

Livsglede

BLADET FOR AMPUTERTE/PROTESEBRUKERE 1/2017

TID FOR Å SYKLE

– OGSÅ FOR
ARMAMPUTERTE 14–17

SJEFSSKIFTE PÅ GANG I MOMENTUM 4

«HADDE IKKE LYST TIL Å BLI HAN STAKKAR'N MED BEINET» 6–8

Egenskapene som vi vet betyr
mye for deg og for oss;

mestring
presisjon
balanse
kvalitet
oppfølging

– Sammensatt blir det til
tjenester og produkter for våre
kunder innen ortopediske
hjelpemidler.



blatchford.no

blatchford



MOMENTUMS ÆRESMEDLEM:
PRINSESSE MÄRTHA LOUISE

Livsglede 1/2017

Utgiver: MOMENTUM
Postboks 49 Skøyen 0212 Oslo.
Utkommer 4 ganger årlig.

Layout: Christine Wigaard
Trykk: Wisa Grafisk AS

REDAKSJONEN I LIVSGLEDE
Nils-Odd Tønnevold
Ansvarlig redaktør
Legg- og lårprotesebroker
nils.tonnevold@connectum.no
Tlf. 92 20 16 26

Flemming Dahl
Journalist
flemmdahl@hotmail.com
Tlf. 98 62 55 96

Hans H. Reinertsen
Fotograf
hasse8@mac.com
Tlf. 90 12 29 30

Internett:
www.momentum.nu

Annonser:
Kontakt Nils-Odd Tønnevold
nils.tonnevold@connectum.no
Tlf. 92 20 16 26

Forside:
Ola Kyrkjebø, på setet, og sykkel-
leverandør Arne Seim viser frem en litt
annerledes sykkel – skreddersydd for unge
og gamle som ikke har to velfungerende
armer. Foto: Hans Hekneby Reinertsen.

ISSN: 1891-3040



«Det er bedre å tenne et lys
enn å forbanne mørket»

LEDER

Tusen takk for meg

Efter 21 år i førersetet som styreleder og ansvarlig for vår kjære forening, avbrutt av to år med Hans Emil Møller-Hansen som leder, og mange andre tillitsverv, er det på tide å overlate stafettspinnen til andre.

Jeg har brukt mange arbeidsår på Momentum, og det har til tider vært krevende på toppen av full jobb som finansiell rådgiver og eier av egen virksomhet, men det har vært veldig givende, og i sum føler jeg at jeg har fått mer enn jeg har gitt.

Jeg har møtt mange unike, ekte og fantastiske mennesker over hele landet som jeg ikke ville kjent hvis det ikke var for Momentum. Det er i møte mellom mennesker det skjer ting. Det er en kilde til inspirasjon og energi.

Og som mange blant oss vet, er det få ting som overgår eksemplets makt.

*«Det har vært veldig givende,
og i sum føler jeg at jeg har fått mer
enn jeg har gitt»*

Jeg har selv blitt veldig inspirert og motivert av å utveksle erfaringer med engasjerte mennesker med en utpreget pliktfølelse som tar det som en selvfølge at det ikke bare handler om en selv, men at man plikter å hjelpe og stå på for andre.

«Spør ikke hva Momentum (les: fellesskapet) kan gjøre for deg, men hva du kan gjøre for fellesskapet.»

I dette lys er jeg trygg på at Momentum – formodentlig med Kjetil Bragstad i spissen, gitt at han blir valgt av Landsmøtet, innstilt som han er av Valgkomiteen til å bli ny styreleder – er i de beste hender, og jeg ønsker ham og alle andre tillitsvalgte over det ganske land lykke til med oppgaven, og alt godt for Momentum.

For egen del har jeg ingen planer om å melde meg ut, for Momentum er som en stor og inkluderende familie. Jeg vil fortsette som aktivt medlem – som likeperson og blant annet også som leder av Redaksjonen og av Samfunnspolitisk utvalg. For øvrig vil jeg delta i det monn tiden strekker til.

Jeg ønsker alle lesere en riktig god påske!

Takk for meg!
Nils-Odd Tønnevold
Leder

AV INNHOLDET:

Nils-Odd ut, en ny sjef inn	s 4	Til fjells med ski, kjelker – og en sykkel	s 14–17
En rask prat med Petter Thime	s 4	En annerledes sykkel	s 18
Et blikk på Geir Liang	s 6–8	Lesertorget	s 27

Milepæpassering i Momentum, ny leder skal velges

Nils-Odd Tønnevoll har meddelt Momentums hovedstyre og valgkomité at han ikke stiller til gjenvalg som foreningens styreleder. Dermed skal en ny leder velges under Momentums 2017-landsmøte, som skal holdes i Oslo 21. april.

Forut for landsmøtet er det rent formelt ikke avklart hvem som skal overta, men det har lenge ligget i kortene at Kjetil Bragstad trolig vil bli valgt som ny styreleder.

Som nestleder under Tønnevoll, har Bragstad lenge blitt sett som foreningens kronprins. Han er blitt innstilt av valgkomiteen som ny leder, hovedstyret skal uformelt ha gitt denne innstillingen sin enstemmige velsignelse, og Bragstad selv skal ha sagt seg beredt til å bli valgt.

Livsglede tar sikte på å komme tilbake i forestående sommerutgave med en bred dekning av lederskiftet som nå står for døren – et historisk skifte, idet Tønnevoll gjennom en årrekke har vært sett som Momentums markante frontfigur og drivkraft nummer én.

Tønnevoll, som for et par tiår siden var med på å etablere Momentum, omtaler det forestående lederskiftet på lederplass i denne utgaven av Livsglede.

Momentum står altså foran en milepæpassering. Livsglede anmoder sine lesere om å følge med på foreningens nettsider – momentum.nu – i dagene omkring landsmøtet.



Kjetil Bragstad (t.v.) blir sett som sannsynlig ny styreleder etter Nils-Odd Tønnevoll. Fotos: Hans Hekneby Reinertsen.

Petter Thime

Amputasjonen fant sted på Filippinene, i februar i fjor. De tok venstrebeinet hans, like over kneet.

Petter Thime, rogalending av 1974-årgang, var på ferie der i Stillehavet – med sin mann, Harald – da han fikk feber og kom på sykehus, hvorfra han snart ble utskrevet for å fly hjem til Norge, et bein fattigere, altså.

Se feberen i lys av et sår som ikke ville gro. Se såret som en følge av at Petter et halvår tidligere hadde pådradd seg to leggbenbrudd – bare ved at han snudde seg, forteller han – og at han under reparasjonen hadde fått innoperert noe metall.

To benbrudd, tilsynelatende uten dramatisk forspill, og et sår som ikke grodde ... Ifølge Petter ble det senere forklart med at han, uten å være seg det bevisst, var rammet av benskjørhet.

Petter er førstemann i en søskenflokk på fire. Han er utdannet teknisk tegner og har arbeidet som det, senere som mye annet, skjønt det gjerne har dreid seg om salgsrelatert arbeid; nå er han prosjektselger av utstyr til kjøkken, bad og garderobe.

Ja, og så er han nå på sen vinteren ny som likeperson i Momentum Vest.

Han er egentlig Stavanger-mann, men bor nå i Sandnes. Han er glad i å lage mat, og han er med som frivillig på arrangørsiden bak jazzfestivaler.

Vel seks år er gått siden han og Harald ble gift på tinghuset i Stavanger, hvorpå



Petter Thime, allerede kurset og godkjent som likeperson. Foto: Hans Hekneby Reinertsen

de fikk kirkelig velsignelse i Danmark og der feiret giftemålet sammen med mange titalls gjester på en herregård.

Det går an å få inntrykk av at du tar det nær sagt med et smil, dette at du er amputert. Er det når alt kommer til alt såpass enkelt og greit?

