



AFASIPOSTEN

NUMMER 2 2016 - 27. ÅRGANG





VEPSEN

I stripet badedrakt
og ør av dødsforakt
flyr den med hevet spyd
midt i sin egen lyd.

Et ondt og giftig stikk
det korte øyeblikk
av salig raseri.

Og så er alt forbi.

Inger Hagerup



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:

Hogne Jensen – leder

Inghild Bjørgestad – nestleder

Styremedlemmer:

Eivind Dybendal

Trond Børseth

Sigrid Helene Lund

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

Vepsen	2
Lederen har ordet	4
Redaksjonen har ordet	5
Tilskudd til småhjelpemidler	7
Det handler om samtale:	8
Praktiske råd om det å snakke sammen	
Afasiforbundets landsmøte 27. – 29. mai 2016	12
Nytt styre i Afasiforbundet	17
Intervju med Marit	18
Nytt brukerhus i Haugesund	20
Søk om midler til helseprosjekter	21
Plutselig slag	22
Ti gode helseråd	23
Telemark Afasiforening feirer 25 år	24
Lydbøker - en vei til bøkernes verden	26
Sang - med språket i vranglås: Sangtekster	27
GI TID brosjyrer og kort	27
Søkeord	28
Afasipostens kryssord nr 2/2016	29
Løsninger kryssord og søkeord	30





Ellen Borge, forbundsleder

Takk for meg, og for lærerike år.

Vår første treårige landsmøteperiode er over, og jeg trer av etter syv år som leder. Det følger et stort og viktig ansvar med å gi afasirammede 'en stemme'. Vi skal

informere om hva afasi innebærer, om behov, om rettigheter, påpeke mangler og foreslå tiltak. Vi skal skape håp og bidra til et godt liv for alle med afasi. Jeg kom inn i dette arbeidet for femten år siden, og hadde ingen ambisjoner om å stå i toppen, enda mindre så lenge. Det har aldri manglet utfordringer og oppgaver!

Nasjonale retningslinjer for behandling og rehabilitering fra 2010 er under revisjon i år, og bekymring for logoped-dekningen i landet er fortsatt der.

Vi er et lite styre og helt avhengige av god kontakt og godt samarbeid med fagmiljøer og andre organisasjoner. Vi har svært engasjerte fagpersoner som bruker av sin fritid til arbeid for oss, noe som betyr mye når det gjelder kunnskap, råd og i kurssammenheng for å nevne noe.

Det har vært avgjørende å ha støtte i styremedlemmer og stødige samarbeidspartnere, slik at vi kommer videre i en retning som forbundet er tjent med. Styret må holde fokus på hvordan organisasjonen kan utvikles videre, hvordan spre informasjon og imøtekomme behov hos våre tillitsvalgte og medlemmer.

En møter mange flotte mennesker med alvorlige skjebner og sterke historier. Mange sliter med

sine utfordringer i det daglige, men lever likevel godt med sin situasjon og har funnet frem til noe som gir mening og kvalitet i livet selv om noe mangler og savnes. Politikerne er avhengige av frivillige i gapet mellom offentlig tilbud og folkets behov. Da får de vise at de støtter arbeidet vårt, og ikke gjør det for vanskelig å få tak i midler, eller redusere støtte. Det offentlige må bidra til opplæringen av frivillige, ansatte og pårørende.

Pårørende blir ufrivillig sterkt involvert i omsorgen for familiemedlem ved alvorlig sykdom. De er en ressurs, men trenger støtte for å være det. Jeg vil rose lokalforeningene for deres arbeid med å skape møteplasser og sosiale tilbud, der en kan utveksle erfaringer og støtte hverandre på en vanskelig vei, noe som er viktig for både gamle og nye medlemmer. Behovet for kontaktpersoner er der.

Det er mye som skal til for å bevare den sentrale funksjonen som forbundet må ha, besvare henvendelser, lage Afasiposten og være et viktig bindeledd i mange sammenhenger. Marit Aasen skal ha STOR TAKK for på en omsorgsfull måte ha holdt en stødig base for forbundet i 18 år.

Styret har sittet sammen i tre lærerike og spennende år, og det er bra at noen tar gjenvalg. Takk til avtroppende styremedlemmer, særlig nestleder Lisbet Eide.

Det nye styret, med leder Hogne B. Jensen i spissen, ønskes lykke til med videre arbeid, sammen med Marianne som generalsekretær.

God sommer fra Ellen Borge



Kurs i bruk av iPad og nettbrett



Afasiforbundet arrangerer kurs i bruk av nettbrett for personer med afasi.

Deltakerne vil få kunnskaper om hvordan nettbrett kan brukes i hverdagen som en støtte for kommunikasjon. Vi vil ta opp temaer som bilder, musikk, skrivestøtte, kart, sosiale medier, epost og internett m.m.

For å delta må du ha med deg egen iPad eller annet nettbrett.

Her finner du et idehefte som viser hva kurset kan innebære: www.afasi.no/Nettbutikk/Gratis-materiell-paa-nett/Digitale-laeremidler

Sted: Best Western Oslo Airport Hotell, Gardermoen

Tid: Fredag 21. oktober – søndag 23. oktober 2016.

Kurset starter lørdag morgen, men fredag kveld vil vi ha en uformell middag for hele kurset, slik at vi blir litt kjent.

Pris: Egenandel kr 500 og delvis refusjon av reisekostnader.

Det er anledning til å ha med en ledsager, egenandel kr 500.

NB! Begrenset antall plasser. Vi fordeler plassene etter påmeldingsfristen. Kurset er for medlemmer av Afasiforbundet.

Påmelding innen **30. august 2016** til:

marianne@afasi.no tlf 22 42 86 44

 **AFASIFORBUNDET I NORGE**
- SPRÅKVANSKER ETTER HJERNESKADE





Mange takk for mange fine og lærerike år i Afasiforbundet!

Takk for sist til alle som var på årets landsmøte!

Når det er tid for landsmøte, står oppgavene i kø lang tid i forveien. Vi gleder oss til den store begivenheten som finner sted hvert tredje år, men det er en hektisk tid i ukene før landsmøtet. Det er mye som må på plass før vi møtes.

Landsmøtet foregikk denne gangen på Gardermoen. Det er et fint møtepunkt for mennesker fra alle deler av Norge. Vi bor i et langstrakt land og det er mange fantastiske steder vi kunne tenke oss å dra til, men transport til stedet er viktig og det må være lett tilgjengelig for alle.

Program skal lages og foredragsholdere til landsmøtet skal gi oss en blanding av fag, nyheter og litt underholdning. Vi var heldige som fikk med oss Hjerneverdets leder Aud Kvalbein som fortalte oss at 'Hjernen trenger mer fokus'. Aage Karsen fra Norsk Luftambulansse kunne fortelle at de var kommet langt med å få konstruert et nytt ambulanshelikopter med skanner. Jan Schwencke som er brukerkonsulent på Sunnaas fortalte om sine erfaringer som slagpasient og sang sine egne viser.

