

STYRELSEN 2014

Karl Arne Löthgren	ordförande
Pia Delin Stadig	vice ordförande
Mats Gustafson	kassör
Ejne Johansson	ledamot
Gunn Jacobsson	ledamot
Tuula Marjeta	ledamot
Ilona Wahlström	ledamot
Lennart Andersson	suppleant
Johan Gustavsson	suppleant
Sören Gustavsson	suppleant
Maria Wilén	suppleant



www.orebro.hjarnkraft.nu

HJÄRNA I FOKUS 2014

Mellringevägen 120 B

703 53 ÖREBRO

Tfn 019-673 21 35

Telefontid: Mån-tors 10.00-14.00

- Ett liv som räddas skall också levas -

Broschyren är uppdaterad: 18 november 2014

Denna broschyr ges ut av Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft Örebro län
Text: Pia Delin Stadig och Christian Kanvik
Ansvarig utgivare: styrelsen

INFORMATION OCH ANMÄLAN

Kontakta nedanstående personer om Du har frågor.

Kansliet 019-673 21 35
Måndag – torsdag, telefontid: 10.00 – 14.00
Kanslist: Christian Kanvik
E-post: kansli@orebro.hjarnkraft.nu

Pia Delin Stadig, 0708-27 55 31
(skadad)
E-post: pia.delin@yahoo.se

Karl Arne Löthgren, 070-517 60 58
(Stödjure)
E-post: karlarnelothgren@telia.com

Besök www.orebro.hjarnkraft.se
Eller www.hjarnkraft.nu för ytterligare information.
Hjärnskadeförbundet finns numera på facebook. Gå gärna in och läs och gilla.

PRESENTATION AV KANSLIET/KANSLISTEN

Mitt namn är Christian Kanvik, är 33 år och arbetar sedan fem år på Hjärnskadeförbundet Hjärnkrafts kansli i Örebro. Jag arbetar halvtid, måndag – torsdag.

Anställningen är en s.k. trygghetsanställning (en form av lönebidragsanställning). Föreningen får 80% i bidrag från Arbetsförmedlingen till min lön eftersom jag lever med en medfödd hjärnskada, en CP-skada, och lider av stamning. Min hjärnskada medför att jag har en långsammare arbetstakt. Jag är därmed insatt i vad det innebär att leva med en hjärnskada. Det tror jag kan vara en fördel i arbetet som kanslist i föreningen.

Mina arbetsuppgifter består bl.a. av att skriva protokoll, inbjudningar och medlemsbrev, revidera föreningens broschyrer samt att göra diverse utskick. Jag har även ansvar för föreningens hemsida.

För övrigt är jag utbildad journalist och jag får då och då möjlighet att skriva artiklar och notiser i förbundets rikstäckande medlemstidning Hjärnkraft.

På fritiden ägnar jag mig gärna åt musik i någon form, läser böcker eller tittar på film.

Välkommen att höra av dig till kansliet/ Christian Kanvik

HJÄRNA I FOKUS

KALENDER 2014

November

25 november Centrum för hjälpmedels brukarråd

26 november Turidgruppen

December

1 december Styrelsemöte, kl. 16.30, BrukarHuset, Mellringe

7 december Jullunch på Solliden

Socialstyrelsens föreskrift om samverkan SOSFS 2008:20

Föreskriften har tillkommit för att brukare inte ska riskera att hamna ”mellan stolarna”. Kommuner och landsting ska utforma rutiner för samordning av re/habiliterings-insatser. Det är brukaren som bestämmer om han/hon önskar hjälp med samordning. Till samordningsansvarig väljs en personal från kommunen eller landstinget. Huvuduppgiften är att samordna insatserna i en plan. Vuxenhabiliteringen har mer information om detta.

Text: Pia Delin Stadig

INFORMATION OM SOCIALDEPARTEMENTETS SATSNING PÅ KRONISKA SJUKDOMAR.

