

Motion till RG Aktiv Rehabilitering årsmöte 4/4 2020.

Bakgrund

RG Aktivs har som uppdrag att inspirera personer med ryggmärgsskada och andra med liknande förutsättningar att maximera sin självständighet genom träning. Samt att med förebilder, kunskap och fokus på möjligheter stärka individers mod, vilja och förmåga till delaktighet i samhället.

Vi ser detta som ett väldigt viktigt uppdrag och vision i dagens samhälle. Idag är verksamheten inom RG aktiv mest fokuserad på personer med funktionsnedsättningar som gör att individen är beroende av rullstol i sin vardag. Vi är idag många som lever med ryggmärgsskador som ger oss stor påverkan i vår vardag, men där skadan inte är i samma omfattning och där vi kan förflytta oss själva, men med stora begränsningar. I dagens program inom förening känner många av oss gående att verksamheten inte är menad för oss. Vår vardag kan i vissa fall vara mer begränsad än för personer med medicinskt mer komplicerade skador, då gångsträckan avgör hur aktiva vi kan vara.

Att leva med en inkomplettskada innebär stora begränsningar i vardagen, vi lever ofta med samma påverkan som en individ med mer medicinskt komplicerade skador, bara i mindre omfattning. Vi lever med en svag kropp som inte fungerar som vi vill. Våra skador syns inte alltid, vilket gör att vår omgivning har svårt att förstå våra begränsningar. Att hitta en fungerande vardag där kroppen ska orka och hålla är en stor utmaning. Vi får heller inte samma hjälp av vården jämfört med den grupp som lever med större funktionsnedsättningar, men vi riskerar att drabbas av följsjukdomar så som hjärta kärlsjukdomar pga den inaktivitet våra funktionsnedsättningar skapar. Fysisk träning ger också en ökad livskvalitén på en mängd andra positiva sätt. Den förbättrar den mentala hälsa och ökar möjligheterna till ett socialt och aktivt liv.

Vi är många som i vår vardag inte hittar en fungerande meningsfull fritid, vi behöver speciallösningar på våra arbetsplatser, våra familjer påverkas då vår ork och funktionsbortfall gör att vi inte längre klarar av att ha en rik fritid och på så sätt blir mindre delaktiga i samhället. Vi är för "friska" för att anses behöva hjälp, men tillräckligt skadade för att lära oss att hantera en helt ny verklighet och vardag, här blir mötet med personer i samma situation oerhört viktig. Facebook gruppen Inkompleta skadade/gångare är en viktig plats för digitala möten, men vi är även i behov att mötas på riktigt. Lokala träffar för att dela erfarenheter och träningstips i behöver inte kosta mer än den tid det tar att sprida info om träffen. Dessa träffar kan till och med ske i offentliga rum så som caféer.

Vi är en grupp från Facebook gruppen "Inkompleta ryggmärgsskada/gångare" som gärna ser att vi som grupp blir mer inkluderade i RG aktivs program. Vi saknar idag en verksamhet där vi kan mötas och dela erfarenheter med varandra. Årligt läger där vi kan få mötas och få en aktiv fritid utifrån våra förutsättningar är något som vi önskar fanns inom RG Aktivs verksamhet.

Förslag, att inkludera inkompleta skadade mer i RG aktivs verksamhet med årliga träffar för denna grupp.

Mikael Baecklund
Maria Klement
Mfl.