



# Praktisk tilrettelegging av skolehverdagen når man har akondroplasi, MO, OI eller AMC

*Unni Steen og Trine Bathen*

*Ergoterapeuter,  
Februar 2022*

# Mye felles

- Hverdagsgjøremålene kan kreve mer tid og krefter
  - Kan trenge noe mer hjelp i hverdagen enn jevnaldrende
  - Smerter og slitenhet
- Lavere høyde - kan bli behandlet som yngre enn man er
  - Utfordrende å holde tritt med jevnaldrende
- Upraktisk og slitsomt i mange sammenhenger
- Blir lei av å bli stilt spørsmål
- Finner ofte egne måter å utføre aktiviteter på
- Å være spesiell – kan også bli en styrke



**Er først og fremst et helt vanlig barn!**



# Kan ha behov for tilrettelegging

- Skoleveien
- Komme seg inn på skolen og rundt i bygningen
- Rekke opp / få tak i ting
- Påkledning
- Toalettbesøk
- Bord og stol, sittestilling
- Finmotoriske aktiviteter (skriving, tegning, klipping, musikkinstrumenter..)
- Turer og utedager

➤ Hva kan være lure løsninger?



# Ta en tur på skolen

- Ta med barnet ditt, ergoterapeut og en fra skolens ledelse
- Gå gjennom alle stedene barnet skal være:
  - Åpne dører
  - Garderoben, toalettet
  - Klasserommet og andre grupperom
  - Gymsalen
  - AKS/SFO
  - Uteplassen



- Trengs det små eller store endringer for at barnet ditt skal ha en tryggest mulig skoledag og kunne delta i aktivitet sammen med andre elevene, inne og ute?

# Tilrettelegging av lokaler

## Generell tilgjengelighet

- Åpne dører
  - Lette pumper på tunge dører, eventuelt automatisk døråpner
- Trapper
  - Passe høyt rekkverk
- Tilgang til heis?
- Ramper?

## Garderober

- Senke høyden på knagg og hylle/kurv i garderoben?
- Behov for krakk/benk til påkledning?



# Toalett

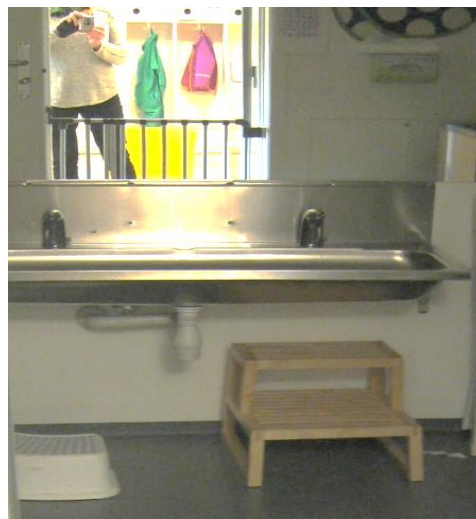
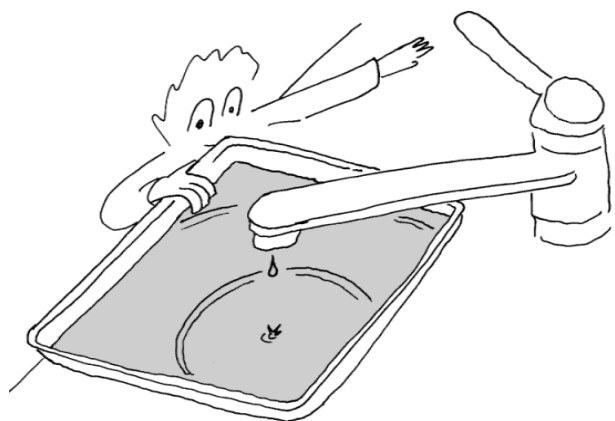
- Toalett som barnet mestrer og som føles trygt
- Spyl / føn-toalett hvis vansker med å rekke fram
- Vask i riktig høyde, evt regulerbart eller krakk under vasken
- Kran med lang hendel og evt kranforlenger (Aqua duck)



Bilde: VVS Eksperten



Svan balance, Hepro AS



Bilde: Aqueduck.com



# Klasserommet

- Plassering av fellesutstyr slik at alle rekker opp
- Flyttbar skammel og/eller to-trinns krakk som alltid er tilgjengelig der den trengs
- Lang benk til å stå på under tavle/smart board /oppslagstavle
- Plassering i klasserommet?
- Behov for hvileplass i klasserommet eller i et annet rom?



