



AFASI | **nr4**
POSTEN | 2016



**Å leve
med kognitive
utfall** side 14

Afasitreff på Statped side 11

**Ny informasjonskampanje
om hjerneslag** side 12

Aksept meg

La meg
få være meg selv
Ja, jeg har både
feil og mangler
Kan du akseptere meg
slik jeg har blitt
Så klarer jeg det selv også.

Men jeg trenger hjelp
til å reise meg igjen
Jeg trenger en fast hånd
Som kan gå veien
sammen med meg
Jeg må bare prøve
Å feile og prøve igjen
For jeg gir aldri opp
Bare aksept meg

Hilde Evensen

AFASI POSTEN

ISSN 0803-2467

Ansvarlig utgiver:
Afasiforbundet i Norge
Torggata 10
0181 Oslo

Tlf: 22 42 86 44
E-post: afasi@afasi.no
www.afasi.no

Kontortid:
Mandag – fredag
kl. 09.00 – 15.00

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

Forbundsstyret:
Hogne Jensen – leder
Inghild Bjørgestad
– nestleder

Styremedlemmer:
Trond Børseth
Sigrid Helene Lund
Eivind Dybendal

Redaktør:
Marianne Brodin

Annonser, layout
og produksjon
DRD DM, Reklame
& Design
Pilestredet 75D
0354 Oslo
www.drd.no
Tlf. 22 59 90 07

Innhold

- 4** Forbundslederen har ordet

- 5** Er du på Facebook?

- 6** Praktiske råd om det å snakke sammen

- 11** Afasitreff 13.-17. juni

- 12** Ny informasjonskampanje om hjerneslag

- 14** Å leve med kognitive utfall

- 18** Afasidagene på Bredtvet

- 20** Språktrening gjennom hverdagsaktiviteter

- 22** Nordisk Afasidag 2016

- 23** Rehabilitering av lese-skrivefunksjon ved afasi

- 24** Lokalforeninger

- 26** Søk om ExtraStiftelsen-midler!

- 26** Appløsninger for personer med afasi?

- 27** Afasipostens kryssord

- 28** Medlemskap i Afasiforbundet Norge?

- 30** Lokalforeninger og kontaktpersoner



Forbundsleder,
Hogne Jensen

Aret er på hell og mens vinter og mørketid setter inn for fullt er det betryggende å vite at vi ikke møter denne tiden alene. Rundt oss er familie, venner og nære som støtter oss. Også i Afasiforbundet går vi den lange veien framover med gode personer som støtter oss. Vi er heldige som har mange dyktige fagpersoner som engasjerer seg lokalt og sentralt. Vi har ildsjeler lokalt som til tross for en travel hverdag likevel tar seg tid til å gjøre hverdagen litt bedre for andre. Sist, men ikke minst har vi en administrasjon som står på til det siste for å sikre en bedre afasihverdag for alle og enhver. Vi kan være takknemlig for at man til tross for utfordringene man har, med hånden på hjertet kan si at vi ikke er alene.

Sentralt har vår lille stab i løpet av høsten vokst med en, og jeg vil ønske vårt nyeste medlem i afasifamilien, Annika N. de Leon, velkommen. Sammen skal vi stå på for å skape en bedre afasihverdag, for å fremme forbundets interesser og sørge for at alle som har behov skal få den hjelpen de trenger.

En del av hjelpen vi har behov for kommer ofte i form av en logoped. Derfor synes jeg det er godt å se at flere logopeder melder seg inn i forbundet og

“Den som ikke kan snakke har også noe å si”

bidrar der de kan, både lokalt og sentralt. Vi har noen svært kompetente og dyktige fagpersoner som sitter i vårt faglige utvalg og for styret er det en trygghet å vite at vi har tilgang på en fagkompetanse av dette kaliberet. Jeg vil benytte sjansen til å takke dem for innsatsen i år og ser fram til et produktivt 2017.

I tiden som kommer vil vi ha bruk for kompetansen og engasjementet våre medlemmer sitter inne med. Til høsten er det stortingsvalg og det vil derfor være viktig at vi fremmer våre hjertesaker, at vi skinner et lys på de utfordringene våre medlemmer står ovenfor og at vi høyt og tydelig bruker stemmen vår. Vi skal gi klar og tydelig beskjed om at vi fremdeles er her og at personer uten språk også har noe å si. Vi skal stå samlet, jobbe hardt og bevege oss framover for å skape en bedre hverdag for alle våre medlemmer.

Det har vært en hektisk høst og en bratt læringskurve for alle

som i mai fikk seg en ny rolle i forbundet, men det er med et rolig sinn vi kan gå høytiden i møte. Alle har gjort sitt ytterste for å bevege forbundet i en positiv retning og begynner nå å få kontroll på styre og stell. Tiden som kommer vil stille høye krav til oss som et forbund. Om vi fortsatt skal være en relevant aktør og en sterk stemme som kan ivareta interessene til våre medlemmer krever det at vi bygger videre på de gode kvalitetene vi har, samtidig som vi utvikler oss videre til det beste for våre medlemmer.

På vegne av styret og administrasjonen vil jeg ønske dere alle en trivelig høytid. Gå tiden i møte vel viten om at vi setter stor pris på dere, den aktiviteten dere er med på å skape, den kompetansen og erfaringen dere sitter på og alt det gode dere representerer. Sammen er vi sterke og sammen skal vi kjempe for en bedre afasihverdag.

Takk for innsatsen i 2016 og jeg ønsker dere alle en god jul og godt nyttår.



Fast spalte, skrevet av afasiteamet ved Statped sørøst, fagavdeling språk/tale.

Er du på Facebook?

Denne gangen ønsker vi å tipse om en Facebook-gruppe for personer med afasi og deres pårørende.

Gruppen heter «Afasi», og den har i dag rundt 132 medlemmer. Blant medlemmene er det personer som har afasi, familie-medlemmer og fagpersoner som jobber med afasi.

I gruppa kan du blant annet dele tanker, spørsmål og ideer som har med afasi å gjøre. Kanskje har du vært med på en spennende aktivitet som flere burde få vite om? Kanskje har du et dikt eller et bilde som de andre i gruppa vil ha glede av? Kanskje vil du fortelle om en nyttig nettside? Afasiforbundet i Norge og de lokale afasiforeningene bruker også denne Facebook-gruppa for å gi informasjon.

Dette er en offentlig gruppe, så alle kan se hvem som er

medlemmer, og hva som blir delt. Helt private ting blir derfor ikke tatt opp i gruppa.

Interessert i å bli med i gruppa? Søk på «afasi» i søkefeltet på Facebook. Du må be om å bli medlem, og så vil en administrator legge deg til.

Tusen takk til administrator Trine-Marie Hagen for informasjonen.

PS. Du finner også Afasiforbundet i Norge og Statped på Facebook.

Afasi-nytt inneholder kortfattet informasjon for mennesker som har afasi, deres nærpersoner og andre interesserte. Det kan være opplysninger om aktuelle sider på internett, tips om litteratur og informasjonsmaterieell osv.

