



**AFASI** | **nr2**  
**POSTEN** | 2020

**Tips og råd for  
å gjøre hver-  
dagen lettere  
under korona-  
viruspandemien**

*side 6*

**Telelogopedi**

*side 12*

**Bowling er blitt en ny  
og flott aktivitet for  
afasiforeningen i Bergen**

*side 22*

# Våren kjem

Legg øret til bakken  
Hører du?  
Hva skjer under der?  
De gjør seg klare til våren  
Få lov å springe ut  
Blåse av seg dvalen  
Pusse bort litt jord og støv  
Nå er det snart deres tur  
De ble lagt ned som frø  
sammen med masse jord  
Næringen de fikk  
var vann en gang i blant  
Nå skal de snart spire  
Bli en vakker blomst  
Stå i all slags vær  
Både sol og regn

*Hilde Evensen*

# AFASI POSTEN

ISSN 0803-2467

Ansvarlig utgiver:  
Afasiforbundet i Norge  
Torggata 10  
0181 Oslo

Tlf: 22 42 86 44  
E-post: [afasi@afasi.no](mailto:afasi@afasi.no)  
[www.afasi.no](http://www.afasi.no)

Kontortid:  
Mandag–fredag  
kl. 09.00–15.00

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

Forbundsstyret:  
Hogne Jensen – leder  
Yngve Seterås – nestleder

Styremedlemmer:  
Eivind Dybendal  
Randi Kaasa  
Bernt Olaf Ørsnes

Redaktør:  
Annika N. de Leon

Annonser, layout  
og produksjon  
Cox Oslo AS  
[www.cox.no](http://www.cox.no)  
Tlf. 22 59 90 07



# Innhold

- 2** Dikt

---

- 4** Forbundslederen har ordet

---

- 6** Tips og råd for å gjøre hverdagen lettere under koronaviruspandemien

---

- 10** Apraksi

---

- 12** Telelogopedi

---

- 15** Kommende prosjekter

---

- 16** Om faglig utvalg i Afasiforbundet

---

- 19** Pårørende, afasi og sosial isolasjon

---

- 20** Apper ved afasi – ny nettside

---

- 22** Bowling er blitt en ny, og flott aktivitet for afasiforeningen i Bergen

---

- 23** Ringerike og omegn Afasiforening – En annerledes vår

---

- 24** Korona og afasiforeningen i Trøndelag

---

- 25** Trond Børset og hans hobby!

---

- 26** Hvem er du? – Om kommunikasjons hjelpemidler

---

- 28** Afasipostens kryssord

---

- 30** Lokalforeninger og kontaktpersoner

---

- 31** Likepersonskontakter i afasiforeningene



Forbundsleder  
Hogne Jensen

## “ Å holde avstand innebærer ikke at vi ikke skal ha kontakt med hverandre ”

**S**amfunnet vårt har den siste tiden gjennomgått store forandringer. Det er vanskelig å vite om vi vil se tilbake på dette året som et avvik der vi raskt gikk tilbake til hvordan ting var før eller om vi nå er inne i det vi vil se som den nye normalen. Mens samfunnet på mange områder har vært nødt til å stoppe opp har enkelte områder gjort store byks framover.

*Telelogopedi* er et av disse områdene. Mens oppfølging over video har vært noe som nesten bare er prøvd ut i forskning er det nå mange som får tett oppfølging av logoped over video. At dette kan være et nyttig hjelpemiddel som kanskje vil bidra til å bedre logopeddekningen er det et klart håp om. Foreløpig gjelder godkjenningen for telelogopedisk oppfølging til september, men vi håper at dette blir tilgjengelig også når vi er ferdig med denne krisen.

Vi har i denne perioden vært nødt til å endre mye. Endringer trenger ikke å være negative. Mens samfunnet har stengt ned, har vi også sett en enorm kapasitet til omtanke og nestekjærlighet rettet mot de mest utsatte av denne pandemien.

Afasi alene er ikke noe som gjør oss mer utsatt for koronavirus enn andre, men mange av våre medlemmer tilhører en eller flere andre risikogrupper og det er derfor viktig at vi gjør vårt for å holde oss selv og andre trygge gjennom denne tiden. Det er derfor svært viktig å ta vare på hverandre og vise omtanke gjennom å følge de generelle rådene fra myndighetene.

Den lokale aktiviteten med møter og hygge sammen er dessverre ikke mulig å gjennomføre ennå, men vi kan likevel være der for hverandre på andre måter. Å holde avstand innebærer ikke at vi ikke skal ha kontakt med hverandre. Mange lokalforeninger har vært utrolig flinke til å ringe hverandre, prate sammen på sosiale medier eller (i likhet med logopedene) ha kontakt med hverandre over video. Sosial distansering trenger ikke bety at vi ikke skal ha noen form for kontakt, men at vi må gjøre dette på riktig måte.

Det kan virke overveldende å se nyheter, lese avisene eller være på sosiale medier i disse dager. Vi fores med nytt om korona hver eneste dag og på mange

måter er det vanskelig å se for seg hvordan vi skal gå tilbake til normalen. Mens det stormer som verst rundt oss er det viktig å huske å senke skuldrene. Selv om mye endrer seg så er enkelte ting uendret. I lokalforeningene, på kontoret så er vi der. Vi er der for hverandre og om man trenger noen å snakke med er det bedre å ta en telefon for mye enn en for lite. Sitter du og lurer på hvordan andre har det i denne tiden vi går gjennom, ta kontakt med dem. Litt omtanke for andre slår aldri feil.

Mens samfunnet står stille planlegger vi også oppstarten igjen. Det er vanskelig å si nøyaktig når, men kurs og aktiviteter kommer i gang så snart vi kan gjøre det på en sikker og god måte. Selv om planlagte kurs og aktiviteter er satt på vent så skal vi gjennomføre dem så snart vi kan og det står både likepersonskurs og samlivskurs på planen. I mellomtiden får vi smøre oss med tålmodighet.

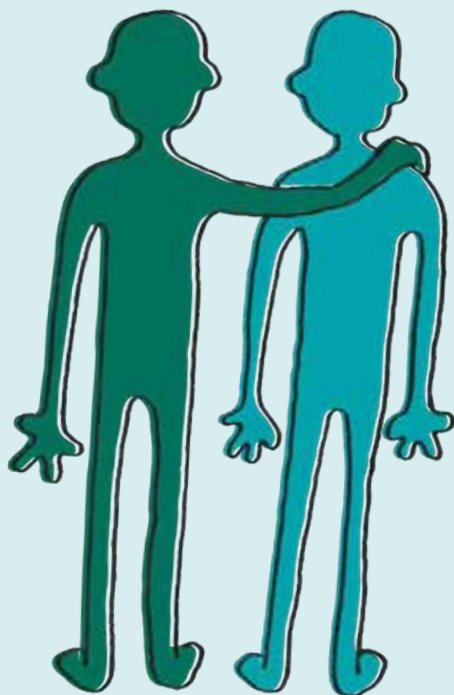
På hver vår kant står vi sterke sammen for en bedre hverdag i tiden som kommer.

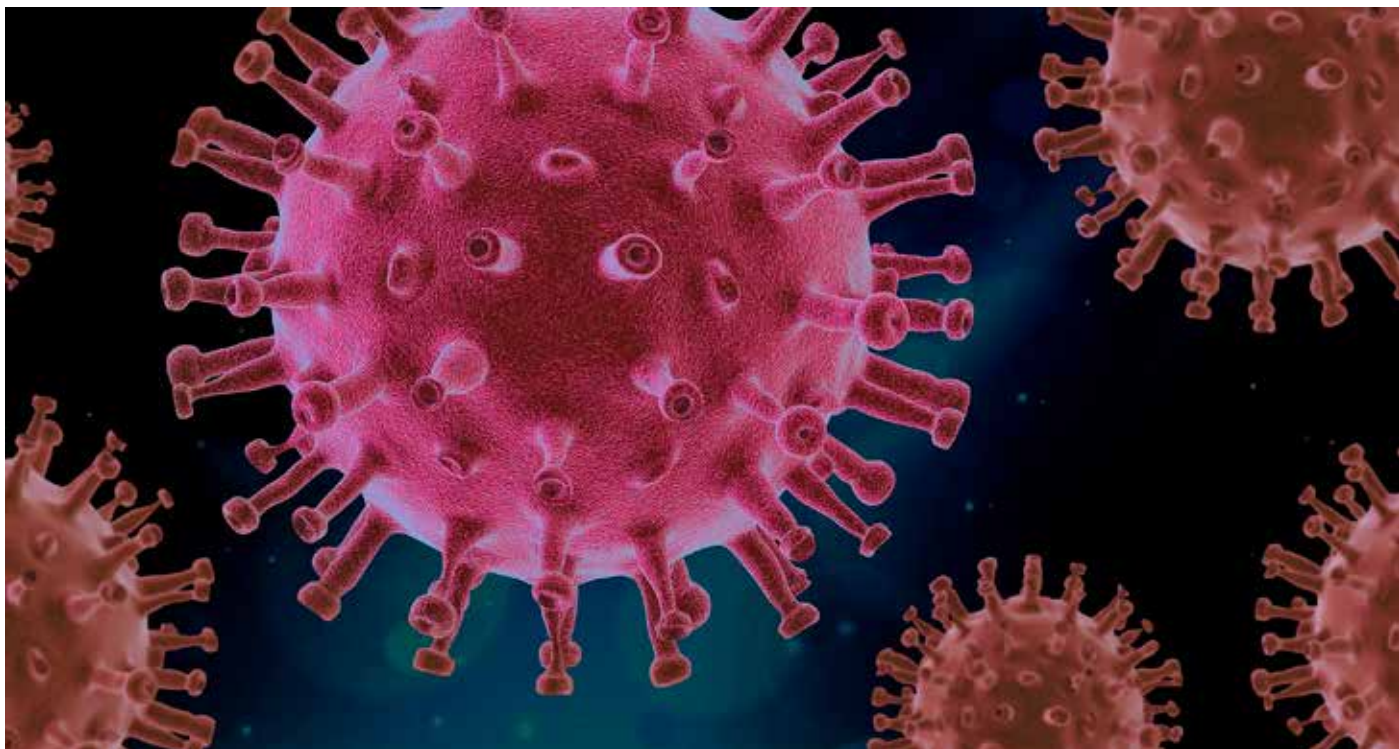
# Nytt pårørendehefte - tilbud!

