

Livsglede

3/2006

MEDLEMSBLAD FOR MOMENTUM – FORENINGEN

FOR ARM OG – BENPROTESEBRUKERE

Bladet er ditt, men la også gjerne noen andre få lese det
www.momentum.nu

Get your gear on!

Den NYA Pathfinder® II är rätt utrustning för aktiva brukare både på arbetet och på fritiden.

- Ökad inversion/eversion
- Rotation upp till 20°
- Vikt: 785 gr med fäste för 4-hålsadapter
- Bygghöjd: 22,1 cm med 4-hålsadapter
- Finns även i lågprofilsversion, 19,6 cm
- Designad för medel och högaktiva brukare
- Patientvikt: 160 kg
- Nytt förstärkt fotskal
- Förbättrad hållfasthet med 36 månaders garanti
- Nytt konkurrenskraftigt pris

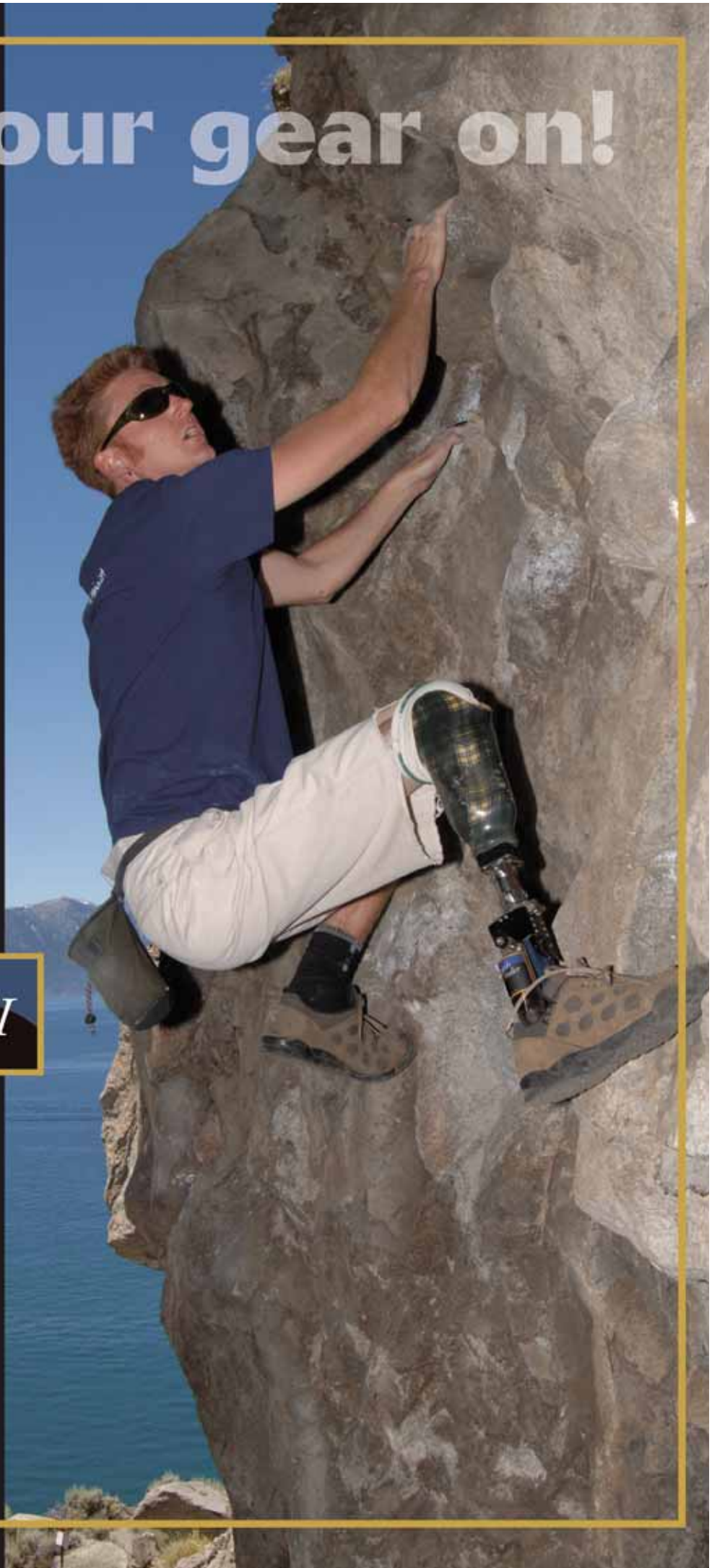
pathfinder®II

U.S. Patents 6,602,295 and 6,863,695.
European Patent Certificate 1 187 583.

För mer information ring
+46 (0)18 34 92 91
eller besök vår hemsida
www.owwco.se.



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



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

Layout: Reklamebyrået Trippel AS
Trykk: Wisa Grafisk AS

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

Nils-Odd Tønnevold
Styreleder
lår/leggprotesebruker
Dorthea vei 1, 0287 Oslo
E-post: nils.odd.tonnevold@momentum.nu
Tlf 98 28 33 55 / 92 20 16 26

Geir Bornkessel
Nestleder, kne-exprotesebruker
Granbakken 21, 1281 Oslo
E-post: geir.bornkessel@momentum.nu
Tlf 98 28 33 56 / 97 15 58 78

Elin Holen
Prosjektkoordinator, lårprotesebruker
1. Strøm Terrasse 16, 3046 Drammen
E-post: elin.holen@momentum.nu
Tlf 98 28 33 57 / 99 01 66 92

Helge Borgevad
Styremedlem, armprotesebruker
Øvre Fagerli vei 11, 3410 Sylling
E-post: helge.borgevad@momentum.nu
Tlf 90 16 26 81

