Läs mer på frosunda.se/personligassistans

KONTAKTA OSS OM PERSONLIG ASSISTANS

0771 - FRÖSUNDA 137 67 86 221

kundkontakt@frosunda.se

frosunda.se

facebook.com/frosunda

Vi har tillstånd att bedriva
personlig assistans.

frosunda.
ansvarig för högsta livskvalitet. oavsett.