



#### Redaktion

Hans Hallerfors  
Redaktör, layout, ansvarig utgivare  
Tel 08-647 87 90  
e-post: hans.hallerfors@telia.com

Roger Blomqvist  
Ekonomi och prenumerationer

Sara Hallerfors  
Layout mm  
Tel: 070-7479751  
e-post: sara.hallerfors@gmail.com

#### Prenumerantärenden

[www.tidskriftenintra.se](http://www.tidskriftenintra.se)  
Eller ta kontakt med  
Intra/Kaktusvägen 38  
125 55 ÄLVSJÖ  
e-post: [info@tidskriftenintra.se](mailto:info@tidskriftenintra.se)  
Tel 08-647 87 90  
Fax 08-97 11 04

INTRA är en tidskrift som utkommer med fyra nummer per år. Prenumerationen gäller för fyra nummer när än du börjar.

Betala på PlusGiro: 636 55 62 - 5 eller bankgiro: 5308 - 1485. Prenumerationspris: 340 kr.

Finland: Betala 35 Euro på postgiro 800011-70844089.

Organisationsnummer: 814000-8890.

Tryck: Sjuhäradsbygdens tryckeri  
ISSN 1102-4143

INTRA är befriad från moms.

INTRA ges ut av Stiftelsen Utvecklingsstörda i Fokus vars ändamål är att verka för ökad information om resultatet av forskning, metodutveckling och samhällets insatser beträffande personer med utvecklingsstörning och andra med närliggande problematik.

Ledamöter: Roger Blomqvist, Fredrik Grunewald, Hans Hallerfors, Magnus Tideman, Bror Tronbacke, Iren Åhlund. Suppleanter: Kristina Szönyi, Lotta Löfgren Mårtensson, Mårten Söder, Lenart Jönsson, Sara Hallerfors.

# Kognitivt stöd

## Tre artiklar av Kerstin Gatu

Utdrag ur Intra 4/2015, 1/2016 och 2/2016.

- |    |  |       |
|----|--|-------|
| 1. | <b>Datorn som verktyg</b><br>Vad kognitivt stöd kan betyda för ökad självständighet och delaktighet. | Sid 2 |
| 2. | <b>Du har inte råd!</b><br>Pogram som hjälper till med ekonomin.                                     | 4     |
| 3. | <b>Det är aldrig försent för en Handi</b><br>Ett personligt hjälpmedel..                             | 6     |

## Tema Kognitivt stöd

Vi har bätt **Kerstin Gatu** från Mora att skriva om vad kognitivt stöd kan betyda för ökad självständighet och delaktighet i vardagen för personer med utvecklingsstörning. Kerstin började arbeta, som den första arbetsterapeuten, vid vuxenhabiliteringen i Dalarna 1992. Ett av hennes första uppdrag var att skapa en avdelning med begåvningsstödjande hjälpmedel på hjälpmedelscentralen i Borlänge. Hon har fortsatt på den vägen med en rad olika projekt: "En enkel mobiltelefon", "Bildstödet Mora", "IT-verkstan", "Handiprojektet" och "iLearn". Nu arbetar Kerstin som projektledare vid Mora Folkhögskola på uppdrag av FUBs forskningsstiftelse ALA med projektet "Anpassad IT – Vägen till digital delaktighet" finansierat av Arvsfonden.

Kerstin återkommer i Intra framöver. Då ska det handla om att ha koll på tid och sina pengar, hur tillvaron kan tydliggöras med hjälp av bildstöd och hur film kan användas som stöd för dokumentation med mera.



Miriam Bilitski, Louise Andersson, Kristina Åkerlund och Robert Blomstam gör en fotouppgift – de tar en gruppbild med paddan.

