

LÄS & SKRIV

1/2025

En tidning från Dyslexiförbundet
och Skrivknuten | ÅRGÅNG 27

**Darius har
dyslexi och adhd
– nu är han kirurg**

Sid 12–14



Tema: Strategier och verktyg vid dyskalkyli

Ilana skapade egen lathund i matten sid 4

Gry vet exakt hur lång tid det tar att
tvätta håret sid 5

Välkommen in i värmen på Dyslexiförbundet!

Jag minns mitt första möte på Dyslexiförbundet. Jag hade nyligen förstått att jag hade dyslexi och att Dyslexiförbundet fanns, men det hette då FMLS (FMLS stod för Förbundet Mot Läs- och Skrivsvårigheter).

Jag kände mig mycket nervös första gången jag besökte FMLS som då hade lokaler på Snickarbacken i Stockholm. Men så fort jag kom in i rummet och började prata med de andra var det som att komma in i en ny och fantastisk värld där folk var som jag och förstod mig. Jag kom in i värmen. Det är säkert så många än idag känner när de första gången kommer på ett möte hos Dyslexiförbundet.

Att jobba i föreningslivet kan ibland upplevas lite tungt, med alla rutiner och protokoll. Men om vi då tänker på varför vi gör detta: alla med läs-, skriv- och räkningsvårigheter ska få komma in i värmen. Så som jag fick göra på mitt första möte. Då blir det lättare att orka med även de tråkiga delarna.

Ibland kan man också känna sig lite ensam i sitt föreningsarbete, men det är väldigt många som vill samarbeta med oss. Ibland måste man dock knacka på deras dörr. Jag vet till exempel att ABF, biblioteken och många andra blir väldigt glada när vi hör av oss och frågar om samarbete. Jag vet också en del distrikt och lokalavdelningar som samarbetar och har möten och läger ihop. Det är också ett sätt att göra vardagen lättare i vårt föreningsarbete.

Att samarbeta mellan olika styrelser tror jag är en viktig nyckel. När man

sitter några få i en styrelse kan man känna sig rätt ensam.

Men det finns många med läs-, skriv-, och räkningsvårigheter där ute som vill komma till oss. Problemet är bara att hitta dem. Men det kan vi hjälpas åt med!

Vi i förbundsstyrelsen vill självklart också hjälpa till på alla sätt och vis för att ni ska få en lättare vardag i ert föreningsarbete. Ni kan alltid kontakta oss och kansliet.

Du som är medlem men inte är aktiv i en förening: du är också välkommen in i denna värme! Du får gärna kontakta mig, så kan jag informera dig om var din närmaste lokalaförening finns.

Många vänliga hälsningar
Inger Rålenius
Vice ordförande i Dyslexiförbundet
inger.ralenius@dyslexi.org



Bild: Ester Hedberg



Redaktionen

Tidningen ges ut av
Dyslexiförbundet
Org nr. 857204-1930

Adress: Spånga Torgväg 4
163 51 Spånga, 08-665 17 00

E-post: forbundet@dyslexi.org

Redaktionen:
Marja Beckman, E-post
marja.beckman@dyslexi.org
redaktion@dyslexi.org

Omslagsfoto: Christian Schneider/
Harper Collins

Ansvarig utgivare:
Torbjörn Lundgren

Antal utgåvor: 4/år

Upplaga: 10 000 ex.

Redaktionsråd: Torbjörn Lundgren, Marja Beckman, Sara Rydin, Fredrik Sköfman, Rio Hellgren, Elisabet Wallin och Inger Rålenius.

Tryck: Bold Printing Mitt, Sundsvall

Annonser: Fredrik Sköfman
076-145 09 77
annonser@dyslexi.org

Produktion: Marie Göransson
070-258 45 38
marie.goransson@dyslexi.org

Miljöcertifierade:
Enligt ISO14001.
Cert nr. 1410718
ISSN: 1104-8808

Nästa nummer:
Vecka 20-21 2025

Insänt material: Hör gärna av dig till redaktionen med synpunkter och debattinlägg. Redaktionen ansvarar inte för insänt och ej beställt material.

Prenumeration: 265 kr/år. Rabatter för flera tidningar. Beställ på förbundskansliet 08-6651700.

Prenumerationsärenden
forbundet@dyslexi.org
Vid utebliven tidning,
adressändring mm,
kontakta förbundskansliet
08-665 17 00.

Nationella proven kan bli avgörande för slutbetygen

Mitt i pressläggningen av denna tidning kom regeringen med ett förslag om att de nationella proven ska bli avgörande för slutbetygen. Samtidigt föreslås att F-betyget ska tas bort och att dagens betyg ska ersättas med en ny skala på 1-10.

Inger Rålenius, tillförordnad ordförande i Dyslexiförbundet, kommenterade förslaget såhär:

– Vi i Dyslexiförbundet tycker att det är en självklarhet att elever med dyslexi och dyskalkyli ska få ha anpassningar på nationella provet, till exempel att få det uppläst. Om nationella proven blir avgörande för slutbetyg blir det extra viktigt! Får vi inte anpassningar så är det väldigt orättvist och kommer påverka våra framtida studier och yrkesliv. Tänk er om alla som ser dåligt inte får ha glasögon på nationella provet. Hur blir det då?

Läs vad Dyslexiförbundet har gjort hittills på sajten <https://rattvisanp.org/>.

Delta i undersökningen “Svenskarna med funktionsnedsättning och internet”

Fram till den sista mars går det att delta i 2025 års upplaga av undersökningen “Svenskarna med funktionsnedsättning och internet” (SMFOI 2025).

SMFOI vill vara ett komplement till “Svenskarna och internet”, där Internetstiftelsen undersöker hur svenskarna använder internet och sociala medier.

Sedan fem år tillbaka gör företaget Begripsam en egen undersökning. Den görs inom ramen för forskningsprojektet CoDeAc. De samarbetar med Centrum för Klinisk Forskning (CFK) i Dalarna.

Länk till undersökningen: <https://www.begripsam.se/forskning/internet/undersokning-smfoi-2025>



Med en smart telefon kan du även använda qr-koden här intill. Det går också bra att svara via telefon, på papper eller med teckenspråk via ett digitalt möte. Kontakta Kerstin Ivarson Ahlstrand på e-post kerstin.ahlstrand@begripsam.com eller telefon 0732-30 00 81.

Text: Marja Beckman

Ny kurs har fokus på utredningar av dyslexi

“Perspektiv på dyslexi och pedagogiska dyslexiutredningar i praktiken” är en ny avancerad distansfortbildning på Linnéuniversitetet. Den leds av doktoranden Pernilla Söderberg som också är ledamot i Dyslexiförbundets styrelse.

Pernilla Söderberg har velat anordna denna kurs i flera år. Tidigare studenter från speciallärutbildningen och andra utbildningar hade hört av sig till henne för att få möjlighet att fördjupa sig mer inom dyslexiområdet och pedagogiska läs- och skrivutredningar. Äntligen var tiden inne.

Läs & Skriv talar med henne dagen efter det första kurstillfället via Zoom. Ett trettiotal intresserade lärare från hela landet deltog. – Kursen ska göra att speciallärare snabbare och bättre ska kunna utreda

dyslexifrågor och stötta sina elever, studenter eller vuxna i arbetslivet. Den riktar sig både till de som utreder själva och de som tolkar utredningar, berättar Pernilla Söderberg.

Antagningskraven är ganska höga och lärarna som går kursen har mycket erfarenhet som de vill fortsätta att utveckla. Förutom en avslutad lärarutbildning ska den som deltar ha specialpedagogisk kompetens och studerat fördjupningskurser inom språk-, läs och skrivsvårigheter. Kursen är på 10 högskolepoäng med två-tre digitala träffar i månaden under hela terminen.

Utbildningen är verksamhetsnära, berättar Pernilla Söderberg. – Deltagarna får med sig kunskap som de kan använda direkt i sin undervisning. Vi vill inte riskera att enbart vara teoretiska. Pernilla ansvarar även för en ännu

mer praktiskt inriktad kurs om läs- och skrivundervisning. Kursen riktar sig till specialpedagoger eller lärare som vill lära sig mer om hur man kan kartlägga, förebygga och träna elever som riskerar att få läs- och skrivsvårigheter. Den är också digital och heter “Språk-, läs- och skrivutveckling, 10hp”. Båda kurserna kommer att gå att söka igen till hösten 2025.

Text: Marja Beckman



Pernilla Söderberg

Vad handlar det om?

- Ilana Jode och Gry Ryberg har båda dyskalkyli.
- I reportaget berättar de om sina verktyg och strategier.

