



AFASIPOSTEN

NUMMER 1 2016 - 27. ÅRGANG



Hvor hadde vi det fra?

Men hvem sa at dagene våre
skulle være gratis?
At de skulle snurre rundt
på lykkehjulet i hjertet vårt
og hver kveld
stoppe på gevinst?
Hvem sa det?
Hvor hadde vi det fra?

Hvem sa at livet vårt
skulle være lett å bygge ferdig?
At mursteinene var firkantede ballonger
som føk på plass av seg selv?
Hvem sa det?
Hvor hadde vi det fra?

Der var piller for alt: nerver,
vedvarende hoste og anemi.
Men hvem sa at snarveiene
støtt var kjørbare? At fjellovergangene
aldri snødde til? Og at nettopp vi
skulle slippe å stå fast i tunnelen?
Ja, hvem sa det?
Hvor i all verden hadde vi det fra?

Kolbein Falkeid



AFASIPOSTEN
ISSN 0803-2467

Ansvarlig utgiver:
Afasiforbundet i Norge
Torggaten 10
0181 Oslo

Besøksadresse:
Torggaten 10, 2 etg.
Tlf: 22 42 86 44
E-post: afasi@afasi.no
Hjemmesider: www.afasi.no

Kontortid:
Mandag – fredag
kl. 09.00 – 15.00

Forbundsstyret:
Ellen Borge – *leder*
Lisbet Eide – *nestleder*

Styremedlemmer:
May Britt Kløverød
Trine Marie Hagen
Inghild Bjørgestad

Redaktør:
Marit Aarøy Aasen

Omslagsfoto:
Fotolia



*Afasiposten er merket med det
offisielle nordiske miljømerket Svanen.
A2G GRAFISK, som trykker
dette bladet, er godkjent som
Svanemerket bedrift.
Det betyr at bladet oppfyller strenge
miljøkrav til papiret, trykkfargen
og hele trykkprosessen.*

AFASIPOSTEN

Innhold

Hvor hadde vi det fra?	2
Lederen har ordet	4
Klar Tale- nyheter for alle	5
Redaksjonen har ordet	6
Tilskudd til småhjelpemidler	7
Det handler om samtale:	8
Praktiske råd om det å snakke sammen	
Minneord om Olafur Petursson	10
GI TID - NÅR SPRÅK GÅR ISTYKKER	11
11 gode grunner til å smile bredt hver dag	11
Program til landsmøte og kurs 2016	12
Framandspråklege med afasi må testas på fleire språk	14
Nytt om ExtraStiftelsen	17
Kommunikasjon er så mangt	18
Afasi, en hverdag uten tale	21
Skolebesøk på Bjørkelangen	21
Berits reise	22
En håndballtopp som vet hva afasi er	26
Behov for afasikontakt?	27
Søkekryssord	28
Afasipostens kryssord nr 5/2016	29
Bestill fra nettbutikken	30





Ellen Borge, forbundsleder

Afasi og verdi

Påsken kommer tidlig i år sies det. Den kommer akkurat til passe tid tenker jeg.

Årstidene er noe av det beste og det sikreste vi har. Denne våren er det oppseiling mot

forbundets Landsmøte i mai. Det er alltid spennende å se om vi lykkes med våre planer for å gi medlemmene våre en helg med 'påfyll' og med muligheter for å dele erfaringer og tanker og pleie kontakter.

Vi forsøker å legge opp til foredrag som fenger og som kan gi noen friske tanker for arbeidet vårt både sentralt og lokalt. Vi skulle ønske at vi kunne gitt dette gratis, men alt koster idag, og derfor blir det noen utgifter også for foreningene.

Plasser i styret skal fylles. Heldigvis er det noen som finner interesse og har litt lyst til å gjøre en innsats, ikke bare lokalt. Vi som har vært i ledelsen i denne første tre-årsperioden har gjort oss noen tanker om at tre år kan være lang tid, men samtidig har den gått fort.

Vi skal hele tiden forholde oss til et samfunn i endring og i utvikling. Det er like alvorlig og utfordrende å få afasi idag som for 20 år siden. Det er ikke blitt enklere å være pårørende heller, og afasi er et lite kjent begrep for de fleste, derfor er det viktig at vi har lokalforeningene som skaper gode møteplasser og afasimiljøer.

Vi har mange utfordringer i arbeidet vårt: Nye retningslinjer for tildeling av midler, nye måter å dokumentere det vi arbeider med og kommuner mangler gode tilbud innen rehabilitering. En slagforening under LHL (Landsforeningen for

hjerne og lungesyke) er nylig etablert, hvilket vil si at det nå er fire aktører som tilbyr de samme tjenester til samme gruppe. Vi er uansett de som setter afasi høyest på agendaen, og ser kommunikasjonsvanskene som det mest sentrale av de utfordringene som hjerneskade kan gi.

Det kom nylig et brev til meg: En dame hadde skrevet ned mye av sin livshistorie, men avsluttet med å takke for at hun hadde sin afasiforening. Der hadde hun flere ganger funnet støtte i et fellesskap, og der var hun trygg og hadde fått nye venner. Det er ord som varmer. Det er ord som tar oss videre i arbeidet.

Det er det viktige med likepersonsarbeidet, at man kan lene seg litt på hverandre, for å stå sterkere sammen.

Vi håper å se flest mulig av dere på vårens Landsmøte. Vi har mye å snakke om.

Den som ikke kan snakke har også noe å si.

I mellomtiden ønskes dere en god vår.

Hilsen fra Ellen Borge
forbundsleder.



Vil du ha innsikt og oversikt over det som skjer? I et språk som er enkelt å lese? Hver torsdag kommer ukeavisa Klar Tale. I den finner du gode reportasjer og nyhetssaker. I avisa er det saker om hendelser i verden, i Norge, på sportsarenaen eller i kulturlivet. Og du kan dykke ned i en større temasak som du vil lære noe av.

– Vi ønsker å tilby leserne noe som passer for dem. De skal oppleve å kunne få med seg det som skjer, på sitt lesenivå, sier konstituert redaktør Gøril Huse i Klar Tale.

I ukeavisa finnes både korte og lange tekster. Du kan også lytte til hele avisa via CD. Eller laste ned en podkast fra klartale.no. Det gir en god støtte når du leser teksten. Avisa er i utgangspunktet skrevet for voksne med lese- og skriveutfordringer. Men den leses også av skoleelever og personer som lærer norsk. Det finnes også oppgave til en av artiklene på **klartale.no**.

Dagsaktuelle nyheter finner du hver dag på nettstedet klartale.no. Også disse tekstene er lettleste, med bilder til.

– Klar Tale går i dybden, mens klartale.no er ment å dekke det som skjer her og nå, forklarer Huse.

Du kan justere tekststørrelse og kontrast, slik at det passer for deg. Du kan også få artiklene opplest, eller du kan slå på symboler som støtte til teksten. På **klartale.no** finner du også billedfortellinger med lyd.

– Det er grunnleggende for demokratiet at alle har kunnskap om det som skjer i samfunnet. Å lese selv er en del av dette. Derfor mener vi Klar Tale er viktig, sier Huse.

Klar Tale lager også den ukentlige nettavisa nyheteribilder.no. Der er tekstene og setningene enda kortere. Tekstene er støttet med grafiske tegn.

– Vi håper vi klarer å gi nyheter å lese til alle som trenger tilpasset språk, sier Huse.

Foto: Klar Tale



De dage - hvor man intet når,
da føler man at tiden går.
De dage da ens virke flommer -
da føler man at tiden kommer.

Redaksjonen HAR ORDET



Hvem andre enn Piet Hein kan få uttrykt det vi alle føler, men jeg håper dere har hatt en fin påske uten at 'ditt virke' har 'flommet' hver dag.

Etter å ha vasset i tunge støvler, sklidd på isete veier er den lyse årstiden over oss. Små blomster titter opp hvor vi minst ventet å se noe liv i bakken og ski og skøyter byttes ut mot sykler og yrende folkeliv. Våren er en nydelig årstid og forhåpentligvis gir disse lyse dagene dere anledning til å lese litt i Afasiposten også!

Denne utgaven er naturlig nok preget av Landsmøtet som nå arrangeres hvert tredje år. Hotellet er det samme som vi har brukt til flere kurs, også til det forrige Landsmøtet.

Grunnen til at dette hotell-gjenbruket er en sum av beliggenhet, god service, grei standard og brukbar pris. Et sted hvor mange har vært tidligere og føler seg hjemme.