Av Kerstin Gatu

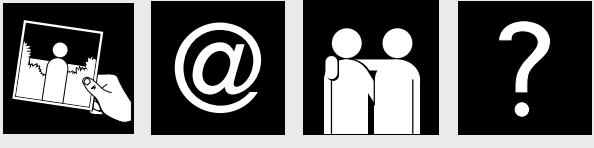

I dag är datorn och nätet en självklarhet för de flesta av oss. Vi skaffar oss information, vi kommunicerar,, vi dokumenterar, vi använder e-tjänster, vi lyssnar på musik, fotograferar, filmar och spelar spel och mycket mer.

Så ser det inte ut för alla, speciellt inte för många personer med utvecklingsstörning som bor på gruppboende och arbetar på dagliga verksamheter. Varför är det inte så?

### Anpassa datorn

Datorn, eller snarare IKT (Informations och Kommunikations Teknik), är bra på det dessa personer har svårt för och kan därför göra en stor skillnad när det gäller deras självständighet, självkänsla, delaktighet och tillgång till motiverande aktiviteter. Vi i omgivningen behöver anpassa datorn så att de klarar att använda den trots sin funktionsnedsättning. Vi måste hjälpa till att hitta program och webbplatser som personen är intresserad av eller känner att han/hon har ett behov av.

En viktig förutsättning är att vi tagit reda på vad personen önskar och behöver, att vi har kunskap om funktionsnedsättningen utvecklingsstörning i förhål-

| Brukar man göra  | På gränsen | Ska man inte göra   |
|--|------------|---|
| <p>Skicka bilder med mail.<br/>Det kan vara bilder på sig själv som man vill att andra ska få se. Eller det kan vara bilder på familjen eller kompisar. Men tänk på att man alltid måste kolla med den det gäller om det är OK innan man lägger ut bilderna!</p> |            | <p>Man ska aldrig lägga ut bilder på någon som inte vill eller som man inte har frågat om lov.<br/>Man ska aldrig lägga ut bilder på sig själv utan kläder.</p> |
|   |            |   |

lande till IT, att det finns eller införskaffas lämplig hård- och mjukvara, uppkoppling, virussydd, support med mera. Samt att vi är motiverade för uppgiften och verkligen vill.

### Lindrig utvecklingsstörning

Många personer med lindrig utvecklingsstörning är redan på nätet och på sociala medier. Hur arbetar vi i omgivningen för att det ska vara en trygg plats för dessa personer?

Vi vet att funktionsnedsättningen medför svårigheter att avläsa andras intentioner och att de därför har en ökad social sårbarhet. Vi som finns runt personerna måste finnas där för att ge redskap och strategier så att de inte far illa. Att fråga efter och intressera oss för vad som händer på nätet. Vara sakliga och hantera vår egen oro så vi inte skuldbelägger så att personen inte vågar berätta. Att vi har kunskap om vad man kan göra om någon utsatts för eller utsätter någon annan för nätmobbing kanske utan att vara medveten om det.

Det börjar nu komma metodmaterial som kan vara till stöd, bland annat från statens Medieråd MIK (statensmedierad.se) även på lättläst. Hur vi är mot varandra på nätet är svårt för personer med utvecklingsstörning att lära sig på egen hand.

Just nu arbetar vi på kursen Anpassad IT på Mora Folkhögskola, med att tydliggöra nätregler eller "Netikett" efter en modell från Ninjakolls metodbok - se exempel ovan.

Vi diskuterar vad dessa regler innebär och så gör vi ett rollspel som vi dokumenterar genom att göra en film.

### Måttlig utvecklingsstörning

En måttlig utvecklingsstörning medför svårigheter att läsa, skriva, hitta, hantera tid och pengar, strukturera, minnas, lösa problem, generalisera och planera.

Idag finns många IT-möjligheter som till exempel uppläst text, bild och ljudstöd, förenklad navigering och animeringar som kompenserar för ovan nämnda svårigheter. Det finns programvaror som visualiserar och konkretiserar abstrakta begrepp som tid och pengar.

Det är svårt för personer med måttlig utvecklings-

störning att efterfråga dessa hjälpmedel. Funktionsnedsättningens begränsningar gör det svårt att förstå sig nyttan med något man inte upplevt. Vi i omgivningen måste göra det möjligt att prova olika anpassningar.

