

Livsglede

4/ 2004

MEDLEMSBLAD FOR MOMENTUM · FORENINGEN

FOR ARM- OG BENPROTESEBRUKERE

*God Jul og
Godt nytt år!*



*Vinnerene av MOMENTUMPRISEN 2004
Tomm Kristensen (Årets Innovatør)
og Kjetil Atterås (Årets Ortopediingeniør)
flankert av juryleder og overlege Per J. Lerud*

(Ta gjerne bladet med deg og la også andre få se det)

Bekväm, Lätt att anpassa, Högsta kvalité

*Vi ønsker
en God Jul og et Godt Nytt År
til Livsgledes lesere!*



Funktionellt bästa
fot/ankel system

- komfortabel
- anpassningsbar
- hållbar
- 22-31 cm



Fot/Ankel system
för barn & små vuxna

- kraftfull design
- snygg kosmetik
- växbar
- 16-21 cm



Steinar Knutsen: erimed Strøket 9, 1383 Asker
Mob 916 86 272 Tlf +46 8- 449 56 50 Faks +46 8- 646 47 67
info@erimed.se

LIVSGLEDE 4/2004

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

Layout: Grafisk Form AS, NRF 34
Trykk: Wisa Grafisk as

STYRET I MOMENTUM
Kontakt en av oss i styret - vi står til din disposisjon:

Nils-Odd Tønnevold
Styreleder/program&prosjektansvarlig,
lår/leggprotesebruker
Dorthea vei 1, 0287 Oslo
E-post nils@connectum.no
Tlf 22 44 87 97, 92 20 16 26

Elin Holen
Nestleder/medlems&økonomiansvarlig,
lårprotesebruker
Gamle Drammensvei 241, 1383 Asker
E-post elinholen@hotmail.com
Tlf 66 78 78 18, 99 01 66 92

Helge Borgevad
Likemannskoordinator, armprotesebruker
Øvre Fagerli vei 11, 3410 Sylling
E-post helge.borgevad@selvaag.no
Tlf 32 85 64 26, 90 16 26 81

Geir Bornkessel
Prosjektansvarlig, leggprotesebruker
Granbakken 21, 1281 Oslo
E-post geir.bornkessel@mcc.no
Tlf 22 75 40 44, 97 15 58 78

Arnfinn Helland
Barn&foreldrekontakt, støttemedlem
Måssåbergvn 19, 7710 Sparbu
E-post arnfinn.hellan@etac.no
Tlf 74 14 34 18, 97 72 90 61

Kåre Mæhlen
Styremedlem
Øftli, 7500 Stjørdal
E-post kmaehlen@frisurf.no
Tlf 74 80 25 36, 95 82 64 91

Lillian Perret
Sekretær/rekrutteringsansvarlig, lårprotesebruker
Dronningensgate 80, 8006 Bodø
E-post symask@tiscali.no
Tlf 75 52 03 67, 91 76 11 81

Internett:
www.momentum.nu

Medlemskapskategorier (2005):
Hovedmedlem (for protesebrukere) kr. 200.-
Familiemedl.(en bruker og en el. fl. i husstanden) kr 300.-
Støttemedlem (påførende og fagpersonell) kr. 100.-
Bedriftmedlem (leverandør / verksted) kr. 1.000.-

Donasjoner mottas med takk!

Annonser:
Vennligst kontakt
Nils-Odd Tønnevold tlf. 22 44 87 97,
faks 22 44 33 19 eller nils@connectum.no
for nærmere informasjon.

Bankforbindelse:
BNbank, kontonr. 9235.17.01406

Forsiden viser:
VINNERNE AV MOMENTUMPRISEN 2004
TOMM KRISTENSEN (Årets Innovatør) og
KJETIL ATTERÅS (Årets Ortopediingeniør)

KOMMENTAR

Momentum har gjennomført flere aktiviteter og samlinger denne høsten, og du vil i dette bladet blant annet finne reportasjer fra Harstadkonferansen, Paralympics og åpning av utstillingen «Livsglede» i Sandefjord og Kristiansand.

Vi vil imidlertid fokusere på aktivitetdagen som ble arrangert 16. oktober på Idrettshøgskolen i Oslo. Det var første gang Momentum arrangerte en slik aktivitetssdag, så vi var litt spente på interessen. Oppmøtet var upåklagelig og over 50 påmeldte stilte til start. Feltet bestod av brukere, fysioterapeuter, ergoterapeuter, leger, ortopedi ingeniører og leverandører. I løpet av dagen fikk deltagerne høre foredrag om aktivitetstilbud, motivasjon og protesetekniske løsninger. Etter lunsj på Toppidrettsenteret var det demonstrasjon av sportsutstyr. Til slutt fikk alle prøve seg på enkle styrkeøvelser.

”Fysisk aktivitet er viktig for vår livskvalitet”

Hva var målsetningen i Momentum med en slik aktivitetssdag? – Vi ønsket å sette fokus på at fysisk aktivitet er viktig for vår livskvalitet. En amputasjon er i utgangspunktet ikke noe hinder for å holde seg aktiv. Det betyr ikke at alle skal løpe maraton, men hver og en bør finne seg en aktivitet som en har mulighet til å gjennomføre og som en har glede av. Det kan være noen minutters tørrtrening på gulvet hjemme, i helsestudio, svømming eller annen trening sammen med familie og venner, turer i skog og mark osv. Det gjelder å se mulighetene, ikke begrensningene. Dersom vi klarer å finne en aktivitet vi har glede av, vil vi finne motivasjon til å forsette med denne aktiviteten. Vi blir sterkere og mer utholdene, og dette hjelper oss i hverdagen til å takle de ekstra utfordringene vi har med vår amputasjon. Med fysisk aktivitet får vi alle en bedre hverdag, og økt livskvalitet.

Aktivitetssdagen ble avsluttet med en nydelig prisutdelingsmiddag på Oslos tak – Radisson SAS Plaza Hotel. Momentum har i lengre tid ønsket å hedre de som hjelper oss med å få tilpasset gode proteser. For første gang ble Momentumprisen delt ut og prisen til Årets Ortopediingeniør gikk til ortopediingeniør Kjetil Atterås for innsats langt utover det vanlige og svært fornøyde brukere. Det ble også delt ut en pris til ortopediingeniør Tomm Kristensen som Årets Innovatør for sin oppfinnelse og arbeid med endoskeletal proteseforankring. Vi gratulerer begge prisvinnerne og håper det blir en inspirasjon til videre innsats for egen og andres del. Momentumprisen skal bli en fast tradisjon, der de som gjør en spesiell innsats blir hedret av våre protesebrukermedlemmer.

De tilbakemeldingene vi har fått, tyder på at det er et ønske om flere aktivitetssdager og Momentum vil derfor arrangere en aktivitetsweekend på Beitostølen 4–6. mars 2005. Det kommer også til å skje mye annet spennende neste år. Sjekk programmet på side 20, sett av datoene og bli med. Hold dere i aktivitet, og



GOD JUL til alle sammen!

INNHOOLD

Levende mennesker i levende historie	s. 4 – 7	Protesebrukere med sterk	
Smittsom livsglede også i Sandefjord	s. 8 – 9	innsats i Athen 04	s. 16 – 19
Dagen som ble en gjentakelse verdt	s. 10	Program	s. 20
Og Momentumprisen gikk til...	s. 11	Momentums lokale kontakter	s. 30
Det kommer an på instillingen	s. 12 – 13	Et godt liv forlenger latteren...	s. 31
Ortopediservice 25 år	s. 14 – 15	meld deg inn i Momentum !	

**Sjekk www.momentum.nu
og oppdag våre nyoppdaterte hjemmesider**

*Innholdsrik
Momentumkonferanse
i Harstad:*

Levende i levende historie



Her stevner konferansedeltakerne ut den blikkstilte Vågsfjorden ombord i "Anna Rogde", verdens eldste skonnert i drift. Harstad bretter seg ut i bakgrunnen.

mennesker

50 Momentummedlemmer kom til Harstad fra hele landet, med store forventninger. De reiste hjem etter innholdsrike dager, fylt opp med ny kunnskap, historiske og kulturelle opplevelser og ny inspirasjon. Ikke rart, for det skjedde mye denne helgen i august. Men programmet var likevel bare rammen rundt det aller viktigste: Å bli kjent med hverandre, prate sammen og utveksle erfaringer.

Hvorfor mure seg inne når man kan more seg ute?

Momentumkonferansene er ikke spesielt stillesittende. Jo visst, er det faglige foredrag, demonstrasjoner og diskusjoner i konferansesalen. Men sansene stimuleres av opplevelser og de beste er å finne utendørs i den storslåtte nordnorske naturen. Momentumfolket lar seg ikke mure inne så lett, nei.

På historisk grunn, vuggende over havet

Det er skikkelig fascinerende å komme ombord i en gammel skute som "Anna Rogde". Med sine 136 år er hun Norges eldste skonnert i drift. Tenk å få gli ut på den nærmest blikkstilte Vågsfjorden, med Senja i nordøst og selveste Tore Hunds rike i nordvest. Alle de skipsinteresserte fikk rikelig anledning til å diskutere skutetekniske detaljer med de kunnskapsrike guidene ombord.

Konferansedeltakerne fikk også et innblikk i skutas spennende historie som frakteskute – og hvordan hun ble reddet

som et vrak på 70-tallet og så pietetsfullt restaurert til dagens prakt. Man blir fort sulten ute på sjøen. Mens et blålig kveldslys senket seg rundt dem, ble de "benløse fugler" servert ekte skipskost: Saltkjøtt, kålrabistappe og poteter og noe å skylle det ned med. Seilasen ble avsluttet nesten på sjørøvervis med skål og salutt fra Anna Rogdes egen skipskanon!

Politikk, historie og metertykke kirkemurer

Trondenes kirke har vært et politisk og religiøst kraftsenter i snart 1000 år. Steinmurene rundt kirken, som ble oppført i kong Øystein Magnussons regjeringstid på 1100-tallet, var ikke bare dekor. De var forsvarsverk. Kirkens metertykke gråsteinsmurer vitner også om at kirkeveggene også skulle tjene som beskyttelse. Selv kirken har blitt endret gjennom århundrene og mye er gått tapt. Men fortsatt er den storslått. Med hele tre altere, der hovedalteret skal være utført av samme mester som laget St. Georg og dragen i Storkyrkan i

TEKST og FOTO: ROLF OG ØIVIND ARVOLA



Per Meby er likemann i Bodø. Her nyter han saltkjøtt og kålrabistappe på skipsluka.



I bakgrunnen den 750 år gamle Trondenes kirke. Her er deltakerne på vei fra omvisningen i den storslåtte kirken til det historiske senteret like ved.