Denne gangen fikk vi også et gjensyn med musikk- og bildeterapeut Ingrid Michaelsen fra Sverige. Hun var også med oss på landsmøtet i Tromsø i 2005. I år hadde hun med seg Kristina Lindgren som er nevrolog/overlege i Karlstad og sammen ga de oss muntre innslag med ren lærdom fulgt av sang og ukulelespill.

De lærte oss hvordan afasirammede kan bruke høyrearmen etter et slag, dette gjorde de ved bruk av muntre tegninger og allsang med ukulelespill. Mange med meg vil nok heretter tenke 'høyre-armen' når vi hører ABBA's sang 'Supertrouper'.

Nytt styre og ny forbundsleder ble valgt på landsmøtet. Det er godt å få med representanter som har vært med tidligere og har god erfaring, men det er flott med nye som kommer til med nye idéer. Lykke til alle sammen.

Vår kjære, dyktige forbundsleder, Ellen Borge, sier også takk for seg i løpet av året. Hun fortjener en stor honnør og mange takk for hva hun har tilført forbundet. Takk for en formidabel innsats Ellen! Det er godt at Marianne er vel på plass og har fått med god erfaring for den videre driften.

Da gjenstår det bare å si takk for meg her i Afasiforbundet. Det er både trist og vemodig å si adjø til denne arbeidsplassen som har gitt meg så mye i alle disse årene. Derfor sier jeg stor takk til alle 'afasi-vennene' og andre 'afasi-forbindelser' for et langt og godt samarbeid. Takk for meg.

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 nærpersioner og andre interesserte. Det kan være opplysninger om aktuelle sider på Internett, tips om litteratur og informasjonsmateriell 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).

Tilskudd til småhjelpemidler

Synes du det er vanskelig å skrive med en vanlig penn eller vri om nøkkelen i låsen?

Det finnes mange småhjelpemidler som kan være nyttige hvis du har mistet litt av styrken eller bevegeligheten i en av hendene dine, eller kanskje i begge. For eksempel kan det være lettere å skrive med Y-formatet penn enn med en vanlig penn. Man legger pekefingeren inn i Y-en, og får på den måten et godt grep om pennen. Den kan brukes av både høyre- og venstrehendte.

Er det vanskelig å få et godt grep om nøkkelen når du skal låse døra? Kanskje kan det hjelpe å forlenge nøkkelen med et såkalt nøkkelgrep. Det er en holder som du fester nøkkelen i, og som gjør at du får et bedre grep når du skal vri nøkkelen rundt i låsen. Det er plass til tre nøkler i nøkkelgripen.

Y-pennen og nøkkelgripen er bare to eksempler på småhjelpemidler som kan gjøre hverdagen litt enklere. Det finnes mange andre slike hjelpemidler også, blant annet kjøkkenredskaper og hjelpemidler som gjør det enklere å kle på seg.

Flere forhandlere av slike småhjelpemidler har nettbutikker: www.enklere.no, www.ronda.no eller www.toproshop.no.



Foto: Enklere Liv

Det handler om samtale:

Praktiske råd om det å snakke sammen

Samtalestrategier I

Tidligere i denne spalten har vi snakket om hvordan vi kan skape et psykologisk godt samtalemiljø, og vi har gitt noen enkle råd om å legge til rette for gode fysiske omgivelser rundt samtaler med personer som har afasi.

I forrige nummer av *Afasiposten* konsentrerte vi oss om den betydningen tid og pauser har i samtaler. God tid er ofte den beste hjelpen vi kan gi, spesielt dersom vi i tillegg åpent sier at «vi har god tid, vi tar den tiden vi trenger». Da får den som har afasi tid til å oppfatte det som blir sagt, tid til å finne ord og velge uttrykksmåte, samtidig som vi naturlig senker vårt eget taletempo. Å ha god tid betyr å innta en aktivt lyttende holdning, samt å være oppmerksom og interessert. Det gir personen med afasi mulighet til å delta i samtalen på en mer likeverdig måte enn ellers.

I dette nummeret av *Afasiposten* begynner vi en serie på tre innlegg om samtalestrategier. Med samtalestrategier tenker vi på alle de ulike tingene vi gjør, bevisst eller ubevisst, for å takle de problemene som oppstår i en samtale. Det kan være når en av partene ikke forstår, når vi misforstår hverandre, eller når den som har afasi ikke greier å formidle det han eller hun tenker på.

Noen ganger lykkes vi med den hjelpen vi gir for å lette situasjonen. Andre ganger fører ikke måten vår å takle problemet på fram. Når de vanskelige situasjonene oppstår, føler vi oss ofte temmelig hjelpeløse. Her vil vi presentere fire enkle holdepunkter som vi kan



forsøke å huske på under en samtale med en person som har afasi. Holdepunktene bygger på prinsippene for PACE-metoden, som er godt kjent blant logopeder. PACE står for *Promoting Aphasics' Communicative Effectiveness* (se for eksempel Davis, G.A. (2005): PACE revisited. *Aphasiology*, 19, 21-38).

1. Personen med afasi og samtalepartneren skal delta likt som sendere og mottakere av budskap i samtalen

I en samtale skifter vi mellom å snakke om det vi har på hjertet, og å lytte til det den andre har å si. Dersom vi hver for oss bidrar omtrent like mye i samtalen, vil vi føle oss som likeverdige samtalepartnere. Når vi tenker på samtaler med personer som har afasi, kan det være vanskelig å forestille seg at vi skal kunne være likeverdige deltakere i samtalen. Det kan synes ganske umulig all den tid vi har ordet i vår makt, mens den som har afasi, ofte synes å stå maktesløs overfor

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

ordet. Likeverdig deltakelse betyr at vi hele tiden har i tankene at personen med afasi i størst mulig grad skal være en aktiv deltaker i samtalen og ikke en passiv mottaker av det vi sier. For å få til det må vi vise, eller skape, en forventning om at han eller hun skal ta initiativ til å uttrykke noe. Vi venter rett og slett at den som har afasi, har noe på hjertet som han eller hun vil formidle. Det er også viktig at vedkommende får tid til å finne en måte å kommentere, eller svare på det vi har sagt. Den beste måten å tilstrebe likeverdig deltakelse på, er ved å bidra til at personen med afasi får ta initiativ, og ved at vi naturlig skifter på med å «ha ordet» i samtalen.

2. Det bør foregå utveksling av informasjon mellom personen med afasi og samtalepartneren

I samtaler forteller vi hverandre siste nytt eller noe vi har gått og tenkt på. Som samtalepartnere bør vi gå ut fra at den som har afasi også har ideer, tanker og spørsmål å komme med. Hver gang personen med afasi greier å komme fram med sitt eget tema, skjer samtalen mer på hans eller hennes premisser. Dersom det er vi som bestemmer hva samtalen skal dreie seg om, skal det mye til at den som har afasi, makter å skifte tema.

