

Hjálpin mín - Göngustafur

Eftir Bergþóru Bergsdóttur

Það er misjafnt hvaða viðhorf við MS-ingar höfum til hjálpartækja.

Sum okkar eru háð þeim og hafa ekkert val. Sum okkar vilja helst ekki vita af þeim fyrr en í lengstu lög og við skakklöppumst frekar um eins og dauðadrukkin heldur en að styðja okkur við staf eða hækju. Sum okkar gera sér grein fyrir því að hjálpartæki eru gerð til að aðstoða fólk sem á við einhverja fötlun að stríða og geta hjálpað við að auðvelda okkur daglegt líf.

Það þarf varla að taka fram að við eigum ekki að skammast okkar fyrir að nota hjálpartæki. Þau eru til þess að létta okkur lífið og við eigum að hugsa hlýlega til þeirra og nota þegar þeirra er þörf.

Til eru göngustafir sem hægt er að brjóta saman í fernt og hafa í hliðartösku eða bakpoka. Það þarf því enginn að sjá að við erum með staf meðferðis, ja nema þegar á þarf að halda. Þá getur heldur betur verið gott að vita af honum innan seilingar til að ganga áfram með reisn. Að auki eru þessir samanbrjótanlegu stafir ekki bara handhægir heldur einnig flottir.

Ég keypti minn staf í Drangey í Smáralind en einnig fást þeir í Tösku- og hanskabúðinni á Skólavörðustíg, Eirberg á Stórhöfða og jafnvel á fleiri stöðum. Verð þeirra liggur á bilinu 5.900 – 7.900 kr.

Að sjálfsgöðu er hægt að stilla hæð stafanna og til er stafur sem er í XL, þ.e. hentar vel hávöxnu fólki. ■



Bergþóra með göngustafinn góða.

Þjónusta MS-félagsins

Skrifstofa félagsins að Sléttuvegi 5 í Reykjavík er að öllu jöfnu opin milli kl. 10 og 15 virka daga. Á skrifstofunni er hægt að nálgast ýmiss konar upplýsingar og aðstoð, sem og panta tíma hjá félagsráðgjafa, skrá sig á námskeið, panta íbúðina ofl. Síminn er 568 8620 og tölvupóstfang msfelag@msfelag.is.

Formaður er með viðtalstíma á þriðjudögum og fimmtudögum milli kl. 13 og 15. Gott er að hringja á undan sér og athuga með tíma.

Félagsráðgjafi er með viðveru á föstudögum. Hægt er að panta viðtalstíma eða símaviðtal.

Svæðanuddari er með viðveru á mánudögum, nánari upplýsingar og tímapantanir í síma 898 2970 (Ingdís).

Íbúð MS-félagsins að Sléttuvegi 9 í Reykjavík stendur félagsmönnum og aðstandendum til boða. Íbúðin er í lyftuhúsi og er sérútbúin fyrir fatlaða. Útbúnaður miðast við fjóra og er einnig hægt að leigja sængurföt og handklæði. Nánari upplýsingar og myndir er að finna á heimasíðunni.

MS Setrið, þekking, þjálfun, þjónusta er starfrækt í húsnæði félagsins að Sléttuvegi 5. Í MS Setrinu fá MS-sjúklingar viðeigandi umönnun og endurhæfingu. Nánari upplýsingar á heimasíðunni og í síma 568 8630.

Spjallhópar. Á heimasíðunni er að finna upplýsingar um spjallhópa og tengiliði félagsins víðsvegar um landið. **Veturinn 2011/2012 er hægt að sækja um styrk til félagsins til að koma á fót og/eða efla spjallhópa utan höfuðborgarsvæðisins.**

Minningarkort og gjafakort. Hægt er að styrkja félagið með því að senda minningarkort eða gjafakort í nafni þess. Kortin má panta í síma 568 8620 eða með tölvupósti msfelag@msfelag.is Hægt er að greiða með greiðslukortum, millifærslu eða gíróseðli. Áprentaður texti er á minningarkortum en hægt er að ráða texta á gjafakortum.