Praktisk orientering: Oddvald Olsen fra Harstad viser fram titanbolten som han har fått operert inn i benstumpen for å feste protesen i.

Konferansedeltakerne samlet til det faglige programmet. De følger interessert med...



Styrelser Nils-Odd Tønnevold viser prinsippskisse for nye tekniske proteseløsninger.

Stockholm. Og bak alteret beviset på at gutter er gutter, også i Nord-Norge. Der har korgutter tegnet datidens fartøyer mens de kjedet seg. Trondenes kirke ble en opplevelse i seg selv. Og den ble forsterket ved besøket i det historiske senter like ved – der deltakerne fikk høre om Tore Hund av Bjarkøy, Asbjørn Selsbane og Adolf – verdens kraftigste kanon bygget av tyskerne under krigen.

Likemenn og livsglede

Det gjelder å se framover, se muligheter. Det er ikke alltid så lett. Men hvorfor bruke tid, tanker og krefter på noe du ikke kan gjøre noe med?

Dette var hovedtanker som styreleder Nils-Odd Tønnevold presenterte under åpning av konferansen. Tønnevold viste til de flotte, og grensespengende bildene til fotograf Dag E. Thorenfeldt. Det er livsgleden Momentum vil videreføre i sine programmer. Likemannsarbeidet gjør at man sammen kan dele og frigjøre styrke, motivasjon og livsglede. Det gjelder også Momentums arbeid med å forberede alle ledd i "behandlingskjeden" – dvs. alle ledd fra man blir innlagt på sykehus til man er ferdig rehabilitert med protese.

Faglig påfyll og nye idéer

Tekniske nyvinninger sto naturlig nok sentralt i programmet. Bedre proteser tillater bedre livskvalitet og livsutføelse. Ortopediingeniørene Tomm Kristensen fra Norsk Teknisk Ortopedi og Svein Syvertsen fra Trøndelag



Advokat Paul Rynning med solid erfaring fra Rikstrygdeverket tok opp det viktige spørsmålet: Hva skal trygden dekke og hva skal forsikringen dekke?

Ortopediske Verksted presenterte sitt revolusjonerende nye prosjekt. I korthet går det ut på å gjøre en stump om fra konisk til konveks gjennom innopererte T-konstruksjoner i titan. Dermed får protesen bedre forankring og bedre bevegelighet. Prosjektet er ikke ferdig utviklet, men de foreløpige resultatene er lovende.

I denne programbolken fikk deltakerne også en presentasjon av de største nord-norske ortopedimiljøene Nord-Norges Ortopediske Verksted AS og Aktiv Ortopedi AS.

Trygd vs erstatning

Hvem skal betale når ulykken er ute – trygdekontoen eller forsikringsselskapet? Deltakerne ble lovet gjennom dette kompliserte spørsmålet av advokat Paul Rynning. Hovedkonklusjonene hans er følgende: Rettsak mot forsikringsselskapet er siste utvei. Det er bedre med en tidlig og god dialog med trygdekontoen og kontakt med lokale ergoterapeuter og hjelpemiddelsentraler. Da er det lettere å oppnå den gode samarbeidsformen som er det aller viktigste for å oppnå gode resultater i hverdagen.

Hvorfor ikke slik? – Eller sånn??

På en Momentumkonferanse genereres det alltid forslag, ønsker og idéer å arbeide videre med. Her er et lite knippe:

Erfaringsbank på hjemmesidene
– der brukerne kan utveksle erfaringer og praktiske løsninger fra hverdagen.

Fritt valg av ortopediverksted
– slik det er fritt sykehusvalg ellers i samfunnet.

Fast protesemaker
– slik at en får et menneske som kjenner sine brukere og deres behov.

Likemannsarbeid også for pårørende
– det er et behov for erfaringsutveksling og inspirasjon også blant de som omgir protesebrukerne.

Godt å snakke sammen!

Det beste med Harstadkonferansen var likevel dette, slik mange deltakere oppsummerte det: *Her har vi virkelig fått tid til å prate sammen og bli kjent med hverandre – ikke bare høre på foredrag!*

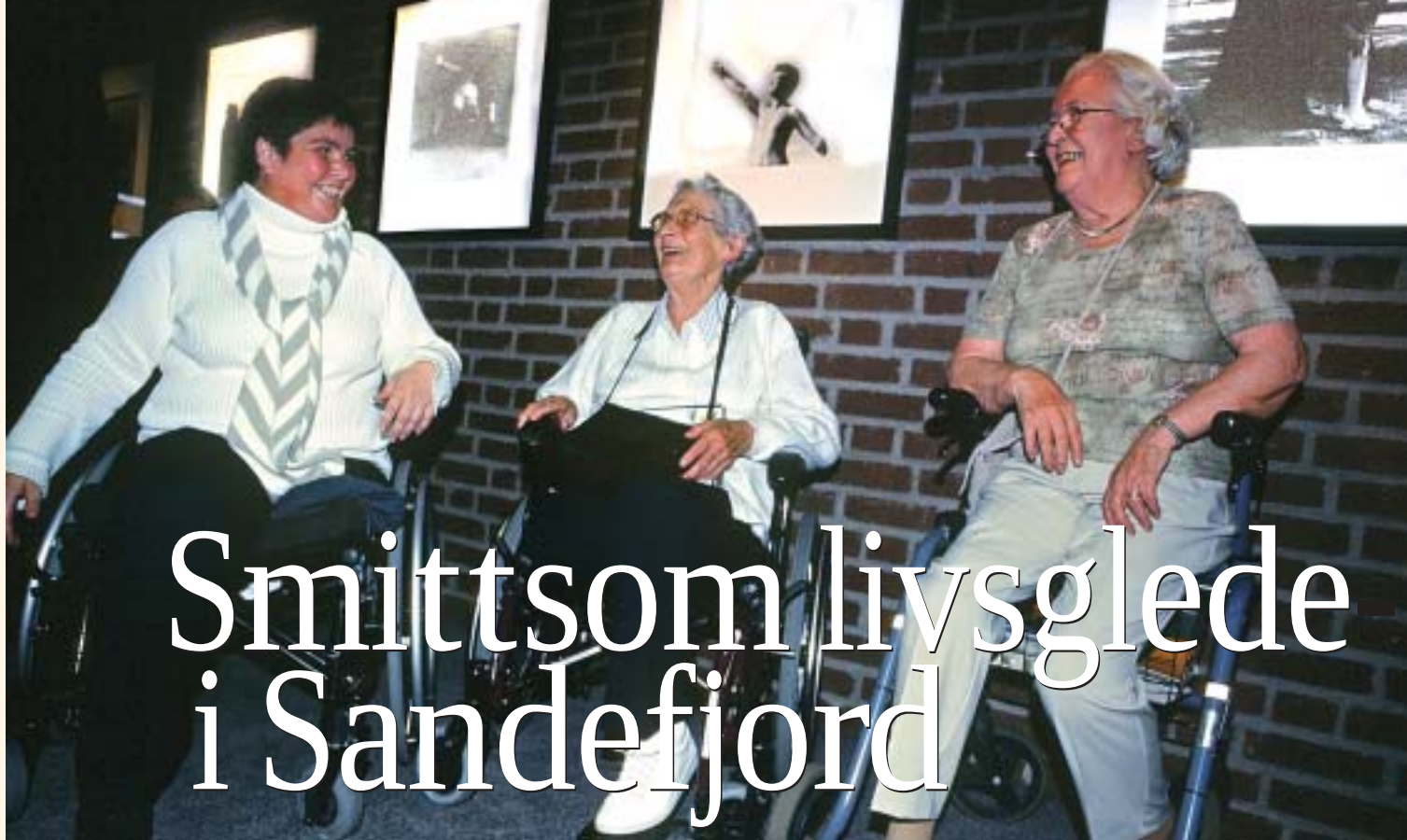


Foajeen på Trondenes Historiske Senter preges av Karl Erik Harrs historiske bilder om livet på Trondenes for noen århundre siden.

Koret i Trondenes kirke er et praktfullt skue.

Festmiddagen ble inntatt i sent augustlys så og si på kaikanten...





Smittsom livsglede i Sandefjord

TEKST: F. DAHL

FOTO: HANS H. REINERTSEN

Tre damer blant de mange mennesker som var til stede under åpningsseansen: Kari Strand (t.v.), Reidunn Dahl og Elbjørg Loftum.

Man behøver ikke nødvendigvis ha armer og bein i behold for å vise – og spre – livsglede. Det ble enda en gang dokumentert da fotoutstillingen "Livsglede" kom til Sandefjord.

Mennesker som stolt viser frem, i ulike positurer, hva som etter amputasjoner er igjen av deres kropp. Frosset fast i øyeblikket. I sort-hvitt. Av fotograf Dag E. Thorenfeldt.

Når jeg som reporter, for øvrig med armer og bein i behold, ser utstillingen "Livsglede", kommer jeg til å tenke:

At det vel rundt om i verden må finnes en og annen statue av fremtredende personligheter som ikke er utstyrt med to armer og to bein, skjønt jeg i farten ikke kan huske å ha sett noen sådan – med unntak for torsoer som ikke gjengir virkeligheten som den var.

Og dette:

At, uansett, disse fotografiene bringer min fantasi i retning av statuer – hugget i granitt, støpt i bronse – statuer av den typen som reflekterer fasthet i viljen, pågangsmot, optimisme, livsglede...? Sånne statuer som gir inspirasjon til en forbigående.

Et budskap til alle

Det er en gammel nyhet at "Livsglede" opprinnelig ble åpnet, på Rikshospitalet i Oslo, av prinsesse Märtha Louise i oktober 2001. Mindre gammel er den nyhet at utstillingen, etter å være blitt vist både her og der i Norge, kom til Sandefjord 31. august i år. Her tok den tilhold i Hjertnes Kino- og kulturhus, for å vises for Sandefjords befolkning i hele september måned.

Bak utstillingen står Momentum, foreningen for arm- og benprotesebrukere. Nils-Odd Tønnevoll, mannen som er initiativtaker til "Livsglede", selv mangle to bein og er styreleder i Momentum, sa under åpningen i Sandefjord:

"Noen tror kanskje at denne utstillingen bare formidler et budskap til spesielt interesserte. Det er ikke tilfelle. Budskapet om å spre livsglede er viktig for alle mennesker."

Blant de tilstedeværende under åpningen var da også både folk med og folk uten armer og bein i behold.

Hvilken vilje...

Sandefjords ordfører Bjørn Ole Gleditsch foretok den offisielle åpningen. Om utstillingen og de amputeres miljø sa han:

"Hvilken vilje, stå-på-vilje, til å leve et fullverdig liv."