Når vi vet hvilke vansker personer med afasi står overfor, bør vi så godt som råd er, sørge for at det vi snakker om, er av interesse for den andre. Også på dette området kan det lønne seg med åpenhet, altså at vi rett og slett spør hva den andre har på hjertet. Vi må da være forberedt på at samtaletemaet kan dreie seg om noe utenfor «her og nå»-situasjonen. Det kan bli utfordrende, men kanskje mer givende enn at samtalen dreier seg om det samme hver gang.



@fotolia

3. Personen med afasi bør fritt få velge kommunikasjonskanal

Når vi snakker, bestemmer vi selv hvordan vi skal ordlegge oss, hvordan tankene og følelsene våre skal bli til ord. Noen ganger strekker ikke ordene til slik vi ønsker, og vi sper på med mer mimikk og flere gester enn vi vanligvis bruker. Noen ganger skriver og tegner vi i tillegg, for eksempel når vi skal beskrive rominndelingen i en leilighet eller gi en veibeskrivelse. På samme måte bør vi alltid oppmuntre og støtte den som har afasi i å bruke alle mulige måter å kommunisere på. Vi har god erfaring med at mange personer med afasi lettere kan få tilgang til et ord de lurer på, når de forsøker å formidle det via andre kanaler enn tale. På den annen side, dersom vi forstår hva den som har afasi mener når han eller hun uttrykker seg med gester, skal vi ikke samtidig kreve at

vedkommende skal forsøke å si det. Når det gjelder bruk av ulike kommunikasjonskanaler, er dette i høyeste grad aktuelt også for samtalepartneren. Det vil gjøre det lettere for personen med afasi å oppfatte det vi sier, dersom vi samtidig bruker gester, skriver eller tegner.



@fotolia

4. Samtalepartnerens tilbakemelding skal være oppriktig og gitt på grunnlag av det som er oppfattet og forstått

Det er vanlig at det oppstår misforståelser i samtaler med personer som har afasi. Mange av leserne av denne spalten har sikkert opplevd å være usikre på om de har forstått det ofte ufullstendige budskapet fra den som har afasi. Hva slags tilbakemelding gir vi da? Ifølge dette fjerde holdepunktet for samtalen bør vi melde åpent fra om tvilen vår. Dersom vi gjør det i tide, kan vi forhindre at misforståelsene bygger seg opp i samtalen.

Vi kan se på disse fire holdepunktene som en ideell rettesnor for samtaler. Det er imidlertid viktig å være klar over at vi ikke alltid kan greie å følge dem. I begynnelsen krever det ofte et mentalt overskudd å ha disse holdepunktene «i bakhodet». Men i den grad vi greier å holde oss til dem, har vi bidratt til at

den personen med afasi som vi snakker med, i størst mulig grad er blitt en likeverdig deltaker i samtalen.

I fortsettelsen av serien om samtalestrategier vil vi komme nærmere inn på hvordan vi kan forholde oss til ulike problemer etter hvert som de oppstår i samtaler med personer som har afasi.

- Personen med afasi og samtalepartneren skal delta likt som sendere og mottakere av budskap i samtalen
- Det bør foregå en utveksling av informasjon mellom personen med afasi og samtalepartneren
- Personen med afasi bør fritt få velge kommunikasjonskanal
- Samtalepartnerens tilbakemelding skal være oppriktig og gitt på grunnlag av det som er oppfattet og forstått

En nesten identisk versjon av denne teksten har for flere år siden stått på trykk i Afasiposten. Forfattere av teksten var logopedene Margit Corneliussen, Line Haaland-Johansen og Elin Qvenild, samt språkforsker Marianne Lind. 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.



GRASROTANDELEN ✖

Grasrotandelen er en ordning fra Norsk Tipping, hvor du som registrert spiller kan velge ett lag eller én forening som du ønsker å støtte – du velger din Grasrotmottaker.

NB!! For å kunne motta midler fra Grasrotandelen, må laget/foreningen være registrert i Frivillighetsregisteret i Brønnøysundregisteret og bli godkjent som grasrotmottaker. For mer informasjon om registrering les her: <http://www.brreg.no/frivillighet/>

Vi oppfordrer flere afasiforeninger til å registrere seg i Frivillighetsregisteret, og bli Grasrotmottakere 😊

Dersom du spiller Lotto, Tipping eller Joker for eksempel, kan du samtidig bidra til at 5 % av innsatsen din til Norsk Tipping tilfaller den mottaker du ønsker å støtte. (Gjelder ikke Extra og Flax)

- Du blir ikke belastet ved å være grasrotgiver.
- Grasrotandelen går ikke utover din innsats eller eventuell premie.
- Du trenger Norsk Tippings Spillerkort for å knytte deg til Grasrotandelen. Spillerkort får du kjøpt hos kommisjonær, eller bestilles via www.norsk-tipping.no

Hos kommisjonær oppgir du foreningens Organisasjonsnummer eller strekkode som foreningen blir tildelt ved registrering.

Tipper du for eksempel Lotto for kr 100,- gir Norsk Tipping kr 5,- til den mottaker du har valgt. Skulle du vinne blir din premie like stor, uansett om du benytter Grasrotandel eller ei.

Du kan knytte deg til ordningen på følgende måte:

1. Ta med deg strekkode og spillerkort til en av Norsk Tippings mange kommisjonærer.
2. Send SMS: GRASROTANDELEN XXXXXXX (org.nr) til 2020 (tjenesten er gratis)
3. Internett: www.grasrotandelen.no eller www.norsk-tipping.no
4. Norsk Tipping Mobilspill

**GRASROTANDEL =
en fordel ved spillemidler via Norsk Tipping!**



NORSK TIPPING



Aktive kursdeltakere på landsmøte – her er temaet musikkterapi

Foto: Tore Wiklund

Afasiforbundets landsmøte 27. – 29.mai 2016

Det var mange som valgte å tilbringe helgen på Quality Hotel Gardermoen og det setter vi svært stor pris på. 77 deltakere fra mange kanter av landet ankom hotellet fredag ettermiddag og 19 foreninger var representert.

Det var en fin musikalsk åpning med «Til våren» av Grieg og «Gabriellas sang» av Stefan Nilsson som ble nydelig spilt av klaverpedagag Kristine Maria Lund.

Forbundsleder Ellen Borge innledet landsmøtet med å understreke at det fortsatt er behov for at noen setter afasi på dagsorden. Vi håpet at helgens foredragsholdere kunne gi inspirasjon og påfyll i afasihverdagen. Det ble tidlig skapt en lun stemning som holdt seg gjennom hele helgen.

Hjernen trenger mer fokus

Først ute var Aud Kvalbein, som er nyansatt leder i Hjerneverket. Hun fortalte at rådet ble etablert i 2007 for å samle brukerorganisasjoner, behandlere og forskningsmiljøer. Formålet er å løfte frem fokus på hjernesykdommer og hjerneehelse i Norge. Det er første gang at Hjerneverket har en ansatt og ikke kun er basert på frivillig innsats, og for å bli kjent har hun besøkt mange av medlemsorganisasjonene, også Afasiforbundet.