Dette blir et spennende landsmøte med fine foredragsholdere og ikke minst presentasjon av et nytt styre i Afasiforbundet. Spennende å se hvem som skal lede Afasiforbundet videre de neste årene.

Vi kan blant annet også nevne at vi får besøk av en blid og livlig musikk- og bildeterapeut fra Sverige. Hun besøkte oss da vi hadde landsmøte i Tromsø for noen år siden og flere har etterlyst denne oppfinnsomme damen som visste å lage liv rundt seg.

Serien: 'Praktiske råd om det å snakke sammen' er nyttig å få med seg, stadig noe å lære eller få frisket opp derfra.

Oppsummering av et prosjekt fra ExtraStiftelsen om kommunikasjon bør dere få med dere samt fortellingen til Berit Fagertun som er afasirammet og som ikke lot afasien ta overhånd over livet sitt.

Dere kan lese om en som har litt av æren for at Norge nesten vant verdensmesterskapet i håndball for herrer i år.

Et lite utdrag av doktorgraden til Monica I.K. Knoph bør dere også få med dere og skoleklassen som har skildret sitt møte med en afasirammet.

Nyt de lyse dagene som nå kommer for fullt – og kanskje vi sees på Landsmøtet i år?

Hilsen



Afasi-nytt

AFASI-nytt er en fast spalte, som er skrevet av afasiteamet ved Statped sørøst, fagavdeling språk/ tale. Den inneholder kortfattet informasjon for mennesker som har afasi, deres nærpå personer og andre interesserte. Det kan være opplysninger om aktuelle sider på Internett, tips om litteratur og informasjonsmaterieil osv.

Spørsmål eller kommentarer?
Kontakt gjerne språkforsker Marianne Lind eller logoped Line Haaland-Johansen.
Marianne:
marianne.lind@statped.no (e-post) eller
Line: 2290 2851 (telefon, direkte) eller 02 196 (telefon, sentralbord).

Afasi-nytt 42

Tilskudd til småhjelpemidler

Mange som får afasi, får også større eller mindre vansker med å bevege seg. Slike vansker kan føre til at mange dagligdagse oppgaver blir mer tungvinte. Hvis hånda er svakere, kan det for eksempel være vanskelig å trekke opp glidelåsen, skru av korken på melkekartongen eller skrive med en vanlig penn. Hvis balansen er dårlig, kan det være skummelt å dusje på egen hånd.

Heldigvis finnes det hjelpemidler som kan gjøre noen oppgaver lettere. Noen hjelpemidler kan du få fra hjelpemiddelsentralen, men såkalte småhjelpemidler må du kåpe selv. Mange slike småhjelpemidler kan k pes for eksempel på Enklere Liv, eller i nettbutikker som www.ronda.no eller www.toproshop.no.

Det går an å søke om å få et tilskudd til småhjelpemidler. Tilskuddet er på 2000 kroner. Du kan søke om et nytt tilskudd etter fire år. Legen din eller helsetjenesten i kommunen/bydelen der du bor, kan hjelpe deg med å søke. Informasjon om denne støtteordningen finnes på NAV sine nettsider: www.nav.no (skriv «småhjelpemidler» i søkefeltet).



Foto: Enklere Liv



Det handler om samtale:

Praktiske råd om det å snakke sammen

Tid og pauser

I forrige nummer av *Afasiposten* snakket vi om det å skape gode fysiske omgivelser for en samtale. Et slikt samtalemiljø kan skapes på en enkel måte. Hvis alle personene i samtalen lett kan se og høre hverandre, hvis det ikke er forstyrrende bakgrunnsstøy, og hvis det ikke er for mange personer med i samtalen, så kan vi snakke om et godt fysisk samtalemiljø.

I denne utgaven av *Afasiposten* skal vi konsentrere oss om en annen side ved det å snakke sammen, nemlig tid og pauser. Vi har tidligere i denne spalten understreket betydningen av å ha – og å ta seg – god tid. Ved å forsikre den som har afasi (og deg selv) om at "vi har god tid", kan vi bidra til at pausene i samtalen ikke oppleves som forstyrrende "pinlige pauser".

Samtalemiljø I – Afasiposten 3/2015
Samtalemiljø II – Afasiposten 4/2015
Tid og pauser – Afasiposten 1/2016
Samtalestrategier I
Samtalestrategier II
Samtalestrategier III
Kroppsspråk
Lese – skrive – tegne
Oppsummering

I en såkalt normal samtale er pausene mellom det som sies ytterst korte. Ofte er det bare snakk om et millisekund eller to fra noe er sagt til neste person tar ordet. Og faktisk er det slik i "normalsamtaler" at vi ofte tillegger selv ganske korte pauser betydning. La oss si at du spør meg om jeg har lyst til å gå på kino i kveld. Hvis jeg ikke svarer deg med en gang, men drøyer et par-tre sekunder, er det sannsynlig at du tolker denne pausen som et uttrykk for at jeg av en eller annen grunn ikke *kan* eller *vil* svare "ja" på spørsmålet. Det blir dermed trolig ingen kinotur... Men når en person som har afasi deltar i samtalen, sier det seg selv at tempoet må senkes. Dette vil være til hjelp og nytte – både for den som har afasi og for samtalepartneren.

Det kan ofte være nyttigere å bidra til god tid, enn ukritisk å begynne å gjette hva personen med afasi forsøker å formidle. Å innta en lyttende holdning og å forsøke ikke å avbryte vedkommende unødige, er en del av det å demonstrere at vi faktisk *har* god tid i samtalen. Samtidig er én side ved det å ha en god samtale, det at vi faktisk hjelper hverandre når vi står fast. Å ha god tid i

samtalen betyr nemlig *ikke* å være unaturlig passiv i samtalen. Det betyr derimot å være en samtalepartner som aksepterer at pausene må være lengre og tempoet lavere enn ellers. Å ha god tid betyr å innta en aktivt lyttende holdning, samt å være oppmerksom og interessert. Dermed vil den som har afasi få mulighet til å delta i samtalen på en mer likeverdig måte enn ellers. Poenget må imidlertid være at vi på en naturlig måte kommer med innspill som hjelper samtalen videre, uten at vi "snakker for" personen med afasi.



Vil du lese mer om afasi og samtale? Boken «Afasi og samtale. Praktiske råd om det å snakke sammen» (Novus forlag, 2006) ble til som følge av artikkelserien i *Afasiposten*. En ny og lettere revidert utgave av boken ble utgitt på Novus forlag i 2014.

En samtaledeltaker som har afasi trenger tid til å oppfatte det som blir sagt, men også til selv å finne rett ord eller uttrykksmåte. Ofte kan budskapet "vi har god tid" være det som skal til for at vedkommende greier å prestere bedre i samtalen. Dette gjelder særlig dersom han eller hun uttrykker at "jeg vet det så godt, men jeg får ikke sagt det". Men det gjelder

GI TID - NÅR SPRÅK GÅR ISTYKKER

- **Gi åpent uttrykk for at "vi har god tid!"**
- **Innta en lyttende holdning, vær en "aktiv lytter"**
- **God tid gir den som har afasi tid til å forstå og til selv å formidle**
- **God tid roer samtale- og taletempoet**
- **Samtidig som vi avventer og gir god tid, så må vi hjelpe til eller gjette på de stedene i samtalen der samtalen og/eller personen med afasi selv "inviterer" til dette**

også generelt for samtaler der personer med afasi deltar. Opplevelsen av å ha god tid kan lette det presset den som har afasi legger på seg selv. God tid er dermed ofte den beste hjelpen vi kan gi.

Holdningen "vi har god tid" øker dessuten vår egen toleranse for pauser eller opphold i samtalen. Samtidig kan denne holdningen føre til at vi mer naturlig innstiller oss på å senke vårt eget taletempo, noe som i seg selv roer samtalen og gir den vi snakker med, større muligheter til å forstå det som blir sagt. Å ta seg god tid vil øke sannsynligheten for at samtalen blir vellykket. Samtidig vil det å ta seg god tid i samtalen slett ikke nødvendigvis "ta så lang tid" som vi kanskje skulle tro.

Når 'språket går i stykker' kan det innebære vansker med å snakke, lese, skrive og tolke eller forstå det andre sier.

Det er vanskelig å sette seg inn i situasjonen til en som har mistet evnen til å uttrykke seg, og som stadig utsettes for misforståelser og oppgitthet over manglende forståelse hos en møtende person.