Jeg har sagt fra dag én at alt går, noe tar bare litt lengre tid. Noen utfordringer er det jo, men dem takler vi som de kommer.

Har du dannet deg noe bilde av om det gjøres like godt amputasjonsarbeid på Filippinene som i Norge?

De var veldig flinke, selv om sykehuset var gammelt, og de var gode i engelsk. Ortopeden her hjemme sa hun aldri hadde sett et så fint snitt fra utlandet.

Et råd eller to til nyamputerte?

Tenk positivt. Ikke grav deg ned. Kom deg ut blant folk, ikke bare sitt hjemme og se på tv og synes synd på deg selv.

Eksepsjonell kontroll og komfort

Echelon VAC - med innebygget aktiv vacumpumpe som gir en jevnere, enklere og mer naturlig gange. Samt en balansert komfort i lydløs bevegelse.



Naturlig og effektiv bevegelse

Orion3 - Bedre komfort, forbedret sikkerhet med redusert risiko for å snuble. Tilpasser seg terrenget. Gir jevn, trygg og naturlig gange.



Silcare Breathe

– Pustende teknologi for tørrere hud og protesehylsesikkerhet. Luft og svette ventileres ut gjennom hullene.



+47 55 91 88 60
post@ortopro.no

ortopro.no
f Ortopro

ORTOPRO

Alltid nye jern i ilden

I tiden etter motorsykkellulykken for et kvart århundre siden, speilet han seg i butikkvinduer og filmet seg selv hjemme – opptatt som han var av å gå pent og ikke vise omverdenen at et ben var blitt erstattet med en protese.

Flemming Dahl (tekst)
Hans Hekneby Reinertsen (foto)

Hei, hvem er denne mannen? Han heter Geir Liang, og det holder å hilse på ham for å få det inntrykk at han har en masse energi i seg.

Og så, når 48-åringens historie blir nærmere kartlagt, fremkommer det et bilde som viser at førsteinntrykket må ha vært riktig – denne Geir har en masse energi i seg, en masse tiltakslyst, en masse handlekraft.

Han er en av dem som i midten av 1990-årene var med på å etablere Momentum, foreningen for arm- og benprotesebrukere; han er gift med sin Trine og far til fem; han er lege og søker løpende nye utfordringer i sitt fag; han har engasjert seg i etablering og ledelse av tre småbedrifter, to av dem innen helsesektoren; han er lokalpolitiker ...

Ta også med dette at han kan skille med et par norgesmesterskap i handikappsvømming, at han har syklet Birkebeinerrittet på protese tre ganger, dessuten at han på ski og protese har gått Vasaloppet én gang.

La det i tillegg være nevnt at han sitter i styret i Norsk barne- og ungdomspsykiatrisk forening.

Alt i alt, det ligger en porsjon personlig erfaring til grunn når Geir i en prat med Livsglede sier at «hvis du bestemmer deg for noe og legger inn en innsats, når du ganske langt.»

Om det drøyt 90 kilometer lange Vasaloppet sier han at «det var en søken, på en måte, etter å se hvor går egentlig grensen.» Før løpet hadde en ortoped sagt til ham, husker Geir, at han bare kunne glemme tanken på å stille opp der. «Jeg deppet en uke, og tenkte så, nei fa...»



«Hvis du bestemmer deg for noe og legger inn en innsats, når du ganske langt», sier Geir Liang, én av dem som i midten av 1990-årene var med på å etablere Momentum.

Ikke så rart, hans mange jern i ilden tatt i betraktning, at Geir etter hvert – etter noen år som styremedlem i foreningen – gled ut på sidelinjen av Momentum. Men helt borte er han ikke blitt; i januar dukket han og hans kone opp som deltagere i Momentums skiweekend på Venabu.

«Jeg hadde ikke lyst til å bli han stakkar'n med beinet»

Det var da fotograf Hasse og jeg ble kjent med Geir. Fra før var Nils-Odd Tønnevold, foreningens frontfigur gjennom tilnærmet hele dens historie til nå, den eneste av i Momentum-etablererne vi kjente. Geir Liang Jensen, han har senere avkortet etternavnet, hadde vi bare hørt om.

Geir og motorsykkellulykken – den inntraff en junidag i 1992, i Tyskland, nær

Nürnberg, Geir var legestudent der nede og nå på motorsykkeltur med to medstudenter. Det var en møteulykke.

Da redningspersonalet nådde frem, forteller Geir, ble han spurt om han var privat forsikret, hvilket han svarte ja på. Det bar til sykehus. «Jeg fikk meg en helikoptertur som jeg husker det meste av.»

En tøff tid på sykehuset, folk som har vært gjennom noe lignende vil kjenne seg igjen. Etter hvert hjem til Norge – til Svelvik, der han som eldstemann i en brødrflokk på tre hadde vokst opp, etter å være blitt født og blitt et par år gammel i Oslo. På sykehuset i Tyskland hadde de tatt noe av hans venstrelegg, men resultatet var ikke godt, dermed ble Geir et drøyt år senere amputert gjennom kneet, det skjedde i Drammen.

Om tiden etter ulykken forteller han: «Den beslutningen jeg tok for meg selv, var at nå skal jeg stå på og trene



og rehabilitering seriøst. Jeg har alltid tatt ting seriøst.»

Senere har han ikke, forteller han, hatt særlige problemer med rygg og hofte, men noen fantomsmerter har han av og til kjent i leggen som ikke er der.

Det var gjennom svømming – ref. de to norgesmesterskapene – i tiden etter ulykken at han kom i kontakt med en Trond Helland, som sammen med Nils-Odd Tønnevoll hadde noen tanker om å starte en forening, og i denne tiden var også en dame ved navn Anita Baastad inne i bildet ... Vel, Geir kom til å bli en av dem som dro i gang Momentum.

Han mener – ref. småbedrifts-engasjementet foruten Momentum-etableringen – at han kan ha noen dra-i-gang-egenskaper i blodet og ser det i sammenheng med at hans farfar nedla et gründerarbeid som satte spor etter seg i Svelvik-området, i form av en madrassproduksjon som fortsatt finnes der.

Mens Momentum ble etablert, fullførte Geir sine legestudier, i Oslo. Og i den tiden traff han også sin Trine. Hun er fra Klæbu syd for Trondheim, der Geir og Trine nå fra mange år tilbake bor og etter hvert har skapt sin barneflokk:

FORTS.

veldig hardt, sånn at jeg ikke blir funksjonshemmet. Jeg hadde ikke lyst til å bli han stakkar'n med beinet.» Det var i den tiden, husker Geir, at han speilet og filmet seg for å sjekke i hvilken grad han lyktes.

Et par måneder på kurbad i Hokksund inngikk som et hovedelement i rehabiliteringen. «Jeg trente 13 timer i døgnet», forteller Geir. «Jeg tror fysioterapeutene syntes det var artig å behandle en sånn fyr som tok trening

NYHET!

“FIA-sko” för barn och ungdom

- Många valmöjligheter
- 7 val av lästbredd
- 4 olika val av sulthet
- 3 olika val av styvhet i sulan
- 4 olika val av ovandel för skon
- Storlekar från 16 EU till 42 EU
- Leveranstid 18 dagar

Godkänd av NAV enligt FIA-kod

Kontakta oss för mer information och beställ vår katalog.

FitzKidz® Footmatch



Stomperz



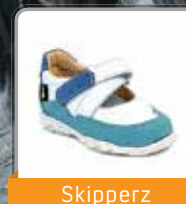
Hoopz



Finns i 25 st olika skomodeller



Kickz



Skipperz

Hanna (nå 17), Tora (15), Håvard (13), Øyvind (8) og Jørgen (6). Denne yngstemann var bare halvannet år da en ondartet svulst ble påvist i ham. Han kom under behandling, og pappa Geir sier nå: «Etter det har han vært helt frisk, det er et mirakel.»

