

Attention

Uppsala



Augusti 2009

Innehåll

Kalendarium	sid 1
Schema för höstens cafékvällar ...	sid 2
Lista över föreningens förtroendevalda	sid 3
Studiecirkel: Kunskap gör skillnad	sid 4
Information/reklam från Conexi om arbetsträning	sid 5
AHDH och stress – en pågående studie om kortisol	sid 7
Annons: Målarkurs	sid 8

Kalendarium

September

2/9: Cafékväll 18.30–20.30

16/9: Cafékväll 18.30–20.30

30/9: Cafékväll 18.30–20.30

Oktober

14/10: Cafékväll 18.30–20.30

28/10: Cafékväll 18.30–20.30

November

2–6/11 Psykiatriveckan

11/11: Cafékväll 18.30–20.30

25/11: Cafékväll 18.30–20.30

Attention behöver din hjälp på café-kvällarna

Vill du hjälpa till ett par kvällar i höst på Attentions café?

Vi behöver medlemmar som kan ta emot nya besökare och/eller stötta andra medlemmar som behöver prata. Våra ordinarie värdinnor finns också som fixar fiket och låser mm.

Är du intresserad?

Kontakta Elisabeth Axberg

Elisabeth.axberg@c.hso.se

018 – 56 09 19



ATTENTION UPPSALA



Cafékväll

Hösten 2009

Plats: Kungsgatan 64, bottenplanet, "torget"

**Vissa onsdagar
Kl: 18.30 – 20.30**

Cafékvällarna fortsätter som vanligt i höst. Varje gång finns en diskussionsgrupp för de med Aspergers syndrom som leds av Hanna Neuman. Fler diskussionsgrupper planeras.

Värdinnor i höst är Mildred och Inga-Lill, precis som i våras.

September	2/9	
	16/9	
	30/9	
Oktober	14/10	Rum 3: Hur ska jag få ett jobb? – Carina Lindqvist, arbetsförmedlingen
	28/10	Rum 1: Juanita Törnström, om att leva med borderline Rum 3: sjuksköterskorna Kirsi Carlved och Gunilla Ståhl, Neuropsykiatriska vuxenenheten
November	11/11	
	25/11	
December	9/12	

Vi bjuder på fika. Kom och ta en kopp kaffe eller te i lugn och ro.

Alla är varmt välkomna!

Frågor: ring Elisabeth Axberg: 076 - 803 09 19
Eller maila attention@c.hso.se

Förtroendevalda Attention Uppsala 2009

Ewa Wikander, ordförande

e-post: [ewa.wikander\(snabel-a\)trion.se](mailto:ewa.wikander(snabel-a)trion.se)

mobilnr: 070 – 604 62 55

Nilla Wikberg, vice ordförande

e-post: [thomasnilla\(snabel-a\)yahoo.se](mailto:thomasnilla(snabel-a)yahoo.se)

mobilnr: 0702 – 21 96 83

Görel Bylund-Segerdahl, kassör

e-post: [gorel.bylund\(snabel-a\)telia.com](mailto:gorel.bylund(snabel-a)telia.com)

mobilnr: 0705 – 29 06 85

Ann-Sofie Spetz, ledamot

e-post: [sofiespetz\(snabel-a\)gmail.com](mailto:sofiespetz(snabel-a)gmail.com)

mobilnr: 0739 - 647665

Elisabeth Axberg, ledamot

e-post: [elisabeth.axberg\(snabel-a\)c.hso.se](mailto:elisabeth.axberg(snabel-a)c.hso.se)

mobilnr: 076 – 80 30 919

Lisbeth Mariedahl, ledamot

e-post: [018-249977\(snabel-a\)comhem.se](mailto:018-249977(snabel-a)comhem.se)

Ingela Gidö, ledamot

e-post: [ingela1\(snabel-a\)mailbox.as](mailto:ingela1(snabel-a)mailbox.as)

mobilnr: 0703 – 64 81 61

Cecilia Ingard, suppleant

Håkan Jansson, suppleant

e-post: [hj\(snabel-a\)miljonmysteriet.com](mailto:hj(snabel-a)miljonmysteriet.com)

mobilnr: 0737 – 20 58 05

Hanna Neuman, suppleant

e-post: [hanna\(snabel-a\)neuman.se](mailto:hanna(snabel-a)neuman.se)

mobilnr: 073 6554132

Claire Grahn-Eriksson

e-post: [claire.grahn\(snabel-a\)telia.com](mailto:claire.grahn(snabel-a)telia.com)

mobilnr: 0707- 444440

Ann-Louise Sundström, suppleant

Andreas Grahn, suppleant

Valberedning

Britt-Marie Zeltner

e-post: [agistri\(snabel-a\)gmail.com](mailto:agistri(snabel-a)gmail.com)

mobilnr: 070 – 721 79 14

Algot Runebjörk

[algot.runebjork\(snabel-a\)comhem.se](mailto:algot.runebjork(snabel-a)comhem.se)

