

Inspirationsdagen 23 maj **FRI ENTRÉ**

Klockan

Kistamässan, lokal M2

Kistamässan, lokal M4

1000-1045

Bara du sätter dina egna gränser!

Felicia Grimmenhag, paradressryttare berättar om sina erfarenheter av att komma tillbaka efter en traumatisk olycka och om hur hon vände motgång till medgång.

Mat för glada magar

Just nu pratas det mycket om tarmflora och "goda bakterier". Här får du veta mer om hur du ska äta för att må bättre. Anna-Carin Lagerström fysioterapeut och hälsopedagog

1100-1145

Synlig fast osynlig

Moha Frikraft skriver och bloggar om att ha ADHD, autism och cp-skada. Hon har även gjort viral succé som fotomodell för mångfald. I föreläsningen utmanar hon sina talsvårigheter och berättar hur hon får livet att fungera och gör allting möjligt.

Att åldras hälsosamt med ryggmärgsskada

Utifrån ny svensk och internationell forskning presenteras här möjligheter att främja ett aktivt och hälsosamt åldrande efter en ryggmärgsskada. Ulrica Lundström, Fil Dr och arbetsterapeut & Sophie Jörgensen, Dr med vet och läkare

1200-1245

Hotet mot LSS

Personlig assistans är en förutsättning för ett aktivt liv. Men det är en rättighet som nu är hotad, inte minst för barn. Maria Persdotter, ordförande RBU berättar om den negativa utvecklingen inom LSS och vad som kan göras för att vända den.

Anhörig

Elin Salmiranta, mamma till ett barn med ryggmärgsskada berättar om hur hon upplevde tiden efter sonens skada. Carin Bergfeldt, arbetsterapeut om hur man på Rehab Station Stockholm arbetar med att stötta anhöriga i rehabiliteringsprocessen.

1300-1400

Henrik Schyffert

På 90-talet regisserade Henrik Schyffert en reklamfilm åt Spinalis. Idag vrider och vänder han på begreppet Livskvalitet. Föreläsningen presenteras i samarbete med Coloplast.

1415-1500

Bilstödsdebatt

Det reformerade bilstödet har gett kända konsekvenser för personer med funktionsnedsättning. Försäkringskassan, branschföreträdare samt personer som själva är direkt berörda av bilstödet deltar.

Hästen som rehabresurs

Idag finns ett ökat kunskapsstöd för hästunderstödda insatser vid neurologisk rehabilitering. Stiftelsen Hippocampus berättar varför. Pia Tillberg & Christina Risshytt-Collman

1515-1600

Medicinsk cannabis - snart i Sverige?

Lyssna på ett samtal mellan Fredrik von Kieseritzky, doktor i organisk kemi och läkemedelskemist och Claes Hultling läkare och docent om utsikterna att få medicinsk cannabis klassat som läkemedel.

Livet fick ett nytt grepp!

Genom att bland annat flytta fungerande nerver och senor, och att operera in elektroder för att styra benförankrade proteser arbetar C.A.R.E. Sahlgrenska Universitetssjukhuset för att förbättra handfunktion hos personer med ryggmärgsskada eller amputation. Carina Reinholdt, handkirurg, med doktor & Johanna Wangdell, arbetsterapeut, med doktor

Inspirationsdagen 24 maj **FRI ENTRÉ**

Klockan

Kistamässan, lokal M2

Kistamässan, lokal M4

1000-1045

Smärta - en utmaning

Cecilia Norrbrink, leg fysioterapeut och docent i rehabiliteringsmedicin berättar om vanliga smärttillstånd som kan drabba den som har fått en ryggmärgsskada. Hon berättar om orsaker, möjliga behandlingsalternativ och egenstrategier.

Att hålla vikten för ett lättare liv

Anna-Carin Lagerström, fysioterapeut och hälsopedagog presenterar den nya broschyren Mat, vikt & hälsa för dig med ryggmärgsskada.

1100-1145

Teaterföreläsningen "Rulle"

En enmansföreläsning av och med skådespelaren Max Nilén Om att vara helt normal, men ändå inte riktigt. Sök på "Rulle Max Nilén" på Youtube och se ett smakprov!

Sex i rörelse – om sex, normer och funktion

Hur påverkar normer kring sex och funktion personer med normbrytande funktionalitet? Hur får unga personer med rörelsenedsättning självförtroende nog att våga dejta och vara intima med andra personer? Sophie Gunnarsson, projektledare Sex i rörelse (RFSU Stockholm)

1200-1245

Fuck våldet

Alejandro Sinisalo utsågs förra året till Årets unga förebild av Fryshuset. Två år har gått sedan hans 15-årige lillebror Robin Sinisalo sköts ihjäl utanför sin egen port i Akalla. Sedan dess har Alejandro Sinisalo kämpat mot gatuvåldet. Han har bland annat startat organisationen Fuck våldet.

Kunskap är makt

Genom att ha kunskap om sin funktionsnedsättning kan en person öka sin självständighet och livskvalitet avsevärt. Ryggmärgsskada.se arbetar med att sprida information om att leva med en ryggmärgsskada, skapa nätverk och visa positiva förebilder. Nora Sandholdt & Erika Nilsson

1300-1345

Politisk debatt

För personer med funktionsnedsättning finns en rad hinder i samhället som in-skränker självbestämmandet och begränsar delaktigheten. Hur arbetar de politiska partierna för att undanröja dessa hinder och skapa ett inkluderande samhälle?

Integration genom Aktiv Rehabilitering

Nyanlända personer med ryggmärgsskada eller liknande förutsättnings behov av "extra" integrering i samhället för att kunna leva självständiga och innehållsrika liv. Rim Alexandra Halfya & Elin Goude Öhgren

1400-1445

Politisk debatt forts...

Trycksår - med livet som insats

Hur kan man förebygga trycksår och vad gör man när de uppkommit? Madde Stenius, undersköterska & Carin Bergfeldt, arbetsterapeut på Rehab Station Stockholm

1500-1545

Ända in i märgen

Annika Taesler ramlade av en häst, bröt nacken och blev nästintill totalförlamad för 14 år sedan. I dag är hon journalist, författare och mamma till en femårig son. Med utgångspunkt i självbiografin "Ända in i märgen" pratar hon om vad vi menar med identitet, integritet och människovärde – och vad som händer med en människa när allt hon är tas ifrån henne.

Mamma Pappa Lam

Kan man bli förälder trots att man har en ryggmärgsskada? Och hur funkar det att vara förälder och ha ett rörelsehinder? Mamma Pappa Lam delar med sig av sina bästa praktiska tips och tricks. Nora Sandholdt, Spinalis