

Ny mjölkförpackning

I vissa områden (Småland och Västergötland) har vi fått möjligheten att testa Arlas nya mjölkförpackning. I de lokala tidningarna har det slagits upp stort att det nu kommit lättöppnade förpackningar, som även reumatiker klarar. Den är godkänd av reumatikerförbundet. Det anges vidare att den testats av personer med dokumenterat nedsatt handfunktion.

Det är lite synd att reumatikerförbundet går ut med detta, så kategoriskt. Tidningarna och säkert därmed Arla tar det för en sanning. Vilket ju inte är fallet. Jag är reumatiker med svaga och deformerade händer och klarade inte att öppna förpackningen utan tång. Vad värre är, min väninna som inte har några som helst problem med händerna, hade väldiga svårigheter att få upp den inre förslutningen. I vår lokal-tidning anges dessutom att de barn som testade förpackningen slet och drog för att få upp inre förslutningen och när den äntligen släppte, så skvätte mjölken över. Jag förstår inte hur reumatikerförbundet kan

anse att en liten "flärp", som är 0,5 x 1 cm kan anses lättöppnad.

Jag har föreslagit Arla att den inre förslutningen förses med en ring, som man kan sticka in fingret i, för att sedan dra loss förslutningen. Som det nu är föredrar jag den gamla förpackningen, eftersom den går ju ganska enkelt att hantera med sax. Den nya kräver ju en tång, och jag vet inte vad man vunnit, eftersom man måste ha ett verktyg i alla fall, och saxen har man ju oftast mera tillgänglig i köket än en tång.

Jag är mycket besviken på reumatikerförbundet och undrar vem reumatikerförbundet representerar. Är det bara de reumatiker, som är i stort sett "friska"? Inte är det oss, som har svårigheter med händerna. Problemet är ju att Arla nu går ut med stor information att förpackningarna är godkända av reumatiker och tror därmed att reumatiker klarar att öppna förpackningen utan redskap (vilket ju inte ens friska klarar utan vissa problem).

Carin

Svar Insändare Ny mjölkförpackning

Tack för ditt engagemang och synpunkter. Förpackningar är ett stort problem för många men särskilt för reumatiker. Reumatikerförbundet började 2003 arbeta för mer lättöppnade och lätthanterliga förpackningar både med opinionsbildning och att ta fram en metod som bedömde om de var lättöppnade.

Vid Spenshult testade en grupp på 100 reumatiker med olika typer av nedsatt handfunktion olika förpackningar samtidigt som deras funktionsnedsättning mättes. Handstyrkan, ett av måtten, för gruppen var i medeltal 50 Newton mot 420 Newton för medelstyrkan hos en man. Sedan dess har mer än 50 grupper om 10 personer testat olika produkter. Varje testgrupps funktionsnedsättningar mäts så att testresultaten blir jämförbara med tidigare grupper och 100-gruppen.

Alla hanteringsmoment ska, av en grupp med konstaterad omfattande nedsatt handfunktion, få lägst 5 på en 9-gradig skala i alla hanteringsmoment för att produkten ska bedömas som lättöppnad och bli godkänd. Metodutvecklingen följdes av Konsumentverk, Läkemedelsverk och branschorganisationer.

Man kan alltid diskutera var gränsen ska ligga för godkänd. Vi undersökte hur andra märkningar som tex Svanenmärkningen hade lyckats få genomslag. Vi var klara över att om ribban för att Reumatikerförbundet skulle godkänna en förpackning som lättöppnad lades för högt skulle inga företag vara intresserade, det skulle bli för dyrt för dem eller kräva för mycket material ur miljösynpunkt.

Det är viktigt att få företagen intresserade av att utveckla produkter som gör det lättare att hantera dem. Det har vi också fått. Tetra Pak som samarbetat med oss sedan 2004 är ett bra exempel. Den nya mjölkförpackningen är testad och godkänd och Tetra Pak har lyssnat på testdeltagarnas synpunkter.

