

Vejviser for senhjerneskadede



CSV Sydøstfyn
Kommunernes Specialundervisning

www.vejviserforsenhjerneskaede.dk

Indhold

Rådgivning	4
Genoptræning	5
Hjælpemidler	6
Boligen	6
Undervisning	7
Aktiviteter	8
Foreninger	9
Nyttige hjemmesider	10
Egne noter	11

Vejviser for senhjerneskadede

Af Johnny Sønnichsen

Udgivet af CSV Sydøstfyn
Skovbrynet 17
5800 Nyborg
Tlf. 62 23 49 40

Layout: Courage Design
Fotos: fagfotografen.dk
Tryk: Trykteam
September 2009

Vejviseren og dens hjemmeside www.vejviserforsenhjerneskedede.dk er blevet til i et undervisningsforløb på CSV Sydøstfyn – Kommunernes Specialundervisning, hvor Johnny Sønnichsen er kursist.

CSV Sydøstfyn har støttet oprettelsen af hjemmesiden og udgivelsen af vejviseren.

Nyborg Kommunes Handicapråd har udtrykt sin store anerkendelse af vejviseren og hjemmesiden.

Vejviser for senhjerneskedede

I 1994 fik jeg en hjerneskode efter en hjerneblødning i venstre del af hjernen. Det betød mange synlige og skjulte handicap, blandt andet afasi.

Når man får en hjerneskode, er det vanskeligt at få sammenhængende oplysninger om, hvilke muligheder man har for at få hjælp efter udskrivningen fra sygehuset. Derfor opstod ideen om vejviseren.

Alvorlige hjerneskedede er ikke noget, man bliver rask efter - men noget kan blive bedre! Det er meget tydeligt, at vi i vort liv som skadede har fået en "før og efter" situation, som det vil være godt at kunne afbalancere, således at eftersituationen er stærk nok til at bære den nødvendige mængde livskvalitet til et godt liv.

Mit mål med vejviseren er at give nogle nyttige informationer for skadede og deres pårørende - og at signalere en vej frem for de omkring 1500 fynboer, som hvert år får en hjerneskode på grund af en hjerneblødning, en blodprop i hjernen eller en trafikulykke.

Vejviseren har sin egen hjemmeside – www.vejviserforsenhjerneskedede.dk

Jeg modtager meget gerne kommentarer, ideer og yderligere information til udbygning af vejviseren – på mail-adressen sonnichsentj@mail.dk

Johnny Sønnichsen
September 2009



Rådgivningscentre

Hjerneskerådgivningen

Rytterkasernen 17
5000 Odense C
Tlf.: 66 12 40 90
Fax: 66 12 40 49
E-mail:
hjerneskaderaadgivningen@odense.dk

Hjerneskadecentret

Odense Kommune
Rytterkasernen 11
5000 Odense C
Tlf.: 66 12 19 53
fax: 66 19 17 53
E-mail: hjernecenter@odense.dk
Hjemmeside: www.odense.dk

Center for Rehabilitering og Specialrådgivning

Mobilitet og Hjælpe midler
Region Syddanmark
Heden 7
5000 Odense C
Tlf.: 66 11 02 33
Hjemmeside:
www.hjaelpemiddelraadgivningen.dk

VISO

Den nationale videns- og
specialrådgivningsorganisation
Servicestyrelsen
Skibhusvej 52 B, 3. sal
5000 Odense C
Tlf.: 7242 3700
viso@servicestyrelsen.dk

Rådgivning

Under og måske i særlig grad efter endt sygehusophold kan du og dine pårørende ofte få brug for råd og vejledning.

Praktiserende læge

Har du spørgsmål om medicin, fysisk genoptræning eller psykologisk bistand, kan du henvende dig til den praktiserende læge.

Lægen kan bl.a. henvise dig til Hjerneskerådgivningen, der har kompetence til vejledning og henvisning til relevante muligheder i efterbehandlingssystemet.

Kørekort og kørsel med motorkøretøj

Lægen på sygehuset vil fortælle dig og dine pårørende, at du, inden du starter med at køre bil, skal vurderes i forhold til det at færdes sikkert med et motorkøretøj i trafikken.

Det vil sige, at din praktiserende læge skal vurdere, om du er egnet til at køre bil, og det praktiske vurderes af politiet og en kørelærer/den motorsagkyndige.

Du kan hente yderligere oplysninger i bogen "Hjerneskode og Kørekort - Centrale problemstillinger og forslag til forbedring af praksis".