Uheldige opplevelser

Personer med afasi har vansker med å få forklart seg fordi de ikke har de rette ordene og får ikke uttalt dem til korrekt tid. Uheldige opplevelser gir dårlig erfaring for den som har kommunikasjonsvansker. Vi kjenner til mange eksempler for at personer med afasi har blitt tatt for å være beruset eller dum, og blitt behandlet deretter.

En restaurantopplevelse eller et butikkbesøk har endt med utkastelse og en dårlig/nedbrutt selvfølelse.

Gi Tid materiell

Hos Afasiforbundet kan du bestille (gratis) en brosjyre og et plastkort der det står forklart om afasi og hva som kan hjelpe.



Ved å bli gitt litt ekstra tålmodighet i møtet med andre mennesker, øker sjansene for at personen med afasi kan greie å forklare seg, til å bli forstått og til selv å forstå.

Det har vist seg at disse enkle grepene har betydning for afasirammede og er et konkret eksempel på hvordan man kan hjelpe en som har disse vanskene.

Tid og tålmodighet kan øke mestring

Det å kjøpe seg en billett eller et frimerke kan være en stor utfordring og psykisk påkjenning for den som ikke har ord og ikke får sagt det han/hun/vedkommende vil.

Minneord om Olafur Petursson

Afasiforeningen for Oslo og omegn fikk en trist beskjed om at vår leder Olafur døde 20. februar etter noen måneders sykdom.

Fredag 4. mars ble han bisatt i Vestre gravlund kapell. Seremonien var verdig, fin og samtidig vemodig. Det var mange til stede i kapellet, med familie i Norge og Island, venner og flere afasivenner.

Olafur fikk hjerneslag for 6-7 år siden. Han ble medlem i afasiforeningen, etter hvert ble han leder. Han var aktiv og engasjert inntil sykdommen stoppet ham. Vi håpet og trudde at han kom seg, dessverre gjorde han ikke det.

Olafur kunne mye om data; et virkemiddel i hans afasi, og i tidligere yrkesliv. På et medlemsmøte holdt han foredrag om Nordens historie fra Istiden til Kalmarunionen 1397, med powerpoint. Han hadde interesse for historie.



Olafur hadde en fin personlighet, vennlig og lett å prate med. Han blir savnet i foreningen.

Ingrid Lund

11 gode grunner til å smile bredt hver dag

1. **Det bedrer sinnsstemningen.**
2. **Reduserer stress.**
3. **Gjør deg mer tilnærmelig.**
4. **Genererer positive tanker.**
5. **Inngir mer tillit.**
6. **Det er smittsomt.**
7. **Kan styrke kroppen på cellenivå.**
8. **Styrker immunforsvaret.**
9. **Øker produktiviteten.**
10. **Gjør deg mer kreativ.**
11. **Dessuten er det gratis!**

Kilde: Huffington Post





Program til landsmøte og kurs 27.-29. mai 2016

Afasiforbundet inviterer til landsmøte 27. - 29. mai 2016
på Quality Airport Hotel Gardermoen, Jessheim Nord

En helg til inspirasjon og motivasjon.

Fredag 27. mai kl. 15.00:

Hjernen trenger mer fokus

v/Hjernerådets leder Aud Johanne Kvalbein

Kunsten å mestre livet når hodet halter

v/Jan Schwencke, brukerkonsulent på Sunnaas, foredragsholder og musiker.
Rammet av hjerneslag i 2009.

Lørdag 28. mai kl. 09.30:

Slagbehandling utenfor sykehus, erfaringer og veien videre

v/Norsk Luftambulans

Afasi i historisk perspektiv

v/logoped Liv Stabell Kulø

Livet, lusten og lærandet

Ingrid E Michaelsen, Musik-Bildterapeut och kursledare i

«Du & Jag- Dialog genom sång-bild-ord.»

Kristina Lindgren, överläkare på Neurolog- och Rehabiliteringskliniken CSK,
Centralsjukhuset i Karlstad.

Tidspunkter:

Fredag 27. mai: To foredrag til inspirasjon 15.00 – 18.00
Middag kl. 19.30

Lørdag 28. mai: Tre foredrag til inspirasjon 09.30 – 13.00
Lunsj kl. 13.00

Lørdag 28. mai: Landsmøte 15.00 – 18.00
Middag kl. 20.00

Søndag 29. mai: Landsmøte 10.00 – 13.00
Avslutning lunsj

PRISER:

Konferansepakke pr. døgn: **kr 1.700**

Ankomst fredag med middag og avreise etter lunsj søndag: **kr 3.400**

Fredag «dagpakke» kun foredragene: **kr 400**

Lørdag «dagpakke» inkl. foredragene og lunsj: **kr 500**

Påmelding:

Afasiforbundet på afasi@afasi.no eller tlf. **22 42 86 44** innen **22. april 2016**

Følg med på våre nettsider www.afasi.no for detaljert informasjon om delegater etc.

Velkommen til inspirerende kurs og landsmøte!



...når språket går i stykker



Vi må teste framandspråklege på alle språk for å finne ut kva for nokre språkmodalitetar som er råka, og i kva for eit omfang; forstå, snakke, lese og skrive. Det er nemleg ikkje gitt at alle språk er like hardt ramma av afasien, sjølv om dette er tilfelle hos dei fleste, seier logoped og seniorrådgjevar Monica Knoph i Statped. (Illustrasjon: fotolia.com)

Framandspråklege med afasi må testas på fleire språk

Av: **Ragnhild Thomsen Thornam**, kommunikasjonsrådgiver, Statped

Hos fleirspråklege som får afasi, kan behandling på berre eitt språk føre til betring av dei andre språka. Ved behandlingsstart er det likevel viktig å teste alle språka for å få eit korrekt bilete av språkvanskane.

Eit hjerneslag fører ofte til afasi, som er svikt i evna til å bruke og forstå ord. Meir enn 5000 vaksne blir årleg råka av afasi i Noreg.

Afasi artar seg på ulike måtar, men mange har til dømes problem med å finne ord eller skilje mellom ja og nei. Hjernen reparerer seg til ein viss grad sjølv, men

hjelp frå logoped er likevel viktig for å betre språket.

Behandling av afasi starter med testing for å få ein oversikt over språkvansken. Forsking viser no at det ikkje er nok å teste berre på norsk viss ein person dagleg snakkar fleire språk. Likevel er dette mest vanleg når den afasiråka kjem til logoped.

– Vi må teste på alle språk for å finne ut kva for nokre språkmodalitetar som er råka, og i kva for eit omfang; forstå, snakke, lese og skrive. Det er nemleg ikkje gitt at alle språka er like hardt ramma av afasien, sjølv om dette er tilfelle hos dei fleste, seier logoped og seniorrådgjevar Monica Knoph i Statped.

Fekk ulike resultat med norsk og farsi

I haust disputerte ho med ein doktorgrad om fleirspråklege og afasi ved MultiLing Senter for fleirspråklegheit på Universitetet i Oslo.

I den innleiande kartlegginga nyttar logoped ein standardisert internasjonal test som er oversett og tilpassa til meir enn 65 språk. The Bilingual Aphasia Test er lett å nytte og gir eit godt innblikk i korleis afasien rammar språkdugleikane til personen med afasi. I forskinga si har Knoph gjort ei kartleggingsstudie der ho testa same person på norsk og farsi.

– Testen ga ulike resultat når eg kartla norsk og farsi. Dette viser at språka har ulik struktur og at dei blir ramma ulikt av afasien. I tillegg var det avvik mellom det testane viste og det som pårørende fortalde om vanskane. Det fortel oss at nærpersonar kan ha feil oppfatning av problemet, seier Knoph.

Under testinga på farsi nytta Knoph tolk. Ho erfarer at det går greitt å nytte tolk, men tolken må både lærast opp i å kommunisere med afasiråka og i å kartlegge.

Behandle på eitt språk

Knoph si forskning viser at å behandle afasi på eitt språk, kan føre til betring også på dei andre språka hos ein fleirspråkleg person. I ein større studie med tre informantar behandla Knoph på norsk, men testa jamleg korleis behandlinga påverka dei andre språka. Informantane snakka høvesvis to, tre og fire språk kvar.

– Informantane blei betre i både norsk og dei andre språka, særleg dei språka som strukturelt er mest like norsk.