Däremot krävs det att man förstår hur man ska öppna den nya mjölkförpackningen för att den ska vara lättöppnad. När vi gör testerna förklarar vi exakt hur man ska göra när man öppnar förpackningen. Innerförslutningen på den här mjölkförpackningen öppnas på ett helt nytt sätt, först böjer man upp flärpen och släpper in lite luft, sen dra man flärpen med en cirkulär rörelse. Om man drar åt rätt håll krävs nästan ingen kraft alls för att få upp den medan det är svårt om man

drar åt fel håll. Vi kommer att ta upp denna fråga med Tetra Pak och hoppas att de ska ge en tydlig öppningsanvisning på förpackningen.

Vi kommer också att försöka påverka Tetra Pak att göra en större flärp, om möjligt med hål i så att det är lättare för alla som har nedsatt pincettgrepp.

I det här arbetet representerar vi inte bara reumatiker utan pensionsorganisationerna och andra handikappförbund också.

Vi välkomnar fler som testpersoner. Framför allt boende nära Bollnäs, Gävle, Göteborg, Halmstad, Stockholm och Sundsvall.

Leif Hansson

leif.hansson@reumatikerforbundet.org

Ringen Fingerfärdig®

Prisbelönad fingerortos som förenar funktion med skönhet.



18K guld



sterlingsilver



turkos och rubin-
röd plast



transparent och
m. blå plast

Den används vid behandling av bl.a;

Svanhalsdeformitet, Malletfinger, Immobilisering, Triggerfinger, Stabilisering av IP och MCP lederna, Boutonniereformitet, Lateraldeviation och Ehler Danio's syndrom = överrörlighet.



Tällbergsvägen 163, SE-793 70 Tällberg, Sweden, Tel: +46 (0) 247-50564,
Fax: +46 (0) 247-50373, E-mail: info@imgrorlighet.se, www.imgrorlighet.se

Spelar du golf?

En stund dröjde jag med svaret!
"Nej, jag har ett handikapp."

Löven prasslade och rasslade
Blad på blad föll och föll och föll
Från ekarna, från björkarna
Från lönnen strax intill
Prassel, rassel, tissel, tassel...

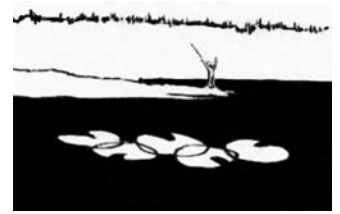
Jag stödde tungt
På käppar två
Log och försökte
Gå min väg...

Frågan är ett hån
- men givetvis berättigad -
Svaret blott ett lån
Från redan ansträngt material!

Jag jublar över golf!
Och tennis!
Ping-pong!
Fotboll!
Handboll!
Rugby!
Cricket!
Jublar över storlalom förstås!
Tresteg, konståkning och höjdhopp!
You name it!

Jag blir aldrig drottning
I kampsportens galleria
- en dröm om det ouppnåeliga -
Men rädd att åter avstå
Från det "möjligas" sfär...

Men frågan är:
Vad vill jag?
Vad avser jag att vinna?
Hur många trådar än att tvinna?
Hur ser min långa livsplan ut?
Orkar jag hålla den långa linan
- ut i rymderna -
Med VM och OS och Gud Vet Vad
Guld i Canmore, silver i Japan?
I vad om jag får fråga?
Jag undrar, om jag jagad är...
Om jag sponsrad blir?
Jag vet inte, om jag längre räknas!
Men jag tränar för att testa
Om jag mänskligheten
Värdig är!



Hybris! Hybris!
Ett kungarrike för min svarta tjärn
- i skogens gömma -
Som hälsar min lekamen
Utan frågor, utan krav
- just -
för den jag enbart är -

Greta Sörlin

Tant Signe på hälsoresa

Signe har länge talat om att hon borde bli vegetarian. Hon har haft värk i tjugo år nu och skulle vilja pröva om hon blir bättre om hon inte äter kött eller fisk. Signe skall fylla sextio och har av sagt sig all uppvaktning. Detta med att pröva att äta vegetariskt tar hennes släktingar fasta på och pratar ihop sig om att som present ge henne en vecka på ett hälsohem där hon kan pröva vegetarisk kost.