Lena Hamberg

Revisorer

Lars Persson

Anneli Kiander

Revisorssuppleant

Britt-Marie Zeltner



Kunskap gör skillnad

En studiecirkel om neuropsykiatriska funktionshinder (ADHD, Aspergers/Tourettes syndrom) och de vardagliga svårigheter som blir följden i familj, studier och arbete.

I samarbete med intresseföreningen Attention och ABF ordnas denna kurs utifrån Attentions kursmaterial "Kunskap gör skillnad".

Antalet deltagare kommer att begränsas till 10 personer med företräde för Attentions medlemmar och/eller personer med neuropsykiatrisk diagnos eller misstänkt diagnos.

Tidpunkt: Fem kurstillfällen torsdagar kl 17.00 -18.30
24 sept, 1 okt, 8 okt, 15 okt, 22 okt 2009

Plats: Attentions lokaler, Kungsgatan 64, bottenplanet

Kostnad: 100:- för kaffe/te och smörgås, studiematerial

Kursledare: Anne-Mari Ahl, kurator Neuropsykiatriska vuxenenheten, Akademiska sjukhuset
Ewa Wikander och Elisabeth Axberg, Attention

Anmälan: Senast den 10 september

Anmälan: Attention tel 018-56 09 00 (receptionen)

E-post: info@c.hso.se

Frågor: Elisabeth Axberg, Attention Uppsala
076 - 803 09 19
elisabeth.axberg@c.hso.se

Conexi har en arbetsinriktad verksamhet för personer med autism/Asperger syndrom, en form av "lärlingsutbildning" inför kommande arbetsliv. Verksamheten bedrivs enl. beslut om daglig verksamhet LSS, varför de personer som söker till oss först behöver kontakta kommunens LSS-handläggare för att ansöka om insatsen.

Vi vänder oss till dem som önskar söka sig ut på den s.k. "öppna arbetsmarknaden" och till en början samtidigt ha stöd av utbildad handledare. För dem där klivet till en egen anställning är lite längre.

Vi samarbetar med IKEA och det är också där vi har vår arbetsplats för 5 arbetstagare och 2 handledare. Inom IKEA-varuhuset kan vi sprida en grupp och samtidigt vara det stöd som dagligen önskas. Vi har möjlighet att erbjuda olika typer av arbetsuppgifter och arbetstagaren kan under tiden på Conexi pröva sig fram till vad som passar just honom/henne utan att den fysiska och sociala strukturen förändras. Många väljer s.k. kombinationstjänster, med tillhörighet i ett av arbetslagen på IKEA.

Steg 1

Tillsammans med handledaren bygger arbetstagaren upp det tydliggörande som man behöver i det dagliga arbetet samt tar fram "verktyg" som kan underlätta i mötet med arbetskollaboratorer. Dessa "verktyg" utarbetas genom individuella kurser med handledaren för att skapa varje arbetstagare specifika "portfölj" med verktyg för förberedelse inför den öppna arbetsmarknaden.

Samarbetet med den enskilde arbetstagaren varierar mycket beroende på individuella behov och önskemål och tillsammans arbetar vi aktivt med uppföljning och utvärdering just för att få verksamheten att överensstämma med dessa önskemål och behov.

Steg 2

När arbetstagaren är redo för Steg 2 blir Conexis roll att stödja, informera om möjliga val och söka jobb på efterfrågade arbetsplatser.

Målet är i de flesta fall en anställning, men även andra lösningar förekommer som t.ex. fortsatt arbetsinriktad verksamhet med minskat stöd på en arbetsplats närmare bostaden. Vi kartlägger arbetsplatsen utifrån arbetstagarens specifika behov och de erfarenheter vi gjort under tiden på IKEA, samt informerar medarbetarna om autism/Asperger syndrom.

Conexi ansvarar också för att arbetstagaren får med sig de verktyg/tydliggöranden, som fungerat på IKEA och som nu kan appliceras i de nya arbetsuppgifterna och på den nya arbetsplatsen.

