

BLAÐ

10.árg. nóv. 1988 2.tbl.

ÍDJUPJÁLFAFÉLAG ÍSLANDS

VELA, FELLÁS 7, 270 MOSFELLSSM, s: 666110
Opíð kl. 9-12 þriðjudaga og fimmtudaga

Umboðsmenn á Íslandi fyrir Samisku rafmagnsstóðlana frá PERMOBIL.
Framleiddir af Saab-Scania í Svíþjóð

permobil

Min-IOR



Super-IOR

Det mesta av det bästa.



Min - IOR



Tabell: Sitsmått

h = höjd från sättsens djupaste punkt
b = bredd 20 cm
d = sättsens djup
r = radius vml 45°
v = ryggstödsvinkel

Säte	h	b	d	r	v
1	29	33	26	3	7°
2	34	39	34	4	8°
4	29	34	32	3	5°
7	34	38	30	4	8°
8	34	34	32	4	5°
11	34	37	44	5	8°
12	34	33	24	3	8°

Längd	Min - IOR	106 cm	Körsträcka	25 km
Bredd		56 cm	Backtagningseffekt	11°
Höjd		109 cm	Ömsvängningseffekt	2 cm
Minsta transportlängd		96 cm	Sitshöjd	42-60 cm
Minsta transporthöjd		76 cm	Sittdjup	30 cm
Vikt		115 kg	Situbredd	36 cm
Hjuldinonnam fram/bak	14" x 3.00/200 x 50		Sitslutning	5°
Batterikapacitet	2 x 75 Ah		Ryggstödsutslutning	8°
Laddningstid	12 timmar		Bensinstödsdjup	15-45 cm
Vändutrymme 180°	112 cm		Bensinstödsinkel	100°
Max hastighet	8 km/tim			

PRENTUN: Stensill hf.
Suðurlandsbraut 4, 105 Reykjavík

RITNEFND: Elín Hannesdóttir
Gerður Gústavsdóttir
Helga Guðjónsdóttir
Lilja Ingvarsson
Sigrún Garðarsdóttir

STJÓRN ÍF: Hope Knútsson formaður
Rannveig Baldursd. varaformaður
Sigríður Hermannsd. gjaldkeri
Sigrún Garðarsdóttir ritari
Valrós Sigurbjörnsd. stj.meðlimur
Unnur Alfreðsdóttir varamaður
Ingibjörg Jónsdóttir varamaður

ÍÐJUPJÁLFAFÉLAG ÍSLANDS
Pósthólf 8845
128 Reykjavík

EFNISYFIRLIT:

Priðja Evrópuráðstefna iðjupjálfa.....	bls. 4
Norræna nefndin um málefni fatlaðra.....	" 8
Norrænar ráðstefnur um tölvur sem hjálpartæki og tjáskipti með nýrri tækni.....	" 10
Námskeið í apraxi.....	" 12
Námskeið um tölvunotkun í iðjupjálfun.....	" 13
Matarhæfing.....	" 16
Námskeið um heilaskaða.....	" 18
Iðjupjálfun á Greiningar- og ráðgjafastöð ríkisins.....	" 20
Starf iðjupjálfa við Starfsskólann á Akureyri.....	" 24
Pediatric neurologic study tour.....	" 26
Þverfagleg teymisvinna í meðferð helftarlamaðra.....	" 28
Frá blaðanefnd.....	" 29
Fréttir.....	" 30
Lausar stöður.....	" 32
Félagalisti.....	" 34

Sigrún Garðarsdóttir, iðjubjálfi.

ÞRIÐJA EVRÓPURÁÐSTEFNA IÐJUBJÁLFA.

3ja Evrópuráðstefna iðjubjálfa var haldin í Lissabon, Portúgal daganna 26.-28. september s.l. Þátttakendur á ráðstefnunni voru um 400 talsins hvaðan af úr heiminum; Ástralíu, Bandaríkunum, Kanada, S.-Afriku, Brasilíu auk Evrópuríkjanna, en þaðan voru flestir frá Portúgal.

Við vorum tvær sem sóttum ráðstefnuna frá Íslandi. Auk mín var það Guðrún Arnadóttir iðjubjálfi. Hún hélt fyrirlestur um nýtt iðjubjálfaamat A-ONE (Arnadóttir OT-ADL Neurobehavior Evaluation), sem hún er að þróa. Var fyrirlesturinn vel sóttur og vakti mikla athygli. Við vorum einnig með veggspjaldakynningu á hinu nýja mati. Sá háttur var hafður á að veggspjöldin voru höfð uppi alla ráðstefnudaganna ólíkt því sem stundum er, þar sem þau eru höfð uppi einungis í stuttan tíma og einhver er til staðar, til að svara fyrirspurnum.

Á ráðstefnunni voru uppi veggspjöld frá 16 aðilum en flest þeirra portúgölsk. Þó voru danskir iðjubjálfar frá háskólasjúkrahúsinu í Árhus með veggspjald, sem sýndi iðjubjálfun frá 4 degi hjá manni sem grædd hafði verið á vinstri stóra tá í stað vinstri þumals í ágúst 1987. Ástralir voru einnig með veggspjald, þar sem þeir kynntu næsta heimsping iðjubjálfa, sem haldið verður 1990 í Melbourne, Ástralíu. Þeir höfðu greinilega eytt miklum tíma og fé í undirbúning og kynningu á þessu. Þar að auki voru þeir með kynningarmyndband, sem útbúið hafði verið sérstaklega fyrir þetta heimsping.

Boðið var upp á marga fyrirlestra, sem haldnir voru í 4 sölum samtímis. Allir fyrirlestrarnir voru á ensku og portúgölsku, sem þýddir voru samstundis yfir á portúgölsku og ensku. Þeim var skipt upp í nokkra meginflokka m.a. geð- og líkamleg endurhæfing, barnaiðjubjálfun/SI, iðjubjálfun fyrir aldraða, rannsóknir, hugmyndafræði iðjubjálfunnar, ný tækni, nám/kennsla og myndbönd. Fyrirlestrarnir voru misjafnir hvað varðar innihald og gæði, þ.e. frá fyrirlestrum sem voru mjög almenns eðlis t.d. hjartaprogram í S.-Afriku og upp í fyrirlestra sem byggðir voru á mjög flóknum tölfræðilegum rannsóknum, eins og fyrirlesturinn hjá Dr. Elizabeth J. Yerxa og Mary N.D. Titus. Þar sýndu fram á hvernig iðjubjálfar sem vinna klínískt á sjúkrahúsum/stofnunum og þeir sem vinna innan háskólanna geta sameinast um rannsóknarverkefni, þannig að hægt sé að notfæra sér það besta frá klínísku, tölfræðilegu og kenningalegu (teoretísku) sjónarmiði. Þær höfðu borið saman árangur á ýmsum skynúrvinnsluþrófum (perceptual tests) við sjálfsbjargargetu metna eftir Klein-Bell ADL-matinu. Upplýsinasöfnunin og gagnúrvinnslan hafði tekið 6 ár og falið í sér ýmsa tölfræðilega úrvinnslu, þar á meðal

þáttagreiðningu á öllum atriðum.

Auk þeirra Yerxa og Titus voru aðrir þekktir iðjuþjálfar með erindi, m.a. Anne Cronin Mosy og Antje Price, en sú síðarnefnda hélt auk þess 3ja daga námskeið fyrir portúgalska iðjuþjálfafélagið áður er ráðstefnan hófst. Hún var einnig með óformlegan fund í International Study Group for Perception, sem hún er formaður fyrir.

Þar sem ég vinn á vefrænum deildum Borgarspítalans, sótti ég aðallega fyrirlestra um líkamlega endurhæfingu og iðjuþjálfun fyrir aldraða og ætla ég í stuttu máli að segja frá nokkrum þeirra hér á eftir.

Iðju- og sjúkráþjálfarar frá Gartnavel General Hospital í Glasgow sögðu frá samskiptakerfi, Ritchie/Lough Charting System, sem þeir hafa útbúið fyrir sjúklinga er hlótið hafa heilablóðfall. Þetta kerfi er byggt upp af 12 mjög einföldum táknum af mannslíkamanum, sem eiga að sýna sjúkdómseinkenni og framfarir hjá sjúklingunum. Markmiðið með þessu kerfi er m.a., að auðvelda samskipti á milli heilbrigðisstétta innbyrðis, við aðstandendur, til að auka skilning á meðferð iðju- og sjúkráþjálfara fyrir þessa sjúklinga og til að nota í kennslu fyrir heilbrigðisstettir. Kerfið samanstendur af veggspjaldi, bæklingi, táknumum 12 og myndbandi, sem útskýrir táknin og notkun þeirra á einfaldan hátt. Myndbandið er notað í kennslu fyrir allt starfsfólk deilda sem hafa með þessa sjúklinga að gera og aðstandendur sjúklinga. Þetta kerfi kostar um 30 sterlingspund.

Til að útskýra þetta kerfi nánar, þá væri hægt að hugsa sér sjúkling sem hefði afneitun á vinstri líkamshelming (neglect), lélegt setjafnvegi, gæti klætt sig í að ofan og það þyrfti að flytja hann t.d. úr rúmi á ákveðinn hátt. Þau 4 tákn, sem sýna þetta væru þá límd á veggspjaldið, sem haft væri við rúm viðkomandi sjúlings, þannig að allir myndu vita hvernig þeir ættu að bera sig að í samskiptum við hann og við umönnun hans. Þegar framfarir yrðu væri þeim lýst með nýjum táknum sem kæmu í næstu línu fyrir neðan, auk hinna gömlu, þ.e. ef þau væru enn í gildi. Eftir að höfundarnir luku við gerð tákanna/kerfisins, fór það til reynslu á tvö sjúkrahús í Glasgow og hefur reynslan af kerfinu þar verið mjög jákvæð.

Paul Van Lede iðjuþjálfari frá spelkufyrirtækinu Orfit í Belgíu var með kynningu á nýrri axlarspelku fyrir heilablóðfallssjúklinga. Þessi axlarspelka er hönnuð út frá þaulhugsuðum "biomekanískum" lögmálum. Spelkan hefur verið í hönnun og til prófunar í meira en einn áratug. Það á að vera auðvelt að setja hana á og taka af, hún kemur í veg fyrir liðskrið með góðum árangri, leyfir allar hreyfingar um öxl og heldur olnboga og úlnlið í starfrænni stöðu. Hægt er að fá þessa spelku tilbúna í þremur stærðum, þannig að einungis þarf að móta hana á hverjum og einum. Van Lede var einnig með mjög skemmtilegt efni til sýnis s.s. plaströr og vír, til að útbúa alls konar aukahluti á hreyfispelkur (dynamískar spelkur).

Iðjuþjálfar frá Klinik Valens í Sviss sýndu myndband um hvernig þeir samtvinna kenningar Dr. Felicie Affolter um "tactile-kinesthetic-guiding" (hér vantar góða íslenska þýðingu) og aðferðir Bobath's í meðferð sjúklinga með heilaskaða þ.e. nota "guiding" fyrir báðar hendur og vinna samtímis með báðum höndum

(bilateralt).

Þær höfðu gert rannsókn á notagildi þessarar meðferðar og leiddi hún í ljós framfarir hjá sjúklingum. Þó ber að hafa í huga að þær höfðu engan samanburðarhóp.

Iðubjálífaskólinn í Exeter í Englandi var með erindi um þjálfunaríbúð/miðstöð (centre for independent living), sem er á tveimur hæðum með bað-, og svefnherbergi, eldhúsi o.fl. Miðstöðin er staðsett í skólanum og er sú eina í landinu sem er í tengslum við iðubjálífaskóla.

Ibúðin er útbúin miklu úrvali hjálpartækja s.s. í eldhús og baðherbergi, lyftum, hjólastólum og gönguhjálpartækjum. Öll tækin eru fengin að láni frá framleiðendum þeirra.