Detta passar Signe perfekt och hon börjar studera hälsohemmens broschyrer och annonser. Hon kollar även på Internet och är en hejare på att söka på orden "hälsa" och "hälsohem". Hon fastnar till slut för Hälsans hälsohem i Svanstein. Det ligger i Norrbotten ovanför polcirkeln. Det är känt för sin goda mat och har många stamgäster som återkommer. Men det finns även vanlig nyttig mat.

Nu har Signe bestämt ett datum i april då resan skall bli av. Flera veckor i förväg planerar hon packningen och gör listor på vad hon skall ta med sig. I april kan det vara kallt och hon plockar därför fram varma underkläder, skinnmössa, handskar och täckbyxor. För man ska vara mycket utomhus även om det är kallt och blåsigt. Det blir en lång bussresa som tar hela dagen i anspråk. Det ligger kvar ett par fina skinnhandskar i bussen när Signe skall stiga av. De passar henne bra och hon tar hand om dem.

Visserligen blir det en halvtimmes paus i Luleå där man skulle hinna äta lunch, men Signe har garderat sig med smörgåsar, många smörgåsar så hon klarar sig hela dagen. Hon hade ändå en halv limpa kvar hemma och nu kom den ju till användning. Det är för dyrt att äta på restauranger och nu ska ju Signe äta vegetariskt så hon har mackor med gurka på. Billigt skall det vara för Signe är ekonomisk på gränsen till snål.

På hälsohemmet finns många behandlingar man kan unna sig. Vissa kostar ganska mycket men några ingår i priset för boendet. Frukost, lunch, middag ingår samt te på

eftermiddag och kväll. Signe behöver inte köpa något på hela veckan. Det blir en billig vecka. Dagstidningar finns att läsa i matsalen och frukt har hon med sig. Hon har handlat andrasorteringsfrukt på Rimi för fem kronor kilot så det bör räcka hela veckan. Tänk, i matsalen tar de två kronor för en frukt, det är hutlöst, tycker Signe.

Vattengymna skall hon förstås vara med på för det är gratis liksom alla andra gympapass. Signe njuter vid måltiderna och äter sakta och länge. Hon får äta vad hon vill och hur mycket hon vill. Det är bara att lägga för sig. Hon frossar i oliver, sparris, groddar och ärtskidor. Bovete gröt är bra för magen förstås men det som är billigt kan man ju äta hemma. Det finns en hirsgröt som inte alls ser god ut, men som är väldigt nyttig. Tänk, att det finns så mycket gott att välja till frukost! Sådana här frukostar med honungsmelon, apelsinklyftor, keso i en hel vecka, så härligt! Efter varje måltid skall man dricka kanelte för det är bra för matsmältningen. Det står termosar framme på kvällen med kanelte, men det finns inget kaffe.

Gymmet och bassängen kan gästerna använda på tider när inget program pågår där. Varje dag får man pröva någon ny sorts avslappande aktivitet såsom "antigymna" eller yoga eller meditation. Signe trivs med bollgymna. Man står med ryggen mot en vägg och har en tennisboll mellan ryggen och väggen. Sen rör man på sig och då blir det en skön massage för rygg och axlar. Om hon blir ensam med gympaledaren nån stund skall hon fråga om hon kan få med sig en tennisboll hem. De är nog inte så billiga att köpa.

Sista kvällen innan hemfärd får gästerna äta så mycket frukt de vill. Signe passar på att förse sig för hemresan. Hon stoppar en del frukt i en kasse att ha att äta på bussen och kanske in på nästa vecka. Det var ju gratis.

Inger Kristina Sandberg

Tack och adjö från kassören

Sedan mars 1993 har Ingrid Andersson suttit på olika poster i styrelsen för Reumatikerföreningen i Malmö. Nu vill hon tacka för sig.

”Jag har haft ett enormt trevligt uppdrag, alltid mötts med respekt såväl som med värme och uppskattning.”...”Vi har alltid haft högt i tak vid våra styrelsemöten och vid övriga sammankomster och vi har alla respekterat det arbete de olika ledamöterna har lagt ner för att vi skall få en väl fungerande verksamhet inom föreningen. Skratten har aldrig varit långt borta!”