Forts. nästa sida

Våra handledare finns till hands med stöd till såväl arbetstagare som arbetsgivare och medarbetar. Under introduktion är stödet intensivt för att sedan successivt trappas ner i den takt som man finner lämpligt.

Individuellt stöd

Allt arbete är upplagt individuellt och planeras tillsammans med den enskilde arbetstagaren. Stöd från Conexi till arbetstagare och arbetsgivare finns kvar så länge parterna önskar.

Start i september 2009

Conexi startar sin verksamhet på IKEA-varuhuset i Uppsala i september 2009.

För mera information besök hemsidan:

www.conexi.se



ADHD och stress

Kan stress innebära en speciell utmaning för individer med ADHD? Den frågan ställs i en ny studie från Institutionen för neurovetenskap vid Uppsala universitet. Forskarna kommer att försöka besvara frågan genom att mäta ett stresshormon som kallas kortisol. När man blir stressad skickas det ut mer av detta hormon i kroppen. Det går lätt att mäta kortisol eftersom man kan ta prov från saliv. Den som lämnar prov får hålla en bomullstuss i munnen någon minut tills den blir fuktig. Man lägger sedan tungen i ett rör och skickar det till ett laboratorium.

Att mäta kortisol är en vanlig metod vid forskning om barn. Vi har tidigare bland annat använt metoden för att undersöka hur unga reagerar på stress i form av ett skolprov. Vi har också sett att man kan minska elevers nivåer av kortisol under eftermiddagen genom att erbjuda extra musikaktiviteter i skolan.

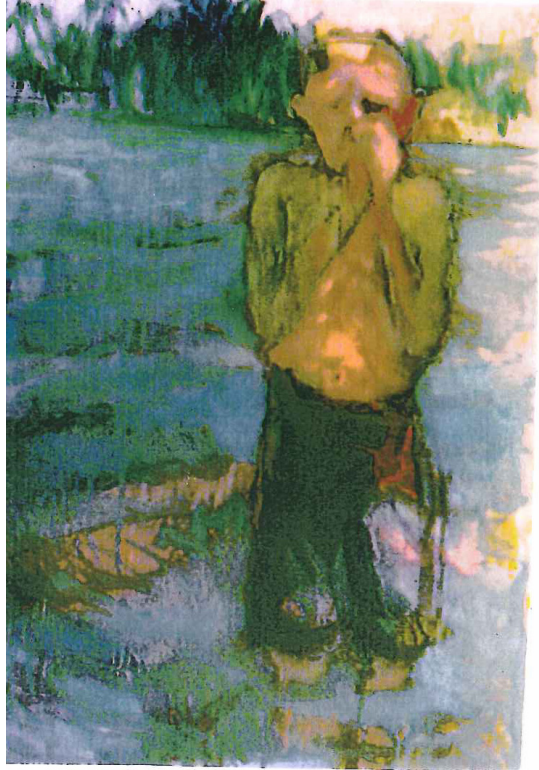
Tidigare studier har visat att nivåerna av kortisol faktiskt kan vara lägre hos vissa grupper av unga med ADHD. Det gäller bland annat unga som är mycket impulsiva. Ändå verkar de uppleva lika mycket stress eller oro som andra barn – eller till och med mer.

Vi kommer också att göra genetiska analyser med hjälp av salivproven. En fråga är om individer med vissa typer av ADHD kan ha ett medfött annorlunda sätt att reagera inför stress. Kanske kommer man i så fall att kunna förstå deras symtom bättre än idag.

Den studie som nu påbörjats rör 300 barn i Uppsala län och pågår 2009 - 2010. För några av dem finns det misstankar om ADHD. För andra är diagnosen fastställd. Dessutom tas prover från barn utan misstanke om ADHD som en jämförelsegrupp.

Den som vill veta mer om studien kan gärna kontakta Åsa Hogmark, 070 611 84 77, eller Frank Lindblad, 018 611 88 87.





Vill du lära dig måla?

Vi startar en målarcirkel för medlemmar i Attention
Cirkelledare: Cecilia Ingard

Start: Onsdagen den 23 sept 2009, 8 ggr
Tid: 13.00-15.30
Lokal: S:t Persgatan 22 B, Uppsala
Kostnad: 300:00 + materialkostnader
Anmälan till: ABF i Uppsala län, Inger Johansson,
tel 018-184715, fax 018-124511
eller e-post: inger.johansson@abf.se

Anmälan senast den 4 september