Þarna eru starfandi iðubjálfar sem sinna eiga þörfum þeirra sem leita þangað, en það er fólk úr héraðinu í kring. Þeim er vísað þangað, m.a. af iðubjálfum og læknum. Iðubjálfunum er einnig ætlað að sjá um kennslu fyrir nemendur skólans og eru þeir oft látnir vinna verkefni tengd stöðinni. 224 einstaklingar hafa heimsótt miðstöðina frá því hún opnaði 1986 og eru það aðallega konur (2:1) á aldrinum 60-79 ára.

Ég tel það vera nauðsynlegt að svipaðri miðstöð yrði komið upp hér á landi jafnvel í tengslum við væntanlegan iðubjálífaskóla, þar væri hægt að prófa og fá lánaðn ýmsan búnað t.d. hjólastóla, svo koma mætti í veg fyrir að keyptur yrði óhentugur stóll.

Skólinn í Exeter var einnig að setja á laggirnar fjarkennslu, þar sem nota á gervihnattasendingar gegnum Olympus gervihnöttinn.

Skólinn hefur fengið 50 tíma til umráða á tveggja ára tímabili. Þættirnir verða teknir upp í þjónustuibúðinni/miðstöðinni og er þeim ætlað að ná til fólks í heilbrigðiskerfinu, fatlaðs fólks og aðstandenda þeirra. Nú þegar er búið að ákveða innihald fjögurra þátta, sem fjalla m.a. um athafnir daglegs lífs (ADL).

Ekki var tekið fram hvenær þessar sendingar hæfust, en þær eiga að vera á þriðjudagsmorgnum eina klukkustund í senn. Allir í Evrópu eiga að geta náð þessum sendingum, svo framarlega sem þeir hafa sjónvarp tengt móttökudiski. Jafnframt var tekið fram að allar ábendingar og hugmyndir varðandi innihald þáttana væru vel þegnar.

Á heildina litið þá var þetta góð ráðstefna, þó að það megi finna annmarka á henni hvað varðar skipulagningu. En það er mjög mikil vinna fyrir litið félag að taka að sér að skipuleggja ráðstefnu sem þessa. Hins vegar eiga þeir hrós skilið fyrir félagslegu dagskrána, þar sem möguleiki gafst á að kynnast öðrum iðubjálfum. Það leiddi það m.a. af sér að nokkrir iðubjálfar féllust á að koma til Íslands og halda námskeið, s.s. Paul Van Lede frá Belgíu og Fred Sammons frá Bandaríkjunum í spælkugerð og Patricia Riley frá Englandi um bruna og afmyndanir.

Þeir sem áhuga hafa á að vita meira um ráðstefnuna er velkomið að hafa samband við greinarhöfund.

„EG ÞARF AÐ GETA SETIÐ LENGI ÁN ÞESS AÐ PREYTTAST.“

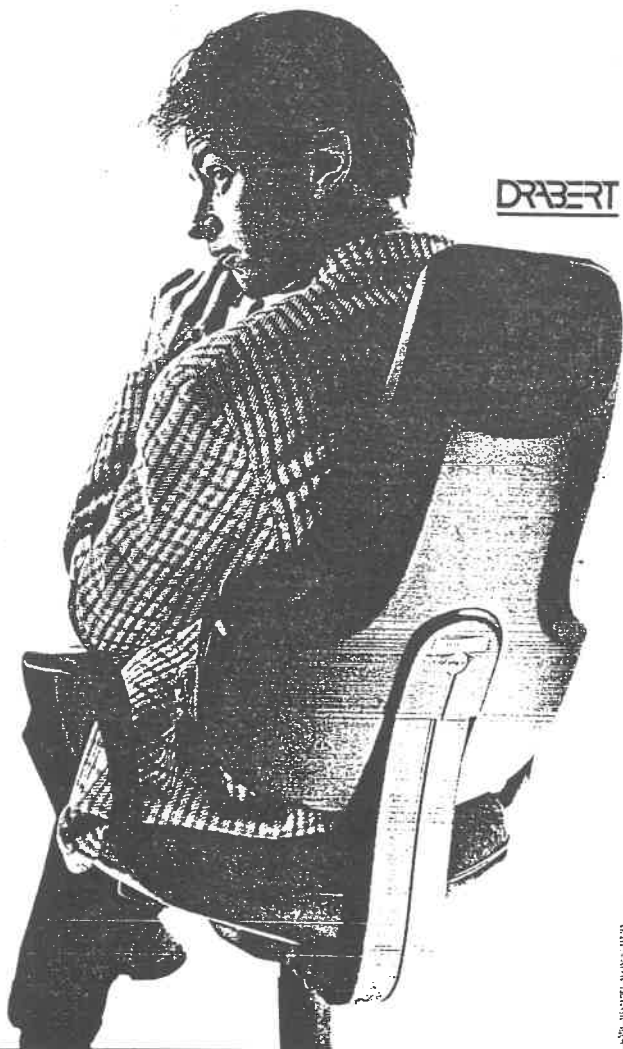
JÓHANN HJARTARSON stórmeistari.

Fagrar línur manns-
líkamans eru sigilt
yrkisefni mætustu lista-
manna sögunnar. Þá
listrænu hugsun sem
birtist í meistaraverkum
þeirra er einnig að finna
í hlutum sem við höfum
gagn af á hverjum degi.
Í hönnun DRABERT
stólanna heldur þessi
hagnýta og listræna
hugsun áfram. Þannig
stuðla þeir að betri
heilsu, aukinni vellíðan
og meiri afköstum.
Sá sem í þeim situr
getur setið lengi og
líðið vel.



PERNAN

Hallarmúla 2, sími 63211



DRABERT

DRABERT, HÖNNUN

Björk Pálsdóttir, iðjubjálfi.

NORRÆNA NEFNDIN UM MÁLEFNI FATLAÐRA (NTH) .

Hér verður stuttlega greint frá norrænu nefndinni um málefni fatlaðra og meginmálum sem eru á stefnuskrá hennar.

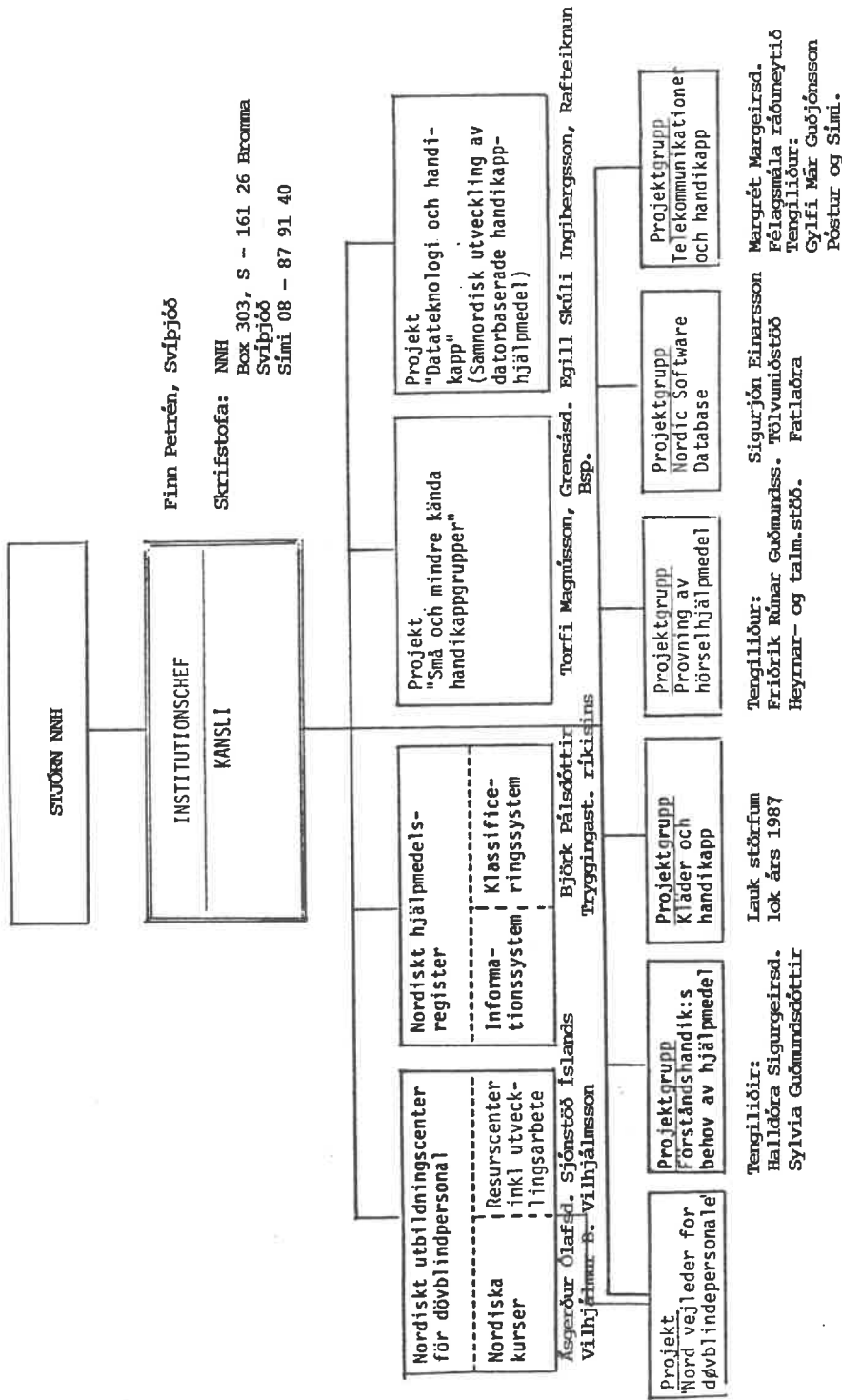
NNH hefur starfað frá árinu 1980, en nefndin heyrir undir Norrænu ráðherranefndina.

NNH vinnur aðallega að þremur málefnum:

1. Bættum hjálpartækjabúnaði fyrir fatlaða. Þar er fylgt tveimur meginreglum. Í fyrsta lagi að bæta hjálpartækin með sérstökum rannsóknunum/prófunum og upplýsingastarfi án þess að verðið verði óviðráðanlegt. Í öðru lagi að nota möguleika tækninnar við þróun hjálpartækja. Varðandi prófanir á hjálpartækjum er norræn samvinna milli Dansk Hjælpemiddel Institut (DK), Statens tekniska forskningscentral (SF), Raadet for tekniske tiltak for funksjonshemmede (N) og Handikappinstituttet (S). Mögulegt er að sækja um styrki til NNH að gerð og þróun hjálpartækja (ÍSBLISS er t.d. styrkt af NNH).
2. Menntun kennara og starfsfólks sem annast daufdumba og blinda. Menntamiðstöðin hefur aðsetur í Dronninglund Slot á Norður Jótlandi.
3. Upplýsingaöflun um lítið þekktu fötlunarhópa með það í huga að auka þekkingu og þjónustu við þessa hópa.

Íslensku fulltrúarnir í stjórn NNH eru Björn Öunundarsón trygginga-yfirlæknir Tryggingastofnunar ríkisins og Ólöf Ríkarðsdóttir Sjálfsbjörg landssambandi fatlaðra.

Nefndir á vegum NNH og íslenskir fulltrúar í þeim má sjá á næstu síðu.



Björk Pálsdóttir, iðjuþjálfari.

NORRÆNAR RÁÐSTEFNUR UM TÖLVUR SEM HJÁLPARTÆKI OG TJÁSKIPTI MEÐ NÝRRI TÆKNI.

18. og 19. maí s.l. sótti ég þessar tvær ráðstefnur í Danmörku sem haldnar voru á vegum norrænu nefndarinnar um málefni fatlaðra í tilefni af norrænu tækniári.