Lathund och tidspessimism – vardagen med dyskalkyli

Många med dyskalkyli har det som svårast på mattelektionerna i skolan. I vardagen kan utmaningarna variera. En del har problem med att läsa av klockan, tidtabeller, termometrar och att uppskatta mått.

I reportaget berättar Ilana och Gry om sina strategier.

Ilana skapade egna strategier för att klara matten

En hemgjord lathund och kortare men fler prov var två strategier som ledde till att Ilana Jode klarade matten i gymnasiet.

19-åriga Ilana Jode har alltid haft svårt med matten. Hon lyckades aldrig automatisera räknesätten och behövde använda fingrarna vid huvudräkning. Klockan var också svår att lära sig.

När hon gick i nian 2021 satt hennes mamma och läste på nätet och sa: Du kanske har dyskalkyli!

– Dys... vadå?

Ilana hade inte hört ordet förr. Hon fick en remiss till Danderyds sjukhus och det visade sig att hon hade dyskalkyli.

Det här var Ilanas strategier och verktyg för att klara matten på gymnasiet:

- **En egenritad lathund:** Ilana hade ett räknehäfte där hon skrev alla formler som var svåra att komma ihåg. Hon skrev till förklaringar som var begripliga för henne.

- **Dela upp proven:** Eftersom Ilana hade svårt att klara större prov fick hon flera mindre prov, ofta med max 4 frågor om precis det kapitel de just jobbat med. Det gjorde att Ilana hade fler prov än sina kamrater, men de var mycket kortare.

- **Lärarna omformulerade frågorna:** Det hände att Ilana inte förstod frågorna. Då fick lärarna omformulera dem eller förklara på ett annat sätt.

- **Ramsor och sånger på Youtube.** På Youtube finns en del ramsor och sånger som gör det lättare att komma ihåg multiplikationstabellen och andra räknesätt. Ilana hade läraren Micke Krings multiplikationstabell-låtar i huvudet långt efter mellanstadiet och kunde repetera dem när hon behövde.

Våren 2024 tog Ilana Jode studenten med godkänt betyg i matte. Nu läser hon på lärarutbildningen vid Stockholms universitet. Hon ska bli gymnasielärare i historia och religion, ett yrkesval hon gjorde tidigt i livet.

– Utan lärare skulle vi inte få några läkare, poliser eller jurister. Samhället skulle fallera, säger hon.

Hon tror att hennes erfarenhet av att ha svårigheter i skolan gör att hon



Våren 2024 tog Ilana Jode studenten med godkänt betyg i matte.

kommer att kunna se de elever som är i behov av extra stöd.

– Jag vill vara den lärare jag själv saknade, säger hon. Matteängesten var kopplad till grundskolan och gymnasiet och nu är den tiden förbi. På lärarutbildningen behöver Ilana inte läsa någon matte alls.

I vardagen stöter hon sällan på problem som är kopplade till dyskalkylin. Klockan kan hon nu, även om det har hänt att hon försovit sig för att hon fick för sig att 7.45 (kvart i åtta) betydde kvart i sju.

– Det skulle vara när jag ska laga mat och det står måttenheter som 2/3 (två tredjedelar) eller 3,2 deciliter. Då får jag gissa mig fram. Men annars var det största hindret när jag behövde läsa matte i skolan, säger Ilana Jode.

Text: Marja Beckman Foto: Privat

Gry vet exakt hur lång tid det tar att tvätta håret

Gry Ryberg klarar många av vardagens utmaningar med hjälp av sin smarta telefon. Där finns karta, miniräknare och alarm. Den svåraste med hennes dyskalkyli är att få rätt stöd för att klara matten i skolan och nå högre studier.

Gry Ryberg fick diagnosen dyskalkyli när hon var sexton år. Nu är hon trettio år, drömmer om att en dag kunna börja plugga på högskola, men kämpar fortfarande med att få rätt typ av stöd för att kunna nå sin gymnasiebehörighet i matematik. Genom åren har hon stött på mycket okunskap om dyskalkyli när hon har bett om anpassad utbildning. Det är till exempel inte självklart att den med dyskalkyli får anpassningar som motsvarar dem som personer med dyslexi får.

– Många i skolan vet inte vad dyskalkyli är. De tror att det är matteångest. Ironiskt nog så har ju vi med den här diagnosen ofta problem med bägge, säger Gry.

Hon säger också att dyskalkylin blir mest synlig när hon ska räkna matte i skolbänken, men att hon ändå lärt sig att hantera hinder som kan uppstå i vardagen och klarar av många delar så länge hon får rätt till anpassning.

Tidtabeller och tidsuppfattning kan bjuda på vissa utmaningar, men Gry kompenserar för svårigheterna genom att alltid vara ute i god tid.

– Jag är motsatsen till tidsoptimist, tidspessimist. Jag använder mig mycket av alarm och planering. För att undvika krångel är jag väldigt medveten om mitt eget tidsschema och effektiviserad i min egen vardag. Jag vet till exempel exakt hur lång tid det tar för mig att tvätta håret ner till minsta sekunden, berättar hon.

Att hitta rätt på nya platser kan också vara ett hinder, men i mobilen finns kartor med GPS-funktion.

– Jag skulle ha haft betydligt större svårigheter idag utan min smartphone. Den har ju också alarm och miniräknare.

När Gry ska räkna matte skriver hon ner formlerna med sina egna ord i stället för i siffror. Hon skriver ner varje steg, för annars glömmer hon lätt bort stegen.

– Jag skriver ofta ner allting steg för steg med ord istället

”*Många i skolan vet inte vad dyskalkyli är. De tror att det är matteångest.*”

för att använda mig så mycket av siffror. På det sättet kan jag lättare se mönster och koppla matematiska formler. Mina egna strategier kanske verkar krångligare än de metoder som lärarna lär oss, men det är på det här sättet jag kommer ihåg, säger Gry Ryberg.

Text: Marja Beckman
Foto: Privat



Definitionen av dyskalkyli breddas

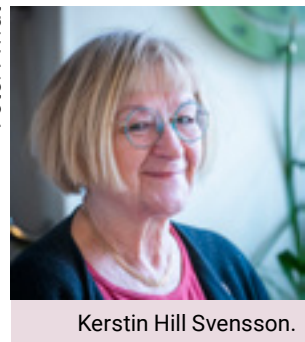
Diagnosdefinitionen av dyskalkyli har breddats, enligt Världshälsoorganisationen WHO:s nya diagnosmanual, ICD-11. Tidigare har diagnosen främst kännetecknats av nedsättningar inom de fyra räknesätten. Nu har den vidgats till att även inbegripa nedsättningar i matematisk resonemangsförmåga. Detta skulle eventuellt kunna innebära att fler personer än tidigare uppfyller diagnoskriterierna.

Källor: Danderyds sjukhus, logopedkliniken och Kerstin Hill Svensson, logoped

- Visar redan i förskoleålder ointresse för siffror och att räkna.
- Svårigheter att upptäcka mängd, exempelvis på en tärning.
- Befäster inte talraden, förstår inte hur talen förhåller sig till varandra.
- Svårigheter att vid skolstart ramräkna 1–30.
- Dröjer oförklarligt länge att i matten befästa 1–10.
- Lär sig och glömmer oförklarligt.
- Lär sig inte räkneregler, använder krångliga räknesätt.
- Drabbar inte bara de fyra räknesätten.
- Kan ibland svåra tal men stupar på de enkla.
- Svårt med rimlighet och sannolikhet
- Räknesvårigheterna påverkar vardagen, inte bara "skolmatten".
- För diagnos: mattesvårigheter ska ha funnits före årskurs 3.

Tidiga tecken på dyskalkyli enligt logopeden

I föreläsningen "Dyskalkyli – vad är det" som finns på Attention Play på Youtube definierar Kerstin Hill Svensson tidiga tecken på dyskalkyli så här:



Nya digitala verktyg vid dyskalkyli

Här är två relativt nya digitala verktyg som kan passa dig med dyskalkyli:



Bilden visar en prompt på Chat GPT, med hjälp av bilden på en tidtabell över buss 4 i Stockholm. Frågan som ställs är "När måste jag åka från Odenplan för att vara vid Gullmarsplan kl. 9.50".