Roger Molin, nationell samordnare på departementet arbetar med detta. Kroniska sjukdomar dominerar i vården. 85 % av sjukvårdskostnaderna går till dessa grupper. Gör man inget åt detta så blir inte systemet hållbart. En ökning har skett. Man vill medverka till att en brytning sker och att de kroniska sjukdomarna minskar. Målet är få färre komplikationer av sjukdomen. Gott stöd behövs. Nån särskild diagnos är inte i fokus. Stark förankring behövs hos allmänläkarna och handikapporganisationerna. Primärvården måste involveras. Brev har sänts till samtliga vårdcentraler i landet, undertecknade av Social-minister Göran Hägg lund och läkarförbundets ordförande. Landstingsledningarna har också tillskrivits. Lätt tillgängliga behandlingsrekommendationer ska finnas på varje vårdcentral. **Text Pia Delin Stadig**

Jullunch på Solliden (Svenska kyrkans kursgård)

Föreningen bjuder in alla medlemmar till en jullunch på Solliden, Örebro den 7 december kl. 13.00-15.30.

Varmt välkommen!

Föranmälan krävs. Se inbjudan på hemsidan:

www.orebro.hjarnkraft.nu

För dig med elrullstol:**Informationsskrift om ditt hjälpmedel finns****tillgänglig****-centrum för hjälpmedel ger tips och skötselråd**

Centrum för hjälpmedel har tagit fram en speciell skrift för dig som har elrullstol. Den innehåller både skötselråd och annan viktig information om ditt hjälpmedel. Den är ett komplement till elrullstolstillverkarens egen informationsbroschyr.

Vill du ha ett exemplar av skriften, kontakta kansliet

UNIK FÖRSÄKRING

”Handikapprörelsens försäkringsbolag”

Fyra handikappförbund, FUB, Hjärnkraft, Hjärtebarnsförbundet och RBU har gått med i detta försäkringsbolag.

Det innebär att Du kan teckna förmånliga försäkringar.

Läs mer på deras hemsida www.unikforsakring.se.

Kontakt info@unikforsakring.se eller 010-490 09 91.

Hjärnets (f.d. nätet) månadsträffar för skadade medlemmar.

Årets Hjärnetaktiviteter är slut för i år.

Nya aktiviteter publiceras här så snart nästa års aktivitetsprogram är klart.

Ansvarig för Hjärnetaktiviteterna:

Johan Gustavsson, tel:0581-314 67, mobil:070-743 29 60

HAR DU BARN MED FÖRVÄRVAD HJÄRNSKADA?

Beställ då följande böcker från Hjärnkrafts hemsida:

”Metodbok - pedagogiskt stöd för elever med förvärvad hjärnskada” (portokostnad),

”Att se sina framsteg efter förvärvad hjärnskada”, (85kr)

Att samtala – för klasskamrater och syskon till barn med förvärvad hjärnskada, (145 kr).

Beställ på www.hjarnkraft.nu

Om Ditt barn behöver hjälpmedel i skolan ska skolans Rektor kontaktas. Endast **skolan** som kan begära hjälpmedel från SPSM.

Gå in på www.spsm.se och läs.

Text: Pia Delin Stadig

HJÄRNKRAFT HAR BADTID PÅ USÖ och LINDESBERGS LASARETT

På lördagar mellan kl. **12.15 – 13.30** har föreningen baddid för våra medlemmar på USÖ i Örebro. Högst 20 personer får vistas i bassängen samtidigt. Är Du intresserad att delta kontakta Sören Gustavsson, 019-446083, 070-7671797

Föreningen har också baddid på Lindesbergs lasarett på **torsdagar kl 16.15-17.00.**

Kontakta Mats Gustavsson om Du är intresserad av att bada.