Ordføreren var en av de mange som fikk takk fra Tønnevoll for sine ulike bidrag til fremvisningen av "Livsglede" i Sandefjord. Blant de øvrige var naturlig nok fotograf og sponsor Thorenfeldt, skjønt han ved denne anledning ikke var til stede. Takk vanket dessuten til kino- og kultursjef Arild Braa Norli samt til disse sponsorene: Reklamebyrået New Deal, Den Norske Frimurerorden, Ortopediteknikk AS og Teknomed AS.

Likemannsarbeidet

Noe av det som inngår i det støtteapparat Momentum representerer, er det såkalte likemannsarbeidet. Som styreleder Tønnevoll forklarte under åpningen, før han inviterte de tilstedeværende til å ta for seg av kanapeer og sprudlende drikke:

"Mange som må amputere arm eller ben sørger over det som er tapt, har smerter, har mange spørsmål og synes det er vanskelig å se fremover og komme videre – i alle fall i en overgangsfase. Her er det eksempelets makt kommer inn. Det å møte en annen i samme situasjon som har overvunnet vanskelighetene, er en enorm inspirasjon. Det er ekte og troverdig nettopp fordi det er selvopplevd. Ingen andre enn den som selv har opplevd det på kroppen har den erfaringen. Det å like hjelper like kalles likemannsarbeid."

Åpningsseansen ble dirigert av mannen ved mikrofonen, Nils-Odd Tønnevold.

En likemann

Paul Hagen fra Sandefjord, til stede under åpningen, er ett eksempel på en likemann. Paul har lårprotese og er leder av Momentum Vestfold og har dermed Vestfold fylke som aktivitetsområde når han opptrer som likemann. Overfor den her skrivende reporter utdypet han hva likemannsarbeidet går ut på:

”En likemann er en amputert som er blitt ferdig med sin egen prosess og som ønsker å gi noe tilbake til andre i samme situasjon og være tilgjengelig for andre amputerte og pårørende som har lyst til å prate med noen. Det kan enten være for å få informasjon og bli motivert når det er ferskt eller senere i ”karrieren” som amputert/protesebruker for å utveksle erfaringer og få inspirasjon til å løse praktiske problemer og fungere enda bedre. Momentums oppgave er dypst sett å bidra til å hente frem den viljestyrke som folk flest dypst sett har og få fokuset over fra mangel og tap til fremtid og muligheter. Dette dreier seg om ”å spre livsglede” og dermed bidra til at den enkelte får bedre livskvalitet og livsutfoldelse.”

Paul understreket at behandlingsstedene er viktige som kontaktskapende ledd mellom nyamputerte og likemenn.

Etter at undertegnede var i Sandefjord for å samle stoff til denne artikkel i Momentums blad, kom jeg en kveld til å se de siste minuttene av et TV-program der den britiske filmskuespilleren Michael Caine var gjest i et BBC-studio. Det fremkom her at Caine tidlig i sin karriere hadde snappet opp et råd som han så hadde gjort til en slags livsfilosofi for seg selv: Bruk vanskeligheten.

Bruk vanskeligheten

Caine forklarte at man i en vanskelighet kan finne noe man kan bruke til egen fordel. Av hva han sa videre, fikk jeg et bilde omtrent som så:

Hvis for eksempel en stol plutselig og helt utenom det planlagte ligger mellom en skuespiller og det sted han skal innta på scenen, så kan han, gitt at han opptrer i en komediepreget forestil-



ling, snuble klosset over stolen og dermed gi publikum en ekstra lattersalve. Eller han kan, gitt at han opptrer i et dramatisk-preget stykke, plukke opp stolen, slynge den i veggen i raseri og dermed gi publikum mer dramatisk enn de egentlig hadde betalt for.

Etterpå slo det meg at det er mange i de amputertes miljø – ta Nils-Odd Tønnevold, ta Paul Hagen – som gjør nettopp hva Caine snakket om; de bruker vanskeligheten og får noe positivt ut av den.

Smittsomme greier, blir min konklusjon, både det der med livsglede og det med å bruke vanskeligheten.



*Elbjørg Loftum.
Hun sprer livsglede.*

En dame og hennes Julius

Blant livsglede-sprederne fotograf Reinertsen og undertegnede reporter kom i snakk med under åpningsseansen i Sandefjord, var Elbjørg Loftum.

Vi hadde ikke pratet lenge før hun, rett fra hukommelsen, dro i gang en liten opplesning:

”Så da jeg kom hjem fra sykehuset, tenkte jeg som så...”

Hva var dette, var det noen hun selv hadde forfattet? Ja, det var det. Ville hun skrive det ned, til bruk i bladet? Ja, det ville hun, og det gjorde hun:

*For åtte år siden mistet jeg et ben
Det er jo litt verre enn å miste en tann eller to
Så da jeg kom hjem fra sykehuset, tenkte jeg som så:*

*Hvordan skal jeg vel kunne greie meg nå?
Og hvor i verden finnes vel den som kan elske en som har mistet et ben?*

Jeg var litt deppa, men plutselig kom jeg på:

Jeg har jo funnet den vennen min nå

Han følger meg alltid dit jeg vil gå

Og alt jeg handler bærer han på

Vi har det så fint sammen, og skulle turen bli for lang, tar han meg mer enn gjerne på fang.

Jeg kaller ham Julius

Men du har rett hvis du tror han er min trofaste rullator

Dagen som ble en gjentagelse verdt

Noen av deltagerne hadde reist lenger enn andre. Maud Stene var blant de langveisfarende. Hun hadde tatt turen fra Lakselv i nord til Oslo i syd for å delta i Momentum Aktivitetsdag & Prismiddag 2004, lørdag 16. oktober.

TEKST: F. DAHL

FOTO: HANS H. REINERTSEN



Kjartan N. Haugen – leggamputert, fremstående idrettsmann og Momentums sportskontakt – snakket entusiastisk om hvilke muligheter amputerte har til å drive fysiske aktiviteter.

”Jeg fikk tilsendt invitasjon, og så fant jeg ut at ja, det skal jeg takke ja til, for jeg er ganske ny i dette,” fortalte Maud Stene.

Hun forklarte at hun for vel et år siden var blitt låramputert og at hun nå ville treffe likesinnede og få et innblikk i hva som foregår i regi av Momentum, foreningen for arm- og benprotesebrukere.

”Til nå har jeg vært på sykehus og opp-treningssentre. Nå er jeg kommet så langt at jeg skal ut og gå, være mer aktiv,” tilføyde Stene.

Nye bekjentskap

Hvert menneske sin historie, hva enten de har armer og bein i behold eller ikke. I løpet av dagen fikk både amputerte og andre deltagere – fagfolk som arbeider med amputerte, og dessuten familie-

medlemmer og venner – anledning til å stifte nye bekjentskap, til å høre om andre og fortelle om seg selv.

Idrettshøgskolen på Sogn var første samlingssted for de rundt et halvt hundre deltagerne, og her sto nettopp fysisk aktivitet, først og fremst informasjon om fysisk aktivitet, på programmet. Om noen av deltagerne tvilte på det fra før, fikk de nå anledning til å kaste tvilen til side: Det er såvisst mulig for amputerte å drive idrett, på alt fra mosjonsnivå til konkurransenivå, til fordel for både kropp og sjel.

Kjartan N. Haugen – leggamputert, sportskontakt i Momentum og internasjonalt fremstående idrettsmann – var blant dem som redegjorde for mulighetene. Han gjorde det klart at mange amputerte må vise oppfinnsomhet for å

få sportsutstyr og hjelpemidler tilpasset egen kropp og livssituasjon.

”Det er veldig få som kan fortelle deg hvordan du kan gjøre det, det må du ofte finne ut av selv. Kontakt meg som er sportskontakt i Momentum eller spør noen andre protesebrukere,” sa han.

Kjartans ønske var å inspirere, uansett amputasjonsnivå og ambisjonsnivå, til mere aktivitet.

Det gjelder å finne frem til noe en liker og kan ha glede og nytte av. Det kan enten være noen øvelser hjemme på gulvet, trene i helsestudio, svømme, sykle, gå korte eller lengre turer til beins eller på ski, eller på en eller annen måte være i bevegelse. Han påpekte at fysisk aktivitet er veldig positivt og øker livskvaliteten og fører til at man mestrer protesebruk bedre.



Maud Stene (til høyre) fra Lakselv hadde, vel et år etter at hun ble låramputert, tatt turen til Oslo sammen med datteren Stine-Camilla Aikio, som for øvrig fylte 21 år denne dagen.

Momentumprisen 2004 gikk til...

Hva med ishockey?

En av de øvrige som orienterte, var utviklingskonsulent Gøril Hansen fra Norges Funksjonshemmedes Idrettsforbund. Hun snakket om muligheter innen en lang rekke aktiviteter – inklusive ski, sykling, ishockey, bueskyting, golf, klatring, svømming, dans...

”Man må ikke nødvendigvis tenke på idrett og idrettslag. Det viktigste er å komme seg ut og holde seg litt i aktivitet,” sa hun.

Programmet på Idrettshøgskolen bød også på informasjon om hva som må til for å få en protese til å fungere i idrettsammenheng. Lårproteesebruker, friidrettsutøver og Momentum-nestleder Elin Holen og Ortopediingeniør Kjetil Atterås forklarte hvordan de sammen hadde løst den protesetekniske utfordringen slik at Elin kan løpe, sprinte og hoppe lengde. Tilslutt ble det vist og prøvd forskjellige øvelser i idrettshallen.

Og så en festmiddag

Siste, men ikke minste post på dagsprogrammet ble avviklet i Oslo sentrum: Festmiddag – aperitiff, tre retter og dessuten utdeling av priser (se egen artikkel) – i toppen av miniskyskraperhotellet Radisson SAS Plaza.

Da bordene sto ferdig dekket, la god mat og drikke et glemselens slør over et irritasjonsmoment for enkelte – heisen fungerte ikke på Idrettshøgskolen.

Det var første gang en Momentum Aktivitetsdag & Prismiddag ble arrangert, men neppe den siste. Responsen var så god at tilsvarende vil bli arrangert enten hvert år eller annethvert år.

På plass ved festmiddagsbordet, sa Maud Stene fra Lakselv:

”Jeg føler at sykehusperioden er over nå.”

Men som hun også sa, hva idrettsaktiviteter angår:

”Man bør kanskje ikke som låramputert satse på maraton. Det er kanskje ikke det smarteste.”