- **Chatgpt.com.** Har du svårt att läsa tidtabeller? Ta en bild på tabellen och testa att använda AI-verktyget Chat GPT för att få en resväg. Det krävs dock att bilden är tillräckligt tydlig för Chat GPT.
- **Equatio.** I Everways (före detta OriBi) matteverktyg Equatio kan du bland annat tala in, rita eller skriva olika matematiska problem och ekvationer och få matematiktal upplästa. <https://www.texthelp.com/products/equatio/>

Läs mer om verktyg i en artikel från Läs & Skriv, publicerad i nummer 4 2022 och utlagd på vår hemsida i februari 2023. Den tipsar om verktyg som du kan använda för att träna grunderna i matematik och verktyg som kompenserar för det som är svårt.

Du kan läsa artikeln genom att använda qr-koden här intill eller skriva in länken: <https://dyslexi.org/tidningen-las-skriv/tips-och-verktyg-dig-som-har-dyskalkyli/>



QR-koden leder till en läsvärd artikel från Läs & Skriv 2022.

Se vårt webinarium från 3 mars!

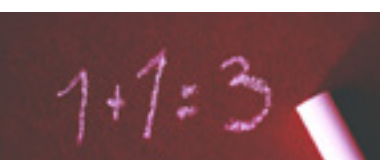
Den 3 mars uppmärksammades Dyskalkylidagen med ett webinarium. Temat var "Hur kan vi anpassa skolan till elever med dyskalkyli?".

Deltog gjorde Gry Ryberg, som har dyskalkyli och också intervjuas i detta nummer av tidningen. Heléne Slivka och Jessica Borglund, rådgivare på SPSM (Specialpedagogiska skolmyndigheten) deltog. Det gjorde också Matilda Westerman som är förälder till ett barn med dyskalkyli. Webinariet går att se i efterhand på vår hemsida dyslexi.org under en begränsad period.

Dyskalkylidagen uppmärksammades också utomlands, bland annat av EDA (European Dyslexia Association).



Foto: Pixabay



Mellan tre och sex procent av befolkningen har dyskalkyli.

Who the hell is Algebra? And why does he ask me to find his X?"

"Vem tusan är Algebra? Och varför ber han mig att finna sitt X?"

Mia Borthwick har gjort "Dyscalculia song" som går att hitta på den engelskspråkiga sajten dyscalculianetwork.com eller via Dyscalculia networks Youtubekanal.



Engelska kortspel för lästräning

teach reading using games

Trugs lässpel gör mängdträning både rolig och effektiv

Trugs röd: 15 kortspel, 375 ordkort i läsnivå 1–5
Trugs grön: 15 kortspel, 375 ordkort i läsnivå 6–10
Trugs gul: 15 kortspel, 375 ordkort i läsnivå 11–15



Kort från Trugs röd och grön

Ingrid Häggström – bornholmsmodellen.se
Astrid Frylmark – ordaf.se

Everway

tidigare OriBi

Lärande för alla

Digitala verktyg för inkluderande undervisning




Läs mer här!

Lättläst från läslistorna – så fler kan läsa!

Lättläst för livet

För att väcka nyfikenhet och engagemang kring litteratur har Skolverket tagit fram läslistor för skolan. Vill du att fler elever ska kunna ta del av dessa berättelser? Hos oss hittar du flera av böckerna i lättläst version!




Gratis arbetsmaterial att ladda ner!

nypön vilja
förlag förlag
En del av Studentlitteratur

Vad handlar det om?

- Gunilla Dahlqvist är pensionerad dyslexipedagog.
- Hon ger sju tips på hur det blir lättare att läsa text på datorn.

Lärarens tips: Så skapar du dina egna ”datorglasögon”

Dyslexipedagogen och adjunkten Gunilla Dahlqvist från Lysekil delar här med sig av några tips från sin långa erfarenhet av att undervisa elever med dyslexi.

Idag är Gunilla Dahlqvist pensionär. Tidigare arbetade hon som lärare i svenska och engelska samt som dyslexipedagog vid Gullmarsgymnasiet i Lysekil. Hon kontaktade Läs & Skriv med förhoppningen om att kollegor och alla med dyslexi ska ha nytta av hennes tips.

Flera av hennes elever hade svårt att läsa orden på datorskärmen, men när de modifierade utformningen i ordbehandlingsprogrammet gick det oftast lättare.

Gunillas 7 tips för att skapa sina egna ”datorglasögon”:

1. **Typsnitt:** Testa dig fram; vilket typsnitt tycker du är lättast att läsa?
2. **Storleken på texten:** Lärarna säger oftast att man ska skriva i 12 punkt, men du kanske behöver en större storlek. Förstora texten om det behövs, det går ju alltid att dra ner den innan arbetet lämnas in till läraren.
3. En del ser bättre om texten är i **fetstil**. Våga leka fram den variant som passar dig bäst.
4. **Radavståndet** kan behöva ändras. Ha minst 1,5 i radavstånd.
5. **Ha breda marginaler** på sidan om texten. Det är svårare att läsa text i långa rader.
6. **Prova att byta** bakgrundsfärg: Det vanliga skrivsättet med svarta bokstäver mot vit bakgrund är ofta svårare för dyslektiker, så det kan

- löna sig att prova ut en annan färg, som ögat trivs bättre med.
7. **Ändra färg på bokstäverna:** Ta god tid på dig att prova ut vilken färg på bokstäverna som passar ihop med din egenvalda bakgrundsfärg.

Berättat för: Marja Beckman



Gunilla Dahlqvist.

Foto: Privat

Vad handlar det om?

- Med assisterande teknik kan elever koncentrera sig på textens innehåll.
- Resultaten i skolan blir då bättre.



Gunilla Almgren Bäck är forskare på Linnéuniversitetet.

Ny avhandling visar att assisterande teknik kan ge bättre resultat

”Förebygga, överbygga, utveckla: Tal- till-text och dess potential att främja elevers textproduktion i grundskolan” är namnet på en avhandling av Gunilla Almgren Bäck. Hon är forskare i psykologi vid Linnéuniversitetet. Hon har undersökt 202 grundskoleelevers användning av assisterande teknik.

Hennes slutsats är att tal-till-texttekniken är mycket hjälpsam för elever med dyslexi då de ska skriva berättande texter. De kan även

använda talsyntes för att granska vad de skrivit. Ljudande tangentbord har också visat sig hjälpsamt för läsinlärningen.

När eleverna använder tal-till-text får de vad som kallas ”kognitiv avlastning”. All deras energi går inte åt till att skriva och stava rätt. Istället kan de ägna sig åt berättelsen och textens innehåll. De producerar längre texter, uttrycker sig mer varierat och utvecklar sitt språk. När lärarna får mer textunderlag har de i sin tur lättare att hjälpa eleverna med deras svårigheter. Användningen av tal-till-text stör inte heller

avkodningen i den tidiga läsinlärningen. Det blir istället ett värdefullt komplement.

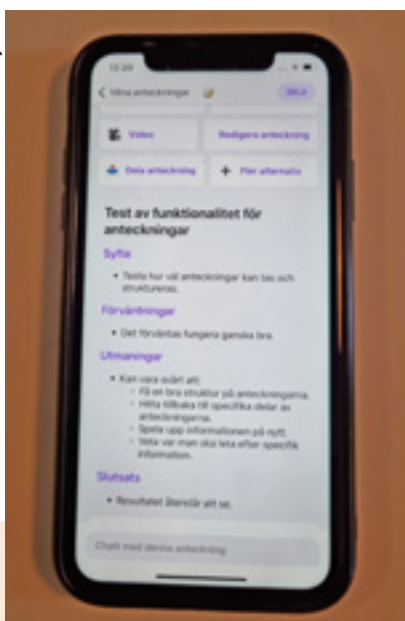
Avhandlingen visar att tack vare hjälpmedlen känner eleverna att de lyckas. På så vis behåller de sin motivation och slipper det dåliga självförtroende som lätt följer med läs- och skrivsvårigheter. Men Gunilla Almgren Bäck betonar också i avhandlingen att det krävs intensiv och systematisk träning av de assisterande hjälpmedlen för att få goda resultat.

Text: Elisabet Wallin



”De behåller sin motivation och slipper det dåliga självförtroende som lätt följer med läs- och skrivsvårigheter.”

Foto: Sara Rydin



Ny app sammanfattar samtal

Coconote är en ny app som sammanfattar samtal och gör en fin uppställning av dem. Man kan använda den för att diktera, men också under exempelvis lektioner och föreläsningar.

Verktyget finns just nu bara till Iphone, men går att använda på många olika språk, varav svenska är ett.

Coconote finns på App Store och går att prova gratis i sju dagar. Därefter kostar den från cirka 150 kronor per månad.

Läs mer på <https://coconote.app/>

Bilden visar en sammanfattning där Läs & Skrivs skribent Sara Rydin pratade med appen om hur hon trodde att den skulle fungera.