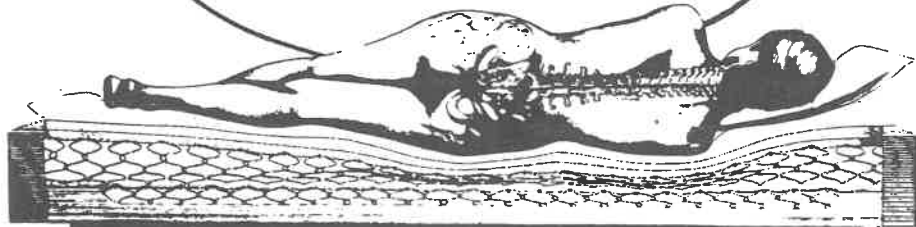
Fyrri ráðstefnan, tölvur sem hjálpartæki, gaf yfirlit yfir þá möguleika sem tölvur geta nýst sem hjálpartæki fyrir einstaklinga með mismunandi fötlun (s.s. fyrir hreyfihamlaða og sjónskerta) svo og yfirlit yfir mismunandi tákform sem tjáskipti. Nýjungar á þessu sviði voru kynntar svo og það sem væri í þróun eins og t.d. ÍSBLISS.

Seinni ráðstefnan, tjáskipti með nýrri tækni, fjallaði um möguleika tölvunnar til að leysa tjáskiptaörðugleika fólks af mismunandi toga. Einnig var fjallað um helstu nýjungar sem eru í þróun í dag s.s. myndsími, lestrarvél fyrir prentað mál á tal, tölvutal svo og tölvubanka og kerfi sem auðvelda möguleika á ýmis konar upplýsingaöflun og tjáskipta milli aðila.

Panelumræður voru eftir báðar ráðstefnurnar. Þar var fjallað um þróun tjáskiptahjálpartækja, hver réði ferðinni, markaðinn, samvinnu við notendur o.fl., hver borgar, hvað hafi áhrif á þróun og framleiðslu, hvaða áhrif aukin tækni hafi og margt fleira. Frummælendur voru frá Danmörku, Svíþjóð, Noregi og Finnlandi. Í tengslum við ráðstefnurnar var sýning á helstu nýjungum á því sviði sem um var fjallað á ráðstefnunum.

Þetta var mjög fróðleg og gagnleg yfirlitskynning á hvað er til af tjáskiptaformum innan tölvutækninnar í dag og hvernig þau nýtast fyrir fatlaða. Einnig fróðlegt að kynna því sem er í þróun og hvaða umræða er í gangi um þessi mál á hinum Norðurlöndunum. Rapport af ráðstefnunum er til hjá greinarhöfundum.

DUX



BETRI SVEFN BETRI SLÖKUN

Í dag eru allir helstu fagmenn á þessu sviði á sama máli og DUX:

Fyrirmyndardýnan á að hafa mjúkt efra lag og hart neðra lag, þannig að hryggurinn hvílir alltaf í edlilegri stellingu.

DUX hefur ávallt framleitt dýnur í samræmi við þessa reglu.

En það er fyrst með tækniframförum nútímans, sem tekist hefur að sanna að DUX-reglan býður upp á einstæðan svefn og betri slökun.

Á Karolinska sjúkrahúsinu í Stokkhólmi hefur umfangsmiklum rannsóknagögnum verið safnað saman. Í þeim kemur hvað eftir annað í ljós að DUX-dýnan ber af öðrum.

Leynardómur DUX-dýnnar felst í tvöfaldri fjöðrun úr sérstöku stáli.

Harður neðri hlutinn tryggir djúpfjöðrun og tekur á móti öflugum hreyfingum.

Efri hlutinn, sem er mýkri, gefur eftir þar sem hann verður fyrir þrýstingi og lagar sig þannig að líkamanum. Hann lætur undan þrýstingi frá öxlum og mjöðmum, en styður þægilega við mitti og fótleggi.

Meira en 1000 gormar eru til taks að bregðast við sérhverri hreyfingu líkamans.

Með tilliti til gæða er Dux einnig öðrum dýnum fremri. Sérhver hlutur er valinn af kostgæfni með hliðsjón af því hlutverki, sem honum er ætlað. Dýnurnar gangast undir prófanir, sem jafngilda meira en tuttugu ára tillitslausri notkun.

STÆRÐIR Á DÝNUM:

90 × 2	140 × 2
105 × 2	165 × 2
120 × 2	90 × 210



HRINGID Í
275 60

...og við sendum þér að kostnaðarlausu nákvæmar upplýsingar um betri og dýpri svefn í sænsku DUX heilsurúmi



MIDBÆJARMARKAÐNUM ADALSTRÆTI 9
SÍMI 27560. POST BOX. 1261 REYKJAVÍK

Sigrún Ásmundsdóttir, iðjupjálfi.

NÁMSKEIÐ Í APRAXI

Í ágúst 1987 voru 3 íslenskir iðjupjálfar þ.e. Ingibjörg Ásgeirsdóttir, Borgarspítala, Sigrún Garðarsdóttir, Grensásdeild Borgarspítala og Sigrún Ásmundsdóttir, sjúkrahús Akraness, þátttakendur í námskeiði um APRAXIU - greining og meðferð. Námskeiðið var haldið í bænum Skive í Danmörku.

Leiðbeinendur á námskeiðinu voru 2 norskir iðjupjálfar sem starfa á Sunnaas sjúkrahúsinu í Noregi. Þeir sögðu m.a. frá starfi sínu á Sunnaas þar sem fer fram mjög markviss og hnitmiðuð þjálfun m.a. í apraksíu.

Á námskeiðinu var fjallað um skilgreiningu á apraksíu og apraksíu "týpunni", rætt um ýmis "model" og skoðaðar apraksíurannsóknir og úrvinnsla þeirra þá sérstaklega út frá því sem unnið hefur verið í Noregi og Danmörku.

Þá var rætt um greiningu og leiðbeinendur kynntu þær aðferðir og gögn sem þeir nota. Þá sérstaklega apraksíupróf sem gefið er fyrir í punktum og notað sem hjálpargagn við frekari meðferð.

Í lokin var svo rætt um úrvinnslu úr prófi og meðferðaraðferðir.

Þeir sem hafa nánari áhuga á þessu efni geta snúið sér til ofangreindra aðila, og fengið frekari upplýsingar.

Sigríður Hermannsdóttir, iðjupjálfi.
Sigríður Jónsdóttir, iðjupjálfi.

NÁMSKEIÐ UM TÖLVUNOTKUN Í IÐJUPJÁLFUN Í SEPTEMBER 1988.

Í lok september fórum við til Danmerkur á námskeið í notkun tölvu í iðjupjálfun. Námskeiðið var haldið á vegum danska iðjupjálfafélagsins. Fyrirlesarar voru enskir iðjupjálfar, sem höfðu notað tölvu í endurhæfingu s.l. fimm ár.

Námskeiðið var mjög vel skipulagt og lærdómsríkt. Fluttir voru lí fyrirlestrar um tölvunotkun og sýndar litskyggjur og myndbönd. Forrit voru kynnt og ýmis hjálpartæki við tölvuna sýnd. Einnig fengu þátttakendur tækifæri til þess að prófa forritin og hina ýmsu rofa.

Fyrirlesararnir höfðu hver um sig sérhæft sig í tölvupjálfun ákveðinna sjúklingahópa svo sem : barna, gamalla, taugasjúkdómasjúklinga, geðsjúklinga, þroskaheftra, líkamlega fatlaðra og sjúklinga með félagsleg vandamál. Iðjupjálfarnir miðluðu reynslu sinni mjög vel, bæði því sem miður fór og því sem vel tókst.

Þeim sem hafa áhuga á að fá nánari upplýsingar um tölvupjálfun mismunandi sjúklingahópa er velkomið að hafa samband við okkur

Miklar umræður spunnust um ágæti tölvunnar í endurhæfingu og kom fram að danskir iðjupjálfar voru lítið byrjaðir að nota tölvur markvisst. Þeir eru í sömu aðstöðu og við hér heima, þ.e. mismunandi tegundir tölvu eru á hinum ýmsu iðjupjálfunardeildum. Í Englandi eru allar deildir með BBC-tölvur. Það gefur því auga leið að mun auðveldara er fyrir iðjupjálfadeildir þar að skiptast á forritum og miðla reynslu. Hins vegar er það mikill ókostur fyrir Englendingana að tölvur BBC eru úreltar, þar sem fyrirtækið hefur lítið fylgst með þróun tölvutákninnar og er að dragast aftur úr. Heyrst hefur að fyrirtækið hatti framleiðslu.

Umræðan snerist einnig mikið um hvort rétt væri að stefna að því, að hafa eingöngu eina tegund tölvu í þjálfunarskyni og voru flestir sammála um að það væri ekki aðalatriðið. Aftur á móti væri mikilvægt að fólk hittist, skiptist á upplýsingum og miðlaði reynslu sinni og stofnaði t.d. áhugahópa um tölvupjálfun, eins og Englendingarnir hafa gert með góðum árangri.

Allir voru sammála um að tölvan byði upp á mikla möguleika og danska iðjupjálfafélagið hefur þegar hafið skipulagningu á ýmsum námskeiðum þar að lútandi.

Fyrir utan að kynnast ýmsum notkunarmöguleikum tölvunnar, fræddumst við um ýmis hagnýt atriði tölvunotkunar í þjálfunarskyni.

í fyrsta lagi að fara rólega af stað, vera ekki með of mörg forrit, en hafa þau góð, sem í notkun eru. Þau mega t.d. ekki vera of barnaleg.

Ytri aðstæður þurfa að vera í lagi. Tölvun þarf að vera vel staðsett, á góðu stillanlegu borði og forrit og fylgihlutir aðgengileg.

Það þarf að kanna hvaða fylgihluti er hægt að fá á tölvuna svo sem mismunandi mýs, rofa, lyklaborð o.fl.

Það þarf að skilgreina og velja úr hentug forrit, bæði leiki og ritvinnslu, til þess að ekki verði keypt forrit út í bláinn. Það þarf að leita upplýsinga um hvaða forrit eru til sem þjálfunargögn og jafnvel hanna eigin forrit.

Það þarf að gera tölvuþjálfunina aðgengilega. Allir iðjuþjálfar á deildinni þurfa að hafa tíma til að kynnst tölvunni og kunna á forritin. Til þess að auðvelda þetta er hægt að setja upp leiðbeiningar með hverju forriti fyrir sig, auk þess að gera minnislista fyrir iðjuþjálfann, sem auðveldar honum að setja tölvuþjálfun af stað.

NIÐURSTAÐA

Tölvur og tölvunotkun í þjálfun virðast vera það sem koma skal. Tölvun vekur áhuga margra, kannski af því að hún er ný og spennandi og hæfir jafnt ungum sem öldnum. Hún er eitt af meðferðartækjum í iðjuþjálfun bæði í andlegri og líkamlegri þjálfun, fyrir utan vinnuþjálfun.

Eins megum við ekki gleyma mikilvægi tölvu sem tjáskiptatæki. Á námskeiðinu var mikið rætt um, að allir með tjáskiptavandamál ættu að hafa rétt á að fá tölvu.

Við þurfum því að búa okkur vel undir að takast á við tölvuna, fylgjast með nýjungum og sameina krafta okkar. Fræðslunefnd I.Í. hefur áætlað að hafa þemadag um tölvunotkun í iðjuþjálfun, næsta vor. Þá munum við segja nánar frá ferðinni og vonandi reynslu okkar með tölvuþjálfun hér á Reykjalundi. Við hlökkum til að heyra hvað er að gerast á hinum stöðunum og erum vissar um að það verði bæði spennandi og lærdómsríkt.

 SÖLUAÐILI
Rehband™
Á ÍSLANDI

 **STOÐ**
TRÖNUHRAUNI 6 HAFNARFIRÐI

STOÐ hf. í Hafnarfirði veitir sérfræðipjónustu með vörur frá Rehband og hefur á lager flest það sem Rehband framleiðir. Þjónusta með Rehband-vörur er aðeins lítil hluti af þeirri þjónustu sem *STOÐ hf.* veitir.

STOÐ hf. hefur rekið alhliða stoðtækjaverkstæði og verslun að Trönuhrauni 6 í Hafnarfirði síðan 1983 og vinna þar nú stoðtækjasmíðir og aðstoðarfólk þeirra, alls 9 manns í 400 fermetra húsnæði.