### Grav utvecklingsstörning

Personer med grav utvecklingsstörning kan ha stor glädje av att självständigt kunna styra ett program med ett enkelt tryck. Program med bilder, ljud och effekter som provats ut för att passa varje individs förmågor och intressen. Här handlar det ofta om att omgivningen behöver kunna lägga in material och utveckla aktiviteten tillsammans och inte minst genom en noggrann kartläggning av vad personen upplever positivt och inte.

### Överträffade förväntningar

Många gånger har mina förväntningar på vad personer klarar och vilken betydelse IT har fått överträffats med råge. Listan skulle kunna göras lång. Och det handlar inte bara om att utvecklas med sin dator.

"Att få nya kompisar som man själv kan kontakta via e-post".

"Att börja steka sina pannkakor själv efter bildrecept i datorn".

"Att våga gå och handla själv för man vet att pengarna räcker".

"Att själv gå till sin favoritplats på Internet och få texten uppläst genom talsyntesen".

### Resurser och attityder

Tillgång till IKT handlar både om resurser och om attityder, att vi tycker det är viktigt att personer med utvecklingsstörning får ta del av dessa möjligheter. Det innebär att det inte är OK att säga "Jag är inte intresserad av datorer", "Jag har inte tid", "Vi får inte installera dessa program i kommunens datorer", "Jag har inte kunskap".

I handikapplagstiftningens intentioner och i måldokument pratar vi om "Ett samhälle för alla" och "Att leva som andra". IT ingår som en del i detta och datorn kan bli ett kraftfullt verktyg för dem som får chansen. En utmaning för både verksamhetsansvariga och medarbetare.



# "Du har inte råd!"



Att hantera egna pengar är bland det mest abstrakta i vår vardag. Många personer med kognitiva funktionshinder behöver stöd kring ekonomin hela livet. Men det gör en stor skillnad om man får stöd att förstå och kan vara med och bestämma!

**H**ur ofta tänker vi på vilka kognitiva förmågor vi använder när vi avgör om vi har råd att köpa en vara eller inte?

Att hantera egna pengar är bland det mest abstrakta i vår vardag. Det räcker inte att vi kan räkna och känna igen olika valörer, vi måste också göra jämförelser. Hur viktig en utgift är i förhållande till hur mycket pengar vi har till förfogande, till planerade utgifter, till möjligheter att spara eller öka våra inkomster eller till att omfördela våra medel på kort och på lång sikt. Detta är något vi tränar på under hela uppväxten och vi får erfarenheter både när vi lyckas och när vi misslyckas. Att inte klara detta själv leder till beroende av andra.

Det finns bra hjälpmedel!

Idag finns det hjälpmedel för den som har kognitiva funktionshinder som visualiserar och tydliggör pengars värde. Rätt använda kan dessa hjälpmedel öka delaktigheten i den egna ekonomin för personer med utvecklingsstörning.

Många av dessa personer kommer att behöva stöd kring ekonomin hela livet. Men det gör en stor skillnad om man får stöd att förstå och på så sätt kan bli delaktig och kan vara med och bestämma hur man vill prioritera, vad som är viktigt att ha råd med och vad man kan klara sig utan.

Redan på 1990-talet formulerade Anders Bond och Kerstin Göransson en princip byggd på mängdlära

för att konkretisera värdet av pengar. Med hjälp av olika dataprogram visas hur mycket pengar som går åt för olika varor och utgifter. Trollreda resurcenter och dåvarande Handitek har tillsammans med målgruppen utvecklat flera program på olika nivåer för att användas i vardagen.

"Min plånbok"

I programmet "Min plånbok" tar man reda på vad det man vill köpa kostar och skriver in summan. Sen öppnar man sin egen plånbok och tittar efter mycket pengar som finns. Genom att klicka på lika många sedlar och mynt på skärmen talar datorn om för dig om du har råd eller inte. Räcker inte pengarna blir det röda rutor för de pengar som fattas. Personen ser själv om det är mycket eller lite pengar som behövs.