Bogen og pjecen "Må jeg køre bil efter en hjerneskode?" kan du downloade fra Videnscenter for Hjerneskaodes hjemmeside www.vfhj.dk.

Den kan være en god hjælp, så længe myndighederne ikke har løftet den opgave, der ligger i at lave sammenhængende og ensartet vurdering af personer med en senhjerneskade.

Kontakt til kommunen

Alle kommuner har udpeget en kontaktperson på senhjerneskadeområdet. Kontaktpersonen skal formidle den nødvendige kontakt til personer og institutioner, som kan hjælpe den skadede.

Sagsbehandleren i din kommune er den centrale person, som kan hjælpe dig med praktiske spørgsmål om f.eks. sygedagpenge, særlig indretning af hjemmet, eventuel mulighed for at vende tilbage til arbejdet, arbejdsprøving og alternativt at søge førtidspension.

Har du på grund af en varig fysisk eller psykisk skade fået merudgifter til f.eks. medicin på mere end 6.000 kr. om året, kan du søge om dækning til udgifterne hos din sagsbehandler.

Psykologisk rådgivning

Under genoptræningsforløbet såvel som under akutfasens traumer kan personer med hjerneskode, såvel som deres pårørende, få behov for psykologisk rådgivning og behandling.

Spørg din læge eller Hjerneskerådgivningen om de muligheder, der findes. Det er vigtigt, at psykologisk bistand gives af personer, der har kompetence på senhjerneskadeområdet.

Genoptræning

Har du efter den primære behandling på sygehuset fortsat brug for genoptræning, kan den gennemføres på Sygehus Fyn, Ringe - enten som en almindelig indlæggelse eller som ambulat behandling.

I forbindelse med udvisiteringen fra Sygehus Fyn, Ringe, vil sygehuset rådgive dig med yderligere genoptræningsmuligheder.

Du og dine pårørende kan også henvende jer til egen læge eller kommunens kontaktperson på senhjerne-skadeområdet.

Henvendelsen kan f.eks. resultere i et møde med Hjerneskerådningen, Hjerneskadecentret, Tale-høre-instituttet eller et CSV-center – Center for Specialundervisning for Voksne.

Ergo- og fysioterapi

Personer med følger efter hjerneskade kan via egen læge henvises til gratis fysioterapi hos praktiserende fysioterapeuter.

Mange kommuner har ansat ergo- og fysioterapeuter, som tilbyder træning på dagcentre, plejehjem eller i eget hjem.

Genoptræningscentre

Vejle fjord tilbyder 3 måneders ophold til personer, som i høj grad er selvhjulpne.

Ansøgning om ophold sker i samråd med egen læge og Hjerneskerådningen.

Vejle fjord tilbyder også bosætningsophold for unge. Her er det kommunen, der henviser.

Hammel Neurocenter tilbyder genoptræning af forskellig varighed, ofte 2-3 måneder.

Ansøgning om opholdet sker i samråd med egen læge eller Hjerneskerådningen.

Genoptræningscentre

Vejle fjord Center

Sanatorievej 26

7140 Stouby

Tlf.: 76 82 33 33

E-mail: post@vejle fjord.dk

Hjemmeside: www.vejle fjord.dk

Hammel Neurocenter

Voldbyvej 15

8450 Hammel

Tlf. 87 62 17 77

Hjælpe midler

Center for Rehabilitering og Specialrådgivning

Mobilitet og Hjælpe midler

Region Syddanmark

Heden 7

5000 Odense C

Tlf.: 66 11 02 33

Hjemmeside:

www.hjaelpemiddelraadgivningen.dk

Hjælpe midler

Efter en skade kan du få behov for hjælpe midler, der kan være til støtte og fremme af din selvstændighed i dagligdagens mange gøremål. Der kan f.eks. være tale om ganghjælpe midler, kørestole (el), kommunikations-hjælpe midler samt køkken- og badehjælpe midler.

For at være berettiget til et hjælpe middel skal der være tale om en varig nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne.

Du kan henvende dig til ergo- eller fysioterapeuten eller din sagsbehandler i kommunen for at få yderligere oplysninger om reglerne og dine muligheder.

Center for Rehabilitering og Specialrådgivning vejleder kommuner, institutioner og private om hjælpe midler, bil og boligindretning. Centret har en udstilling med et bredt udsnit af hjælpe midler, hvor man kan lade sig inspirere til, hvordan den nye hverdag kan gøres lettere.