I dette heftet har modige pårørende delt sine erfaringer med oss. Vi får også tips og råd fra både pårørende og fagpersoner som kan komme godt med når man er pårørende til noen med afasi. Heftet er laget med støtte fra Stiftelsen Dam og bestilles gratis og portofritt på [afasi.no](http://afasi.no)



## Da vi fikk afasi - pårørende forteller





# Tips og råd for å gjøre hverdagen lettere under koronaviruspandemien

## Afasi NYTT



Av logopeder Nina Helen Erikstad og Ingvild Elisabeth Winsnes fra afasiteamet ved Statped sørøst

De siste ukene har restriksjoner på grunn SARS-CoV-2 viruset (koronaviruset) endret hverdagen vår drastisk. Vi er mer innendørs, treffer færre mennesker og de fleste organiserte fritidsaktiviteter har tatt en pause. Det samme har også kulturliv som teater og konserter. Noen trives kanskje med en litt mer fredelig tilværelse, mens andre kan begynne å føle seg ensomme, eller strever med å få tiden til å gå. I denne utgavens afasinytt vil vi presentere noen tips og råd for å gjøre hverdagen din litt lettere.

### **Holde kontakt med familie og venner gjennom videosamtaler**

Selv om du nå treffer færre mennesker er det likevel mange måter du kan holde kontakt med andre på. Du har kanskje

lest om eller bruker selv ulike gratis programmer som gjør at du kan se den du snakker med på pc-en, mobiltelefonene eller nettbrettet. Noen kaller det for videosamtale, video eller bruker navnet på det programmet de

bruker. Eksempler på slike programmer er:

- Facetime
- Google Duo
- Google Hangouts
- Messenger
- Skype

Facetime er et Apple-produkt og virker på iPhone, iPad og Mac. Google Duo og Google Hangouts er Android-produkter og virker på alle telefoner og nettbrett som bruker Android. Du kan også bruke den på pc, men da må du ha en google-konto. Messenger er en meldingstjeneste fra Facebook. Den har også en videofunksjon. For å bruke den må du ha en brukerkonto på Messenger, men du trenger ikke å ha Facebook. Messenger er hverken knyttet til Apple eller Android. Du kan laste den ned som app eller bruke den via nettleseren din. Skype er også et program som ikke er knyttet til Apple eller Android og du kan laste den ned som app eller bruke nettleter. Flere av disse programmene har i tillegg til videofunksjon mulighet for å sende meldinger eller ringe. For å starte en videosamtale er det ofte ikonnet som viser et videokamera du skal trykke på.

### **Det er noen ting det kan være lurt å tenke på når man har videosamtale:**

- Det kan være lurt å sette pc/nettbrett/mobil opp på noen bøker hvis du sitter foran et lavt bord. Da vil den du snakker med se ansiktet ditt direkte forfra.
- Hvis du hører ekko, kan det være lurt at den du snakker med bruker høretelefoner.
- Hvis den du snakker med hører ekko, er det lurt at du bruker høretelefoner.
- Hvis du bruker mye gester når du snakker kan du sette pc/nettbrett/mobil med litt avstand. Det gjør at den du snakker med ser større deler av overkroppen din.



### **Aktiviteter innendørs**

Det er en rekke både nye og gamle aktiviteter du kan gjøre.

#### **Digitale opplevelser**

I denne perioden har det dukket opp flere nye digitale tilbud. Mange konsertsteder og musikere tilbyr nå konserter digitalt. Du kan blant annet se video av forestillinger fra Den Norske Opera og Ballett på nettsidene deres. På den måten kan du se alt fra Hedda Gabler til La Traviata hjemme i din egen stue. Flere artister sender også nå direkte konserter ofte gjennom Facebook. Du finner gjerne lenken til konsertene ved å følge eller like de ulike artistene eller konsertstedene. Flere museum og turistattraksjoner har digitale omvisninger for tiden. Kanskje du kan gå på museum eller i dyrepark digitalt sammen med barnebarna i denne perioden? Det vil kanskje ikke kunne erstatte det å møte dem fysisk, men dere opplever noe sammen og det gir gode muligheter for samtale selv med små barn. Er du glad i quiz finnes det også mange digitale alternativ for det nå.

#### **Litteratur og nyheter**

Vi har tidligere skrevet om både lydbøker, lettlest litteratur og aviser i afasinytt. Dette er kanskje enda mer aktuelt nå når vi har bedre tid til innendørsaktiviteter. Vi velger derfor å ta det med denne gangen også. For mange personer med afasi som strever med å lese kan lydbøker være en fin måte å få opplest bøker. Norsk lyd- og blindeskriftbibliotek (NLB) er et bibliotek som er eid av staten. Dette er et gratis tilbud for barn, unge og voksne som strever med å lese. De har både skjønnlitteratur, faktabøker og studielitteratur som du kan låne. I tillegg kan du abonnere på enkelte aviser som lydavis eller tidsskrifter i lydversjon. Du kan høre på NLBs bøker på mobil, nettbrett, datamaskin eller DAISY-spiller. På mobil og nettbrett kan du lytte til lydbøkene i en egen app som heter Lydhør. Du kan lese mer om NLB i afasinytt i Afasiposten nr 4, 2019.

For deg som klarer å lese lettleste tekster kan avisen Klar tale være et godt alternativ. Klar tale er Norges eneste lettlest avis. Tekstene blir skrevet med stor



skrift og enkelt språk. Avisen inneholder nyhetsaker fra Norge og verden, kultur og sport. Den blir gitt ut i papirform og som e-avis en gang i uken. I tillegg blir avisen publisert som podkast. En podkast er et lydprogram, i denne sammenhengen en opplest versjon av avisen. Nettavisen oppdateres med nyheter gjennom hele uken. På nettavisen finner du også en ukentlig språklig oppgave.

#### Digitale strømmetjenester

De siste årene har det oppstått flere og flere digitale strømmetjenester. Det vil si nettsider eller apper som gratis eller ved abonnement overfører medieinnhold som video, serier eller dokumentarer. Du har kanskje hørt om Netflix eller andre slike strømmetjenester? Det finnes utallige ulike tilbydere. Nå er det også noen som har fått et større innhold enn tidligere, og noen har satt ned prisene i forbindelse med koronasituasjonen. Ellers finner du korte videoer for enhver smak om alle mulige tema på nettstedet Youtube.

#### Nye og gamle hobbyer

Nå er kanskje tiden inne for å starte med en ny hobby eller ta opp igjen en gammel en. Brødbaking med surdeig har for eksempel blitt en ny trend i denne perioden. På nett finner du oppskrifter på surdeigsstartere. Surdeigsstartere må følges nøye med på og krever daglig stell. Det passer dermed bra å gjøre dette når du er mer hjemme. I tillegg har koronasituasjonen ført til at matbutikkene i perioder har gått tom for gjær. Det er sannsynligvis en kombinasjon av at vi baker mer når vi er hjemme, og noen har kanskje hamstret gjær i frykt for at butikkhyllen skal bli tom. Når du har laget en surdeigsstarter har du alltid tilgang «gjær», og kan bake så mange brød og rundstykker du vil.

Nå har også våren kommet for fullt, og du har kanskje en liten hage eller balkong som kan ha behov for nytt liv. Planting og dyrking av blomster, krydderurter eller grønnsaker kan gi mye glede. Det kan gi en følelse av at tiden går, og det kan være

spennende å følge med på hvordan det vokser og gror. Du kan selv velge om du vil plante noe som krever hyppig vanning og stell, eller noe som er lettstelt. Har du ikke så mye forkunnskap om planting og dyrking finnes det gode informasjonsfilmer for eksempel på nettsiden Youtube. Dersom du ikke vil eller har mulighet til å gå i blomsterforretning for tiden tilbyr flere nå å levere varene hjem til deg.

#### Handle mat på nett

Hvis du vil unngå å gå i matbutikken er handling på nett et godt alternativ. Når du handler mat på nett kan du ofte velge å få det levert hjem til deg. Det blir kalt for hjemlevering, eller du kan hente varene ferdig pakket på ulike utleveringssteder. Noen steder i landet er ikke hjemlevering mulig.

#### Det er flere former for mathandling på nett:

- Du velger selv hvilke varer du skal ha
- Matkasser
- Levering av ferdige måltider



## Lenker:

### Holde kontakt med venner

Facetime	<a href="https://support.apple.com/no-no/HT204380">https://support.apple.com/no-no/HT204380</a>
Google Duo	<a href="https://duo.google.com/about/">https://duo.google.com/about/</a>
Google Hangouts	<a href="https://hangouts.google.com/">https://hangouts.google.com/</a>
Messenger	<a href="https://www.messenger.com/">https://www.messenger.com/</a>
Skype	<a href="https://www.skype.com/no/">https://www.skype.com/no/</a>

### Aktiviteter innendørs

Den Norske Opera & Ballett	<a href="https://operaen.no/forestillinger/operaen-hjem-i-stua/">https://operaen.no/forestillinger/operaen-hjem-i-stua/</a>
Facebook	<a href="https://www.facebook.com/">https://www.facebook.com/</a>
Norsk lyd- og blindeskriftbibliotek	<a href="https://www.nlb.no/">https://www.nlb.no/</a>
Klar tale	<a href="https://www.klartale.no/">https://www.klartale.no/</a>
Netflix	<a href="https://www.netflix.com/no/">https://www.netflix.com/no/</a>
Youtube	<a href="https://www.youtube.com/?hl=no&amp;gl=NO">https://www.youtube.com/?hl=no&amp;gl=NO</a>

### Velge varer selv

Både vanlige matbutikker, f.eks. Meny og Spar, og matbutikker som kun er på nett, f.eks. kolonial.no tilbyr kundene sine å velge produkter selv. Når du er inne på nettsiden til butikken vil du se at varene ofte er kategorisert på samme måte som i butikken. Du kan for eksempel trykke deg inn i kategorien meieriprodukter. Hvis det er vanskelig for deg å lese kan det være vanskelig å finne frem til riktig kategori, men når du først er inne i kategorien er det som regel bilde av varene.