Spørsmål eller kommentarer? Kontakt gjerne språkforsker Marianne Lind, marianne.lind@statped.no eller logoped Nina Høeg nina.hoeg@statped.no tlf. 90 53 24 34. Du kan også ringe sentralbord 02196



Praktiske råd om det å snakke sammen

I denne spalten tar vi for oss hvordan vi best mulig kan legge til rette for at personer med afasi kan delta i dagligdagse samtaler. Vi har snakket om hvordan vi kan legge til rette for et godt samtalemiljø, og om hvor viktig det er å ta seg god tid i samtaler. I de to siste numrene av Afasiposten har vi gjort rede for ulike samtalestrategier som vi kan bruke for å takle de utfordringene vi ofte møter i samtale med personer som har afasi.

■ Margit Corneliusen, Line Haaland-Johansen og Eli Qvenild, samt språkforsker Marianne Lind

I forrige nummer fokuserte vi spesielt på hva det betyr at samtaledeltakere må *samarbeide* for å få til en samtale. Vi snakket blant annet om at personer med afasi ofte trenger hjelp både til å **få** ordet og til å **gi fra seg** ordet, og vi snakket om vedlikehold i samtaler, det vil si at vi retter opp bare de mest nødvendige feilene.

I denne siste artikkelen om samtalestrategier vil vi fortelle om en metode, som kan betraktes som et redskap vi alle kan bruke når vi snakker med en person som har afasi. Metoden er kalt "Supported Conversation for Adults with Aphasia", på norsk "Støttet samtale for voksne med afasi" (SSA). Først vil vi kort gjøre rede for det teoretiske grunnlaget for denne metoden, som er

utviklet av logoped Aura Kagan ved Aphasia Institute i Toronto, Canada. Deretter vil vi beskrive hvordan metoden konkret kan brukes som støtte i samtaler med personer med afasi.

Maskert kompetanse

Som vi vet, beholder personer som har fått afasi, mange av de kognitive og sosiale ferdighetene som de hadde før de fikk afasi. Men språkvanskene fører til at de får færre muligheter til å snakke med andre mennesker. Det betyr at de får færre anledninger til å vise fram hvem de er, hvilke kunnskaper de har, og hvilke meninger og følelser de har.

Vi kan si at evnene og ferdighetene deres i større eller mindre grad blir skjult eller maskert av språkvanskene. Derfor tror mange at personer med afasi er mindre kompetente, og som et resultat blir de behandlet som om de var mindre kompetente. For svært mange fører dette

til at de deltar mindre i sosialt liv og samfunnsniv, og det igjen kan ha negative følger for selvfølelse og livskvalitet. En del av de som har afasi, gir også uttrykk for at de opplever å få for liten bekreftelse av andre på seg selv som et voksent menneske.

Støttet samtale for voksne med afasi

"Støttet samtale for voksne med afasi" er utviklet for å redusere de psykososiale konsekvensene av afasi. Metoden bygger på ideen om "samtalepartnerskap", og tanken er at vi som samtalepartnere skal være en ressurs for personen med afasi og dele aktivt på kommunikasjonsbyrden. Vi har ansvaret for å gi støtte slik at personligheten, viljen og kunnskapen hos den som har afasi, kommer til syne. Samtidig skal samtalepartneren bidra til at samtalen flyter naturlig slik at personen med afasi føler at han eller hun deltar i ▶

▷ en jevnbyrdig, voksen samtale. Målet er et samtalefellesskap hvor den som har afasi, skal "glemme" sin afasi.

Hva kan vi gjøre?

I det følgende skal vi med utgangspunkt i denne metoden komme med noen forslag til hvordan vi som samtalepartnere kan forsøke å lette utvekslingen av informasjon, meninger og følelser i en samtale med en person som har afasi.

Det første vi må gjøre, er å vise personen med afasi at vi *anerkjenner* hans eller hennes kompetanse. Det kan vi for eksempel gjøre ved å henvende oss direkte til personen og snakke naturlig til ham eller henne som en likeverdig samtalepartner. Vi må også vise at vi har respekt for de erfaringene og den kunnskapen vedkommende har, for eksempel ved å si "Jeg vet at du vet" ved passende anledninger.

Like viktig er det å hjelpe personen med afasi til å *synliggjøre* sin kompetanse – det å kunne gi uttrykk for kunnskap, meninger og følelser. I den forbindelse er det viktig å finne ut hvilke sterke og svake sider personen har i en kommunikasjonssituasjon. For eksempel vil det være helt nødvendig for oss å ha kjennskap til hvordan vedkommende lettest og sikrest kan svare *ja* og *nei*. Noen kan

ha problemer med å svare muntlig. Men det kan være andre måter å svare på, som å nikke eller riste på hodet, peke opp eller ned med tommelen eller peke på ordkort med ordene *ja* og *nei* på.

Å få budskapet INN og UT

En person som har afasi, kan ha vansker både med å motta og sende et budskap. I mange tilfeller trenger vi ulike hjelpe-teknikker som kan hjelpe oss med å få informasjonen eller budskapet INN til den afasirammede. Når personen med afasi ikke forstår oss, er det ikke nødvendigvis begrepene som ikke blir forstått. Kanskje det er måten vi formidler budskapet på, som er feil. Vi trenger å endre måten vi kommuniserer på, slik at den vi snakker med, forstår oss best mulig. Vi kaller dette "å få budskapet INN". Det kan for eksempel hende at personen med afasi ikke forstår all informasjonen når den bare blir gitt *muntlig*. Da kan det ofte være til god hjelp å supplere samtalen med gester eller skrive nøkkelord med store, tydelige bokstaver på et ark. Vi kan også tegne enkle tegninger eller bruke ressursmaterieell som kart, aviser og bilder mens vi snakker.

Som vi vet, kan personer med afasi også ha vansker med å snakke eller "få budskapet UT". Derfor bør vi oppfordre den vi snakker med, til å bruke

gester, tegne eller skrive noen bokstaver eller tall dersom det er mulig, slik at samtalepartnere lettere kan forstå det vedkommende ønsker å formidle.

Dersom en bestemt samtale har vært ledd i en viktig diskusjon, kan det være fornuftig å ta vare på alt skriftlig og tegnet materiale slik at det kan brukes som

referanse ved senere samtaler. De fleste av oss tar for gitt evnen vår til å "vise tilbake" til hendelser og dokumenter. Men for personer med stor grad av afasi er ikke dette mulig på grunn av språkvanskene. Derfor er det viktig å huske på at skriftlig materiale kan være den eneste måten en person med afasi kan starte en samtale

om et spesielt emne på, med familie, venner eller andre.

Illustrert kommunikasjonsmaterieell

Vi vil også nevne at Aura Kagan og medarbeidere har utarbeidet et materieell som kan brukes i kommunikasjon med personer som har afasi. Materiellet foreligger i norsk utgave og

heter "Illustrert kommunikasjonsmaterieell" (IKM). Det er en perm med flere hundre tegninger som kan være utgangspunkt for en rekke samtaleemner. Permen forhandles gjennom Afasiforbundet i Norge og koster kr 1.950 for medlemmer. ▷

“...evnene og ferdighetene deres bli i større eller mindre grad skjult eller maskert av språkvanskene.”





13. - 17. juni Afasitreff

En solfylt uke i juni var det igjen klart for Afasitreff hos Statped sørøst. Åtte personer med afasi deltok og to personer var med som følge. En av tankene bak kurset er at det har en verdi å møte andre med afasi, og dele erfaringer.