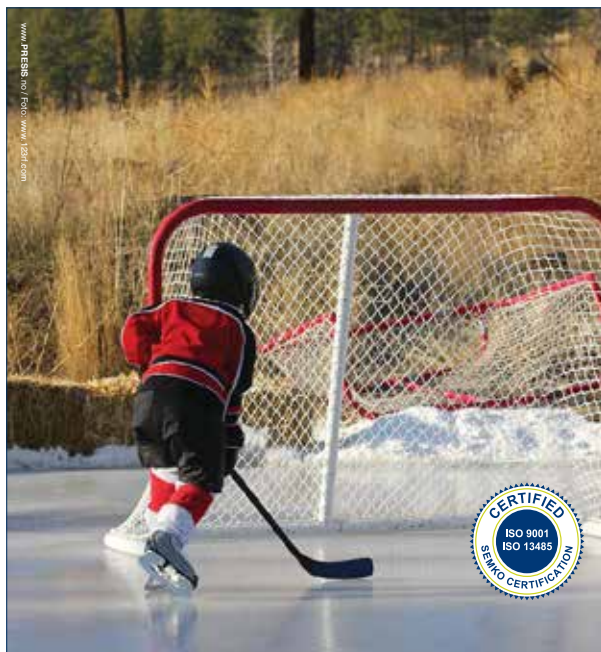
Turnuslege, allmennlege, barnelege, videreutdanning innen barne- og ungdomspsykiatri ... ta dette som stikkord for hva Geir har drevet med, i Trøndelag og ikke minst ved St. Olavs Hospital i Trondheim, i årene da familien ble etablert og vokste.

Han ser at hans egen amputasjonshistorie kan ha tilført hans legegjerning noe positivt, ved at den har hjulpet ham til å leve seg inn i forholdet mellom hjelperen og den som ligger nede og trenger hjelp. «Når du har vært gjennom noen sånne ting selv, er det noe du tar med deg», sier han.

Det var i 2011 at Geir ble politiker – som kommunestyremedlem i Klæbu og styreleder i Klæbu Venstre. Han får det til å høres ut som en tilfeldighet, dette at han ble politiker: «Jeg skulle bare hjelpe en fyr å bli ordfører.»

Om barne- og ungdomspsykiatri, som han videreutdannet seg til å komme inn i, sier Geir at «det er blitt min greie, det er det jeg driver med i dag.» Og det vil seg slik at han nå i år forlater St. Olavs Hospital til fordel for en jobb i Helse Nord-Trøndelag, der han skal hjelpe til med å bygge opp et lege- og psykiatremiljø innen barnepsykiatrien. Det innebærer mye pendling, med fly og bil, mellom Klæbu og Namsos.

Geir, en slags påminnelse om at det går an å drive med mye. Men han ser at det finnes grenser, og han gir et eksempel: «Jeg ser veldig lite på TV, har ikke tid til det.»



FRI UTFOLDELSE er vår spesialitet

Norsk Teknisk Ortopedi tenker framover. Vi vil være i forkant av kroppens utvikling og skal være klare den dagen nye behov melder seg. Målet er at unge brukere skal vokse og utvikle seg med sine armproteser. Med stadig bedre teknikk og fokus på hver enkelts personlige behov ønsker vi å gjøre hverdagen best mulig for unge brukere.

Vi vet mulighetene og har løsningene som gir en god funksjon



Norsk Teknisk Ortopedi AS
Vikaveien 17 - Pb. 10 - 2312 Ottestad
Tlf: 62 57 44 44 - nto@ortonor.no
www.ortonor.no

BUSKERUD TEKNISK ORTOPEDI

Buskerud Teknisk Ortopedi AS
PB 3568 - 3007 Drammen

- hjelpemidler som gjør hverdagen enklere!

- Fotsenger/løpsinnlegg og spesialsko
- Ortoser og korsett
- Protoser

Besøksadresse: Ingeniør Rybergsgate 114
Tlf.: 32 80 93 93
E-post: post@bto.no
Web: www.bto.no

RHEO KNEE® 3

Stabilitet og dynamikk –
Uansett vær



LIVSGLETT

9

Ikke helt som det ideelt burde være

Forskjellsbehandling, hensynsløshet, mangel på omtanke, diskriminering ... Ulike tilfeller kan kategoriseres forskjellig. Uansett, mennesker som på den ene eller andre måten er funksjonshemmet, opplever at forholdene ikke alltid ligger til rette for at de kan oppleve gode reiser med tog, fly og andre transportmidler. Noen eksempler på denne siden og de to neste.

Britisk oppvask etter en pinlig togopplevelse



Anne Wafula Strike snakker ut etter den pinlige togopplevelsen.
Illustrasjon: Videoklipp fra BBCs nettsider.

Den rullestolsittende idrettskjudisen fant ikke noe tilgjengelig toalett under en togreise i England, med den følge at hun ... ja, tisset på seg. I ettertid ropte hun ut i protest.

Blant dem som ikke unngikk å legge merke til det da Anne Wafula Strike i vinter ropte ut og saken fikk en plass i nyhetsbildet, var britiske transportmyndigheter. De reagerte med å arrangere et oppvaskpreget møte med jernbanefolk.

Wafula Strike ble rammet av polio i ung alder. Hun har deltatt i rullestolkjøring i internasjonale konkurranser, både for Kenya – hvor hun ble født i 1969 og som hun representerte i Paralympics i Athen i 2004 – og for Storbritannia, etter å være blitt britisk borger.

En kjendis blir hørt

Hun har høstet heder og ære for i ulike sammenhenger å ha talt funksjonshemmedes sak, hun har skrevet bok,

og hun figurerer som inspirasjonsforedragsholder.

Alt i alt, Wafula Strike er en sånn dame som nyhetsmedier gjerne lar komme til orde, slik de gjorde da hun ville ha blest om sin pinlige togopplevelse:

Handikaptoalettet i toget var ute av drift, og Wafula Strike fant det umulig å få rullestolen frem mellom togsetene for å komme seg til et annet toalett.

Hun hadde ifølge kringkasteren BBC fått hjelp av jernbanepersonell til å komme seg om bord i toget, men hadde ikke fått informasjon om at handikaptoalettet var ute av drift.

Det skal det bli bedre ...

«Å ha adgang til et toalett, spesielt i en utviklet nasjon som UK, er en av de mest grunnleggende rettigheter», sa Wafula Strike i ettertid, ifølge avisen The Guardian.



NY HYDRAULISK FOT Odyssey fra College Park

**Markedets laveste
bygg høyde**

**Jevn kraftoverføring
gjennom hele steget**



erimed international

Steinar Knutsen, tel: +47 91 68 62 72

Box 5028, 141 05 Huddinge

Tel +46 8- 449 56 50, Fax +46 8- 646 47 67

order@erimed.se, www.erimed.se

«Jeg forsøkte å dekke over urinlukten ved å spraye meg med parfyme. Da jeg endelig kom hjem etter min mare-rittpregede reise, skrubbet jeg meg ren i dusjen og kastet meg så ned på sengen og grein i timer», tilføyde hun.

Togreisen fant sted et par uker før jul. Nær to måneder senere meldte det britiske transportdepartementet at Paul Maynard, statssekretær med ansvar for jernbane, hadde møtt høytstående jernbanerepresentanter som en følge av Wafula Strikes togopplevelse, og at «arbeid for å forbedre funksjonshemmedes adgang til toaletter på tog og stasjoner er i gang.»