### Matkasser

Matkasser er en kasse ferdigpakket med varer. Noen firmaer

tilbyr matkasser med de vanligste matvarene, slik som melk, brød og pålegg. Men den kanskje vanligste typen matkasse er den hvor du får en kasse med ingredienser til middag. Det følger da med ulike oppskrifter. Eksempler på de sistnevnte er Adams matkasse og Godt levert. De fleste matkasser med middager må du abonnere på. Du får levert matkassen hjem til deg en gang i uken. Du kan også velge hvor mange middager en kasse skal inneholde og for hvor mange personer det skal være for. Mange av de som tilbyr matkasser gir deg valget mellom ulike tema, for eksempel:

- Mat som tar kort tid å lage
- Vegetar
- Mat som passer for familier med barn

### Levering av ferdige måltider

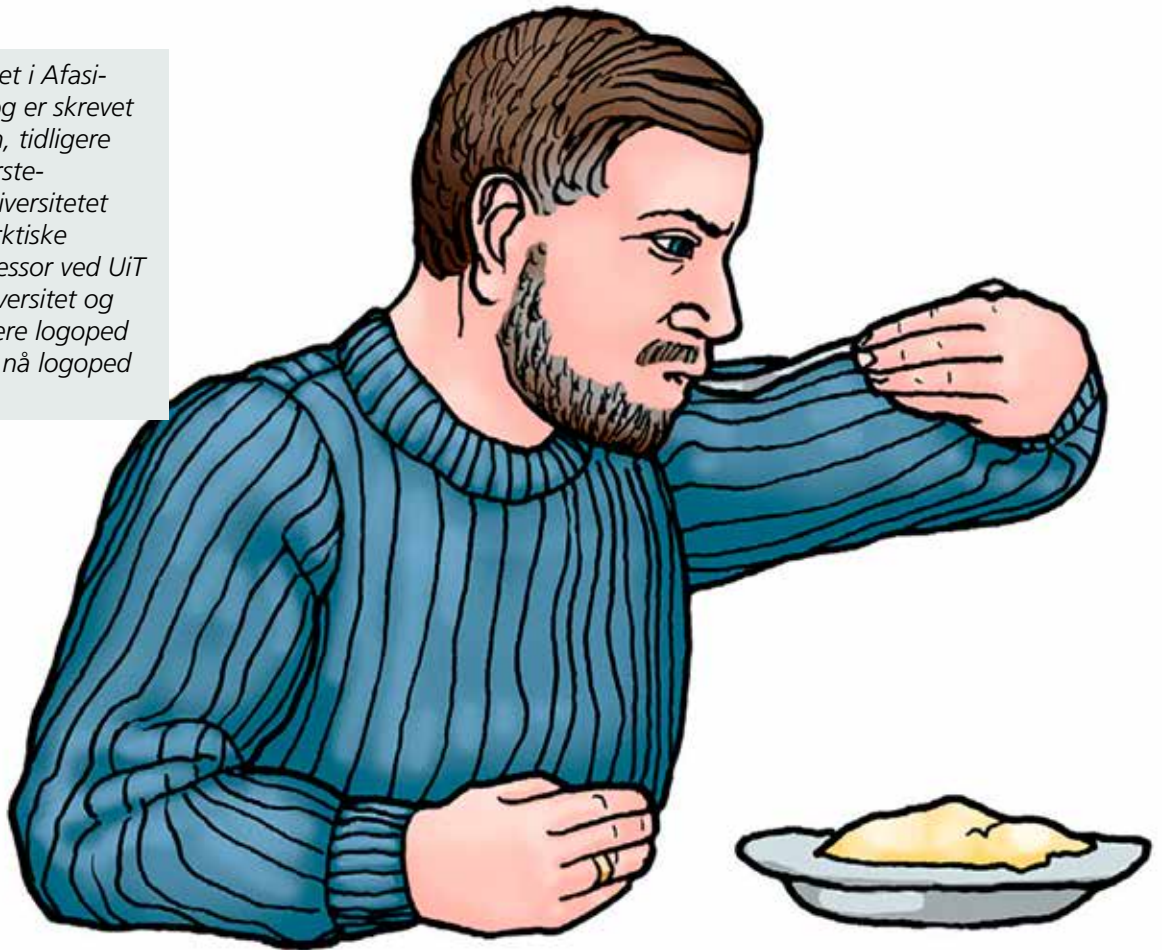
De fleste er kjent med hjemlevering av pizza, men visste du at flere og flere bakerier og restauranter leverer ferdige måltider. Du kan få både frokost, lunsj og middag levert hjem. Tidligere har hjemlevering av ferdige måltider vært lettest å få i de større byene, men nå som det er koronavirus har flere lokale bakerier og restauranter begynt med dette.

### Oppsummering

I denne teksten har du lest om tips og råd for hvordan du kan gjøre hverdagen litt lettere i denne perioden. Du har fått presentert ulike måter å holde kontakt med familie og venner ved videosamtaler. De siste ukene har det dukket opp flere digitale tilbud. Du kan nå for eksempel se konserter, forestillinger, og gå på museum fra din egen stue. Du har også lest om

lettlestavisen Klar tale og om Norsk lyd- og blindeskriftbibliotek (NLB). Tiden er kanskje inne for å starte med en ny hobby eller ta opp igjen en gammel? I denne teksten har du lest om forslagene planting og dyrking i hagen eller på balkongen og baking med surdeigstarter. Om du ikke ønsker eller har mulighet til å gå på butikken har du fått forklart hvordan du kan handle matvarer på nett og få de levert hjem.

Artikkelen ble trykket i Afasi-posten nr. 2 2014 og er skrevet av Cathrine Arntzen, tidligere ergoterapeut og førsteamanuensis ved Universitetet i Tromsø, Norges Arktiske Universitet, nå professor ved UiT Norges arktiske universitet og Ingvild Røste, tidligere logoped ved Statped sørøst, nå logoped mnl.



# Apraksi

Apraksi betyr at man plutselig får problemer med å gjøre kjente hverdagslige ting som for eksempel å spise eller kle på seg. Det er ikke fordi man har lammelser. Det er heller ikke fordi man ikke forstår hva man skal gjøre. Det er noe annet som gjør at handlingene blir vanskelig.

■ Av Cathrine Arntzen og Ingvild Røste. Illustrasjon: Håvard Hegdal

Hjernen har egne funksjoner som styrer planlegging og gjennomføring av målrettede handlinger. Disse kan bli rammet av et hjerneslag. Ca. 30 % av alle som får slag i venstre del av hjernen opplever apraksi. Det er mindre vanlig når skaden er i høyre hjernehalvdel.

## Å gjøre handlinger

Når vi lærer å gjøre noe, må vi tenke mye på hvordan vi skal gjøre det. Når vi har gjort det mange nok ganger, trenger vi ikke å konsentrere oss så mye

lenger. Vi bare gjør det. Selv en komplisert ting som å kjøre bil, kan man gjøre samtidig som man hører på radio eller snakker med passasjerene. Men hvis du skal forklare alt du må gjøre, for eksempel når du kjører i en rundkjøring, kan det være vanskelig å sette ord på handlinga. Det kaller vi at handlinga er «automatisert».

## Å bruke kroppen

Med apraksi kan vanlige handlinger bli upresise. Personen kan erfare at

handlinga ikke flyter og er mindre treffsikker enn før. Man kan oppleve at det går saktere å gjøre ting. Å samordne hendene og holde redskaper kan bli vanskelig. Man kan også bomme når man skal gripe etter noe. Hvis man for eksempel skal smøre på en brødskive, så kan man streve med å få et godt grep om kniven, plassere smøret på kniven eller bre det jevnt utover brødskiva. Andre kan ha problemer med «få frem» smørebevegelsen og «hakker» med kniven på brødskiva i

stedet. Noen ganger kan man komme til å bruke fingeren som smørekniv, selv om det ikke var meningen.

### Å bruke redskaper

Ofta bruker vi redskaper når vi skal gjøre ting. Når man får apraksi, kan man plutselig oppleve å bruke tingene feil. Man kan putte hårbørsten i munnen, selv om man godt vet at det ikke er der den skal brukes. Det kan være vanskelig å gjøre ting i riktig rekkefølge, for eksempel sette på kaffe-trakteren eller kle på seg.

### Å leve med apraksi

En som har apraksi sier: «jeg får ikke hendene mine til å gjøre det jeg vil dem skal gjøre». En annen som skal barbere seg, og prøver å presse barbermaskinen inn i stikkontakten, sier: «jeg tok den gal vei, det var jo feil ende, det er sånne ting som skjer!» At kroppen ter seg så rart kan være vanskelig å forstå.

### Apraksi og språk

Det er ganske vanlig å ha apraksi og afasi samtidig, fordi områdene i hjernen som styrer språk og handlinger ligger nært hverandre. Av og til kan man forveksle afasi og apraksi.



Man kan tro at personen har afasi hvis han for eksempel ikke følger instruksjoner fra sykepleieren. Men det kan hende at personen har forstått ordene, men at han ikke får til å gjøre det han blir bedt om.

Man kan også ha såkalt tale-apraksi. Da vet man gjerne godt hvilket ord man vil si, men strever med å få munnen til å lystre. Det er ikke lammelser i muskulaturen i munnen som er grunnen. Enten får man ikke sagt noe, eller munnen sier noe annet enn man har tenkt. Det å snakke er en målrettet handling, akkurat som å bruke hendene og redskaper, og kan bli rammet på samme måte.

### Hva kan gjøres?

Ergoterapeuter jobber med å finne ut hvilke konsekvenser apraksien får i hverdagen og den beste rehabiliteringen. De prater med personen og pårørende om apraksi, og forklarer hva det er. Det er lett å forstå at en lammelse fører til problemer med å gjøre ting. Det kan være vanskeligere å forstå hvorfor kroppen ikke vil samarbeide, når den ser ut til å være helt fin. Ergoterapeutene vil observere personen når han gjør dagligdagse ting. Noen ganger tar de tester for å se om personen har apraksi. Ergoterapeuter kan hjelpe personer med apraksi på to måter. En måte er å oppøve ferdighetene igjen. Man trener på, repeterer og tilpasser kjente handlinger i hverdagen. Slik prøver man å påvirke hjernen slik at det som er skadet kan etableres på nytt. Den andre måten er å kompensere for det som er blitt vanskelig. Det handler om å finne nye strategier for å klare ting mest mulig selv. Det kan være å forenkle handlingene, tilpasse omgivelsene og å hjelpe personen til å utnytte det som fungerer bra enda bedre.

### Oppsummering

- Apraksi betyr at man plutselig får problemer med å gjøre kjente hverdagslige ting. Årsaken er at funksjoner i hjernen som styrer planlegging og gjennomføring av handlinger er endret. Dette skjer selv om man forstår hva man skal gjøre.
- Vanlige handlinger kan bli upresise.
- Det kan være vanskelig å gjøre ting i riktig rekkefølge, for eksempel sette på kaffe-trakteren eller kle på seg.
- Ofta bruker vi redskaper når vi skal gjøre ting.

Når man får apraksi, kan man plutselig oppleve å bruke tingene feil.

- Man kan også ha såkalt tale-apraksi. Da vet man gjerne godt hvilket ord man vil si, men strever med å få munnen til å lystre.
- Ergoterapeuter kan hjelpe personer med apraksi på to måter: En måte er å oppøve ferdighetene igjen. Man trener på, repeterer og tilpasser kjente handlinger i hverdagen. Den andre måten er å kompensere for det som er blitt vanskelig. Det handler om å finne nye strategier for å klare ting mest mulig selv

# Telelogopedi

Til tross for at korona fanger mye av oppmerksomheten vår for tiden, er det fortsatt mennesker som får hjerneslag, hjerneskader og afasi. Og har man fått afasi, trenger man fortsatt oppfølging av logoped. Imidlertid ble dette vanskelig da samfunnet stoppet opp på grunn av korona-pandemien. Restriksjonene iverksatt av myndighetene førte til at personer med afasi ikke lenger kunne ha ordinær ansikt til ansikt til språktrening med logoped. Dette for å hindre smitte. Takket være moderne teknologi er heldigvis telelogopedi en mulighet.