Vi fikk vite mye om flere diagnoser som kommer inn under hjernesykdommer. Det jobbes aktivt for å få til en hjerne-helseplan i Norge. Det trengs både mer forskning, behandling og rehabilitering – ikke minst for kronikerne. Hjerneverket har vært i flere møter i Helsedirektoratet. Direktoratet har fått i



Marianne Brodin, Ellen Borge og Aud Kvalbein

oppgave å utarbeide en statusrapport om hjerneehelse i kommune- og spesialisthelsetjeneste, og vurdere behovet for en helhetlig strategi for fagområdet.

Hun avsluttet med å si at behovet for en hjerneplan er stort, og at det jobbes med å få politikerne til å se hele bildet. Det er store og alvorlige tall når så mange som en av tre rammes en gang i livet av nevrologisk sykdom.

Kunsten å mestre livet når hodet halter

Jan Schwencke er brukerkonsulent på Sunnaas, musiker, foredragsholder og ble rammet av slag i 2009. Han snakket om de usynlige utfordringene etter hjerneslaget og hvordan han takler det. «Fysisk er du helt fin, men kapasiteten er en helt annen. Det at det ikke synes er kanskje det verste» - sa Jan. Folk tror kanskje at du er lat, mens du i virkeligheten kun har 40 prosent av den kapasiteten du hadde tidligere. Man må finne andre mål i livet og akseptere at man ikke er den samme som før. Jan fikk høre av legene at han ville bli helt frisk, men etter hvert har han innsett at slik er det ikke. Aktivitetsnivået må tilpasses, en må fokusere på det en får til, og legge inn tid til å hvile.

Det betyr mye at de nærmeste heier på deg og at du viser at du setter pris på dem. Barn som pårørende har det ofte vanskelig. På Sunnaas ble han spurt om hva som var det viktigste for ham akkurat da? Han svarte at det var at han begynte å miste kontakten med



Jan Schwencke

tenåringsdatteren sin. Han skriver om dette og andre sider ved å være slagrammet på 'bloggen' sin <https://janschwencke.com>

Jan komponerer fine sanger og han sang et par av dem for oss. Tekstene handler om livet etter slaget, bl.a om å 'fille for store sko' og 'å være en sofapute'. De siste par årene har han jobbet med å utgi en CD og det målet har han nådd.

Jan beskrev rehabiliteringen som et 'lappeteppes'. Bit for bit må ulike deler av rehabiliteringen passe sammen. Dette er vanskelig å koordinere, og noe som mange kjenner seg igjen i.

Slagbehandling utenfor sykehus, erfaringer og veien videre

Aage Karlsen, nylig pensjonert fra mange år i tjeneste for Norsk Luftambulansse. Han snakket om ulike årsaker til hjerneslag, og tidlig kartlegging er viktig for rask behandling. Slagambulansen er suveren – fordi man raskt kan gjøre CT i bilen og i neste omgang sende pasienten til rett sykehus med riktig behandling. Vurderingen gjøres i samarbeid med nevrologer som er i direkte kontakt med bilen og ser på bildene når pasienten skannes. Slagambulansen er resultat av et forskningsprosjekt i Østfold. Etter hvert er utstyret også tenkt tilpasset helikoptre. Til nå har utstyret vært for tungt – det veier pr. idag 450 kilo, men teknologiske løsninger ser ut til å komme på plass om få år. Bilen er også brukt til mange andre pasienter, men 70 slagpasienter har fått umiddelbar CT-undersøkelse og tidlig behandling.

Han avsluttet med å understreke at Norge er i verdensklasse på området, og at tidlig varsling er nødvendig for tidlig innsats. Dersom du gjenkjenner symptomer på slag: RING 113.



Aage Karlsen og Ellen Borge

Glimt fra et afasi-liv

Som vanlig var det en glede å lytte til Liv Stabell Kuløs mange historier fra et langt liv som logoped. Utdrag fra formuleringer i journaler kunne skape mange misforståelser, men også kreative diagnosebeskrivelser. Poenget var å trekke fram at ingen afasi-tilfeller er like. Behandlingen må derfor være individuell og samme oppskrift gjelder ikke alle.

Det er ikke enkelt å velge kommunikasjonshjelpemidler heller, og de elektroniske løsningene er ikke alltid best. For noen fungerer papp-plater med bokstaver godt nok. Ulike hjelpemidler er tilgjengelige på markedet, men Liv har sett på erfaringene ved bruk av en del av disse. Konkusjonen er å anbefale hjelpemidler etter grundig kartlegging.

Liv har involvert seg i mange kurs og prosjekter gjennom ExtraStiftelsen i godt samarbeid med Afasiforbundet, og rettet derfor en hilsen til Marit Aasen.

Hun avsluttet med å sitere en som forklarte sin afasi med at 'joda, jeg hører, men jeg hører ikke inni' og bedre kan det vel ikke sies?



Liv Stabell Kulø

Livet, lusten og lærandet

Fra Sverige kom musikk- og bildeterapeut Ingrid Michaelsen og nevrolog Kristina Lindgren fra Centralsjukhuset i Karlstad. Sammen er de et livlig team som blander sammen faglig grundighet med kreativitet. De utfyller hverandre omtrent som høyre og venstre hjernehalvdeler, der Kristina er den høyre og strukturerte delen, mens Ingrid er den venstre og kreative delen.

En av deltakerne skrev på Facebook at: «Du vet at du er på landsmøte med Afasiforbundet når nevrologen drar en låt på ukulele».

Kristina forklarte om hjernens plastisitet (endringsevne), om de ulike delene og hvordan hjernen utvikler seg hele livet. Hjernen forandrer seg for eksempel når man er utbrent eller skadet. Ved slag og afasi kan skadede nerver finne nye baner og andre deler av hjernen aktiviseres.

Øvelser med ulike rytme- og musikkinstrumenter viste hvordan man kan jobbe for å trene opp høyrearmen etter et slag. Man trenger kanskje ikke streve med å løfte armen så høyt, som kan være smertefullt, men litt bevegelse er viktig. Ingrid vil gjerne innføre en «Høyrearmens dag» for å få oppmerksomhet rundt dette.

Det sosiale ved å synge og jobbe med musikk sammen er viktig. Vi vet at musikk har en god effekt på afasi. Ingrid bruker all sin kreativitet med å vise oss og lære oss dette sammen med Kristina. Sammen viser de ekte musikkglede og stor entusiasme med ukulelene sine. Målet er å få deltakerne til å tørre å være aktive.

Det ble mye sangglede og tips å ta med seg videre. Ingrid viste også hvordan man kan bruke farger, tegning og maling i rehabiliteringen til tross for dårlig bevegelse og nedsatt syn.