Boligen

For støtte og hjælp i hverdagen kan du henvende dig til din kommune, som kan hjælpe med oplysninger om støtte til:

- Personlig hjælp og pleje. Her kan der tildeles støtte i hjemmet efter behov. F.eks. kan du få støtte, hvis du ikke mere kan klare alle nødvendige opgaver, eller/og du på grund af din skade har svært ved at strukturere og planlægge din hverdag.
- Personlig hjælper, afløsning eller aflastning af ægtefælle, forældre eller andre pårørende, der passer en person med nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne.

Særlig indretning af hjemmet

For at gøre det praktisk muligt at bevare den nuværende bolig kan det være nødvendigt med ændringer i hjemmet som f.eks. at fjerne dørtrin eller tilrette køkken eller badeværelse.

Hvis du fornemmer, at du har brug for særlig indretning, skal du henvende dig til ergoterapeuten, fysioterapeuten eller din sagsbehandler i kommunen.

Andre bomuligheder

Hvis du ikke bor hjemme, er der forskellige andre muligheder. Nogle kommuner har oprettet bofællesskaber for hjerneskadede. Det kan være handikapvenlige boliger eller boliger opført i tilknytning til et ældrecenter.

Din sagsbehandler kan vejlede dig om kommunens muligheder, og i visse tilfælde kan det være nødvendigt at finde boløsninger uden for kommunen.

Undervisning

Der er to undervisningscentre for unge og voksne med senhjerneskade i kommunalt regi på Fyn – CSV Sydøstfyn og CSV Odense-Vestfyn-Brangstrup.

Mange finder, at netop undervisning er et vigtigt element i rehabiliteringsfasen, hvor tabt viden kan genvindes, og hvor genopbygningen af skadede kommunikations-elementer og færdigheder i socialt samvær med andre ligestillede kan påbegyndes.

I forbindelse med visitation til undervisning på et CSV-center udarbejdes en beskrivelse af den skadedes muligheder og begrænsninger.

Det sker i samarbejde med kursisten og eventuelle pårørende, og herefter tilrettelægges en undervisning, der sigter mod at afhjælpe eller begrænse virkninger af handicappet.

Undervisningen tilrettelægges oftest i små hold fokuseret omkring undervisningsstedet eller "ud af huset"-undervisning.

Kursistens udbytte evalueres efter hvert semester, og evalueringen danner baggrund for det fortsatte undervisningsforløb.

Undervisningens indhold

I undervisningen kan der f.eks. arbejdes med

- Samtale / alternativ kommunikation
- Samtidsorientering
- EDB
- Læsning og skrivning
- Koncentration, hukommelse og problemløsning
- Identitet og selvværd
- Krop og bevægelse
- Undervisning med kreativt indhold som tegning, maling, musik, syning, træarbejde
- Madlavning

Efter endt undervisningsforløb bliver der rådgivet om efterfølgende aktivitetsmuligheder.

Undervisningscentre

**CSV Sydøstfyn
Svendborg Afdeling**
Jernbanegade 10
5700 Svendborg
www.csvsydostfyn.dk

Henvendelse om optagelse kan ske på tlf. 62 23 49 00.
Spørg efter vejleder Karl K. Pedersen eller centerleder Jens Schrøder for nærmere information.

**CSV Sydøstfyn
Nyborg Afdeling**
Skovbrynet 17
5800 Nyborg
www.csvsydostfyn.dk

Henvendelse om optagelse kan ske på tlf. 62 23 49 43.
Spørg efter afdelingsleder Bjarne Flindt.

CSV Odense-Vestfyn-Brangstrup
Døckerslundsvvej 186
5000 Odense C
www.odense.dk/csv

Henvendelse om optagelse kan ske på tlf. 66 13 34 12 / 63 13 63 76

Aktiviteter

Aktiviteter

Dansk Handicap Idrætsforbund Fyn

På Fyn kan du kontakte formand Lis Due Lund
Skovvangsvej 8, Barløse,
5610 Assens
Tlf. 64 79 15 19.

Dansk Handicap Idrætsforbund

I Nyborg findes også Østfyns Handicap Idrætsforening.
Kontakt formand Bo Nielsen,
Ellestedvej 3,
5853 Ørbæk
Tlf. 65 33 19 04

Nyborg Kommune - Klub 17

CSV Sydøstfyn
Skovbrynet 17
5800 Nyborg

Arbejde

Hvis du ikke kan vende tilbage til dit tidligere arbejde, kan du henvende dig til din sagsbehandler i kommunen. Der er måske mulighed for at oprette flex- eller skånejob, som tager hensyn til dit handicap.

Vær meget opmærksom på de fordele og ulemper, der er forbundet med den enkelte jobtype – både på kort og på langt sigt.

