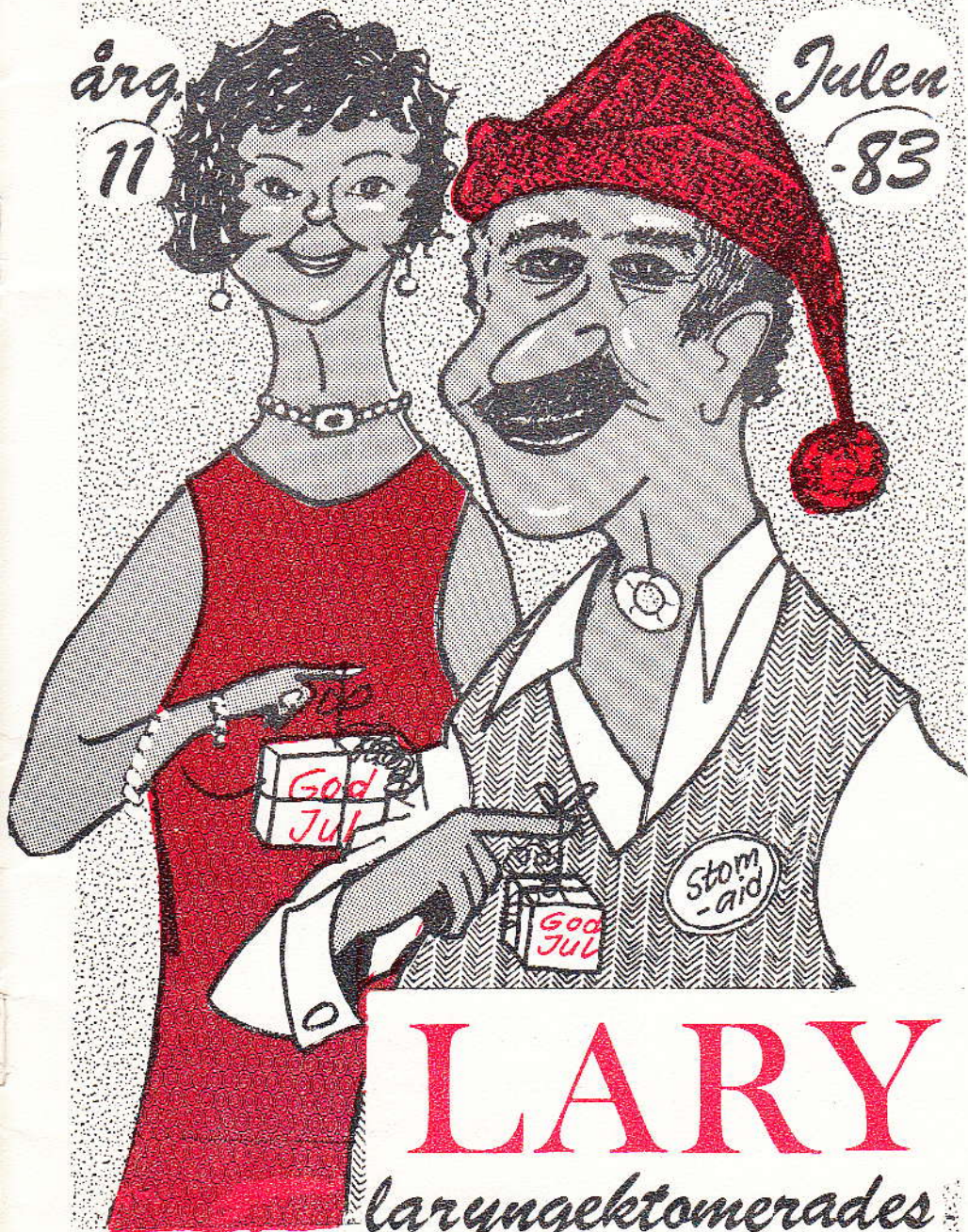


årg.
11

Julen
-83



LARY

*laryngektomerades
tidning*

INSIDORNA

- 2 God Jul forts.
- 3 Din Dag
- 4 Aktuella beslut
- 6 Från Regeringskansliet
- 8 Avdelningarnas rapporter
- 16 Redaktörns spalt
- 19 Julpyssel
- 20 Förkylt ?
- 22 Akupinch
- 24 Med posten
- 26 Från Shanghai
- 28 Här i Stockholm
- 31 Fantastiske Gabriel
- 32 Hjulteatern
- 34 Bekväm
- 35 Rättelse
- 36 Funktionärsförteckning



*God Jul
och
Gott Nytt År
önskar*



GÄVLEAVDELNINGEN

*Eira och Ingvar Härdin
Marmaverken*

Brita och Erik Larsson, Hudiksvall

Karin och Göte Olsson, Gävle

Märta och Uno Nordin, Gävle

Astrid och Erik Östberg

*Karin Söderberg, Gävle
Henry Olsson med fru, Gävle*

Olle Lindqvist, Ljusne

Siv Baglien, Ljusne

Sigvard Aurosell, Iggesund

Sören Kalm, Gävle

GÖTEBORGSAVDELNINGEN

*Maj och Eric Hermansson,
Västra Frölunda*

Elly och Sven Petterson, Göteborg

Gullvi och Gösta Jorbede, Göteborg

*Inez och Gunnar Börjesson,
Göteborg*

Karin och Eric Jarström, Åskim

Elsa och Bror Andreasson, Göteborg

*Märta och Erik Wiktorsson,
Göteborg*

*Ester och Samuel Goldberg,
Göteborg*

*Hanna och Valfrid Christensson,
Göteborg*

Sigrid och Harald Ryfors, Göteborg

*Karin Alexandersson, Göteborg
Signe och Otto Johansson,*

Sollebrunn

Agnes Nilsson, Hisings Backa

Gösta Pettersson, Göteborg

Thure Svensson, Lindome

Signe Jacobsson, Göteborg

Harry Olsson, Göteborg

Torborg och Eric Slättberg, Åskim

*Maj-Britt och Åke Sterner,
Hisings Backa*

Karin och Åke Liljegren, Göteborg

Maj och Filip Hiller, Göteborg

Maj-Britt Lundgren, Mölndal

Irène Pettersson, Skövde

Gunnar Johansson, Brålanda

Två anonyma, Göteborg





*God Jul
och
Gott Nytt År
önskar*



LINKÖPINGSAVDELNINGEN

*Ann-Britt och Karl-Erik Eriksson
Finspång*

*Marianne och Gunnar Aurell
Linköping*

LUND-AVDELNINGEN

Styrelse och övriga medlemmar

STOCKHOLMSAVDELNINGEN

Elsa och Helge Sundin, Stockholm

John Danielsson, Stockholm

Lilly och Sven Lindqvist, Stockholm

Linnéa och Elof Bystedt, Stockholm

Iris och Sven Svensson, Stockholm

Sven Petersson, Stockholm

Iris och Knut Karlsson, Stockholm

Birgit Blange och Axel Selander,

Stockholm

Astrid Bergh, Stockholm

Karin och Gunnar Cedin,

Stockholm

Lillemor Cedin, Stockholm

Karin och Oskar Norén, Stockholm

Ingegerd och Curt Bengtsberg

Stockholm

Ines och Arthur Nilsson, Tungalsta

Eivor Mogren, Stockholm

Karin och Rickard Pedersen

Stockholm

Ella och Tage Wanselin, Huddinge

Ingegerd och Erik Larsson

Stockholm

Birgit och Rolf Fischer, Huddinge

Lilly och Åke Amnelius, Stockholm





Din Dag

Din dag blir vad Du gör den till

Är det så? Kan vår dag bli som vi vill ha den? Är det inte alltför mycket utifrån som påverkar oss? Den här dagen började jag med att ringa till en mycket kär vän, han är liksom jag laryngektomerad. Klockan var inte så mycket, så jag tror att jag väckte honom. Det dröjde ovanligt länge innan han svarade och han lät lite sömrig att börja med. Men han var lika go' o. rar som vanligt, trots att han blev väckt av en signal.

Vi pratade en stund om "ditt o. datt" och när samtalet var slut, var jag pigg och glad och full av energi. Det resulterade i att jag gick ner i köket och gjorde en rågbrödsdeg, dagen hade börjat bra. Då hörs en signal från telefon, det var ett meddelande från Stockholm. Den kurs som RLE's riksförening tillsammans med ABF ordnat till den 23-24 nov. var inställd på grund av för få deltagare. Vart tog mitt goda humör vägen? Jag blev både besviken och ledsen, jag började grubbla. Vad beror det på, att det är så svårt att samla RLE-are till kurser och konferenser? Är vi ointresserade? Orkar vi inte? Vill vi inte? Eller finns det någon annan orsak?

När det gäller den här kursen, så var det ju en målsättnings- och planeringskonferens för förtroendevalda och studieansvariga, kring studier i RLE. Till viss del kan jag förstå om intresset kring just studietemat inte var så stort. Så som våra avdelningar är sammansatta med 10-30 mil mellan medlemmarna så är det inte så lätt att ordna studier.

Men här hade vi ju ett tillfälle att få träffa ABF-folk från riksplplanet och för dem tala om rätta sammanhanget varför det förekommer så lite studier i RLE's regi. Nu är väl risken stor att vi får skuld om oss att vara ointresserade. Vi ligger ju redan illa till hos dem som pratar för studier inom RLE.

Vi får väl hoppas att Siv som är vårt studieombud och kontaktman med ABF kan förklara för ABF vari våra svårigheter ligger. Hon är ju själv ordförande i en avdelning där avstånden mellan medlemmarna är långa, och känner därför säkert till våra svårigheter. När det gäller kurser på riksplplanet, kanske veckoslutskurser skulle gå bättre, men en förutsättning är nog att det finns ett

medlemmarna. Alltnog mitt goda humör var rubbat och jag kände mig lite grinig. Då kom jag att tänka på de här orden. "Din dag blir vad Du gör den till".