Tid for landsmøte, Knut Magne Ellingsen og Karen Eva Lyhus



Hogne Jensen, nyvalgt leder



Ingrid Michaelsen og Kristina Lindgren

Landsmøtet

Den formelle delen av helgen ble profesjonelt ledet av Knut Magne Ellingsen, med Karen Eva Lyhus som bisitter. Forbundsleder Ellen Borge gjorde på en ryddig og grei måte rede for styrets arbeid i den første treårige perioden siden sist. Hun presenterte erfaringer de har gjort seg, bakgrunn for tiltak som er iverksatt og tanker for fremtiden. Hun gir seg som forbundsleder nå men stiller opp for Afasiforeningen for Oslo og omegn.

Festmiddagen lørdag kveld ble ivaretatt av Per Gunnar Stornes, som er leder i Haugesund og omegn afasiforening. Ingrid og Kristina sang og spilte underveis, mellom mange flotte taler, bl. a. for Marit Aarøy Aasen på kontoret som går av med pensjon nå etter 18 år i forbundet. Det var mange gode, varme og rørende ord i tillegg til blomster og gaver for lang innsats. Vi avsluttet med å synge Jahn Teigens «Slå ring» - om hverandre, og om venner.

Valg til nytt forbundsstyre er alltid siste sak på landsmøtet, og alle foreslåtte kandidater ble valgt, og vi ønsker det nye styret LYKKE TIL !



Forbundsleder Ellen Borge takkes for innsatsen



Fra venstre: Sonja Elise Johansen, Trond Børseth, Inghild Bjørgestad, Eivind Dybendal, Sigrid Helene Lund, Hogne Jensen. Trine Marie Hagen og Brith Stokke Kaland var ikke til stede.

Nytt styre i Afasiforbundet

På landsmøtet ble valgkomiteens forslag til nytt forbundsstyre vedtatt. Her er en kort presentasjon av det nye styret, som får mange spennende oppgaver å ta fatt på.:

Hogne Jensen (forbundsleder). Hogne er med i styret i Afasiforeninga for Tromsø og omegn. Han er logoped og driver privat logopedpraksis.

Inghild Bjørgestad (nestleder). Inghild er leder i Afasiforeningen i Østfold og satt også i forbundsstyret i forrige periode. Inghild har vært logoped i kommune/PPT fra 1979 - 2014.

Trond Børseth. Trond er med i styret i Haugesund og omegn Afasiforening og er svært aktiv i foreningen sammen med sin kone. Trond har afasi etter hjerneslag.

Eivind Dybendal. Eivind er leder i Ringerike og omegn Afasiforening og har mange jern i ilden lokalt i tillegg til engasjement for afasi.

Eivind fikk hjerneslag i 2013 og hadde afasi som nå merkes mindre.

Sigrid Helene Lund. Sigrid er i med i styret i Haugesund og omegn Afasiforening. Hun er afasikontakt og var møtende vara i forbundsstyret i forrige periode. Sigrid er pårørende.

Brith Stokke Kalheim (1. vara). Brith er med i styret i Sør-Rogaland. Brith er utdannet logoped og jobber nå i privat praksis etter mange år som logoped på Sykehuset i Stavanger og Voksenopplæringen.

Sonja Elise Johansen (2. vara). Sonja er med i styret i Sør-Varanger Afasiforening og svært engasjert i foreningen der. Hun er logoped og har jobbet mange år i PPT før hun ble pensjonist.

Trine Marie Hagen (3. vara), Østfold Afasiforening. Trine Marie har sittet en periode i forbundsstyret og fortsetter som vara. Trine Marie er vernepleier og pårørende.

Marit Aarøy Aasen



To nytilsatte kollegaer på afasiteamet ved Statped sørøst har fått den ære å intervju en «bauta» i Afasiforbundet som nå går av med pensjon. Marit har vært med i 18 av de 29 årene forbundet har eksistert. Hun startet opp i november 1998. En bedre betalt jobb ble nedprioritert til fordel for et arbeid for og med mennesker, hvor arbeidet en gjør, oppleves som meningsfullt og kan bety en forskjell for andre.

I 1998 hadde Afasiforbundet lokaler i 2. etasje i Folketeaterpassasjen i Oslo, med LO og Arbeiderpartiet som gode naboer. Skulle det være møter, ble kontoret til politiker Thorbjørn Berntsen også tatt i bruk. Det var en stor fordel å holde til midt i sentrum, men litt roligere ble det i 2006. Da ble det flytting til større lokaler, og Afasikontoret i Torggata 10 ble innviet.

Marit har jobbet under tre forbundsledere. Anne Kvande fra Kristiansund var forbundsleder da Marit begynte i jobben. Noen år seinere kom Ingjerd Haukeland fra Bergen som leder. De siste årene har Marit hatt Ellen Borge fra Oslo som sin leder og nære samarbeidspartner. Ellen har i større grad enn de andre lederne hatt mulighet til å gjøre sin jobb fra kontoret i Torggata. Samarbeidet på kontoret ble utvidet da Marianne Brodin ble ansatt i 2013. Det har også vært andre deltidsansatte i årenes løp, men Marit har vært den trofaste soldat. Hun har passet sekretariatet, stått for utsendelse og bestilling, kontinuitet og rutiner, og har hatt svært få sykedager.

Hva ble dine arbeidsoppgaver som nytilsatt kontorleder i 1998?

Da jeg startet opp, var kontoret fylt med gule lapper med henvendelser. Jeg måtte gå gjennom de gule lappene og lage en liste over hva spørsmålene gikk ut på. På den måten fikk

jeg en oversikt over hva folk lurte på. Jeg så da at jeg ikke kunne svare på alle disse spørsmålene, og gikk i gang med å lese om afasi og fikk kontakt med fagpersoner. Jeg opparbeidet meg kunnskap gjennom møter og samtaler med afasirammede og gjennom mye av vår kursvirksomhet.

En gledesfylt og prioritert oppgave fra starten av var Afasiposten. Den har vært hjertebarnet mitt i mange år, forteller hun. Louise Storm, med andre, startet arbeidet med Afasiposten i 1990. Tanken var å utgi et blad hvor en kunne nå ut til medlemmene med informasjon fra arbeidet i forbundet. En kunne få vite om arbeidet i lokalforeningene og få kjennskap til hva som optok det enkelte medlem. Omslagsteget på de første numrene var et epletre. Det var tenkt å være et bilde på Afasiforbundets vekstmuligheter, og medlemsbladet skulle spa jorden rundt treet. (Afasiposten nr. 2/2012). Den gangen hadde Afasiforbundet 700 medlemmer.