■ Av Nina Høeg, i samarbeid med workshop-gruppa

I løpet av uka var det grupper med ulike temaer. Det var blant annet samtaler om afasi, musikk-gruppe og nettbrett-gruppe. Det var også film og foredrag om å leve med afasi. Mellom aktivitetene var det hyggelige pauser med kaffe og te. Både i gruppene og i pausene var det mye tid til å prate sammen og bli kjent.

På tirsdagen var det tur til Munch-muséet. Vi fikk en guidet tur gjennom en utstilling

med ti utvalgte bilder. Blant annet fikk vi se «Madonna» og «Pikene på broen». Etterpå ble det tid til litt kaffe i utekaféen. Noen tok også en tur innom Botanisk hage.

Deltakerne bodde sammen på internatet «Blåstua» hele uka, og man ble godt kjent med hverandre. Om morgenen ble det tatt initiativ til felles frokost i spisestua. På kveldstid kunne man være med på aktiviteter som sangkveld, boccia, quiz og kakebaking. Det ble også tid til

å se på fotball-EM, ta seg en hvil på rommet, eller ta en tur i nærområdet.

Statped arrangerer jevnlig Afasitreff. Treffene annonseres i Afasiposten.

Denne artikkelen har blitt til etter en workshop-gruppe der fem av deltakerne deltok. Gruppa har kommet med innspill til både teksten og bildene. □

► Vi har i denne artikkelen gjort rede for en bestemt metode, "Støttet samtale for voksne med afasi" (SSA), som kan brukes i samtale med personer som har afasi. Metoden kan oppsummeres på følgende måte:

- Metoden er utviklet for å redusere de psykososiale konsekvensene av afasi.
- Ansvar for å få i stand og opprettholde en givende, hverdagslig samtale hviler på begge samtalepartnerne, men først og fremst på den som ikke har afasi.
- Samtalepartneren skal anerkjenne og synliggjøre kompetansen hos den som har afasi.
- Alle samtaleteknikker som benyttes, skal være valgt etter situasjon og behov og

inngå i kommunikasjonen på en mest mulig naturlig måte.

- Med jevne mellomrom kontrollerer samtalepartneren at de har forstått hverandre og fått korrekt informasjon.
- Tanken er at denne samtalestøtten skal fungere som en "kommunikasjonsrampe" på samme måte som en rullestol er til støtte for en person med fysiske vansker. På den måten kan personer med afasi oppnå større delaktighet i det sosiale liv og få bedre tilgang til samfunnslivet.

Tidligere innlegg i denne spalten finner du også på Afasiforbundets nettsider: <http://afasi.no/Afasiposten/Artikler/Det-handler-om-samtale>



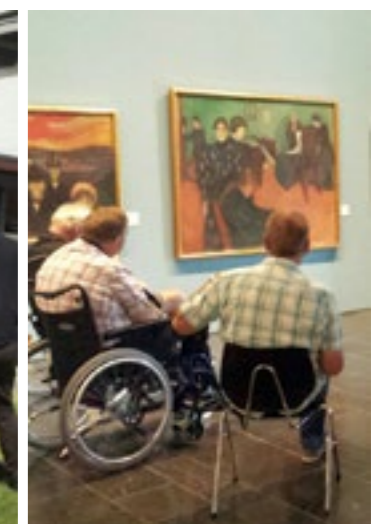
- *Samtale betyr at man veksler på å ha ordet: Hjelp den som har afasi til å komme til orde når det er nødvendig, og hjelp ham/henne med å være en lytter når det er nødvendig.*
- *Samtale betyr at man sammen skaper en sammenhengende helhet: Vær oppmerksom og ta deg tid slik at den som har afasi slipper til med hele bidraget sitt.*
- *Samtaler innebærer alltid vedlikehold/repasasjon: Vurder nøye om det er nødvendig å rette opp alle feil, og bruk tid bare på de viktige feilene – de som gjør at dere misforstår hverandre.*



Velkommen til Afasitreff.



Boccia var en av aktivitetene.



Omvisning på Munch-museet.

Ny

informasjonskampanje om hjerneslag

Fredag 28. oktober lanserte Helsedirektoratet en nasjonal informasjonskampanje om hjerneslag. Kampanjen er utviklet sammen med brukerorganisasjoner og sentrale fagmiljøer. Afasiforbundet satt i en ekstern referansegruppe for arbeidet med kampanjen, og var selvfølgelig tilstede under lanseringen.

■ Av Annika N. de Leon Foto: Aud Kvalbein

**PRATE
SMILE
LØFTE**

Ønsker du å være med å spre budskapet videre, kan du ta kontakt med Afasiforbundet og få tilsendt plakater og visittkort.

Kampanjens overordnede mål er at flere slagrammede får behandling i tide ved å bygge opp kunnskapen om plutselige symptomer på slag og senke terskelen for å ringe 113. Dette er viktig for å sikre best mulige prognoser og gi økt livskvalitet til slagrammede.

PRATE - SMILE - LØFTE er kampanjens slagord og fremheves i reklamefilmen som vil gå på TV to til tre uker etter kampanjestart. Er det plutselig vanskelig å prate, smile eller løfte armene bør det lyse en rød varselampe hos vedkommende eller hos pårørende og 113 bør ringes MED EN GANG.

Det kan være hjerneslag! Den første tiden etter at disse symptomene viser seg, er kritisk. Tid er hjerneceller og jo raskere man får hjelp, jo bedre er utsiktene.

Gode innlegg

Det var mange gode innlegg på programmet, blant annet fra Statssekretær Anne Grethe Erlandsen, Helsedirektør Bjørn Guldvog, Bent Indredavik, faglig leder ved Norsk hjerneslagregister og selveste helse- og omsorgsminister Bent Høie. Vi fikk også en rørende opptrøden fra artisten Suze som selv møtte en utfordrende tid etter et omfattende hjerneslag. En ambulansarbeider gjorde inntrykk da han fortalte om to



Helsedirektør Bjørn Guldvog og Carl Christiansen fra ambulansetjenesten.

ulike pasienter, og hvordan disse hadde veldig forskjellige utfall med tanke på tidlig behandling og livskvalitet. Den ene hadde brukt hele to dager på å ringe 113 og dermed fått varige skader. Den andre hadde barn som forstod at noe var galt og ringte 113 med en gang. Han fikk rask hjelp og ingen varige skader. Ambulansarbeideren understreket

viktigheten av å heller ringe 113 en gang for mye, enn en gang for lite.

Afasi er ofte resultat av slag, og vi i Afasiforbundet ønsker derfor å spre Helsedirektoratets budskap. Har du problemer med å **PRATE - SMILE - LØFTE** (armene), ring 113 MED EN GANG. Hvert sekund teller!

“
Ring 113 med en gang, hvert sekund teller!
”

Å leve med kognitive utfall

Jeg heter Brit Marie Brunnes. For 9 år siden ble det plutselig vanskelig å se skikkelig. Jeg fikk meg briller, men det hjalp ikke. Optikeren undersøkte meg grundig og ga meg adressen til en øyelege. Det viste seg at jeg hadde hatt et hjerneslag og mistet synet i halve synsfeltet på venstre side. Det var som om noen hadde trukket for en gardin. Dette ble mer dramatisk enn jeg hadde forestilt meg, og mer skulle det bli.