Detta var den av deltagarna mest uppskattade uppgift vi hade 2015 på kursen Anpassad IT, en uppgift alla klarade direkt trots att varorna kostade upp till flera hundra kronor.

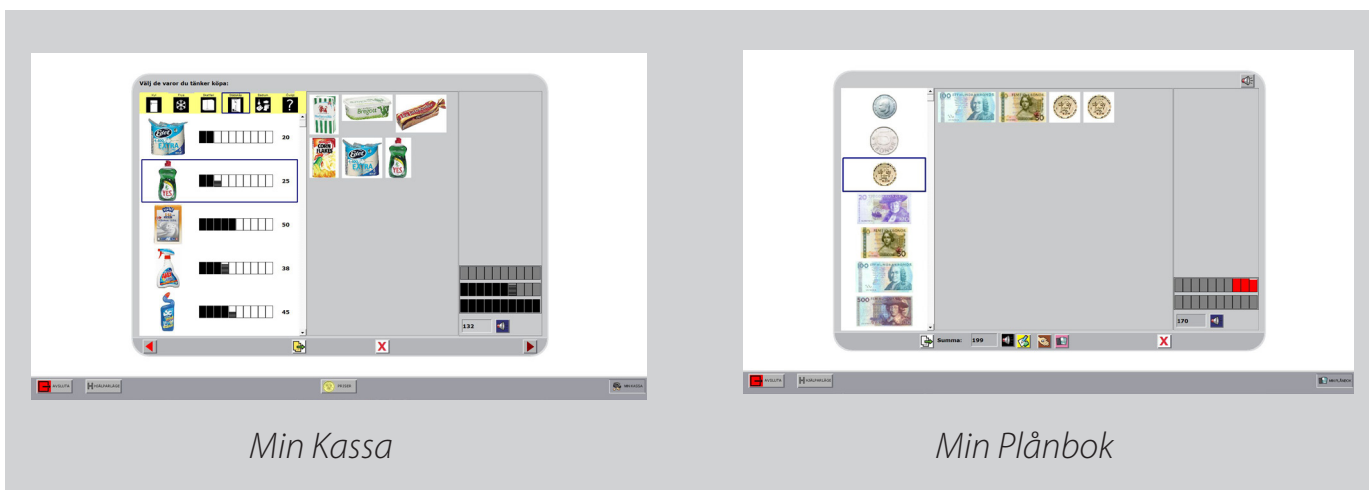
"Min kassa"

I programmet "Min kassa" använder man också en visualiserad referens "så här mycket pengar brukar jag handla mat / kläder / nöjen för varje vecka / månad". Sedan finns det man brukar handla inlagt, med bild, text, ljud och summa, under olika kategorier; kylskåp, skafferi, städskåp med mera.

## Tema Kognitivt stöd

**Kerstin Gatu** från Mora Kerstin har arbetat med begåvningsstödjande hjälpmedel sedan 90-talet. Hon har initierat en rad olika projekt: "En enkel mobiltelefon", "Bildstödet Mora", "IT-verkstan", "Handiprojektet" och "iLearn". Nu arbetar hon med projektet "Anpassad IT – Vägen till digital delaktighet". I förra numret av Intra skrev Kerstin om datorn som hjälpmedel.

I kommande nummer ska det handla om att ha koll på tid, om hur tillvaron kan tydliggöras med hjälp av bildstöd och hur film kan användas som stöd för dokumentation med mera. Kerstin Gatu kommer att föreläsa på årets Intradagar.



### Kräver anpassning

Det är nödvändigt att anpassa dessa program efter varje person eftersom vi gillar olika saker och vi har olika mycket pengar att röra oss med.

Därför är det enkelt för personer i omgivningen att föra in uppgifter kring vad man brukar handla och aktuella priser. Programmen hjälper personen att skapa en inköpslista och ett beslutsunderlag kring vilka varor man vill ta bort om inte pengarna räcker. När personen är nöjd med sitt val skrivs listan ut med text eller bilder och fungerar som minnestöd i affären.