Vad handlar det om?

- Rattpariktigt.se är en ny sajt.
- Där ska den som har en funktionsnedsättning kunna hitta information om sina rättigheter.



Sara Duarte och Anjali Haryana har jobbat med Arvsfondsprojektet Rätt på riktigt i tre år.

Sajt ska ge elever upprättelse

I början av februari besökte Sara Duarte och Anjali Haryana Dyslexiförbundets Stockholmsavdelning. De var där för att berätta om hemsidan "Rätt på riktigt" (rattpariktigt.se) som har skapats för att skolan ska fungera för alla.

På **rattpariktigt.se** ska elever med funktionsnedsättningar och deras vårdnadshavare lätt kunna hitta information om sina rättigheter och var de ska vända sig för att få rätt stöd och anpassningar i skolan. Hemsidan har tagits fram med stöd av Allmänna arvsfonden, i samarbete med flera funktionsrättsföreningar.

Sara Duarte och Anjali Haryana arbetar på Malmö mot diskriminering, som är en av Sveriges 18 antidiskrimineringsbyråer. Dessa erbjuder kostnadsfritt juridiskt stöd till individer. Organisationerna finansieras delvis av Myndigheten för Ungdoms- och Civilsamhällsfrågor och ska vara ett komplement till Diskrimineringsombudsmannen.

I juni 2024 fälldes Malmö kommun i Högsta Domstolen för diskriminering av en elev med autism. Eleven hade inte fått tillräckligt med stöd i sin utbildning. Domen var viktig för civilrättsorganisationerna.

På hemsidan **rattpariktigt.se** finns all information om elevers rättigheter samlad på ett ställe. Den har två avdelningar – en för elever och en för vårdnadshavare.

– Den ska vara en hemsida för självhjälp. De som besöker den ska känna sig stärkta, att de har egenmakt och kunskap om sina eller barnens rättigheter, sa Sara Duarte vid mötet med Dyslexiförbundet. Idag är skolan ett lotteri och skolpersonalens kunskap om diagnoser kan variera stort mellan olika bostadsorter och skolor.

På **rattpariktigt.se** finns tips på vad man ska tänka på inför mötet med skolan. Ett förslag är att göra en dagordning inför mötet och att följa en checklista. Ett annat att ta med sig en person som man har förtroende för som stöd.

Dyslexiförbundets kommunikatör Sara Rydin har hjälpt till att göra språket på **rattpariktigt.se** begripligt. Texterna finns i lättläst svenska, samt översatta till arabiska, dari, engelska och somaliska.

– Det ska inte krävas att man är född i Sverige och har högskoleutbildning i juridik för att veta sina rättigheter, som en av mötesdeltagarna sa.

Text och foto: Marja Beckman

- Landets alla antidiskrimineringsbyråer**
- Antidiskrimineringsbyrån Fyrbodal
 - Antidiskrimineringsbyrån Norra Skåne
 - Antidiskrimineringsbyrån Stockholm Norr
 - Antidiskrimineringsbyrån Stockholm Syd
 - Antidiskrimineringsbyrån Sydost
 - Antidiskrimineringsbyrån Uppsala
 - Antidiskrimineringsbyrån Väst
 - Agera Värmland
 - Byrån mot diskriminering i Östergötland
 - Civil Rights Defenders
 - Diskrimineringsbyrån Humanitas
 - Diskrimineringsbyrån Gävleborg
 - Malmö mot Diskriminering
 - Rättighetscentrum Dalarna
 - Rättighetscentrum Halland
 - Rättighetscentrum Norrbotten
 - Rättighetscentrum Västerbotten
 - Örebro Rättighetscenter

Veteraner startar nya förlag

I början av februari 2025 kom två nya förlag med lättillgänglig litteratur ut på marknaden. Förlagen drivs av mor och dotter Lena Maria och Lina Nordstrand. De har båda en genuin erfarenhet från förlagsbranschen, bland annat från Nypon och Vilja förlag.

De nya förlagen heter Piece of Cake Publishing och Easy Peasy Publishing. Piece of Cake Publishing ger ut snabblästa böcker för vuxna. Många av böckerna är internationella bästsäljare i kortare format. De publicerar också kortversioner av böcker som är skrivna av kända svenska författare.

Det andra förlaget Easy Peasy Publishing ger ut lättlästa böcker för barn, vuxna och unga.



Förläggarna Lena Maria och Lina Nordstrand är mor och dotter.

Foto: Lisa Wikstrand

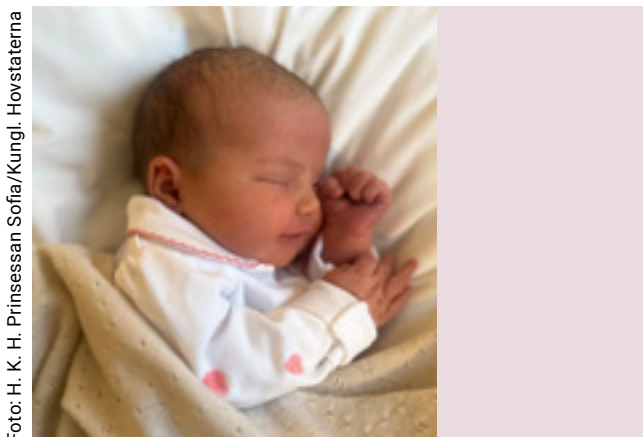


Foto: H. K. H. Prinsessan Sofia/Kungl. Hovstaterna

Jag tror att små misstag som detta skänker välbehövlig medkänsla OCH lite kunglig glans till alla de tiotusentals dyslektiker som dagligen får kämpa med denna svårighet! Heja, Ines - helt ny på jorden och redan uträttat ett stordåd!!! ♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥
@levengood.mark på Instagram

Efter att Kung Carl Gustaf råkade säga "Inse" istället för "Ines" när han skulle tillkänna den nyfödda prinsessans namn, skrev Mark Levengood detta i ett Instagraminlägg. Kungen har dyslexi och det har även nyblivne fyrabarnspappan Prins Carl Philip som är Dyslexiförbundets beskyddare.

Dyslexiförbundet vill också passa på att gratulera och hälsa Ines välkommen till världen!



Bibliotekarie i Falun tilldelades Läsguldet

Barnbibliotekarien Helena Engdahl på Falu Stadsbibliotek har tilldelats priset Läsguldet. Priset delas ut av MTM, Myndigheten för tillgängliga medier och Helena Engdahl får det för att hon har inspirerat barn och vuxna med lässvårigheter.

Hon arbetar med den så kallade Falumodellen som går ut på att deltagarna får titta i bilderböcker och återberätta historien för varandra.

Vid en aktivitet är Lashunden Love med och lyssnar.

Foto: Kim Tigerstedt

Vad handlar det om?

- Darius Bariami är kirurg.
- Han har dyslexi och adhd och fick kämpa mycket för att nå sina mål.
- Han har skrivit en bok för att hjälpa andra med liknande utmaningar.

Kirurgen Darius vill hjälpa andra med adhd och dyslexi

Idag jobbar Darius Bariami som kirurg på Karolinska universitetssjukhuset. När han var yngre trodde ingen att han skulle klara en lång läkarutbildning. Darius har dyslexi och adhd och har skrivit en bok där han vill hjälpa andra i samma situation.

Darius Bariamis bok "Doktor Damp" handlar om hans livsresa och innehåller många tips till andra som

har adhd. Darius har även dyslexi. Att ha flera diagnoser är vanligt, och Darius själv säger att han har svårt att skilja mellan de olika diagnoserna.

Darius tillbringade sina första fjorton år i Lund.

– Där upptäckte de tidigt att jag inte kunde stava. Jag läste också väldigt långsamt. Jag fick bra resurser, en jättefin specialpedagog som hämtade mig en eller två gånger i veckan. Vi gick undan till ett rum och läste Narnia.

När familjen flyttade från akademikerfamiljerna i Lund till en mer socioekonomiskt utsatt förort till Stockholm blev situationen i skolan en annan.

– Hade någon dyslexi så tror jag inte ens att det skulle märkas. När jag började på gymnasiet bestod mina svensklektioner i att läraren körde in en tv och visade oss en film. Folk tror inte när jag säger att det kan vara så här i Sverige. Men jag överdriver inte ett dugg. Vi läste inte en enda bok. Vi hade inte en enda skrivuppgift, utan varje lektion bestod av en tv och en film.