Afasiposten har hele tiden vært i endring både på utseende og innhold. I starten tok jeg med meg en liten skrivebok ut på alle møter og kurs, og spurte medlemmer hva de kunne tenke seg å ha med i bladet. Som et tillegg til fagstoff og informasjon var det flere som ønsket



matoppskrifter i bladet, beskrevet på en enklere måte og med bilder. Vi fikk i den forbindelse en oppskriftsbok fra Wenche Andersen i Frokost-tv. Den hadde mange fine bilder, og mange av oppskriftene i bladet ble hentet fra den. Kryssord var også etterspurt. Rebus og hobbyoppgaver ble etter hvert et innslag i bladet. Det har ikke alltid vært like lett å finne stoff. Et ønske var å få til at lokallagene kom med stoff fra sitt arbeid. Det har ikke alltid vært like lett å få til det. Dikt og poesi ble også med inn i bladet. Ofte kan et dikt være et positivt og oppløftende bidrag inn i en hverdag som kan være preget av vanskeligheter og strev.

Det har blitt mange fortrolige samtaler med pårørende og rammede gjennom årenes løp. Noen gode og noen vanskelige og triste. Jeg har alltid villet at hvem som helst skal kunne ringe inn og bli møtt med en hyggelig tone, og kanskje få et svar som hjelper litt i en vanskelig hverdag. Jeg vet hvordan det er å oppleve sykdom og være pårørende selv, og at livet: det er på alvor!

Hva tenker du har endret seg fra den tiden du startet opp i Afasiforbundet?

Jeg synes personer med afasi blir forstått og oppfattet på en annen måte enn før. Tidligere kunne jeg si at jeg arbeidet i Afasiforbundet, og få visste hva afasi var. Jeg tror folk er litt mer opplyste nå, og «Gi tid» kampanjen har blant annet vært et godt bidrag i opplysningsarbeidet. Både sentralt og lokalt har vi markert Nordisk afasidag 10. oktober. Vi har vært på sykehus og bibliotek, delt ut brosjyrer og snakket med folk.

Det har også blitt lettere å henvise til afasikontakter og lokale tillitsvalgte, dersom det kommer forespørsler inn. Det er også etterspørsel etter materiell, men mange fagpersoner finner både stoff og materiell via nettet, som det heter. Nettsiden er et viktig bidrag. Brev kommer sjelden i posten lenger; de fleste sender en e-post i dag. Vi er flere som deler på å svare på disse, og målet vårt er at alle skal få svar. Mine mange turer til bankfilial og postkontor er over. Nå er det nettbank som gjelder, og postkontoret er nedlagt, så jeg

vet ikke om jeg skal si at det forenkler eller forkludrer? Dataen har gitt mange utfordringer, men registrering av medlemmer er for eksempel like viktig enten en teller manuelt og regner med hode og maskin, eller det mates inn i et program.

Så lurer vi litt på hva Marit selv mener hun har fått lov til sette sitt preg på?

Da blir hun taus, og dette kom jo litt brått på. Vi forstår at Marit ikke er vant med å fremheve sin egen person. Vi får imidlertid litt hjelp her fra forbundsleder Ellen som nettopp har kommet inn døra. Marit er beskjeden med tanke på egne bidrag, men vi skjønner fort at hun har hatt stor betydning i organisasjonen. Via Ellens innslag fra sidelinja danner vi oss et bilde av en flott dame som har stor evne til å skape trivsel og bånd til mennesker. Hun er ifølge Ellen «den perfekte vertinne». Marit skaper hygge og trivsel rundt seg og sørger for at alle har det de trenger når det foregår kurs og tilstelninger i regi av Afasiforbundet. Hun har hatt tett kontakt med medlemmer og foreningene, og bekjentskapskretsen er stor. Marit er svært imøtekomende og viser stor omsorg for alle rundt seg. Hun er mormor til tre jenter som hun følger tett, og vil at alle rundt seg skal trives. Hun hilser like blidt på enhver gjest som kommer innom kontoret, omtrent som det var familien som stakk innom.

Til slutt vil vi ønske Marit alt godt i en tilværelse som pensjonist, og vi vet at hun ikke kommer til å sette seg til i sofaen. Hun har fortsatt mye hun vil utrette. Vi ønsker deg lykke til med dine videre gjøremål!

Hilsen fra to nye medlemmer,
Nina Høeg og Anne Mette Mortvedt

Vi ønsket oss et siste dikt fra Marit!

..... og diktet ble en liten 'Gruk' av Piet Hein:

Den bedste alder

*Tar du livet som det falder,
går du gennem tidens haller
alltid i din beste alder.*



Selveste brukerhuset.

Nytt brukerhus i Haugesund

Trond Børseth og jeg var tilstede da Brukerhuset i Helse Fonna (etter iherdig initiativ fra stiftelsen Folkets Gave) ble høytidelig innviet, 11. mai av Christian Mohn.

11 brukerorganisasjoner har til nå flyttet inn i dette bygget, blant andre Haugesund og omegn Afasiforening.

Her skal vi «bo», ha våre medlemsmøter, aktivitetkvelder, og et sted å møtes, treffe de andre organisasjonene og på sikt samarbeide med å arrangere temakvelder. På denne åpningsdagen fikk vi markert oss med stand i resepsjonen og fremmet afasi, Afasiforbundet og vår lokalforening.

Vi har i alle år savnet eget lokale. Dette gjør at vi nå kan sette oss nye mål, være mer til stede for medlemmene våre og ikke minst, sette Afasisaken på kartet.

Sigrid Lund



Snorklipp av ordføreren Christian Mohn



Kake til alle fremmøtte.



Statped inviterer personer med afasi til kurs.

Afasitreff 19. – 23. september 2016

Kurset er beregnet for voksne som:

- fikk afasi for minst ett år siden
- har lyst til å treffe andre med afasi
- har lyst til å lære mer om kommunikasjon
- vil delta i en gruppe sammen med andre

Kurs og opphold er gratis

Maks 8 personer med afasi kan delta. Hver deltaker kan ha med seg maks én pårørende, venn eller liknende. Pårørende vil få et eget tilbud i løpet av uken. Personer som ikke er selvhjulpne må ha med seg en hjelper under hele kurset.

Kurset holdes i Bredtvetveien 4, Oslo. Deltakerne kan på forhånd søke Pasientreiser eller kommunen om dekning av reiseutgifter. I slike tilfeller må reisemåte og oppgjørsform normalt avklares før oppholdet.

Påmelding innen 18. august 2016

Påmelding bør skje via logoped.

- Per e-post: anne.mette.mortvedt@statped.no eller nina.hoeg@statped.no
- Eller per post: Statped postmottak, Postboks 113, 3801 Holmestrand. Merk konvolutten «Afasitreff i Statped sørøst».

Spørsmål? Spør etter Anne Mette Mortvedt eller Nina Høeg i Statped sørøst på telefon 02196.

Vel møtt!



Søk om midler til helseprosjekter

Nå kan du søke om ExtraStiftelsen-prosjekter innen helse via Afasiforbundet. Fristen for å søke er **31. august**.

Ønsker du mer informasjon, ta gjerne kontakt med oss.

ExtraStiftelsen er alltid på jakt etter de beste ideene innen frivillighet og helse. Sitter du med en god ide, men mangler penger til å gjennomføre den, kan du søke om prosjektstøtte.