Å behandle på eitt språk, kan altså føre til betring på dei andre språka. Det ser heller ikkje ut som om dei andre språka tar skade av at behandlinga skjer på eitt språk, seier Knoph og held fram:



Logoped og seniorrådgiver i Statped, Monica I. K. Knoph
Foto: Ram Gupta

Doktorgraden til Monica I. K. Knoph er finansiert gjennom ExtraStiftelsen via Afasiforbundet i Norge og er den andre doktorgraden i Norge som omhandler Afasi.

Cand. Ed. og logoped LMNLL **Monica I. N. Knoph** disputerte torsdag 10. desember 2015 ved institutt for lingvistiske og nordiske studier, Universitetet i Oslo, for graden ph.d.

Tittelen på hennes avhandling er *Language assessment and therapy for verb production impairments in multilingual aphasia*, og er den første **om flerspråkligheit og afasi** i Norge. Arbeidet er finansiert med midler fra ExtraStiftelsen via Afasiforbundet i Norge.

Monica har vært en nær samarbeidspartner i forbundet og afasiteamet på Bredtvet. Derfor var dette en stor dag for hele afasimiljøet.

Vi gratulerer Monica så mye med doktorgraden!



– Helsepersonell seier gjerne at fleirspråklege må unngå å snakke morsmålet fordi det kan virke negativt inn på utviklinga av norsk. Dette ser ikkje ut til å stemme, seier Knoph og støttar seg både på eiga og internasjonal forskning.

Ho meiner funna også seier noko om lagring av språk i hjernen.

– Viss eitt språk påverkar eit anna, betyr det at språka må vere bunde saman på ein måte, seier Knoph.

Sjølv om behandling skjer på norsk, er det likevel viktig å ha kunnskap om morsmålet til personen som er råka av afasi.

Mellom anna er dette naudsynt for å informere pårørende om korleis dei kan legge til rette for god kommunikasjon med personen.

– Personar med afasi treng ofte tilrettelegging. Viss han har problem med å forstå, kan pårørende skrive ned stikkord undervegs i samtalen. Om han blandar ja og nei, må pårørende gjere grep for å sikre seg at orda blir forstått riktig, seier Knoph.

Behandle på eit framandspråk

I forskinga si har Knoph også testa å behandle på eit framandspråk. Ho behandla sjølv ein mann med afasi på engelsk, eit framandspråk dei hadde felles. Behandlinga ga gode resultat. Knoph oppmodar difor andre logopedar til å nytte eit felles framandspråk for afasiråka som ikkje kan norsk.

– Det er ikkje ideelt å behandle på eit framandspråk, men utan dette hadde ikkje personen fått hjelp. Ein kan gjere større skade ved ikkje å behandle enn å behandle på eit anna språk, seier Knoph.

Personen snakka arabisk, tysk og engelsk og kom til Noreg for å jobbe. Etter berre tre månader blei han råka av slag. Han kunne

Døme på treningsoppgåver:

- repetere verb og substantiv som logopedan seier
- seie kva ein ser på eit bilete
- finne ord som rimar
- finne eigenskapar eller trekk ved ord
- sortere ord i kategoriar
- matche ord til bilete
- matche ord til ord
- definere eller skildre ord
- finne synonym til ord

ikkje norsk og fekk ikkje oppfølging av logoped. Etter tre år hamna han hos Knoph, som ville prøve å behandle mannen på eit felles framandspråk.

– Både engelsken og arabiskan blei betre, ifølge familien og formelle testar. Før behandlinga mangla han strategiar for å finne ord. Difor ga han berre opp når han ikkje fann orda. Med behandling blei han betre på ordleiing og lærte seg strategiar for å halde fram når han sto fast, fortel Knoph og held fram:

– Dette viser at å behandle på eit felles andrespråk er ein mogleg metode for logopedar.

Viktig å vektlegge verb

Knoph har undersøkt effekten av å legge vekt på verb i behandlinga av afasi. Det er til no forska mest på bruk av substantiv i behandlinga av afasiråka, men Knoph har i studiane sine systematisk forsøkt å hjelpe afasiråka til å bruke verb meir.

– Mange med afasi har problem med å forstå og finne verb. Viss dei blir flinkare til å bruke verb, blir dei også flinkare til å bruke heile setningar. Eg foreslår difor at logopedar bør fokusere meir på verb, sjølv om verba er vanskelege for mange med afasi. Verb er rett og slett viktigare for setningsstrukturen enn substantiv, seier Knoph.

Det er mange måtar å trene opp språkevna etter afasi. Treninga blir tilpassa behova og vanskan til den enkelte.

Knoph har også sett på effekten av å bruke ulike kartleggingsverktøy undervegs i behandlingar. Erfaringa er at formelle testar bør supplerast med andre former for

undersøkingar. Døme på dette er historier og teikneseriar fordi dei avdekkjer andre språkvanskar enn dei formelle testane.

Vanskeleg å nå dei fleirspråklege

Gjennom forskning og klinisk arbeid erfarer Knoph at det er vanskeleg å få fleirspråklege til å ta imot behandling for afasi. Ho peiker på fleire moglege årsaker, som at det er skambelagt å ha problem med språket, at ein i større grad ordnar problem i familien eller at dei ikkje får nok informasjon om tilbodet.

– Minoritetsgrupper får hjelp i akuttfasen, men forsvinn ofte ut av systemet i oppfølgingsfasen. Det er synd, fordi vi veit at logopedi hjelper, seier Knoph.

Nytt om ExtraStiftelsen

ExtraStiftelsen er alltid på jakt etter de beste ideene innen frivillighet og helse. Har du en god ide men mangler penger til å gjennomføre den? Da kan du kanskje søke ExtraStiftelsen om midler.

I år er det nye søknadsfrister for forskning og for helse:

9. mai: Søknadsfrist for **forskningsprosjekter**.
31. august: Søknadsfrist for **helseprosjekter**.

Fra i år er områdene forebygging og rehabilitering slått sammen til betegnelsen «helseprosjekter».

Om forskningsprosjekter

1. mars åpnet ExtraStiftelsen den første søknadsrunden for den nye forskningsstrategien. Siden starten i 1996 har ExtraStiftelsen støttet totalt 816 forskerstillinger gjennom organisasjonene, der mange av forskningsprosjektene har blitt til varige tilbud i helsetilbudet i Norge.



Midlene skal nå knyttes til forskning enda tettere opp mot helseutfordringene som innbyggerne i Norge møter i sitt dagligliv ute i kommunene.

Du kan lese mer på www.extrastiftelsen.no

Forskningsmidler fra ExtraStiftelsen kan du som forsker søke gjennom Afasiforbundet. Søknadsfristen er **9. mai**.

Ta gjerne kontakt med oss i god tid før fristens utløp:

Marianne Brodin, marianne@afasi.no, tlf. 22 42 86 44 eller Line Haaland-Johansen, line.haaland-johansen@statped.no

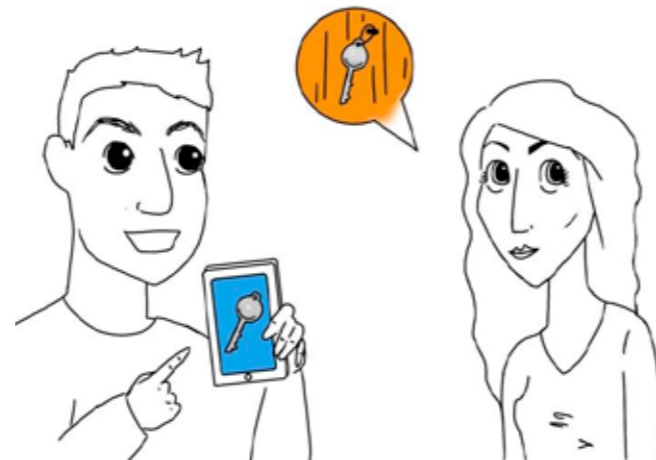


Kommunikasjon er så mangt

Oppsummering og avslutning av prosjekt Lisbeth S. Sørensen og Randi Gunnerød

«Kommunikasjon er så mangt» er et modellprosjekt som er finansiert gjennom Extra- stiftelsen med Afasiforbundet som søkerorganisasjon. Prosjektlederne jobber ved Molde voksenopplæringscenter. Prosjektet har tidligere vært presentert gjennom artikkel i Afasiposten nr. 3 2015. Hensikten med prosjektet har vært å få erfaringer med bruk av nettbrett i kommunikasjon for voksne med afasi, pårørende eller fagfolk kan ha nytte av.

