

UNDRA

OCH HJÄLPARHANDEN



Jeanette Milde

Barn mår bra av att veta

En del barn har en hand som fungerar bra och en hand som är svårare att använda. Då kan man behöva träna den hand som är lite svårare att använda. Det finns en träningsmetod som heter Constraint Induced Movement Therapy, den brukar förkortas till CI-terapi. När man använder den, tränar man med vante på bästa handen. Man använder vante för att träningen ska bli så effektiv som möjligt.

Det är svårt att förklara för barn varför man behöver träna på detta sätt, därför har vi gjort den här boken. Barnet och kompisarna får genom berättelsen veta vad som kommer att hända. Igenkänningen ger trygghet, ”Aha, nu händer det här, precis som i berättelsen.” När barnet är förberett ökar möjligheten att förstå och vara motiverad till att träna.

Vi hoppas att ni läser denna berättelse några gånger med ert barn innan ni ska börja en CI-träningsperiod.

Välj det ord som passar er

Vi har valt att kalla den hand som barnet har nedsatt funktion i för ”krångelhanden”. Kanske använder ni ett annat namn hemma. När ni läser, kan ni använda det ord som passar er.

En berättelse för barn

Om ert barn ska träna på förskola, be personalen läsa boken för de andra barnen, gärna på samlingen, innan träningsperioden börjar. På så sätt får både personalen och de andra barnen lite inblick i varför ert barn ska träna med vante.

Vi hoppas att ni har glädje av berättelsen om Undra och Lollo som ska träna sina krångelhänder så de blir hjälparhänder!

Copyright © text Jeanette Milde och Habilitering & Hälsa, Region Stockholm, 2013

Copyright © bild Jeanette Milde, 2013

Formgivning Jeanette Milde

I samarbete med Ann-Christin Eliasson, Britt-Marie Zethræus och Ylva Bergh



Undra och
HJÄLPARHANDEN



Undra är barnens vän.

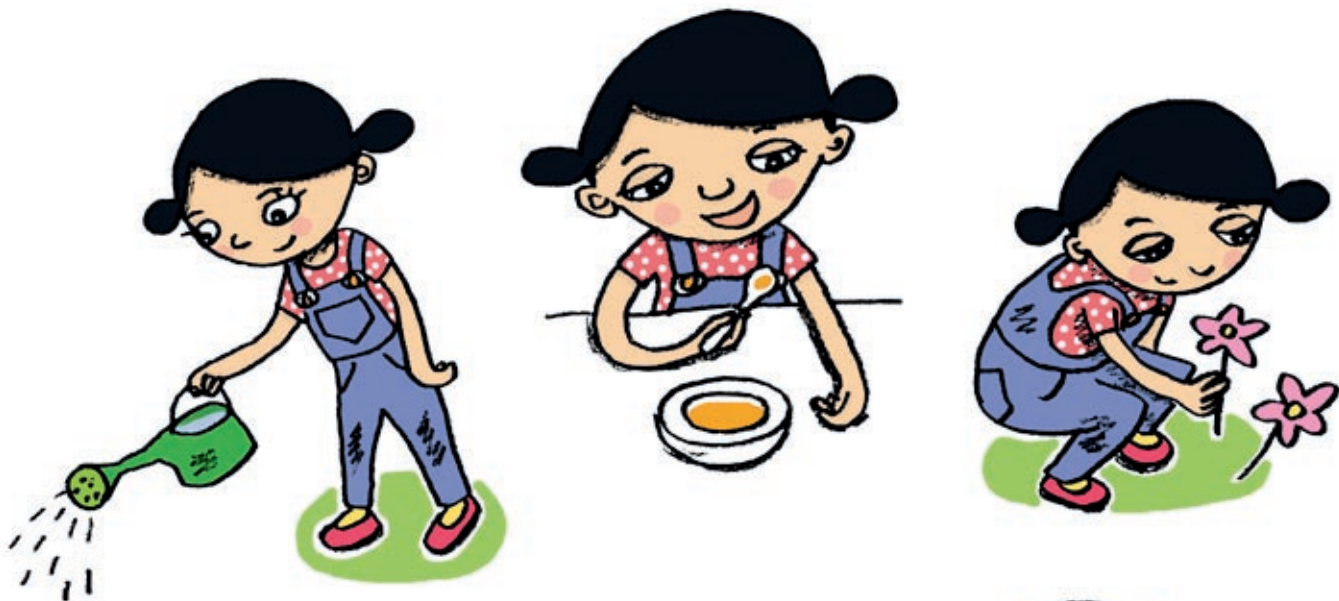
Oj! Undra har gjort sig illa.