Flerer var nominert, men til slutt kom juryen bestående av seksjonsoverlege Per J. Lerud, sjefssfysioterapeut Merete Brandt, armamputert Helge Borgevad og benamputert Nils-Odd Tønnevoll (begge sistnevnte fra Momentums styre) frem til Kjetil Atterås (Atterås Ortopediteknikk) som vinner av ”Momentumprisen 2004 til Årets Ortopediingeniør” og til Tømm Kristensen (Norsk Teknisk Ortopedi) som vinner av ”Momentumprisen til Årets Innovatør”.

Noen av juryleder/overlege Leruds ord om Atterås:

”Ved nominasjon og utvalgelse har brukerne lagt vekt på egenskaper som å ta den enkelte bruker på alvor, lytte til deres behov og tilpasse proteser som gjør det mulig å gjøre det som er viktig for den enkeltes livskvalitet og livsutfoldelse. På grunnlag av de innkomne nominasjonene var det ingen tvil om at brukerne ønsket at du skulle få prisen. Brukerne har blant påpekt at du har et utrolig engasjement og at du virkelig står på for brukerne og er en viktig bidragsyter til å øke deres livskvalitet. Vi konstaterer dermed at du er en verdig mottaker av Momentumprisen 2004 som Årets Ortopediingeniør og gratulerer med utmerkelsen. Vi håper dette ikke blir en sovepute, men til inspirasjon for deg og dine medarbeidere.”



Kjetil Atterås (til høyre) mottar prisen fra to av jurymedlemmene, til venstre Per J. Lerud (seksjonsoverlege ved Aker universitetssykehus) og Nils-Odd Tønnevoll (Momentums styreleder).



Prisvinner Tømm Kristensen (til venstre), her sammen med Momentum-styreleder Nils-Odd Tønnevoll.

rer med utmerkelsen. Vi håper dette ikke blir en sovepute, men til inspirasjon for deg og dine medarbeidere.”

Om Kristensen sa styreleder Tønnevoll:

”Tømm Kristensen har gjennom nybrottsarbeide oppfunnet en ny måte å forankre proteser på som allerede har gitt resultater for noen armamputerte og nå skal tilbys til benamputerte. Dette er intet mindre enn en norsk verdenssensasjon! Så bemerket har du gjort deg at selveste verdensgiganten av proteseleverandører Otto Bock har valgt å satse på ditt firma Norsk Teknisk Ortopedi AS som partner i tidligfase forskning og utvikling. Det er stort kompliment. Vi har dermed å besluttet å utrope deg til Årets Innovatør og dermed mottaker av Momentumprisen 2004 som Årets Innovatør. Vi gratulerer med utmerkelsen og ønsker deg og de andre i prosjektet med endogen proteseforankring lykke til.

Andre nominerte – noen av de mange ortopediingeniører som gjennom sitt daglige arbeide bidrar til å bedre amputertes hverdag – var Hans Petter Aursand, Tom Egil Blomberg, Kåre Martin Hagen, Anne Lise Härter og Tor Henning Wiik.

-Det kommer an

TEKST OG FOTO: OLE DAG KVAMME



KRISTIANSAND: Med kanaper, sprudlende brus og flotte taler åpnet utstillingen av Dag E. Thorenfeldts bilder av protesebukere i Kristiansand bibliotek 5. oktober.

-Det var tøft å plutselig sitte hjelpeløs, sier Ingrid Bjørndal (81). Hun er imponert over utstillingen, men finner ikke grunn til å vifte med sitt nye ben av den grunn. (FOTO: Ole Dag Kvamme.)

Blant de mange fremmøtte var 81 år unge Ingrid Bjørndal. Den tøffe kvinnen er ikke av dem som vifter med sitt nye ben. Men hun kom likevel, selv om bilen må stå om dagen.

– Det kommer så mye an på innstillingen din, vet du. Det er ikke lett å plutselig miste et ben i alderdommen. Jeg håper jeg snart kan kjøre bil igjen, sier spreke Ingrid Bjørndal fra Kristiansand.

Seiersgang over Norge

Etter at prinsesse Märtha første gangen åpnet utstillingen ved Rikshospitalet i 2002, har bildene av protesebukere i livskraftig utfoldelse gått sin seiersgang i Norge.

Stille kikker Ingrid Bjørndal på de fantastiske bildene av mennesker som lever videre. Menneskene som soler seg og gjør de utroligste ting med kunstige lemmer er noe fjernt for henne:

– Det går nok an å gjøre sprett hvis en får proteser i ung alder. Utstillingen sier meg at ungdommen ikke må gi opp... Vet du, jeg vet om en kvinne som nylig

ble operert. Hun vil ikke røre seg eller gå ut med protesen. Det er ikke så lett når en er gammel, smiler Bjørndal.

– Sterke bilder

Ordfører Jan Oddvar Skisland åpnet utstillingen i Kristiansand. Bildene hang lett tilgjengelig i hallen til det populære biblioteket gjennom hele måneden, og ordføreren var mektig imponert.

– Dette er sterke bilder. Jeg håper mange får sett dem, sa Skisland.

Han fortalte om sin erfaring som ledsager på Beitostølen for 20 år siden, da den legendariske skiløperen Håkon

på innstillingen

Brusveen skulle instruere blinde i å gå på ski.

– ”Sjå no på meg”, sa han. Det ble helt stille et øyeblikk før alle begynte å le, fortalte Skisland.

– Stemningen, og humoren dere har, tror jeg veldig på. Og hvis man bestemmer seg for at amputasjon ikke skal hindre en, så gjør den heller ikke det, mente Skisland.

Samtidig var ordføreren også opptatt av at amputasjon medfører sorg og lidelse.

– Livet har flere sider. Vi trenger tid til ettertanke, tap og sorg. Men deretter trenger vi livsglede. Samfunnet er avhengig av frivillig arbeid. Det å gjøre noe med og for andre er viktig for alle mennesker, og gjøre noe med en selv.

– Hel uten del

Leder Trond Swanstrøm ved OrtopediService på Sørlandet var meget glad for å se hvordan bildene fokuserte på muligheter i stedet for begrensninger.

– Mennesket er helt, selv om en legemsdel er borte. Men det er ingen tvil om at mennesker føler seg helere når hjelpemidlene er tilpasset og fungerer, understreket Swanstrøm.

Han la vekt på at et ortopedisk hjelpemiddel tjener til inntekt for samfunnet, når mennesker med amputasjoner kommer tilbake til daglige gjøremål. Men Swanstrøm hadde et hjertesukk, etter at staten har bestemt at alle ortopediske virksomheter i Norge må drive i aksjeselskapsform i løpet av 2004.

– Aksjeloven krever at vi går i overskudd, men helst så lite som mulig. Da blir det vanskelig for oss å sette av penger til forskninger, utvikling og opplæring av nye, som vi er pålagt, beklaget Swanstrøm.

– Vær medmennesker

Styreleder Nils-Odd Tønnevold i Momentum var i sin tale svært opptatt av at protesebrukere må bety noe for hverandre.

– Etter tapet og sorgen må målet for oss være å bry oss. Ingen amputerte skal

føle seg overlatt til seg selv. Like skal hjelpe like. Det dreier seg om å være medmennesker, og spre livsglede i stedet for å snakke om bare det som er tungt og vanskelig, sa Tønnevold.

Rundt halvparten av amputasjoner skyldes sykdom blant eldre. Diabetes er den klart største årsaken. For Ingrid Bjørndal var det leddgikt som ødela ankel og til slutt tok foten hennes.

Hun fikk benet amputert på selveste 80-årsdagen sin. Hun har hatt store mageproblemer på grunn av penicillinkurene, og er fortsatt ikke helt restituert. Men hun er svært imponert over hjelpeapparatet, som hun mener har gjort en flott jobb for henne.

– Tøft å sitte hjelpeløs

Den tidligere husstellæreren fikk en tidligere elev som lege da hun nettopp var operert. På grunn av henne fikk hun en kraftig smertestillende kur som har hjulpet henne til å unngå fantomsmerter.

– Det var enestående! Jeg har knapt fantomsmerter i det hele tatt etter den kuren, sier Bjørndal.

Selv med store utfordringer i hverdagen bor hun fortsatt i egen leilighet, med alt på en flate.

– Det var tøft å plutselig sitte der hjelpeløs. Det tok en god stund før jeg godtok hva som hadde skjedd. Jeg nekter fortsatt noen ganger for det. Samtidig kan man ikke gi opp og sette seg til. Heldigvis har jeg et godt nettverk av venner og familie som støtter meg. Jeg tror også det hjelper at man ikke er vant til å gi opp, sier Ingrid Bjørndal.

Fra venstre: Ortopediingeniør Paul Erik Bjørneseth, og leder ortopediingeniør Tron Swanstrøm ved OrtopediService AS i Kristiansand, i munter passiar med styreleder Nils-Odd Tønnevold i Momentum og ordfører Jan Oddvar Skisland i Kristiansand. (FOTO: Ole Dag Kvamme)



OrtopediService 25 år

Fra fleskepølse til Kongsgård

TEKST OG FOTO: OLE DAG KVAMME

KRISTIANSAND: De åt risgrøt og fleskepølser og bodde i kjelleren de drev fra. I dag har OrtopediService AS vokst fra tre til 33 ansatte, og har kontorer over hele Sørlandet.

Da Unni Mollan, Egil Jensen og Tron L. Swanstrøm startet OrtopediService i 1979 bodde gründerne i kjeller-lokalet de leide i Kristiansand.

–Jeg ville aldri gjort det om igjen. Men så er jeg ikke 25 år lenger, smiler en lattermild ortopediingeniør Unni Mollan ved Ortopedi Service AS på Lund i Kristiansand.

Bodde i garderoben

Det fantes knapt tilbud for amputerte på Sørlandet. Helge Fjermeros var landets eneste ortopediske kirurg. Han betydde mye for å komme i gang. De tre nyutdannede ortopedene slet hardt for å få midler. Til slutt fikk de 200 000 kroner i lån, og leide en kjeller under et matsenter.

–Det var et oppdemmet behov, og vi fikk kunder fra første dag. Vi bodde i verkstedet og jobbet natt og dag. Jeg og Egil Jensen var forlovet og bodde i garderoben. Tron Swanstrøm bodde i prøverom 3 fra juni til langt uti året etter.

–Alle penger gikk til driften. Vi spiste risgrøt og fleskepølser. Den dag i dag orker jeg ikke tanken på noen av delene, mimrer Mollan lattermildt.

Fra tre til trettitre

Fra begynnelsen het firmaet Sørlandet OTS (ortopedisk teknisk senter). I 1984 gikk Tron Swanstrøm ut og startet Agder Ortopediske AS. I 1998 gikk partene sammen igjen til nåværende OrtopediService AS.