# Passende stol og bord

Bordet - for noen er det nyttig med:

- høyderregulering
- utsparing, det gir støtte for underarmene og større tilgjengelig bordplass ved korte armer
- krok til å henge sekken på



Stolen- for noen nyttig med:

- stol som kan tilpasses
- regulerbart sete og fotbrett
- Stol som er lett å komme opp og ned av selv





# Skriving - mange mulige løsninger

- Bruke vanlig blyant? Behov for spesialgrep?
- Noen har nytte av digitale hjelpemidler – spesielt når skrivemengden og tempoet øker
  - PC eller nettbrett?
  - Bære fram og tilbake til skolen – eller en hjemme og en på skolen?
  - Hvis stasjonær pc på skolen; vær obs på plassering av maskinen
- Ved all PC bruk, vær obs på arbeidsstilling
- A4 i høydeformat bli for stort ved korte armer, be evt om spesialutgave i annet format

# Hva er et normalt blyantgrep?

Tidligere mente man at kun trefingergrep var "normalt". Flere studier i ulike land har påvist at flere ulike grep brukes like hyppig av barn.

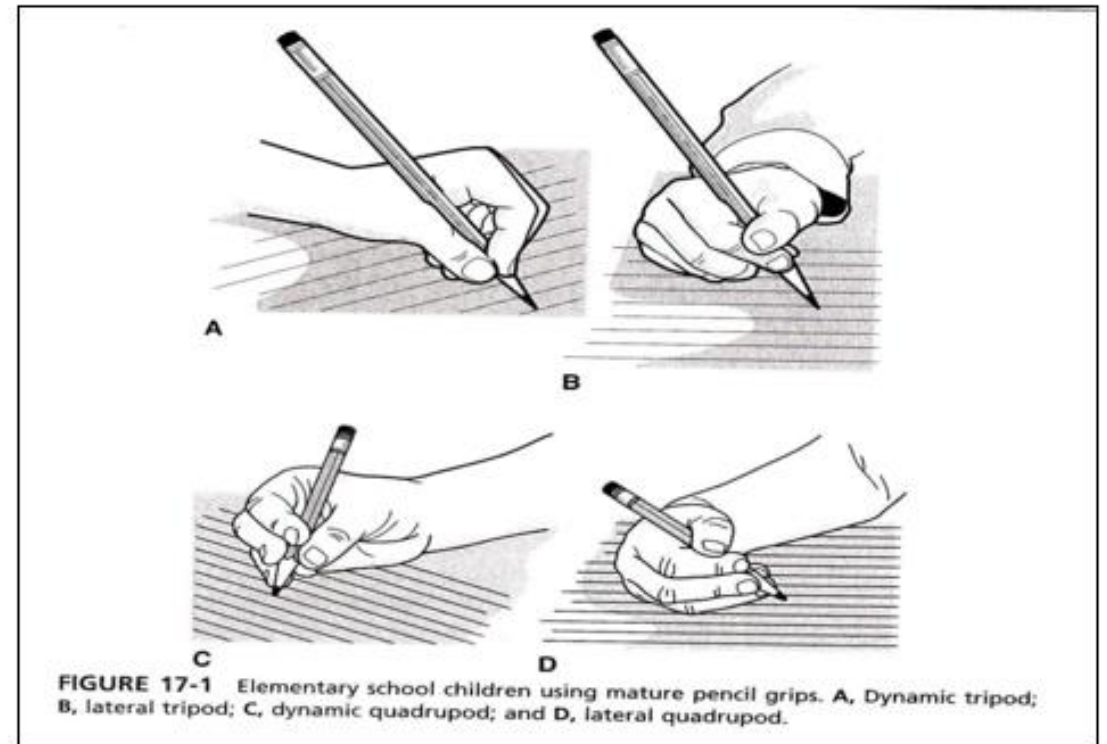
Vi snakker i dag om 4 "normale" grep:

A - dynamisk trefinger grep

B - lateralt trefingergrep

C - dynamisk firefingergrep

D - lateralt firefingergrep



Jane Case Smith. Occupational therapy for children 5th. Edition. 2005.

# Behov for spesialgrep på blyant?

- Utfordringer med grep?
- Smerter fordi blyant, saks etc klemmer mot kuler på fingrene?
- Behov for noe spesialutstyr?