■ Av Annika N. de Leon

## Hva er telelogopedi?

Telelogopedi er logopedisk språktrening gitt via videokommunikasjon. Dette betyr at logoped og bruker kan sitte på ulike geografiske plasseringer, og fortsatt kunne gjennomføre språktreningen via internett og videokommunikasjon. Nasjonale retningslinjer for habilitering og rehabilitering etter hjerneslag anbefaler rask og hyppig språktrening hos logoped for best mulig prognose. Å kunne starte behandling raskt etter skade, samt å kunne motta intensiv behandling blir utfordrende i en tid med mye smitte og mange restriksjoner. Telelogopedi gir en mulighet for rask oppstart og intensiv behandling i denne spesielle situasjonen vi er i.

## Noen erfaringer

### Pål

Pål Ruud Rosenborg (45 år) fra Brumunddal fikk hjerneslag 9. januar 2020, og var på rehabilitering i åtte uker. Meningingen var at han skulle få logoped i kommunen da han kom hjem, men så ble landet rammet av Covid-19, og ordinære logopedtimer lot seg ikke gjennomføre.

Pål var positivt innstilt til telelogopedi da han fikk vite om denne muligheten, og er fortsatt positiv. Han forteller at den første timen var litt utfordrende, men at han etter hvert ble vant til formatet og at det har gått veldig bra siden. Han mener at telelogopedi er et fullgodt tilbud, og opplever ingen mangler. Man kan fortsatt oppnå et godt forhold til logopeden selv om formatet er litt annerledes enn ordinære logopedtimer, forteller Pål.

Pål har time en gang i uken, og synes det fungerer bra.

*«Uka går fort, og jeg får oppgaver som jeg jobber med mellom timene. Så presenterer jeg det jeg har jobbet med».*



Pål

Fremgangen går sakte men sikkert, legger han til. Avslutningsvis sier Pål at han godt kunne tenkt seg å fortsette med telelogopedi også etter at korona-krisen er over.

### Ulla

Ulla Limo er pårørende til sin ektemann som har afasi. Han heter Eivind Limo. De begynte med ordinære logopedtimer hos logoped Gørill Hallangen i november 2019, men i vårt langstrakte land og særlig i Nord-Norge der de bor, kan avstand være et problem. Derfor var det et ønske fra Ulla og Eivinds side å gjennomføre logopedtimene via video allerede i november. Da fikk de beskjed om at myndighetene ikke åpnet for telelogopedi. Å komme seg til og fra Gørill med taxi tar over tre timer. Taxiregningen er på mellom 5000 og 6000 kroner, og betales heldigvis av staten. Likevel, på grunn av den lange reiseveien ble det etter hvert utfordrende å opprettholde intensiv logopedtrening.

Nå er situasjonen en helt annen. Etter at det ble åpnet for telelogopedi har Eivind oppfølging hver eneste arbeidsdag, og de



opplever fremskritt. Ulla sier at videotimene i seg selv nok ikke er grunnen til den positive utviklingen, men heller at han nå har mulighet til intensiv oppfølging. De er storfornøyde. Eivind må ha hjelp av Ulla til å sette i gang, og til å skrive ut oppgaver som han skal arbeide med. Selv synes hun at teknologien er ukomplisert å forstå seg på. Så lenge internett fungerer, så fungerer videotimene veldig bra.

Ulla forteller at Eivind er veldig fornøyd og i bedre humør. «Nå er han ikke så sliten lenger, på grunn av all reisinga». Hun legger til at hun kjenner flere som har måttet slutte å gå til logoped på grunn av lang reisevei. At man har åpnet for telelogopedi, sparer jo også samfunnet for pasientreisekostnader. Når vi spør om dette formatet er noe de kunne tenke seg å bruke også etter at korona-krisen er over, svarer Ulla: «Ja, vi vil for alt i verden slippe all den reisinga!».

### Gørill

Gørill Hallangen er logoped og leder i Midt-Troms afasiforening. Hun har begynt å gi logopedtimer via videokommunikasjon og sa ja til å fortelle litt om sine erfaringer. Hun driver egen

praksis, og opplevde å måtte legge ned praksisen fra 13. – 25. mars på grunn av restriksjonene mot å drive ordinær logopedisk behandling. Da myndighetene åpnet for telelogopedi tok Gørill dette i bruk, og forteller at både hun og brukerne hennes har positive erfaringer knyttet til dette. Gørill har brukere med ulike typer vansker. Også personer med afasi. Det er Gørill som er Eivinds logoped.

Logopedtimer via video har mange likhetstrekk med ordinære logopedtimer, og Gørill er veldig positiv til det. Hun synes det fungerer bra, og får samme tilbakemelding fra brukerne sine.

Den største fordelen er at man får gitt intensiv behandling til de som trenger det. Avstandene i nord er store, og mange har ikke mulighet eller kapasitet til å reise flere timer for å få språktraining hos logoped. Hun opplever stor fremgang ved bruk av telelogopedi, nettopp fordi brukere kan få tett oppfølging. Man gjør mye av det samme i timene. Gørill sender vanligvis oppgaver av gårde på morgenen, som de går gjennom i timen. Det er like vel mindre rom for spontanitet i timene.

«Man kan for eksempel ikke plutselig ta opp en avis og snakke om den. Det meste må være planlagt». Telelogopedi er uhyre krevende for meg som logoped. Man må i større grad være bevisst på ansikt, på munn og artikulasjon. Man må passe på å være veldig tydelig hele tiden. Det blir veldig intenst». Når man er bevisst på dette, så opplever ikke Gørill at brukerne hennes har problemer med formatet. Så lenge man har kamera tett på seg og er tydelig, så skaper ikke formatet noen vansker.

Gørill håper at bruken av telelogopedi fortsetter også etter at korona-krisen er over. For eksempel kunne man hatt ordinær logopedtime en gang i uka, og resten via video. Det sparer jo samfunnet for pasientreisekostnader. Og viktigere, så gir det folk som bor steder med lang reisevei mulighet til intensiv språktraining. I dag er det visse video-kommunikasjonsplattformer som er godkjent å bruke. Imidlertid håper Gørill at det vil åpnes for plattformer som folk fra før av kjenner til, som for eksempel Skype. «Man oppgir jo ikke personlig informasjon slik som personnummer fra seg på timene»

## To avsluttende kommentarer:



### **Katrine Kvisgaard – logoped**

Jeg er veldig positiv til bruken av telelogopedi. I løpet av den første uken vi var stengt ned, fikk vi koblet oss opp på video

og laget digitale opplegg til klientene våre. Allerede i uke 2 var de fleste klientene våre på nett. Det er gode muligheter for intensiv oppfølging, timene blir enda mer strukturerte og forutsigbare, man er mer fleksibel når det gjelder tidspunkt for timer og klientene slipper reisevei. Hjemmearbeid blir gjort i samme grad som tidligere.

I tillegg trener man turtaging, oppmerksomhet og utholdenhet. Det er mulig at telebehandling ikke passer for alle. Men jeg tror at med god opp-

læring i verktøyet, og et godt strukturert opplegg, så vil det kunne tilpasses de fleste. Jeg har også gjennomført spiseobservasjon over video, og kunne komme med råd når det gjaldt kompensatoriske tiltak, som var behovet i dette tilfellet.

Jeg håper og tror at denne muligheten fortsetter også etter Korona. Jeg er sikker på at Helsedirektoratet ser at dette både er effektivt, brukervennlig og en del av fremtiden.



### **Hege Prag Øra – PhD-stipendiat og lege ved Sunnaas sykehus HF**

Ved Sunnaas sykehus har vi de siste årene gjennom flere prosjekter tatt i bruk telelogopedi i afasi-rehabilitering. Våre erfaringer med telelogopedi har vært positive med gode tilbakemeldinger fra de afasirammede og pårørende. Våre logopeder har også opplevd denne måten å jobbe på som både nyttig og effektiv. Det er mange fordeler med telelogopedi. Pasienter og logopeder slipper lange reiseavstander. De med redusert

energi eller kapasitet etter en hjerneskade kan nyttiggjøre seg språktrening i hjemmet. Man har ved telelogopedi også mulighet til å tilby et mer intensivt treningsopplegg. I et av våre forskningsprosjekter ga vi telelogopedi til afasipasienter etter hjerneslag. De fikk telelogopedi i tillegg til vanlig trening. Vi så at dette virket positivt inn, der flere opplevde bedring av språket. Under korona-krisen har telelogopedi også vist seg fra en ny side. Språktrening ved videokonsultasjon har blitt et viktig format for å hindre smitte og beskytte sårbare grupper.

Jeg synes det er veldig positivt at man relativt raskt under korona-epidemien innførte endring av refusjon slik at flere av logopedene nå tilbyr tjenester ved videokonsultasjon. Vi på Sunnaas sykehus har bidratt gjennom en nettside der

vi deler våre erfaringer og gir råd og tips til logopeder. Mitt inntrykk er at mange logopedene nå har opparbeidet seg masse nyttig kunnskap og fått erfaring i å bruke dette nye formatet. Gjennom Afasiforbundets logopedundersøkelse vet vi at tilbudet til afasirammede i dag ikke er tilstrekkelig. Dagens tilbud er også langt fra det Helsedirektoratet anbefaler om intensiv oppfølging. Telelogopedi kan være et bidrag til å endre denne situasjonen. Jeg håper derfor at flere logopeder ønsker og får mulighet til å videreføre bruk av telelogopedi i oppfølging av personer med afasi også etter korona-krisen er over.

Nettside med råd og tips til logopeder: [www.sunnaas.no/fag-og-forskning/samhandling/digital-samhandling/spraktrening-pa-avstand](http://www.sunnaas.no/fag-og-forskning/samhandling/digital-samhandling/spraktrening-pa-avstand)

### **Oppsummering**

- Telelogopedi er språktrening gitt via videokommunikasjon.

- Telelogopedi gir mulighet til raskt og intensiv språktrening for personer som av ulike årsaker ikke kan komme seg til logopedene, for eksempel på grunn av lang reisevei.

# Kommende prosjekter



Selv om Norge og verden for tiden opplever en unntakstilstand, har ikke hjulene i Afasiforbundet sentralt sluttet å gå rundt. Myndighetenes restriksjoner gjør at vi har måttet utsette våren og sommerens planer. Men så fort restriksjonene oppheves, har Afasiforbundet mye spennende planlagt.

## Samlivskurs

Blant annet planlegger vi et samlivskurs (helgesamling) i samarbeid med Statped. Dette kurset vil dreie seg om parrelasjonen og tilrettelegging for kommunikasjon når en av partene har fått afasi. Som foredragsholdere har vi fått med oss logopedene fra afasiteamet ved Statped sørøst, i tillegg til en dyktig psykolog som er kjent på feltet. Det vil også bli laget informasjonsmaterieell basert på kursets temaer.