Darius Bariami visste tidigt att han ville bli läkare, trots att han inte hade det lätt i skolan och livet. Han misslyckades till exempel med att få körkort så till den grad att han fick rådet att aldrig mer sätta sin fot i en bil. Betygen var dåliga. Att skriva högskoleprovet för att höja dem var inte till någon hjälp eftersom orddelen vägde tungt och han hade ett dåligt ordförråd.

Till slut blev han ändå antagen på läkarprogrammet i Ungern, där antagningskraven var lägre än i Sverige. De första kurserna klarade han, men sedan körde han fast på kurser som krävde att han memorerade mycket.

– Där var du tvungen att sitta fyra till sex timmar per dag, ultrafokuserat. Och det klarade jag inte, fastän jag försökte. Jag var inte en av dem som var ute och festade, utan jag försökte verkligen. Jag gick in stenhårt för att

bli läkare och plugga. Det var otroligt förnedrande. Jag visste att jag ville göra något bra i mitt liv, jag ville bli läkare. Varför var det så jobbigt? Det gick liksom inte vägen. Det hade nästan varit skönare om jag hade varit en stökig unge.

Till slut tvingades Darius avbryta studierna och åka hem till Sverige. Det var vid den tidpunkten han fick höra talas om vuxen-adhd. Han gjorde en utredning och fick en diagnos och medicinen Concerta.

Han beskriver hur stressen i kroppen och känslan av att vilja skynda sig igenom en text försvann. Han fick tålmod att läsa ett ord i taget och kunde ta till sig textens innehåll.

Men när han var klar med studierna slutade han med medicinen. – För mig var den helt enkelt ett verktyg för att ta mig igenom plagget. Om jag hade fortsatt ta medicinen skulle jag säkert kunna göra ännu bättre ifrån mig. Skriva vetenskapliga artiklar i snabbare takt. Ge ut diktsamlingar, skriva böcker snabbare. Det hade jag säkert kunnat göra. Men jag känner att det funkar ändå.

Han påpekar att det finns biverkningar med att ta dessa mediciner.

– Jag är jättepositiv till medicin. Jag tycker att alla som har kört fast på det sättet jag gjorde ska ta medicin, utan tvekan. Men det finns signifikant ökad risk för hjärt- och kärlsjukdom och högt blodtryck. Så det är absolut inget du ska ta om du inte har ett funktionshinder. Med funktionshinder menar jag att du inte klarar skolan, jobb och/eller det sociala samspelet.

Darius Bariami har alltid tyckt om att skriva. – Jag älskade att skriva debattartiklar.



Foto: Christian Schneider / Harper Collins

I sin bok tipsar Darius Bariami om Pomodoro-metoden där man arbetar intensivt i 25 minuter och får en belöning i form av en tomat. För att locka ovana läsare till sin bok är både text- och ljudboken uppbyggd med pauser och orden "Nu har du läst i 25 minuter. Varsågod, ta en tomat".

Jag blev tidigt politiskt intresserad. Men det kunde ta mig fyra veckor att skriva en artikel. Och det var en enorm frustration. Det gick så otroligt segt, jag kunde inte hålla en röd tråd. Jag hoppade fram och tillbaka i tiden hela tiden, och jag hade svårt med ordföljden, berättar han.

Att han ändå lyckades bli klar med artiklar och få dem publicerade tackar han sin fästmö för. – Hon är min svensklärare kan man säga, hon har lärt mig att sätta punkt

och kommatecken. Det lärde jag mig i 30-årsåldern. Hon har lärt mig vad en ingress är för någonting, hur man ska avsluta meningar.

När Darius dotter var nyfödd fick han en cancerdiagnos och under sjukskrivningen började han samla på information om adhd. Han började skriva sin bok som en manual till sin dotter. Idag mår han bra.

fortsätter på sid 14 »

Foto: Christian Schneider / Harper Collins



"Jag visste att jag ville göra något bra i mitt liv, jag ville bli läkare. Varför var det så jobbigt? Det gick liksom inte vägen. Det hade nästan varit skönare om jag hade varit en stökig unge", säger Darius Bariami.

Han skrev boken – en mening i taget. – Tänker jag att slutmålet är att göra färdigt boken, då är det kört. Men det går om jag tänker att slutmålet är den här mening. Till slut är det färdigt. Det blir några meningar på bussen, några meningar i väntan på någonting. Då får jag en kick när jag är färdig med varje mening.

I boken skriver Darius att han har kämpat en del med sin självkänsla och att han till exempel har haft svårt att ta kritik från sina kollegor.

– Numera vet jag att jag inte behöver må dåligt i en vecka när jag får kritik, utan jag vet numera att kritik är

livsnödvändigt, särskilt i mitt yrke för att utveckla sig. Och jag vet att alla gör misstag, så jag försöker vara snäll mot mig själv.

Han har också lärt sig att inte värdera sig själv utifrån prestationer. – Jag har utvecklat ett värde i mig själv som är fränkopplat min kirurgtitel som är fränkopplat vad jag skriver. Jag vet att jag är en bra partner till min fästmo, och jag försöker vara den bästa pappan. Jag har många bra kvaliteter som jag föddes med som inte är baserat på några titlar, säger Darius Bariami.

Text: Marja Beckman



Läs & Skriv träffade Darius Bariami på nyårsdagen. I januari skulle han nämligen ha fullt upp med jourtider på sjukhuset.

Namn: Darius Bariami

Född: 1985

Familj: Fästmo och en dotter på 4 år. Iransk pappa, svensk mamma.

Uppvuxen i: Lund. Flyttade senare till en Stockholmsförort.

Bor: I Stockholm

Arbetar som: Transplantationskirurg på Karolinska universitetssjukhuset.

Aktuell: Med boken Doktor Damp – Tips och råd för ett enklare liv med adhd.

Darius Bariamis bästa tips till dig med adhd och dyslexi:

- Bumsregeln: Skriv upp datum och grejer du måste göra direkt i din mobil direkt när du får reda på dem och lägg till 1 miljon påminnelser, annars kommer du garanterat glömma.
- Tänk aldrig att du ska göra färdigt hela ditt cv, tänk en rad i taget. Uppgiften är klar när jag är färdig med den här raden, inte hela uppgiften.
- Ha en skål innanför dörren där du

- lägger ifrån dig alla grejer när du kommer hem. Ta med dig de viktiga grejerna när du går.
- Använd chatbotar för att planera din dag och komma i tid, kolla när du behöver lämna hemmet, stava, komma igång, och så vidare.
- Utnyttja alla dina rättigheter som personer med adhd och dyslexi har i skolan och nyttja dem till max.
- Plugga taktiskt. Lär dig inget utöver det du absolut måste.



Låt hela familjen bli medlem i Dyslexiförbundet 25 kr per person och år!

Visste du att en eller flera personer i din familj kan bli medlem i Dyslexiförbundet för 25 kronor per år? Det är möjligt tack vare att du är ordinarie medlem. Som familjemedlem deltar du gratis på alla våra webinarier. Du får även rabatt på vissa av Folksamns försäkringar.



För att lägga till en familjemedlem: Skanna QR-koden och swisha 25 kr. I Swishs meddelandefält skriver du för- och efternamn på ordinarie medlem samt förnamn på ny familjemedlem.



Dyslexiförbundet
www.dyslexi.org

NYHET! WorldPenScan Go! Digital Skannerpenna som klarar

Textfångst OCR – känner igen 55 skanningspråk: Skanna till fil och få texten uppläst och visad på den inbyggda pekskärmen eller skanna direkt till andra enheter

Skanna, översätt och lyssna: Skanna och få texten översatt och visad på skärmen samt uppläst på det översatta språket

Tvåvägs översättning – polyglott klarar 112 språkvarianter: Tala till pennan på ett språk och få det översatt och skrivet på skärmen samt uppläst på det översatta språket

Tal till text (diktering): Diktera till pennan och få det utskrivet på skärmen. Både text och inspelat ljud kan överföras till andra enheter

Pennan fungerar helt fristående med den inbyggda displayen! eller med Win/ Mac/ iOS/ Android GRATIS APP. Ansluts till Internet med WiFi och till andra enheter med Bluetooth/USB

Exceptionellt mycket funktioner i en mycket behändig storlek

XnX Data AB
Box 6058, 192 06 Sollentuna, Tel: 08-626 71 00
www.xnxdata.se, E-post: info@xnxdata.se



Skolstil

Skolstil är ett skrivprogram med bokstavsljud och talsyntes för elever

- som lär sig att läsa
- som har dyslexi
- inom sfi



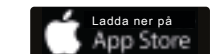
demoskolstil2.nu

Enkelt att använda

www.skolstil.se



Appversion
Uppdaterad



Webbversion



www.skolstil.se/bestall

Pedagogisk utvecklare: Karin Ohlis

Produktionsstöd har erhållits från SPSM

Träna basfärdigheter i matematik med Abacusa!