I denne artikkelen vil vi presentere resultatet av prosjektet. I prosjektet har vi også reflektert omkring behov for, og organisering av opplæring. Selv om dette ikke i utgangspunktet var tema for vårt prosjekt, vil vi beskrive og



drøfte de utfordringene vi ser at kommunene står overfor når det gjelder nettopp dette.

Organisering

Vi inviterte medlemmer i Trondheim og omegn afasiforening til et kurs i bruk av nettbrett. Kurset heter «Kommunikasjon er så mangt»

- bruk av nettbrett for selvstendighet og deltakelse i hverdagen. Målsetningen med samlingene var å;

- gi deltakerne ferdigheter i bruk av nettbrett for å supplere og støtte kommunikasjon
- oppnå større mulighet til selvstendighet og deltakelse i hverdagen

Det viste seg å være stor interesse for et slikt kurs og mange aktuelle kandidater meldte seg. Vi valgte ut 6 personer som utgjorde prosjektgruppa. I tillegg til disse deltok logoped som er i daglig kontakt med deltakerne på samlinger og bidro med verdifulle innspill. Vi gjennomførte 4 helgesamlinger med deltakerne. På samlingene jobbet vi med bruk av nettbrett, ulike apper, innstillinger mm.

Erfaringer

Vi hadde individuelle samtaler med alle deltakerne før, underveis og etter samlingene. Vi ønsket informasjon om hva de mente om opplegget, eventuell effekt, og råd og tips vi kunne ta med oss videre i arbeidet. Det som blir beskrevet videre bygger på dissesamtalene i tillegg til observasjoner vi gjorde underveis.

Samlingene gikk over to dager med totalt 13 timer inkludert pauser og lunsj. Alle deltakerne framhevet at god tid var en viktig suksessfaktor når de skulle lære å bruke nettbrettet. Vi vekslet mellom demonstrasjon av ulike apper, innstillinger etc, gruppeveiledning og individuell veiledning. Vår erfaring er at demonstrasjon og felles undervisning fungerer når noe skal presenteres, men individuell veiledning er svært viktig. Dette er også noe deltakerne har presisert.

Flere av deltakerne sa at de syntes det var litt for lenge mellom samlingene. Ikke alle hadde noen de kunne spørre om hjelp når de sto fast og trengte litt bistand for å jobbe videre med det de hadde lært på kurset, og da ble det lenge å vente til neste samling. En av deltakerne hadde med seg logopeden sin på alle samlingene og det var tydelig at det ga økt utbytte.

I prosjektet har vi ikke jobbet med apper for trening av språklige ferdigheter. Vi har hatt fokus på nyttige «hverdagsapper» som skal gi en effekt gjennom å være brukbar her og nå. Eksempler på slike apper er notater, bilder, handliste, yr, kart etc. Hovedmålet i prosjektet har vært at ut i fra de utfordringene den enkelte



har skal vi finne bruksmåter på nettbrettet som i noen grad kan kompensere for det som er vanskelig. Etter prosjektet oppga alle at de brukte iPaden mer enn tidligere og på andre områder enn før. Alle sier de har stor nytte og glede av å bruke nettbrett.

Oppfølging og hjelp

Som sagt i innledningen har vi gjort oss erfaringer med organisering av opplæring og behov for opplæring som vi ønsker å bringe videre. Dette bygger på erfaringer fra prosjektet, men også erfaringer fra vårt daglige arbeid ved Molde voksenopplæringscenter. Gjennom de artiklene vi har skrevet og i støttematerialet har vi framhevet at nettbrett er allemannseie og at terskelen for bruk ikke er så høy. Vi ønsker å nyansere dette noe. Alle personene med afasi vi har møtt, har hatt behov for systematisk og grundig opplæring. Ingen av deltakerne i vårt prosjekt hadde undervisning etter opplæringsloven. Gjennom kontakt med ulike kommuner ser vi at det varierer i hvor stor grad en får tilbud om voksenopplæring i slike situasjoner. I vår kommune får en vedtak om spesialundervisning etter en sakkyndig vurdering fra PPT dersom det foreligger behov for slik opplæring. Mange med afasi har behov for opplæring i alternativ og supplerende kommunikasjon enten midlertidig eller varig. Gjenvinning av tale, lese og skriveferdigheter gjennom behandling hos logoped vil være målet for de fleste. Mange mennesker med afasi vil allikevel ha behov for kompensatoriske hjelpemidler. I dette arbeidet er voksenopplæringen en viktig aktør.

Støttemateriell

Ut fra de erfaringene vi gjorde og de tilbakemeldingene vi fikk, har vi laget et idehefte som vi håper at kan gi inspirasjon og ideer til å komme i gang med å utnytte nettbrett og smarttelefon for mennesker med afasi eller andre typer

kommunikasjonsvansker. I tillegg til ideheftet har vi laget film med smakebiter på enkle funksjoner og tips. (Både filmen og ideheftet finnes på afasiforbundets hjemmesider) Mange tenker ikke på at de praktiske løsningene nettbrettet og mobilen representerer for de fleste, også er nyttig og brukbart for de som har behov for ekstra støtte. Tradisjonelle hjelpemidler for kommunikasjon er ofte vanskelige å tilrettelegge og å lære å bruke. Da vi søkte etter deltakere til prosjektet vårt, fikk vi flere forespørsler fra folk som hadde avanserte kommunikasjonshjelpemidler liggende. De hadde fått hjelp til å søke hjelpemiddelsentralen om disse, men aldri fått opplæring i å bruke dem. Vår erfaring med avanserte kommunikasjonshjelpemidler er at dersom en skal lykkes med bruken av disse, krever det mye både av bruker og tilrettelegger. Erfaringene med bruk av slike kommunikasjonshjelpemidler for mennesker med afasi, er heller ikke entydig positive. Vi ønsket å ta i bruk allmenn teknologi som også mange som får afasi er godt kjent med. Det at dette er allemanns-eie gjør også at mulighetene for å få hjelp er store. Alle, både barnebarn og voksenopplæringa har etterhvert god kompetanse i å bruke nettbrett og mobiltelefon, og kan hjelpe dersom personen med afasi står fast. Ideheftet skal være med på å vise hvilke muligheter som ligger tilgjengelig uten store anstrengelser eller investeringer.



Afasi, en hverdag uten tale

Helsefagarbeiderklassen på Bjørkelangen videregående skole

Klassen vår fikk besøk av Alf Øyvind (bruker), Lisbeth (pårørende), Anett (BPA) og Sissel som er logoped. Vi fikk en innføring i hva afasi er og hvordan dette påvirker både pasienter og deres pårørende. Alf Øyvind har afasi etter en hjerneblødning i 2009. Dette endret livene deres, og de fikk hverdagen snudd på hodet. De snakket om sine erfaringer med sykdommen og hvordan de har lært seg å leve med den nye livssituasjonen. Det var Lisbeth som fortalte alt, da Alf Øyvind ikke har tale. Vi fikk ta noen bilder, og det var greit for Alf Øyvind. Dette var veldig lærerikt, Alf Øyvind hadde med seg en Brukerstyrt Personlig Assistent (BPA). Hun fortalte litt om hvordan hennes arbeidssituasjon var. Vi lærte mye om afasi, når vi fikk disse på besøk, som kunne fortelle om egne erfaringer og hvordan det er å leve med dette. De kunne også vise hjelpemidler til kommunikasjon for eksempel en app som kan være med å gjøre hverdagen enklere. Ved at Alf Øyvind kan kommunisere med omverden. Det var også lærerikt å høre på logopeden som hadde lang erfaring med å arbeide med denne problematikken.

Vi anbefaler også andre klasser å få besøk av disse blide og hyggelige menneskene som var åpne om sine problemer og erfaringer. Afasi er en språkforstyrrelse som følge av sykdom eller skade i hjernen. Afasi innebærer som regel vansker med både å bruke og å oppfatte språk, og vansker med å lese og skrive.

SKOLEBESØK PÅ BJØRKELANGEN

Aurskog-Høland Afasiforening holdt foredrag for helsefagarbeiderklassen på Bjørkelangen videregående skole før jul. Lisbeth Espenes fortalte litt om sin situasjon som pårørende til Alf Øyvind og Sissel Tønneberg holdt et mer faglig foredrag. Til slutt fikk elevene utdelt materiell om afasi. "Hva er afasi" heftet og brosjyrene ble veldig godt mottatt. Afasiforeningen var glade for å kunne dele av sine erfaringer og kunnskap til skoleelevene.



Berit Fagertun har, til tross for et alvorlig hjerneslag i en alder av 27, trosset fagfolkenes tvil og flere ganger reist ut i verden som frivillig hjelpearbeider (Foto: Kurt E. Holm).