## Likepersonskurs

Vi har også fått støtte til et likepersonskurs (helgesamling). Intensjonen er at dette kurset skal bidra til inspirasjon og kompetanseutvikling hos de som ønsker å bli likepersoner og de som allerede er likepersoner. Hva innebærer det å være en likeperson, hva er en god likeperson, hvor og på hvilken måte kan man drive likepersons-

arbeid, er noen av temaene som vil bli belyst på kurset.

## Brosjyrematerieell og e-læringskurs om primærprogressiv afasi

Primærprogressiv afasi er en gradvis svekkelse av språkfunksjonen som følge av sykdom i hjernen, for eksempel demens. Denne degenerative sykdommen er det svært lite kunnskap om i samfunnet. Vi har fått støtte til å lage informasjonsmaterieell om tema. Utviklingen av materieellet vil skje i samarbeid med fagpersoner med god kunnskap om tema, og i form av brosjyrematerieell og e-læringskurs på nett.

I tillegg har flere foreninger fått innvilget prosjekter gjennom Stiftelsen Dams Ekspres-ordning. Gratulerer til Bergen og omegn afasiforening med prosjektet «Afasikor – videreføring og konsolidering»,

Kongsvinger og omegn afasiforening med «Afasisamling på Finnskogtoppen», Agder afasiforening med «En tur som gir inspirasjon og fellesskap» og Afasiforeningen i Trøndelag med «Livet med afasi - seminar om motivasjon».

Vi oppfordrer alle foreninger med gode ideer til å søke om midler gjennom Stiftelsen Dams Ekspresordning!

Vi kan per dags dato ikke si nøyaktig når aktivitetene vil kunne gjennomføres, men vi kan si at vi tror det kommer til å bli interessant og nyttig. I mellomtiden må vi bare smøre oss med tålmodighet, ta vare på hverandre, vise hensyn og vente på at samfunnet skal gå tilbake til normalen igjen.

Følg med!

## Oppsummering

- Kommende prosjekter i regi av Afasiforbundet:
  - Samlivskurs
  - Likepersonskurs
  - Informasjonsmaterieell om primærprogressiv afasi
- Kommende lokalforeningsprosjekter (Ekspres)
  - «Afasikor - videreføring og konsolidering» (Bergen)
  - «Afasisamling på Finnskogtoppen» (Kongsvinger)
  - «En tur som gir inspirasjon og fellesskap» (Agder)
  - «Livet med afasi - seminar om motivasjon» (Trøndelag)
- Så fort restriksjonene oppheves, har Afasiforbundet mye spennende planlagt.

# Om faglig utvalg i Afasiforbundet

Afasiforbundet er så heldig å ha et faglig utvalg bestående av svært kompetente fagpersoner. Det er vi glade for. Faglig utvalg (FU) skal bistå og være en ressurs for forbundsstyre og administrasjon i saker der faglig og fagpolitisk kompetanse er vesentlig. Styret kan be FU om råd, og om å påta seg oppgaver av faglig og fagpolitisk art. FU kan selv ta initiativ til å foreslå tiltak og aktiviteter. Disse klareres med styret, eventuelt Arbeidsutvalget\* (AU), før de iverksettes

Afasiforbundets vedtekter, handlingsplan og styrevedtak er førende og danner rammene for FUs virksomhet. FU har en utvalgsleder og faste utvalgsmedlemmer. FU kan trekke inn andre fagpersoner ved behov.

## **Aktuelle oppgaver kan være:**

- bidra til å kvalitetssikre faglige og fagpolitiske utspill og utgivelser fra forbundet
- hjelp til utforming av høringsuttalelser og andre faglige dokumenter
- representere forbundet i faglige og fagpolitiske sammenhenger
- gi råd om fagpolitisk strategi i tillegg til det som er nevnt i handlingsplanen

## Faglig utvalg for perioden 2019-2022 presenterer seg:



### **Ingjerd Haukeland (leder)**

Jeg er utdannet logoped. Afasi og andre kommunikasjonsvansker har vært mitt fagområde. Jeg har arbeidet i Helse Bergen. De siste 10 årene av mitt yrkesaktive liv var jeg leder for Logopedtjenesten der. Jeg har undervist logopedstudenter og hatt mange i praksisopplæring på afasifeltet.

Jeg har vært engasjert i Afasiforbundet i en årrekke. Som leder i Forbundet fra 2001 til 2009. Senere har jeg vært medlem av Faglig Utvalg i en

årrekke. Jeg sitter nå i styret i Afasiforeningen for Bergen og omegn.

Jeg har representert, og representerer Afasiforbundet i diverse fora: Jeg har sittet i hovedstyret i Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon (FFO) i 8 år. Jeg er medlem av Nasjonalt Brukerråd i Statped, og jeg sitter i styret for lettlestavisen 'Klar Tale'. Andre sentrale oppdrag har vært: Deltakelse i arbeidet med utarbeidelse av Nasjonale Faglige retningslinjer for

\*AU består i perioden 2020 – 2022 av styreleder Hogne Jensen (logoped), nestleder Yngve Seterås (pårørende) og generalsekretær Marianne Brodin.



rehabilitering av hjerneslag. Deltakelse i arbeidet med å lage en Veileder til kommunene om språk og talevansker hos voksne.

Jeg har deltatt i en del prosjekter gjennom Afasi-forbundet med midler fra Extra-stiftelsen (nå DAM): 'Nyblitte-

kurs', 'Pårørendekurs', 'Dysfagi – informasjonsmateriell' 'HAST – en screeningstest for logopeder'.

Arbeidet for at mennesker med afasi skal få oppfylt sine rettigheter har vært et sentralt interesseområde og arbeidsfelt. Det har dreiet seg om

påvirkning til at lowverk og retningslinjer blir tydeligere. Videre har det dreiet seg om at rettigheter blir kjent, både for dem som er rammet og for dem som har plikt til å oppfylle rettigheter. Informasjon om afasi har vært et annet viktig arbeidsfelt.



## Karianne Berg

Jeg var ferdig utdannet som logoped for 20 år siden og har siden da jobbet med afasi som felt blant annet i Statped Nord og på Sonjatun Helsesenter i Nordreisa kommune i mange år. I 2018 ferdigstilte jeg en doktorgrad med brukermedvirkning for personer med afasi i rehabilitering som tema, her intervjuet jeg både personer med afasi og logopeder om deres erfaringer med samarbeid når mål og planer for afasi-

rehabilitering ble laget. Jeg jobber nå med utdanning av nye logopeder på master i logopedi ved Nord universitet i Bodø. Saker jeg synes det er viktig å jobbe for er; «Brukermedvirkning for personer med afasi», «Å leve et godt liv med afasi», «Aktiv deltakelse for personer med afasi», «Personer med afasi sin stemme». Jeg har i en periode tidligere sittet som nestleder i styret i Afasi-forbundet i Norge.



## Hilde Bergersen

Gjennom mer enn 20 år som nevropsykolog ved Sunnaas sykehus har jeg hatt primært slagrammede pasienter. Jeg har dermed fått bli litt kjent med mange mennesker med afasi, og også ofte afasirammedes pårørende, som har gjort inntrykk på meg. Jeg har dessuten møtt afasirammede personer i forbindelse med foredrag jeg har holdt i regi, blant annet av

Afasiforbundet. Gjennom arbeidet har jeg hatt gleden av å samarbeide med dyktige fagfolk som brenner for afasiforsaken. Uavhengig av koronasituasjonen, kommer jeg av helsemessige årsaker til å være mindre aktiv enn før både i Afasiforbundet og i andre faglige sammenhenger i tida framover.



## Line Haaland-Johansen

Jeg har jobbet som logoped for personer og familier med afasi i snart 25 år, i Statped (Bredtvet kompetansesenter). Nå er jeg tilsatt som stipendiat ved Nord universitet. Hjemstedet mitt er ei bygd i Enebakk på Romerike. Jeg har også tidligere vært med i faglig utvalg. I 2006-2011 var jeg tilknyttet forbundsstyret. Jeg har opplevd ervervede språk- og kommunikasjons-

vansker i min kjernefamilie (semantisk demens, primær progredierende afasi). Jeg brenner for: Å inkludere personer med afasi som eksperter i formidling, fag og forskning. Barn som pårørende. Gode tjenester til personer og familier med afasi. Økt kunnskap om afasi i samfunnet.



## Anette Storstein

Jeg er spesialist i nevrologi og overlege ved Haukeland universitetssykehus. Jeg arbeider med kronisk sykdom i nervesystemet, og har hjernesvulster og Parkinsons sykdom som spesialområde. Jeg deltar også i forskning om språkvansker ved hjernesvulst.

Mange av mine pasienter har afasi, og en del er unge og fortsatt i arbeid. Jeg ser ofte

hvor avgjørende skjulte kognitive problemer og selv lett afasi kan være for sosial deltagelse og yrkesliv. Å kunne uttrykke seg er avgjørende for livskvalitet, særlig ved svært alvorlig sykdom. Jeg er spesielt opptatt av at alle pasienter med afasi som har et behov for logopedtilbud i kommunen skal kunne få det, og ønsker også en styrket kommunal kompetanse på svelgvansker.



## Signe Vallumrød

Mitt navn er Signe Vallumrød og jeg er nytt medlem i faglig utvalg. Jeg arbeider som førstelektor i sykepleie ved Universitet i Sørøst-Norge. Min drøm er at personer med afasi skal oppleve at det er en plan i kommunen når de skrives ut fra sykehus på samme måte som når en slagpasient ankommer sykehuset. Det tverrfaglige teamet bør være operative for å kartlegge

kommunikasjonsvansker og sette i gang med tverrfaglig rehabilitering sammen med personen med afasi. Hele personen skal rehabiliteres og kommunikasjon må ikke bli en salderingspost. Det må selvfølgelig ansettes tilstrekkelig med logopeder om personer med afasi skal kunne kommunisere og delta i samfunnet igjen.

Telefonintervju med Hanne

# Pårørende, afasi og sosial isolasjon



Andre og Hanne  
Pedersen

Hanne er pårørende til sin ektemann som har afasi. Hun har vært pårørende i 10 år etter at han fikk to store hjerneslag. Han ble diagnostisert med total afasi og apraksi. Å være pårørende til en ektemann med så mye afasi, er krevende. I tillegg kommer de kognitive vanskene. Man blir veldig bundet, og livet blir annerledes enn man hadde sett for seg.

■ Av Annika N. de Leon

Det er ekstra spesielt å være pårørende i denne merkelige korona-situasjonen som vi nå er i. En situasjon der smitterisikoen (særlig for sårbare grupper) må tas hensyn til og en situasjon hvor Norge har gått inn i sosial isolasjon. Plutselig har man som pårørende enda flere bekymringer og enda mindre mulighet for avbrekk fra pårørenderollen.