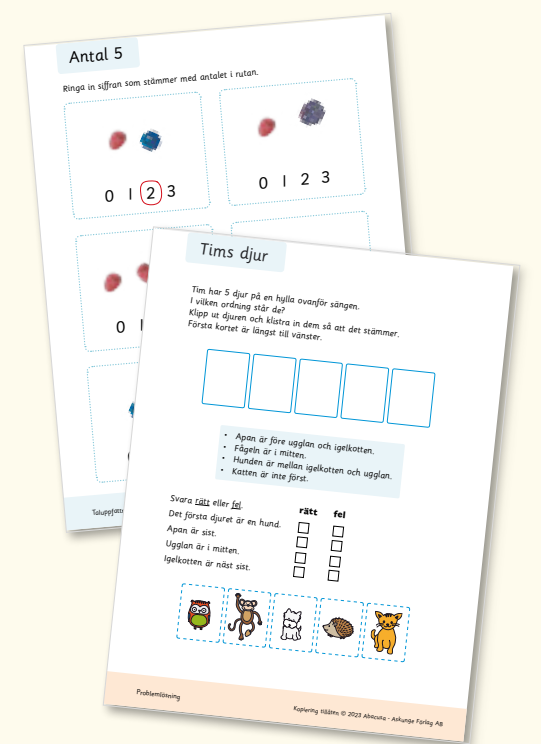
- Kopieringsunderlag
- Tydlig layout
- Ingen årskursbeteckning
- Kopplad till Lgra22
- Lärarhandledning

På Abacusa hämtar du de kopieringsunderlag du behöver till dina elever. De passar bra när du vill individualisera undervisningen.

Kartläggningmaterialet **Målet i sikte** Anpassad grundskola åk 1–3 finns också att hämta på Abacusa.

Skaffa en årsprenumerering och få tillgång till allt material.

Läs mer på www.abacusa.se eller www.askunge.se



ABACUSA

www.abacusa.se

Läs lättare – Ryggsäcksmodellen: Kunskap och tips för läsfrämjare

Av: Karin Salmson
Förlag: Hegas
Utgivningsår: 2024
Form: Tryckt
www.hegas.se/las-lattare-ryggsacksmodellen
Boken varvar teori med praktiska tips. Du får verktyg för vad som är viktigt att tänka på vid den tidiga läsinläringen. För lärare eller föräldrar som vill stötta sina barn.



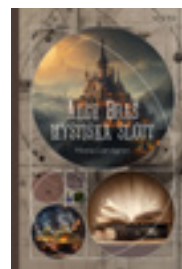
Den flygande balkongen

Av: Jan Sigurd
Förlag: Ekström & Garay
Utgivningsår: 2024
Form: Tryckt
6-9 år



Alge Bras mystiska slott

Av: Maria Landgren
Förlag: Visto förlag
Utgivningsår: 2024
Form: Tryckt
9-12 år
www.vistoforlag.se/bok/alge-bras-mystiska-slott/
Maria Landgren och Jan Sigurd har skrivit varsin aktuell barnbok. Båda har dyslexi. Maria är mattelärare och har skrivit boken "Alge Bras mystiska slott". Bröderna Ola och Hampus är med om ett äventyr där de behöver lösa olika matteproblem för att komma vidare. Boken riktar sig till 9-12 åringar. Jan Sigurd är författare, musiker och regissör. "Den flygande balkongen" är en fantasifull historia om Jim, som har dyslexi, och hans nya kompis Kim. Boken passar bäst för barn mellan 6 och 9 år.



Movietalk har några nya filmer med uppläst textremsa! Läs mer på <https://app.movietalk.nu/>

Text: Elisabet Wallin



David Stakston och Jonas Strand Gravli i "Ragnarök". Foto: Netflix.

Flera fiktiva figurer kämpar med läsning och stavning

Läs- och skrivsvårigheter är ett tema som då och då dyker upp i den fiktiva världen.

Det handlar inte alltid om dyslexi. Ibland har karaktärerna bara inte fått möjlighet att lära sig att läsa, och då får de ofta hjälp av någon att avkoda bokstäverna innan berättelsen tar slut. Inte sällan visar de sig ha andra styrkor än just läsning. Här är några exempel:

• **Liam Turner i filmen Dear Santa** (2024) Liam Turner är en pojke med dyslexi som råkar stava fel när han skriver till tomten (Santa). Istället kommer hans julklappsönskan till Satan, som spelas av komikern Jack Black. Filmen finns på Sky Showtime och SF Anytime.

• **Willy Wonka**
Willy Wonka äger chokladfabriken i Roald Dahls berättelse Kalle och chokladfabriken. I filmen Wonka (2023) får vi möta den unge Willy Wonka (Timothée Chamolet) innan han startade fabriken. Det

framkommer snart att Willy Wonka inte kan läsa, vilket bland annat gör att han riskerar att bli uppäten av en tiger. Han kan nämligen inte läsa skyltarna och öppnar dörren till en tigerbur på zoo.

• **Lois Lane** (1938- i serieform, 1978- på film). Stålmännens stora kärlek, stjärnreportern Lois Lane, får ofta höra att hon inte kan stava.

• **Magne i Ragnarök** (2020). Tonåringen Magne i den norska Netflixserien Ragnarök har svårt med bokstäverna. Det visar sig att han i själva verket är asaguden Tor i mänsklig kropp. Han är också den enda som kan rädda världen från jättarna. Den uråldriga jättefamiljen driver en miljöförstörande industri i staden där Magne bor.

Har du fler tips på film- och tv-hjältar med läs- och skrivsvårigheter? Mejla till redaktion@dyslexi.org!

Text: Marja Beckman

Gudbjörg delar med sig av sina digitala kunskaper

– **Man måste visa**, det måste vara "hands on". Det säger Gudbjörg, en av Dyslexiförbundets eldsjälur som nu startar Medlemshjälpen. Hon vill att fler medlemmar ska få lära sig hur de digitala hjälpmedlen fungerar.

Gudbjörg Gudjonsdottir kom till Sverige från Island som sjuttonåring. Genom att sjunga låtar av Anita Lindblom och Sven-Ingvars lärde hon sig svenska i ett rasande tempo. Läs och skriva var dock svårare – dyslexin stod i vägen. En hörselskada som upptäcktes i vuxen ålder gjorde inte saken lättare. Hon hade haft svårt att höra bokstavslyden utan att veta om det.

Men Gudbjörg är inte den som ger sig så lätt. När hon blev arbetslös i 40-årsåldern fick hon möjlighet att

utbilda sig till dyslexikonstulent och pedagogassistent. Det ena ledde till det andra och 2002 var hon med och startade upp Skoldatateket i Norrköping. – Tekniken och pedagogiken måste jobba tillsammans, säger Gudbjörg.

Hennes drivkraft är att möta människor där de är och förklara på ett sätt som passar just den person man pratar med. Alla har rätt att uppnå sin fulla potential, oavsett svårigheter. Hon har nyligen startat Medlemshjälpen och hoppas kunna dela med sig av sina digitala kunskaper. Den som bokar tid med Gudbjörg kommer få hjälp via exempelvis Teams eller på plats i Norrköping. Läs mer i kalendarier på sidan 22!

Text: Elisabet Wallin



Nyligen invald i funktionshindersråd

Namn: Gudbjörg Gudjonsdottir
Ålder: 70 år
Ordförande i Norrköpings lokalavdelning. Engagerad i förbundet sedan 1994. Nyligen invald som ersättare i Myndigheten för delaktighets funktionshindersråd.

Nyhet!

Anna Fouganthine

Christer Jacobson

NAVET har utvecklats av Anna Fouganthine och Christer Jacobson.

www.hogrefe.se

NAVET

– ett nytt kartläggningmaterial som kan användas när som helst under läsåret

NAVET är avsett för årskurs 1–9 och gymnasiet och består av två normerade test och ett självskattningsformulär.

Nonordsdiktamen kartlägger elevens fonologiska färdigheter.

Avkodning av ord kartlägger elevens avkodningsförmåga och består av 8 olika ordlistor som möjliggör omtestning.

Elevenkäten är ett självskattningsformulär som ger kvalitativ information om elevens syn på sin förmåga att kunna hantera olika former av läs- och skrivrelaterade uppgifter.