OrtopediService dekker Sørlandet. Hovedproduksjonen skjer i lokalene ved Kongsgård i Kristiansand, og ved avdelingen i Kristiansand sentrum. I tillegg har selskapet lokaler i Arendal, Farsund, Mandal og Flekkefjord for å ta seg av kunder i distriktene. Attpåtil har de et lite kontor i Stavanger med tre ansatte.

Betong klippet beinet

I gangen på Kongsgård møter vi eks tømmer og betongarbeider Øyvind Strømme (25) fra Mandal. Han trykker på en knapp og vipper stålbeinet opp på andre kneet – lettere å få på skoen slik.

Det var overtidsgjøbning, lørdag 7. februar i år. Det gikk for fort. Noen skrek. Øyvind løp. Han klarte nesten å løpe fra det fallende betongelementet. Bare venstrebeinet ble hengende igjen. Betongen klippet det av før Øyvind rakk å trekke det over en kant.

–Sjokket kom egentlig med én gang. Jeg var våken helt til ambulansen kom, og så det forvriddet beinet under betongen. Jeg er ikke bitter. Jeg har hele tiden sagt det ikke nytter å se seg tilbake. Jeg har noen tunge stunder, men det hjelper å ha kone og et barn på tre år, sier Strømme.

Bare få måneder etterpå er han i opplæring til teknisk tegner og har nesten kontroll på beinprotesen. Målet er å gå uten stokk.

FORTSATT FESTLIG: –Vi levde på risgrøt og fleskepølser, ler Unni Mollan, en av tre gründerne i OrtopediService AS i 1979. Hun viser her hvordan de kan lage festlige og unike ortopediske hjelpemidler. (Foto: Ole Dag Kvamme).



SPESIALTILPASSET: Plast, karbon, silikon, stål, lær... Moderne ortopeder er kunstnere i mange fag. Tekniker Joseph Brunton laget selv fiskemotiv på en fiskeelsker som mistet beinet. (Foto: Ole Dag Kvamme).

–Tar alltid godt i mot

–De tar alltid godt imot meg her på OrtopediService. Selv om jeg bare trenger en liten justering, får jeg raskt hjelpen jeg har behov for, sier Strømme.

Ifølge ortopeditekniker Joseph Brunton har Øyvind Strømme hatt uvanlig rask fremgang, selv om stumpen er svært kort. Hans tredje protese skal etter hvert byttes ut med en datastyrt protese.

–En ny modell fra Össur skal ifølge produsenten ikke være nødvendig å stille inn. Den skal automatisk tilpasse seg Strømmes behov gjennom bruk. Jeg er spent på om det virker i praksis, sier Brunton.

Lever lenger

Ortopediingeniør Paul Erik Bjørneseth er i dag avdelingsleder på hovedavdelingen på Lund. Han forklarer at markedet stadig vokser, og tror OrtopediService ennå har et udekket marked blant brukere på Sørlandet.

–Folk lever lenger, og i dag er det ikke uvanlig at en sprek 85-åring får protese, mens han eller hun tidligere ville blitt amputert og satt vekk på gamlehjem, sier Bjørneseth.

Mange håndverk

OrtopediService tilbyr alle mulige ortopediske hjelpemidler: Ortoser er støttemidler for leghemdel som ikke fungerer – og proteser erstatter leghemdelen som mangler. Det krever mange ulike håndverk og materialkunnskap.

Gipsavstøpninger er fortsatt svært viktig for å få et godt utgangspunkt, men



elektronisk måltaking for en del hjelpemidler er på vei inn i faget.

I produksjonen brukes mange ulike typer av plast, stål, lær og tekstiler. For tiden snakkes det mye om titan, silikon og karbon.

OrtopediService har egne fagansvarlige for produksjonen av plast og pre preg. Karbon er et fantastisk sterkt og levende materiale. Og aldri har de brukt så mye impregneret karbon – pre preg – som i dag.

Som en egen spesialitet satser de også mye på silikon. Dette materialet er særlig bra til ortoser, fordi man kan variere i hardheten og få en mykere og bedre tilpasset støtte.

–I tillegg blander vi stadig mer. Vi vurderer klienten individuelt og ser hvor pre preg passer, eller hvor kanskje andre materialer passer bedre, sier termoplastansvarlig Robert Barajas.

EKS TØMRER: Øyvind Strømme mistet beinet i februar, men er allerede i gang med sin tredje protese, og snart skal ortopediingeniør Paul Erik Bjørneseth prøve en datastyrt protese på ham.

(Foto: Ole Dag Kvamme)

Protesebrukere med sterk innsats

TEKST : ODD GURVIN



Knallgod norsk deltagelse

Protesebrukere fra Norge var godt representert i Paralympics i Athen i september. Våre norske deltakere gjorde en god innsats og har mye å være stolte over, både for sin innsats med flagget på brystet og ikke minst med egen mestring i krevende idrettsgrener. Utfordringen fremover ligger i å få flere aktive utøvere, slik at vi frem mot Beijing i 2008 har enda større sjanse for å lykkes.

Protesebrukere var representert i konkurransene sykling, svømming, spyd og lengde i høstens Paralympics. De fire idrettsatletene med proteser fra Norge har vist for seg selv og andre protesebrukere at de kan, bare de får muligheten.

To av årets deltakere i Paralympics har kun trent sin idrett i et par år før de deltok i et olympisk mesterskap. Dette er over all forventning, også for dem selv, og bør ikke brukes som et målepårameter. Men det beviser at det er fullt mulig, selv om man begynner å trene når man er kommet langt opp i tenårene, eller enda eldre for den saks skyld.

Aktivitet er bra for en protesebruker så langt helsetilstanden for øvrig tillater det. Det være seg i form av å utføre daglige gjøremål, mosjonere eller trene en idrett for å oppnå personlige målsettinger. Når det gjelder idrett, er mulighetene for å kunne delta i ulike idrettsgrener betraktelig bedre enn for noen år siden.

i Athen 04

Norges Idrettsforbund i endring

Rune Titlestad, som er rådgiver for barn, ungdom og bredde i Norges Idrettsforbund, forteller at holdningen til funksjonshemmende idrettsutøvere og rekrutteringen av disse er inne i et paradigmeskifte. – For noen år siden bestemte Norges Idrettsforbund seg for å integrere funksjonshemmende i de ordinære særforbundene, i stedet for å ha et eget særforbund kun for funksjonshemmende. Nå er vi i en overgangsfase der Norges Funksjonshemmedes Idrettsforbund (NFI) skal bidra med kompetanseoverføring slik at funksjonshemmende skal bli fullt integrert i de ulike forbundene. Det vil si at alle idretter skal få et eget program for funksjonshemmende, forteller Titlestad.

Allerede nå er 12-15 forbund kommet i gang med denne integreringen, der hvert forbund selv skal ta ansvar for rekruttering, tilbud og oppfølging av funksjonshemmende i det ganske land. Titlestad mener at det har vært jobbet ganske godt med dette, og at de merker en holdningsendring blant ledere i de ulike forbundene. – De enkelte forbundene tar dette alvorlig og det skjer mye saker og ting der ute nå, mener han.

Ungdom eller voksne med handikap som ønsker å ta del i et idrettsmiljø, bør ta kontakt med det lokale idrettslaget. Møter de usikkerhet der, eller ikke vet hvem eller hva de skal ta kontakt med, skal de forsøke idrettskrinsen i fylket. Regionalt er det egne integreringskonsulenter som har ansvar for å koordinere tilbud til funksjonshemmende. I siste instans kan de kontakte forbundet for å få oppgitt riktig person som kan veilede dem videre.

–Det er viktig for oss å oppmuntre alle ungdommer, handikappet eller ikke, til å delta i idrettsforbund og føre en aktiv livsstil, avslutter rådgiver for barn, ungdom og bredde i Norges Idrettsforbund.

Se også: www.nfi.no eller www.idrett.no



Foto: Fridger Waldenau

– Det er aldri for sent å starte sin idrettskarriere

Elin var på kurs for å lære seg å løpe og siden har det ballet på seg. Elin har hatt en kometkarriere, fra å være en vanlig mosjonist til å delta i Paralympics i lengdehopp i Athen 2 år etter.

ELIN var egentlig bare en vanlig mosjonist som har holdt seg aktiv, men ikke i noen organisert form før hun fylte 24 år. Etter at hun var på kurset og hun merket at hun klarte å løpe, noe hun ikke hadde gjort eller klart på over 10 år, begynte snøballen å rulle. Nå trener Elin så ofte og så mye som hun overhodet kan, alene eller sammen med andre. – Jeg trener løp, spenst, lengde og styrke og det blir fort opp i 10 -12 timer trening hver eneste uke, forteller Elin.

– Jeg mestret litt etter litt og ble bare bedre og bedre, men at jeg ble så god at jeg kunne få delta i Paralympics var aldri i mine tanker da jeg begynte, sier Elin.

Det er lengde som er hennes favoritt og den gren hun satser mest på. Men hun savner litt konkurranse innenfor lengdehopp i Norge, selv om nivået er stigende her også.

– Derfor var det ufattelig gøy å møte andre som stilte i samme klasse som meg. I tillegg var det et enormt trykk på stadion med over 30 000 tilskuere. En smule annerledes opplevelse enn å konkurrere i Norge, mener hun.

Selv om målsetningen er å ta medalje i Beijing i 2008, er det ingen selvfølge at

hun kvalifiserer seg. Kravet til de neste Olympiske Leker mener hun at vil bli høyere enn det var til dette mesterskapet. – Jeg kan ikke ligge på latsiden, men må nok legge opp et tøft program fremover også. Jeg ønsker helst resultater over natten, men det går selvfølgelig ikke, sier den målbevisste 26-åringen.

Elin håper at hun kan være en pådriver for at flere med proteser kan være mer aktive, ikke nødvendigvis med målsetting å bli tatt til OL, men for å ta vare på egen helse. God helse er generelt viktig for alle, men spesielt viktig for en protesebruker for å ha så høy livskvalitet som mulig. Og det viktigste: De bør være aktive fordi det er gøy, sier Elin avslutningsvis.

Navn:	Elin Holen
Alder:	26 år
Sivilstand:	Ugift
Bosted:	Asker
Idrettsgren:	Friidrett, lengde
Amputasjon:	Høyre lår
Klubb:	Sturla
Yrke:	Revisor
Personlig rekord/beste plassering:	3,29 m i lengde i Athen 6. plass
Beste plassering i OL Athen:	6. plass, lengde
Målsetting i fremtiden:	Medalje i Beijing 2008



Foto: Arvid Tveit

Trives som fisken i vannet

Å begynne med idrett for første gang i en alder av 18 år og allereide 2 år etter være deltaker i OL, høres utrolig ut. Men det er en prestasjon Mariann Vestbøstad fra Fitjar kan skilte med.