Visst kan det bli så, tänkte jag, inte behöver jag gå och sura för att en kurs blev inställd. Jag tog ett djupt andetag, återgick till min rågrödsdeg. Det var riktigt roligt att baka och limporna blev bra. Visst finns det dagar som vi inte kan vända allt

tråkigt och mörkt till något ljust och positivt.

Det finns soliga, vackra dagar, som vi ändå upplever som mörka och dystra. Det finns också mulna och dystra dagar som vi kanske upplever som ljusa o. vackra, beroende på att vi fått uppleva något fint eller varit med om något roligt. Men jag tror att de här orden "Din dag blir vad Du gör den till", kan hjälpa oss så vi gör det bästa av dagen!

Dagen i dag är en märklig dag.

Den är Din.

Gärdagen föll ur Dina händer.

Den kan inte få mer innehåll

än Du redan givit den.

Morgondagen vet Du ingenting om.

Men dagen i dag den har Du,

Dagen i dag är en märklig dag.

Den är Din.

Ann-Britt



AKTUELLA BESLUT

Ur protokollet från senaste mötet med RLEs styrande organ återges här några beslut av allmänt intresse.

INKÖP

För inköp av diverse inventarier till kansliet anslogs 500 kr. Dessutom beslöts att köpa en bandspelare att användas vid riksföreningens möten samt en räknemaskin för kassören.

RIKSMÖTE 84

1984 års riksmöte kommer sannolikt att hållas på Hotell Rantan i Falköping. Göteborgs-avdelningen svarar för värdskapet.

STADGARNA

RLEs stadgar är föremål för komlettering och kommer att behandlas av kommande riksmöte.

INFORMATION

Karin Cedin ställer upp som informatör på Birkaskolan i Södertälje där man utbildar ambulans- och vårdpersonal.

Ett flygblad i A5 format med LE-information har skisserats. Det avses användas för utsändning till skolor vårdpersonal etc i samarbete med Cancerfonden.

KALMAR-AVDELNINGEN

Sedan en tid har oklarhet rått om Kalmar-avdelningens förhållande till riksföreningen. En skrivelse från Hilmar Olsen besvaras av Karin Cedin. Det betonades vikten av att inte tappa kontakten med medlemmarna inom området.

SKÅNE-MÄSSAN

Otto Josefsson har informerat om RLE vid mässan, som pågick i tio dagar.

VAL

Snart stundar riksmöte och därmed val av styrande funktionärer. Valnämnden riktade en uppmaning till lokala ombuden att inventera sina tillgångar på ev. kandidater. Det vore bra om det funnes flera aspiranter på de olika posterna. Då blev det ett val i egentlig mening!

BUDGETKOMMITTE

Våra revisorer Curt Bengtsberg och Sven Pettersson fick i uppdrag att arbeta ut ett budgetförslag att framläggas för kommande riksmöte. Sekreterare i kommittén blir Elise Lindqvist.

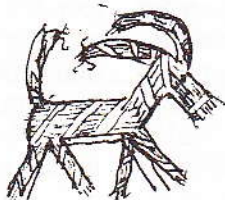
Kommittén skall även behandla ett förslag om kapitalstöd till lokalavdelningarna från RLEs centrala kassa. En större summa avses för tal- kurser en mindre summa föreslogs avsättas för avdelningarna i landsorten som hjälp vid deras ersättning till sina medlemmar med dyra resor till mötena.

AKTIONSPROGRAM

En grupp bestående av Ann-Britt Eriksson, Ingegerd Bengtsberg och Karin Cedin gavs i uppdrag att planera RLEs verksamhet för 1984. Elise Lindqvist skriver gruppens protokoll.

NÄSTA REP-MÖTE

Nästa möte med representantskapet hålls 25 januari. Eventuellt kommer det att hållas i ABF-huset, Sveavägen, som har bättre förbindelser med SJ-centralen.



FRÅN REGERINGSKANSLIET

Vi saxar ur "En redogörelse från
regeringskansliets handikappberedning
Stockholm, september 1983"

Sedan den nya regeringen tillträdde i oktober 1982 har en rad åtgärder vidtagits som syftar till att öka handikappades delaktighet i samhället.

Regeringen har rekonstruerat och aktiverat regeringskansliets handikappberedning (RHB), som är ett organ för samordning av insatserna på handikappområdet inom regeringskansliet.

SOCIALFÖRSÄKRING

De tidigare regeringarna tog initiativ till försämringar inom sjukförsäkringen och beslutade att karensdagar och sänkta kompensationsnivåer skulle införas fr.o.m. år 1983. Den nuvarande regeringen har stoppat dessa försämringar, vilket innebär att karensdagar inte har införts och att ersättningsnivån i samband med sjukdom är oförändrad.

Ersättning utgår från den allmänna sjukförsäkringen till de offentliga sjukvårdshuvudmännen för olika former av öppen vård m.m. samt för tillhandahållande av hjälpmedel för handikappade. En överenskommelse har träffats mellan representanter för socialdepartementet och sjukvårdshuvudmännen om höjda ersättningar från sjukförsäkringen fr.o.m. 1 januari 1984. Överens-

kommelsen innebär bl.a. att den generella ersättningen från sjukförsäkringen för sjukvårdshuvudmännens tillhandahållande av hjälpmedel åt handikappade höjs från 75 till 79 kr. per invånare och år.

SOCIALTJÄNST

Handikappades möjligheter till eget liv i gemenskap med andra påverkas i hög grad av den omsorg och service i övrigt som primärkommuner och landstingskommuner tillhandahåller. Kommunernas sociala hemhjälp är i detta sammanhang mycket betydelsefull. Den sociala hemhjälpen ger för en del människor möjligheten att bo kvar i den egna bostaden. För andra kan hemhjälpen vara den enda möjliga vägen ut från institutionsboende. För den fortsatta utvecklingen mot öppna vårdformer behövs ökad samverkan mellan landstingskommuner och primärkommuner. För denna utveckling spelar hemhjälpen en viktig roll. Inom socialdepartementet har gjorts en översyn av utformningen av statsbidragsreglerna för social hemhjälp. Proposition kommer att lämnas till riksdagen inom kort.

Färdtjänsten har stor betydelse för handikappades möjligheter

till förflyttning. Den tidigare regeringen införde fr.o.m. år 1981 en begränsningsregel i kommunernas rätt att få statsbidrag till färdtjänsten. Socialstyrelsen gör en uppföljning i samband med ansökningarna om statsbidrag. Socialdepartementet följer utvecklingen av färdtjänsten, dels med anledning av begränsningsregeln, dels färdtjänstens utveckling i övrigt.

Efter regeringsskiftet har både socialberedningen och äldreberedningen rekonstruerats. Socialberedningen skall bl.a. belysa vilka effekter en fortsatt avveckling av institutionerna inom den psykiatriska vården får för socialtjänsten och andra öppna vårdformer. Äldreberedningen följer utvecklingen inom området äldreomsorg. Eftersom gamla människor ofta drabbas av funktionsnedsättningar är många frågor inom äldreomsorgen också handikappfrågor.

ÖVRIGA HANDIKAPPÅTGÄRDER

Statens handikappråd är en central resurs i flerhandikappfrågor. Rådet utvecklar och fördjupar insatserna inom området och erhåller för budgetåret 1983/84 300 000 kr. för detta ändamål.

Statens bidrag till handikapporganisationernas allmänna verksamhet utgör för budgetåret 1983/84: 34 437 000 kr. Regeringen har fördelat anslaget mellan 29 förbund.

De handikappades riksförbund (DHR) driver flera rekreationsanläggningar. För många svårt handi-

kappade är dessa anläggningar med tillrättalagd miljö och individuell service den enda till buds stående rekreationsmöjligheten. DHR får även för budgetåret 1983/84 1 milj. kr. i tillfälligt bidrag till förbundets rekreationsanläggningar.

Beredningsgruppen för internationella handikappåret 1981 överlämnade efter avslutat arbete ett förslag till Handlingsprogram i handikappfrågor (SOU, Statens offentliga utredningar 1982: 46) för den närmaste 10-årsperioden. Programmet spänner över ett stort antal samhällsområden

Programmet riktar sig såväl till staten, landstingskommunerna och primärkommunerna som till organisationer, företag och enskilda.

Regeringen har i skrivelse till riksdagen utvecklat sin syn på dessa frågor. Handlingsprogrammets riktlinjer överensstämmer med den regeringsdeklaration som avgavs i oktober 1982. Programmet kommer att vara av stort värde i arbetet att tillgodose angelägna behov inom handikappområdet.

Forsknings- och utvecklingsarbete ges totalt sett hög prioritet. Satsningen inom detta område medför intensivare insatser och förstärkta åtgärder också inom handikappforskningen. Delegationen för social forskning avser att, i samråd med socialdepartementet och forskningsrådsnämnden, tillkalla en särskild initiativgrupp för forskning och utveckling inom handikappområdet.

Avdelningarnas rapporter



Året 1983 kommer vi snart att lämna bakom oss. Vi kommer att minnas året som mycket intressant och givande.

Våra sedvanliga onsdagsträffar har fortsatt under tiden 13 januari till 11 maj samt 14 september till 14 december. Träffarna har samlat 15 till 20 st per gång. Till kaffet har alltid serverats något hembakat som en av föreningens medlemmar bakat. Dagens frågor har rört sig om dagsläget samt föreningsfrågor och hjälpmedel.

Söndagen den 27 mars var en talkurs anordnad på Foniatriska avdelningen, Haraldsgatan, Göteborg,

mellan kl. 10.00–16.00, 17 st. opererade var närvarande. För talträningen hade vi hjälp av 4 logoped-er och 9 logopedelever och dessutom en hel del tekniska apparater. Denna talträningskurs var så givande att fler kurser av detta slag förmodligen kommer att ske. Samtliga medverkande ställde upp utan ersättning. RLE's Göteborgs-avdelning inbjöd samtliga närvarande till en gemensam lunch på Vita Bandets Restaurang, Göteborg.