NAVET vänder sig till lärare, speciallärare, specialpedagoger, logoped och övriga som gör pedagogiska utredningar eller genomför interventionsprojekt, och som därför vill följa en elevs läs- och skrivutveckling.

Välkommen att läsa mer på www.hogrefe.se.

Vad handlar det om?

- När kungen skulle tillkännage namnet på sitt nya barnbarn råkade han säga Inse istället för Ines.
- Kungen har dyslexi och då är det lätt hänt att man kastar om bokstäver, konstaterar Torbjörn Lundgren i sin krönika.

Några tankar om Ines som blev Inse

Så har det då hänt på nytt. En felsägning som fått stora rubriker. Vid regerings-sammanträdet den 10 februari 2025 tillkännagav kungen att Prins Carl Philip och Prinsessan Sofia fått en dotter. Kungen läste upp den nyföddas fyra förnamn och kastade om bokstävernas ordning på ett av namnen. Ines blev Inse.

På SVT:s Rapport korrigerar nyhetsankaret på ett neutralt sätt det sagda. "Namnet ska naturligtvis vara Ines". Sedan spekuleras det i TV-soffor och tidningsartiklar om felsägningen och hovet tillkännager officiellt att den nyföddas tilltalsnamn är Ines.

I centrum för kommentarerna och spekulationerna ligger inte det uppenbara. Att omkastningar av bokstäver är vanligt. Att det görs av hög som låg, ung som gammal. Det kan hända oss alla, men sker mycket oftare hos den som har dyslexi. Särskilt vid viktiga tillfällen som prov, tentor och andra framträdanden.

Omkastningar av bokstävernas ordningsföljd är en del av dyslexin. En annan är hur man lyckas uttala

namn och benämningar. Vi som har dessa medfödda svårigheter vet oftast vad något heter, men när vi ska säga eller skriva namnet finner vi det inte. Särskilt inte i en pressad situation. Men när vi lämnat in provet, eller gått ner från scenen så kan vi det, klockrent. Vi vet med hundra procents säkerhet att det ska vara just det namnet eller den benämningen.

Så var det troligen också för kungen när han år 1985 besökte Arboga och hälsade de församlade med frasen: "Kära örebroare".

En kombination av att kasta om bokstävernas ordningsföljd och att få fram rätt namn eller benämning är att man har svårt med benämningar som liknar varandra. En av Dyslexiförbundets medlemmar som också är kommunpolitiker har svårt att skilja ordet proposition från proportion. För den som är okunnig om hur dyslexi visar sig, kan denna politiker framstå som mindre vetande, när han i själva verket är mycket kunnig och påläst.

Inom Dyslexiförbundet som bildades av ett antal vuxenstuderande ungdomar för 45 år sedan, är det många som i likhet med kungen gör denna typ av fel. På våra möten hörs



Foto: H. K. H. Prinsessan Sofia/Kungl. Hovstaterna

ofta frasen "är det det du menar". Inga tillrättavisningar, men hjälp att bli förstådd.

Idag består vår organisation av personer med olika bakgrund och yrken: barn, föräldrar, vuxna med läs- och skrivsvårigheter/dyslexi, räkningsvårigheter/dyskalkyli och andra som är engagerade i problematiken och vill veta mer.

Inte minst är vi stolta över att ha Prins Carl Philip som vår beskyddare. En företrädare som i likhet med sin far och oss andra i Dyslexiförbundet vet vad dyslexi vill säga.

Torbjörn Lundgren



Foto: Ester Hedberg

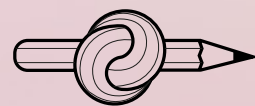
Omkastningar av bokstävernas ordningsföljd är en del av dyslexin. En annan är hur man lyckas uttala namn och benämningar.



Tack för att ni samarbetar med Dyslexiförbundet

Med ert stöd kan vi fortsätta att göra vardagen enklare för alla som har svårt att läsa, skriva och räkna.





Kontakta Helene Kindstedt Rådgivare
på Skrivknuten:

skrivknuten@dyslexi.org eller

073 415 77 88

Fråga Skrivknuten

Fråga: Är dyskalkyli en diagnos?

Svar: Ja, dyskalkyli är en diagnos. Det är en specifik inlärningssvårighet som påverkar en persons förmåga att förstå och hantera siffror och matematiska koncept. Dyskalkyli erkänns som en neuropsykiatrisk funktionsnedsättning och kan diagnostiseras av specialpedagoger, psykologer eller logopedier genom tester och bedömningar. Diagnosen kan påverka vardagen, särskilt i situationer som kräver räkning, tidsuppfattning och problemlösning.

Det finns stödinsatser och anpassningar för personer med dyskalkyli, både i skolan och i arbetslivet.

Enligt Världshälsoorganisationen (WHO) klassificeras dyskalkyli i den senaste versionen av diagnossystemet ICD-11 under:
6A03.1 – Developmental learning disorder with impairment in mathematics.

Det innebär att dyskalkyli ses som en utvecklingsrelaterad inlärningsstörning som specifikt påverkar matematiska färdigheter, såsom:

- Räkning och siffrors förståelse
- Problemlösning inom matematik
- Tid, mått och mängdhantering

Dyskalkyli är alltså en funktionsnedsättning, liknande dyslexi, och är inte kopplad till generella kognitiva svårigheter eller brist på utbildning. Den kan påverka både skola och vardagsliv och kräver anpassat stöd.

Fråga: Vad gör Dyslexiförbundet för oss med dyskalkyli?

Svar: Trots att vi heter Dyslexiförbundet arbetar vi även med dyskalkylifrågor och vill gärna utveckla detta område mer. Om ni är intresserade av att engagera er är ni varmt välkomna! Vi på kansliet, tillsammans med vår förbundsstyrelse, kommer att stötta er på alla sätt vi kan. Vi kan exempelvis söka fondmedel för aktiviteter och hjälpa till med nätverkande, men vi behöver fler personer som vill bidra aktivt.

Text: Helene Kindstedt

Foto: Sara Mac Key



Christina Hellman prisas för läs- och skrivforskning

”Christina Hellmans mångåriga arbete och engagemang handlar i grunden om allas rätt till det skrivna ordet. Vi vet att läs- och skrivförmåga är en grundläggande förutsättning för fortsatt lärande och för att aktivt kunna delta i ett demokratiskt samhälle”. Så lød motiveringen när Christina Hellman, ordförande i Dyslexiförbundets systerförening Svenska Dyslexiföreningen, tilldelades Natur & Kulturs läspris på 25.000 kronor.

Priset hette tidigare Ingvar Lundbergpriset och instiftades 2014 till minne av forskaren Ingvar Lundberg som var forskare inom läs- och skrivutveckling och dyslexi.

Läs också!

Svenska Dyslexiföreningen är Dyslexiförbundets systerförening med fokus på forskning och pedagogik. Föreningen anordnar utbildningar och ger ut tidskriften ”Läs- och skrivsvårigheter och dyslexi”. Denna tidskrift är intressant för dig som vill läsa längre artiklar om forskning och pedagogik om dyslexi och dyskalkyli. Nummer 1, 2025, handlar bland annat om lärarutbildningen då och nu.

I det kommande numret skriver till exempel Ulla-Britt Persson, tidigare lektor i pedagogik, om Statens Försöksskola 1958–1968. Det finns också en artikel om den av regeringen tillsatta utredningen, som ska föreslå åtgärder för att höja lärarutbildningarnas kvalitet och yrkets status.

Läs mer på www.dyslexiforeningen.se



Förra årets vinnare av Dyslexipriset var Idor Svensson, professor i klinisk psykologi vid Linnéuniversitetet. Han tog emot priset av Prins Carl Philip.

Nominera till Dyslexipriset – redan i april

I år blir det möjligt att nominera till årets Dyslexipris redan i april. Nomineringen öppnar i samband med SETT-dagarna som äger rum den 8–10 april. Dyslexipriset tilldelas någon som har gjort en positiv insats för personer med dyslexi, dyskalkyli eller andra läs-, skriv- och räkningsvårigheter. Dyslexiförbundet delar ut priset i samarbete med företaget Everway (tidigare Oribi). Läs mer på dyslexipriset.com.

Hegas Mera

Läsfrämja lättare. Och läsfrämja mer.

MeraHegas tar läslusten vidare in i klassrummet. Vi ger ut arbetsmaterial och läromedel som lever upp till Igr22. Som gör lästräningen roligare och lättare. För starka läsare formar framtiden. Och du formar läsarna.

