

## **Norsk forening for slagrammede (NFS) ble etablert i januar 2007 og er en organisasjon som ønsker å være til hjelp for alle dem som har fått slag og deres familie.**

### **Vår målsetting er å:**

- *redusere antall oppståtte hjerneslag i Norge*
- *bedre rehabiliteringstilbudet til slagrammede*

### **Vi ønsker å:**

- *gi informasjon om risikofaktorer og hvordan man unngår disse*
- *styrke rehabiliteringen etter hjerneslag*
- *lette overgangen fra sykehus/rehabiliteringsenhet til hjemmet*
- *hjelp slagrammede og pårørende gjennom likemannsarbeid og informasjon*

---

Hjerneslag skjer ofte plutselig og uten forvarsel. Mennesker som får hjerneslag og deres familie får som oftest et sjokk og kan ikke tro det som har hendt. Hjerneslag skaper også store sorgreaksjoner på grunn av et stort tap.

Møtet mellom mennesker i samme situasjon er viktig etter et hjerneslag (og kalles ofte likemannsarbeid). Likemannsarbeidet er forbundet med å bearbeide følelsesmessige situasjoner som har oppstått. Ved å sette ord på følelsene, bearbeides egne erfaringer.

Likemannsarbeid er også videreformidling av praktiske opplysninger og informasjon om hvor en kan finne hjelp eller

svar på konkrete spørsmål. Likemannshjelp er hverdagskompetanse og ikke profesjonell hjelp.

En likemann er ikke en fagperson eller saksbehandler, men en som vet "hvor skoen trykker". En likemann har taushetsplikt.

Det viktigste er at man får pratet om situasjonen sin i en gruppesetting og der de som har kommet lenger enn en selv kan overføre sine erfaringer.

Det kan hjelpe deg og din familie å ta kontakt med Norsk forening for slagrammede. Foreningen har aktiviteter som hjelper deg å komme deg etter hjerneslaget. Her vil den slagrammede møte andre slagrammede og den pårørende møte andre pårørende.

Gjennom møter og sosiale arrangementer vil livsgleden komme tilbake. Man finner fort ut at man ikke er alene som slagrammet eller som pårørende. Ofte vil tanken på å hjelpe andre også være en fin del av rehabiliteringen etter slaget.

---

### **INNMELDINGSSKJEMA 1 NORSK FORENING FOR SLAGRAMMEDE**

Navn: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Postnr/sted: \_\_\_\_\_

E-mailadresse: \_\_\_\_\_

Fødselsår: \_\_\_\_\_ Telefon: \_\_\_\_\_

Slagrammet (kr. 300,-) \_\_\_\_\_  
Pårørende (kr. 300,-) \_\_\_\_\_  
Andre (kr. 300,-) \_\_\_\_\_  
Husstandsmedlem (kr. 100,-) \_\_\_\_\_  
**Kontaktpersoner/likemenn:**

Slagrammet:

**Scott Roberson tel. 95979508**

loydrob@hotmail.com

[www.slagrammede.org](http://www.slagrammede.org)

[likemann@slagrammede.org](mailto:likemann@slagrammede.org)

Pårørende:

**Grete Robertson tel. 95075919**

Greteerobe@hotmail.com

[www.slagrammede.org](http://www.slagrammede.org)

[likemann@slagrammede.org](mailto:likemann@slagrammede.org)

## HAR DU ELLER NOEN DU KJENNER HATT HJERNESLAG?

Ønsker du å komme i kontakt  
med andre i samme situasjon?



Norsk forening for slagrammede  
v/ Kjell Inge Skarbø  
Vatnefjordvegen 662  
6265 VATNE

[www.slagrammede.org](http://www.slagrammede.org)