

Sex minuter under vatten Jari Honkala



Ladda ner PDF

En dag för 13 år sedan förändrades mitt liv i grunden. Jag var med om en båtolycka och mina skador blev omfattande. Flera kotor i ryggen tog stryk och jag fick också en hård smäll mot huvudet. Det värsta var dock att jag hamnade under vattnet och blev kvar där i sex minuter. Syrebristen ledde till en hjärnskada som jag sakta men säkert återhämtat mig ifrån sedan dess. Jag kommer inte att kunna förvärvsarbeta igen, men jag lever på många sätt ett bra liv ändå. Något jag lärt mig är att det krävs drivkraft och envishet för att leva med en hjärnskada. Det som förr gick snabbt och enkelt att göra tar nu ofta tid och kraft. Problemlösning som tidigare gick utan större reflektion kan nu kräva allt fokus och blir kanske ändå inte bra. För att få vardagen att fungera behövs rutiner och en anpassad ambitionsnivå. Och, inte minst, det kan krävas tålamod och förståelse från dem som står en närmast. Med den här boken vill jag berätta min historia. Jag vill dela med mig av vad som hände mig och vilken lång rehabiliteringsprocess som följde efter olyckan. Målet med boken är att ge en ökad förståelse för hur det är att leva med ett handikapp som inte syns utanpå. En förhoppning är också att den som drabbats av omfattande skador kan få hopp och motivation genom min berättelse.

Ladda ner gratis Sex minuter under vatten gratis bok PDF Kindle

Forfattare: Jari Honkala

Antall sider: 83

ISBN: 9789188481337

Format: PDF

Filstorrelse: 13.55 Mb

Ladda ner på 15 sekunder