## Litt ekstra utfordrende:

Hanne synes denne situasjonen blir ekstra utfordrende når ikke mannen hennes helt forstår alvoret i situasjonen Norge og verden nå er i. «Uff da» sier han ofte. Samtidig merker hun at han egentlig ikke tar alvoret og omfanget innover seg. Han vil fortsatt på hytta, og forstår ikke hvorfor de ikke bare kan dra. Det blir mye «bare de to», og det er trist å for eksempel ikke

kunne treffe barnebarn. I forbindelse med at Norge har stoppet opp, merker Hanne imidlertid bedringer i språket til mannen sin. Hun tror dette skyldes at han opplever en større ro når det ikke skjer ting hver dag. Hun merker det samme når de er på ferie. Han snakker mer og i lengre setninger. Samtidig legger hun til at hun er ganske god til å tvinge han til å prate!

## Alenetid

«Som pårørende, og spesielt når man nå er så mye hjemme sammen, er det veldig viktig med litt alene-tid. Man må finne på egne ting, koble av og gjøre noe som gir deg energi». Dette gjør man både for seg selv og for partneren sin. Det er vanskelig å være tilstede for noen, om man er utbrent. Hanne liker spesielt godt å lese, og det gjør hun når hun kan. De har også

en hund som de bytter på å luften. Hanne går som regel en times tur på morgenen, mens mannen lufter om ettermiddagen.

Den lille stunden om kvelden når mannen har lagt seg, synes også Hanne er gull verdt. Da kan man ta det helt rolig. «Jeg slapper av fordi jeg vet at han sover og er trygg». Hanne synes det er viktig å ikke ha dårlig samvittighet for å gjøre ting alene, eller uten den andre. Det er ikke alltid så lett. Hun kan fort føle at hun svikter når han er hjemme og hun drar ut. Men det bør man ikke gjøre. Man trenger egentid, både for å kunne være der for deg selv og for den andre. «Livet kan ikke stoppe opp, fordi partneren har blitt syk».

Tusen takk til Hanne som delte noen av sine tanker med oss.

# APPER VED AFASI - NY NETTSIDE

(Dette er en forkortet versjon av en artikkel som stod på trykk i Norsk tidsskrift for logopedi, 2/2020.)

En ny nettside om apper er lansert! Nettsiden gir en oversikt over apper med relevans for voksne med afasi. Siden er utviklet for bruk av logopeder, men er tilgjengelig for alle interesserte. På generelt grunnlag minner vi om at datastøttet språktrening bør hvile på et faglig fundament.

■ Marianne Brodin, Hedda Døli, Nina Helen Erikstad, Line Haaland-Johansen



Marianne Brodin

## Bakgrunn

Teknologi i seg selv kan være en barriere for personer med afasi. Men teknologi kan også bidra til sosial deltakelse og lette tilgjengelighet. Nettsiden [app.afasi.no](http://app.afasi.no) skal gi fagpersoner et sted å begynne å lete etter relevante apper. Appen bør siden prøves ut sammen med den enkelte. En kan anta at gode apper kan bidra til å fremme språklig rehabilitering, tilgjengelighet eller deltakelse.



Hedda Døli

## Beskrivelse av nettsiden

Klikk deg inn på [app.afasi.no](http://app.afasi.no), og du er i gang. Det krever ikke innlogging. Per mai 2020 er snaut 60 apper omtalt på nettsiden. Disse er kategorisert i grupper: Språk (ordmobilisering, auditiv forståelse, lesing, skriving, semantikk), tall, verktøy, tilgjengelighet, sosialt og aktiviteter. Målet har vært å inkludere språklige apper og andre apper av relevans for voksne med afasi. Appen skal bidra til øving eller avkobling.



Nina Helen Erikstad



Line Haaland-Johansen

Som bruker av siden kan man velge å klikke seg rundt og lese og lete. Man kan også søke etter apper ut fra kategoriene nevnt over. Man kan velge kun å søke etter apper som er gratis, eller ut fra plattform (Android,

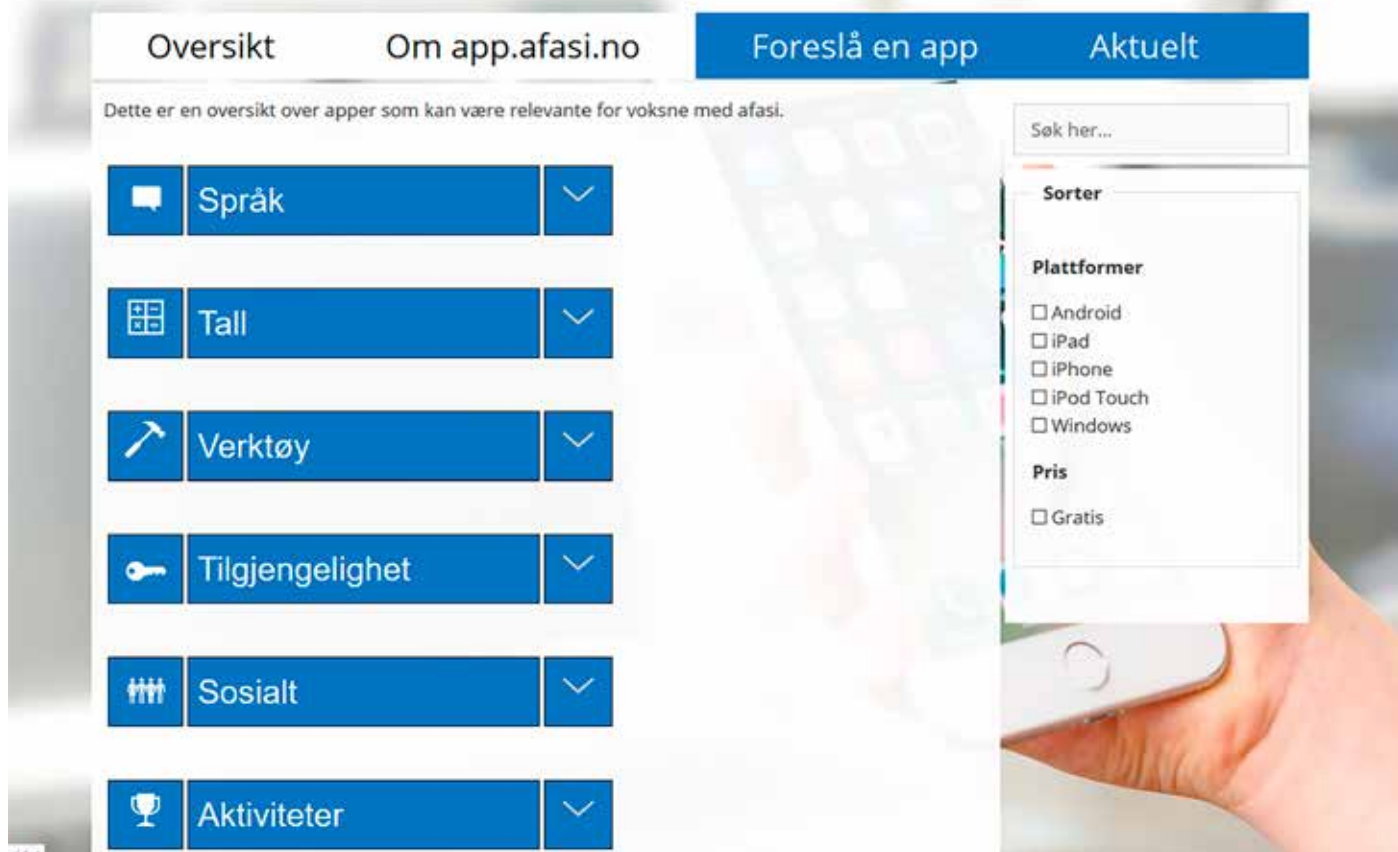
iPad, iPhone, iPod Touch eller Windows). Hver app er beskrevet med noen stikkord og en lengre beskrivelse, samt litt om ulike innstillinger. Det er en begrenset mengde informasjon om hver app. Dersom en app virker interessant, kan man klikke seg videre til andre nettsider for mer informasjon. Prøv alltid gratisversjonen av appen først, hvis en slik versjon finnes.

Nettsiden [app.afasi.no](http://app.afasi.no) er inspirert av nettsiden Aphasia Software Finder. Der finner man engelske apper og programvare. [Appbiblioteket.no](http://Appbiblioteket.no) er en annen norsk appnettside vi vil anbefale. Den er bra og funksjonell, men appene på Appbiblioteket er i hovedsak omtalt med tanke på andre elev- og brukergrupper enn voksne med afasi. Vi håper [app.afasi.no](http://app.afasi.no) kan være et nyttig supplement.

At en app er inkludert på [app.afasi.no](http://app.afasi.no) er ikke ment som et objektivt kvalitetsstempel. Det er bare en indikasjon på at vi som står bak nettsiden antar at appen kan være brukbar for (få eller flere) voksne med afasi. Apper er blitt inkludert på nettsiden fordi noen har anbefalt appen: Enten en person med afasi

# Apper ved afasi

En enkel oversikt over apper og programvare



eller en logoped. Beskrivelsene av appene inneholder i en del tilfeller tips om hvordan en app kan gjøres mer brukbar for voksne med afasi. Vi har ikke gjort analyser av de firma eller privatpersoner som produserer, formidler eller markedsfører appene, hverken etisk, kommersielt eller på andre måter. Vi vil i hovedsak ikke inkludere svært dyre apper. Vi har heller ikke inkludert apper som markedsføres som hjelpemidler i kommunikasjon.

## Avslutning: Levende nettside

Nå er *app.afari.no* formelt lansert, men den er ikke endelig slutført. Det vil være barne- sykdommer, i form av mindre feil og mangler. Disse vil rettes opp etter hvert som de oppdages. I tillegg vil vi prøve å

holde nettsiden så levende og oppdatert som mulig. Vi vil oppdatere og legge til nytt innhold i ny og ne. Vi ønsker dialog med brukere av nettsiden. Gi oss ris eller ros, tips til nye apper eller annet. Send gjerne en epost til [afasi@afasi.no](mailto:afasi@afasi.no). Vi ønsker også at du forteller andre om denne nettsiden.

Vi håper nettsiden vil være et nyttig bidrag i arbeidet med og for mennesker som lever med afasi.

## Takk

Nettsiden ble til som ledd i prosjektet «Happy apping ved afasi?». Prosjektet er finansiert av Stiftelsen DAM (Extra-Stiftelsen). Det er eid av Afasi-forbundet i Norge. Afasimiljøet

ved Statped sørøst hadde ideen til prosjektet. De har stått for afasi-faglig gjennomføring. Statped la til rette for dette. Frifugl har vært vår samarbeidspart i utvikling av nettsiden, både for pc og mobil. Personer med afasi og fagpersoner har bidratt vesentlig med nyttige tilbakemeldinger og tips. Stor takk til alle!