■ Av Brit Marie Brunnes og Sør-Rogaland Afasiforening

Det var så mye jeg ikke forsto i denne tiden. Jeg forsto ikke hvorfor jeg strevde med å få til ting i hverdagen. Å lage middag i mer enn en gryte var umulig, fordi jeg ikke klarte å passe på mer enn en gryte om gangen. På kjøkkenet var det helt kaos fordi jeg ikke klarte å rydde etter meg.

Egentrening

Jeg bestemte meg for å trene. Barna mine var da 7 og 9 år og ble mine egne terapeuter hjemme. Jenta spilte håndball, og ville kaste ball som trening. Men når ballen kom fra den ene siden, så jeg den ikke. Jenta ble lei av å hente ballen til meg, fordi jeg ikke klarte å krype etter den selv. Vi la også

puslespill sammen. Datteren min så ikke at jeg flyttet samme brikken rundt på bordet. Jeg så ikke hvor den skulle være. Etter 1-2 måneder klarte jeg å få en bit til å passe!

Gutten ville ha hjelp til matematikken. Tallforståelsen min var helt borte. Vi strevde med regnestykkene. Litt etter litt, gikk det bedre. Jeg hvilte før han kom hjem, for å kunne hjelpe med leksene. Senere kunne jeg også kjøre han til trening i svømmehallen. Men der var det så mye lys, lyder og inntrykk, at jeg ble kvalm og svimmel. Alle inntrykkene rundt meg, gjorde også at jeg ikke fikk tak i ord til å snakke.

I butikken

Å handle var anstrengende.

Hadde butikken bedt om 40, 400 eller 4000 kroner, hadde jeg betalt uten å reagere. Dessuten gjorde synsvanskene at butikkhyllene bøyd seg over meg. Det var som om melis- og sukkerpakkene hoppet ut mot meg. Da jeg endelig kom til kassen, var jeg så sliten, at jeg ikke husket koden til bankkortet. Jeg skrev derfor koden på hånden før jeg gikk hjemfra. Det tok lang tid å finne kortet og betale. Jeg kunne høre hvordan de sukket bak meg i køen. Forbudet mot å kjøre, gjorde at jeg etterpå gikk hjem. Slitsomt!

Språk

Noen ganger klarte jeg ikke forstå hva andre spurte meg om. Jeg ble liksom belagt med teflon og ordene bare gled rett



forbi meg. I stedet for å gi meg tid, var det noen som i stedet snakket veldig høyt, bøyd seg fram og over meg – og da ble jeg i alle fall stresset. Jeg har erfart at jeg må føle meg trygg for å kunne snakke. Fremmedord kom ofte ut feil. «Maskara» kunne bli «masakra». Innholdet i setninger kunne også bli feil. Jeg lærte fort å snakke om det jeg hadde øvd på og som andre forsto. Og det fungerte.

Jeg har alltid vært glad i ord og å skrive dikt og små historier. Nå forsto jeg ikke et eneste dikt! Aviser kunne også være vanskelig. I minst 2 år sto det mye rart i avisen. Jeg forsto noe var feil, men jeg snakket ikke om alt det rare som sto i avisen. Når jeg prøvde å skrive noe, var det som bokstavene var sluppet

tilfeldig ned på papiret.

Daglige aktiviteter

Hver morgen begynte jobben min med å stå opp. T-skjorten kom kanskje innerst og bh-en utenpå. Noen ganger kom jeg for langt ut på sengekanten og falt på gulvet. Bokstavene måtte også «vekkes» for at jeg

skulle kunne snakke bedre. Jeg lå i sengen og hilste på bokstavene. A for apekatt, B for barbering, osv.

Hver dag gikk jeg tur. I starten klarte barn å springe lett forbi meg. Jeg dro foten etter meg og svetten rant. Hjemme hadde jeg et arsenal av ting jeg øvde ▶

“ I stedet for å gi meg tid, var det noen som i stedet snakket veldig høyt, bøyd seg fram og over meg – og da ble jeg i alle fall stresset. Jeg har erfart at jeg må føle meg trygg for å kunne snakke. ”

“Alt hang sammen.

Da jeg fikk til sudoku, ble det enklere å lage middag.”

▷ med; Forskjellige puslespill, kryssord og sudoku for barn. I starten fikk jeg ikke til noe, men etter hvert klarte jeg å løse kryssordene. Og senere sudoku. Det var som å være i et nett. Alt hang sammen. Da jeg fikk til sudoku, ble det enklere å lage middag. Alle aktivitetene, som å vaske klær og å lage middag, ble en viktig del av opptreningen min. Den dagen mannen min og barna kom hjem og det sto 4 gryter på middagsbordet, sa han: «Stopp! Dette må vi ta bilde av!» Fram til da klarte jeg ikke passe på mer enn 2 gryter om gangen.

I håndvesken hadde jeg 3 viktige ting. Post-it lapper som jeg skrev ned alt jeg avtalte. Jevnlig gikk jeg gjennom og leste lappene for å huske. Paracet for hodepine, var viktig. Det siste var kalenderen, der mannen min og jeg skrev det jeg skulle huske. Disse strategiene var viktige. Det var mitt ansvar å trene og det var jeg som måtte gjøre det.

Energi

Å være med på «hjerneskolene», var helt fantastisk. Psykologen sa: «NÅR energien kommer tilbake ...» og ikke HVIS. Jeg

var hele tiden utkjørt og utmattet. Å få vite at energien kunne komme tilbake, var vidunderlig. Og for meg ble det bedre, men det tok mange tunge år før jeg kjente at jeg hadde overskudd igjen. Jeg følte meg helt «flat» og uten energi. Det var også underlig å være så sliten at jeg ikke hadde følelser. Å oppleve at jeg ikke hadde følelser til å være glad i barna mine!

Jeg kan lære!

Det ble sagt jeg hadde vanskelig for å lære nye ting, og at jeg måtte ta vare på meg selv. Da tenkte jeg: Hvis jeg ikke kan bruke hodet, skal jeg i alle fall bruke hendene! Jeg har alltid likt håndarbeid, og satte i gang med 1 års utdanning i «kunst og håndverk». Det var tøft og jeg ble sliten. Men jeg fant ut at jeg kunne lære! Bare jeg holdt på lenge nok. Det ble flere år på skole. Jeg kunne ikke gå tilbake til min tidligere jobb, og måtte gjøre noe! Det ble mange tunge år. Men jeg har bestått med min hjerneskade!

Ny jobb

Da Frisklivssentralen åpnet i Stavanger, fikk jeg kontakten min på NAV til å skrive søknaden for meg. Jeg fikk da

tilbud om å ta imot telefonhenvendelser. Veldig skummelt å skulle ta telefonen, siden ordene ikke alltid var på min side. Men jeg var glad og veldig klar for å begynne. Nå har jeg fått gå «gradene» og har en jobb der jeg får bruke utdannelsen min og de erfaringene jeg har etter hjerneslaget. Jeg jobber 50 % og er 50% uføretrygdet. Noen av kollegaene mine har sett at noe har skjedd med meg i løpet av disse årene. Selvtilliten og selvfølelsen har hatt godt av å være i jobb. Ikke minst å være omgitt av andre kollegaer som gir tid når det har gått litt sent. De dagene jeg kjenner at det ikke er ord, har jeg fått oppgaver der jeg ikke trenger å snakke. Så jeg har vært superheldig.