Berits reise

Tenk deg at du er et ungt menneske i din beste alder. At du er forelder til en aktiv fireåring. Du er i ferd med å avslutte din sykepleierutdanning. Du drømmer om å reise ut i verden og drive frivillig hjelpearbeid fordi du har et hjerte som brenner for de som har det vanskelig og tungt i verden. Alt ser ut til å ligge til rette for at alle dine drømmer skal gå i oppfyllelse.

Så, i løpet av noen sekunder rammer katastrofen. Alle dine drømmer blir knust. Du mister muligheten til å ta deg av ditt eget barn, til å kommunisere. Du mister kontrollen over din egen kropp. Ja selv det å tenke gjør vondt.

Det var dette som skjedde med Berit Fagertun.

Forsvant ut av meg selv

Det var dagen før hun skulle opp til eksamen, hvor hun deltok i en kollokvi gruppe, et faglig forpliktende fellesskap som er et viktig og nødvendig supplement til forelesninger og øvrig undervisning, på sykepleiehøgskolen. Utpå dagen måtte Berit en tur på toalettet. - Idet jeg reiste meg opp og skulle dra opp glidelåsen i dongeribuxen kjente jeg at noe forferdelig skjedde. Det var som om noe løsnet fra hodet, for nedover kroppen og forsvant. Det var en følelse av at jeg forsvant ut av meg selv. På noen annen måte kan jeg

ikke forklare det. Det følte som om jeg sto utenfor meg selv og bare skallet sto igjen, forklarer hun.

Klarte ikke snakke

- Så sto jeg der. Jeg fattet ikke hva som hadde skjedd og var fullstendig forvirret og ikke minst livredd. Jeg kom meg ut av toalettet og gikk bort til resepsjonen for å forklare hva som hadde skjedd. Men jeg fikk det ikke til. Jeg ville så gjerne si noe, forklare meg, men nei. Det ville seg ikke slik, forteller Berit. Heldigvis forsto resepsjonisten hva som hadde skjedd og fikk tilkalt hjelp. To medstudenter fikk henne inn i en bil og deretter gikk turen rett til Haukeland Sykehus. - Det viste seg at jeg hadde fått et kraftig infarkt i hjernen, sier hun stille. Deretter fulgte fire år med dype depresjoner.

Intens smerte

- På sykehuset ønsket jeg bare å være alene. Så snart jeg skulle tenke på det som hadde skjedd og prøve å forklare noe, gjorde det intenst vondt i hodet, fordi infarkt var så ferskt, det var som et åpent sår. Jeg ville helst trekke meg tilbake og bare ligge og se på skyene som seilte forbi sykehusvinduet og ikke tenke på noen ting. Det var de eneste gangene jeg ikke kjente noen smerte.

Etter slaget

Berit forteller at hun alltid har elsket å lese. Hun leste alt mulig og var opptatt av samfunnsspørsmål, og interesserte seg for både innenriks- og utenrikspolitiske spørsmål. Hun var i det hele tatt opptatt av alt som skjedde i samfunnet og samtiden. - Jeg ble fortvilet med tanke på å ikke skulle få delta og engasjere meg i det som rørte seg i tiden. Her lå jeg og var fullstendig avhengig av andre menneskers hjelp, måtte bruke rullestol for å komme meg fram. Jeg kunne bare glemme alle planer og drømmer jeg hadde for fremtiden. De ville nok aldri bli realisert. Det å få reise til et utviklingsland og

jobbe med bistandsarbeid, det å få lære andre lands historie og kultur å kjenne var ikke lenger en mulighet for meg. Slik tenkte jeg, forklarer hun.

Psykologens "dom"

Ting ble heller ikke bedre av at hun møtte negativ tenkning selv fra fagpersoner innen helsevesenet. - Jeg hadde en gang en samtale med en psykolog. Vi pratet vel og lenge, men konklusjonen på samtalen satte meg helt ut. Han gjorde det klart at verken min familie eller jeg selv måtte ha noen forventninger til meg. Det var som et knusende nederlag. En slik «dom» fra en fagperson førte til at jeg gikk ned i en enda dypere depresjon. Det tok lang tid før jeg kom over dette, forteller hun.

Den første seieren

Likevel gav hun ikke opp. Hun sier at det var tider da alt hun foretok seg ble gjort totalt mekanisk, uten følelsen av å være til stede. Alt var mørkt og tungt. Ingen lys, bare et eneste stort svart hull. Det var ingen glede, alt var bare et slit. Likevel var hun innstilt på å ikke gi opp. Og sakte, men sikkert begynte de positive tankene å gjøre seg gjeldende. - Som sagt så har jeg alltid elsket å lese. Så jeg begynte å lese romanen «Røtter» av Alex Haley. Det tok meg noen måneder, men jeg kom meg gjennom den til slutt. Lesehastigheten kunne selvsagt ikke sammenlignes med den jeg hadde før slaget, men jeg hadde faktisk kommet meg gjennom boken. Det var den første utfordringen jeg hadde gitt meg selv. Det var også min første seier. Endelig var jeg på rett vei. Slaget rammet meg i 1977. Det tok rundt seks år med trening før jeg hadde fått nok energi til å, for eksempel, gå ut på en kafe etter en treningsøkt, forteller hun.

Utdanning og jobb

Nå var Berit Fagertun klar til å erobre verden. Hun har riktig nok visse fysiske utfordringer

som følge av hjerneslaget. Hun må gå med en krykke og har kraftig redusert funksjon i høyre hånd. Men for henne var dette utfordringer, ikke problemer. I 1983 følte hun seg sterk nok til å søke jobb.

- Og arbeid fikk jeg! Jeg begynte å jobbe i boliger for psykisk utviklingshemmede. Det var også en seier for meg. Men jeg ville noe mer, og etter noen år bestemte jeg meg for å ta opp siste året på sykepleien og bli sertifisert sykepleier. I 1990 gikk jeg opp til avsluttende eksamen. Så tok jeg meg en velfortjent ferie. Da jeg kom hjem fra ferie lå det en stor konvolutt i postkassen. Den var fra fra Høgskolen i Bodø. Med skjelvende hender og bankende hjerte åpnet jeg forsiktig konvolutten. Ja! Min sykepleiereksamen var bestått. Jeg var endelig ferdig utdannet sykepleier. Fram til da var dette den største dagen i mitt liv, sier hun stolt. Samme høst begynte jeg å jobbe som sykepleier på Bodø Psykiatriske Sykehus og der ble jeg i 13 år.

Ut i verden

Fortvilelsen Berit hadde følt i sykesengen etter hjerneslaget var nå erstattet med besluttsomhet og nye drømmer. Etter noen ferieturer til utlandet på egen hånd følte hun nå at tiden var inne til å virkeliggjøre drømmen om å reise ut i verden som frivillig hjelpearbeider.

- Jeg hadde veldig lyst til å dra til Calcutta i India. Det var en drøm jeg hadde hatt siden jeg var ung. Så jeg tok kontakt med Mor Teresas Organisasjon i India, med forespørsel om å få jobbe som frivillig på barnehjem der. Etter noen uker fikk jeg svar fra Mor Teresa om at der de virkelig trengte hjelp var ved et Mor Teresa barnehjem i Moskva. - Kort fortalt så reiste jeg dit, siden jeg ikke reiste for min egen del, men for dem som trengte meg. På flyplassen ble jeg møtt av to nonner som kom heseblesende i sine hvite kjortler. De hadde stått og ventet på meg ved et annet fly. Da jeg så inn i øynene deres, følte jeg på en måte at jeg var kommet hjem. Jeg hadde endelig fått

oppfylt drømmen om å reise ut som frivillig hjelpearbeider, sier hun.

Flere reiser

Etter et halvt år i Russland bar det tilbake til Lofoten og Flakstad kommune i 2002, hvor Berit jobbet som sykepleier. I november samme året måtte hun likevel innse at Lofoten også kunne være en fiende.

- Vinteren i Lofoten kan være hard. Med mitt fysiske handikap ble det vanskelig å komme meg fram i all slags vær og vind, og i november 2002 sa jeg opp jobben. Men det åpnet seg flere muligheter for henne. I 2009 reiste hun som frivillig til Ghana.

- Jeg likte meg i Ghana fra første stund. Jeg gikk ut og så på folkelivet som var så totalt ulikt det jeg var vant til. Damene i sine praktfulle, fargerike drakter med et lite svart hode som stakk opp bak på ryggen, var et vakkert syn, minnes hun.