## Oppsummering

- En ny nettside om apper er lansert! Nettsiden gir en oversikt over apper med relevans for voksne med afasi. Siden er utviklet for bruk av logopeder, men er tilgjengelig for alle interesserte.
- Nettside: [app.afari.no](http://app.afari.no)



G. 1	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Tot.						
ODD	9	-7	-3	-7	-3	3	9	-	X	X	9/9	139					
HAL	9	-3	4	5	2	9	-8	1	6	1	6	81					
HILD	7	2	6	3	3	6	3	7	-1	7	-6	2	7	1	81		
CLA	5	-1	2	6	-6	2	6	3	6	-6	/	3	6	9	-1	2	79
SIV	8	1	4	4	1	4	4	8	-	X	8	-6	/	8	-8	-	71
	9	17	22	30	38	56	64	82	90	98		98					

Team **Team 4**  
Player **ODDVEIG**  
Km/h **468 468**  
**15,76**



■ Av Claus Arne Wilhelmsen

**D**et er over 20 år siden jeg var så uheldig å få en hjerneblødning med afasi. Den gang forsøkte jeg forskjellige aktiviteter som for eksempel skigåing og bowling, uten at det ble noen suksess. Skaden hadde medført noen lammelser på høyre side, og balanseproblemer. I forhold til mange andre med samme skader, så har jeg vært svært heldig.

I fjor ville Afasiforeningen i Bergen forsøke å starte en bowling-gruppe, og i høst var gruppen kommet godt i gang

med flere samlinger. Dette ble gjennomført med god støtte og penger fra Stiftelsen Dam.

Samlingene finner sted på Vestkanten storsenter i Loddefjord, Bergen, annen hver uke. Vestkanten er et stort kjøpesenter med god parkering. En del av Vestkanten er Vannkanten. Der finner vi badeland med svømmehall, relax-avdeling, ishall, curling, minigolf og ikke minst bowling.

Mottoet til bowlinghallen er «alle kan!», og her er det også plass for oss i afasiforeningen.

Samlingene starter kl. 1800. I vinter har cirka 20 deltagere i snitt vært med. Hele familier har deltatt, med barn og barnebarn. Bowling har vist at alle kan delta, og samtidig er det ekstremt sosialt og gøy. Da er det ikke bare resultatene i å kaste kuler og treffe flest kjegler, men å ha det greit sammen.

Til informasjon: På grunn av Covid-19 har vi for tiden pause fra bowlingen. Det vil gis beskjed når bowlingen starter opp igjen.

# Ringerike og omegn Afasiforening

# En annerledes vår

Denne våren ble annerledes enn noen kunne forestille seg. Korona-viruset har tvunget oss innendørs. De fleste av oss som er medlem i en afasiforening er i gruppen som er ekstra sårbare for smitte. Så jeg går ut fra at dere, som jeg, har tilbrakt mye av tiden på hjemmebane.

■ Av Lise Bye Jøntvedt

## Årsmøte før landet stengte

I Ringerike og omegn Afasiforening rakk vi akkurat å holde årsmøte i mars. Så stengte landet ned. Etter årsmøtet består styret av leder Lise Bye Jøntvedt (ny), nestleder Unni Carlsen (ny), sekretær Sissel Stølan, kasserer Eivind Aalde Nyhagen og styremedlemmene Olav Bråten (ny), Steinar Dahl og Anne Lise Ludvigsen. Det styret stort sett har gjort siden, er å avlyse kommende møter. Vi skulle hatt månedlige medlemsmøter, vi planla møte for pårørende, vi hadde tenkt å invitere andre foreninger til oss, vi hadde planlagt sommertur til Domkirkeodden og en aktivitetsdag med turorientering i samarbeide med Fossekallen IL, et lokalt idrettslag. Vår ukentlige afasikafé er avlyst. Alt dette må vi skyve på. Forhåpentligvis ikke lenger enn til høsten.

## Et aktivt 2019

Ringerike og omegn Afasiforening har hatt et aktivt år med mange tilbud til medlemmene. Møtene våre samler oftest 25-30 deltagere. I fjor vakte flere faglige foredrag stor interesse. Første foredragsholdere var Elizabeth Solhjem, som er synsterapeut og spesialist på eldres helse, ved Ringerike sykehus. Hun snakket

blant annet om hvordan synet kan trenes. Lege Natalia Sadowski, som er i spesialisering geriatri, holdt foredrag om lys og lysbehandling på slagpasienter. Vi hadde også besøk av Ringerike kommunes syns- og hørselkontakt, som hadde med seg, og demonstrerte, en del hjelpemidler som kan være nyttige for oss slagrammede. Fjorårets turorientering med Fossekallen IL var en suksess, og det samme var sommerturen til Langedrag Naturpark i Nore og Uvdal. Og vi har hatt besøk fra Afasiforbundet sentralt. Selv har vi bidratt med foredrag og informasjon på Lærings- og mestringscenteret ved Ringerike sykehus.

## Avsluttet med julebord

I høst hadde vi et veldig hyggelig medlemsmøte med fotograf Per Martin Haakenstad som viste flotte naturbilder fra Ringerike. På ett møte var det undertegnede som holdt foredrag om Hønefoss, som endelig har fått en byplan. Målet er at Hønefoss skal bli en by der bilen må vike plass for mennesker og hyggelige møteplasser. En god byutvikling er eldreomsorg i praksis. Vi hadde også møte med venneforeninger fra Drammen, Kongsberg og Aurskog/Høland. I tillegg til

alt dette har vi alltid utlodning og mye sang og musikk på møtene våre. Vi er så heldige at kasserer Eivind er en mester med trekkspillet sitt, og alltid leder an i allsangen. Quiz er også alltid populært på møtene. Sekretær Sissel er flink til å lage spørsmål som setter oss skikkelig på prøve. Høstsesongen 2019 ble avsluttet med julebord på Klækken Hotell.

## Hva skjer nå?

Inntil videre kan ingen av oss gjøre annet enn å følge med på nyhetene og forholde oss til det regjeringen bestemmer. I Ringerike og omegn Afasiforening håper vi, som sikkert alle dere andre også gjør, at vi kan starte opp med medlemsmøtene igjen over sommeren.



Styret i Ringerike og omegn Afasiforening består av (fra venstre) Anne Lise Ludvigsen, Lise Bye Jøntvedt, Unni Carlsen, Sissel Stølan, Olav Bråten, Eivind Aalde Nyhagen og Steinar Dahl. Steinar Dahl var ikke til stede da bildet ble tatt.



Afasiforeningen i Trøndelag

# Korona og afasiforeningen i Trøndelag

Året 2020 ble en stor forandring i hele verden. En verden som ikke skulle bli slik. Korona viruset med stor smitte og ødeleggelse på hele jorden vår.

■ Av Nils Magne Røstum

**A**ll aktivitet i hele Norges land fikk føle hvordan det var å bli belastet av denne Korona smitten med stor spredning fra Kina der den oppsto første gang, med påfølgende spredning i hele verden.

Afasiforeningen i Trøndelag måtte avlyse hele vårens program, og måtte tenke på nytt. Styret skal sette opp

høst-plan, og håper at vi kan ha samlinger og gjennomføre årsmøtet 2020 i løpet av høsten. Afasiforeningen i Trøndelag skulle ha en helgesamling med mange forskjellige foredrag på hotell i september, men alt må flyttes til neste år.

Mange fine foredrag har vi hatt igjennom året som var, og det var veldig fint å høre på spesialist innen dyreverden, Kristian Overskaug fra NTNU

Vitenskapsmuseet med doktorgrad i ugleforskning. Han hadde foredrag om boken sin "Den som sporer ulven" og fint foredrag om snøugler i Trondheim sentrum med lysbilder.

Afasiforeningen i Trøndelag, ser fram til all aktiviteten som blir satt opp til høsten. Vi tenker på alle våre medlemmer i Afasiforeningene.



# Har du en hobby du har lyst til å skrive om?

Afasiforbundet oppfordrer personer med afasi til å sende inn en tekst hvor dere skriver om en hyggelig hobby. Kanskje du skriver selv eller kanskje du får hjelp fra noen du kjenner. Vi i administrasjonen kan også hjelpe til med teksten. Flott om du også sender med bilder! Tekst og bilder sendes til [afasi@afasi.no](mailto:afasi@afasi.no)

Her får vi lese om

## Trond Børset og hans hobby!



### Trond

Jeg er 55 år, bor på Karmøy, Vormedal sammen med min kone Anne Marie. Jeg har også to flotte døtre. Ann Helen og Rebecca.

Jeg har afasi. Jeg er styremedlem i Haugaland Afasiforening og varamedlem i forbundsstyret.

Hobby: Duer, hage og fotball.

Duer har jeg hatt som hobby i 45 år, helt siden jeg var 10 år.

Jeg har bygget om garasjen, der har jeg duene. Der tilbringer jeg mye tid og liker arbeidet med duene godt.

Jeg har 10 par raseduer. 25 unger. Det er: Tysk Modeneser og Nürnberg svale.

Fra februar til august er det avl.

Jeg har hele tiden deltatt i konkurranser med duene. Det er raseduer.

Jeg har vært med på landstreff, høstutstillinger og sertifikat-utstillinger. Jeg har deltatt både i Norge og i utlandet.

Jeg har fått mange premier. Men det viktigste er vennskapet som er i dette miljøet. Det har vært svært viktig for meg.

# Hvem er du?

Det er spennende å møte nye mennesker. Alle har sin historie som har formet dem. Du får et forhold til en person du vet noe om. Har dere felles interesser? Hvor kommer du fra? Hva har du jobbet med? Har du barn og barnebarn? Noen liker å fortelle om seg selv og andre vil helst ikke si så mye, men noe kan alle fortelle - også personer med afasi. Alle med sin egen historie og sin egen diagnose. Men hvordan bli kjent med personen - og ikke diagnosen?

■ Mona Falck Lines



Artikkelen er skrevet av Mona Falck Lines, som har jobbet med og utviklet kommunikasjonshjelpemidler siden 1985. I dag jobber hun som selvstendig konsulent for privatpersoner som har behov for bistand til å tilpasse kommunikasjonshjelpemidler ved afasi. Vil du vite mer? Ta kontakt med Mona via [mona@abstradukt.no](mailto:mona@abstradukt.no)

## Hvilken hjelp kan du få?

På dagsenter eller rehabilitering treffer man mange nye mennesker. De som blir sittende alene får nok ikke alltid en god opplevelse. Er det bena som har sviktet forstår vi at en rullestol er et nyttig hjelpemiddel. Har hørselen sviktet er et høreapparat helt naturlig. Er diagnosen afasi er det dessverre ikke mange ennå som har et hjelpemiddel for kommunikasjon. Men alle med denne utfordringen har rett til å få låne et hjelpemiddel fra NAV. Hjelpemiddelet Grid 3 med afasioppsett kan være et godt valg. Her kan historien legges inn og ved trykk på ulike felter vil historien bli fortalt så alle kan høre.