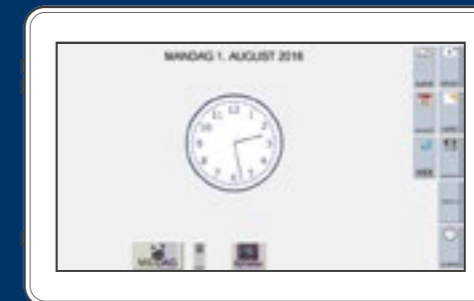
Drømmen

Nå har det gått nesten 9 år siden jeg ble syk, og er fortsatt i utvikling. Håpet mitt er at jeg våkner en morgen der jeg har ord som jeg kan skrive et dikt med. Framgangen jeg har hatt, har ikke kommet gratis, men det har nyttet. Jeg hadde ikke noe valg, for jeg var også mor til to barn. Hvis jeg ikke klarte å trene for meg selv, så måtte jeg trene for barna. □

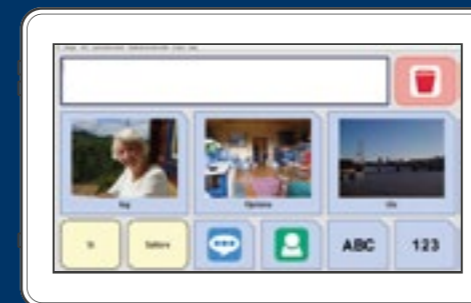


Kommunikasjon for voksne med afasi

Vi er opptatt av at du, og den du bryr deg om, skal kunne kommunisere og bli forstått. Vi har utstyr som kan være nyttig. Ta kontakt, så kommer vi ut og viser deg løsningene.



Cognitass Afasi
Kontekstbasert skjermkommunikasjon for voksne. Fotobibliotek med ferdige og egne bilder.



Gridpad 10 Afasi
Ferdig kontekstbasert ordlettingsstrategi for lettere å finne ord og setninger.



Dialog Afasi
Godt verktøy for å finne bilder, søke i kart og tegne.

cognita™

Tlf. 22 12 14 50 | mona@cognita.no | cognita.no

Afasidagene på Bredtvet

Torsdag 03. november var scenen satt for de årlige Afasidagene i Statped. Afasidagene arrangeres av Afasiteamet i Statped sørøst og er et todagers praksisrettet kurs om afasi. Afasidagene er en gylden mulighet for logopeder og andre interesserte, å høre om praksiserfaringer og ny forskning på afasifeltet. Afasidagene legger til rette for at logopeder kan lære av hverandre, samt holde seg oppdatert på fagfeltet sitt.

■ Av Annika N. de Leon Foto: Marianne Brodin

Vi i Afasiforbundet kunne selvsagt ikke gå glipp av dette kurset og var tilstede fra dag en, både som kursdeltakere og på stand. Det ble holdt mange fine og inspirerende presentasjoner i løpet av de to dagene. Det ble

snakket om viktigheten av at personer med afasi får mulighet til å møte, og lære av hverandre, for eksempel gjennom afasitreff eller gruppeaktiviteter. Det er noe med at man sitter i samme båt og at terskelen for å tørre å prate dermed blir lavere. Gill Pearl fra Speakeasy, UK var en

av foredragsholderne. Hun fortalte om arbeidet til Speakeasy, en frivillig organisasjon i England for afasirammede. Speakeasy tilbyr informasjon, støtte, terapi og muligheter for personer med afasi. En aktivitet Speakeasy har er for eksempel kor. I likhet med andre kan personer med afasi oppleve musikk som svært givende og terapeutisk. Kanskje et afasikor er noe vi kunne fått til her i Norge også?

Videre i programmet for Afasidagene ble ulike verktøy man kan bruke for å kartlegge og behandle afasi presentert. Der i blant rehabiliteringsprogrammet CIST. Et område dratt frem som spesielt viktig for logopeder å etterstrebe i rehabilitering var brukermedvirkning. Å oppleve aktiviteter som meningsfulle er en viktig kilde til motivasjon for

mennesker. Derfor er det viktig at afasirammede i rehabilitering får være med å påvirke for eksempel ved å formidle hva som er viktige målsetninger for dem og hvilke metoder som er motiverende for dem. Det må nevnes at brukermedvirkning imidlertid kan være særlig utfordrende i arbeid med afasirammede, da de nettopp har kommunikasjonsvansker, og dermed kan ha problemer knyttet til denne viktige formidlingen.

Et interessant tema som også ble tatt opp var afasi og flerspråklighet. Ofte er det slik at flerspråklige mennesker bruker ulike språk i ulike kontekster. Man kan for eksempel bruke ett språk hjemme og et annet på jobben. Man trenger heller ikke å ha like god kompetanse i begge språkene. Afasirammede kan både oppleve at begge språkene er skadet på samme

måte, men også at språkene er skadet på ulik måte. En god kartlegging av afasi hos flerspråklige forutsetter derfor undersøkelser av begge eller alle språkene til den afasirammede.

«Talk around it - DAGLIGLIV»
På dag nummer to hadde Afasiteamet på Statped æren av å lansere en ny app laget for personer med afasi, «Talk around it – DAGLIGLIV». Appen er resultat av et samarbeid mellom Statped, Neuro Hero og Afasiforbundet, med støtte fra ExtraStiftelsen. Appen er laget spesifikt for afasirammede og meningen er at man skal øve på ordmobilisering. Øvelsene går ut på at man skal si ordet man får presentert. Presentasjonen av ordene gjøres først via bilder alene, og om man ikke kommer på ordet, sammen med forskjellige hint. Appen inneholder et helt bildebibliotek med over

100 bilder/ord som man kan øve seg på. Appen har også en funksjon som gir deg en statistisk oversikt over dine gjennomførte tester og poengskårene dine.

Denne appen er en god mulighet for personer med afasi til å få øvd seg på å gjenkalle og produsere ord. Det anbefales at de som ønsker å benytte seg av denne appen, først gjør dette sammen med logopeden sin. Etter hvert, kan man bruke den hjemme om man ønsker. Appen koster i underkant av 200 kroner og er tilgjengelig for både Ipad og Android. Appen kan lastes ned i App Store, Google play og Amazon.

Vi takker flinke foredragsholdere for engasjerende og lærerike foredrag og Afasiteamet for et vellykket arrangement! □



Afasiteamet f.v.: Nina Høeg, Marianne Lind, Monica Knoph, Line Haaland-Johansen og Anne Mette Mortvedt

Språktrening gjennom hverdagsaktiviteter

▪ Av Gro Strande og Eivind Dybendal

To ildsjeler på Ringerike forteller:

I 2016 har vi vært med på Innovasjonsløft Ringerike sitt program og jobbet frem prosjekt: «Vi vil – vi kan – vi gjør det». Prosessen har gitt oss påfyll og inspirasjon, bevissthet og tydelighet om behov og behandling. Afasirammede og pårørende, sammen med andre interesserte, har gjennom workshoper delt erfaringer, åpnet opp, drøftet, argumentert og forsvart oss. Eksterne fagfolk er også blitt trukket inn for å gi innspill i prosessen.