STOÐ hf. sérsmíðar hvers konar stoðtæki í samráði við lækna og sjúkra- og iðjupjálfa svo sem spelkur, gervilimi, sjúkraskó, innlegg og veitir sérfræðipjónustu með fjöldaframleidd stoðbelti, umbúðir, hálskraga og gervibrjóst. Einnig útvegar *STOÐ hf.* hjólastóla og önnur sérsmíðuð hjálpartæki fyrir fatlaða.

STOÐ hf. veitir persónulega sérfræðipjónustu á sviði sjúkraskósmíði og stoð- og hjálpartækja.

Tímapantanir eru í sínum **91-52885**, **91-651422** og að Trönuhrauni 6 Hafnarfirði, þar sem alltaf eru næg bílastæði.



SVEINN FINNBOGASON



ÖRN ÓLAFSSON



GUÐRÚN GUÐMUNDSDÓTTIR

Sigríður Jónsdóttir, iðjupjálfi.
Margrét Sigurðardóttir, iðjupjálfi.

MATARHÆFING.

Einn liður endurhæfingar á Reykjalandi er matarhæfing. Öllum vistmönnum sem vilja/þurfa að léttast er gefinn kostur á að vera með.

Um skipulagningu og daglega framkvæmd sjá hjúkrunarfræðingar og iðjupjálfar með ráðgjöf næringarfræðings.

Meginmarkmiðið með matarhæfingu er að stuðla að því að fólk breyti neysluvenjum sínum í heild og til lengri tíma. Til að geta breytt neysluvenjum sínum og losnað við aukakílóin þarf margt að koma til. Við álítum að eftirtalin atriði skipti máli:

- Jákvætt hugarfar, sterkur vilji og þolinmæði.
- Fræðsla í formi upplýsinga um fæðuval, orkugildi o.fl.
- Aðgangur að hentugum uppskriftum og að kunna að matbúa hitaeiningalítið fæði, sem jafnframt er fjölbreytt.

Í upphafi er mælt með því að allir þátttakendur skrái hjá sér á hverjum degi, magn fæðu, hvar hún er inntekin og fjölda hitaeininga. Þá áttar fólk sig betur á raunverulegri neyslu sinni og æfist í að meta fjölda hitaeininga í hinum ýmsu matvælum.

Fólk fær í hendur leiðbeiningar og skrá yfir hitaeiningainnihald matvæla. Til að auðvelda þessa skráningu var útbúið sérstakt eyðublað og við veitum ráðgjöf ef þess er óskað. Ekki er um strangt eftirlit að ræða, heldur er það á ábyrgð hvers og eins að gera þetta samviskusamlega.

Eínu sinni í viku eru allir vigtaðir og um leið eru stuttir umræðufundir þar sem t.d. er rætt um: vörumerkingar matvæla, megrunarvörur, sætuefni/sykurlaust!, matreiðsluaðferðir og lagfæringu á uppskriftum. Þar er hitaeiningaríkm uppskriftum breytt þannig að þær innihaldi færri hitaeiningar án þess að bragðið breytist, til að sannreyna þetta fær fólk að smakka á hvoru tveggja. 2 fyrirlestrar eru í hverjum mánuði, næringarfræðingur sér um annan en hinn er í umsjá heilsupjálfa og fjallar um mikilvægi hreyfingar.

Fljótlega kom í ljós að æskilegt var að fólk fengi tækifæri til að æfa sig í matreiðslu á hitaeiningalitlu fæði. Marga skorti hugmyndir og vantaði fjölbreyttar og orkulitlar uppskriftir sem hentuðu allri fjölskyldunni. Því takmarkið er að fólk haldi áfram að matreiða hollt fæði á réttan hátt eftir að heim er komið. Við hófumst því handa við að safna hentugum uppskriftum, margar þurftum við að þýða og staðfæra og reikna út orkugildi. Næringarfræðingur fór yfir og lagfærði uppskriftirnar og nú hefur þeim verið safnað saman í bækling sem fólk getur keypt á vægu verði.

Í framhaldi af þessu var svo þátttakendum í þessari matarhæfingu boðið upp á að koma í eldhús iðjupjálfunar einu sinni í viku til að matreiða. Það koma þrír í senn og elda og svo eru aðrir 3-4 boðnir í mat. Þessi tilraun hefur mælst vel fyrir.

Í þessum litlu hópum myndast tengsl innbyrðis, fólkið verður jákvæðara og þetta verður hvatning til að ná árangri um leið og það er lærdómsríkt.

Fólk sér að maturinn er ekki einhæfur og ekki eitthvað sem "fórnarlamb megrunarinnar" þarf að borða í einrúmi, heldur venjulegur hollur matur þar sem fitu og sykri er haldið í lágmarki og hitaeiningum ekki fjölgað með matreiðsluaðferðinni. Sumir þurfa meiri þjálfun í að matbúa, svo æskilegt væri að hafa svigrúm til einstaklingsþjálfunar en nú er.

LOKAORÐ

Offita er eitt af heilbrigðisvandamálunum sem ekki má vanrækja. Hvaða aðferð er best að nota til að léttast er e.t.v. umdeilanlegt, en víst er að tími skyndimegrunarkúra er liðinn og besta leiðin til að ná varanlegum árangri í baráttu við aukakílóin er hollara mataræði og meiri hreyfing. Umfram allt þurfum við að virkja hvern einstakan til að taka ábyrgð á sínu vandamáli og gera eitthvað við því.

Þau viðbrögð sem við höfum fengið hingað til segja okkur að við séum á réttri leið, þótt eflaust megi alltaf breyta og bæta. Að síðustu viljum við taka fram að það hefur verið mjög gaman og lærdómsríkt að taka þátt í að koma þessu á fót ásamt hjúkrunarfræðingunum og alveg nauðsynlegt að fá næringarfræðing til samstarfs.

VINNU- OG DVALARHEIMILI SJÁLFSBJARGAR

Yfiriðjupjálfi óskast til starfa!

Óskum eftir að ráða til starfa yfiriðjupjálfa. Hér er um að ræða nýtt starf sem mótað yrði í samvinnu við þann sem gengdi starfinu. Í Sjálfsbjargarhúsinu er m.a. dvalarheimili, dagvístun, endurhæfingarstöð og íbúðir. Umsóknarfrestur er til 30. nóvember n.k.

Umsóknir sendist til:

Vinnu- og dvalarheimili Sjálfsbjargar,
Hátúni 12
Pósthólf 5016,
125 Reykjavík

Nánari upplýsingar eru veittar í síma 91-29133.

Lillý H. Sverrisdóttir, iðjupjálfi.

NÁMSKEIÐ UM HEILASKAÐA.

Dagana 30. maí til 3. júní 1988 var haldið námskeið sem bar nafnið, "1980'ernes Hjerneskaðer". Námskeiðið var haldið í Vejleffjord í Danmörku, en sjúkrahúsið þar hefur sérhæft sig í meðferð á heilasköððu fólki með góðum árangri.

Innihald námskeiðsins var að líta á þær aðferðir sem notaðar eru til að meta fólk með heilaskaða. Draga upp mynd af andlegu og félagslegu hlið þessa fólks og möguleikum þeirra þegar sjúkrahúsvist er lokið. Einnig var kynning á meðferð á heilasköððu fólki við sjúkrahúsið í Vejleffjord.

Mikill tími fór í að segja frá meðferðinni í Vejleffjord og má segja að allt námskeiðið hafi byggst upp á þeim skjólstaðingum sem þar koma. Þess vegna var mikið rætt um fólk sem hlotið hefur skaða vegna lífrænna leysiefna. Einnig var meira rætt um heilaskaðað fólk sem hefur náð þeirri færni að vera sjálfbjarga með primær ADL. Minni tími var til að skiptast á reynslu á milli hinna mismunandi staða sem bjóða upp á hefðbundnari meðferð. Einnig var lítið rætt um mikið heilaskaðaða, en ég hafði væntingar um að fá að heyra eitthvað um meðferð sem þeir fá á öðrum stöðum. Það var mest gefandi fyrir mig að heyra um matsaðferðir og reynslu annarra iðjupjálfa. Einnig var mjög spennandi að heyra um meðferðina í Vejleffjord. Mikið var rætt um félagslegar aðstæður og vinnuskaða og þá sérstaklega af völdum lífrænna leysiefna, sem mér fannst ekki beint koma mér að gangni.

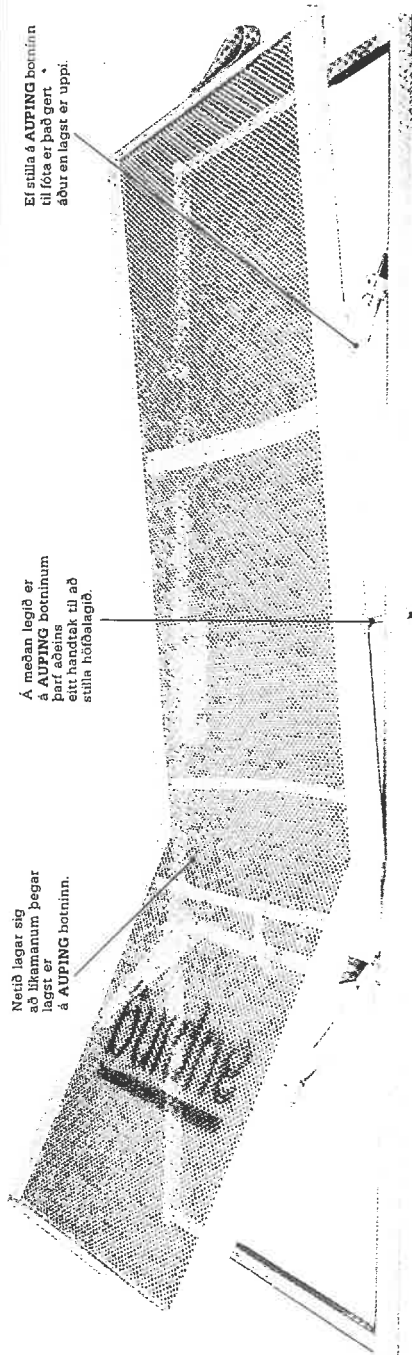
Í heildina er ég ánægð með námskeiðið. Það gaf mér þá tilfinningu að við værum á réttri braut á Grensás. Meðferðin í Vejleffjord er mjög spennandi og gaf mér hugmyndir um hvernig við gætum gert betur, þ.e. haft meiri skipulagða og hnítmiðaða skrifborðspjálfun samhliða verklegri þjálfun.

Fyrir þá sem vilja kynna sér meðferð í Vejleffjord betur, get ég bent á grein sem birtist í danska iðjupjálfablaðinu í júní 1988, blað nr. 11.

Netið lagar sig
að líkamanum þegar
lagst er
á AUPING botninn.

Á meðan legið er
á AUPING botninum
þarf aðeins
eitt handtak til að
stilla höfðalagið.

Ef stilla á AUPING botninn
til fóta er það gert
aður en lagst er uppi.



AUPING ER HANNAÐUR FYRIR ÞIG!

AUPING, Hollenski rúmbotninn
er einn fullkomnasti rúmbotn á
markaðinum í dag.

AUPING rúmbotninn er byggður
upp á séröfnu neti sem lagar sig
að líkamanum.

AUPING botninn er loftdrifinn og
með einu handtaki er hægt að stilla
höfðalagið á meðan legið er í rúminu.
Hægt er að hækka botninn til höfða

og einnig til fóta. Fólk eyðir stórum
hluta ævinnar í rúmunum sínum ýmist
við afslöppun, lestur eða svefn.

AUPING er því án efa lykill að betra
lífi. Og leitin að réttu mykt er óþörf.

AUPING botnar eru fáanlegir í öll
rúm frá Ingvari og Gylfa og flest
önnur rúm.

AUPING er hannaður fyrir þig.
VERÐIÐ ER SANNGJARNT



EINKAUMBOD Á ÍSLANDI

Ingvar & Synir hf.