### Frida + mobil

Sara och hennes mamma fick gå en kurs och lära sig dessa program. Från att pengar var ett problem med ständiga konflikter över att pengarna inte räckte, fick Sara överblick. Hennes motivation och glädje över att förstå och få inflytande gjorde att hon börjar spara och på kort sikt lyckades hon få pengar över till både tidningen Frida och till en ny mobiltelefon.

### "Min ekonomi"

För personer i målgruppen som behöver förstå hela sin privatekonomi finns programmet "Min ekonomi". Detta bygger på en budget med både fasta utgifter, kontantkassor och sparande och är uppbyggd efter samma visuella princip som "Min plånbok" och "Min

Kassa". Att misslyckas och inte betala räkningar i tid kan få stora konsekvenser för lång tid framåt.

### "Helt rätt"

Under 2015 släppte Konsumentverket sin filmserie "Helt rätt" som konkret förklarar och reder ut ekonomiska begrepp. Det är i första hand tänkt som ett undervisningsmaterial i grundskolan men kan med fördel användas som diskussionsunderlag även på gruppbestäder och inom daglig verksamhet.

### Vad väntar vi på?

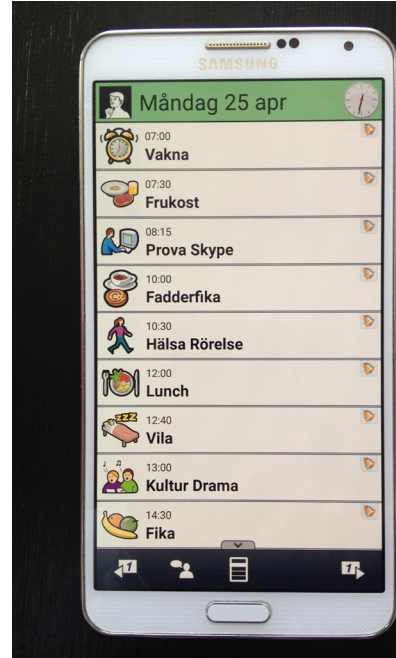
Delaktighet, inflytande, självbestämmande och självständighet är bärande begrepp i handikapplagstiftningens intentioner. Att ha koll på sina pengar har stor betydelse för vad vi har möjlighet att göra i vår vardag.

Som vi sett ovan finns i dag beprövade redskap och metoder som används i alldeles för liten omfattning. Nu kommer det nya sedlar och mynt i nya valörer och med nytt utseende som vi alla behöver lära oss. Ett utmärkt tillfälle som kan motivera oss att lägga tid och energi på att göra ekonomin begriplig för personer inom LSS.

Så vad väntar vi på?



# Det är aldrig



## försent för en Handi

Av Kerstin Gatu

**N**uförtiden har många hört talas om tidshjälpmedel, om kvartursprincipen som konkretiserar och visualiserar den abstrakta tiden, om Timstock och om Handi mm. Det är idag betydligt fler av alla dem som behöver tidshjälpmedel som får det och dessutom får stöd att hålla dessa hjälpmedel uppdaterade och utveckla användningen.

### Att hitta själv

Till Mora folkhögskola kommer en vecka varje månad, 12 deltagare med måttlig utvecklingsstörning. De går den 2-åriga distanskursen "Anpassad IT – vägen till digital delaktighet". Några reser långt för att komma till skolan.

När man skall klara sig i en ny miljö på skolan blir både förmågor och svårigheter synliga.

Maria som är 40+ och bor långt bort, startade kursen med att överraska sin personal som hon hade med sig. De frågade, efter den långa resan till skolan, om hon behövde gå på toaletten. Hon hyssjade dem bestämt och stegade fram till Rolle som hon aldrig sett tidigare. Hon frågade "Och var ligger toaletten då?". Till mig som är kursansvarig sa hon "Du trodde inte jag skulle klara trea etta va?" Maria hittade själv till sitt rum nummer 31 på internatet som ligger i ett annat hus. Det gick inte att ta miste på hennes stolthet över att hitta själv.