Den 16 april var det avdelningens ordinarie årsmöte. Detta var förlagt till Dalheimers Hus, Slottskogsgatan, Göteborg. Närvarande var 28 st. Den 20 april hade föreningen ordnat en dagsresa med buss till hemligt mål. Resan gick till Handelsman Flink på Malö välkänd i Evert Taubes visor. Här drack vi kaffe och bullar. Efter detta embarkerade vi vår båt som styrde färden runt i den vackra Bohusländska skärgården. En trevlig resa som varade i c:a 2 timmar. Vid vår återkomst till Malö var en härlig och välsmakande lunch uppdukad. Lunchen intogs till sång och musik av gamla kända Evert Taube melodier. Resan hade samlat 36 st.

Den 2-5 maj var Nordisk LE- Kongress i Helsingfors. Från Göteborgs-avdelningen deltog tre st. En mycket fin och givande kongress. Finlands LE har all heder och ära av kongressen och vi vill framföra ett varmt och innerligt tack.

Den 16-19 maj var en resa med buss till Öland anordnad. 33 st hade hörsammat vår kallelse. Resan gick via Borås och Jönköping till Kalmar och över den vackra och tjusiga Ölandsbron till Borgholm där vi inkvarterades. Flera utflykter ingick i programmet med bland annat besök på Solliden. Många vackra blommor och vyer beskådades. Vi hade glädjen få se de vackra liljorna och Arentorpsrosen i sina bästa skrudar. På återresan besökte vi en keramikfabrik och ett glasbruk.

Efter sommaruppehållet var det dags för föreningens sedvanliga talkurs. Denna var liksom tidigare år förlagd till Hotell Jutlandia i Fredrikshavn. Talkursen var i dagarna tre, 12, 13, 14 oktober och 29 st var anmälda. Resan började med lunch ombord på båten och efter inkvartering på hotellet var det gemensam middag. På morgonen den 13 efter frukost startade vårt talkursprogram där samtliga deltagare var närvarande. Per band spelades upp ett avslappningsprogram. Detta ansågs vara mycket nyttigt för såväl

oss opererade som för våra anhöriga. De opererade fortsatte sedan det uppgjorda programmet med hjälp av logoped och bandspelare. Träningen gällde både matstrupstal och servoxtal. Programmet fortsatte hela dagen till kl. 17.00 då det avslutades med avslappningsbandet. Efter detta samlades samtliga till middagen och senare på kvällen till ett gemensamt samkväm. Återresan gick med båt från Fredrikshavn kl. 14.00 med lunch ombord. Ankkomsten till Göteborg skedde kl. 17.30.

Fredagen den 9 december kommer föreningens sedvanliga julfest att gå av stapeln i Dalheimers Hus, Göteborg. Det kommer att bjudas på glögg, landgång, dricka samt kaffe med tårta. En del överraskningar väntar. Ett sextiotal är redan anmälda.

Som avslutning på 1983 kommer vi att företaga en dagsresa med buss till hemligt mål onsdagen den 14 december. Resan kommer att ställas till ett trevligt ställe där vi kommer att bänka oss kring ett stort julbord med alla dess delikatesser och läckerheter.

Till sist vill vi alla i RLE's Göteborgs-avdelning sända våra varmaste Jul och Nyårshälsningar.

Eric och Sven

När du själv öppnar fönstret kommer det in frisk luft. Om någon annan gör det, så drar det.

Harald häserar...

Julen närmar sig med stora steg, och LARY's energiske redaktör arbetar på sitt och vårt julnummer. Han vill gärna ha ett litet bidrag, och naturligtvis vill man stå till tjänst, så nu sitter jag här och funderar. Känner mig för närvarande litet trött. Det har blivit lite för mycket TV-tittande och sena kvällar. Som väl är vann ju Anglarna och Villander, så någon belöning var det för mödan. Hurra, vad vi är bra!

Och bra och värt att hurra för är även RLE's västra distrikt, Göteborgslaryngerna. De har, trots en regnig och stormig höst, visat upp en strålände spänst och levnadslust. Enligt uppgifter från säker källa har de haft sina trevna och välbesökta onsdagsträffar. Och dessa i en ny och rymligare lokal bestående av ett större vardagsrum, ett kök med fina möjligheter till goda överraskningar, och en hall med tillfälle att gå ut inne finnes.

Stormarna avskräckte inte Göteborgarna att resa över till Danmark för att å Fredrikshamn ha en talkurs under ett par dagar. Och det var pigga larynger som återvände till gamla Sverige, att de bröt lite på danska piffade bara upp det hela. Tro ej, att de tänkt börja jullovet än.

Den 9 december har de vår sedvanliga julfest. Den börjar med glögg, sedan blir det landgång med kaffe, kakor och tårta.

Så avslutas höstens trägna samvaro med en trevlig dagsresa med buss till hemligt mål. Under denna resa serveras kaffe med bulle och senare ett stort julbord med alla julens tillhörigheter. Enligt uppgifter är allt fulltecknat.

Det vill till att ha en verklig hälsa att vara en laryngie av Göteborgarnas format, man får inte tid att tänka på sina krämpor. Och det är ju det som är meningen med vår förening, att stödja och hjälpa varandra och lysa upp tillvaron.

Eftersom jag nyss genomgått en besvärlig operation och en tröttsam konvalescens har jag till fullo fattat hur beroende vi är av varandras hjälp och förståelse, av våra läkares skicklighet och hur vi bör uppskatta sjuksystrarnas lugna och goda vård. Med stor värme och tacksamhet ser jag tillbaka på denna period av mitt liv.

Vi larynger i Göteborg med omnejd önskar er alla övriga RLE-are en God Jul och Ett Gott Nytt År.

Harald Ryfors



Siv i Gävle:

HEJ alla kul människor!

Ja nu går tiden snabbt och fram till jul är det bara några veckor. Är ni lika barnsliga som jag? Det pirrar i magen när jag hör ordet och tänker på julen med allt vad det innebär. Tindrande barnaögon, bak, mat, pyntande m.m.

Som föreningsmänniska får man ju också en andhämtningspaus. Men innan dess skall vi ha Lucia-möte och efter detta går vi direkt och äter från ett dignande julbord.

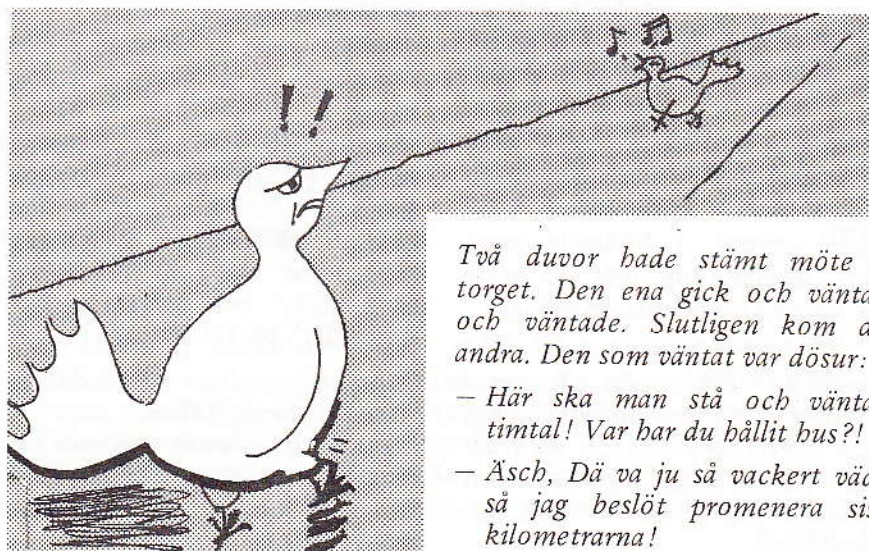
Efter juluppehållet får man ta nya tag. Några ur styrelsen har talat lite löst om att försöka göra ett besök på Kyyrönkaita under 1984, och

att hålla våra möten lite oftare för att kunna försöka aktivera flera medlemmar.

En kurs i stil med "Samlevnadsfrågor och talrehabilitering" som hölls i september skall vi också försöka oss på under nästa år, lika så en studieresa till något intressant ställe. Vi får träffas i styrelsen efter juluppehållet för att planera vidare och i mera fasta former.

Slutar med hopp om ett gott slut på 83 och ett gott 84 för oss alla!

Hälsningar
från Gävleborgsavdelningen/
Siv Baglien

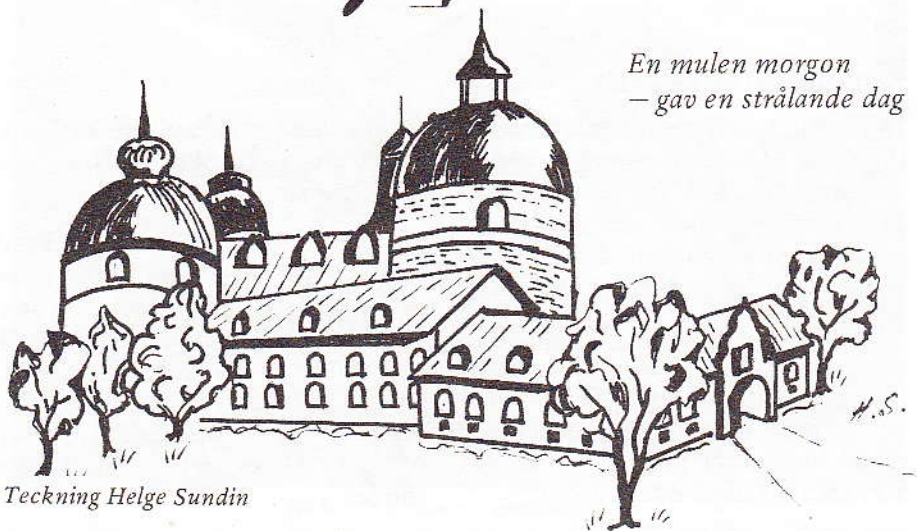


Två duvor hade stämt möte på torget. Den ena gick och väntade och väntade. Slutligen kom den andra. Den som väntat var dösur:

- Här ska man stå och vänta i timtal! Var har du hållit bus?!
- Äsch, Dä va ju så vackert väder så jag beslöt promenera sista kilometrarna!