Tilgang til søknadsskjema, og innloggingsinformasjon til søknadsportalen ExtraWeb, får du av Afasiforbundet. Les også de nye retningslinjene på <https://www.extrastiftelsen.no/sok/>



Nytt i år er at forebygging og rehabilitering er slått sammen til **helseprosjekter**.

Du er velkommen til å ta kontakt med oss i god tid før fristens uløp.

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

Plutselig slag



Foto: Privat

Plutselig lå jeg på gulvet i en damegarderobe. Jeg hadde det godt og deilig – og ville være i ro. Men jeg ble hentet og kjørt til sykehuset. Der ønsket jeg bare en ting. Jeg ville på do. En nevrolog kom inn rommet, og i hælene hans kom tre vakre og solbrune unge menn. Jeg kunne ikke prate, måtte på do! En pleier hjalp meg. Etter det kunne de undersøke meg og jeg fikk en flokk ledninger på kroppen. Så forsvant alle. Men jeg måtte på do igjen, og en av de vakre kom og spurte hvilken medisin jeg tok. Jeg kunne ikke huske, og jeg måtte på do. Og han bare står og kikker; skjønnte han ikke at jeg måtte på do? Tilslutt dro jeg av alle ledningene og kom meg på beina selv. Hodet er vondt og jeg prater tull. Øynene roter litt

også, tilslutt mistet jeg høyre side-syn noen dager. Det var ikke noe som var lett. Å finne kafeen og finne mat. Hvor var pålegget, maten og kaffe, og hvorfor sto ikke alt stille? En logoped kom og prøvde hvordan språket mitt var, og fortalt meg at jeg ville få logoped-timer der jeg bor.

Etter hvert ble det litt bedre. Barna kom og var sammen med meg. Det var godt de også kunne være der da jeg kom hjem. Etter sykehuset maste de om at jeg måtte lese. «Mamma, les høyt» hørte jeg, selv når jeg var hjemme alene. De hadde satt i gang alt jeg kunne ha behov for hjemme. Hva trenger jeg, tenkte jeg. Jeg trenger jo ikke noe! Jo, logopeden. Hun kom med gull i håret en fredag og satte i gang med å få ordene ut av munnen min. Men, først må de feste seg i hodet mitt. Det ville de ikke. Jeg slet og slet med bilder og ordkort, og jeg skulle svare ja eller nei på

setninger hun leste. Hjernen min var gått bort. Jeg trodde jeg var blitt ravende gal, for jeg kunne ikke forstå alle spørsmålene. Fortvilt lo jeg når ordene mine aldri ville komme fram fra hodet mitt, jeg kunne jo dem. Nå var de bare vekk. Og jeg lo mer i desperasjon!

Tiden går. Mitt nye liv, tenkte jeg og hadde satt meg fore å strikke sokker etter en oppskrift. Men det gikk ikke, jeg forsto ikke det jeg leste. Jeg begynte å forstå at jeg ikke kan alt lengre. Hvordan ville den nye hverdagen bli? Kunne jeg klare å prate med mannen min igjen? Logopeden min hadde tipset meg. Vi gikk på tur og begynte å finne ord på en bokstav på hver tur. Det fikk oss til å le og slite med ord. Og hunden fikk turen sin.

Jeg fikk slag 25. august 2014 og januar 2015 ble jeg operert fordi jeg manglet puls i venstre halsvene. Igjen måtte jeg streve med å lære de ordene jeg hadde lært før operasjonen.

Nå kan jeg skrive litt og kan prate enkelt. Jeg er redd for å miste logopeden min. Hun har hjulpet meg så mye. Jeg får lekser og hun hører på meg og støtter meg. Og så kan vi le sammen.

Håpet mitt er at jeg kan prate og skrive litt bedre om ytterligere to år til, gjerne kanskje så bra om før 25. 8. 2014. Men, det er vel helst en drøm. Hjernetrening med ja og nei er tøff trening. Jeg klarer fortsatt ikke å holde ordene i hodet mitt lenge nok til å vurdere og svare. Utrolig slitsomt og frustrerende.

Det er avtale med logoped, Qi gong trening og malebua som får meg ut av huset. Jeg har aldri vært veldig sosial. Ikke noe nå. Det er helst familie og slekt og spesielle mennesker jeg møter. Nå gleder jeg meg til trillingenes barnedåp i februar 2016.

Harriet Reitan



fotolia@com

Ti gode helseråd:

- *Vær deg selv*
- *Godta ufullkommenhet*
- *Skap gode og nære fellesskap*
- *Finn likevekt mellom arbeid, hvile og lek*
- *Bruk naturen som helsekilde*
- *Vær raus i møtet med andre*
- *Vis måtehold med nytelser og plikter*
- *Se lyst på livet*
- *Tro og håper er helsekilder*
- *Spis sunt og gå eller løp tur regelmessig*





Nydelig utsikt over Porsgrunn fra Panorama Restaurant

Telemark Afasiforening feirer 25 år

På årets hittil varmeste dag tok vi toget til Porsgrunn for å være med på 25-års jubileet til Telemark Afasiforening. Vel fremme ble vi tatt godt i mot på Panorama Restaurant som ligger i gamle St. Josephs hospital. Restauranten har takterrasse med nydelig utsikt over Porsgrunn.

Telemark Afasiforening har over 50 medlemmer og svært mange av disse hadde tatt turen hit i dag for å være med på festmiddagen. Vi ble servert en nydelig tre retters middag med Pavlova til dessert. Underveis var det taler, sang og underholdning. Det ble spilt kjente og kjære sanger og folk sang med.

Kari Heimdal, styremedlem i foreningen, leste en selvskrevet prolog om Telemark Afasiforening mange gode poenger. Det er ingen tvil om at foreningen har flotte ressurser og det var god stemning.

Startet opp i 1991

Ingeborg Vidsjå, som har vært leder i foreningen siden 2007, holdt en fin festtale, og fortalte om ildsjelene som kom på å opprette en afasiforening i Telemark i 1991.



Ingeborg Vidsjå holder åpningstalen



Guri Honningdal og Turid Nilsen koser seg på takterrassen

Mange ildsjeler

Logopedene Anne Marie Haugen og Margit Corneliussen startet opp og fikk med seg hele 20 personer på åpningsmøtet og allerede da ble det satt ned en arbeidsgruppe for å velge styre. De dro rundt på sykehjem for å fortelle om afasi. Her var det mange som sto på og ønsket å spre informasjon og få til en godt tilbud for afasirammede, familier og pårørende.

Mangel på logopeder i 1991 også

Da som nå var det for få stillinger innenfor logopedi for voksne. Det var bare Skien kommune som hadde opprettet stillinger, dette til tross for at det flere steder var lagt ned mye arbeid for å få opprettet slike. Afasiforbundet var med å starte foreningen og i avisen «Varden» den gangen kan vi lese om orienteringsmøtet og hvordan foreningen ble startet.



Irene Gabo og Marit Kaarbøe



Kari Heimdal med selvskreven prolog.