Tel 0581-314 67, 070-622 31 51

Brukarråd på vuxenhabiliteringen

Hjärnkraft har en representant i Barn- och ungdoms samt Vuxenhabiliteringens brukarråd. Råden träffas 4 gånger per år. Har Du förslag på frågor till dessa möten kontakta Christian Kanvik på kansliet, ordförande Pia Delin Stadig eller ledamot Ilona Wahlström.

Rehabmedicinska kliniken brukarråd

Rehabmedicinska kliniken har ett brukarråd som träffas 2 gånger per år. Där representeras också Hjärnkraft. Har Du en fråga Du vill lyfta kontakta kansliet eller ordföranden.

Centrum för hjälpmedel/Ortopedtekniks brukarråd

I Centrum för Hjälpmedels brukarråd har vi också en representant. Rådet träffas 4 ggr/ per år. Förslag på frågor inom hjälpmedelsområdet som Du vill lyfta lämnas till kansliet, föreningens ordförande, vår representant Maria Wilén.

GAPET – ETT ANHÖRIGSTÖD PÅ WEBBEN

Anhörigcentrum har tillsammans med Örebro kommun tagit fram ”Gapet”. Det är ett webbaserat verktyg som erbjuder olika funktioner som kan ge stöd till den som är anhörig, exempelvis ett nätverk med andra i samma situation, information och kunskap kring olika funktionsnedsättningar, webbkontakt med anhörigstödjare i kommunen och forum för diskussioner med mera. Mer information hittar Du på www.gapet.se

NY MYNDIGHET

Den 1 maj 2014 bildades den nya myndigheten, **Myndigheten för Delaktighet, MFD**, genom en sammanslagning av Handisam och delar av Hjälpmedelsinstitutet, HI, rörande frågor gällande regeringsuppdrag och riksintresse. Förordningen säger att MFD ska arbeta med utveckling av kunskapen om miljön och hjälpmedel, standardiserade hjälpmedel samt driva processer. Allt kommer att bli mycket likt som tidigare. Detta är en kunskapsmyndighet som utgår från ett rättighetsperspektiv. De ska bevaka utvecklingen kring metoder, riktlinjer, checklistor mm. Även följa hjälpmedelspolitiken i landet för att lämna rapport till regeringen. Inga projekt kommer som tidigare att drivas av HI. Ett samråd kommer att ske med representanter från Handikappförbunden.

VAD BESTÄMDE VI IDAG?

Detta är ett ensidigt material som finns på våra vård-centraler i vårt landsting. Pappret ska fyllas i av Din läkare när Ditt besök är färdigt. På pappret fylls i vem Du träffat, var och när och besöksorsaken. Sen ska även uppges om hur och när Du får besked om Dina under-sökningar/provsvar. Om remiss utfärdats ska detta framgå. Även om Din medicin har ändrats ska detta fyllas i. Den fortsatta planeringen av Din behandling ska fyllas i och hur nästa besökstid sker. Om Din läkare inte tar fram detta papper så uppmana då honom att göra detta.

UPPLEVELSEN HOS VUXENHABILITERINGEN

Vuxenhabiliteringen kan inte längre erbjuda egna besök på upplevelsen. Föreningen kommer dock att få en tid då medlemmarna kan gå dit och njuta och uppleva miljön. Så fort avtal med landstinget skrivits under av föreningen och en ansvarig utsetts återkommer föreningen med ett medlemsutskick.

Text: Pia Delin Stadig

Patientforum – tips och råd inom vården

På USÖ i M-huset finns Patientforum. Där kan Du få tips och råd vart Du kan vända Dig i vården.

Öppet M-To 13-15. Telefontid M-Fr 7-13.

Telefon 019-602 66 00

TIPS VID UTSKRIVNING FRÅN VÅRDEN

När Du är färdigbehandlad inom sjukvården och ska ha utskrivningssamtal med Ditt behandlingsteam be då Din handläggare på Försäkringskassan att delta på mötet. Det kan innebära att Du blir mycket bättre förstådd vid Dina kontakter med kassan. Din handläggare får också bättre kunskap om Dina problem efter ett sådant möte.