Gro Strande er Logoped med privat praksis i Ringeriksregionen. Eivind Dybendal er slagrammet og tidligere klient hos Gro.

Gro forteller: Jeg har fått en skikkelig dytt i ryggen, fått følelsen av å bli løftet selv, etter å ha deltatt på Innovasjonsløft sine samlinger i år. – Jeg er ikke en person som har så lett for å vise meg fram i mediene. Men nå har jeg fått beskjed om at tida er inne for å tørre det. Vise flere hva som jeg holder på med, hva som går an!

Innovasjonsløft Ringerike er et omstillings- og innovasjonsprogram for bedrifter i Ringeriksregionen etter at storindustri og militærforlegninger ble lagt ned. Målet er å skape kultur for nyvinning, nybrottsarbeid og samspill mellom gode krefter. Selv de minste bedriftene har nytte av en prosess der 15 bedrifter setter seg ned sammen, med hver sine ulike prosjekter og heier hverandre fram mot en løsning i løpet av et halvår. Glesne logopedi AS deltok med sin ide om å utvikle et konsept innen habilitering av slagrammede.

Egne erfaringer er lagt til grunn for dette konseptet. Dette konseptet passer ikke for alle. Konseptet er tilpasset de klientene som har et sterkt ønske om å involvere seg, delta i aktiviteter og være del av samfunnet. Konseptet bygger opp selvtillit og legger til rette for mestring i fellesskap.

Målet med behandlingen er å gjøre våre klienter til bedre kommunikasjonspartnere ved å gi dem et språk som gir dem **trygghet i hverdagen** til å ville, våge, utfordre ... - til å leve livet og ikke sykdommen. Vi bruker en kombinasjon av

“Jeg vil! Jeg kan!
Jeg gjør det!”



Her bakes det flatbrød hjemme hos en av deltakerne i aktivitetsgruppa.

språktrening, sosial trening, nettverksbygging, opplevelser, fysisk aktivitet og samhandling, sier Gro.

Behandlingen skal **trene klienten som et helt menneske**. Det gjøres gjennom involvering og delaktighet i et sosialt nettverk. (Være del av flokken). Klienten bruker sin restevne, og er til nytte for noe eller noen. Da får klienten livskvalitet gjennom mestring, økt selvfølelse og fellesskap med andre. Dette

handler om å bli sett, hørt og forstått. Dette er livskvalitet på alvor.

‘Jeg vil! Jeg kan! Jeg gjør det!’

Involvering; handler om å ta ansvar, være en del av samfunnet. Klienten finner sin nye identitet. Derfor tar Gro kontakt med lokale bedrifter og avtaler besøk for en av sine grupper med klienter. Ikke timesvis, så arbeidsdagen blir ikke mye forstyrret for dem

som har besøk. Men såpass at klienter får prøve ut samhandling og opplevelser. Og derigjennom få både sosial trening og språktrening. Og kjenne på at man mestrer hverdagsaktiviteter igjen i en trygg atmosfære.

Ildsjelene holder foredrag om konseptet nå i høst. Livskvalitet gjennom positiv tenking og mestring av hverdagens aktiviteter er hovedbudskap i dette.



Nordisk Afasidag 2016

10. oktober hvert år markeres Nordisk Afasidag. En viktig del av arbeidet vårt er å gi «folk flest» informasjon om hva afasi er og hva det betyr for den som er rammet.

■ Av Marianne Brodin Foto: Sigrid H. Lund



...når språket går i stykker

Vi er svært glade for at lokalforeningene er flinke til å markere dagen i sitt nærmiljø. Vi kan nevne at Asker og Bærum Afasiforening besøkte bibliotekene i Bærum og Asker med informasjonsmateriell om afasi og lokalforeningen sin. De besøkte også alle kontorene for hjemmebaserte tjenester i Bærum.

Kongsvinger og omegn Afasiforening hadde stand på Sykehuset Innlandet Kongsvinger, mens Ringerike og omegn Afasiforening engasjerte seg på Ringeriksdagen.

Afasiforeningen i Østfold var på Helsetorget på Sykehuset Østfold Kalnes og flagget Nordisk afasidag. Helsehuset i



Trond Børseth og Morten Dagsland alltid beredt! Gi Tid brosjyren ble godt mottatt.

Fredrikstad fikk også besøk og materiell om afasi ble godt mottatt, og i Halden ble Bakke Rehabiliteringssenter og Voksenopplæringen besøkt. Vest-Agder Afasiforening hadde stand i hovedgata i Kristiansand lørdag 8. oktober.

Haugesund og Omegn Afasiforening hadde stand på Amanda Storsenter. Mange

som var innom standen visste ikke hva afasi var, og folk var positive og opplevde det nyttig å få informasjon.

Vi setter stor pris på at våre lokalforeninger er så flinke til å markere dagen ved å spre informasjon, og retter en stor TAKK til mange flotte ildsjeler. □

Rehabilitering av lese- skrivefunksjon ved afasi - ut fra praktisk klinisk erfaring

Heftet er en praktisk veileder i hvordan vi kan ta skriftspråket i bruk som en naturlig, integrert del av den totale afasirehabiliteringen.

■ Av Ingjerd Haukeland, Tone Sandmo, Synneve Stoller

Veilederen er laget på bakgrunn av at Louise Storm, mangeårig støttespiller i Afasiforbundet, ga en pengesum til Forbundet i forbindelse med sin 80-årsdag. Hun ville at pengene skulle brukes til å forbedre afasirammedes muligheter til å trene opp igjen lese- og skriveferdigheter.

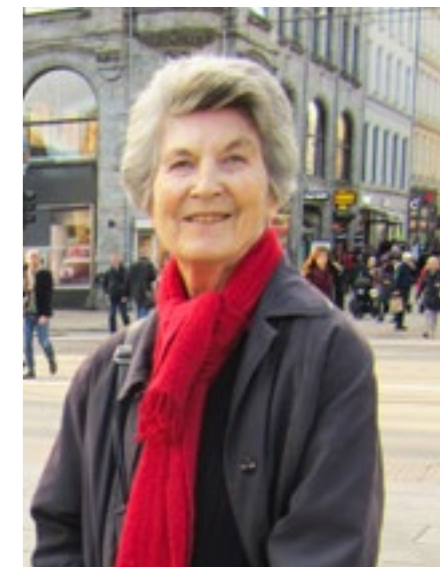


Vi er tre kolleger som har lang erfaring med afasirehabilitering ved Logopedtjenesten i Helse Bergen. Vi har tidligere samarbeidet om å lage HAST-permen, utgitt i 2010. Erfaringer med samarbeidet gjorde at vi påtok oss å gjennomføre et prosjekt

med tanke på å realisere Louise Storms intensjoner med sin pengegave.

Vi har valgt å lage en veileder til logopeder til hjelp i lese- og skriveopplæring, som en del av den totale språkrehabilitering for afasirammede. Tilnærmingen og de treningsaktiviteter vi presenterer er bygget på erfaring med hva som virker. Kognitiv nevropsykologisk retning er vår teoretiske basis.