Grensásveg 3 • Sími 601144

Snæfríður Þóra Egilson, iðjupjálfi.

IÐJUPJÁLFUN Á GREININGAR- OG RÁÐGJAFASTÖÐ RÍKISINS.

Fyrir nokkru var þess farið á leit við mig að ég skrifaði í "Blað-ið" og segði stuttlega frá iðjupjálfun á Greiningar- og ráðgjafarstöð ríkisins.

Fylgir sú samantekt hér á eftir. Ég ákvað þá um leið að segja í fáum orðum frá starfsemi stofnunarinnar, þar eð ég hef orðið þess vör að margir þekkja lítt til Greiningarstöðvarinnar.

Greiningar- og ráðgjafarstöð ríkisins starfar skv. 16. grein laga um málefni fatlaðra.

Aðalhlutverk hennar er athugun og greining á fötluðum og ráðgjöf til skjólstaðinga, aðstandenda þeirra og meðferðaraðila. Að öðru jöfnu sitja þeir einstaklingar í fyrirrúmi, sem búa við flóknari eða alvarlegri fatlanir, svo og yngri einstaklingar. Þjónusta Greiningarstöðvarinnar nýtist í raun fyrst og fremst fötluðum börnum og unglingum, hvaðanæva af landinu.

Á stöðinni vinna eftirtaldar fagstéttir: sálfræðingar, sjúkra-þjálfarar, talmeinafræðingar, félagsráðgjafar, fósturur, þroska-þjálfar, barnalæknar, endurhæfingarlæknar og frá 1. okt. '87 iðju-þjálfar. Auk þess fær Greiningarstöðin reglulega ráðgjöf barnageð-læknis og blíndrakennara og er í náinni samvinnu við Heyrnar- og talmeinastöð og Augndeild Landakots.

Á athugunardeildunum dvelja börnin daglangt meðan greining, ráðgjöf og meðferð fer fram. Á almennum athugunardeild er dvölín yfirleitt 4-6 vikur. Á sérhæfðri athugunardeild vistast börn, sem vegna eðlis fötlunar sinnar þurfa langtímaathugun og meðferð, oftast marga mánuði. Þessi deild nýtist m.a. börnum með verulegar málhamlanir og atferlislustflanir. Á göngudeild fer fram greiningarvinna með heimsóknum til einstakra sérfræðinga. Þá er göngudeildin vettvangur eftirlitsheimsókna og eftirfylgdar. Þar fer einnig fram meðferðar- og ráðgjafarstarf vegna yngstu barnanna, með samstarfi leikfangasafns, sjúkra- og iðjupjálfunar og annarra fagdeilda eftir því sem við á.

Innan göngudeilda eru einnig starfræktar undirdeildir, sem þjóna eftirlitshlutverki fyrir einstaklinga með ákveðnar fatlanir, t.d. heilalömun og klofinn hrygg.

Greiningarstöðin var lengi vel til húsa að Sæbraut 1-2 á Seltjarnarnesi og þekkja margir staðinn undir nafninu "Kjarvalshús". Nýlega var flutt í nýtt og betra húsnæði að Digranesvegi 5 í Kópavogi.

Eins og að framan greinir tók ég til starfa á Greiningarstöðinni fyrir rúmu ári. Ég þekkti allvel til starfseminnar, þar eð ég hafði haft talsverð samskipti við staðinn þegar ég vann hjá Æfingastöð

S.L.F. Á margan hátt er starf iðjupjálfa hér ekki ósvipað og þar. Grundvallarmunurinn er e.t.v. hve hér vinna margar fagstéttir og meiri áhersla lögð á greiningu en meðferðarvinnu, þó að þetta tvennt sé alltaf nátengt.

Starfinu má skipta í eftirtalda þætti:

1. Mat - Athugun:

- Líkamlegt mat/hreyfifærni
- Skynprófun (snertiskyn, hreyfi- og stöðuskyn)
- Skynúrvinnsla (sensory integration)
- Vitrænt (cognitívt) mat
- Hegðun/einbeiting/úthald

2. Þjálfun - Meðferð:

- Þjálfun á ofangreindum atriðum (sjá lið 1. Mat - athugun).
- Fyrirbyggjandi meðferð

3. Athafnir daglegs lífs - færni:

- a) - Klæðnaður
- Borðhald
- Snyrting/hreinlæti
- Umferð innan húss
- Tjáskipti
- b) - Umhverfisþjálfun
- Leikur

4. Hjálpartæki:

- Mat á þörf fyrir hjálpartæki
- Leiðbeiningar/umsókn hjálpartækja
- Leit og ráðgjöf varðandi val á hjálpartækjum
- Aðlögun á hjálpartækjum
- Leiðbeiningar/þjálfun í notkun hjálpartækja

5. Heimilisathugun:

- Heimsókn á heimili/stofnun
- Mat/ráðleggingar á fyrirkomulagi/breytingu húsnæðis
- Leiðbeiningar/umsókn vegna breytinga húsnæðis.

6. Spelkugerð:

- Mat á þörf fyrir spelkur
- Spelkugerð
- Aðlögun/breytingar
- Leiðbeiningar á notkun spelku

7. Samvinna við aðstandendur og aðra meðferðaraðila:

- Upplýsingar um niðurstöður greiningar, árangur iðjupjálfunar meðferðar o.fl.
- Ráðgjöf/Meðferðaráætlanir til fagaðila
- Ráðleggingar um vinnustellingar
- Ráðleggingar um þörf á öðrum meðferðaraðilum

8. Skýrslugerð:

- Skilafundargerðir
- Meðferðarskýrslur
- Bréfaskriftir til T.R.

Vegna fámennis stéttarinnar geta iðjupjálfar aðeins sinnt hluta þeirra barna er þurfa á þjónustu Greiningarstöðvarinnar að halda hverju sinni og er það þá samkomulagsatriði milli þeirra og deildarstjóra á starfsdeildum hvaða börn skuli ganga fyrir með iðjupjálfunarþjónustu hverju sinni.

Að öðru leyti er reynt að vísa á önnur meðferðarúrræði.

Húsnæðisskortur mótaði mjög starf mitt s.l. ár í Kjarvalshúsi, en þar var mjög þröngt um alla starfsemi, hver krókur og kimi nýttur og í minn hlut féllu aðeins 5 fm. Iðjupjálfunin fékk hlutfallslega mesta stækkun, eða 100-falda í nýja húsnæðinu á Digranesveginum. Nýja iðjupjálfunardeildin er um 52 fm., skiptist í æfingasál, skrifstofurými og einstaklingsmeðferðarherbergi, en auk þess er vinnu- aðstaða annars staðar í húsinu. Þetta rými er svo sem ekki mjög stórt, en ætti þó að nægja, þar sem gert er ráð fyrir að þjálfunin fari að nokkru leyti fram inni á athugunardeildunum.

Það kom fljótlega í ljós að þörfin fyrir iðjupjálfun á stofnuninni er geysimikil og þrátt fyrir erfiða tíma í ríkisbúskapnum tókst að herja út heimild fyrir annarri stöðu iðjupjálfa frá og með áramótum.

Ég hugsa því með tilhlökkun til nýs árs á Greiningarstöðinni!

SELJAHLIÐ

Okkur vantar iðjupjálfa til starfa í Seljahlið, vistheimili aldraðra við Hjallasel 55 í Reykavík.

Um er að ræða fullt starf eða hlutastarf.

Þá kæmi einnig til greina ráðgjöf og leiðbeiningar um lengri eða skemmri tíma.

Laun skv. launaskrá B.S.R.B.

Við bjóðum upp á:

Nýtt og skemmtilegt húsnæði

Náið samstarf við sjúkraþjálfara

og allt starfsfólk heimilisins.

Góðan starfsanda.

Upplýsingar í síma 73633 alla virka daga kl. 9 - 17.



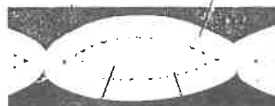
Góður dagur hefst með værum nætursvefni

Ef þú vilt losna við bakverki, stífleika í herðum og vakna úthvíldur á hverjum morgni, þá skaltu reyna heilsudýnuna og koddann frá Bay Jacobsen.

Dýnan einangrar gegn kulda, sem kemur neðan frá, dreifir líkamspunganum jafnar á undirlagið og endurvarpar líkamshitunum. Hún hefur einnig nuddandi áhrif á vöðva. Dýnan hefur reynst sérlega vel þeim sem eiga við bakveiki og gigt að stríða.

Ysta lag, úr 100% bómull, sem hleypur ekki.

Lag, som dreifir hita og þrýstingi.



Lag, sem tekur við raka.

Lag af litlum kúlum, sem endurvarpa hita og nudda.

Koddinn styður vel við höfuð og herðar, þannig að vöðvar í herðum ná að slakna og hvílast.



Nú höfum við einnig á boðstólnum sessur og bök, sem setja má í hjólastóla, skrifstofustóla, bílsæti og önnur vinnusæti. Þessar vörur hafa sömu eiginleika og dýnan.

Iðjuþjálfar, hringið og óskið eftir að fá sendan bækling með umsögnum frá iðjuþjálfum, sjúkrahjálfurum, læknum og öðrum sérfræðingum, frá Danmörku, Svíþjóð, Englandi og Frakklandi sem notað hafa dýnurnar og koddana.

Aqua Sport veitir einnig starfsfólki sjúkrastofnana sama afslátt af dýnum og koddum og stofnanirnar fá. Hér getur verið um verulegan sparnað að ræða. Hringið og fáðið nánari upplýsingar.



Sundaborg 1, 104 Reykjavík, sími (91) 688085

Utsölustaðir: Hreiðrið Faxaferni 12, Bústoð Keflavík, Vörubær Akureyri, Málningaþjónustan Akranesi, Húsgagnaloftið Ísafirði, Reykisstaðir Vestmannaeyjum, KASK Höfn, Hátún Sauðárkróki, Höskuldur Stefánsson Reyðarfirði, Aldan Seyðisfirði, Viðar Eiríksson Húsavík.

Katla Kristvinsdóttir, iðjuþjálfari.

STARF IÐJUPJÁLFA VIÐ STARFSSKÓLANN Á AKUREYRI.

Starfsskólinn, Löngumýri 15 Akureyri, er skóli fyrir 6 - 7 nemendur sem eru greindarskert en hafa verið í sérkennslu í alm. grunnskóla til 16 ára aldurs.

Aðalmarkmið skólans er að a) gera nemendur færa um sjálfstæða búsetu (t.d. á sambyli) b) útvega nemendum atvinnu á almennum markaði eða á vernduðum vinnustað c) vekja áhuga nemenda á einhverju tómskunda starfi.

Skólinn er staðsettur í litlu parhúsi í eigu bæjarins og er hvorki hátt til lofts né vítt til veggja.

Tveir starfsmenn eru við skólann þ.e. forstöðumaður (kennari) í fullu starfi og iðjuþjálfari í 80% starfi auk leikfímikennara og einstaka stundakennara og sálfræðiráðgjöf einu sinni í viku.

Starf mitt sem iðjuþjálfari var í stórum dráttum:

- ADL 1 og 2.

Heimilishald og eldhússtörf er stór þáttur í þjálfuninni, ákveða matseðil og versla (sem nem. sjá um að mestu leyti sjálfir) elda, fara eftir uppskrift, frágangur, þrif á húsnæði, þvottur o.fl. Snýrting, klæðnaður og umgengi er einnig mikilvægur þáttur.

- Starfsmat og starfsþjálfun ásamt heimilishaldi eru stærstu þættir í starfi skólans.

Nemendur framleiða ýmsa hluti sem eru seldir bæði stóra og smáa. Það sem aðallega var framleitt veturinn 87-88 voru létt skilrúm fyrir skólastofur, skrifstofur og leikskóla. Í þeirri framleiðslu var bæði smíða- og saumavinna.