Men det skulle bli flere reiser på Berit Fagertun. Fra desember 2012 til mars 2013 reiste hun til Ecuador, Galapagosøyene og Guatemala.

- Målet var å bli en måned i Ecuador for å lære meg spansk. En uke brukte jeg på Galapagosøyene, og så var jeg to måneder som frivillig hjelpearbeider i Guatemala. Jeg ville vise at det er mulig etter et hjerneslag, og med et fysisk handikap å likevel kunne leve et meningsfullt liv, forteller hun.



I Ghana: I Ghana ble hun møtt med varme, både i bokstavelig forstand og i overført betydning.



I Guatemala: Her er Berit sammen med en av de mange ungene hun traff på sin reise til Guatemala.

Mellom to permer

For ti år siden bestemte hun seg for å skrive bok om sitt liv og fortelle om opp- og nedturene. Men først og fremst for å vise hva som er mulig.

- Når man fysisk trener for å opprettholde og forbedre sin funksjon i samfunnet, kan man gjøre så si alt man ønsker. Det er viljen og ønsket om å fungere optimalt som er avgjørende. Man må ikke sette stengsler for seg selv, og heller ikke la fagfolkene gjøre det. Jeg har erfart at det ikke er alle fagfolk som har tro på pasientenes muligheter. Mange er veldig opptatt av å sette diagnoser. Rett og slett sette folk i bås. Som regel godtar pasienten dette uten å stille kritiske spørsmål, sier hun.

Foreløpig uten tittel

På veien mot å bli den personen Berit er i dag har det vært mange sideveier. En av dem var Livskunsts skolen i Nusfjord. Hun har lært seg å male og tegne og alt dette har hun tatt med i boken, som enda ikke har fått noen tittel.

Manuset er ferdig skrevet og er inne til det man kaller «manusvask», der skrivefeil blir luket ut og andre rettelser blir gjort. I boken blir vi kjent med mennesker og steder hun har besøkt. Vi får dramatiske beretninger om brann og oppdragelsesmetoder som i vårt norske samfunn regnes som antikvariske. Vi blir kjent med barn som har lært Berits varme hjerte å kjenne. Men ikke minst blir vi kjent med en sterk kvinne med en urokkelig tro på seg selv.

- Jeg håper at et forlag vil gi ut boken, gjerne et lokalt forlag. Så får vi se om historien er interessant nok. Av natur er jeg nysgjerrig, jeg synes at livet er interessant og har mange utfordringer og muligheter som ligger og venter. Med min bakgrunn og alle de utfordringer jeg har møtt, har dette vært med på å skape den personen jeg er i dag. Hvor går veien videre? Hva ligger bak neste sving? Jeg er hele tiden på vei, og vil gjerne sitere den greske filosofen Aristoteles som sa at «Står man ved målet, angrer man ikke reisens møye og besvær».

Journalist: Kurt E. Holm

Artikkelen har stått på trykk i Avisa Lofoten og Afasiforbundet i Norge har fått tillatelse til å bruke artikkelen i Afasiposten.



En håndballtopp som vet hva afasi er

De fleste nordmenn ble endelig oppmerksomme på håndballguttas glimrende spill under EM i år. Aldri har det vært større interesse for tidenes beste lag. Det ligger selvfølgelig mange års forberedelser og enorm treningsinnsats bak dette.

Hele laget gnistret og samspilte suverent. Mediene skriver at de har en enestående lagmoral, der én kan steppe inn for en annen hvis det glipper. Også mellom kampene skal det være gøy, noe trener Christian Berge la vekt på da han overtok i 2014.



Et godt trenerteam gjorde gode beregninger og var heldig med spillerplasseringer, i tillegg til godt keeperspill selvfølgelig. Det er likevel lagets venstre kantspiller fra Tomter i Østfold vi vil fremheve, for en utholdende og

sterk Magnus Jøndal forsvarte plassen sin og laget sitt i hver eneste kamp. Han er kjapp, smart og smidig og har spilt håndball på høyt nivå fra han var 16 år. Med karrierestart for Tomter IL og Ski IL ble det videre mer alvor som voksen på Follo HK, og for tiden spiller han for elitelaget ØIF Arendal. Han er utdannet ved Norges Idrettshøgskole og jobber som idrettslærer på videregående skole ved siden av håndballen. Nylig ble det avklart at han fra sommeren skal han spille på det danske laget GOG Gudme nær Odense. Alltid på farten, men tar en tur innom barndomshjemmet og familie når han kan.

Far på landslaget i håndball

Bak enhver idrettsutøver står noen foreldre som har støttet enhver innsats i mange år, som ikke har brydd seg om at håndballen ofte føk veggimellom innendørs mange ganger. Med en ball, noen gutter og en døråpning som mål, blir det mye liv i huset.

Det er kanskje ikke så mange som vet at akkurat denne storspilleren har en far som også har spilt aktivt håndball på høyt nivå i mange år. Arild Jøndal storspilte og var toppscorer for Lillestrøm Håndballklubb i flere år, og fikk i alle fall fire landskamper tidlig på 80-tallet. Han etablerte seg med kone og to sønner i Tomter, og har alltid vært en aktiv mann med flere interesser som blant annet friluftsliv og særlig fisketurer i fjellet rundt gården Jøndalen ved Dovre.

Aktiv tross utfordringer

Arild jobbet som kommunekasserer inntil han ble rammet av hjerneslag både i 1987 og i 2001. En påkjørsel mens han syklet til jobb i 2004 medførte også hodeskade, og forverret afasien. Uhellene har ikke stoppet ham, heller ikke afasien. Han har vanskelig for å uttrykke

det han vil si, men han er god til å forklare rundt akkurat det ordet han vil frem til, og han bruker penn og papir og hele seg i forsøk på å få sagt det han vil. Fortsatt holder han seg i form med tandemsykling og svømming. Han har vært mannskap ombord på seilskuta 'Lord Nelson' på vei fra Ålborg i Danmark, via Norskekysten til Stavanger. En utfordring var å snakke engelsk, men etter hvert ble de praktiske oppgavene preget av trygghet, rutine og godt humør.

Det å takle noe nytt og prøve seg på utfordringer, og samtidig utforske konkurranseinstinktet ligger naturlig i Jøndalgenene.

Arild er ikke redd for å reise, enten det er her i landet eller det er ut i verden. Ettersom han måtte droppe bilkjøring, er han stadig å se på bussholdeplass og togstasjon på vei til et eller annet. Han er for eksempel med på arrangementer i regi av Foreningen for slagrammede i Østfold.

Han drar gjerne til inn til hovedstaden for å delta på arrangementer og turer i regi av Afasiforeningen for Oslo og omegn så ofte han har anledning. Han har vært en trofast møtedeltager i mange år, men vil gjerne se når sønnen spiller kamp og det passer.

Behov for afasikontakt?

En **afasikontakt** er en godkjent likeperson som selv har erfaring med afasi. Afasikontaktene har fått skoling og godkjenning av Afasiforbundet i Norge. Afasikontaktene har taushetsplikt og arbeider i tråd med etiske retningslinjer.

Liste over afasikontakter finner du på **www.afasi.no** eller ved å kontakte Afasiforbundet



Da Magnus spilte i Håndball-VM for juniorer i Egypt, var det broren Henrik som slo følge med faren for stå på tribunen og heie. Under de berømte EM-kampene nå sist så han to kamper via TV-skjermen på Lanzarote, og resten da han kom hjem. Han skulle nok gjerne vært i Polen også. Helt sikkert blir det noen turer til Danmark fremover.



Bestill fra nettbutikken

Nettbutikken finner du på www.afasi.no, eventuelt send epost til: afasi@afasi.no eller ring 22 42 86 44.

HAST – Haukeland Afasi Screening Test

Kartleggingsmaterieell for logopeder som er laget for akutfasen og publisert i 2010. Materiellet er utviklet av Logopedtjenesten Helse Bergen, ved Haukeland universitetssjukehus. Utviklingen av HAST er finansiert av ExtraStiftelsen Helse og Rehabilitering, via Afasiforbundet i Norge. Forfattere er Tone Sandmo, Ingjerd Haukeland og Synneve Stoller.

HAST-permen kan bestilles i nettbutikken eller ved å ringe Afasiforbundet.

Pris er kr 950,- inkl porto.