Lang vei frem

Storbritannia er blant de mange land

som løpende arbeider med ulike former for universell utforming, med tanke på at funksjonshemmede skal kunne fungere i samfunnet – om bord i transportmidler inkludert – på linje med andre. Wafula Strikes togopplevelse er bare én i rekken av tilfeller rundt om i verden som viser at veien frem fortsatt kan synes lang.

Togselskapet som Wafula Strikes reiste med har beklaget at handikapptoilet var ute av drift.

I The Guardian ble Wafula Strikes sitert på å si at «altfor mange mennesker med funksjonshemninger lider i stillhet når sånt som dette skjer, fordi de finner det for pinlig å snakke om det.»

Bot etter nei til funksjonshemmet flypassasjer



En bot på 60 000 euro – tilsvarende godt over en halv million kroner – for ikke å ville ha med en funksjonshemmet passasjer. Foto: F. Dahl/Samferdsel.

En delvis lam mann ble i 2010 nektet adgang til en flyvning fra Biarritz til Paris, med den følge at en sydfransk domstol i januar i år dømte flyselskapet EasyJet til å betale 60 000 euro i bot.

Selskapet skal ha brukt sikkerhets-hensyn og at mannen var uten ledsager som forklaring på at det ikke ville ha ham med, melder franske og britiske nyhetsmedier, men dette ble ikke tatt for god fisk av domstolen.

Mannen skal på forhånd ha gjort flyselskapet oppmerksom på at han

ville trenge assistanse under ombordstigning.

Britiske EasyJet, en av Europas store lavprisaktører i luften ved siden av selskaper som irske Ryanair og norske Norwegian, har vært involvert i flere lignende saker som har påført det bøter.

Mannen har opplyst at han etter å ha fått rødt lys av EasyJet, kom seg til Paris med en Air France-flyvning.

Etter domfellelsen gjorde EasyJet det klart at selskapet neppe ville anke dommen.

RHEO KNEE® 3

Stabilitet og dynamikk –
Uansett vær

Utviklet for mange ulike brukere og forhold, nå også "weatherproof".

RHEO KNEE gir deg større selv-sikkerhet og stabilitet og en bedre dynamisk opplevelse for den som vil få så mye som mulig ut av protesen sin.

Nå med iOS-funksjon.





- et datterselskap av Oslo universitetssykehus HF

*Vårt mål er å skreddersy
den beste løsningen
til hver enkelt.*

Sammen skaper vi muligheter.

Sophies Minde Ortopedi AS

Besøksadr: Trondheimsvn. 235, bygg 79 · Postadr: Postboks 493 Økern, 0512 Oslo · Tlf: 22 04 53 60 · E-post: post@sophiesminde.no · Hjemmeside: www.sophiesminde.no

Beste funksjon og livskvalitet for den enkelte!

For deg som protesebruker
gjør vi en forskjell – det er ditt valg



Vestfold: Skolmar 13, 3232 Sandefjord,
Tlf. 33 45 45 33, e-post: info@teknomed.no

Telemark: Storgata 118, 3921 Porsgrunn,
Tlf. 33 45 45 35, e-post: info@teknomed.no

www.teknomed.no



Rehabilitering av benamputerte ved Unicare Fram

Vi tilbyr tilrettelagt trening med individuell oppfølging med det tverrfaglige teamet, gruppeaktiviteter, undervisning, samtaler og veiledning. Velkommen til oss!

Utover kjente rehabiliteringstiltak tilbyr vi intensiv aktivitet/behandling tilpasset ditt funksjonsnivå:

- Spilterapi
- LiteGait-trening i LiteGait (vektavlastende gange/ståtrening) for bedret gangfunksjon
- Spillterapi
- Bokseterapi
- Klatring
- Kognitiv adferdsterapi
- Medisinsk Yoga



Kontakt oss gjerne hvis du har spørsmål.

Ring oss på 67 15 29 28 eller send en e-post til inntak.fram@unicare.no.

Henvisning sendes fra din fastlege, manuellterapeut, kiropraktor eller sykehuslege.

unicare.no/rehabilitering/fram | Unicare Fram as, Rykkinnveien 100, 1349 Rykkinn | 67 15 28 00

Med mot til å mestre



Ikke velegnet for rullestol-sittende togpassasjerer



Et fransk høyhastighetstog. Her kan passasjen inn til kafeteriavognen vise seg for trang for en rullestol. Foto: Hans Hekneby Reinertsen.

En funksjonshemmet mann beskyldte i vinter den statlige franske togoperatøren SNCF for diskriminering, forklart med at SNCF-tog i hans øyne ikke er tilpasset funksjonshemmede.

Mannen som ropte ut mot SNCF (omtalt på Momentums nettsider) er 25 år gammel og benytter elektrisk rullestol, ifølge avisen La Dépêche du Midi.

Blant det mannen satte minustegn ved:

Han sitter hyppig i midtgangen mellom seterekkene og er dermed til sjenanse for passasjerer som skal forbi ham; han observerer at togtoaletter ofte er for trange for rullestolen; han kan vanskelig benytte høyhastighetstogs kafeteriavogner, fordi passasjene inn til dem er for smale ...

«Men vi som er funksjonshemmet betaler våre billetter med samme pris som de øvrige reisende», uttalte han.

Tilleggspris for ekstraproteser

En åtte år gammel historie – om en dobbelt benamputert brite som ville ha med seg et par ekstraproteser på sydenreisen og fikk høre av flyselskapet at han måtte betale ekstra for dem, 10 pund ganger to for tur-retur-reisen.

Protesebrukeren reagerte på at han vederlagsfritt kunne ha tatt med seg rullestol, klassifisert som hjelpemiddel, men at det samme ikke gjaldt for protesene.

Etter at saken var blitt omtalt i britiske nyhetsmedier, forklarte lavprisflyselskapet Jet2 unnskyldende at dette med frakt av proteser var noe nytt for

selskapet, det var ikke omtalt i dets reisebetingelser, og samtidig gjorde selskapet en helomvending:

Ifølge kringkasteren BBC tilbød Jet2 ikke bare mannen å ta med seg protesene uten ekstrabetaling, men i tillegg å la ham selv reise betalingsfritt.

Som forklaring på at han gikk offentlig ut med historien, sa mannen til avisen Daily Mail:

«Dette er prinsippielt. Dette er noe som kan ramme andre mennesker i samme situasjon, en sak som trenger å bli belyst.»

RHEO KNEE[®] 3 MED PRO-FLEX[®]

En **dynamisk** kombinasjon



ÖSSUR

**DYNAMIC
SOLUTIONS**

RHEO KNEE 3 er en del av Össurs Dynamic Solutions.

Dette er protesekomponenter som er beregnet på lite til middels aktive brukere som ønsker å beholde en høy livskvalitet og fortsatt nyte livet fullt ut.

WWW.OSSUR.SE



Til fjells med – og en sykkel

En skitur eller en kjelketur – eller endog en sykkelstur – ute i snøen og kulda, under den gråblå slutten-av-januar-himmelen, for så å komme inn i varmen til hygge og solid kost ...

Hans Hekneby Reinertsen (foto)
Flemming Dahl (tekst)



Venabu Fjellhotell ved foten av Rondane.

Vinteren var snøfattig mange steder i lavlandet, så iallfall noen av oss fant det ekstra fint å komme opp i høyden og delta i Momentums ski-weekend, med Venabu Fjellhotell som samlingssted.

Denne weekenden nær fjellheimen Rondanes topper, midtveis mellom Oslo og Trondheim, smakte på sett og vis av en god gammeldags hyttetur.

Men maten var forberedt av proffe folk, og sengene var ferdig oppredd ved ankomst – se det som en god porsjon ekstra luksus målt mot den gammeldage hytteturen.