Till Gripsholm

En mulen morgon
— gav en strålande dag



Teckning Helge Sundin

Stockholms-avdelningens utflykt till Gripsholm blev så uppskattad att två skribenter fattat pennan för att uttrycka sin glädje över den. Det kanske kan tyckas tårta på tårta. Men vinklingen är så olika så det kan kanske roa läsarna att ta del av båda.

Stockholms-avdelningen har gjort en bussutflykt till Gripsholms slott —. Straxt efter starten från Sthlms central, i hällande regn, sprack himlen upp och vår herre bjöd oss på en underbar höstdag.

Efter nå'n timme var vi nere i Mariefred och i dess anslutning har vi då slottet. Vi började med att "fika" på ett kondis i stan innan vi luffade iväg ut till slottet å dess sevårdheter.

Slottsfogden själv guidade oss i en timme. Enligt hans utsago hade vi behövt en vecka för att komma in i alla rum å torn och få en närmare redogörelse vad som hände där, i både glädje och sorg, sen Gustav Wasas dar', på 1500-talet.

Där satt hans söner fängslade i olika etapper. Hertig Johan, Erik XIV och Karl IX. Slottet upplevde sedan en renässans under Gustav III tid. Det byggdes till och en teater inreddes i ett av tornen.

En enorm porträttsamling med över 3000 alster (den största i världen) finns där. Där finns mycket att se, men en timme är ju bara "att skumma av," så att säga.

Vi embarkerade bussen igen och rullade förbi Strängnäs över Hjulstabilbron och även förbi Enköping och Bålsta till Bro, där vi gjorde ett efterlängtat uppehåll.

Timmarna rinner fort iväg. Det hade blivit sena e.m. innan vi var

framme vid Lindhagebergs vårdshus. Här intogs en sen men underbart god lunch.

Men inget varar ju evigt! Vi fick åter äntra bussen, Mätta, nöjda, och glada verkade alla vara. Tänk ändå vad sol, goda vänner å god mat kan göra.

Vill med dessa rader tacka för en angenäm dag.

Helge Sundin

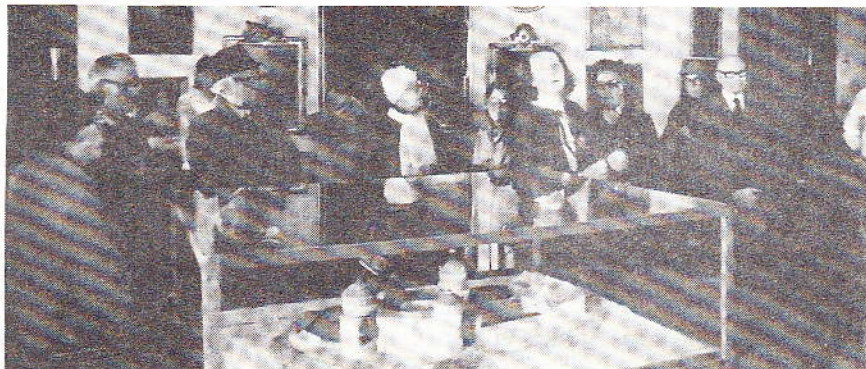


Avfärden. Fr.b. Helge Sundin, Erik Larsson, Sven Lindqvist, okänd dam, Arthur och Inez Nilsson, Kurt Andersson.



Herrskapet Larsson tar sej en färdknäpp. Djuren på tavlan tittar snålt på. I förgrunden Gunnar Albinsson

BORT FRÅN VARDAGEN



I väntan på guiden. Ingegerd Bengtsberg, Gunnar Albinsson, Erik Larsson, Elsa Sundin, två oidentifierade damer, Lilly Amnelius, Curt Bengtsberg, Åke Amnelius

Visst kände vi tydligt århundradens vingslag vi 40-talet stockholmare som tillsammans besökte Gripsholm slott (intill Mariefred) här förleden. Detta sällsamma byggnadsverk som under sekler tjänat som hem, fästning och kärleksnäste för våra kungligheter. Redan på 1300-talet uppfördes de första byggnaderna här av jorddrottningen Bo Jonsson (Grip) för att senare, på 1500-talet, av Gustaf Wasa ges den form som ännu präglar slottets äldre delar.

Utan att inveckla sej i historiens dunkel kan man väl, sin bristfälliga sakkunskap till trots, våga tycka att mycket gjorts för att pietetsfullt bevara och restaurera den anrika miljön. Den senaste uppsnyggningen skedde på 1960-talet.

Som konstintresserad uppskattade jag givetvis besöket extra mycket eftersom Gripsholm inrymmer "Svenska statens porträttsamling",

som är en av de äldsta och största i världen (ca 3 000 nr). Här passerar flera århundradens berömda kvinnor och män revy med sina konterfej. Från medeltida hovdignitärer fram till våra dagars kändisar Moranisse, Tage Erlander, Alice Babs etc. Enbart porträttgalleriet är, tycker jag, väl värt ett besök.

Och ändå ligger väl kanske attraktionsvärdet högst hos den säregna arkitekturen med sitt tycke av medeltidsborg. De många bevarade autentiska interiörerna från gemak till fängelsehålor som alla rymmer ett stycke av vår historia. Man känner påtagligt tidens flykt från sekel till sekel.

När vi vandrade därifrån kunde man inte låta bli att vända sig om och falla i förundran över slottets betagande läge, omflutet av Mälaren. För dagen badande i solskenet, med den sällsamma lyster en klar höstdag kan ge åt en vacker vy.

Näväl. Själens spis kan bara tillfälligt döva lekamens pockande på sitt tribut. Klockan började redan lida mot en sen lunchtid och magen kved. Och naturligtvis hade våra omtänksamma arrangörer även tänkt på den sidan av saken. Så vi hade bara att sätta oss i bussen igen för att, via Enköping, bli fraktade till det dukade smörgåsbordet på Ekhagebergs Vårdshus, i Bro, tre, fyra mil norr om Stockholm. Smaskens!

Färden gick över nya Strängnäsbron och man fick tillfälle att återigen sväva bort i en lustfylld skönhetsupplevelse. Utsikten från bron är verkligen magnifik över fjärdar och holmar mot Strängnäs med domkyrkans mäktiga siluett långt borta i fonden.

Smörgåsbordet och servicen på vårdshuset var av god klass. Flickan som betjänade vårt bord var glad och spontan. Priset på maten var förvånansvärt lågt i förhållande till

kvaliteten, vilket senare fick sin naturliga förklaring.

Ovana vid krogbesök, som vi alla tydligen var, vid vårt bord, diskuterade vi vad priserna kunde vara på dryckesvarorna vi tagit in. Lättöl, kaffe och den lilla rackaren från Skåne, som jag dagen till ära tillåtit frugan bjuda mig på, till sillen.

Eivor sa, från andra sidan bordet:

– *Jag läste att dom tar 23 kronor för en sån där snaps, inne i stan.*

Det är förfärligt va dyrt det har blivit!

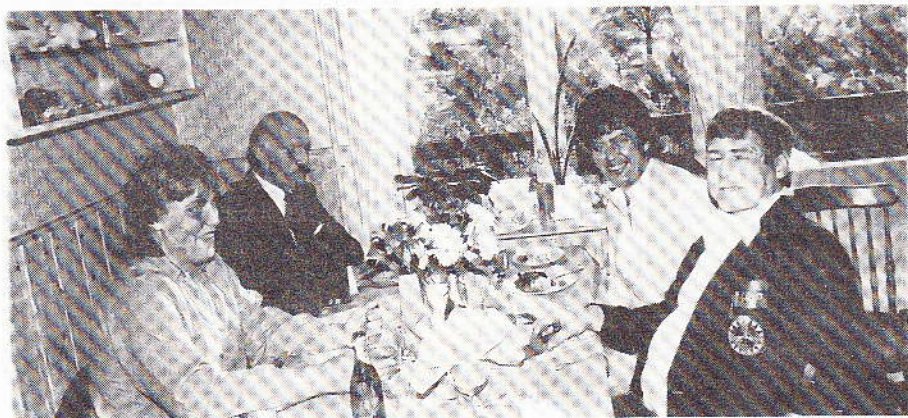
– *Måste väl vara på Operakällaren i så fall, svarade jag, okunnige.*

När notan kom förstod vi att dom tog igen på gungorna det dom förlorat på matjesillen! Lättölen kostade en tia och snapsen kostade TRETTIO kronor!

– *Värre än på Operakällaren, tydligen skrattade Rut!*

Men smakar det så kostar det vanligtvis också. Det är så sant så!

forts sid 33



Lillemor Cedin, Axel Selander, Siv och Frits Lund låter sig väl smaka



Redaktörns Spalt

HANDIKAPPOLITIK I RLE

Handikapporganisationernas anslag från staten förmedlas av Statens Handikappråd (SHR), som består av 18 ledamöter, utsedda av regeringen. Där ingår företrädare för statliga myndigheter, landstings- och kommunförbunden samt handikapporganisationerna. Vi handikappade har åtta ledamöter varav en från gruppen "medicinskt handikappade", som således är RLEs talesman, eftersom vi faller in under den rubriken.

De årliga anslagsäskandena från handikapporganisationerna behandlas av en kommitté vald ur SHR. Kommittén lägger fram ett förslag för SHR, som efter eget ställningstagande vidarebefordrar det till regeringen för slutgiltigt beslut.