Godt miljø

Telemark Afasiforening er en sammensveiset gjeng som drar på turer sammen, treffes til møter en gang i måneden og tar godt vare på hverandre. Gleden ved å være samlet er til stede og de som ikke kommer seg til møtene blir hentet i bil av et av styremedlemmene.

Vi ønsker lykke til med videre aktiviteter i foreningen!

Marianne Brodin, May Britt Kløverød og Marit Kaarbøe

Lydbøker - en vei til bøkernes verden

Mange med afasi opplever at lesing er vanskelig. Tilgang til bøker, aviser og tidsskrifter er ikke lenger en selvfølge. Da kan lydbøker fra Norsk lyd- og blindeskriftbibliotek (NLB) være et kjærkomment tilbud.

NLB er et offentlig bibliotek for alle som strever med å lese trykt tekst og vanlige bøker. Årsaker til lesevanskene kan være afasi, svekket syn, dysleksi eller andre funksjonsnedsettelse. Biblioteket både produserer og låner ut lydbøker. Tilbudet er gratis og for lånerne fra hele landet.

Mye å velge fra

Hos NLB finner du mye av det samme som folkebibliotekene tilbyr sine papirboklånere. NLB har et bredt utvalg fag- og skjønnlitteratur til barn, ungdom, studenter og voksne. Sjangerbredden er stor. Krim, samtidslitteratur, biografier, faktabøker, serieromaner og lyrikk er noe av det som finnes i bokbasen. Lånerne kan også abonnere på et utvalg aviser og tidsskrifter i lydutgave. Aftenposten, Illustrert Vitenskap, Hjemmet, Appetitt og Vi over 60 er eksempler på hva du kan låne.



Flere avspillingsmåter

Lydbøkene kan spilles av på DAISY-spiller, PC, smarttelefon og nettbrett. Med appen Lydhør kan du høre på bøkene med mobil og nettbrett.

Bli låner

For å bli låner fyller du ut innmeldingsskjema som du finner på nettsiden www.nlb.no. En fagperson må bekrefte at du har behov for lydbøker. Logoped og lege er blant de som kan attestere ved innmelding.

Ta kontakt for innmelding og mer informasjon:

www.nlb.no

Telefon: 22 06 88 10,
mandag til fredag kl. 10-14

E-post: utlaan@nlb.no



Foto: NLB



GI TID brosjyrer og kort

Det hjelper å GI TID når du møter en person med kommunikasjonsvansker. GI TID brosjyren gir råd om hvordan man best møter med en person med afasi.

Vi har også kort med et "Gi meg tid"-symbol som den afasirammede kan vise fram i situasjoner de opplever å ikke bli forstått.

Brosjyren og kortene er gratis.

Porto faktureres ved bestilling av 10 stk eller flere.

Afasiforbundets nettbutikk:

Sang - med språket i vranglås: Sangtekster

I mange sosiale sammenhenger kan det legges til rette for sang og musikk. Dette kan bidra til å vekke minner, glemme negative tanker og øke selvfølelsen hos personer med afasi. Afasiforbundet oppfordrer lokale afasiforeninger til å ta med sang og musikk i sine aktiviteter.

Heftet med sangtekster ble til i forbindelse med ExtraStiftelsen-prosjektet "Sang - med språket i vranglås". Valget av sangtekster reflekterer et bevisst valg om å ta vare på sangarven vår. Boken med sangtekster er på 118 sider og har spiralrygg. Pris inkludert porto kr 80

Vi har også et ressurshefte med CD til sangheftet. Her finner du enkle aktiviteter knyttet til musikk, bevegelse, dans og avspenning. Pris inkludert porto kr 80



Afasipostens kryssord nr 2/2016

Kan du finne navn på 8 sommerord?

Se nedover, bortover og på skrå.


**FISKE – BADEBALL – SANDSTRAND – GRILL –
BJÅSKJELL – DYKKEMASKE – SOLKREM -
ROBÅT**



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

Løsning på side: 30

Illustrasjon: fotolia.com

	KON- TROLL	FORE- NING REP	↓	RIK- TIG	↓	SENKE	DE VISER KUNST
	↳						
	SKLIR					ANNO	
	PEP					UTKAS- TET	
BART	VEKK				KLAS- SE		
	KV.- NAVN			OVER- NATTET ADV.			
↓	BYG- GER FAST	↓	POP- GRUPPE FLØY			ANNE RASCH IKKE	
↳					I MAN		
SKIFTE						TANKE	
↳						OFRE	
UTVEI							TALL
SPORT							
↳					HJEM- ME		

Send inn løsningsordet (det grå feltet) senest 30. august 2016:

Pr. e-post:
afasi@afasi.no

I posten:
Afasiforbundet i Norge
Torggt. 10
0181 Oslo

Oppgi navn og adresse.
Vinneren får en liten gave i
posten!

Løsningsordet for kryssord og trukne vinnere er:

- Solveig Moe, Hønefoss
- Terje Vik, Bærum
- Trond Vestby, Romerike

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: _____

Løsninger:

Afasiposten kryssord nr 1/2016

Søkeord side 28

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

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, Adress and Telephone: _____

Next of Kin: _____

ENGELSK
←
AFASI

Ich habe APHASIE – das heisst Sprachschwierigkeiten.
Die Konsequenz ist, dass ich Schwierigkeiten habe zu sprechen, zu lesen, zu schreiben und Gesprochenes zu verstehen.
Es hilft mir sehr, dass du langsam und deutlich sprichst.
Vielen Dank!

The Norwegian Aphasia Association
TORGGATEN 10
0181 OSLO, NORWAY

Name, Adresse und Telefon: _____

Nähste Verwandte: _____

TYSK
←
AFASI

Yo tengo AFASIA/FALTA de la facilifaf de habla. Este quiere decir que tengo problemas de hablar, entender la comunicación, leer y escribir. Me ayuda si puedes hablar muy despacio u claramente.

The Norwegian Aphasia Association
TORGGATEN 10
0181 OSLO, NORWAY

Nombre/Apellido, Direccion, Telefono _____

Persona de contacto _____

SPANSK
←
AFASI

J'ai une aphasie – c'est à dire un trouble du langage.
En consequence j'ai du mal à parler, à comprendre, à lire et à écrire.
Vous pouvez m'aider en parlant lentement et clairement.

Merci

The Norwegian Aphasia Association
TORGGATEN 10
0181 OSLO, NORWAY

Nom, adresse et téléphone: _____

Proches à contacter: _____

FRANSK
←
AFASI

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.norveig@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
Eidems gate 7
2012 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: kpetersen27@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 Fosseide
Bratthollet 11
9414 HARSTAD
Tlf.: 997 90 757
E-post: ragnhild.fosseide@harstad.kommune.no

Afasiforening for Tromsø og omegn

Marit Workinn
Åsliveien 31
9016 Tromsø
Tlf.913 05 578
E-post: marit_workinn@hotmail.com

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