



PERSONLIG ASSISTANS TIPS

Nyhetsbrev 2014-09-18

Lika men olika

Att vi människor å ena sidan är lika varandra men å andra sidan väldigt olika är något som avspeglas i hur vi förhåller oss till att ha personlig assistans. Inte sällan får vi in motstridiga tips, den ene gör si, den andra tvärtom. Det gillar vi på PA-tips, för vi tror att vi kan göra mer nytta då och att besökarna genom den stora variationen lättare kan navigera sig fram till just sina sätt att ha personlig assistans.

Att förhålla sig till assistenterna

I kategorin Arbetsledning har vi samlat många tips som handlar om relationen till assistenterna och hur man förhåller sig till att ha personlig assistans. Hur nära relation vill man ha? Hur ser en professionell distans ut? Hur undviker man konflikter? Frågorna besvaras olika beroende på vem du frågar och inget svar är rätt eller fel.

Inget är för stort eller för litet

Vi har förstås tips om mycket annat. Just nu finns 13 kategorier med tips, allt från praktiska hjälpmedel, hur man lägger upp scheman, hur man skapar en god arbetsmiljö för sina assistenter till hur man reser med rullstol och personlig assistans. Inget är för stort eller för litet, inget för enkelt eller för svårt. Frågan är hur just du gör för att skapa en smidigare vardag.

PA-tips

Assistans-tips är ett projekt som drivs av Independent Living Institute med medel från Allmänna arvsfonden. På hemsidan patips.se och på [Facebook](https://www.facebook.com/patips) delar assistansanvändare med sig av sina egna idéer och lösningar på olika problem.

Lämna tips!

Ring 072 - 556 93 76, skicka e-post till susanne@patips.se eller ett meddelande via Facebook. Tipsen samlas in och dokumenteras via telefon, e-post eller hemma hos dig och du väljer hur mycket du vill berätta. Du väljer också om du vill synas i text och bild eller om du vill vara anonym.

Tipsa om oss!

Det enda sättet för oss att nå alla de ungefär 16000 assistansberättigade i Sverige är att vetskapen om oss sprids från mun till mun. Så ni som får det här nyhetsbrevet: dela med er! Ju fler som känner till PA-tips desto större nytta kan vi göra.

Några av våra senaste tips på patips.se:

[Kavaj som underlättar påklädning](#)

Tilde har en kavaj som är uppklippt baktill. Uppe vid kragen hålls båda sidorna ihop. Påklädningen är bekväm för Tilde och assistenterna och de sparar mycket tid och slit på handleder och axlar. Att lämna in en kavaj eller jacka till en skraddare kostar cirka 200-300 kronor.

[Förbereda en assistent inför ett arbetspass](#)

För att Anna ska kunna "leva ett liv som andra" vill hon inte gärna planera allt hon ska göra långt i förväg utan istället ha möjligheten att vara spontan. Här beskriver hon hur hon snabbt kan ändra planer men göra det så att det fungerar bra även för assistenten ur ett arbetsmiljöperspektiv.

[Förflyttningshjälpmedel från säng till rullstol](#)

Rune använder en barnpall när han ska ta sig från en säng till rullstol. Den placeras under ena handen så att madrassen inte sjunker ner när han skjuter ifrån.

[Hur en proffsig assistent ska vara](#)

Johanna har lämnat en lång text om vad hon förväntar sig av sina assistenter och som förvaras i hennes assistentpärm. På PA-tips är den uppdelad i fyra delar, fyra teman. Länken ovan går till Johannas samlade tips. Skrolla.

[Reparationsväska](#)

För Rune är det viktigt att ha med sig reparationsmaterial eftersom han aldrig vet vad som kan gå sönder och det kan vara svårt att få tag på nytt material. I väskan finns bland annat förlängningssladd, buntband, silvertejp och tvåkomponentsplastlagningsmedel.

[Att resa med respirator](#)

Med rätt bagage och förberedelser går det bra att resa med elektrisk rullstol och respirator. Tilde reser med fyra till sex assistenter beroende på hur långt hon ska. I tipset finns även annat som kan vara bra att tänka på och en lista på andra hjälpmedel som ska vara med på resan.

[Låt assistenten beskriva](#)

Gun-Britt är helt blind och använder sina assistenter till att beskriva miljön runt omkring henne, till exempel på stan eller i en affär. Inte bara av praktiska skäl utan också för att det då blir lite roligare att vara ute.

[Att rekrytera nya assistenter](#)

Yasmin beskriver hur hon gör när hon anställer nya assistenter. Bland annat är hennes sambo delaktig för hon tycker det är viktigt att personkemin fungerar för alla parter.

[Tjänstereglemente för personliga assistenter](#)

Rune har ett Tjänstereglemente, ett nedskrivet dokument, som punkt för punkt reglerar vad som gäller när man arbetar med honom. Där behandlas bland annat vem som svarar för den dagliga arbetsledningen, rutiner kring sjukanmälan och vissa bestämmelser om arbetstid.

[Tystnadsplikten](#)

Ett tips från Johanna är ett avtal om tystnadsplikt och innehåller bland annat svar på frågor som vad tystnadsplikt innebär, vilka uppgifter som gäller, och vad som händer om man bryter mot tystnadsplikten.

[Viktigt få rutiner](#)

Nedskrivna rutiner passar inte Annas sätt att ha personlig assistans. Hon tycker att det skulle bli alldeles för stelbent. Hon väljer istället att ge instruktioner och berätta allt efter hand i olika assistanssituationer och moment.