Blant deltagerne var noen, eksempelvis Geir Kjølrsrud, som i de senere år har deltatt i mange Momentum-samlinger, og andre, ta Arne Svanes, som er for nye i Momentum-gjengen å regne.

Gammel i rekkene

Geir Kjølrsrud, 55 år og fra Kris-

tiansand. Han med det halvlange håret og et glimt i øyet, han som kan synes å ha et snev av bohemen i seg ... Denne Geir var bare halvveis i tenårene da kreft i venstrebeinet gjorde ham til låramputert.

Blant det Geir har på sitt brokete rulleblad, er en karriere som handikapp-volleyballspiller for Norge, med spill både her og der i verden, i Paralympics og andre tevlinger.

En av dem Geir i den tiden lærte å kjenne, er en annen hyppig gjenganger i Momentum-samlinger, Erik Halvorsen, som var med på Venabu, han også (les om Erik i Livsglede nr. 2/2010).

Geir og Erik er kompiser, og historien forteller at det var Erik som etter hvert fristet Geir inn i Momentum.

Fra et avsluttet forhold er Geir far til tre voksne barn, hvorav to gutter og en jente. Noen stikkord for hva han ellers har på rullebladet:

Lærerskole, formingslærer, grunnfag idrett, gymlærer, folkeskolelærer, Skagerrak-fisker med egen sjark, massør, jobbing med handikappidretten i Norges Idrettsforbund, sjøbodeier, nå nestleder i Momentum Sør ...

Geir ble halvt uføretrygdet i midten av 1990-årene og helt noen år senere. Han mener at han nok kunne fått seg en fast og varig jobb, men poengterer at han var mer tiltrukket av friheten til å gjøre ditt og datt.



Geir Kjølrsrud fra Kristiansand

ski og kjelker



LIVSGLEDE

15

Weekend-deltagere – nesten alle sammen – samlet på et brett.



Tøft med denne amputasjonen i ung alder? «Det var egentlig ikke det, det var sånn det var», svarer han. Nedture? «Nei ... av og til er jeg litt lei av å gå rundt sånn, men det er ikke så mye å gjøre med det.» Fantomsmerter? Vel, det er snarere protesefestet og gnagingen han kan slite litt med, forteller Geir, som tilføyer at han kan kjenne litt fantomsmerter også, «men den psyker jeg ut, det er jo en smerte på noe som ikke er der.»

Geir liker å gå turer, med krykker når han går langt, forteller han. Og så sier han seg stolt over at han ved påsketider i fjor – etter i mange år å ha vurdert en slik ekspedisjon – pigget seg opp, opp, opp på langrennsskelke til en turisthytte i Hovden i Setesdal.

Ingen verdensbegivenhet, men Geir ser turisthytte-ekspedisjonen som en personlig seier. «Jeg liker å anstrenge meg, jeg gjør det, men det er ikke sikkert jeg gjør akkurat den anstrengelsen igjen».

Ny i rekkene

Arne Svanes, 53, leggamputert under venstre kne for tre år siden. Han

hadde vært med på et lokalt Momentum-julebord før han nå på Venabu for første gang deltok i en større Momentum-samling.

For første gang som amputert gikk han her på ski, med såpass eleganse at folk i løypa som ikke visste at han gikk på protese, neppe ville forestille seg at han gjorde det.

Det finnes tilsynelatende litt av bohemien i denne Arne også:

Han er først og fremst lastebilsjåfør, selv om han har jobbet litt også som signalmontør på jernbanen, og som lastebilsjåfør har han i tiårenes løp, bortsett fra jobbing på hjemmebane,

FORTS.



Fra et avsluttet ekteskap er han far til to gutter, tvillinger, 16 år gamle.

I et års tid etter fallulykken som medførte amputasjonen, var han sykemeldt, men nå er Arne i arbeid på heltid – som lastebilsjåfør.

Arne Svanes fra Stavanger på sin første skitur med protese.

Ja, det var en fallulykke. Arne var på jobb, det var på Forus ved Stavanger, fallet så ikke nødvendigvis veldig dramatisk ut: «Jeg datt ned fra en container. Det var ikke høyt, men jeg landet feil.»

Enda et tegn på at Arne liker å prøve

Anne Mork, flankert av sin sønn Anders (t.v. i bildet) og Hans Emil Møller-Hansen.



vært frivillig med i Forsvarets deltagelse i krig-og-fred-pregede oppdrag i Libanon, i Somalia og i Bosnia.

«Jeg liker å prøve ting», forklarer Arne, som opprinnelig er fra Egersund, men nå bosatt i Stavanger.



Kjartan Haugen (stående nærmest kameraet) er en erfaren toppidrettsutøver – med protese. Han ga de øvrige weekend-deltagerne noen gode råd og vink før de la ut på vidda.

Nyamputert og likeperson –

Følelsen av å gjøre noe godt for andre, av å gi et menneske som er nede en stimulans til å komme seg opp og se at livet fortsatt kan vise seg verdt å leve, absolutt verdt å leve ...

Likepersoner i Momentum kan få denne følelsen når de i møter med nyamputerte mottar signaler som tyder på at det var godt å bli lyttet til av en likeperson, godt å snakke med en likeperson – godt å møte en person som selv har kommet seg ovenpå etter en amputasjon.

En slags vinn-vinn-situasjon, altså, selv om utgangspunktet for likepersontjenesten er at det er de nyamputerte som skal få et løft.

Momentum trenger fortløpende påfyll i rekken av likepersoner, så foreningsledelsens oppfordring i denne sammenheng er at hvis du har lyst og anledning, så kom igjen, meld deg som likeperson.

Gode hensikter og stor tro på at den jobben kan jeg klare er ikke nødvendigvis nok for å lykkes som likeperson, så Momentum arrangerer jevnlig likepersonkurs rundt om i Norge.

Et i rekken av slike kurs ble holdt i Oslo i februar – se omtale av og bilder fra kurset på Momentums nettsider (momentum.nu).

I den omtalen ble det poengtert at likepersontjenesten blir sett som en særdeles viktig oppgave for Momentum.

Særdeles viktig, ja, Arne Wilberg, som er leder for foreningens likeperson- og pårørendeutvalg, sa at «dette er jo det viktigste vi driver med.»





*To lekende kompiser gjennom mange år
– Geir Kjølrsrud og Erik Halvorsen.*



Tatjana Breda-Gulbrandsen (t.v.) var blant dem som fikk prøve sykkel som Terje Tobias Finnsådal hadde tatt med til fjells. I midten, Geir Arne Hageland.

ting,
finnes langt tilbake i tiden,
fra lenge før amputasjonen:
Som fotturist nådde han
nesten toppen av det innpå
6000 meter høye fjellet Kili-
manjaro i Tanzania.

Han forklaring på at han
ikke nådde toppen, er at han
gikk for fort i den tynne luft-
en og dermed ble dårlig.

Hva han synes om
den første skituren
på protese? «Jeg
synes den gikk fint.»

En sykkel ...

Den vakte stor interesse, en
kjøring-på-snø-tilpasset syk-
kel som var å se blant skiene
og kjelkene på Venabu. Noe

sånt var jo ikke å se under
tidligere tiders hytteturer.

Et slags bevis på en verden
i utvikling, altså. Hvem
som hadde med seg syk-
kelen til fjells? Terje Tobias
Finnsådal, et energisk

medlem i Momentum-gjen-
gen. Han er leder og likep-
ersonkontakt i Momentum
Sør.

godt å motta, godt å gi



Momentums likepersonkurs i Oslo i helgen 10. –12. februar samlet et par titalls deltagere. Foto: Hans Hekneby Reinertsen.

Det er vår, la flest mulig få sjans til å sykle ...

Ikke enkelt å sykle – men heller ikke umulig – for personer som ikke har to velfungerende armer.