Hvis du har brug for særlige genoptræningsaktiviteter for at komme i arbejde igen, kan du gennemgå et revalideringsforløb. Det kan bestå i arbejdsprøvnng, uddannelse, optræning eller hjælp til selvstændig virksomhed.

Hvis du ikke kan klare et arbejde, er der mulighed for at søge førtidspension, eventuelt kombineret med beskyttet beskæftigelse.

Ledsagerordning

Har du brug for hjælp til at deltage i kultur- og fritidsaktiviteter, findes der en ledsagerordning for 18-65-årige. Sagsbehandleren i din kommune kan orientere dig om ordningen.

Handicapkørsel

Hvis du er gang-handicappet og bruger kørestol eller gang-hjælpemidler, kan du benytte ordningen om handicapkørsel. Oplysning om dine muligheder herfor får du hos sagsbehandleren i din kommune.

Idræt

Dansk Handicap Idrætsforbund er en frivillig privat organisation med klubber, hvor man kan dyrke motions- og konkurrence-idræt, der tager hensyn til deltagerens handicap.

Kommunale aktivitetstilbud


I de fleste kommuner er der aktivitetstilbud i dagcentre/ældrecentre. Spørg din sagsbehandler i kommunen.

Klub 17 i Nyborg

Nyborg Kommune driver via CSV Sydøstfyn Klub 17, som er en klub for voksne med erhvervet hjerneskade.

Efter f.eks. et afsluttet kursusforløb på CSV Sydøstfyn i Nyborg kan du bede om at kunne deltage i Klub 17's aktiviteter, der pt foregår tirsdag og torsdag fra kl. 14 til 17.

På den måde kan du måske undgå at havne i et "tomrum" med alt for få aktiviteter.



Du kan f.eks. vælge at opfatte Klub 17 som et sted, hvor du vedligeholder nogle af de aktiviteter, du har afprøvet i kursusforløbet på CSV kombineret med noget nyt.

Som du måske allerede ved, er det efter en hjerneskade meget vigtigt at bruge og vedligeholde din hjernes og krops maksimale aktivitetsniveau, naturligvis under hensyn til dine handicap.

Normalt startes en klubdag med hyggeligt samvær, kaffe og kage. Aktiviteterne kan være træarbejde, EDB, maling, håndarbejde, spil, film og udflugter.

Via et brugerråd kan du være med til at udvikle nye aktiviteter inden for de rammer (økonomi, lokaler og tid), som Klub 17 har fået tildelt.

Alt sammen noget, der vil kunne give dig og dine pårørende et løft på det meget betydningsfulde område, vi plejer at kalde livskvalitet.

Patientforeninger

For de fleste, som er skadet, eller som er pårørende til en senhjerneskadet, er det en god ide at være medlem af en patientforening. Det giver mulighed for en nem og billig viden og støtte i den "nye" verden, man uønsket er havnet i – i sandhed en verden, der er meget anderledes end den "gamle".

Har du energi og lyst, kan du også være med til at præge den udvikling, der nødvendigvis skal ske i foreningen.

Ligeledes giver et medlemskab af en patientforening en bedre mulighed for at være maksimalt politisk aktiv med at fremme de ting, der giver dig størst mulig livskvalitet i din nye situation.

Patientforeninger og videncentre

Hjernesagen

Kløverprissevej 10 B
2650 Hvidovre
Tlf.: 36 75 30 88
Hjemmeside: www.hjernesagen.dk

HjerneSagens lokalforening

HjerneSagsforening i Nyborg og Kerteminde kommuner
Formand: Birte Hansen
Tlf.: 65 31 75 52
Hjemmeside:
www.hjernesagen-lokalforeningen-oestfyn.dk

Hjerneskadeforeningen

Brøndby Møllevej 8
2605 Brøndby
Tlf.: 43 43 24 33
Email: info@hjerneskadeforeningen.dk
Hjemmeside:
www.hjerneskadeforeningen.dk

Hjerneskadeforeningens

Fyns-afdeling

Lise Christiansen
Tlf.: 65 93 07 55
Email: Lise.christiansen@pc.dk

Videncentre for Hjerneskade

Sanatorievej 26
7140 Stouby
Tlf. 75 89 78 77
Email: info@vfhj.dk
Hjemmeside: www.vfhj.dk