Bilde spesialgrep: Norsk Teknisk Ortopedi



Mange ulike blyantgrep i vanlig handel



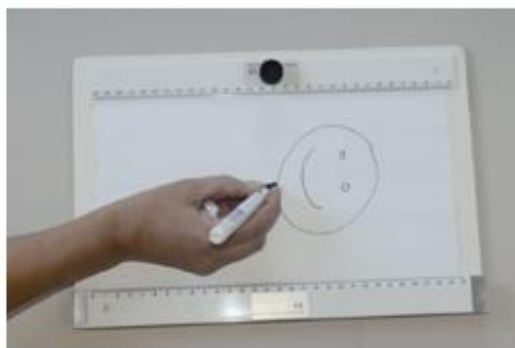
Mange ulike skriveredskaper å få kjøpt

# Mulige løsninger ved greps-utfordringer

Sklisikkert underlag (sklikke) under skriveboka/arket



Magnetskriveplate med linjal



Bilde fra NAV hjelpemiddeldatabasen

Saks – mange løsninger



# Mulige løsninger ved greps-utfordringer, fortsatt

- Noen trenger spesialgrep på utstyr



Bilde: Norsk Teknisk Ortopedi

# Hvem anskaffer spesialutstyr?

- Skolen skal tilrettelegge så alle barn kan delta i undervisningen.
  - Pedagogisk utstyr = skolens ansvar
- Spesieltilpassede hjelpemidler for ditt barn dekkes av NAV
  - = ortopediske hjelpemidler
- Småhjelpemidler: Stønad på 2000,- fra NAV, til innkjøp av hjelpemidlene
  - **Ikke velg hjelpemidler hvis barnet greier seg godt uten**

# Tilrettelegging av praktisk- estetiske fag: Mat og helse, kunst og håndverk, musikk



- **Lurt å ligge litt i forkant** og snakke med lærer om hva som kommer av aktiviteter  
Mye kan løses med fantasi og samarbeid
- **Mat og helse:** Behov for hjelpemidler eller andre måter å tilpasse oppgavene på?
- **Mulige løsninger kan være:**
  - Sklisikkert underlag, skjærebrett med spiker, kniver med vinklet skaft
  - Regulerbar arbeidsstol, for å nå opp



# Praktisk – estetiske fag fortsatt

## Kunst og håndverk:

Trengs det tilpasning av redskaper?

Forlengede skaft? Tilpasset grep?

## Musikk:

Hvilke instrumenter kan velges – trengs det tilpasninger?

Ortopediingeniør kan tilpasse grep (Norsk teknisk Ortopedi , Sofies Minde)



Bilder fra Norsk teknisk ortopedi, Ottestad





# Uteplassen, alle skal få delta

- Viktig å komme til der leken foregår
- Behov for tilrettelegging på skolens uteplass?
- Behov for anskaffelse av nye lekeapparater
  
- Uteplassen er både til fri lek og «time out» for alle
  
- Å delta i Foreldreutvalget på skolen kan gi mulighet for å påvirke innkjøp av husker og lekeapparater til utelekeplassen



[KS 2020, Skoler og barnehager Design-er-mangfold-F41-WEB.pdf \(ks.no\)](#)



# Å komme seg rundt inne og ute

- Ute på skoleplassen og på turer
  - sommer og vinter
- Inne i klasserommet, spesialrom og korridorer
- I gymmen



Sykkel for kortvokste barn,  
Foto fra Skeno.no



➤ Hjelpemidlene bør gi mulighet til aktivitet og lek med medelever

# Rullestoler – til ulikt bruk

- Lett manuell inne-rullestol
  
- Elektriske rullestol(er)
  - kombinert inne/ute stol og/eller ren utestol?

# Utedager og turer

- Planlegging i god tid; faste aktivitetsdager, leirskole og lignende
- Vurdere bruk av hjelpemidler og hvordan de skal fraktes med
- Gå hele veien eller kjøre deler av veien?



Sykkel for kortvokste barn,  
Foto fra Skeno.no



# Skoleveien – en sosial arena

- Gå, sykle, kjøres, taxi?
- Ekstra sett skolebøker for å unngå for tung sekk?



