

Med 15 tim./vecka är det då 41,45 tim./veckan som ska bort

Jag tittar på mitt beslut från försäkringskassan. Där står det att jag är beviljad 23 timmar/vecka för grundläggande behov och 56,45 timmar/vecka för övriga behov. För mig skulle det få stora konsekvenser om förslaget om 15 tim./vecka för övriga behov gick igenom.

Mina tider för övriga behov:

- Hjälp vid måltider och matlagning, **21 tim./vecka.**
- Hjälp med hushållssysslor, **8 tim./vecka.**
- Hjälp vid inköp, **4,75 tim./vecka.**
- Aktiv hjälp vid studier i hemmet, **7 tim./vecka.**
- Hjälp med att öppna post, betala räkningar m.m., **1 tim./vecka.**
- Hjälp vid utomhusaktiviteter och resor, **5 tim./vecka.**
- Hjälp vid kommunikation vid styrelse- och medlemsmöten, **1,39 tim./vecka.**
- Hjälp vid 3 resor/år som ordförande förening, **1,56 tim./vecka.**
- Hjälp vid gymnastik, **2,75 tim./vecka.**
- Hjälp vid bad 1 gång/vecka, **2 tim./vecka.**
- Dubbelassistans vid bad, **1,25 tim./vecka.**
- Hjälp till frisör, tandläkare m.m., **0,75 tim./vecka.**

Med 15 tim./vecka är det då 41,45 tim./veckan som ska bort. Antingen blir det inte gjort eller så får någon annan göra insatsen, antingen genom kommunala insatser såsom hemtjänst eller ledsagarservice. Eller så får familj och vänner ställa upp på frivillig basis. Antagligen skulle det bli en kombination av båda alternativen. Hjälp jag fick skulle inte bli på mina villkor i vilket fall. Jag skulle bli mer beroende av andras välvilja och inte kunna planera min tid som jag vill. Har jag städdag på en torsdag kan jag inte välja att städa på fredagen istället om jag vill göra något annat eller inte orkar städa just då. Detta är exempel på vad som händer på kort sikt.

På lång sikt är jag övertygad om att min psykiska och fysiska hälsa skulle påverkas. Jag skulle inte kunna leva det aktiva liv jag behöver för att må bra psykiskt. För att spara på tid för matlagning skulle jag få köpa mer färdigmat vilken är mer ohälsosam. Tid för att träna skulle minska. Min stress skulle öka. Antagligen skulle jag behöva mer sjukvård när jag mår sämre.

Jag hoppas verkligen att detta förslag inte genomförs!

Ulrika Friström