Nyttige hjemmesider

Videncenter for Hjerneskade

www.vfhj.dk

Hjernerikassen

- en værktøjskasse til kommunale medarbejdere om hjerneskader

www.hjernerikassen.vfhj.dk

HjerNet

- hjælpemidler til senhjerneskedede

www.hjernet.dk

Hjælpemiddelinstitutet

www.hmi.dk

DH, Danske Handicaporganisationer

Stiftet 1934 som

De Samvirkende Invalideorganisationer

www.handicap.dk

Medicinkombination

www.medicinkombination.dk

Den uvildige Konsulentordning på Handicapområdet

www.dukh.dk

Center for Rehabilitering og Specialrådgivning (CRS)

www.rehabilitering-fyn.dk

Handikapcentret

”Tarup gamle Præstegård”

www.handikapcentret.dk

VISO ”Den nationale videns- og specialrådgivningsorganisation”

www.servicestyrelsen.dk/wm142508

Dansk Selskab For Afasi

www.dsfa.dk

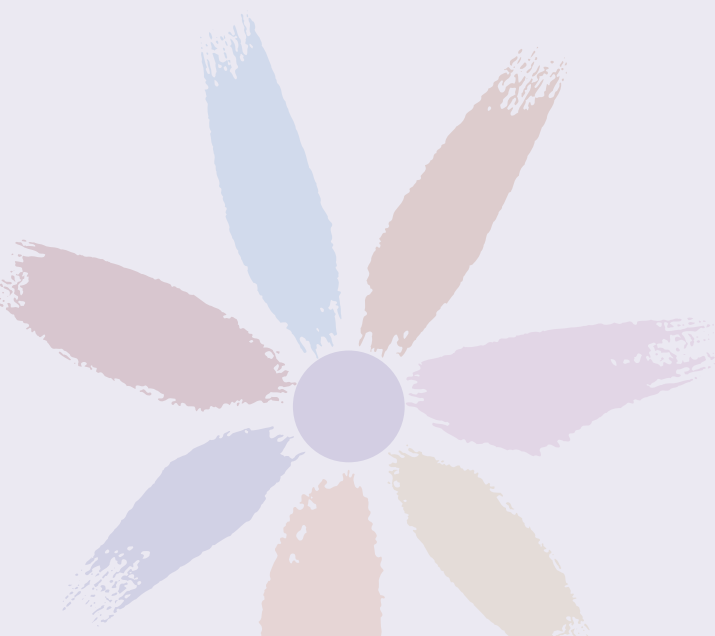
Nyttige hjemmesider



Udover de hjemmesider, som er anført under de enkelte afsnit i vejviseren, er der gode informationer at hente på listen til venstre over hjemmesider.

Behovet for information varierer hen over rehabiliterings-faserne og måske i særlig grad i nyorienterings-fasen, hvor man også kan begynde at arbejde med en ”ny identitet”.

Svære hjerneskader ”fjerner” store mængder kompetence eller færdigheder, som igen giver ændret identitet, der helst skal erstattes med noget nyt!



Vejviser for senhjerneskedede

Når man får en hjerneskeade, er det vanskeligt at få sammenhængende oplysninger om, hvilke muligheder man har for at få hjælp efter udskrivningen fra sygehuset. Det oplevede Johnny Sønnichsen, da han som 49-årig blev hjerneskedet efter en hjerneblødning.

Senere fandt han ud af, at næsten alle, der får en hjerneskeade, oplever, at de får for lidt og for dårlig information.

Derfor opstod ideen om en vejviser for senhjerneskedede, som også findes på nettet på adressen www.vejviserforsenhjerneskedede.dk

Johnny Sønnichsens mål med vejviseren er at give de mange, der får en hjerneskeade, og deres pårørende nogle nyttige informationer – og desuden at signalere en vej frem til et godt liv, på trods af skaden.

Vejviseren og dens hjemmeside er blevet til i et undervisningsforløb på CSV Sydøstfyn – Kommunernes Specialundervisning, hvor Johnny Sønnichsen er kursist. CSV Sydøstfyn har støttet med oprettelsen af hjemmesiden og udgivelsen af denne vejviser.

Nyborg Kommunes Handicapråd har udtrykt sin store anerkendelse af vejviseren og hjemmesiden.



Svendborg Afdeling
Jernbanegade 10
5700 Svendborg
6223 4900

Nyborg Afdeling
Skovbrynet 17
5800 Nyborg
6223 4940

csvsydostfyn@svendborg.dk · www.csvsydostfyn.dk

CSV Sydøstfyn er et fælleskommunalt tilbud om specialundervisning for unge og voksne i Kerteminde, Nyborg, Faaborg-Midtfyn, Langeland, Ærø samt Svendborg, der er ansvarlig for driften.