# Beredskapsplan ved økt fare for brudd

- Plan for hva som skal gjøres ved mistanke om brudd
  - oversikt over tegnene på at brudd har oppstått
  - veiledning i akuttbehandling (inkludert smertelindring)
  - navn og telefonnummer til den/de som skal kontaktes.
- Personalet på skolen må gjøres kjent med planen og barnets reaksjon på smerte
- Lag en liten "førstehjelpssekk for brudd" som kan være med på turer etc
  - ispose
  - støttebandasje
  - smertestillende (etter avtale med foreldre)



# Aktivitet

- Viktig å delta i aktiviteter sammen med andre
- Åpenhet og informasjon om diagnosen
- Balanse mellom å delta i aktivitet og fare for brudd og skader
- Nødvendige forholdsregler må tas
  - Hensyn og spilleregler i leken
  - Uteplassen; tilgjengelighet og muligheter for aktivitet hele året



# Aktivitetshjelpemidler – fra NAV

- Aktivitetshjelpemidler er hjelpemidler som er spesielt utviklet for at personer med nedsatt funksjonsevne skal kunne delta i fysisk aktivitet. Det kan gis stønad til å bedrive aktivitet alene eller sammen med andre.
- Det gis stønad til spesiallaget utstyr og spesialtilpasninger. Det gis ikke stønad til hobbyaktiviteter, vanlig sportsutstyr eller konkurranseutstyr.
- For personer under 26 år dekker NAV utgiftene til aktivitetshjelpemiddelet. Personer over 26 år må betale en egenandel.
- Film om [aktivitetshjelpemidler – teknikkens muliggjørere](#)
- Mer informasjon hos TRS: [Hjelpemidler, tilrettelegging, bil og bolig - Sunnaas sykehus](#)



# Lovverk om hjelpemidler

- **Folketrygdloven § 10.5-7**

”Hjelpemidler til bedring av funksjonsevnen i dagliglivet” (inkl skole). Nødvendige og hensiktsmessige.

”Hjelpemidler til trening, stimulering og aktivisering” (aktivitetshjelpemidler)

”Ortopediske hjelpemidler”

- «Stønad til småhjelpemidler» - ca 2000,- (gjelder for 4 år)
- Hjelpemidler søkes og lånes ut fra fylkets Hjelpemiddelsentral
- Individuelle hjelpemidler til bruk i skolen kan tas med ved overgang til ny skole
- Fastmontert utstyr og pedagogisk utstyr må finansieres over skolens budsjett

# Samarbeidspartnere

- Kommunens ergoterapeut og/eller fysioterapeut er viktig samarbeidspartnere for vurdering av tilpasning av skole og hjemme og utprøving av hjelpemidler
- Ortopediske verksteder er viktige samarbeidspartnere for tilpasning av grep på utstyr og skinner/ortoser

# Noen aktuelle nettsider

- Interesseforeninger
  - [Norsk interesseforening for kortvokste \(NiK\)](#)
  - [Norsk MO- og Olliersforening](#)
  - [Norsk forening for Osteogenesis Imperfecta](#)
  - [Landsforeningen for AMC](#)

Se også foreningenes facebook-sider
- Rettigheter og muligheter
  - [Buf dir: Familienettet. Støtte til familier med barn med funksjonsnedsettelse](#)
  - [Lover, rettigheter og tjenester – Tips og informasjon fra TRS, Sunnaas sykehus](#)
  - [Grunnskole og videregående skole - Sunnaas sykehus](#)
  - [Ressurside til nettkurs for foreldre om forberedelse til skolestart, 2022 – TRS, Sunnaas sykehus](#)
- Hjelpemiddelfirmaer, småhjelpemidler og andre hjelpemidler
  - [Aqueduck kranhendel og kranforlenger \(engelsk nettside\)](#)
  - [Firma Ronda: y-formet blyant, skrive redskaper, spesialsaker](#)
  - [Firma lek og lær \(grep på blyant\)](#)
  - [Firma VVS eksperten](#) (barnesete do gakk gakk)
  - [Firma Hepro:](#) (Svan balans, toaletttrinn)
  - [Firma Funksjonsutstyr:](#) (Spyl-føn toalett)
  - [Firma Geberit:](#) (Spyl-føn toalett)
- Om hjelpemidler
  - [Nav – om hjelpemidler](#)
  - [NAV hjelpemiddeldatabasen](#)
  - [Hjelpemidler, tilrettelegging, bil og bolig –Tips og informasjon fra TRS, Sunnaas sykehus](#)



# Lykke til med skolestarten!

Vi på TRS er gjerne diskusjonspartnere med dere og kommunens og skolens fagpersoner