De fleste afasirammede, bortsett fra de med de aller største skadene, har rester av ortografisk leseferdighet (helordslesing) bevart. Disse restene kan man styrke og utvide ved trening. Vi foreslår en rekke oppgaver og aktiviteter på dette nivået. Etter hvert går man gradvis over til fokusering på lyd-bokstav og fonologisk lesning. Da kan man innføre mange nye oppgavetyper og få større bredde og variasjon i arbeidet i logopedtimene og som egentrening for pasienten.



Louise Storm.

Vi gir forslag til aktiviteter og oppgaver på forskjellige nivå og til varierende typer vansker. Vi håper at veilederen vil være til nytte og inspirasjon i arbeidet med å lage individuelt tilpassede treningsopplegg. □

Priser:
Medlemmer: kr 250
Ikke-medlemmer: kr 300

Sommerturen 2016

Den 10. september, noen små uker forsinket i forhold til den opprinnelige planen, men fremdeles innenfor tidsområdet man tradisjonelt kaller sommer, entret forventningsfulle turdeltakere minibussen ved Eikelund for å legge ut på vårt lokale Vestlandscruise.

■ Av Sverre Jørgensen Foto: Claus A. Wilhelmsen

Denne gangen var det Eksingedalen som skulle avlegges en visitt. Været hadde vært sommerlig i lang tid selv om høsten lå like om hjørnet. Varmerekorder var blitt satt over hele landet. Vestlandet var intet unntak. Men akkurat denne dagen av alle, høljet regnet ned. Men det la ingen demper på stemningen ved avreise fra Eikelund. Ut på tur, aldri sur, er en god leveregel. Ved bussterminalen i Åsane kom resten av gjengen om bord, og vi var fulltallig. Det vil si 16 medlemmer i "Afasiforeningen".

Lisbet ønsket alle velkommen, og gjorde det klart at Vestlandet oppleves best i tåke og regn under mottoet "Våtere Villere Vakrere". Nå var det bare å lene seg tilbake i setet i 17-seters Mercedesen som var innleid for anledningen, og finstille turmodusen. Fra Åsane gikk ferden til Arna, og videre østover langs Sørfjorden til Evanger. Ingen ras hindret fremkomsten, så vi ankom Evanger etter planen. Her var det stans for å strekke bena, og for å avlegge stedets lokale supermarked en visitt. Herfra ble kursen satt mer nordlig. Veien ble ganske snart betydelig smalere og svingete, men innover og etter hvert oppover bar det sving i sving. Eksingedalen "Here we come".

Da vi nærmet oss toppen, og Eksingedalen skulle ligge foran oss i all sin pittoreske vestlandskjønnhet, så vi rett inn i tåkeheimen. Så det var bare å stille inn blikket på kortere avstand, og nyte alle idyllene langs veien, det være seg beitende husdyr eller velstelte småbruk med påstående bygninger. For ikke å snakke om alle fossene, store og små. Omsider kunne veiskiltene fortelle at vi nærmet oss Mo. Der var planlagt stopp og et etter hvert etterlengt måltid.

Vel ankommet Mo, inntok vi stedets beste restaurant hvor vi fikk servert en velsmakende rett og ditto dessert. Turen tilbake til "sivilisasjonen" gikk via Romarheim til Knarvik. □



En dag med flotte naturopplevelser og god mat i hyggelig selskap.

Visekveld i Asker og Bærum

Asker og Bærum Afasiforening inviterte medlemmene til vise- og allsangkveld. Vi oppfordret dem til å ta med familie og venner til å synge, tralle eller bare lytte.

■ Av Marit Kaarbøe og Greta Fredriksen

Vi hadde invitert visesangerne Vivi-Lill Holter og Reidar Steffensen til å underholde og lede allsang. Begge er dyktige sangere og har et lunt og inkluderende vesen. De hadde med seg mange gode og kjente viser og sanger, og fikk med seg forsamlingen til å delta.

Det ble en hyggelig kveld med full stue på Granly. Vi serverte kaffe med hjemmebakte kaker. Vi hadde loddsalg med mange medbragte gevinster. Alle som ikke var så heldige å vinne, fikk Afasiforbundets refleksbånd som trøstepremie (dette var forøvrig den internasjonale refleksdagen). Stemningen var god, og vi har fått mange positive tilbakemeldinger. □



◀ Vivi-Lill Holter og Reidar Steffensen underholdt.



▼ Hyggelig i stuen på Granly.

CIST: Constraint Induced Speech Therapy

Rehabiliteringsoppholdet varer i 3 uker med individuell oppfølging. I tverrfaglig samarbeid med den enkelte pasient settes det opp en individuell rehabiliteringsplan med utgangspunkt i pasientens egendefinerte mål. Dette i forhold til språkferdigheter (logoped) og generell trening (fysioterapeut)

EFFEKT OG INNHOLD

Pårørende merker umiddelbar forbedring i språklige ferdigheter etter oppholdet. Pasienter som har deltatt i flere CIST-opphold er vedvarende mer aktive og tar mer initiativ i egen hverdag. Programmet hos oss omfatter også tale- og stemmetrening i tillegg til språktrening. Dette betyr at tid for aktivisering av hjernen språklig er fordoblet sammenlignet med andre CIST programmer. Vi tilpasser programmet etter pasientenes utfordringer, både mht. innhold og tid. Vi kan kalle det lokal og individuell vri. Dette er viktig for å kunne overføre ferdigheter til sin hverdag. I alle gruppeaktiviteter er økt bruk av språk, tale og stemme i fokus. Daglige musikktimer er en viktig del av programmet. Forskning viser at maksimal bruk av tale og språklyd aktiviserer hjernen. Intensiv språktrening gir resultater!

Marianna Juujärvi, Logoped og fagansvarlig for CIST-tilbudet.

Henvisning og inntak

Henvisning sendes til:
RVE Nord, Rehabiliteringsklinikken UNN HF, Postboks 1, 9038 TROMSØ
For pasienter fra andre regioner, skal man benytte sitt lokale helseregion.

For mer informasjon

Kontakt Kurbadet på telefon 77 66 88 00, eller besøk nettsiden:

www.kurbadet.no





Søk om ExtraStiftelsen-midler!

Du kan søke midler til ExtraStiftelsen-prosjekter gjennom Afasiforbundet.

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 retningslinjene på <https://www.extrastiftelsen.no/>

I 2016 ble forebygging og rehabilitering slått sammen til helseprosjekter. Det er to søknadsfrister i året:

1. mars og 1. september 2017.

Forskningsprosjekter har søknadsfrist 15. mai 2017 (en gang i året).

Du er velkommen til å ta 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, tlf. 47 03 28 44



Afasipostens kryssord nr. 4-2016

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

Send inn løsningsordet (det grå feltet) senest 10. februar 2017:

Pr. epost: afasi@afasi.no

I posten:

Afasiforbundet i Norge, Torgt.10, 0181 Oslo, Oppgi navn og adresse.

Vinnere av kryssord nr. 3-2016:

- Sigrun Bjørke, Øyer
- Nils Magne Røstum, Melhus

Løsningsordet er *SURFING*.

- Vinneren får en liten gave i posten.



Kjenner du til apper som kan være bra for personer med afasi?