Út frá starfsmati og þjálfun ásamt áhuga nemendanna sjálfra útvegum við nemendum vinnu. Við fylgjum þeim síðan eftir og erum í sambandi við atvinnurekendur.

Vel hefur gengið að útvega nemendum atvinnu og hafa þeir staðið sig vel. Flestir eru í hálfis dags vinnu.

- 4 bóklegir tímar eru við skólann á viku og hafði ég umsjón með 2. Þar var bæði um beina kennslu að ræða og umræður um ýmislegt efni. Fengu nemendur þar tækifæri til að tjá sig í hóp og frðast um sjálfa sig, gera sér grein fyrir eigin getu og hvað framtíðin ber í skauti sér o.fl. o.fl.

Ýmis önnur starfsemi er við skólann s.s. breytingar og viðhald á húsnæði, leikræn tjáning, skíðanámskeið, vinnustaðaheimsóknir vettvangsferðir o.fl.

Félagsstarfsemi 1s/mán. f.u. skólatíma sá ég um, t.d. bíó, leikhúsfærðir, skemmtikvöld og að fara út að borða.

Starfskólinn er mjög gott úrræði fyrir þessa nemendur. Það sýnir reynslan. Nemendur kynnast öðrum á svipuðu reki og eignast þar með nýja félag. Starf iðjuþjálfra í slíkum skóla nýtist mjög vel að mínu mati. Ég hef unnið við starfskólann frá 01.08 87 - 01.10.88 er ég fór í barnseignarfrí. Í minn stað (ekki í mína stöðu) var ráðinn leiðbeinandi.

Aðrar fréttir héðan:

Á Kristnesi er kominn vísir að endurhæfingardeild sem á að byggja upp á næstu árum. Þar er laus staða iðjuþjálfra og þar er fyrir hendi stórt húsnæði fyrir iðjuþjálfun sem þarfnast ákveðinna breytinga.

Ég verð þeim innan handar við innréttingar á því.

Ég hef í nokkrum tilfellum aðstoðað við val á hjálpartækjum fyrir fötluð börn og unglinga samkv. beiðni læknis og annarra.

Á Akureyri eru enn fleiri lausar stöður fyrir iðjuþjálfra, þannig að hér er um næg verkefni að ræða, iðjuþjálfar góðir, bæði núverandi og tilvonandi.

Bestu kveðjur.

Hrefna Óskarsdóttir, iðjuþjálfari.

PEDIATRIC NEUROLOGIC STUDY TOUR.

Dagana 13. - 14. júní '87 fór ég á námskeið, sem haldið var í Amsterdam. Það var alþjóðlegt, en flestir þátttakendur voru frá Hollandi eða Bandaríkjunum og fór allt fram á ensku. Það var hollensk miðstöð fyrir börn með skynúrvinnsluvandamál sem hélt námskeiðið.

Þátttakendur voru iðju- og sjúkráþjálfarar og tveir eða þrír kennarar. Allir höfðu komið eitthvað nálægt skynúrvinnsluþjálfun og unnið með börn.

Okkur var útvegað hótélherbergi og lenti ég með dönskum og bandarískum iðjuþjálfara og héldum við hópinn ásamt þjálfara frá Svíþjóð og Belgíu.

Þrógrammið var allan tímann mjög strangt og voru fyrirlestrar frá morgni til kvölds, við rétt gáfum okkur tíma til að hlaupa yfir í matsal og fá okkur snarl.

Fyrirlesarar voru bæði hollenskir og bandarískir.

Efni fyrirlestranna var eftirfarandi:

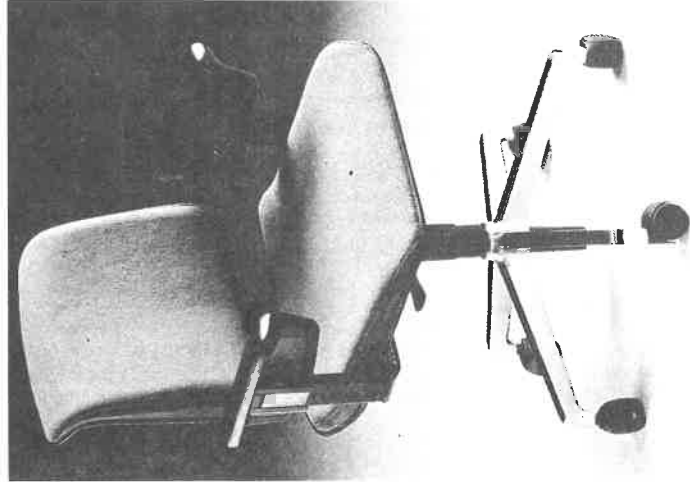
- "Introduction to theory and practice of the Vojta Method"
- "Pre-natal and neonatal neurological development-morphology and function"
- "A neurologist's view on development and examination of praxis and motor functions in small children" .
- "Interhemisphere intercommunication: Corpus callosum function and dysfunction" .
- "Research on effectiveness of SI treatment on ocular motor and balance functions in children" .
- "Sensory Integration: Treatment Applications". (tveir dagar)
- "Occupational Therapy Intervention in the Neonatal Intensive Care Unit".

Námskeiðið var að mínu áliti mjög gott. Ég bæði heyrði og sá margt nýtt. Einnig fékk ég staðfestingu á því, að það sem við erum að gera hér heima, er sambærilegt við það sem gert er í öðrum löndum.



LEYNIVOPN

CEGN VEIKINDADÖGUM, SLÖKUM AFKÖSTUM OG VANLÍÐAN



Gymir

Leynivopnið í Labofa stólnum er sérstakur hreyfibúnaður, umfram það sem gerist í bestu stólum.

Hann stjórnar hægri breytingu á stöðu setunnar meðan þú situr. Svo hægri breytingu, að þú verður hennar ekki var, en hryggjarliðir þínir kunna vel að meta hana.

Þess vegna stendur þú hressari upp af Labofa stól en öðrum stólum.

Hreyfingin hefur dregið úr óþægindum kyrrsetunnar.

Að sjálfsögðu er Labofa stóll einnig búinn öllum stilli-
mögleikum sem þú þekkir,
– og nokkrum að auki.

Stillingarnar eru bæði auðstýranlegri og nákvæmari en þú átt að venjast, enda stóllinn allur hin vandaðasta smíð.

Þú kemst strax að raun um það þegar þú kemur og sérð hann í „hvíta húsinu“ okkar, rétt við Vesturlandsveginn.

HÖNNUN • GÆÐI • ÞJÓNUSTA

Þáttur

KRISTJÁN SIGGEIRSSON
SKRIFSTOFUHUFGÖGN

Hesthálslí 2-4 • sími 67 2110

Lilja Ingvarsson, iðjupjálfi.
Vilborg Guðmundsdóttir, sjúkrapjálfari.

ÞVERFAGLEG TEYMISVINNA Í MEÐFERÐ HELFTARLAMAÐRA

Um mánaðarmótin maí-júní síðastliðin var haldið námskeið um þverfaglega teymisvinnu í meðferð helftarlamaðra á Sunnaas endurhæfingar-sjúkrahúsinu við Oslofjörð. Við vorum tvær frá Borgarspítalanum sem fórum þangað, Vilborg Guðmundsdóttir sjúkrapjálfari og Lilja Ingvarsson iðjupjálfi. Þátttakendur voru úr öllum faghópum innan heilbrigðiskerfisins víðsvegar að í Noregi.

Námskeiðið stóð yfir í 3 daga og var í fyrirlestrarformi. Fyrsta daginn kynntu hinir ýmsu faghópar verksvið sitt innan teymisins. Einnig var farið yfir helstu vandamál sem koma fram við heilablóðfall á fremur almennu máli, þannig að hinir ólíku faghópar fengu innsýn inn í heildarvandamál slíkra sjúklinga. Annan daginn var farið yfir skipulagningu og uppbyggingu teymisins og þriðja daginn var farið yfir sjúkdómstilfelli sem sýndi vel hvernig teymið vinnur.

TEYMIÐ

Í teyminu eru læknir, hjúkrunarfræðingur, sjúkrapjálfari, iðjupjálfi, félagsráðgjafi, talmeinafræðingur og taugasálfræðingur. Þessir aðilar hafa útbúið samvinnusamning (samarbeidsavtale) sín á milli en a.m.k. 2 ár tók að prófa hann og er hann endurskoðaður einu sinni á ári.

Í samningnum eru nokkurs konar rammareglur varðandi samvinnuna og markmið hennar, fundi og markmið þeirra, hver sé ábyrgur fyrir fundarboðun og stjórnun funda. Þessum atriðum er frekar nákvæmlega lýst og í fljótu bragði virðast þetta vera ógrynni af fundum. Þegar spurt var um þetta atriði, var því svarað að víst væru þetta margir fundir en þar sem þeir væru markvissir væru þeir yfirleitt stuttir og hnitmiðaðir.

SAMEIGINLEGT MAT TEYMISINS

Notað er sérstakt mats-eyðublað sem skiptist í 6 höfuðþætti: sensomotorísk-, cognitiv-, tjáskipta-, geðræn-, félagsleg-, og lækisfræðileg vandamál. Hver þáttur hefur nokkur atriði sem eru metin. Gefin eru stig fra 1-3. Allir meðferðaraðilar reyna að meta alla þættina, t.d. metur talmeinafræðingur motorískt brottfall eftir bestu getu, þó án formlegrar prófunar og sjúkrapjálfarinn metur á sama hátt tjáskipti.

Hver meðferðaraðili skilar sínu mati til lækis teymisins, sem dregur upplýsingarnar saman í eitt mat sem notað er sem umræðugrundvöllur á teymisfundi um sjúklinginn. Út frá þessu sameiginlega mati er spáð fyrir um hvers megi vænta af endurhæfingunni.

Aðalvandamálið sjúklings eru skráð í forgangsröð og hvaða meðhöndlun hann á að fá. Einnig er ákveðið hvenær endurmat á að fara fram.

Með því að allir aðilar teymisins fylla út öll atriði matsins verða þeir opnari fyrir og meðvitaðri um heildarvanda sjúklingsins, -einblína ekki bara á lélega motorík í fæti eða skert rúm- og afstöðuskyn, heldur líta á sjúklinginn sem heild.

ADL MAT

Á Sunnaas er það ýmist hjúkrunarfræðingur eða iðjupjálfi sem framkvæmir ADL-mat. Notað er mat sem segir eingöngu til um hvort sjúklingur getur eða getur ekki framkvæmt en ekkert um hvers vegna. Þetta er mjög einfalt eyðublað sem allir aðilar teymisins eiga auðvelt með að skilja.

Eyðublaðinu er skipt í 3 kafla, þannig að allar athafnir sem gerðar eru oft á dag eru saman, þær sem gerðar eru 2 eða sjaldnar saman og þær sem gerðar eru 1-2 í viku saman. Þannig er hægt að sjá í fljótu bragði hversu mikla aðstoð sjúklingurinn þarf, er t.d. nóg að fá heimahjúkrun einu sinni í viku til að aðstoða við böðun eða þarf daglega aðstoð.

Hér hefur aðeins verið sagt frá í grófum dráttum því sem kynnt var á þessu námskeiði um þverfaglega teymisvinnu í meðferð helftarlam- aðra. Það sem var sérstaklega athyglisvert var hversu góð samvinna virtist vera milli allra faghópa, allir töluðu sama "fagmál", voru meðvitaðir um verksvið hvers annars og samkomulag virtist hafa náðst um verkaskiptingu. En þetta gerðist ekki á einni nóttu, því eins og áður sagði tók það a.m.k. 2 ár að þróa samstarfið og samvinnu- samninginn áður en það komst í núverandi horf, auk þess sem reglulegt endurmat fer fram einu sinni á ári.

FRÁ BLAÐANEFND

Blaðanefnd vill þakka frábærar undirtektir félagsmanna við óskum um efni í BLAÐ-ID. Allir sem haft var samband við varðandi efni skrifuðu greinar, en fólki er að sjálfsögðu frjálst að hafa frumkvæði að því að senda okkur efni. Við vonum að undirtektirnar verði jafngóðar í framtíðinni en ætlunin er að hafa eitt svona blað á ári þ.e. með greinum úr ýmsum áttum eftir félagsmenn.