”Jag vill ta tillfället i akt och tacka alla som jag har samarbetat med. Naturligtvis riktar jag mitt tack till ordföranden och övriga styrelseledamöter, nuvarande såväl som tidigare, men mitt största tack riktar jag dock till Sirpa på kansliet och övrig kanslipersonal.”

”Visst känns det lite vemodigt att lämna ett uppdrag jag trivts så bra med, men tiden går och nya krafter bör ta vid. Jag vet att jag lämnar en välkött förening med god ekonomi, och jag vet också att den nya kassören, Ulrika Ljungquist, är den bästa Reumatikerföreningen kan få. Hon är kunnig, hon är ung och hon är framåt!”

”Helt och hållet lämnar jag dock inte mitt arbete för föreningen. På årsmötet den 13 februari i år valdes jag till revisor, vilket innebär att jag även framöver kommer att ha viss kontakt med styrelsen såväl som med de anställda. Jag kommer också att ha kvar vissa andra, mindre arbetskrävande, uppdrag inom föreningen.”

Ingrid Andersson

Sjuka och handikappade diskrimineras i dagens Sverige

I vårt moderna samhälle får vi absolut inte säga något ofördelaktigt mot homosexuella eller invandrare. Naturligtvis ska vi heller inte göra det. Men en rad myndigheter, kommuner, landsting, Försäkringskassa m.fl. diskriminerar faktiskt oss sjuka och handikappade. Man tar för givet att ingen ur den målgruppen opponerar sig, så mot dem kan vi göra som vi vill. De som har ständigt värk och kanske inte kan röra sig, de som faktiskt inte har ork att sätta sig upp mot beslut. Dem kan man hur lätt som helst köra över.

Det finns faktiskt ett skäl, en orsak till varför en människa inte kan arbeta eller ens återgå till arbetet igen. Men för alliansen är ingen sjukdom eller skada så allvarlig att man inte kan arbeta, 100 procent. Så sjukt är vårt samhälle. Det måste vara den värsta sjukdom att vara så empatilös som våra politiker att inte kunna förstå.

Försäkringkassan tar sina egna huvudlösa beslut och i många fall sätter de sjuka på pottan. Kommuner försvårar för handikappade bl.a. genom tillgången till färdtjänst. Landsting sparar in på livsnödvändig behandling och vi medborgare rynkar på näsan åt sjukdomar vi inte förstår oss på. Kan det verkligen vara så farligt. Det här är bara ett axplock av allt förnederi.

Det finns inga ord för den diskriminering samhället utsätter sina medborgare för och sedan sätter ouppnåliga krav på. Men antagligen är det väl inte så noga med oss, som med de andra i samhället.

Helene Andersson

Ris och ros

Tack för en trevlig tidning; Anders Arhammars krönikor uppskattas varje gång och i senaste numret log jag åt den underbart uppiggande framsidan, samt artikeln om Evelina Bramstång. För övrigt uppskattade jag oerhört mycket detta om Eira studien och i synnerhet Ulrika Bergstens undersökning om egna tankar om orsak till sjukdom. Detta är något som verkligen behöver tas på riktigt stort allvar, detta att för det mesta så känner var och en, just ett särskilt ögonblick då det händer något allvarligt ”systemfel” i kroppen/ofa överbelastning. Det är i detta stressade samhälle och när vi lever så pressat/onaturligt som vi tvingas göra, som många av oss blir sjuka. Lyssna på människan bakom journalen!

Till sist vill jag be er att genast sluta med att lägga in ”röriga, färgade, mönstrade bakgrunder” under dikterna. De blir ju omöjliga att läsa och i vanliga fall har jag stor behållning av andra människors tankar som har kommit på pränt. Med vänlig hälsning

Gunilla F

Svar: Hej Gunilla! Vi har tagit till oss kritiken om röriga bakgrunder och kommer inte ha det fortsättningsvis.

Redaktionen