Hjärnskadekoordinator

Föreningen har anställt en Hjärnskadekoordinator, Helena Rodin, från och med 1 september. Anställningen är, i första hand, en ettårig projektanställning som finansieras av landstinget.

Hjärnskadekoordinatorns arbete går i korthet ut på att identifiera brister i vården av personer med förvärvade hjärnskador samt att vara en hjälp till den skadade och dess anhöriga i exempelvis kontakter med olika myndigheter.

HJÄRNA I FOKUS

TANDVÅRDSHJÄLPEN

Har Du en sjukdom eller funktionsnedsättning som påverkar Dina tänder? Nu finns ett nytt ekonomiskt stöd för tandvård. Hjälpen består av två delar:

SÄRSKILT TANDVÅRDSBIDRAG (STB)

För Dig som lider av muntorrhet p g a långvarig läkemedelsbehandling, muntorrhet av strålbehandling i öron-, näs-, mun- eller halsregion, Sjögrens sjukdom, KOL (ordinerad syrgas eller näringsdryck), Cystisk fibros, Ulcerös Colit, Crohns sjukdom, Tarmsvikt, frätskador på tänderna vid anorexi, bulimi eller gastroesofageal refluxsjukdom, svårinställd diabetes, dialysbehandling, nedsatt immunförsvar på grund av behandling med läkemedel samt har genomgått organtransplantation och har nedsatt immunförsvar på grund av medicinering.

TANDVÅRD VID LÅNGVARIG SJUKDOM ELLER FUNKTIONS-NEDSÄTTNING

Bidraget är till för Dig som har mycket svårt att sköta munhygien eller genomgå tandvårdsbehandling. Du som lider av svår psykisk funktionsnedsättning, Parkinsons sjukdom, MS, CP, RA, SLE, Sklerodermi, ALS, Orofacial funktionsnedsättning med ät-, tal- och sväljsvårigheter, har symtom kvar sex månader efter Stroke samt sällsynta diagnoser med eller utan orofaciala symtom som innebär ät-, tal- eller sväljsvårigheter.

Ett särskilt läkarintyg krävs där Din läkare beskriver Din sjukdom eller funktionsnedsättning och hur Din förmåga påverkar Din möjlighet till munhygien eller att genomgå en behandling hos tandläkaren. Stödet beviljas endast om Din läkare bedömer att Din funktionsnedsättning är svår eller fullständig. Intyget skickas sen till Ditt landstings eller regions tandvårdsenhet och är ett underlag till landstingets beslut. Om Du godkänns får Du ett kort som intygar rätt till viss tandvård till hälso- och sjukvårdsavgift. Det betyder att avgiften räknas samman med andra avgifter för hälso- och sjukvård och ingår där med i sjukvårdens högkostnadsskydd. www.1177/se/tander.

HJÄRNA I FOKUS

FUNKA FORUM

Centrum för Hjälpmedel har en aktivitet, Funka Forum, som varje **onsdag kl 15-18** har öppet dit Du kan gå om Du har svårare än andra att göra olika saker. Där finns en läs- och skrivhörna, skrivplattor, bildverkstad mm. Detta gäller för personer med kognitiva funktionsnedsättningar.

Flera hjärnskadekurser i Örebro län och i grannlän

För Dig som har drabbats av en förvärvad hjärnskada finns ett antal kurser på folkhögskolor i landet.

I Örebro finns en allmän kurs för personer med förvärvad hjärnskada på Valjevikens Folkhögskola, med lokaler belägna på Sundbyviks kursgård (en filial till skolan). Läs mer på www.valjeviken.se

Även i våra grannlän finns hjärnskadekurser, exempelvis på Fornby Folkhögskola i Borlänge, och på Kristinehamns Folkhögskola.