Vad krävs då för att ett statligt bidrag skall utgå? Kraven anges i "Principer för beräkning av bidragen till handikapporganisationerna", som är fastställda av regeringen.

En underrubrik lyder: "Definition av bidragsberättigad handikapporganisation". Definitionen görs i tio punkter, varav de första åtta kan sammanfattas enligt följande.

Organisationen ska vara riksomfattande, ha en tillfredsställande geografisk spridning och bygga på enskilt medlemskap med fritt tillträde för alla som uppfyller stadgarnas medlemsdefinition. Den skall också vara demokratiskt uppbyggd och ha ett lokalt förankrat föreningsliv med beslutsformer som ger varje medlem lika stort inflytande över organisationens angelägenheter.

Handikappade eller deras anförvanter ska återfinnas i organisationens beslutande organ, och organisationen skall vara representativ för den handikappgruppen den företräder.

Äntligen är vi så framme vid det som rubriken antyder att det här inlägget ska handla om. Punkterna nio och tio rör just handikappolitik:

- Handikapporganisationen ska verka för samhällsförändringar som syftar till att skapa en bättre situation för den handikappgrupp organisationen företräder. **Det innebär att organisationens huvudsakliga verksamhet ägnas åt att arbeta för samhällsreformer** när det gäller t.ex. ekonomi, arbetsmarknad, samhällsplanering, kommunikationer, bostadsplanering, utbildning, kultur, sjukvård, rehabilitering och fritidsaktiviteter.
- Den intressepolitiska inriktningen bör kunna dokumenteras genom stadgar och verksamhetsberättelse.

Så långt SHR:s normer. Vad kan vi då från RLE peka på i vår verksamhet, som faller inom de två sista punkterna?

Ja, stadgarna säger ju klart ut att vi skall verka för ett bättre samhälle för oss laryngektomerade, vilket så vitt jag förstår bör uppfylla den sista punkten. Men i vad mån ägnar vi oss åt direkt påtagliga samhällsreformer? Visserligen har vi väl avgivit några remissyttranden och deltagit i uppvaktningar av olika myndigheter, men jag har en känsla av att vi därvidlag ej så sällan ridit på svallvågorna från de stora förbunden.

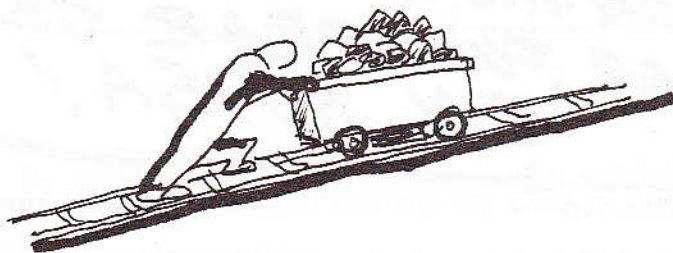
Vad kan vi då göra på egen hand och eget initiativ? Här kanske vi kan hoppas bli vägledade av den nyss tillsatta gruppen för planering av RLE:s framtida verksamhet. Vägar kan letas upp för intensivare bearbetning av de politiska beslutsfattarna på olika nivåer.

Här skulle jag vilja framhålla Gävleavdelningen som ett exempel på att man kan åstadkomma en insats på länsnivå. Där har man genom eveneten påtryckning fått en av landstinget fast anställd LE-konsulent för information, uppsökande verksamhet m.m. Detta kan direkt hänföras till områdena sjukvårds- och rehabiliteringsreformer under punkt nio i SHR:s ovan citerade normer.

Varför inte fortsätta på den linjen i övriga län? I Danmark finns ju det systemet mera utvecklat med sex konsulenter. Så varför skulle det inte gå att genomföra här? Det kanske inte lyckas första eller andra året men kanske väl det femte eller tionde!

Det är ju en rörelse vi arbetar inom och den rörelsen ska, om än den är långsam, dock alltid vara riktad framåt!

Rolf



LUFTEN KÄNNES TORR,
HÄRINNE!



OBS! Nu med HALVERAT andningsmotstånd!

DE' HAR JAG INTE TÄNKT PÅ
- MEN JAG HAR JU STOM-aid!
DEN FUNGERAR SOM
EN NÄSA!

För ytterligare PRODUKTINFORMATION kontakta

Louis Gibeck AB, Kanalvägen 5, Box 83, S-194 01 Upplands Väsby. Tel. 0760/860 65



Julpyssel



	MAJA-MAN	KORT FÖR SJUK	SCHWEIZ	VI	FANNS PÅ 30-TALET	SEMESTER-VÄRD	TYSK DRÖCK
						TELEFON	
			ZOFOR		ERICSSON F.D.	MORGAN I USA	
	SEGT	VIKT		GERLIUS			
					ANRO-TAL ADE FÖRR	ORGAN	KAN GÖRA ONT
		KVÄ-VE HA		SONELL I RLE			
	ATTACK						
			JORD-BIT	KAN SVIDA BIG BEN			
			S GRÄS			HÖG-TID	SENI-ORER
		STYRDON	K		SONEN		
	KELEN SYRE			GÖR FLESTA NUMERA			
					LAG		

De skuggade rutorna ger en lustig benämning på ett av våra tekniska hjälpmedel.



FÖRKYL T ?

Vintern är över oss, och förkylningarna lurar bakom knuten. För oss laryngektomerade kan det ju, som de flesta av oss vet, vara särskilt besvärligt när bacillerna smugit sej på. Därför är det nyttigt att erinra sig vissa rön, som man kan ha nytta av.

Dr Pertti Paljakka, halsläkare, larynxkirurg och en av de medicinska stöttepelarna i Finlands LE-förening gav några intressanta tips i ett anförande på nordiska kongressen i våras.

När man har feber blir slemmet i halsen segare och det kan vara nödvändigt att försöka förtunna det på något sätt för att lättare kunna hosta upp det. Vi vet, att man kan använda koksaltlösning för det ändamålet. Men att man även kan droppa in olja i stomat var en nyhet.

Han betonade att det är bäst att använda sej av växtoljor t.ex. olivolja eller jordnötsoolja, och att man tar till olja, endast om man inte lyckas lösa slemmet eller skorporna med koksaltlösning. Doseringen angavs till 2-5 droppar, en i sänder, några gånger om dagen.

Enprocentig koksaltlösning kan givetvis köpas på apotek. Men man kan också göra den hemma om behovet blir akut. Man tar då 10 gram matsalt (en matsked) och rör ner i en liter kokande vatten. Om lösningen får stå, kan den bli grumlig inom några dagar. Den har då börjat mögla och är inte längre användbar.

Pertti Paljakka berättade också hur luften som man andas in, när man har sina normala andningsvägar i behåll, snabbt får sin rätta temperatur och fuktighet. Om en person andas in minus -10° -gradig luft är

den redan i bakre delen av näsan $+25^{\circ}$ och nedanför struphuvudet $+35^{\circ}$. Luft som är 10° innehåller högst ca 2 gram vatten per m^3 , men bak i svalget är vattenhalten redan $25g/m^3$ för att i lungorna bli $44 g/m^3$. Så det är verkligen en effektiv luftkonditionering vi varit utrustade med. (Så långt vår vän Pertti Paljakka).

För att kompensera oss för bortfallet kan vi inomhus använda en luftfuktare. Om detta skriver Prof. A. Järvinen i ett sakkunnigutlåtande om fuktning av rums-luft:

"Hos friska personer är förmågan att anpassa sig till variationer i den relativa luftfuktigheten god. Utförda experiment visar att t.ex. slemhinnorna i luftvägarna hos försökspersoner som vistades i exceptionellt torr luft (relativ fuktighet 9 %, temperatur 23° C) i mer än tre dygn inte uppvisade några påvisbara förändringar (Andersen et al. 1974). Människans övre luftvägar, framför allt näsan och bihålorna, är anpassade till att klara av varierande fuktighet, temperatur och stofthalt i andningsluften.

Funktionella störningar i de övre luftvägarna minskar människans förmåga att klara av åtminstone mer betydande störningar på grund av variationer i fuktighet, temperatur och stofthalt. Särskilt för torr luft som normalt uppträder i förbindelse

med ökad stofthalt utgör en hälsorisk för personer som lider av allergiska besvär i luftvägarna.

Under frostperioderna vintertid är rumsluften vanligen synnerligen torr. Exempel: om utomhustemperaturen är -10°C så innehåller utomhusluften max. 2,4 g vatten/ m^3 . Leds sådan luft med låg vattenhalt in i ett rum där temperaturen är $+20^{\circ}\text{C}$, så förmår den vattenvolym som medföljer luften inte öka den relativa luftfuktigheten till mer än 14%.

För att hålla en relativ fuktighet på 60% måste 8 g vatten indunstras per m^3 luft. Vill man fukta ett rum på 50 m^3 måste luften alltså tillföras ca 400 g vatten. Även om luftväxlingen vore så låg som 0,5 gånger per timme så innebär detta att omkring 0,5 liter vatten per timme måste indunstras till luften för att hålla luftfuktigheten konstant.

Vissa hälsorisker är även förenade med konstgjord luftfuktning. Om man använder s.k. "kalla" rumsfuktare föreligger det risk för att någon mögelsvampstam invaderar vattenbehållaren eller eventuella filter i fuktaren. Följden kan bli att fuktaren börjar sprida stoft innehållande mögelsvampar. Mängden mögelsvampar som på det sättet kom-

mer ut i rumsluften kan t.o.m. vara 100 gånger större än de mängder som uppträder under naturliga förhållanden. Kontinuerlig inandning av sådan förorenad luft orsakar besvär hos astmatiker. Man har även observerat fall där friska personer insjuknat under sådana förhållanden. Beskrivna sjukdomsfall finns både från Finland och andra länder (Belin 1981).