### Klarar inte klockan

Däremot har hon ingen möjlighet att klara tid, att kunna läsa av klockan och räkna ut hur lång tid det är kvar innan vi börjar. När hon vilat efter middagen

blir hon kvar på rummet tills vi uppmärksammar att hon inte dykt upp och går och hämtar henne.

Redan efter två träffar kontaktade vi från skolan hennes stödpersoner på hemmaplan. Vi upplevde att Maria hade ett stort behov av ett tidshjälpmedel för att klara sig mer självständigt på skolan. Och så startade en lång utredningsprocess. Jag fick flera samtal från förskrivande arbetsterapeut där jag beskrev behovet.

Någon gång under hösten fick vi beskedet att Maria inte har något behov av tidshjälpmedel på hemmaplan, så skolan får köpa henne ett hjälpmedel om hon behöver ett där. Inga skolor har medel att köpa individuella hjälpmedel. Inte heller kunde detta samtal övertyga mig att behovet, att ha koll på tiden, bara fanns på skolan.

### Kom snabbt igång med sin Handi

I mitt kontaktnät finns en arbetsterapeut som forskar kring tid och funktionsnedsättning. I hennes bokhylla låg en lite omodern Handi och samlade damm. Vi fick låna den för att pröva. Det tog flera teknikertimmar av både kursens och företagets tekniker att få igång apparaten för det saknades ett minneskort. Teknikutvecklingen går snabbt när det gäller handdatorer och smartphones, men skam den som ger sig.

Jag har förskrivit många Handi men aldrig upplevt att någon så snabbt kommit igång med sin. En strålande Marie var på plats efter middagsvilan utan att vi behövde påminna henne. Hon fick hela schemat inlagt.

Nu har Marie fått en Handi förskrivna som ett individuellt hjälpmedel. Hon är oerhört stolt. Första

## Tema Kognitivt stöd

**Kerstin Gatu**, Mora, har arbetat med begåvningsstödjande hjälpmedel sedan 90-talet. Hon har initierat en rad olika projekt: "En enkel mobiltelefon", "Bildstödet Mora", "IT-verkstan", "Handiprojektet" och "iLearn". Nu arbetar hon med projektet "Anpassad IT – Vägen till digital delaktighet".

I tidigare nummer av Intra har Kerstin skrivit om datorn som hjälpmedel (nr 4/2015) och om olika hjälpmedel för att klara av pengar (1/2016).

Kerstin Gatu kommer att föreläsa på årets Intradagar.



kursveckan hon hade den med sig, låg den väl synlig på bordet eller i hennes knä. När den larmar påkallar Marie hela klassens uppmärksamhet. Genom att Marie är så stolt och glad över sin Handi så har den blivit hela klassens struktur och tidsstöd. När Handi larmar bryter vi direkt, oavsett vad vi gör eller vem som pratar. Det har även våra gäster fått erfara.

Väska med paljetter

Det är flera av deltagarna som haft sin Handi i många år och som också har sina scheman inlagda. För dem är det självklart och naturligt att ha koll på tiden. Till sista träffen har Marie skaffat en fin väska med paljetter att ha runt halsen så att hennes hjälpmedel alltid är med.

Att få en Handi och själv ha koll på tiden är bara början för Marie. Jag tror att nästa steg är att också börja kolla hur många prickar det är kvar till nästa händelse. På så sätt får hon information om hon har lång tid kvar och kan ta det lugnt eller om hon ska börja förbereda sig.

Hänger på oss

Hur stor nytta Marie kommer att ha av sin Handi hänger på oss runt henne.

- Att vi lär oss apparatens möjligheter,
- Att vi föreslår och frågar om aktiviteter att lägga in,
- Att vi utvärderar hur det går,
- Att alla runt Marie är positiva och lär sig att lägga in aktiviteter.

och detta måste fortsätta under tiotals år framåt.

Tänk om alla behöver!