De appene du bruker i hverdagen kan være nyttige for flere. Afasiforbundet i Norge og afasiteamet i Statped sørøst jobber med å lage nettsiden app.afasi.no. Nettsiden skal gi informasjon om norske apper, som kan være nyttige for personer med afasi.

Send oss gjerne forslag til apper!

Send oss en mail:

Line (Line.Haaland-Johansen@statped.no), Anne Mette, (Anne.Mette.Mortvedt@statped.no) eller Nina (Nina.Hoeg@statped.no).

Ring oss gjerne:

Line, tlf. 47 03 28 44,
Anne Mette, tlf. 95 11 10 32 eller
Nina, tlf. 90 53 24 34.

Du kan også kontakte Afasiforbundet på telefon 22 42 86 44, så vil de gi oss beskjed.

Tusen takk for hjelpen!



Afasiforbundet i Norge
Torggata 10
0181 Oslo

Medlemskap i Afasiforbundet i Norge?

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

Hovedmedlem (kr. 250,-)

Husstandsmedlem (kr. 100,-)

Støttemedlem (kr. 200,-)

Navn:

Adresse:

Postnummer: Poststed:

Fødselsdato:

Telefon:

Epost:



Afasiforbundet i Norge

Torggata 10
0181 Oslo

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 og gir meg tid.

Takk!

Navn, adresse og telefon:

Nærmeste pårørende:



The Norwegian Aphasia Association

Torggata 10
0181 Oslo

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.

THANK YOU!

Name, Address and Telephone:

Next of Kin:



Effektiv trening med skandinaviske spesialister i Spania og Sverige

Har Du hatt et **slag** eller en **traumatisk hjerneskade** og behøver sjansen til optimal rehabilitering?

Forskningsstudier og våre resultater viser at vesentlige forbedringer kan oppnås, selv mange år etter at skaden har oppstått.

Vi tilbyr unike rehabiliteringsprogram med intens fysisk trening og språk- og taletrening.

Treningen er støttet av skandinaviske leger, fysioterapeuter og logopeder som er spesialister i nevro-rehabilitering.

Besøk www.neurooptima.com/no eller ring oss på **0046 40 400 950**. Velkommen!



neuroOPTIMA

NeuroOptima Forsk Rehab AB | Tel. 0046 40 400 950
kundservice@neurooptima.com | www.neurooptima.com/no

Lokalforeninger og kontaktpersoner

Afasiforeningen i Østfold

Inghild Bjørgestad
Krogstadveien 30
1640 RÅDE
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: lisbtrøe@online.no

Romerike Afasiforening

Trond Vestby
Kjerulfs gate 24
2000 Lillestrøm
Tlf.: 99 35 63 75
Epost: trond.vestby@hotmail.no

Kongsvinger og omegn Afasiforening

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

Afasiforeningen i Hedmark

Afasiforeningen for Lillehammer og omegn

Sigrun Irene Bjørke
Måsav.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 Malthe
Postboks 24
3281 TJODALYNG
Tlf.: 454 00 016
E-post: claus@malthe.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
Eidsvågveien 21A
5101 Eidsvågneset
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 Stornes
Jeppveien 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

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

Afasiforeninga 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

SKOGLI

helse og rehabilitering

Skogli Helse- og
Rehabiliteringssenter AS
har vært CARF-akkreditert
siden 2010



Primær- og senrehabilitering av hjerneslag og traumatisk hjerneskade samt CI-terapi gjennom avtale med Helse Sør-Øst

Hjerneslag

Vi tilbyr døgnopphold (3-4 uker), og rehabiliteringen tilpasses ut i fra den enkeltes rehabiliteringsmål og ressurser.

Noen av aktivitetene foregår i gruppe (frokostgruppe, samtalegruppe, trimgruppe, tur og undervisning).

I tillegg får pasienten individuell oppfølging av f.eks ergoterapeut, fysioterapeut, psykolog, sykepleier, lege, logoped, synspedagog, sosionom, ernæringsfysiolog, ortopediingeniør og rehabiliteringsassistent.

Pårørende kan delta under oppholdet.

Vi samarbeider også med ulike slagforeninger som driver likepersonsarbeid som yter informasjon og bistand.



CI-terapi

Skogli tilbyr også CI terapi, en intensiv treningsmetode for å trene opp hånd- og armfunksjon etter et hjerneslag.

Kurset er et 3 ukers gruppeopphold og arrangeres to ganger årlig.

Målet med treningen er å:

- Øke oppmerksomheten mot den svake armen/hånden.
- Bruke den svake armen i alle aktiviteter der dette er naturlig og hensiktsmessig.
- Bedre arm/håndfunksjon i aktiviteter som er viktige for deltakeren.
- Øke selvstendighet og mestring av daglige aktiviteter.

Henvvisning til begge tilbudene:
Fastlegen eller andre som kan henvise til spesialisthelse-tjenesten. 18-års grense.



Skogli Helse- og
Rehabiliteringssenter AS
Fredrik Colletts veg 13, 2614 Lillehammer
Telefon inntak: 61 24 92 00 - skogli@skogli.no - www.skogli.no

B ØKONOMI
ÉCONOMIQUE

Returadresse:
Afasiforbundet i Norge
Torggaten 10
0181 Oslo



NORGE P.P. PORTO BETALT



DISTRIBUERT AV POSTEN
NORGE



Kan varmt klima lindre symptomer?

Livsglede

God helse knyttes ofte til fravær av fysisk og psykisk ubehag og sykdom. God helse omfatter også at enkeltmennesket opplever sosialt velvære.

Mange av senterets gjester har eller har hatt perioder med sykdom og belastninger. Casas Heddy kan ikke fjerne ubehag og sykdom, men under oppholdet tilbys behandling, samvær og livsglede som til sammen kan bidra til god helse.

Gode Helsereiser

På Casas Heddy er bygninger og utstyr tilpasset slik at du som gjest kan nyte din ferie. De ansatte har lang erfaring og gir god individuell

service. Det er kompetente sykepleiere tilgjengelig dersom akutte helseproblemer skulle oppstå. Fysioterapeutene holder en høy standard på det fysikalske behandlingstilbudet. I tillegg vil et stabilt varmt klima i mange tilfelle lindre symptomer.

Trygghet

Følelse av trygghet er nødvendig for at man skal klare seg i hverdagen. Tryggheten er nødvendig for at du trives med deg selv og i sosialt samvær. Casas Heddy arbeider for at du skal føle trygghet under reise og opphold.

Opplevelser

Opplevelser som er spennende, interessante og meningsfulle gir

livsglede. Barn, ungdom og voksne har ulike ønsker og behov for aktiviteter og opplevelser. Tilrettelegging av dette blir ivaretatt av guide og aktivitetsledere.

Bestilling

Turer kan bestilles av individuelle og grupper. Det gis gode rabatter for grupper over 10 personer.

Åpent for alle

Senteret er åpent for alle. Også for de som bare vil ha en hyggelig ferie. Utreise hver mandag i hele vinter og ut april 2017.



REGARANTIFOND
RGF
rgf.no



Trening, velvære og opplevelser
i trygge, sosiale omgivelser
Lanzarote, Kanariøyene

Tlf. 33 39 88 88 - man - fred 9 - 15
Vakre, tilrettelagte omgivelser i varmt klima
www.casasheddy.no - booking@casasheddy.com