Handbok för superpedagoger med Cecilia Buckson

Anpassad skola

Tema-box

LÄSNYCKLAR OCH LEKTIONS-MATERIAL HITTAR DU PÅ MERAHEGAS.SE

SKVADDE I STORS

HÄR ÄR NÅGRA AV VÅRA ARBETSMATERIAL. JUST DESSA ÄR KORTSPEL!

KÄLLA PÅ DET?

UNDERLÄTTA LÄSPROCESSER? STARTA BOKCIRKLAR SOM FUNKAR? VI HAR FORTBILDNINGEN DU BEHÖVER!

EPA book club

Läsnyckel

MeraHegas hittar du hos hegas.se, Läromedia och Adlibris.

Foto: Zoe Westrup

Foto: Pexels.com

Jag är med än
MENÄSKA !!



Illustration av Ushiri Stenberg som skriver: "Jag har vänner som brottats med sin dyslexi och idén till bilden uppstod då i att folk ibland dumförklarar en på grund av dyslexi när det inte är relevant för ens intellekt."

Inspirera varandra på peppkvällar

Alla föreningsaktiva i Dyslexiförbundet är välkomna på "peppkvällar" via Teams. Från och med våren 2025 ska träffarna äga rum regelbundet, ungefär en gång i månaden.

– Många som sitter ute på föreningarna känner sig ensamma, säger Inger Rålenius, Dyslexiförbundets vice ordförande och en av initiativtagarna till peppkvällarna.

Varje träff har en dagordning med ett planerat samtalsämne. I början av året blir årsmöten och årsmöteshandlingar ett naturligt samtalsämne. Senare i vår kommer höstens Dyslexikongress och Dyslexiveckan i oktober att omtalas.

– Sedan har vi det som vi kallar "rundan" då alla föreningar får berätta om sina aktiviteter och kan få svar på funderingar och frågor. Föreningarna inspirerar ofta varandra, berättar Inger Rålenius.

Vårens peppkvällar äger rum den 19 mars, 14 maj och 12 juni.

Text: Marja Beckman

Dyslexiförbundet i Örebro anordnar politikertal

Örebro är en stad i sorg efter det fruktansvärda massmordet på Risbergsskolan i februari. Gert Andersson är ordförande i Dyslexiförbundets Örebrosektion.

I vår planerar de ett politikertal om skolan, dyslexi, godkända betyg och våldet i samhället. Lokalpolitikerna Marta Viklund (V) och Anders Åhrlin (M) kommer att delta. – Allt för många unga går ut skolan med icke-godkända betyg och riskerar att hamna i utanförskap och psykisk ohälsa. Vi hoppas att det blir en konstruktiv debatt, säger Gert Andersson.

Kontakta gert58.andersson@telia.com för tid och plats.

Text: Marja Beckman



Foto: Marja Beckman
Dyslexiförbundets Fredrik Sköfman och Helene Kindstedt på SETT-dagarna 2024.

Dyslexiförbundet deltar på SETT-dagarna

I vanlig ordning kommer Dyslexiförbundet att finnas på plats på SETT-dagarna som äger rum den 8–10 april i Kistamässan. Sök gärna upp oss i vår monter eller i vimlet!

Vill du berätta något för tidningen?

Har ni något på gång i er förening eller har ni gjort något som ni vill dela med er av? Välkommen att ringa eller mejla Läs & Skrivs redaktör Marja Beckman! Jag svarar vanligtvis måndag–torsdag kl 9-16. Om jag inte svarar, lämna ett meddelande eller skicka ett sms. marja.beckman@dyslexi.org, tel 076-0529288.



Foto: Elin Heino

Skrivknuten ger råd och stöd!

På Skrivknuten kan du få råd och stöd om läs-, skriv- och räknsvårigheter. Du kan också få tips om hjälpmedel, böcker och metoder.

Rådgivning ges på telefon, men det går också att boka tid för ett personligt besök eller ett videosamtal. Det är gratis för privatpersoner. Skrivknuten tar emot studiebesök och föreläser mot en avgift.

Vår rådgivare heter Helene Kindstedt. Mobil: 073 - 415 77 88 Epost: Skrivknuten@dyslexi.org Post och besöksadress: Spånga torgväg 4, 163 51 Spånga

Händelse	När och var	Info/anmälan/arrangör
No child left behind – föreläsning om att tidigt upptäcka dyslexi.	27 mars kl 9-15. Silviasalen Sofiavägen 2D, Lund, Annetorp	Anmälan senast 21 mars till kompetenscentrum.dyslexi@skane.se
Specialpedagogik i grundskolan	Digital konferens, 18 mars–8 april	Skolporten arrangerar. Kontaktperson: Jonna van Dijk, tel 070-875 22 89, e-post jonna.vandijk@skolporten.se
Morfologins roll i läs- och skrivutvecklingen	Webbutbildningsdag 2 april kl 13–16.15.	Läs mer på www.dyslexiforeningen.se
Dyskalkyli i skolan och vardagen	Föreläsning 3/4 kl 18.30 för med Johanna Pansner från SKED	Kontakta Dyslexiförbundet i Malmö på malmo@dyslexi.org
Specialpedagogik i gymnasiet	Digital konferens, 3 april–1 maj	Skolporten arrangerar. Kontaktperson: Nina Fahlén, 076-321 62 99, nina.fahlen@skolporten.se
SETT-dagarna	8-10 april på Kistamässan i Stockholm.	Läs mer på settdagarna.se och håll utkik efter Dyslexiförbundets monter!
Skolnärvaro, 8 digitala föreläsningar	Digital fortbildning för dig som arbetar med elevers närvaro i skolan. 10 april – 8 maj.	Skolporten arrangerar. Kontaktperson: Jonna van Dijk, tel 070-875 22 89, e-post jonna.vandijk@skolporten.se
Gulistan Kavak föreläser om analfabetism	ABF-huset, Pilgatan 2, Västerås, den 23 april kl 18-19.	Dyslexiförbundet i Västerås är medarrangör. Gratis inträde.
Aktuell forskning om NPF och diagnoserna dyslexi och dyskalkyli.	Digital föreläsning 24 april kl 9-15.	Anmälan senast till 22 april till kompetenscentrum.dyslexi@skane.se
Läs- och skrivinläring enligt Vallmo-modellen med Inger Fridolfsson	Digitalt möte den 28 april kl 18.30.	Kontakta Dyslexiförbundet i Malmö på malmo@dyslexi.org. Samarbete med Svenska Dyslexiföreningen
Familjeläger med Dyslexiförbundet Västra Götaland	17–18 maj på Viskadalens folkhögskola.	Kontakta vastra_gotaland@dyslexi.org för mer information.
Medlems hjälp hos Dyslexiförbundet i Norrköping. Få hjälp med allt som rör läs- och skrivsvårigheter.	Ring så bestämmer ni en tid när du och Gudbjörg Gudjonsdottir kan träffas.	Tel: 076-023 50 72

Hela denna sida är en annons

EQUAZEN® det smarta valet

Ny design – samma kvalitet och innehåll!

Equazen, tidigare eye q, innehåller en välstuderad och specifik kombination av fettsyror omega-3 och omega-6 från fisk och växten nattljus. Kosttillskottet som är många familjers favorit runt om i världen har nu bytt design till en ny mer miljövänlig förpackning. Innehållet däremot är samma välbalanserade kombination av EPA, DHA och GLA.

NY DESIGN
Samma
innehåll



Samma kvalitet och innehåll

eye q utvecklades av engelska forskare i bolaget Equazen för över 20 år sedan och har sedan dess varit många familjers favorit runt om i världen. Det internationella namnet på eye q är Equazen - och så heter produkten numera också i Sverige. I samband med namnbytet övergår man också till en ny mer miljövänlig förpackning – innehållet förblir däremot samma välbalanserade kombination av fettsyror EPA, DHA och GLA.

Equazen® – det smarta valet

Eftersom vår kropp behöver de essentiella fettsyror omega-3 och omega-6 och inte kan tillverka dem själv så måste de tillföras via kosten. Equazen innehåller en välstuderad och specifik kombination av fettsyror, är därför trygg att använda och ett enkelt och smidigt sätt att tillgodose det dagliga intaget.

För hjärnans funktion

Fettsyran DHA bidrar till att bibehålla hjärnans normala funktion. Den gynnsamma effekten uppnås vid ett dagligt intag av 250 mg DHA. Vi får i oss en del fettsyror via kosten men för att säkerställa intaget, väljer många ett högkvalitativt extra tillskott. Fleromättade fetter och dess roll för inläring är ett växande forskningsområde.

Equazen finns som kapslar, tuggisar och i flytande form och säljs på apotek och i hälsobutiker.