DET er helt sant, sier Mariann. Jeg hadde aldri trodd at jeg skulle få oppleve noe slikt, men det har vært en stor opplevelse og vært enormt spennende å være med på, forteller stordjenta.

Mariann tok selv initiativ til å begynne med svømming, etter et inspirerende opphold på et helse-sportssenter på Beitostølen. Hun kom tilbake og meldte seg inn i en idrettsklubb der hun møtte en trener som ønsket at hun ble med videre for å begynne og trene aktivt. Hun viste enorm fremgang og ble selv overrasket over den raske fremgangen. Men det har krevd innsats.

Med gull i blikket

– En kjempeopplevelse, sier 20-årige Morten Jahr og viser til sin debutdeltakelse i sommerens OL i Athen. Deltakelsen ga mersmak for drammensgutten og målet er medalje i Beijing om 4 år.

MORTEN er født med Dismeli og har vært aktiv med sykling siden han var 10 år. – Jeg ble dratt med av naboen på noen ritt og ble hektet. Han skaffet meg en sykkel og siden har jeg holdt på med dette, sier Morten.

Morten har hele tiden trent med funksjonsfriske og dette har gått veldig bra. – De fleste blir overrasket med en gang de ser protesen, men selv merker jeg det ikke og de venner seg raskt til det, forteller friskusen som trener ca. 700 timer i året for å nå drømmen sin.

Om vinteren blir det mye innetrening med sykkel på rulle og mye skigåing som alternativ trening. Morten har siden han var liten trent både fotball, ski og sykkel, men valgte i en alder av 14 å kutte ut fotball og heller satse på ski og sykkel. I 17-årsalderen ble all fokus lagt på å utvikle sykkel talentet, og det har vært vellykket. Da han i 2002 fikk bronse i VM og kom på 3. plass i EM i 2003, følte han seg ganske sikker på å bli tattatt til å representere Norge under OL i 2004. Neste mål er Beijing i 2008.

– Det var en kjempeopplevelse å være med til Athen og dette ga virkelig mersmak, derfor vil jeg legge alle krefter til for å ta medalje i 2008, sier Morten.

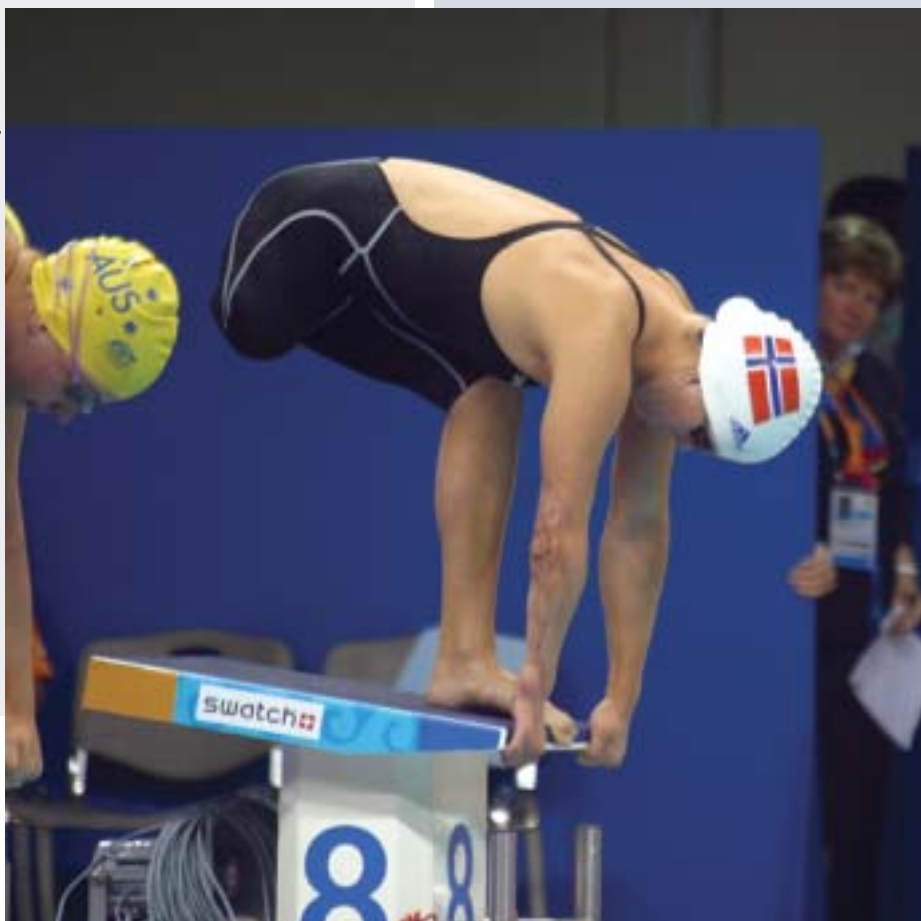
– Jeg kan ikke takke mine foreldre nok for at jeg er kommet så langt som jeg har, sier sykkelrytteren til Momentum. De har vært min hoved-

sponsor og har siden jeg var ti til 18 og har kjørt meg land og strand rundt for å få være med på ulike aktiviteter, sier Morten som har en klar oppfordring til andre unge med proteser:

– Prøv flere idrettsgrener i ung alder, meld deg inn i en idrettsklubb og tren gjerne sammen med funksjonsfriske.

Navn:	Morten Jahr
Alder:	20 år
Sivilstand:	Kjæreste
Bosted:	Drammen
Idrettsgren:	Sykling
Amputasjon:	Høyre ben, nedenfor kneet
Klubb:	Eidsvoll Sykkelklubb
Yrke:	Butikkmedarbeider i sportsbutikk
Personlig rekord/beste plassering:	Bronse fra VM i Tyskland 2002
Beste plassering i OL Athen:	5. plass fellesstart landevei
Målsetning i fremtiden:	Medalje i OL i 2008 i Beijing

Foto: Jarle Kaldråsøy, Bladet Sunnhordland.



Og innsats har hun lagt i det. – I forkant av OL så trente jeg ca. 20 timer i uken, men jeg er nede i ca. 15 timer nå, forteller hun. Det er ikke bare svømme trening hun har bedrevet, men også mye styrketrening i tillegg til noe kajakkpaddling når hun har vært hjemme på Stord.

Mariann har vært som en normal aktiv ungdom, men aldri deltatt i noen fysiske idrettsgrener frem til hun var 18 år. Hun har alltid likt vann og følt seg vel i vannet, men det er langt fra det til å bli deltaker i Paralympics.

- Jeg hadde selv ikke trodd at jeg skulle få oppleve noe slikt, men det har gått raskt fremover. Jeg var aldri noe flink til å løpe eller andre slike aktiviteter, men i vann klarer jeg det meste, forteller 20-åringen.

- Å delta i Athen eller i det hele tatt å være flink i en idrett, har gitt meg inspirasjon til videre satsning og trening. Samtidig har jeg fått en enorm oppbakking av lokalmiljøet, mennesker jeg møter og ikke minst media. Lokalavisen sendte til og med journalister ned for å følge henne og Tommy Urhaug (bordtennis / rullestol) i Athen. Det satte vi begge enormt pris på, sier den nye svømmekometen.

Til slutt ønsker hun å si noe til andre med proteser. – Først og fremst er min erfaring at det aldri er for sent å satse. Det er viktig å se mulighetene og jeg garanterer dem som forsøker én ting: De kommer ikke til å angre på at de satset, avslutter Mariann.

Navn:	Mariann Vestbøstad
Alder:	20 år
Sivilstand:	Ugift
Bosted:	Bergen
Idrettsgren:	Svømming
Amputasjon:	Høyt oppe på høyre lår
Klubb:	Vestkantssvømmerne
Yrke:	Student kristendom Norsk Lærerakademi
Personlig rekord/beste plassering:	4. plass Paralympics 100 m rygg
Beste plassering i OL Athen:	4. plass Paralympics 100 m rygg
Målsetning i fremtiden:	Medalje i Beijing



Foto: Fridger Waldenraug

Navn:	Runar Steinstad
Alder:	37
Sivilstand:	Gift
Bosted:	Sandefjord
Idrettsgren:	Friidrett-Spyd
Amputasjon:	Over-kne
Klubb:	IL-Runar
Yrke:	Ingeniør
Personlig rekord/beste plassering:	PR: 44.58m / 2003 VM ISOD, Christchurch NZ, sølv
Beste plassering i OL Athen:	6.plass
Målsetning i fremtiden:	Gull i Beijing i 2008 om han velger å fortsette

-Satser jeg videre, er det kun gull som teller

Runar Steinstad har opplevd mye fint de årene han har vært med, men skal han legge ned tusenvis av timer i trening frem til 2008 så skal det være for å kjempe om gull. - Alt annet er uinteressant, sier han.

Runar begynte å trene i 1996, i en alder av 29 år. Han begynte først og fremst fordi han innså at sofa livet bydde på mange ulemper. Stadig skifting av hylder fordi han ble større og større, gjorde at han valgte å ta en ekstra titt på livet sitt. - Skulle jeg fortsette med sofa livet, eller skulle jeg ta meg sammen og ta kontrollen selv, var valget mitt den gang, forteller Runar.

- Så ble jeg invitert med på et løpeseminar, samtidig hadde jeg lyst til å klare å løpe igjen og kastet meg ut i det. Begynte som sprinter og lengdehopper og har endt opp som spydkaster, forteller Runar. Han trener 5-6 ganger i uken sammen med funksjonsfriske, i IL - Runar Friidrett.

- Vi har etablert en spydkast-gruppe i klubben som nå består av 3 stykker, men vi regner med at det blir noen flere i vinter. Vi har et flott miljø i Runarhallen, og jeg gleder meg hver gang jeg skal på trening, forteller friskusen.

Dette var Runars andre Paralympics, i tillegg til andre store mesterskap han har deltatt i. Runar mener at Paralympics er helt spesielt, både fordi alle nasjoner satser spesielt på dette mesterskapet, og fordi det samles så

mange utøvere fra forskjellige idretter. - Dette er den ultimate testen på hvordan treningsarbeidet ditt har vært, som en eksamen. Mye spenning og nerver gjør at alt kan skje. Det er også en god følelse å vite at som deltaker i Paralympics, er du blant de aller beste idrettsutøvere i verden, sier Runar.

Om han bestemmer seg for å ikke satse videre, kommer han til å være med på noen treninger i Runarhallen for å holde kroppen i form, og eventuelt delta i lokale konkurranser og muligens EM. - Dette er gøy, sier han og oppfordrer alle med tanker for litt mer aktivitet til å ikke nøle, men å kaste seg ut i det.