Med tanke på eventuella mikrobinvasioner uppvisar s.k. varmvattenfuktare den största säkerheten. Här höjer fuktaren vattentemperaturen till närheten av kokpunkten så att tillräcklig avdunstning sker.

Vid konstgjord fuktning av rumsluften bör luftfuktigheten alltid kontrolleras med hjälp av en tillförlitlig hygrometer. Sjunker den relativa luftfuktigheten under 40% bör personer som lider av allergi i luftvägarna öka luftfuktigheten i de rum där de uppehåller sig. Detta gäller särskilt sovrummet".

Som vi vet finns också fuktbevarande stomaskydd t.ex. Stom-aid, som vi erhåller kostnadsfritt i flera län. Fråga din logoped.

Slutligen får vi hoppas på en LE-vänlig vinter.

UTLANDSVÅRD

RLE försöker få subventionerade resor med SUVAB, Svensk utlandsvård AB, se rapport, i LARYs nr 1/83 sid. 2, av Siv Baglien.

Insändare har förekommit i våra spalter, som förklarat sig villiga att betala en extra slant för att få känna tryggheten av att ha en sjuksköter-

ska med på resan. Till glädje för dem kan vi upplysa om att SUVAB har ett reseprogram som upptar resor till anläggningar med medicinsk service. För den kommande

Reseprogram för 1984 publiceras i januari. För upplysningar ring SUVAB tel. 08 - 736 07 15.

AKUPINCH

universalnypet som hjälper mot allt

Saxat ur "Vigör" utgiven av Socialstyrelsen.

Plötsligt stelnar lårmuskeln under joggningen, vi vaknar mitt i natten av en outhärdlig smärta i benet – kramp!

Vad göra? Hittills har det inte funnits något egentligt botemedel förutom massage. Men nu är en effektiv metod upptäckt.

Nyp er i överläppen!

Upptäckaren heter Milton F Allen, fd FBI-agent och uppfinnare. Metoden kallas Acupinch (pinch = engelska för nypa) och är mycket enkel och dessutom gratis.

Mr Allen har skrivit en bok om sin upptäckt och via ambassaden i Washington och Socialdepartementet har vi här på Vigör lyckats komma över ett exemplar.

BÖNHÖRD

I boken berättar Mr Allen om hur själva upptäckten gick till. I många år led han av svåra muskelkramp. De blev värre och värre och han såg sig gå en plågsam framtid till mötes. En natt vid ett svårt krampanfall bad Mr Allen till Gud om hjälp. Han nöp sig samtidigt i överläppen och ett mirakel inträffade: Kramperna försvann!



Mr Allen förstod att han blivit bönhörd och att Gud låtit honom upptäcka ett botemedel mot kramp.

Som en god kristen visste Mr Allen att upptäckten inte bara var avsedd för honom själv, meningen var att den skulle spridas till andra behövande. Han satte in en annons i den lokala tidningen. Där berättade han om metoden och snart fick han brev från tacksamma läsare. Dessa berättade att årtal av plågor nu fått sitt slut tack vare Mr Allens enkla metod.

Mr Allen påpekar i boken att Acupinch hjälper mot det mesta, t.ex. tabletmissbruk. En dam skriver i ett brev att hon i flera års tid varit tvungen att ta tre Benedryl vid varje krampanfall. Nu tar hon inte ett piller. I stället utnyttjar hon Acupinch.

Acupinch hjälper även mot hicka (som är en form av muskelkramp), kramp vid havandeskap, kramp vid simning och bilkörning, ja vid alla sorters förekommande kramp hjälper nypmedicinen.

Acupinch har nu spritts mer och mer. Mr Allen har mottagit brev

från lagledare, sjuksköterskor och läkare. Donald M Cooper, läkare för USA:s olympiska lag vid OS 1968, har skrivit till Mr Allen och berättar att han använder sig av Acupinch och att metoden fungerar i 90 % av fallen.

En enkel och effektiv metod mot kramp som dessutom är gratis. Vi på Vigör är glada att kunna förmedla Milton F Allens mirakulösa metod till våra läsare.

Nyp till!

Per Olovsson

SOLSKENSHISTORIA

I en LE-tidning från USA läser vi, att två unga amerikanskor fött barn, trots att de är laryngektomerade. Både mödrarna och deras nyfödda telningar mår bra berättas det. Faktiskt är det till viss hjälp att ha utfört de andnings- och avslappningsövningar som tillhör inlärandet av matstrupstalet, därför att det är ungefär samma teknik som krävs för att ge smärtlindring vid förlossning, säger en av de assisterande läkarna.

Oförmågan att stänga till luftvägarna var givetvis till nackdel vid kryst-

nigarna. Men det var tydligen inte avskräckande, ty en av de nyblivna mödrarna säger i artikeln, att hon redan ser fram emot sin nästa baby.

Det kunde vara intressant att veta om barnets talutveckling påverkas av att modern är laryngektomerad. Speciellt om det vore fråga om en ensamstående mor, skulle det kanske kunna uppstå vissa problem. Men vi larynger har ju en smutt otrolig förmåga att kompensera oss för bortfall av funktioner, så det finns säkert en godtagbar kompromiss även där.

När alla krogar stängt traskar Svensson hem i gryningen med en strupe som ännu brinner. På Stortorget prejas han av en ljusskygg person som lättar på kavajen och visar en flaska.

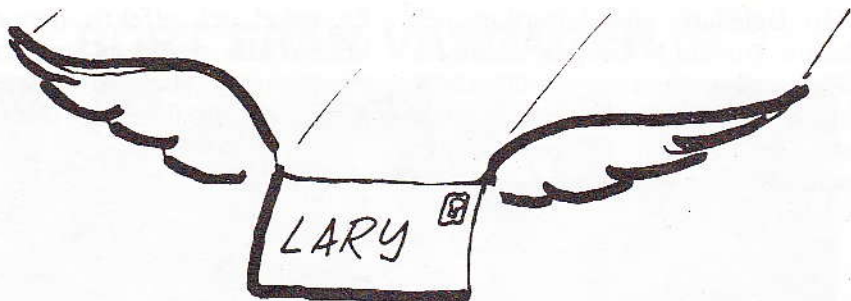
— 200 spänn, säger personen.

— OK, säger Svensson

— Vill du ha mera en annan gång, så

ring bara det här numret, säger den ljusskygge och överlämnar flaskan och en liten papperslapp med ett telefonnummer. Väl hemma i bostaden finner Svensson att flaskan bara innehåller vanligt vatten. Fly förbannad ringer han numret han fått. En sömning röst svarar:

— Vattentornet, gomorra!



MED POSTEN

Rosor till vänner

Jag vill gärna skriva några rader om en talpedagog som betytt mycket både för sina patienter och för RLE. Den jag tänker på är Eva Årlin.

Det var Eva som tog emot mej, när jag kom in för att opereras, och förklarade vad jag skulle gå igenom. Jag hade inte fått någon information av läkarna. På kvällen samma dag kom Eva upp med två laryngopererade personer. En av dem talade med matstrupsröst, den andra använde Servox. (Två underbara människor, som numera är mina käraste vänner i föreningen).

Eva ville visa att det fanns flera sätt att kunna tala efter operationen. Hon trodde också att jag skulle lära mej tala ganska snabbt. Själv var jag nervös och nere, och önskade bara att få dö på operationsbordet. Tyckte livet var slut.

Dagen efter operationen och alla dagar i veckan efter, kom Eva upp och undrade hur jag mädde. Tänk, att offra så mycken tid för sina patienter. Hon blev som en mor för

mej. Ställde upp mer än mina egna gjorde. Hon tog mej till stan, så jag kunde gå i affärer, vilket samtidigt byggde upp nytt självförtroende hos mej. För att inte tala om hennes tålmod när jag första tiden vägrade gå på talträning.

Varje onsdag ordnade hon träffar, där vi laryngektomerade kunde ventiler våra problem. Det var samling på Sahlgrenska sjukhusets foniatiska avdelning. Numera samlas vi där första onsdagen i varje månad. Övriga onsdagar träffas vi i vår egen lokal.

När jag kom hem från sjukhuset, hade jag en enda väninna kvar, Magdalena. Hon är från Österrike och har en släkting i Västtyskland som är laryngopererad. Hon blev stödjande medlem i Göteborgs-avdelningen så fort hon fick veta att vi hade en egen förening. Så när jag nu för tiden blir deppig, far jag till Lena, som jag kallar henne. Hon har alltid ett tröstens ord att ge och ställer upp i alla väder.

Irène Pettersson

STOMASKYDD

I sista numret av LARY läste jag att tidningen gärna tar emot insändare med synpunkter på saker och ting.

För 8 år sedan då jag opererades fick jag ett stomaskydd med kardborrslås, som var bra. Idag är materialet helt annorlunda. Så även utförandet. Ej alls så varmt eller snyggt.

Svar:

Det är riktigt, att stomaskydder som säljs genom RLE blivit av mycket sämre kvalitet. Självt har jag köpt just sådana du frågar efter från Lona Olsen, Dr Priemesvej 1, Dk - 1854 Köpenhamn V. Om du

Om vi kunde få tillbaka det gamla. Varför ej sätta en liten kant vid halsen, som en liten kinakrage. Skulle se fint ut under en "uppsluppen blus".

Tack på förhand. Med varma hälsningar

Birgitta Björklund
Karlstad

skriver till henne och talar om vilket utförande som önskas och ditt balmått, kan hon säkert hjälpa dej. Priset är ca 30 danska kronor per styck

Rolf

FÖRTROENDELÄKARE

Handikappföreningarna vet jag brukar ha en doktor som brukar hjälpa dem att få fram sina medicinska rättigheter som kan bli ibland. Det heter nog förtroendedoktor. Varför finns det ingen doktor i RLE? Nog finns det väl någon som vi skulle

kunna lita oss till. Det skulle vara en bra trygghet nu när en aldrig får samma doktor när en kommer till sjukhuset. Någon som riktigt kunde förstå hur det är att vara strupopererad.