När Handi var ny för 13 år sedan och landstinget skulle bestämma om det skulle vara ett förskrivningsbart hjälpmedel utbrast en ekonomiskt ansvarig chef. "Tänk om hela klassen ska ha en Handi". Ja, tänk om hela klassen med hörselskadade elever behöver en hörapparat eller hela klassen behöver glasögon!

Alla som på grund av sin funktionsnedsättning har nedsatt tidsuppfattning tycker jag ska få ett individuellt utprovat tidshjälpmedel och dessutom få pedagogiskt stöd att växa med sitt hjälpmedel. Vinsterna är många och på många olika plan, inte bara för individen utan även för oss runt om.

## Fakta om Handi

Handi är ett kognitivt stöd som kan förskrivas som ett personligt hjälpmedel i de flesta landsting.

Handiprogrammen finns i en handdator eller i en smartphone. I Handikalendern läggs händelser eller aktiviteter in. Olika antal prickar visar hur lång tid det är kvar tills aktiviteten börjar. När det är dags larmar apparaten.

Vill du veta mer om olika tidshjälpmedel vänd dig till en arbetsterapeut eller hjälpmedelsverksamheten där du bor. Du kan också söka information på

[fks.org.se](http://fks.org.se)

## Prenumerera på Intra!



Intra är en fri och obunden tidskrift som riktar sig till personal, tjänstemän, anhöriga och förtroendevalda och andra som är intresserade av funktionshinder och samhälle.

Intra kommer ut med fyra 36-sidiga nummer per år.

En prenumeration kostar 340 kronor och gäller för fyra nummer när du än börjar.

## Vikarien behöver veta mer!

Vikarier som anställs behöver få en bra introduktion. Kanske är det någon av dem som blir ordinarie?

INTRAs välkommenfolder ger de nödvändiga kunskaperna för arbetet med stöd och service till personer med intellektuella funktionshinder.

På 12 sidor ges en introduktion till de viktiga begreppen om jämlikhet, självbestämmande och integritet. Här finns tips och tankar om hur det är att vara ny i arbetet, här finns en kortfattad historik och texter som bl a avhandlar övergrepp, begåvningshjälpmedel.

INTRAs välkommenfolder har tryckts i 6 upplagor och över 20 000 ex.



sekretess och

Pris per ex 60 kr  
10 ex 40 kr per ex

Kostnad för frakt tillkommer. Beställ från e-post: [info@tidskriftenintra.se](mailto:info@tidskriftenintra.se), eller från hemsidan: [www.tidskriftenintra.se](http://www.tidskriftenintra.se)



### DE NYA POLITIKERNA BEHÖVER UTBILDNING!

Den som är förtroendevald i kommunen behöver veta vad LSS-verksamheten är. Här förklaras det mesta.

Pris per ex 60 kr  
10 ex 40 kr per ex



### ÖVERGREPP

Skriften diskuterar rutiner och tillvägagångssätt vid övergrepp och missförhållanden inom LSS-verksamhet.

Pris per ex 100 kr  
10 ex 80 kr per ex



### GRUPPBOSTADEN

Massor av bra läsning om gruppbostad.

Pris per ex 160 kr  
10 ex 140 kr per ex



### DAGLIG VERKSAMHET

Vi har samlat det mesta och det bästa som skrivits om daglig verksamhet. Här finns kunskap, inspiration och intressant läsning!

Pris per ex 160 kr  
10 ex 140 kr per ex



### LSS OCH ANDRA LAGAR OCH BESTÄMMELSER

Här finns alla de viktiga texterna samlade. Perfekt för dig som vill veta vad som faktiskt gäller.

Pris per ex 160 kr  
10 ex 140 kr per ex



Svåra frågor 1 och 2 tar upp frågor av etisk och moralisk karaktär i LSS-verksamheten.

Pris per ex 100 kr  
10 ex 80 kr per ex



### GOD MAN

En informativ skrift för alla som är gode män till personer med funktionshinder.

Pris per ex 100 kr  
10 ex 80 kr per ex