Fra permens innhold:

- Screening ved betydelige afatiske vansker
- Screening ved moderate og lette afatiske vansker
- Differensialdiagnose afasi – talepraksi – dysartri

Løsning: Afasiposten kryssord nr 4/2015

AULA-EN	S	ENDELØS	ETTERPÅ	EIRELENDET	I	BOLIG	VERDENSMESTERSKAP	V	M	M.O. DEL
LAND	A	U	S	T	R	A	L	I	A	☆
HOLDER I HÅN- DEN	L	E	I	E	R	SAMT- LIGE	A	L	L	E
BYTTE MIRAKEL	E	N	D	R	E	HARD	UNDER	L	INVI- TERE	VINNE OVER
L	U	N	D	E	R	BIT TRIUM- FERER	S	N	A	B
FULL- STEN- DIG	BIDIGE SPI- SING	E	N	E	S	T	E	ELLER LIG- NENDE	E	E
L	H	E	L	HILS- TE	N	E	I	D	E	LIKE STREV- DE
BENÅD- NING	T	I	L	G	I	V	E	L	S	E
S	I	G	LEVER KLOKKE	E	R	HUMRE	ADV.	ÅS- SIDE	L	I
BEVE- GELSE	N	D	R	O	P	E	L	A	T	E
SEN- DER	G	I	R	KVIN- NE- NAVN	R	E	N	A	T	E

Løsning: Søkeord

T	C	D	P	S	N	M	E	K	A	N	I	K	E	R
D	Ø	A	M	K	L	M	E	W	M	P	R	A	S	E
S	B	M	L	P	H	A	L	P	I	S	T	T	I	O
Ø	M	K	R	P	L	E	G	E	J	Y	P	Y	I	K
K	E	S	K	E	M	B	T	A	B	K	B	M	N	M
O	M	S	J	S	R	P	K	Ø	O	E	O	Y	G	S
N	W	K	R	Å	K	K	B	R	M	P	Y	N	E	I
O	V	R	U	A	F	I	K	U	E	L	O	X	N	B
M	F	T	R	I	X	Ø	U	N	S	E	T	E	I	G
U	B	I	N	H	O	P	R	W	E	I	B	Å	Ø	K
A	L	O	G	O	P	E	D	T	U	E	N	U	R	N
T	I	G	O	S	K	R	L	X	E	R	A	G	W	M



AFASIFORBUNDET I NORGE

- SPRÅKVANSKER ETTER HJERNESKADE

Torggaten 10
0181 Oslo

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

- Hovedmedlem (kr. 250,-)
- Husstandsmedlem (kr. 100,-)
- Støttemedlem (kr. 200,-)

Navn: _____
 Adresse: _____
 Poststed: _____
 Fødselsdato: _____ Telefon: _____
 Epost: _____



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



AFASIFORBUNDET I NORGE
TORGGATEN 10
0181 OSLO

Navn, adresse og telefon:



NORSK
←
AFASI

Nærmeste pårørende:



I AM SUFFERING FROM APHASIA This means that I have difficulty using and comprehending words, as well as reading and writing. Aphasia means, that the speech ability is reduced, due to a damage in the brain's speech senter. Please speak slowly and clearly



The Norwegian Aphasia Association
TORGGATEN 10
0181 OSLO, NORWAY

Name, Address and Telephone:



ENGELSK
←
AFASI

Next of Kin:

Afasiforeningen i Østfold

Inghild Bjørgestad
Krogstadveien 30
1640 RÅDE
Tlf.: 69 28 00 82
Mobil: 916 05 604
E-post: ingott@live.no

Afasiforeningen for Oslo og omegn

Frithjof Funder
Karl Andersens vei 21
1086 Oslo
Tlf.: 22 21 14 71
E-post: hfunder@online.no

Asker og Bærum Afasiforening

Greta Fredriksen
Bergersletta 4,
1349 Rykkinn
Tlf.: 909 67 929
E-post: gretafre@online.no

Marit Kaarbøe
Lindelia 15,
1338 Sandvika
Tlf.: 907 71 846
E-post: marit.kaarboe@gmail.com

Aurskog-Høland Afasiforening

Lisbeth Espenes
Vestrengåsen 3D
1960 LØKEN
Tlf.: 924 11 807
E-post: lisbtroe@online.no

Romerike Afasiforening

Trond Vestby
Kjerulfs gate 24
2000 Lillestrøm
Tlf.: 99356375
Epost: trond.vestby@hotmail.no

Kongsvinger og omegn Afasiforening

Vidar Hoel
N. Skogvei 1
2213 KONGSVINGER
Tlf.: 62 81 75 77
E-post: vida-hoe@online.no

Afasiforeningen i Hedmark

Afasiforeningen for Lillehammer og omegn

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

Afasiforeningen for Gjøvik og omland

Tor Raudajoki
Kolbuveien 165
2850 Lena
Tlf.: 995 13 290

Vestfold Afasiforening

Claus Malthé
Postboks 24
3281 TJODALYNG
Tlf.: 454 00 016
E-post: claus@malthé.no

Drammen/Kongsberg og omegn Afasiforening

Sissel Aaberg
Vinkelgt. 7
3050 MJØNDALEN
Tlf.: 971 86 848
E-post: eaaber@broadpark.no

Ringerike og omegn Afasiforening

Eivind Dybendal
N. Sandum
3536 NORESUND
Tlf.: 99289857
Epost: eivind.dybendal@freeway.no

Telemark Afasiforening

Ingeborg Vidsjå
Raskenlundveien 46
3928 PORSGRUNN
Tlf.: 35 51 05 08
E-post: turid.nilsen@hotmail.com

Sør-Rogaland Afasiforening

Gro Tingvik
Hordaveien 2B
4307 SANDNES
Tlf.: 905 11 317
E-post: thone@broadpark.no

Vest-Agder Afasiforening

Karin Valle
Bjørnsons vei 6
4700 Vennesla
Tlf.: 901 64 525

Aust-Agder Afasiforening

Afasiforeningen for Bergen og omegn

Ågot Valle
Parkveien 2B
5007 BERGEN
E-post: agot.valle@gmail.com
Tlf.: 930 63 624

Lisbet Eide
Slembeveien 1
5137 Mjølkeråen
Tlf.: 977 36 707
E-post: lisb-eid@online.no

Sunnhordland Afasiforening

Reidun Aarskog
Kårevikvegen 94
5412 STORD
Tlf.: 977 98 847
E-post: reidun.aarskog@logopednet.no

Haugesund og omegn Afasiforening

Per Gunnar Stormes
Jeppeveien 14
5538 HAUGESUND
Tlf. 52 71 38 13
E-post: pergstor@gmail.com

Ålesund og omegn Afasiforening

Aud K.Wiklund
Lerstadveien 168
6014 ÅLESUND
Tlf.: 97 50 02 34
E-post: aalesundafasi@gmail.com

Molde Afasiforening

Afasiforeningen for Ytre Nordmøre
Anne Kvande
Kaptein Bødtkers gate 21
6508 KRISTIANSUND
Tlf.: 922 01 216
E-post: anne.kvande@neasonline.no

Nordfjord Afasiforening

Eldbjørg Hatledal
PPT Stryn, Tonningsgt. 4
6783 STRYN
Epost: eldbjorg.hatledal@stryn.kommune.no

Afasiforeningen for Trondheim og omegn

Knut Otto Pettersen
Sigurd Jordsalfars vei 58
7046 Trondheim
Tlf.: 483 11 938
E-post: kpettersen27@gmail.com

Inherred Afasiforening

Bodø/Salten Afasiforening

Astrid Søreng
Sjøgt. 1
8006 BODØ
Tlf.: 913 71 553
E-post: astrid.soreng@icloud.com

Lofoten Afasiforening

Narvik og omegn Afasiforening

Solveig R. Halvorsen
Håreks gate 34
8514 NARVIK
Tlf.: 901 05 097

Rana og omegn Afasiforening

Brønnøy og omegn Afasiforening

Anne Marie Degerstrøm
Ternevn. 23
8900 BRØNNØYSUND
Tlf.: 75 02 23 07
E-post: ann-dege@online.no

Harstad og omegn Afasiforening

Ragnhild Fosside
Brattholtet 11
9414 HARSTAD
Tlf.: 997 90 757
E-post: ragnhild.fosside@harstad.kommune.no

Afasiforeningen i Alta

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

Sør-Varanger Afasiforening

Olaug Knutzen
Postboks 258
9915 Kirkenes
Tlf.: 934 83 492
E-post: sorvar.afasiforening@gmail.com