Hustru

Svar:

Man får nog hålla med om, att RLEs samarbete med läkarna, inte är vad det kunde vara. Jämfört med de övriga nordiska länderna ligger vi långt efter. Där ställer ett flertal läkare upp för LE-föreningarna. Vi får väl kicka över bollen till styrelsen. Det går säkert att med lite god vilja få ett bättre samarbete.

Rolf

Reserapport från SHANGHAI



Rökande kvinnor i gatuvimlet

SHANGHAI

Kinas största hamnstad
(Shanghai betyder "ovan havet")

Den som reser har ju alltid något att berätta. Om Shanghai kan mycket sägas, men jag skall ta upp bara en liten del av vad vi sett och lärt.

Turisterna har full frihet att gå överallt, men på grund av de stora avstånden och språksvårigheterna är det bekvämast att följa med en turistbuss.

Vi besökte en jadefabrik med minst 100 anställda. Där tillverkades utsökta arbeten genom slipning, bl.a. slipades vaser och skålar med små hängande ringar, som slipats ut med fina tunna borrnålar, alltså ur samma stycke. Ett jade-stycke om ca 2x3 dm med utsir-

ningar runt om kan bereda en person arbete ca ett halvt år. Jag frågade efter om någon bild användes som mall, men fick veta att varje sak gjordes efter sliparens egen fantasi.

Hela fabriken var inpyrd med slipstoft. Ingen hade någon form av munskydd, inte heller fanns någon utsugningsanordning. Säkerligen många fall av förstörda luftrör.

När vi skulle lämna fabriken var det dags för personalens matrast. Alla lämnade i största hast sin arbetsplats och rusade mot en utspisningslokal, alla hade djup tallrik i handen och kom strax balanserande tillbaka med den fulla tallriken och en stor bulle.

Ett skyddsombud eller en hälsovårdsinspektör skulle vändas.

Vi såg också Shanghais Zoo, där två av världens få pandor finns. Svarta med litet vitt och faktiskt lika stora som våra brunå björnar.

Vår kinesiska lunch denna dag intogs i en stor restaurang. Alla bord är runda och mitt på borden är en stor rund vridbar skiva, där en mängd rätter var uppdukade. Att äta med pinnar är inte så svårt, men att plocka åt sig från faten var värre. Men lyckligtvis fick vi också en sked. Minst farligt att äta verkade vara friterad fisk, friterade jätteräkor och vårrullar. Som tur var såg vi inte köket förrän dagen efter. En kal källarlokal med stenväggar och långa bord där grönsaker just togs om hand. Vi blev faktiskt inte sjuka.

Varje kvarter har en egen lokal, där ungarna tillbringa varje eftermiddag. Där fanns allt att göra från kladd med färger till databehandling. Vi såg en uppvisning av en liten balettrupp och skolans orkester, ca 50 likadant klädda små musiker. Alla verkade mycket intresserade att lära sig något.

Ett för oss ganska underligt inslag är att man i parker kan se kineser som utövar en form av Yoga. De står blickstill med t.ex. en arm uppsträckt och en fot i förvriden ställning. En slags gymnastiska rörelser i ultrarapid.

Går man en promenad på Shanghais gator finner man att nästan alla är klädda i svarta kjolar eller byxor och vit blus eller skjorta. På smågatorna hänger tvätt i långa rader

utanför varje fönster. Man får en bild av fattigdomen, om man törser sig in på bakgatorna. Vi såg bl.a. hur sovor från en skottkärra sorterades — fimpar — papper — avbrända tändstickor — plåtbitar — kapsyler m.m. m.m

Shanghai, som är en av världens största och folkrikaste städer, ca 12 miljoner, består till stor del av hus byggda på 40-talet. De husbyggen som sker av både bostäder och fabriker ligger ganska långt bort, men av vad vi såg kunde vi förstå, att en svensk arbetare inte skulle sätta sin fot på dessa arbetsplatser. Alla byggnadsställningar består av hopsurrade bambustänger med löst lagda plankor att gå på.

Bostäderna är synnerligen små. Oftast bara ett rum för upp till fyra personer, dålig köksutrustning och säkerligen varken bad eller dusch.

I en långsmal affärslokal såg vi ca 15—20 kvinnor sitta tätt tillsammans och sy skjortor på maskin. Lång arbetstid och skiftjobb.

Eftersom kineserna ännu icke har full tillgång till information genom TV och tidningar (Väggtidningarna lästes flitigt — TV är ännu för dyr) så tror jag de inte är fullt medvetna om skillnaden i den standard, som vi och de lever i. Kanske därför som nästan alla kineser verkade lyckliga och glada. De har trots allt upplevt en förbättring de senaste åren och hoppas väl på ytterligare standardhöjning. Enligt uppgift har kineser-

forts sid 34

Här i Stockholm

Stockholmsavdelningen är RLEs största, av naturliga skäl. Vi har det ju som folktätast här i huvudstan, och kanske också den mest före-

stödjande kommer till.

nade luften. Just nu är vi 121 medlemmar varav 69 opererade, och antalet ökar, dels genom uppsökande verksamhet dels genom att flera



Vår lokal har småbord, så att vi sitter i grupper på mötena. Sven och Iris Svensson, Knut Karlsson, anonym dam, Gunnar Albinsson, Iris Andersson, Sven Petersson och Rickard Pedersen

— Det är viktigt att medlemmarna får information om sina rättigheter inom kommunen och länet. Och den bästa informationskällan är då våra möten, som vi håller 8–10 gånger per år, säger ordföranden Lillemor Cedin.

Avdelningen har ingen egen möteslokal utan brukar samlas i Sthlms stads lokaler på Mariahissens nionde våning med magnifik utsikt över Riddarfjärden och Stadshuset. Kanske Sveriges vackraste utsikt från en LE-möteslokal? Interiören är också både smakfull och praktisk med till-

gång till kafeteria, som vi flitigt nyttjar oss av, och en scen för artistuppträdanden. Dessutom ställs lokalen till förfogande utan kostnad för oss.

På vårt aktivitetsprogram står just nu en tredagars tal- och rehabiliteringskurs på Nynäsgården samt olika utflykter. Vi deltar också i ABFs "Museironden" som är trevligt upplagd så att varje museibesök föregås en vecka tidigare av en föreläsning i det aktuella ämnet. Under vårterminen hölls en talkurs för de medlemmar som ansåg sig behöva

bättra på sitt tal. Åtta gånger samlades deltagarna under ledning av en logoped.

– Det är också viktigt att vi ställer upp för varandra genom att komma till våra möten och kurser. Dessutom vill jag betona betydelsen av att våra ombud i RLEs representantskap verkligen förmedlar de beslut som rör våra medlemmar, säger Lillemor vidare.

Många här i Sthlm har färdtjänst och några stycken har handikappersättning. När det gäller handikappersättning är det främst våra dubbelhandikappade som har den förmånen.

Vi fick bidrag för 82/83
från landstinget: ca 12.000:–
och från kommunen ca 1.300:–

Ett bra tillskott utöver medlemsavgifterna ger också de små lotterier som festkommittén brukar anordna på våra möten och som bidrar till att betala kaffet, vilket är en viktig bit i samvaron. Festkommittén vill uttrycka sin uppskattning av de gåvor som kommer in från medlemmarna och går till vinsten i "möteslotterierna".

Sist frågar jag Lillemor vad hon tycker skulle vara det bästa hon kan önska vår RLE-avdelning.

– Det är nog, att vi skulle slippa fler laryngektomier i området, svarar hon med ett eftertänksamt leende.

Vår pigga
styrelse



Ordförande
Lillemor Cedin



Sekreterare
Irène Albertsson



Kassör
Astrid Bergh

fler mötesbilder



Logoped Britta Hammarberg, John Danielsson, Elof och Linnea Bystedt, Elsa Sundin



Birgit Fischer, Rut Eriksson, Lilly Lindqvist, Birgit Blange, Axel Selander

STARTEN

Vid den här tiden på året kan det vara lämpligt att erinra sej hur det var vid starten av SLEF (Stockholms LE-förening), som vi kallade oss i början, säger Åke Amnelius

och kommer med protokoll från de två första mötena och ett par foton från det andra mötet, som hölls i januari 1969. Det första var i december året före.

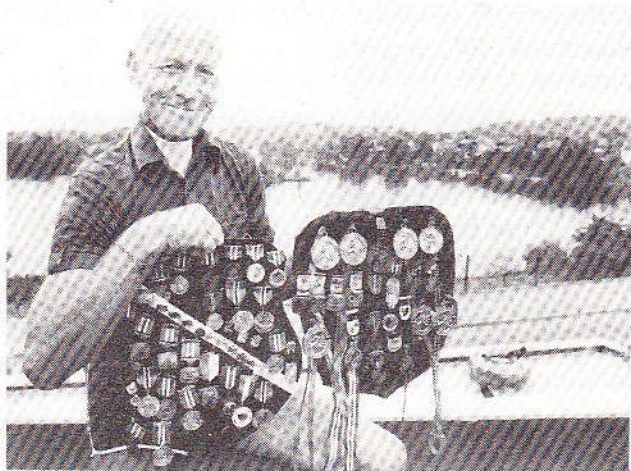
Britt Nilzén, Britta Hammarberg, Elsa Jacobsson, Åke Amnelius, Henrik Branje



Uno Nordin, Rolf Fischer, Harald Eriksson, Lilly Lindqvist

Att detta var Stockholmsavdelningen i ett nötskal kan väl låta passande i samband med en Hjärtlig Julhälsning från oss alla !

FANTASTISKA GABRIEL



Gabriel med en del av sina erövrade utmärkelser

Nu har han slagit till igen vår norske vän Gabriel Smith! Den här gången bland ca 17 000 startande i NEW YORK MARATHON 24 okt. i år. Trots vidriga väderförhållanden med bitvis stark motvind och regn genomförde han loppet i fin stil. Grattis Gabriel!