- Jeg har fått veldig mye ut av idretten. De som driver med idrett er ofte langt fremme med tanke på utstyr og kunnskap om proteser. Utveksling av slik erfaring har vært veldig nyttig. I tillegg får man jo gleden av å prestere noe pga funksjonshemmingen, og ikke til tross for det, forteller han!

- Den kanskje aller beste grunnen til å begynne å trene, er at protesen sitter mye bedre på, samt at allmenntilstanden blir uendelig mye bedre. I det hele tatt: BEDRE LIVSKVALITET, og det er vel det livet dreier seg om, spør Runar?

Program

MOMENTUM programkalender 2005

JANUAR

- Livsgledeutstillingen, Ålesund
- Temakveld med Cato Zahl Pedersen, 19. januar, Oslo

FEBRUAR

- Livsgledeutstillingen, Muritunet Rehab.senter, Valldal

MARS

- Livsgledeutstillingen, Muritunet Rehab.senter, Valldal
- Aktivitetsweekend 4-6. mars, Radisson Beitostølen HelseSport

APRIL

- Årsmøteweekend, 15-17. april, Hurdalsjøen Hotell

MAI

- Livsgledeutstillingen, Tromsø

JUNI

- Momentumweekend, 3-5. juni, Ulstein Hotel, Ulsteinvik

SEPTEMBER

- Livsgledeutstillingen, Harstad
- Likemannsweekend, 23-25. sept, Rica Hotell Nidelven, Trondheim

OKTOBER

- Aktivitetsdag & Festmiddag med utdeling av Momentum-prisen 2005, 6. oktober, Raddison SAS Plaza, Oslo

NOVEMBER

- Livsgledeutstillingen, Bodø

DESEMBER

- Momentum lokalt inviterer til julelunsj nær der du bor
- Julekonsert, 11. desember, Bergen

"STERKE PRESTASJONER GIR OSS NY KUNNSKAP"



Runar Steinstad
- sølvmedalje i VM i spyd 2003
- 6. plass i Paralympics 2004

**Senter for
profes-
tilpasning
i Vestfold**

teknomed as
ortopediteknisk senter

Lingelenveien 65, 3225 Sandstjørd
Tlf: 33451875 • Fax: 33451878
E-mail: info@teknomed.no
www.teknomed.no

Runar Steinstad - toppidrettsutøver



**Atterås
Ortopediteknikk as**

Ortopediteknisk Institutt

Tlf.: 55 27 11 00, Faks.: 55 27 10 99

Adresse: Fjøsangerveien 215, 5073 Bergen

E-mail: post@atteraas.no

Web: www.atteraas.no

*Vi ønsker alle medlemmer
av Momentum en
riktig God Jul
og et Godt Nyttår.*

*Vi ønsker alle medlemmer
av Momentum en riktig
God Jul og et Godt Nytt År!*



Telefon **75 50 74 20**

Telefax **75 50 74 21**

E-post **post@nov.as**

Internett **www.nov.as**

Besøksadresse

Gidsken Jakobsens vei 32

8008 Bodø



**Nordland
Ortopediske Verksted**



**Vi ønsker Momentum
og deres lesere
en riktig
God Jul og Et Godt Nytt År!**

Med vår forankring i universitetsmiljøer der det utføres avansert medisin, har våre ortopediingenitører og ortopediteknikere utviklet høy fagkunnskap og ekspertise for å mestre alle typer ortopeditekniske oppgaver, fra de helt enkle produkter til de av mer avansert karakter. Vi utfører alt fra måltaking til ferdig produsert produkt.

Vår hovedavdeling er nå godt etablert i nye og tidsmessige lokaler ved
Aker Universitetssykehus HF.

Vår adresse dit er:

**Sophies Minde Ortopedi AS
Trondheimsvn. 235, bygg nr. 79, 0514 Oslo**

Vi har også avdelinger ved Rikshospitalet HF, Ullevål Universitetssykehus HF og i Drammen. For nærmere opplysninger om alle våre avdelinger henvises til vår hjemmeside www.sophiesminde.no

**Felles sentralbord for våre avdelinger er:
22 04 53 60**





*Vi ønsker dere alle
En
riktig
God Jul!*



dREVELIN AS
ORTOPEDITEKNISK INSTITUTT

Tlf: 55 20 64 60 Fax: 55 20 64 61
Adresse: Møllendalsveien 8, 5009 Bergen
Internett: www.drevelin.no



Armproteser er vår spesialitet

Norsk Teknisk Ortopedi er spesialister på alt innen armproteser og ortoser. Våre ortopedingeniører har lang erfaring i utarbeidelse av optimale løsninger etter brukernes ønsker og behov.

Vi ønsker alle våre brukere og forbindelser en riktig **God Jul** og et **Godt Nytt år!**

NORSK TEKNISK
ORTOPEDI AS
- spesialister på armproteser -

Besøk: Vikaveien 17 | P.b 10, 2312 Ottestad | Tlf: 62 57 44 44 | Faks: 62 57 44 45 | E-post: nto@ortonor.no | www.ortonor.no

POLIKLINIKK

Spesialister i Ortopedisk kirurgi tar imot pasienter på instituttet hver uke.

Tilbudet omfatter polikliniske undersøkelser med diagnostisering og nødvendig oppfølging.



*En riktig
God Jul
og et gangrikt
Nytt År!*

Ortopedisk Service

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

Timebestilling: Tlf 32 83 04 15

Drammen Ortopediske Institutt AS
OFF. GODKJENT – MEDLEM WNOF

Rosenkrantzgt. 17, 3018 Drammen
Tlf: 32 83 04 15 www.doi.no



God Jul
og et riktig
Godt nyttår!

❦

- proteser
- ortoser
- korsetter
- fotsenger og innlegg
- ortopedisk fottey
- barnehjelpemidler
- sits



OCH ortopedi AS
www.och.no

Oslo & Akershus 23 28 82 00	Østfold 69 30 17 70	Telemark 35 56 15 50	Oppland 61 24 73 30	Møre & Romsdal 70 10 06 70
--------------------------------	------------------------	-------------------------	------------------------	-------------------------------



Ortopediteknikk AS

ønsker Livsgledes lesere

– En riktig God Jul

Livskvalitet på dine premisser

Hovedkontorer			Besøksadresser	
Oslo	Stavern	Sogndal	Gran	Voss
Sandvika	Sandnes	Forde	Sandefjord	Mo i Rana
Tonsberg	Stavanger		Rosendal	Narvik

Ryensvingen 6 | 0608 Oslo | Tlf: 23 03 56 00 | Fax: 22 19 10 51 | www.ortopediteknikk.no



Totalleverandør av Ortopediske Hjelpemidler

*Vi takker alle våre
kontakter og brukere
for samarbeidet i året som er gått.
Samtidig vil vi få ønske dere alle
en riktig god jul
og et godt nyttår!*



Besøks/lev.adr. avd Lund
Bispegr 28
4632 Kristiansand
Telefon: 38 14 45 80
Telefax: 38 09 35 41

Besøks/lev.adr. avd Sentrum
H. Wergelandsgt. 79
4614 Kristiansand
Telefon: 38 10 58 20
Telefax: 38 02 14 70

Besøks/lev.adr. avd Arendal
Sørlandet Sykehus Arendal
Sykehusveien 1, 4838 Arendal
Telefon: 37 01 43 54
Telefax: 37 02 45 90

Besøks/lev.adr. avd Stavanger
St. Olavsgt 6
4005 Stavanger
Telefon: 51 53 81 30
Telefax: 51 53 81 31

www.ortopediservice.no

NYTT ORTOPEDISK VERKSTED I NORD



Vi produserer, reparerer og leverer:

-  proteser
-  ortoser
-  fotsenger
-  korsetter/brokkbind
-  skoinnlegg
-  skotøy/ortopediske sko
-  oppbygging/rep./endring av sko
-  varmeortoser
-  løplab./ganganalyse
-  fysioterapi/fysikalsk behandling

AKTIV ORTOPEDI AS

Alkeveien 14, 9015 TROMSØ
Postboks 2319, 9270 TROMSØ
Telefon 77 60 00 22
Telefax 77 60 00 23

AKTIV ORTOPEDI AS

Avdeling Harstad
Storåkeren 9, 9400 HARSTAD
Telefon 77 00 57 00
Telefax 77 00 57 01

AKTIV ORTOPEDI AS

Avdeling Alta
Løkkeveien 9, 9510 ALTA
Postboks 2319, 9270 TROMSØ
Telefon 77 60 00 22
Telefax 77 60 00 23

e-post: post@aktivortopedi.no
www.aktivortopedi.no

**Ønsker du informasjon, time for
tilpassing eller konsultasjon hos ortoped-
lege, ta kontakt.**



Introduktion...

Ohio Willow Wood

Rubanksgatan 9 S-741 71 Knivsta Sweden

Tel: +46 (0)18 34 92 91 Fax: +46 (0)18 34 92 90

www.owwco.se



OHIO WILLOW WOOD
free the body...free the spirit®

Vi driver senter for Ortopediske hjelpemidler i Vinkelveien 2, Drammen

Vi leverer:

- Protoser
- Korsetter
- Ortopediske sko
- Løpsinnlegg
- Ortoser
- Fotsenger
- Såler

På samme adresse finner du Ortopediklinikken AS med spesialister i generell og ortopedisk kirurgi

Vinkelveien 2 • Postboks 3568, 3007 Drammen • Telefon 32 80 93 90 • Fax 32 80 93 94

**God Jul
ønskes alle
leserne**



**NORD-NORGES
ORTOPEDISKE VERKSTED AS**

*Vi ønsker alle
God Jul og
Godt Nytt År!*



(NNOV), mellomveien 23, 9007 Tromsø, Tel 776 00 810, Faks 776 00 830

TOV AS

*Trøndelag Ortopediske Verksted AS
St. Olavs Hospital, 7006 TRONDHEIM*

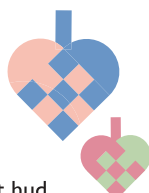
Ditt behov - vår utfordring

Les mer om vår virksomhet på
www.tov.no

SERVICE MED ORTOPEDISKE OG TEKNISKE HJELPEMIDLER

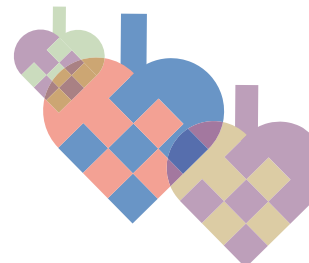
Produkter

- Ben- og armprotoser
- Ben- og armortoser; støtteskiner
- Korsetter
- Ortopediske spesialsko
- Innleggsåler og fotsenger
- Varmehjelpemidler for kuldeintoleranse
- Kompresjonshjelpemidler for brannskadet hud
- Sitteskall



Tjenester

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



Trøndelag Ortopediske Verksted - St. Olavs Hospital - Olav Kyrres gate 17, 7006 Trondheim - Telefon: 73868832 - Telefax: 73530501 - E-mail: post@tov.no

Otto Bock®

QUALITY FOR LIFE



Harmony – for deg som vil ha det beste!