Mer info hittar Du på: www.fornby.se eller www.kristinehamns-folkhogskola.se

BINGOLOTTER

Du kan stödja Hjärnkraft genom att prenumerera på bingoletter och uppge att Du stödjer oss. Betalning kan ske genom autogiro.

För varje såld lott får föreningen 17 kronor. 25 kronor för varje dubbellott. Meddela kansliet om intresse finns.

Hjälpmedel vid kognitiv funktionsnedsättning

Du som lever en kognitiv funktionsnedsättning (svårigheter med minne, planering mm) och behöver ett hjälpmedel, kontakta din kommuns arbetsterapeut för att få mer information om detta.

Information kan också lämnas av Sprida

Kommunikationscenter på telefon 019-602 42 42

Har Du ett tekniskt hjälpmedel som är trasigt?

Du kan felanmäla Ditt hjälpmedel via Centrum för hjälpmedels sida på landstingets webb på

www.orebroll.se/cfh

Hjälpmedelsguiden—en söktjänst för hjälpmedel

Under 2010 inrättade Örebro läns landsting en webbaserad söktjänst om de hjälpmedel som landstinget har tillhanda. Där kan Du på ett enkelt sätt hitta just det hjälpmedel som du söker och behöver. Läs mer på www.orebroll.se

LAGERSTATUS PÅ APOTEKET

Nu kan Du söka om Din medicin finns på Ditt Apotek. På lagerstatus kan Du söka efter en medicin hos alla apotek. LIF utgår från ”apotekslistan” som finns hos eHälsomyndigheten. Från start är Apoteket AB, Apoteksgruppen, Apoteket Hjärtat, Kronans Apotek, Lloyds apotek och Cura apotek med. Små enskilda aktörer kommer kunna vara med via gemensam leverantör av receptexpeditionssystem. Du får kortfattad information om i lager, fåtal i lager och inte i lager. Utbyte finns; kan skickas med i svaret. Inte i lager; går inte att beställa från leverantör. Kontakta butik; vid tillfälliga problem i kommunikation eller de apotek som inte är anslutna. Informationen får inte vara för detaljerad pga konkurrenslagen. Du kan söka på alla läkemedel i Fass men inte narkotikaklassade läkemedel och tillväxthormoner eller inte licensläkemedel och extempore. Hur gör Du då?

Gå in på www.fass.se och skriv in namnet på det läkemedel Du söker. Klicka på sök och sedan på knappen lagerstatus. Välj förpackning. Fortsätt sen för att skriva in län och ort där Du vill ta ut medicinen. Det första förslaget Du får är det Du skrivit in. Du kan också se de närmaste apoteken och deras lagerstatus. Du ser Apotekens telefon och öppettider om Du klickar på plusstecknet vi apoteksnamnet. Om det finns ett fåtal av den medicin Du söker så kan Du ringa och boka upp den.

Caféträffar

Hjärnkraft- och Strokeföreningen har gemensamma träffar **varje torsdag** på **Aktivitetcentret Reveljen** i Örebro med början **kl 17.00**. Annons i NA. Info finns även på respektive förenings hemsida.

TRÄNA PÅ HÄLSOBRO

Varför inte gå ihop några stycken medlemmar och träna tillsammans? Det är lättare att komma iväg när man är fler som ”peppar” varandra!

Hälsobro har verksamhet som vänder sig till Dig som har en funktionsnedsättning. Där kan Du träna, oavsett vilka tidigare träningserfarenheter eller fysisk begränsning Du har. Numer måste man vara medlem i Hälsobro för 100 kronor/år. Vill du ha mer information, besök Hälsobros hemsida www.halsobro.se

Ge en gåva till Hjärnkraft!

SMS:a **HJÄRNSKADA 40** till nr 72970

Så sänker Du 40 kr till Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft
Du kan även skänka 100 kr.

SMS:a då HJÄRNSKADA 100 till numret ovan