Han säger till LARYs läsare att han önskar av hela sitt hjärta att flera laryngektomerade skulle sätta igång med fysisk träning.

” Det var en opplevelse jeg aldri kommer til å glemme, jeg skulle ønsk av hele mitt gjerte at det var flere Laryngectomere som ville begynne. Jeg er helt sikker på at de ville ha godt av det. Det er en stor seier over seg selv og gjennomføre et løp uannsett om det er kort eller langt.

Jeg tror også det er den beste medisinen for sykelige problemer. Mitt neste Maratlon løp blir vel i Stockholm igjen. Jeg gleder meg like meget till hvaert løp.”

I sitt stilla sinne kan man undra om det finns något mer handikappförbund i världen, som har en marathonlöpare som ordförande!? Troligen är det helt unikt. Att fysiska aktiviteter är nyttiga för själen såväl som tanken, det tror jag på. Åtminstone kan jag intyga av egen erfarenhet att stillasittande tycks ha motsatt effekt. Så, upp och hoppa!

När får vi se Karin Cedin starta i Vasaloppet?

Rolf



Hjulteatern



TÄNK OM! TÄNK OM DET VAR TVÄRTOM?

Vi vill ifrågasätta om det finns några handikappade! Egentligen är det ju samhället, eller situationen, som skapar handikapp – Det är Hjulteaterns budskap.

Gruppen bildades 1975. Det var IVHR–Stockholm som bildade en ungdomsklubb. Inom den klubben bildades en studiecirkel som i sin tur blev Hjulteatern. Sedan dess har gruppen spelat tre pjäser "Martin Svensson – MS", "En dag i Dan Axelssons liv" och "Gåmeå och Hjulia".

Sedan starten har gruppen turnerat i Stockholms län och även en del ute i landet. Bland annat har Kramfors, Söderhamn och Gävle fått besök. Under handikappåret 1981 utvidgades verksamheten. Då gjorde Hjulteatern en mastig turné i Örebro län – 17 föreställningar på 12 dagar! Under året gjordes över 100 föreställningar.

GÅMEÅ OCH HJULIA

Den nuvarande pjäsen Gåmeå och Hjulia är ett kollektivt arbete, vars innehåll bygger på skådespelarnas egna erfarenheter av att vara handikappade. Slutmanuset är sedan ut-

EN SPEGELVÄND VÄRLD

I "Gåmeå och HJULIA" har Hjulteatern vänt upp och ned på den klassiska kärlekssagan. Här är det normalt att vara rullstolsburen och ett handikapp att vara gående.

Efter föreställningarna har Hjulteatern ofta diskussion med publiken. Speciellt när man har spelat i skolor kan diskussionen bli livlig. Barnen vill veta hur rullstolar och andra tekniska arrangemang fungerar. De är också intresserade av människan bakom "Den rullstolsburne" och de funderar över om handikappade kan bo ihop.

format av deras dåvarande regissör, Lena Lagerkvist.

När Hjulteatern spelar "Gåmeå och Hjulia" sitter alla skådespelarna utom en – "en rörelsetvingad" – i rullstol. Det blir en effektiv och dräplig fars där gamla fördomar blir som nya i ett ovant sammanhang.

DET PRAKTISKA TAR TID

Hjulteatern träffas en till två gånger i veckan för repetitioner och praktiska diskussioner. Det praktiska tar tid. Det är mycket som skall klaffa när Hjulteatern skall ut på en föreställning. Eftersom sex av de sju sitter i rullstol kan de inte själva känka på rekvisita, ljudanläggning etc. Några av dem behöver dessutom personlig hjälp med påklädning, toalettbesök m.m. För detta behövs alltså medhjälpare och medhjälpare kostar pengar. Vissa fondmedel finns, men de räcker inte som gruppen skulle önska.

FRAMTIDSPLANER

Gruppen har stort stöd av ABF. Som teatercirkel inom ABF har vi tillsammans med vår nye regissör Lasse Andersson börjar bearbeta idéer inför nästa år. Förmodligen blir det en kabaré eller revy där den röda tråden är "känslan".

Är du intresserad av Hjulteaterns nya pjäs "Gåmeå och Hjulia" så vänd dig till Nils Gustavsson tel 08/18 00 00/1870 (arb) eller 08/22 24 10 (Janne, Bagge eller Helena Jyrkkä).

Stig Lindb



Fr.v. Stefan Anglestad, Nils Gustavsson, Lena Klang, Lilian Persson, Olov Söderström, Svante Sundberg. I förgrunden Lena Lagerkvist (Regissör) och Stig Lindb.

Bort från vardagen. . .

Chaffisen körde raskt undan hemåt. Smidigt och elegant slingrade vi fram mot start- och målplatsen vid SJ- centralen. Och kanske smakade det allra bäst att komma hem framåt kvällningen efter denna händelse-

rika dag i goda vänners trevna lag. Jag somnade gott, mitt i en tack-samhetens tanke till dem som offrat sin tid på att bereda oss denna upplevelse.

Rolf

BEKVÄMA SKOR

Handikappinstitutet har ur sina fonder beviljat ekonomiskt stöd för ett försök med bekvämskobotiker.

— Stöd till sjukvårdsförvaltningen i Göteborg och Erikssons Ortopediska i Stockholm för försök med bekvämskobotiker. En bekvämskobotik har, förutom ett väl täckande lager av bekvämskor även tillgång till specialutbildad personal och ett

nära samarbete med ett ortopedskomakeri.

I t.ex. USA kan man försörja 80 % av dem som av medicinska skäl behöver specialutformade skor med bekvämskor, d.v.s. skor med flera vidder och djup. Det kommer också att vara möjligt att för egna medel köpa bekvämskor i butiken.

BEKVÄM SITS

En ny typ av förhöjningssockel för toalettstolar har utvecklats med stöd ur Norrbacka-Eugeniastiftelsens fond. Det är en sockel som blir stadigare och mer hygienisk än en lös toalettstolsförhöjning. Användandet av denna sockeltyp ger också ekonomiska fördelar.

Sockeln tillverkas nu i glasfiberarmerad polyesterplast i sex olika modeller, varvid de vanligaste toalettstolarna klaras. Men även socklar för mindre vanliga typer kan levereras. Leveranshöjden är valfri mellan 20

och 120 mm och ger därför möjlighet till helt individuell anpassning av höjden.

När sockeln monteras ges också tillfälle att på ett enkelt sätt förskjuta toalettstolens läge några decimeter utan att ändra befintlig avloppsättning.

Förhöjningssocklarna marknadsförs av Idéteknik AB, Doppingvägen 3, 751 51 Uppsala. Upplysningar lämnas av Rune Stegborn som har utvecklat den nya produkten. Tel. 018- 32 49 26 eller 018- 11 11 00.

... SHANGHAI

na börjat spara på bank och myndigheterna har övervägt ändra på förbudet att inga privatpersoner får ha bil.

Visst är det en upplevelse att helt privat kunna resa till Kina, men

på samma gång deprimerande att se hur så stora delar av jordens befolkning lever i fattigdom och misär och hur långt borta en verklig förbättring är.

Ingegerd

Medarbetare välkomna

Lary har fått ökat utrymme i RLEs budget. Det betyder att vi i fortsättningen kan vänta oss flera nummer per år än tidigare. Minst två och högst fyra enligt styrelsens beslut. Vi kan även vänta oss en stegvis uppsnygning av tidningens utseende.

Vi kommer också att ta annonser och hoppas därvid får hjälp av våra lokalavdelningar med anskaffningen, annonspriset är 1.100/helsida, 700:—/halvsida och 500:— för 1/3-sida.

Du får behålla 20 % av beloppet för egen räkning.

Det skulle också vara trevligt med flera insändare. Skriv och fråga om något du funderar på eller om Du har något att berätta. Vill du vara anonym garanteras att ditt namn inte lämnas ut till någon. Det stannar mellan dej och redaktören. Ditt bidrag behöver inte vara någon välskrivningsövning. Vi putsar till formen åt ditt bidrag, om du så vill. Du är också välkommen per telefon. Nog är det väl *något* som du tycker är dåligt och borde ändras på. Eller kanske du har någon solskenshistoria att dela med dej av. Hör av dej. Våra spalter är öppna.



RÄTTARE SAGT

I en artikel om Saxenborg i senaste numret av LARY, har tyvärr blivit en felskrivning. Det står att Linköpingsavd. ordnat en utställning till handikappåret 1981. Men det är Göteborgsavd. som på Riksföreningens bekostnad tagit fram materialet till utställningen. Lin-

köpingsavdelningen har vid flera tillfällen lånat utställningsmaterial för egna utställningar och har då kompletterat den med fyra fotografier. Vi ber om ursäkt för felskrivningen och vill härmed tillrättlägga felet.

RLE's Linköpingsavd.

Kom ihåg "LARYNG – FONDEN"

Vår fond instiftades 1977 och fick officiellt följande namn: "Laryngektomerades Gåvo- och testamentsfond". Populärt kallar vi den LARYNG-FONDEN.

Influtna medel skall användas, om donator ej annat föreskriver, till rehabiliteringsåtgärder för behövande inom RLE.

Fonden förvaltas av RLE-styrelsen och firmatecknas av två av dess ledamöter i förening.

Fonden revideras av RLE-styrelsens revisorer.

Berätta om vår fond för vänner och bekanta!

Ni önskas EN GOD JUL!

Harald Ryfors
fondens stiftare

Tänk På Vår Fond!
Postgiro 91 82 58 – 5



RÖKARE ÄR OCKSÅ MÄNNISKOR
– FAST INTE SÅ LÅNGE!

RIKSFÖRENINGEN FÖR
RLE
LARYNG EKTOMERADE