Hans H. Reinertsen (foto)
Flemming Dahl (tekst)

Mange av dem dette gjelder – personer med funksjonsnedsettelse i overkroppen, som det også kan sies – kan tenkes å tenne på en nyutviklet og så å si skreddersydd sykkel.

Ifølge Anders Seim, sivilingeniør og en av nøkkelmennene bak sykkelprosjektet, ble ideen unnnfanget for fire år siden – i et tilfeldig møte med kjendis Cato Zahl Pedersen, han som mangler halvannen arm etter en høyspentulykke i ungdomsårene.

Armamputerte er blant dem som kan ha glede av sykkelprosjektet. Det samme gjelder personer med dysmeli, med cerebral parese, med revmatisme samt personer med nedsatt styrke eller nedsatt balanse i overkroppen.

Seim poengterer at sykkelprosjektet er ment for både barn, ungdommer og velvoksne mennesker.



Oslo-mannen Ola Kyrkjebø (t.v.) bruker en underarmsprotese, som følge av dysmeli. Han er en av de første som har skaffet seg den nyutviklede sykkelprosjektet. Her sammen med sykkelleverandøren, Anders Seim.

Sykkelprosjektet, som ved et første øyekast ikke ser veldig annerledes ut enn en alminnelig sykkel, består til dels av ordinære sykkelkomponenter som Skarnes-baserte Skeno AS, det lille selskapet bak Seim og sykkelprosjektet, kjøper inn fra fabrikanter ute i verden. Men:

inklusive gir- og bremseanordninger og eventuelt en bryststøtte, slik at sykkelprosjektet blir skreddersydd for den enkelte brukers spesielle behov.

Skono AS har mottatt offentlig økonomisk støtte fra Innovasjon Norge og fra NAV, og sykkelprosjektet selges med økonomisk støtte fra Hjelpemiddel-sentralen til brukerne.

Et typisk trekk ved sykkelprosjektet: Bremsen sitter i knehøyde og virker når syklisten presser kneet mot den.

Så sørger Seim og hans kompanjong, sivilingeniør Peder Kjærnli, for å forsyne sykkelprosjektet med sine egenutviklede anordninger,

Dermed kan en bruker på under 26 år skaffe seg sykkelprosjektet for null kroner fra egen lomme, mens en eldre bruker må ut med en egenandel på 4000 kroner, forklarer Seim. Han oppgir den enkelte sykkelprosjektets faktiske verdi til 70 000 kroner pluss moms.

En stor håndfull personer har allerede skaffet seg sykkelprosjektet, og Seim forteller om gode tilbakemeldinger. «Mange har med stor glede kunnet sykle igjen, eller sykle tryggere og bedre enn tidligere», sier han.

Cato Zahl Pedersen er blant dem som har skaffet seg sykkelprosjektet. Om da han tok den i bruk, sier Seim at Cato «var som et barn igjen.»

Hamar Ortopediske AS

Vi tilbyr individuelt tilpassede hjelpemidler.

- Proteser
- Ortooser
- Ortopediske sko
- Fotsenger
- Spesialsko
- Innleggsåler
- Korsetter
- Oppbygg mm.

Ortopediteknikk
i sentrum



Besøksadresse: Grand Helsesenter,
Torggata 1, 2317 Hamar
Telefon: 62 51 19 50
E-post: post@hamar-ortopediske.no
Web: www.hamar-ortopediske.no

Ortopedisk Service

Servicen omfatter vurdering,
måltaging, tilpassing og kontroll
av ortopediske hjelpemidler som
fotsenger, løpsinnlegg, såler, sko, proteser,
støtteskinner, korsetter m.m.

Timebestilling:
32 83 04 15

Drammen
Ortopediske
Institutt AS

ROSENKRANTZGATEN 17, 3018 DRAMMEN - T: 32 83 04 15

www.och.no



OCH
ORTOPEDI

*Å være et helt
menneske er å
føle seg som et*

Bevegelseshemming skal ikke stå i veien for livskvalitet.

OCH ortopedi har siden 1846 vært en ledende aktør i utvikling av ortopediske hjelpemidler. Vi er stolte over å være ISO-sertifisert. For deg som pasient innebærer dette at vi kan tilby spesialtilpassede hjelpemidler av høyeste kvalitet og standard.

Oslo og
Akershus
23 28 82 00

Møre og
Romsdal
70 14 50 40

Østfold
69 30 17 70

Oppland
61 24 73 30

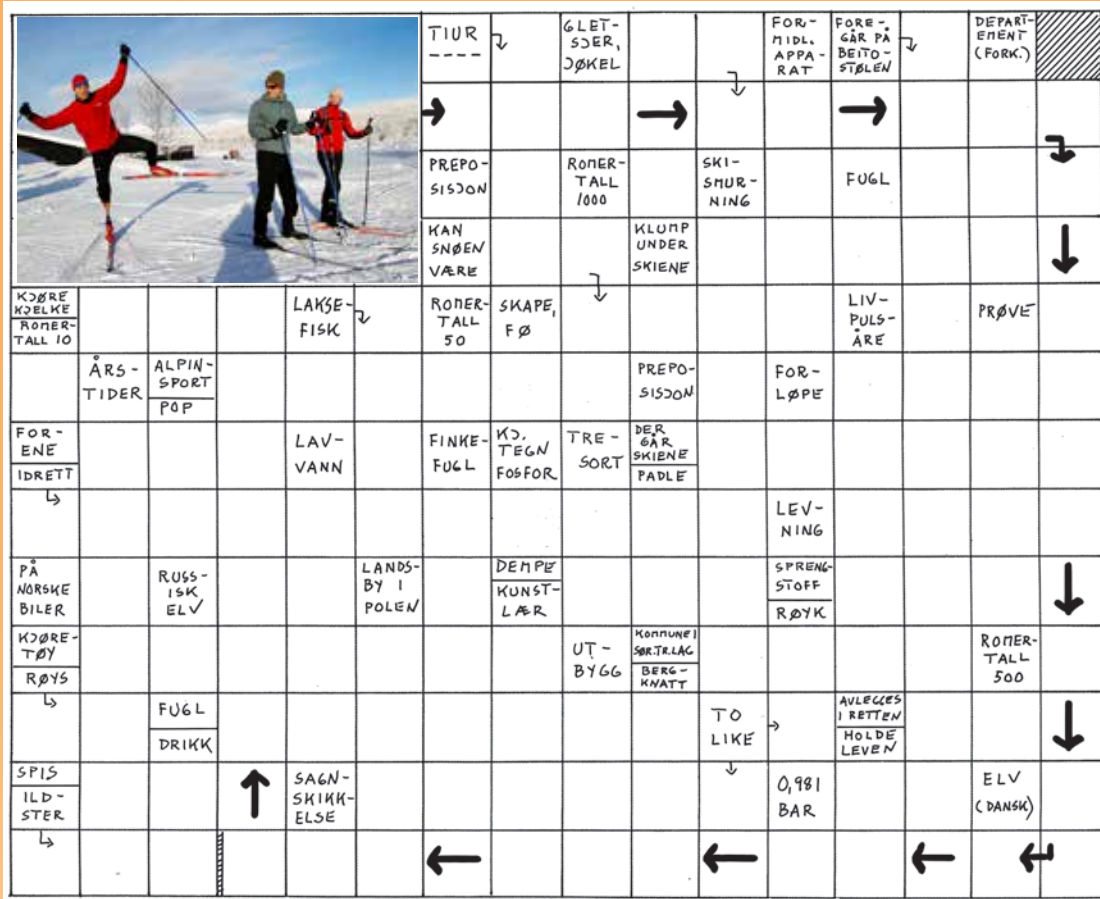
osto Ortopedisenter as



Kvalitet-Mestring-Livsglede

ØSTO Ortopedisenter AS

Gartnervegen 10 | 2312 Ottestad | Tlf.nr: 62573900 | E-post: post@osto.no | **www.osto.no**



Kryssordprodusent: Rolf Bangseid

Finner du kryssord-løsningen?