Innovativ ned i minste detalj: det nye Harmony®-systemet reduserer effektivt luften mellom protesehylsen og lineren som stabiliserer stumpvolumet. Sirkulasjon og proprioepsjonen forbedres. Gjennom den integrerte dempnings- og torsjonsfunksjonen tilpasser systemet seg individuelt etter dynamikk og kroppsvekt. Dette er vesentlige faktorer for mer sikkerhet og komfort i hverdagen.

Harmony® P II System 4R144 till 100 kg Kroppsvekt / brukervekt

Harmony® HD System 4R150 till 150 kg Kroppsvekt / brukervekt



Otto Bock Scandinavia NUF

Verkseier Furulunds vei 12 · NO/0614 Oslo · Telefon 23 14 26 00 · Fax 23 14 26 56 · info@ottobock.se · www.ottobock.se

Ortopro as har gleden av å presentere Genesis II plus (Terrengfoten). Foten følger terrenget på en utmerket måte samtidig som den nye forsterkede tåplaten gir mer energi i frasparket.



Genesis II plus (Terrengfoten) -prøv selv.

- Gjør det lettere å holde balansen.
- Sikrere på glatt føre.
- Meget god i ulendt terreng.
- Mulighet til å stå i ro på ujevne overflater.
- Fantastisk på brostein.

Ta kontakt og få tilsendt demo video eller snakk med din ortopediingeniør

TEKNISKE SPESIFIKASJONER:

- Høyde 13 cm til pyramidisk topp
 - Helhøyder opp til 5,5 cm
 - Størrelse 21-26 dame
 - Størrelse 21-30 menn
 - Leveres i alle aktivitetsnivå
 - Brukervekt opp til 115 kg
- (Kan leveres spesiallaget for større vekt)



STØTDEMPEROVERSIKT:

farge	motstand	støtdempere
gul	hard	fremme
mørkegrønn	fast	fremme
rød	med. fast	fremme/bak
blå	medium	bak
klar	med. myk	bak
orange	myk	bak
sort	ekstra myk	bak



god jul og godt nytt år!

... onsdager, hverdager,
fridager og andre dager.
Noen ganger veldig ulike,
noen ganger veldig like,
hele tiden.
Da er det godt å variere,
skifte stilling, skifte fot.
Godt og viktig for kropp og sinn ...



XtenderTM

HØYDEREGULERENDE STØTDEMPER

- et bedre liv

... Erfarne protesebrukere har spurt etter en protese som kan tilpasses behovet der og da. Litt kortere noen ganger, særlig for turer ut, og gjerne slik at støtet blir litt mykere.

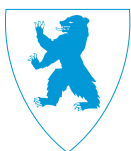
Xtender høyderegulerbar støtdemper, utviklet og produsert i Norge, er en direkte følge av initiativ og etterspørsel fra brukere. Enkel å betjene, trinnløs og diskret. Gjør foten litt kortere, turen litt lengre og livet litt triveligere ...

Kontakt din ortopediingeniør eller IN-LIEU for mer informasjon.



Momentums lokale kontakter

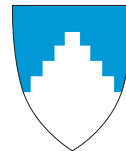
Vi er til for deg og dine. Kontakt oss gjerne:

**Buskerud:**

HELGE BORGEVAD
helge.borgevad@selvaag.no
T: 90 16 26 81 (32 85 64 26)

**Oslo og Akershus:**

Geir Bornkessel
geir.bornkessel@ncc.no
T: 97 15 58 78

**Østfold:**

ARNE FREDRIKSEN
lajfrede@online.no
T: 69 27 51 39

**Sogn og Fjordane:**

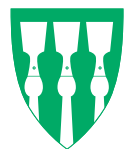
GUNNAR SKAHJEM
gs2000@frisurf.no
T: 91 37 49 94, 57 63 36 69

**Oppland:**

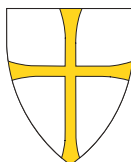
BJARNE FREDRIKSEN
bfred@online.no
T: 61 23 07 52 (91 31 42 81)

**Hordaland:**

KJELL MJÅTVEDT
pegging@online.no
T: 56 17 80 12

**Hedmark:**

RUNE SØSTUEN
livkarins@yahoo.no
T: 47 02 10 94 (62 42 53 58)

**Nord-Trøndelag:**

ELSA SOFIE SOLBERG
Skogn
T: 74 09 97 76
(99 51 41 12)

**Vest-Agder:**

BJØRG NODELAND
mnod@frisurf.no
T: 38 15 70 03 (90 66 31 37)

**Troms:**

WILMAR HANSSEN
T: 77 07 18 75 (98 49 26 05)

**Rogaland:**

RUNAR ARNASON
minherre@online.no
T: 40 40 83 66 (51 52 90 45)

**Finnmark:**

JILL HELEN NILSEN
jill-he@online.no
T: 78 43 43 23 (91 39 57 95)

**Telemark:**

ØYSTEIN SERKLAND
ecmo@online.no
T: 35 94 12 84 (95 14 15 42)

**Nordland:**

PER MEBY (Bodø/Salten)
per@meby.no
T: 75 58 01 35 (93 41 33 88)

**Vestfold:**

PAUL HAGEN
p-hagen@online.no
T: 33 46 14 85 (95 70 86 04)

JAN-HENRY SØBERG
(Vesterålen)
jan_henry48@hotmail.com
T: 76 15 17 14 (91 32 65 70)

Et godt liv forlenger latteren...

Meld deg inn i Momentum !

Hvem er du? Du er en av oss. Vi er akkurat som alle andre. Vi er unge og gamle, kvinner og menn. Vi er opptatt av hverdagslige sysler, fritidsaktiviteter, jobb, bolig, bil, reiser, kjærester, familie og venner. Det eneste vi egentlig har til felles, er at vi har amputert eller er født uten arm eller bein. Dette bringer oss til gjengjeld tett sammen. Vi har det gøy og du er hjertelig velkommen inn i fellesskapet.



Hva kan du bli med på?

Vi ønsker å bidra til livsglede gjennom informasjon, muntrasjon og inspirasjon. Du kan delta på møter og seminarer hvor aktuelle temaer tas opp og hvor vi alle blir kjent med hverandre. Du får medlemsbladet fire ganger i året med siste nytt på protesefronten og reportasjer fra alle arrangementene våre. I tillegg har vi et stort nettverk av protesebrukere som har bearbeidet sin situasjon, og som gjerne stiller opp for andre. Dette kaller vi likemannsarbeid.

Åpent for alle

Hvis du er i nær familie eller venn til en amputert, kan du ha stor glede av et medlemsskap. Du får se at andre har lagt historien bak seg og du kan bygge opp et sosialt nettverk. Du som arbeider med rehabilitering kan også ha glede av et medlemsskap. I Momentum møter du et inspirerende interesseforum bestående av helsepersonell, protesebrukere m.v. Alle ortopediske verksteder, sykehus, opptreningsentre og leverandører er også velkomne som medlemmer for å fremme saker av felles interesse.

Om Momentum

Vi er en interesseforening for arm- og benprotesebrukere, pårørende og alle som er interessert i rehabilitering. Momentum ble etablert i 1996 og har over 500 medlemmer. Styret består til enhver tid av personer hvor minimum 2/3 selv er protesebrukere. Foruten likemannsarbeid, ivrer vi for at protesebrukere skal få en best mulig hverdag. Vi arbeider bl.a. for optimal amputasjonskirurgi – og rehabilitering, ortopedisk service og smertebehandling. Momentum er tilsluttet FFO.



Bli medlem du også... *Innmelding*

Fyll ut og send inn. Porto er betalt!
Eller meld deg inn på www.momentum.nu
Du kan også benytte faks nr 22 44 33 19

Kan sendes
ufrankert i
Norge.
Momentum
betaler
porto

Ja! Jeg/vi ønsker å bli medlem i Momentum! Satsene gjelder for 2005

Kryss av:

- | | |
|---|--|
| ☐ Hovedmedlemskap kr 200
for protesebrukere | ☐ Støttemedlemskap kr 100
for pårørende, venner, helsepersonell osv. |
| ☐ Familiemedlemskap kr 300
en bruker og en el. flere husstandsmedlemmer | ☐ Bedriftsmedlemskap kr 1000
for institusjoner, verksteder og leverandører |

Navn _____

Adresse _____

Postnr./Sted _____

Telefon _____

E-post _____

Se www.momentum.nu hvis du ønsker mer informasjon før du melder deg inn, eller kontakt Elin Holen på tlf: 99 01 66 92 eller e-post: info@momentum.nu

SVARSENDING

Avtale nr 140116/21

MOMENTUM
SKØYEN BEDRIFTSSENTER
0212 OSLO

A PRIORITERT
PRIORITAIRE

NORGE



Returadresse:
Momentum
pb 49 Skøyen
0212 Oslo

Marlon Shirley -
verdens raskeste
protesebruker på
100m, 10,97 sek.
Marlon Shirley er
medlem i Team Øssur.

En god start med Flex-Foot®

Flex-Foot® - banebrytende teknikk for proteseføtter

Flex-Foot's proteseføtter har i mange år vært førstevalget innen proteseidretten. Disse "testpersonene" og deres erfaringer har gitt oss uvurderlig informasjon for å kunne videreutvikle og tilpasse Flex-Foot til å bli en kjempegod protese fot til hverdagsbruk.

Ny teknikk bygd på skikkelig utprøvd teknologi

Øssur bruker betydelige ressurser på forskning og utvikling for å kunne finne de beste proteseløsninger for brukere verden over. Flex-Foot står for nytenkning tuftet på skikkelig utprøvd teknologi. Som resultat finnes i dag protesetekniske løsninger som bare for noen få år siden var helt utenkelige.

Flex-Foot® - en fot for ALLE

Alle protesebrukere, uansett alder og aktivitetsnivå, har nytte av Flex-føttenes unike funksjon. Vi har et komplett sortiment av Flex-Foot proteseføtter. Kontakt din ortopediingeniør eller besøk vår hjemmeside www.ossur.com for mer informasjon.

Flex-Foot® - kjempegode proteseføtter til hverdagsbruk!