FRÉTTIR

Frá vinnustöðum:

Egilsstaðir: Sigríður Þorvaldsdóttir er hætt hjá Svæðisstjórn Austurlands. Hún er farin að vinna á Vonarlandi sem er sólarhringsstofnun fyrir andlega og líkamlega fatlaða.

Grensásdeild Bsp.: Unnur Jóhannesdóttir hóf störf í ágúst s.l.

Landsspítalinn: endurhæfingardeild: Irene Jensen og Finnur Bárðarson hófu störf í ágúst s.l.

Kleppspítali: Bára Sigurðardóttir og Sylviane L. Pétursson hófu störf 1. sept s.l.

Öldrunarlækningadeild: Elsa Ingimarsdóttir hóf störf í sept. s.l.

FÉLAGSSTARFSEMI

STJÓRN

Félagsstarf í vetur

<u>Glögg partý:</u>	2. des. '88 hjá Margréti Sigurðardóttur, Sæviðarsundi 52, Rvík.
<u>Fræðslufundur:</u>	í lok jan. '89 er áætlað að fá fyrirlestur um siðfræði. Tími og staður tilkynnist síðar.
<u>Fræðslufundur:</u>	í feb./mars '89 verður fyrirlestur eða námskeið í sjálfsstyrkingu. Fyrirlesari verður Anna Valdimarsdóttir sálfræðingur. Tími og staður tilkynnist síðar.
<u>Aðalfundur ÍÍ:</u>	9. mars '89 í Lágmúla 7 (BHM) kl. 20 ⁰⁰
<u>Fræðslufundur:</u>	í apríl '89 verður helgaður tölvunotkun iðjupjálfa. Tími og staður tilkynnist síðar.
<u>Félagsfundur:</u>	3. maí '89 í Hátúni 10B - iðjupjálfun, kl. 20 ⁰⁰

FRÆÐSLUNEFND

Birgit Schov hefur bætst í hóp nefndarmanna.

KJARANEFND

Byrjað er að undirbúa kröfugerðir og er ætlunin að samningaviðræður verði komnar í gang þegar bráðabirgðalögin falla úr gildi 15. febrúar.

BÓKASAFNSNEFND

Nýjar bækur í eigu iðjubjálfafélags Íslands:

AOTA, Occupational Therapy in Practice. A Collection of Articles From the special Interest Section Newsletters, 1985.
 Bruce M.A. & Borg B.: Frames Of Reference In Psychosocial Occupational Therapy. Slack Inc. 1987.
 Clark E.N.: Microcomputers: Clinical Application. Slack Inc. 1986
 Clark P.N. & Allen A.S.: Occupational Therapy for children. Mosby 1985.
 Fess & Philips: Hand Splinting : Principles an Methods. Mosby 1987.
 Hunter, Schneider, Mackin, Callahan: Rehabilitation of the hand. Second Edition. Mosby 1984.
 Kendrick M. & Zoltan B.: A Positive Approach To Head Injury Guidelines For Professionals And Families. Slack Inc. 1987.
 Kirkland M. & Roberson S.: PIVOT, Planning and Implementing Vocational Readiness in Occupational Therapy. AOTA 1985.
 Knickerbocker B.M.: A Holistic Approach to the Treatment of Learning Disorders. Slack Inc. 1983.
 Kuntavanish A.A.: Occupational Therapy, Documentation, A System to Capture Outcome Data for Quality Assurance and Program Promotion. AOTA 1987.
 Pedretti L.W.: Occupational Therapy, practice skills for physical dysfunction. Mosby 1985.
 Rimmer L.: Reality Orientation, Principles and Practice. Windslow Press 1982.
 Robertson S.C.: SCOPE, Strategies, Concepts, and Opportunities for Program Development and Evaluation. AOTA 1986.
 Zoltan B., Siev E. & Freishtat b.: Perceptual and Cognitive Dysfunction in the Adult Stroke Patient. A Manual for Evaluation and Treatment. Slack Inc. 1986.

Tímarit sem félagið er áskrifandi að:

Ergoterapeuten frá Noregi.
 Ergoterapeuten frá Danmörku.
 Arbetsterapeuten frá Svíþjóð.
 Toimutiterapeutti frá Finnlandi.
 The American Journal of Occupational Therapy.
 Special Interest Section Newsletters:
 Developmental Disabilities
 Gerontology
 Mental Health
 Physical Disabilities
 Sensory Integration
 The Occupational Therapy Journal of Research.
 Þroskahjálp.
 Fréttabréf Þroskabjálfa.

LAUSAR STÖÐUR

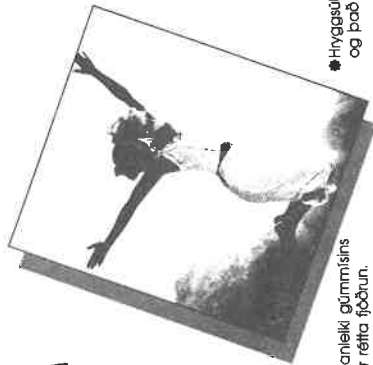
Borgarspítalinn 2 stöður Geðdeild 1 staða Arnarholt 1 staða dagdeild Eiríksg. (geðd.)	Landspítalinn 4 stöður iðjupjálfa
Breiðagerðisskóli 1 - 20% staða deildariðjupjálfa	Hlíðaskóli 1 - 50% staða deildariðjupj.
Styrktarf. lamaðra og fatlaðra 1/2 staða e.h.	Örvi í Kópavogi 1 staða
Dagvistun f. MS sjúkl. 'Alalandi 13 hlutastarf	Tjaldanes 1/2 - 1 staða
Meðferðarheimilið að Kleifarvegi 1 staða	Dalbraut 1 staða barnageðdeild
Seljahlíð vistheimili f. aldraða 1 staða	Droplaugarstaðir 1- 70% staða
Yinnu- og dvalarheimili Sjálfsbjargar 1 staða yfiriðjupjálfa	Hrafnista 1 staða
Félagsmálastofnun 'Afangastaður, Norðurbrún 34, Rvk.	Iðjulundur Akureyri 1 staða
Heilsugæslustöðin á Egilsstöðum 1/2 staða	Kópavogshæli 2 stöður
Fjórðungsj.húsið Akureyri 2 stöður Geðdeild/Alm. deild 1/2 - 1 staða Öldrunardeild	
Auk þess hafa eftirtaldar stofnanir sýnt áhuga á að fá iðjupjálfa til starfa: - Kristnesspítali og Öskjuhlíðarskóli	

Sumir vakna eldhressir og úthvildir rúmdýna og rúmbotn — hellsunnar vegna!



Dunlopillo

sendum í póströfu



Latex dýna

Latex dýnan er eina dýnan á markaðnum sem gerð er úr eka náttúrugúmmi.

Latex dýnan fjáðrar vel og veitir líkamanum góðan stuðning. Þyngri líkamshlutar sökkva hæfilega djúpt í dýnuna en hún veitir jafnframt stuðning undir hina léttari.

Stabiflex rúmbotn

Stabiflex er einstaklega traustur og vandaður rúmbotn sem hentar sérstaklega vel undir Latex dýnuna. Samspil dýnu og rúmbotns er þar í fullkornu samræmi við hreyfingar og þyngd líkamans.

• Stabiflex rúmbotninn er snúinn undir Latex dýnuna — samvirkandi og hjóðlaust kerfi.

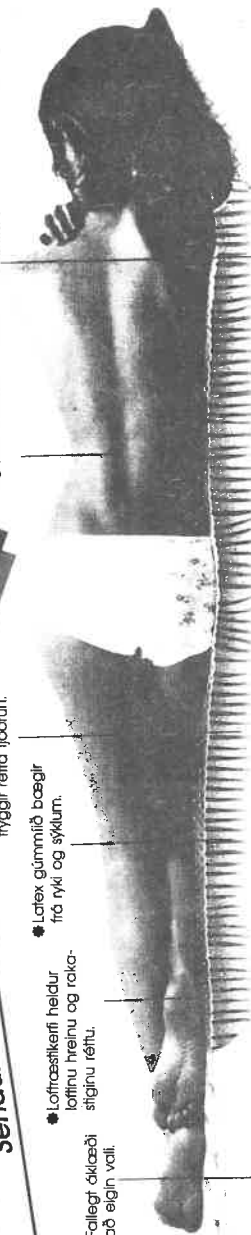
• Hryggssulan heit beln og það skaknar á vöðvum.

• Sveigjanleiki gúmmisins tryggir rétta fjáðrun.

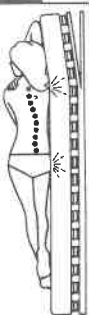
• Latex gúmmið bægir frá ryki og sýklum.

• Loftaestikerfi heldur loftinu hreinu og rakastígu réttu.

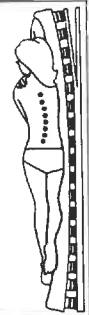
• Falllegt ákæði að eigin vali.



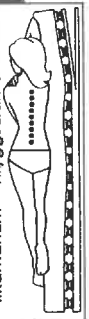
Of hörð dýna.



Of mjúk dýna.



Latex dýnan: Dýnan lagar sig að líkamanum — hryggssulan er beln.



• Botnrámminn er gerður úr niðrertu límré.

• Þverrinámrir eru gerðir og bagna upp á við um miðjuna — eru sveigjanlegir.

• Þverrinámrir hvilla á veltiðrum úr gúmmi sem hreyfast eftir þýstingi.

• Hægt er að hækka rúmbotninn undir höfti og fótum.

LYSTADÚN
SMÍÐUVEGI 4 KÓPAVOGI SÍMI 79788

Orðsending til félagsmanna:

Það er erfitt fyrir okkur að fylgjast með félögum okkar. Þess vegna biðjum við ykkur að:

1. Tilkynna félaginu breytt heimilisfang/vinnustað. eða leiðrétta það ef rangt er með farið í blaðinu.
2. Tilkynna okkur hvenær þið hyggist ljúka námi.
3. Senda okkur nöfn og heimilisföng nýrra nema. sem við höfum ekki frétt af.