## Identitet

Hvis jeg ikke kan fortelle noe eller stille spørsmål, er jeg et

skall uten innhold. Svært lite interessant og mange vil nok oppfatte meg som litt dum, kanskje? Men jeg har min historie som fyller skallet med den jeg er. Historien er viktig å få med seg i et kommunikasjonshjelpemiddel. Den kan gjøres kort eller lang, men muligheten til å fortelle om seg selv er viktig for å vise sin identitet. Det kan starte enkelt med navn og alder, utvides med familie og bolig og så er det bare å fylle på med det som er viktig for meg.

## Hva skjedde?

Sykehistorien, det som førte til at jeg fikk afasi er noe veldig mange er interessert i å høre. Her kan det også være fint å bidra til å opplyse om hva afasi er og at det ikke er smittsomt? Gi gode råd for hvordan vi kan kommunisere på beste måte.



### Lurer på

Hjelpemiddelet er også nyttig for å kunne stille spørsmål til leger og pleiere, hjelpere og andre. Hva heter du? Har du vært her lenge? Jeg ønsker meg et rehabiliteringsopphold. Jeg liker ikke pizza, kan jeg få noe annet?

### Like nyttig som en rullestol

Jeg var på et sykehjem engang for å treffe en person med afasi. Jeg hadde med meg en Gridpad med Grid 3 og afasioppsett for vi skulle se om det kunne være et nyttig hjelpemiddel for han. Han virket overhode ikke interessert og så mest ut som han ville gå et annet sted. Jeg spurte om jeg kunne ta et bilde av han og han ga meg et nølende OK. Jeg tok bildet med Gridpaden og skrev «Jeg heter Arne.» og «Hva heter du?» Jeg la maskinen foran han og etter

noe nøling trykket han på bildet av seg selv - flere ganger. Ja, han het Arne. Da han trykket på neste felt, måtte jeg si som sant var at jeg heter Mona. Så enkelt. Han ble litt mer tilstede og så på andre bilder som lå der. Trykket ikke på noen før han kom til bildet av et glass. Trykket, men det kom ingen lyd, men mange nye bilder opp. Han så igjennom og trykket på et ølglass og maskinen sa jeg har lyst på øl. Da kom det et smil og jeg så at han hadde forstått nytten av hjelpemiddelet.

### Situasjonsbetinget

For en person med afasi er det ikke nødvendig å bruke et kommunikasjons hjelpemiddel i alle situasjoner. Hjemme, med folk som kjenner rutiner og behov er det ikke nødvendig før et mer uvanlig spørsmål dukker

opp og hjelpemiddelet kan være nyttig for å komme frem til tema som samtalepartneren kan stille spørsmål om for komme i mål.



Brukes ved behov, men i den situasjonen er det viktig at det har vært trent på å finne frem til temaer.

### Oppsummering

- Alle med afasi har rett til å få låne et hjelpemiddel fra NAV. Kommunikasjons hjelpemiddelet Grid 3 med afasioppsett, kan være et godt valg.

# Afasipostens kryssord

## nr. 2-2020

	ORDNES	↓						↓	BOR I FLÅ- KLYPA
	FOR- BILDE			IDET					
	ER NØDT TIL	→							
	↳								SPISE- STE- DET
	KORT			PREP. SKIS- SERE					
↓	SYKKEL FOR TO	↓	GØY OFRER	BERGE	TA AV LEVER				
↘									PRE- POSI- SJON
↗							PUS- SER		
	SKIF- TET				SKAPTE KARIUS LEM				
↘	RET- NING	SØKE	FORME DRIKK						HUMRE
	BAK					INNI →	SKJUL		
	MEGET			DAG- GRY					

Send inn løsningsordet innen 30. september 2020

### HUSK Å OPPGI NAVN OG ADRESSE

Pr. epost: [afasi@afasi.no](mailto:afasi@afasi.no)

### I posten:

Afasiforbundet i Norge

Torggt.10, 0181 Oslo

Tre vinnere får premie tilsendt i posten.



Afasiforbundet i Norge

Torggata 10

0181 Oslo

22 42 86 44

www.afasi.no

## Medlemskap i Afasiforbundet i Norge?

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

**Hovedmedlem** (kr. 300,-)

Adresse: .....

**Husstandsmedlem** (kr. 100,-)

Postnr./sted: .....

**Støttemedlem** (kr. 250,-)

E-post: .....

Kategori:

Fødselsdato: ..... Telefon: .....

**Afasirammet**  **Pårørende**

*Fyll ut navn og fødselsdato på husstandsmedlem:*

**Interessert i vårt arbeid**

Navn husstandsmedlem: .....

Fødselsdato: .....

## Gi en gave

Støtt gjerne Afasiforbundets virksomhet, interessepolitiske arbeid og aktiviteter.

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

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

**1644 04 07661**

Afasiforbundet i Norge  
Torggata 10  
0181 Oslo



**Afasiforbundet i Norge**

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

www.afasi.no



Navn, adresse og telefon:

Nærmeste pårørende:

**Kortene kan bestilles. Vi har også engelsk versjon**

# Lokalforeninger og kontaktpersoner

## **Afasiforeningen i Østfold**

Torild Skår Tomren  
Solveien 8b  
1533 MOSS  
Mobil: 92 45 62 21  
E-post: t-tomren@online.no

## **Afasiforeningen for Oslo og omegn**

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

## **Asker og Bærum Afasiforening**

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

## **Aurskog-Høland Afasiforening**

Irene Isberg Eng  
Rådyrveien 20  
1960 LØKEN  
Tlf. 95 96 70 23  
Epost: ljoh-eng@online.no

## **Romerike Afasiforening**

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

## **Kongsvinger og omegn Afasiforening**

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

## **Kontaktperson i Hedmark:**

Svein Andersen  
48 49 52 38  
www.helsekompetanse.no/slagrammet

## **Afasiforeningen for Lillehammer og omegn**

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

## **Afasiforeningen for Gjøvik og omland**

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

## **Vestfold Afasiforening**

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

## **Drammen/Kongsberg og omegn Afasiforening**

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

## **Ringerike og omegn Afasiforening**

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

## **Telemark Afasiforening**

Turid Nilsen  
Krabberødveien 14b  
3960 STATHELLE  
Mobil: 95 20 60 76  
E-post: turid.nilsen@hotmail.com

## **Sør-Rogaland Afasiforening**

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

## **Agder Afasiforening**

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

## **Afasiforeningen for Bergen og omegn**

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

## **Ingjerd Haukeland**

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

## **Sunnhordland Afasiforening**

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

## **Haugaland Afasiforening**

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

## **Ålesund og omegn Afasiforening**

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

## **Afasiforeningen for Ytre Nordmøre**

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

## **Afasiforeningen i Trøndelag**

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

## **Bodø/Salten Afasiforening**

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

## **Narvik og omegn Afasiforening**

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

## **Brønnøy og omegn Afasiforening**

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

## **Harstad og omegn Afasiforening**

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

## **Afasiforeninga for Tromsø og omegn**

Kjell Mikkelsen  
Vangberg 3 G  
9013 Tromsø  
Tlf: 91 51 43 53  
E-post: kj-mi2@online.no

## **Midt-Troms Afasiforening**

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

## **Afasiforeningen i Alta**

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

## **Sør-Varanger Afasiforening**

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

## Likepersonskontakter i afasiforeningene

### Afasiforeningen i Østfold

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

### Afasiforeningen for Oslo og omegn

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

### Asker og Bærum Afasiforening

Greta Fredriksen  
E-post: gretafre@online.no  
Telefon: 90 96 79 29

### Aurskog-Høland Afasiforening

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

### Romerike Afasiforening

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

### Kongsvinger og omegn Afasiforening

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

### Vestfold Afasiforening

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

### Drammen og omegn Afasiforening

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

### Ringerike og omegn Afasiforening

Eivind Dybendal  
E-post: eivind.dybendal@freeway.no  
Telefon: 99 28 98 57

### Telemark Afasiforening

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

### Sør-Rogaland Afasiforening

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

### Agder Afasiforening

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

### Haugaland Afasiforening

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

### Afasiforeningen for Bergen og omegn

Bernt Olaf Ørnsnes  
E-post: bernt\_olaf@hotmail.com  
Telefon: 90 95 75 65

### Ålesund og omegn Afasiforening

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

### Afasiforeningen for Ytre Nordmøre

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

### Afasiforeningen for Trondheim og omegn

Anna Åkvik  
E-post: a\_aakvik@hotmail.no  
Telefon: 97 04 01 38

### Bodø og Salten Afasiforening

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

### Brønnøy og omegn Afasiforening

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

### Narvik og omegn Afasiforening

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

### Harstad og omegn Afasiforening

Astrid Hokland  
Telefon: 48 11 85 07

### Afasiaforeninga i Tromsø

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

### Sør-Varanger Afasiforening

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

## Intensiv språktrening (CIST)

**Rehabiliteringssenteret Nord-Norges Kurbad tilbyr et 3 ukers gruppeopphold med fokus på intensiv språk-, tale- og stemmetrening etter hjerneslag.**

- Alle deltakere får et individuelt tilpasset opplegg, noe som også inkluderer oppfølging med fysioterapeut eller andre fagpersoner etter behov.
- Vi har lang erfaring og gode tilbakemeldinger fra pasienter og pårørende som har deltatt tidligere!

### Henvising og inntak

Henvising sendes til: **RVE Nord, Rehabiliteringsklinikken UNN HF, Postboks 1, 9038 TROMSØ**

Pasienter fra andre regioner enn Helse-Nord sender søknad til sin egen helseregion.

### For mer informasjon

Kontakt Kurbadet på telefon 77 66 88 00, eller besøk nettsiden: [www.kurbadet.no](http://www.kurbadet.no)

REHABILITERINGSSENTERET  
NORD-NORGES KURBAD



# Kommunikasjon for voksne med afasi

Personer som har fått afasi har erfaring og kompetanse, de har meninger og spørsmål men har vansker med å bringe dem frem. Mange opplever tap av identitet. Et kommunikasjonshjelpemiddel kan være en nyttig støtte til å finne ord, setninger eller temaer og kan være med til å motvirke isolasjon.

Alle er forskjellige så det er viktig å tenke situasjon og ordletingstrategi for å finne riktig løsning for hver enkelt.



## Gridpad 10

Bærbart kommunikasjonstøytøy med tilrettelagte oppsett for personer med afasi. Innholdet i oppsettene er enkle å tilpasse brukeren.

Gridpad 10 kan søkes som hjelpemiddel fra NAV Hjelpemiddelsentral.



## Cognitass Afasi

Kommunikasjonstøytøy som også har støtte for tid og struktur. Funksjoner som album, veiledere, forenklet e-post og internett velges etter brukeren behov og muligheter.

Cognitass Afasi (liten eller stor) kan søkes som hjelpemiddel fra NAV Hjelpemiddelsentral.