Send den inn - og vinn Momentum-krus eller t-skjorte.

Tre vinnere trekkes ut blant dem som sender inn riktig løsning. Navn på vinnerne offentliggjøres i neste utgave av Livsglede.

Send løsningen til:

Kryssordløsning,
Momentum,
Pb 69 Skøyen
0212 Oslo

Løsning
kryssord
nummer 4 - 2016



TOV AS

Trøndelag Ortopediske Verksted AS
St. Olavs Hospital, 7006 TRONDHEIM

Ditt behov - vår utfordring

Les mer om vår virksomhet på
www.tov.no

SERVICE MED ORTOPEDISKE OG TEKNISKE HJELPEMIDLER

Produkter

- Ben- og armproteser
- Ben- og armortoser; støtteskinner
- Korsetter
- Ortopediske spesialsko
- Innleggsåler og fotsenger
- Varmehjelpemidler for kuldeintoleranse
- Kompresjonshjelpemidler for brannskadet hud
- Sitteskill

Tjenester

- Vurdering av behov
- Måltaking og avstøpning
- Produksjon
- Trening og opplæring
- Justeringer og reparasjoner
- Etterkontroll og oppfølging
- Forskning og utvikling

Trøndelag Ortopediske Verksted - Besøksadresse: Elgesetergate 10 v/ innkjørselen til St. Olavs Hospital - Telefon: 73 84 56 30 - E-post: post@tov.no



Rehabilitering av benamputerte ved Betania Malvik



Avdeling for døgnerhabilitering

- Primær – og reopphold
- Gruppeopphold for aktive benprotesebrukere
 - Daglig trening med og uten protese.
 - Mulighet for egentrening inkludert varmebasseng.
 - Utprøving av aktiviteter som klatring, parasykling, havkajak, rullestolbasket m.m.

Avdeling for poliklinisk rehabilitering

- Primær – og sekundær opphold
- Ukentlig gåskole

7563 Malvik | Tlf. 73 98 08 00 | firmapost@betaniamalvik.no | www.betaniamalvik.no

Vi lager mer enn fotsenger. Benproteser tilpasses og justeres av erfarne og engasjerte fagfolk.

Moss Ortopedisk Klinik AS
Ortopediske hjelpemidler

69 25 00 35
Prinsens gate 9
1530 Moss
www.moss-ok.no

Alt innen
ORTOPEDISKE
hjelpemidler

ORTOPEDITEKNIKK
er en totalleverandør av ortopediske løsninger. Dyktige medarbeidere på lokale klinikker, samhandling med brukerne og kompetanse på både moderne og tradisjonelle metoder gir våre brukere trygghet på at de beste løsningene velges.

www.ortopediteknikk.no
Ryensvingen 6, 0680 Oslo

ORTOPEDITEKNIKK

Oslo, Lillestrøm, Gran, Mo i Rana 23 03 56 00. Sandvika 67 80 50 50.
Horten 33 01 76 02. Tønsberg 33 01 76 00. Sandefjord 33 01 76 03. Stavern 33 01 76 04.
Sandnes 51 66 44 83. Stavanger 51 88 56 60. Sogndal 57 67 28 65. Førde 57 72 24 84.

Et liv fullt ut



Xtend Foot er så nær en menneskelig fot man kan komme. Gjennom sin unike fleksibilitet tilpasser den seg til ulike underlag, og gjør det lettere å gå på ujevnt underlag. Etter at jeg mistet begge bena i en togulykke, hadde jeg vanskelig for å finne en protese som fungerte utendørs. Jeg falt ofte, og følte meg utrygg. Derfor har jeg utviklet Xtend Foot. Nå kan jeg bevege meg fritt igjen!

Christoffer Lindhe



Hva kundene våre sier:

"Det er en forandring i livet. Jeg trenger ikke lenger å tenke når jeg går."

"Fantastisk at det kan utgjøre så stor forskjell."

"Det føles som om jeg har min egen fot igjen."

"Helt overlegen på ujevnt underlag."

Kontakt din Ortopediingeniør hvis du vil prøve Xtend Foot.

Mer info på lindhextend.com

Følg oss og se oss gjerne på



Vi er Drevelin



Her møter du førsteinntrykket hos Drevelin.

Anne, Ingrid, Lene, Hege og Christine tar hjertelig imot deg når du besøker Drevelin.

De sørger for at du får den bistand du forventer å få, også fra andre fagavdelinger.

Dette er jenter som elsker dialogen med kundene, og som gjør alt for at et besøk hos Drevelin skal være noe mer enn en konsultasjon. Det skal være en opplevelse.

Du finner oss i
Møllendalsbakken 6, 5009 Bergen

Tlf. 55 20 64 60
drevelin@drevelin.no

Ortopedisk merkevare på Vestlandet i 156 år





SOFT SHELL TEKNOLOGI



Svært holdbar



Flammebestandig



Rivefast



Bakteriehemmende



Tåler de fleste
kjemikalier



Vann tett



**Kan tilpasses
for sleever**



**Enkel tilgang
til adaptere**

alfimed



Real Technology - Real People

AT-KNEE

Vil du ha et kneledd som har lav vekt, høy sikkerhet, er låsbar, robust og dessuten vanntett? Da kan AT-Knee være løsningen, et låsbart kneledd som har alle disse egenskapene og mere til.

For mer informasjon, besøk www.fillauer.eu



Fillauer®

Parkeringsjuks

Parkeringsplasser for forflytningshemmede er øremerket for nettopp forflytningshemmede, men blir nå og da brukt også av andre ...

Ureglementert bruk av slike plasser, på norsk ofte kalt HC-plasser, er et fenomen i Norge – og i andre land, eksempelvis Frankrike.

Den sydfranske avisen La Dépêche du Midi meldte på senvinteren at 2674 bilister i fjor hver seg betalte bøter på 135 euro for urettmessig parkering på HC-plasser i storbyen Toulouse.

Samtidig meldte avisen om et omfattende juks – i form av at fysisk spreke familiemedlemmer av avdøde forflytningshemmede beholder og benytter de avdødes HC-kort, eller i form av at HC-kort kopieres og blir til falske HC-kort.

Ikke enkelt å ta alle juksemerkerne, ifølge en lokal myndighetsrepresentant, men når noen blir tatt, er det ifølge ham ofte etter tips fra en nabo av juksemerkeren.

Et bidrag til å redusere jukset: Avisen melder at det nå blir innført HC-kort som skal være vanskeligere å kopiere på noenlunde troverdige vis.



Fra avisen La Dépêche du Midis nettomtale av p-juks i Toulouse.

Gi noe tilbake!



Rundt 5000 personer i dagens Norge mangler arm og/eller bein som følge av dysmeli, sykdom eller ulykke. Momentum driver et omfattende landsdekkende arbeid for å gjøre deres hverdag bedre. Ved å støtte oss økonomisk hjelper du oss i dette arbeidet.

PENGEGAVE

Overfør din gave til Momentums konto – 2095 49 74503 – og oppgi «Gave» samt ditt personnummer under «Beløpet gjelder», oppgi også ditt navn og din adresse.

- Kurs og opplæring av frivillige og tillitsvalgte
- Lobbyvirksomhet overfor politikere
- Spredning av livsglede og fjerning av barrierer gjennom visning av vandrestillingen Livsglede
- Utgivelse av medlemsbladet Livsglede
- Drift av organisasjon nasjonalt og i fylkene

MOMENTUMS ARBEID

Blant Momentums arbeidsoppgaver:

- Besøktjeneste/likepersonstjeneste ved sykehus og opptreningscenter
- Store og små sammenkomster samt sports- og aktivitetssamlinger



VIL DU BLI LIKEPERSON?