IDJUBALFAR A ÍSLANDI í nóv. 1987:

Borgarspítalinn í Fossvogi, 108 Rvk. s. 696600

Íðjupjálfun B-1 s. 369

Guðrún Kr. Guðfinnsdóttir	Eskíhlíð 10 A 105 Reykjavík	s. 10287
Lilja Ingvarsson	Einholti 11 105 Reykjavík	s. 11888
Sigrún Garðarsdóttir	Hjarðarhaga 42 107 Reykjavík	s. 13267

Endurhæfingardeild. Grensás. s. 696710/712

Guðrún Arnadóttir	Hvassaleiti 30 103 Reykjavík	s. 31086
Elin Hannesdóttir	Viðihvammi 32 200 Kópavogur	s. 641428
Ingibjörg S. Asgeirsdóttir	Skólabraut 53 170 Seltjarnarnes	s. 611058
Lilly Sverrisdóttir	Ljosabergi 8 220 Hafnafjörður	s. 52485
Unnur Jóhannesdóttir	Nóatuni 32 105 Reykjavík	s. 11071

Landspítalinn v/Eiríksgötu, 101 Rvk. s. 601000

Geðdeild s. 1791/1792

Elin Ebba Asmundsdóttir	Laugavegi 53A 105 Reykjavík	s. 615683
Hlin Guðjónsdóttir	Háaleitisbraut 38 108 Reykjavík	s. 39234
Kristín Kristjánsdóttir	Seljavegi 27 101 Reykjavík	s. 23946
Kristín Sigursveinsdóttir	Garðsenda 11 108 Reykjavík	s. 34009
Maren Ósk Sveinbjörnsd.	Asparfelli 2 111 Reykjavík	s. 78824

Öldrunarlækningadeild s. 2256/2257

Birgit Schov	Eiríksgötu 29 101 Reykjavík	s. 601000/2057
Elsa Ingimarsdóttir	Logafold 47 112 Reykjavík	s. 675323

Rósa Hauksdóttir	Laufásvegi 60	s. 13001
	101 Reykjavík	

Endurhæfingardeild s. 1427

B. Venrateswara Rao	Eiríksögötu 29 s. 601000/2057	
	101 Reykjavík	
Finnur Bárðarson	Bollagötu 7	s. 622179
	101 Reykjavík	
Ingibjörg Jónsdóttir	Alfatúni 7	s. 43773
	200 Kópavogur	
Irene Jensen	Bollagötu 7	s. 622179
	101 Reykjavík	

STYRK TARFEL. LAMADRA OG FATL. Háaleitisbr.11-13 s. 84999

Anna S. Jónsdóttir	Austurbergi 14	s. 76564
	111 Reykjavík	
Gerður Gústavsdóttir	Gígjulundi 8	s. 656711
	210 Garðabæ	
Helga Guðjónsdóttir	Nesvegi 48	s. 17036
	107 Reykjavík	
Hrefna Óskarsdóttir	Njálsgötu 50	s. 20987
	101 Reykjavík	
Sólveig A. Karlsdóttir	Rauðalæk 25	s. 33642
	105 Reykjavík	

VINNUHEIMILIÐ AD REYKJALUNDI, 270 Mosfellsbær s.666200/102

Guðrún Pálmadóttir	Aslandi 8	s. 667117
	270 Mosfellsbær	
Hildur Þráinsdóttir	Neðribraut 6	s.666200/170
	270 Mosfellsbær	
Ingibjörg Pétursdóttir	Fálkagötu 19	s. 20027
	107 Reykjavík	
Kristjana Fenger	Barmahlíð 50	s. 29715
	105 Reykjavík	
Margrét Sigurðardóttir	Sæviðarsundi 52	s. 39288
	104 Reykjavík	
Rannveig Baldursdóttir	Suðurhólum 6	s. 76796
	111 Reykjavík	
Sigríður Hermannsdóttir	Ægissíðu 52	s. 20077
	107 Reykjavík	
Sigríður Jónsdóttir	Efstasundi 81	s. 35229
	104 Reykjavík	
Sigríður Loftsdóttir	Reykjavíkurv. 29	s. 621073
	101 Reykjavík	

GIGTLÆKNINGASTOÐ ÍSLANDS, Armúla 5, 105 Rvk. s. 30760

Anna Sveinbjörnsdóttir	Bröttuhlíð 5	s.99/4255
	810 Hveragerði	
	í Rvk.: Austurbrún 2	
	104 Reykjavík	
Unnur Alfreðsdóttir	Vallargerði 14	s. 41051
	200 Kópavogur	

GREININGAR OG RÁÐGJ. STÖÐ RÍKISINS, Digranesv. 5, Kóp. s. 641744

Snæfríður Þ. Egilson	Laugateigi 46 105 Reykjavík	s. 32735
----------------------	--------------------------------	----------

HJALPARTEKJABANKINN, Hátún 12, 105 Rvk. s. 21333/21642

Jóhanna Ingólfssdóttir	Laugarásvegi 17 104 Reykjavík	s. 30101
------------------------	----------------------------------	----------

HLÍÐARBÆR, Flókagötu 53, 105 Rvk. s. 621722

Anne Grethe Hansen	Aslandi 12 270 Mosfellsbær	s. 667262
--------------------	-------------------------------	-----------

IDJUBJALFAFELAG ÍSLANDS

Hope Knútsson	Æsufelli 4, 2F 111 Reykjavík	s. 73734
---------------	---------------------------------	----------

KLEPPSSPÍTALINN, 104 Rvk. s. 602600

Bára Sigurðardóttir	Veghúsastíg 1A 101 Reykjavík	s. 22037
Sylviane L. Pétursdóttir	Marargötu 4 101 Reykjavík	s. 28594

MÓLABÆR, Armúla 34, 108 Rvk. s. 687122

Peggy Helgason	Skildinganesi 22 101 Reykjavík	s. 623808
----------------	-----------------------------------	-----------

TRYGGINGASTOFNUN RÍKISINS, Laugav. 114, 105 Rvk. s. 19300/234

Björk Pálsdóttir	Stóragerði 12 108 Reykjavík	s. 687468
------------------	--------------------------------	-----------

SJÓKRAHÚS AKRANES, Heiðarbr. 30, 300 Akranes s. 93/2311

Sigrún Asmundsdóttir	Suðurgötu 78 300 Akranes	s. 93/2723
----------------------	-----------------------------	------------

STARFSD. NORDURL. UMDÆMIS EYSTRÁ, Löngumýri 15, Ak. s. 96/26780

Katla Kristvinsdóttir	Mýrarvegi 124 600 Akureyri	s. 96/27032
-----------------------	-------------------------------	-------------

EKKI FASTRÁÐNIR IDJUBJALFAR:

Guðrún Hafsteinsdóttir	Funafold 22 112 Reykjavík	s. 675328
Jóna Kristófersdóttir	Kleppsvegi 120 104 Reykjavík	s. 34227
Kristín Tómasdóttir	Hrafnegilsstr. 22 600 Akureyri	s. 96/21084

Ólöf Leifsdóttir	Hrístateigi 2 Reykjahreppi 641 Húsavík	s. 96/43928
Sigríður Þorvaldsdóttir	Miðgarði 4 700 Egilsstaðir	s. 97/1554
Valrós Sigurbjörnsdóttir	Tómasarhaga 34 107 Reykjavík	s. 13738

ÍSLENSKIR IDJUPJALFAR ERLENDIS:

Anna G. Arnardóttir	Studiegången 13-041, 416-81 Göteborg, <u>Sverige</u>
Anna Valdimarsdóttir	Havsörnsgatan 103 55270 Jönköping, <u>Sverige</u>
Anna Vilhjálmsdóttir	Grindtorpsvej 45, 5.hæð 1832 Tåbee, <u>Sverige</u>
Asta Guðjónsdóttir	210 Carrie Lane B 206, Redlands, CA. 92373, <u>U.S.A</u>
Bjargey Ingólfssdóttir	Overbergveien 20 1315 Nesøyja, <u>Norge</u>
Björk Steingrímsdóttir	Fynsgade 2 a 8700 Horsens, <u>Danmark</u>
Elísabet Vernharðsdóttir	Álvdalsgatan 7.II 652-29 Karlstad, <u>Sverige</u>
Elsa S. Þorvaldsdóttir	Þýskaland
Erna Magnúsdóttir	Øresundskollegiet Dalslandsgade 8, K 203 2300 København, <u>Danmark</u>
Guðrún Arsælsdóttir	Irisvej 20 8722 Hedensted, <u>Danmark</u>
Guðrún A. Einarsdóttir	Skovvejen 85 I 8000 Århus C, <u>Danmark</u>
Guðrún Emilsdóttir	Ernst Torulfsgatan 11 E 416-73 Göteborg, <u>Sverige</u>
Guðrún Stefánsdóttir	Rode Kruislaan 979 1111 ZW Diemen, <u>Holland</u>
Hallfríður Bjarnadóttir	Noregur
Hrafnhildur Arnkelsdóttir	Sandspåret 29 424-31 Angerred, <u>Sverige</u>
Jóhanna Erla Eiríksdóttir	Græshavevej 8 b 2730 Herlev, <u>Danmark</u>
Kolbrún Ragnarsdóttir	Ryesgade 31 B st.t.v. 2200 København N, <u>Danmark</u>
Sigríður Sigurðsson	Møgeltondergade 8, Vesterbro København, <u>Danmark</u>
Steinunn Jóhannsdóttir	c/o Tómasson Landalagången 13 411-30 Göteborg, <u>Sverige</u>
Valborg H. Kristjánsdóttir	Nedre Møllenbergs gate 66 7043 Trondheim, <u>Norge</u>
Viðar Óskarsson	Vigerslevvej 64 2500 Valby, <u>Danmark</u>
Þóra Gestsdóttir	Græshavevej 8 b 2730 Herlev, <u>Danmark</u>

IDJUPJALFANEMAR:Aætluð námslok 1989:

Jan.	Kristjana Ólafsdóttir	Twistevägen 46, 704 902 41 Umeä, <u>Sverige</u>
Jan.	Þóra Leósdóttir	Ergoterapeutskolen i Københ. Lersø Parallé 38 2100 København Ø, <u>Danmark</u>
Jan.	Þórunn Þórarinsd.	Kännärsvägen 5, E 121 22246 Lund, <u>Sverige</u>
Mars	Guðbjörg D. Tryggvad.	Sjöbergvej 48 8220 Brabrand, <u>Danmark</u>
Mars	Rögnvaldur Símonarson	Rendsborggade 1, vær. 29 7000 Holstebro, <u>Danmark</u>
Júní	Annetta Ingimundard.	Øresundkollegiet Dalslandsgade 8, F 703 2300 København S, <u>Danmark</u>
Júní	Sigríður Pétursd.	Brogade 1, 1.t.h. 4700 Næstved, <u>Danmark</u>

Aætluð námslok 1990:

Mars	Anna Asmundsdóttir	Rektorparken 24, 2.t.v. 2450 København S.V., <u>Danmark</u>
Mars	Soffía Haraldsdóttir	Sjöbergvej 112 8220 Brabrand, <u>Danmark</u>
Júní	Hrönn Guðmundsdóttir	1716 Alder Creek ct. San Jose, CA. 95148, <u>U.S.A.</u>
Júní	Þórhildur Sveinsd.	Bosboom Tousarntstaat 36 1054 AT Amsterdam, <u>Holland</u>

Aætluð námslok 1991:

Mars	Sigrún Ólafsdóttir	Børghlum Kollegiet, v.6.49 Børghlumvej 2, 8240 Risskov, Århus, <u>Danmark</u>
Júní	Kolbrún Héðinsdóttir	Dalum Landbrugsskole, vær. 197 Odensevej 45, 5260 Odense S, <u>Danmark</u>

ÞJÁIST ÞÚ AF...



**höfuðverk og augnþreytu
þegar þú vinnur við tölvuna.**

Þú ættir þú að reyna skjásíu frá
XIDEX. Skjásían varnar glampa og
gefur skarpari mynd. Þess vegna
dregur hún úr höfuðverk og augn-
þreytu þeirra er vinna við tölvur.

XIDEX skjásíuna er hægt að nota við
flestar gerðir af tölvum.

Fást hjá:

Skritistofuvéttum, Hverfisgötu 33, Reykjavík

Örtölvutækni, Armúla 38, Reykjavík

Pennanum, Háttarmúla 2, Reykjavík

Gríttli, Síðumúla 35, Reykjavík

Móti og menningu, Laugavegi 18, Reykjavík

Tölvutækni, Gránufélagsgötu 4, Akureyri

Bókaverzlun Jónasar Tómassonar, Hafnarstræti 2, (safir)
Bókabúð Keflavíkur, Sólvalldagötu 2, Keflavík.



**TÆKNI
VAL**

Grensásvegi 7, Reykjavík. Símar 681665 og 686064

Xtvi
GÆDA DISKLINGAR
2

- VERID ÖRUGG
- VELJID **Xtvi**₂ DISKLINGA
- YFIR 5 ÁRA REYNSLA

HJÁLPARTÆKJABANKINN



Hvernig gengur þér

*að gera það sem áður var auðvelt, svo sem
að fara í bað, klæðast, ganga, matast,
standa upp af salerninu?*

Ef þú átt í erfiðleikum

*með þessar athafnir, hafðu þá samband við
okkur í Hjálpartækjabankanum. Við munum
aðstoða þig við að velja réttu hjálpartækin.*

*Höfum ávallt fyrirliggjandi fjölbreytt úrval
hjálpartækja.*

Sími (91)-21333.

HJÁLPARTÆKJABANKINN



NOTATÚNI 21, SÍMI 2 13 33, TELEX NR. 2180, REYKJAVÍK