Hon har gips på ena handen.

– Aj, aj! säger Lollo.

– Nu får andra handen jobba, säger

Undra. Det blir lite krångligare.



Lollo har också två händer.

En fixarhand som fixar det mesta.

Och en krångelhand.

– Den kan hjälpa till, säger Undra.

– Nej! säger Lollo. Den krånglar!

– Vi kan träna våra krångelhänder,
säger Undra, då blir de hjälparhänder!





Ta av strumpan.



Skala en banan.

6.

Tillsammans kan fixarhanden och hjälparhanden lära sig:



Öppna paket.

Men då måste hjälparhanden
få träna sig utan fixarhanden.



Undra har gips på sin fixarhand.

– Du får ha en vante på din, säger Undra.

Då får krångelhanden träna ifred.

– Vilka roliga vantar, säger Undra.

Vilken ska du välja?

Lollo väljer en glad gubbe.

Undra vill också ha en glad gubbe.





Alla som vill lära sig något måste träna.

Vill man kunna hoppa på ett ben
måste man hoppa och hoppa
i många dagar.

Hoppsan! Ibland blir det tokigt. Då provar man igen.



Vill man kunna vissla
måste man vissla och vissla
i många dagar.

En krångelhand
som vill bli hjälparhand
behöver träna i många dagar.

– Lollo, säger Undra,
vi tränar i många dagar.
Sen har vi fest!



Undra och Lollo går på upptäcktsfärd INNE
för att se vad de kan öva.

Ett torn! Kan vi putta?



En bok! Kan vi bläddra?



Vatten! Kan vi plaska?

Undra och Lollo går på upptäcktsfärd UTE.



En ballong!

Kan vi slå den upp i luften?



Sandlådan! Kan vi baka?

Stenar! Kan vi plocka?



Nästa dag gömmer Undra många saker i en låda.



Lollo hittar bilen.

Den är svår att ta med handen.

Lollo blir arg.

– Jag gjorde för svårt, säger Undra.

Vi provar igen.

Heja, heja!

Vi ger oss inte.

Undra och Lollo tränar många dagar.

Ibland är de trötta.

Men de lär sig nya saker.



NU kan jag ta av
glasspappret.



Titta, NU kan jag
hålla i när jag
gungar också.

Lollo och Undra är glada!

Deras krångelhänder har blivit hjälparhänder.



- Vi har varit duktiga, säger Undra.
- Ge mig high five!
- Hurra, säger Lollo, nu har vi fest.

VECKANS FOKUS



Tänk på:



Vecka....

Dagbok	Minuter		Kommentarer
Måndag			
Tisdag			
Onsdag			
Torsdag			
Freitag			
Lördag			
Söndag			
Total tid			

Barnets namn.....

UNDRA

OCH HJÄLPARHANDEN

Undra är en liten
superhjälte som tar
reda på saker som barn
med funktionsnedsättning och
deras kompisar kan undra över.

När ett barn kallar, kommer Undra direkt och
tar reda på sitt uppdrag. I den här boken hjälper Undra
Lollo att göra saker som är svåra, som att träna
sin krångelhand så den blir en hjälparhand.