Husker du ...

- Alle spørsmålene du hadde?
- Alle utfordringene du trodde var for store?
- At du lurte på hvor du kunne få ordnet med det ene og det andre?
- Følelsen av å være den eneste som har det slik?

Å møte deg kan inspirere og motivere en nyamputert til å se mulighetene fremfor begrensningene. Enten du er amputert eller pårørende til en som er det, vil vi gjerne ha kontakt med deg.

Har du spørsmål? – kontakt

Kontakt Momentums administrasjonssekretær Liv Karin Søstuen.

Tlf.: 4000 4360

E-post: info@momentum.nu

Foto: Dag Thorenfeldt

Momentum landet rundt

Vi er til for deg og dine. Ta kontakt!

MOMENTUM ØST



Østfold, Oslo og Akershus
Leder:
Steinar B. Hansen
steinar@regnskapsnett.no
T: 91 38 22 21



Likepersonkontakt:
Helge Viken
helge_e_viken@hotmail.com
T: 41 31 10 35

MOMENTUM INNLANDET



Oppland og Hedmark
Leder:
Erik Haugen
erik@928.no
T: 90 04 23 79



Likepersonkontakt:
Rune Søstuen
runesostuen@yahoo.no
T: 95 96 52 42

MOMENTUM SØR-ØST



Vestfold, Buskerud og
Telemark
Leder og likepersonkontakt:
Jan Henrik Nymoen
jan.h.nymoen@usn.no
T: 33 33 11 94



Aust-Agder og Vest-Agder
Leder og likepersonkontakt:
Terje Tobias Finnsådal
ttfinsaadal@marnardal.com
T: 91 59 54 66

MOMENTUM SØR

MOMENTUM VEST



Hordaland, Rogaland og
Sogn og Fjordane
Leder:
lin Holen De Capitani
elin@accuratus.no
T: 99 01 66 92



Likepersonkontakt:
Marit Havre Nilssen
hnmorit@frisurf.no
T: 92 03 06 16

MOMENTUM MIDT-NORGE



Sør-Trøndelag, Nord-
Trøndelag, og Møre og
Romsdal
Leder og likepersonkontakt:
Tor Aalberg
toraal@hotmail.com
T: 46 63 06 42

MOMENTUM NORD



Nordland, Troms og
Finnmark
Leder:
Jan-Henry Søberg
jan_henry48@hotmail.com
T: 91 32 65 70



Likepersonkontakt:
Per Meby
per@meby.no
T: 93 41 33 88

UTVALGSKONTAKTER



Likepersonutvalget
Arne Wilberg
Tlf.: 41 52 40 80
E-post: a-to-wil@online.no



IT & Studietutvalget
Kjetil Bragstad
Tlf.: 48 60 19 74
E-post: k.brag@online.no



Sports- og aktivitetsutvalget
Geir Arne Hageland
Tlf.: 90 97 26 82
E-post: gah@funkibator.no



Samfunnspolitisk utvalg
Nils-Odd Tønnevold
Tlf.: 92 20 16 26
E-post: nils.tonnevold@connectum.no



Momentumpreisutvalget
Hans Emil Møller-Hansen
Tlf.: 90 18 38 10
E-post: h-moelle@online.no



Livsgledeutstillingsutvalget
Rune Søstuen
Tlf.: 95 96 52 42
E-post: runesostuen@yahoo.no



En glad gjeng på tur. Foto: En velvillig forbipasserende

Ski in, ski out i Myrkdalen

Geir Arne Hageland – styremedlem samt sports- og aktivitetspårdriver i Momentum – har oversendt Lesertorget dette innblikket i Momentums alpinsamling i Myrkdalen, Voss kommune, i dagene 8. – 10. mars. Der var Geir Arne campleder.

Vær og føre kunne vært litt lettere, men det satte ingen demper på entusiasmen under Momentum sin alpinsamling i Myrkdalen.

Momentum hadde fått støtte fra ExtraStiftelsen til å gjennomføre arrangementet. Støtten gjorde det mulig å engasjere flere instruktører.

Beitostølen Helsesportsenter og Kysthospitalet stilte med to stykker hver i tillegg til instruktør Tamar fra Myrkdalen Skiskule. Siden påmeldingen var noe beskjedent, ble det tett oppfølging av alle.

I tillegg stilte Blatchford Ortopedi Bergen med ortopediingeniører som bidro med justeringer og utprøving av skiprotet. Dette ga veldig godt grunnlag for erfaringsutveksling og læring for alle parter på samlingen.

Den harde kjerne av deltagere inkluderte en av Momentum sine yngste



Momentums nestleder Kjetil Bragstad og Per Enok Baksjøberget fra Kysthospitalet diskuterer justering av skiprotet. Foto: Geir Arne Hageland

medlemmer. Casper Linskov er 6 år og kne-ex-amputert. Han kjører ski på en protese spesiallaget for ham av Andrew Ritchie på Sophies Minde. Den hindret i alle fall ikke mobiliteten!

Nå kom Casper til Myrkdalen sammen med sine foreldre. Gutten inspirerte hele gruppen som et friskt, ungt pust. Vi håper å se mye mer til ham framover (han var så rask rundt omkring at vi ikke fikk tatt noe godt actionbilde av ham til Livsglede).

Steinar Herheim må også nevnes. Han er Momentum sin «Myrkdalene ekspert» og kjenner alle i skianlegget både gjennom engasjement i redningsarbeid og som aktiv protesealpinist. Hans hjelp i gjennomføringen var ubetalelig og bidro sterkt til at det gikk knirkefritt.

Kjetil venter på å bli skrudd. Foto: Geir Arne Hageland

Samlingens yngste deltager, Casper, sammen med sine foreldre, Trine og Jon Inge. Foto: Geir Arne Hageland



Hovedstyret i Momentum



DR. NILS-ODD TØNNEVOLD
Styreleder
nils.tonnevold@connectum.no
T: 92 20 16 26



KJETIL BRAGSTAD
Nestleder/IT-ansvarlig
k-brag@online.no
T: 48 60 19 74



GEIR ARNE HAGELAND
Styremedlem/
økonomiansvarlig
gah@funkibator.no
T: 90 97 26 82



ARNE WILBERG
Likepersonsansvarlig
a-to-wil@online.no
T: 41 52 40 80



KRISTIN
HOLTER-SØRENSEN
Styremedlem
kriholtesor@hotmail.com
T: 99 71 97 56



MARIT HAVRE NILSSEN
Varamedlem
hnmari@frisurf.no
T: 92 03 06 16



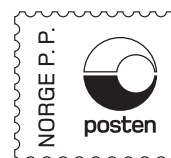
MERETE LINDE-NIELSEN
Andre varamedlem
kongsberg.vita1423@vita.no
T: 90 41 07 13

Momentum
T: 40 00 43 60
info@momentum.no



LIV KARIN SØSTUEN
Adm. sekretær
info@momentum.no
T: 47 02 10 94

Returadresse:
Momentum
pb. 49 Skøyen
0212 Oslo



ottobock.

Reclaim your way. Meridium

Ta en ny vei med Meridium. Lev hver dag fri og uavhengig, takket være intelligent teknologi. Du bestemmer hvor du vil gå. Denne unike protesefoten tar deg trygt til din destinasjon, enten du går med hunden din over åker og eng, opp trappene til observasjonstårnet eller lener deg tilbake og nyter en forestilling på teateret - Meridium tilpasser seg til både de ulike situasjonene og til dine forskjellige sko. Du kan nyte øyeblikket. For alle som ønsker å nå sine mål uten omveier.



Reclaim your life.