Mona Høvik
Styremedlem, benprotesebruker
Havørnbrautene 53, 4049 Håfsjord
E-post: mona.hovik@momentum.nu
Tlf 99 03 05 07

Paul Hagen
Nasjonal likemannskoordinator,
lårprotesebruker
Langesgate 6, 3210 Sandefjord
E-post: paul.hagen@momentum.nu
Tlf 98 28 33 58 / 95 70 86 04

Lillian Perret
Styremedlem/leder region Nord,
lårprotesebruker
Dronningensgate 80, 8006 Bodø
E-post: lillian.perret@momentum.nu
Tlf 75 52 03 67 / 91 76 11 81

Internett:
www.momentum.nu

Medlemskategorier (2006):
Hovedmedlem
(for protesebrukere) kr 200,-
Familiemedl. (en bruker og en
el. fl. i husstanden) kr 300,-
Støttemedlem
(pårørende og fagpersonell) kr 100,-
Bedriftsmedlem
(leverandør/verksted) kr 1.000,-

Donasjoner mottas med takk!

Annonser:
Vennligst ta kontakt
Nils-Odd Tønnevold tlf 92 20 16 26,
faks 40 00 43 61 eller
nils.odd.tonnevold@momentum.nu
for nærmere informasjon.

Bankforbindelse:
BNbank, kontonr. 9235.17.01406

*Forsiden viser bilde fra sommer, sol...
og Sørlandsweekend 2006.
Noe å se tilbake på når mørkere kvelder kommer.
Foto: Hans H. Reinertsen*

KOMMENTAR

Tilpasning av ny protese kan man jo som oftest få der man bor, men hva hjelper det hvis man blir "overlatt til seg selv" med den nye protesen, uten oppfølging?

Når jeg nå har fått anledning til å skrive noen ord om hva som opptar meg, ønsker jeg å dele noen erfaringer og tanker jeg som protesebruker har gjort meg etter mitt første rehabiliteringsopphold på den ortopediske rehabiliteringsavdelingen ved Haukeland Universitetssykehus.

Jeg (Mona Høvik) vil karakterisere meg selv som en erfaren protesebruker, og har selv hatt en opplevelse av at protesen og hverdagen for øvrig har fungert greit. Tanken på at det kunne være nødvendig med opptrening eller rehabilitering så lenge man ikke er nyamputert, har derfor ikke streift meg. Men, hvor feil kan man ta!!

*“Begynn med det som er nødvendig,
fortsett med det som er mulig, og plutselig
greier du det umulige”* Frans av Assissi (1182-1226)

Haukelands unike tilbud, hvor det er et tett tverrfaglig samarbeid mellom blant annet ortopediingeniør og fysioterapeut gjennom hele prosessen av protesetilpasningen, gir et langt bedre resultat. Det å kunne bruke god tid på utprøvingen, samtidig som det jobbes parallelt med opptrening og gangmønster fører til en langt bedre mestrings- og funksjonsevne. På sikt er det helseforebyggende, særlig med hensyn til å unngå senkomplikasjoner og senskader.

Min udelt positive erfaring med hvor nyttig, lærerikt og motiverende et slikt opptreningsstilbud i kombinasjon med tilpasningen av protese for etablerte brukere har vært, har definitivt gitt meg en tankevekker. Det er ikke bare nyamputerte som trenger rehabilitering/opptrening, veiledning og en god og funksjonell protese – det gjør alle!

Jeg vil tro at det er mange protesebrukere rundt omkring i landet som kan få en bedre hverdag ved å benytte seg av et tilbud som dette. Om det skal satses på få og svært gode tverrfaglige miljøer eller flere mange steder i landet er et spørsmål som melder seg i denne sammenheng. Hva mener du kjære leser?

INNHold

Arv – et ømtålig, men viktig tema	s.	4	Minneord	s.	16
Momentum program 2006	s.	5	Referat fra Årsmøte 2006	s.	17
Sørlandsweekend 2006	s.	6–11	Løsning kryssord	s.	17
LFA	s.	13	Turreportasje Sunnmørsalpene	s.	18-19
Momentum prosjekter	s.	14-16	Meld deg inn i Momentum!	s.	27

Arv – et ømtålig, men viktig tema

Norske organisasjoner mottar hvert år millionbeløp i gaver, enten i form av rene gaver eller såkalt testamentariske gaver. Testamentariske gaver, er gaver fra personer som ønsker at noe av arven skal brukes til en sak som de brenner for. I fjor ble ca. 80 millioner kroner gitt til ulike organisasjoner som Røde Kors, Redd Barna osv, i form av testamentariske gaver. Største mottaker av testamentariske gaver er kristne organisasjoner. – Momentum legger nå til rette for dette gjennom å ha en klar visjon for bruken av innkomne midler, forteller styreleder Nils-Odd Tønnevold i Momentum.

Tekst: Odd Gurvin

Momentum har gjennom årene mottatt enkeltgaver, og har vel også mottatt gaver som regnes som testamentariske gaver. Men Momentum har frem til nå ikke hatt en klar strategi på hvordan de skal disponere disse pengene og har derfor ikke aktivt lagt til rette for dette før nå.

– Vi ønsker gaver, men vi er opptatt av at dette stiller sterke krav til etikk og ærbødighet. Det er en hårfin balanse, men vi opplever at mennesker synes det er naturlig å dele det de etterlater seg med oss for å hjelpe oss i vårt arbeid. Da må vi, som en organisasjon som arbeider for en sak, legge til rette for dette til de som ønsker å gi, sier Tønnevold, som nå har laget en brosjyre som har fått navnet “På vei mot fremtiden”.

– “Det er bedre å tenne et lys – enn å forbanne mørket”. Dette er vårt motto og i Momentum arbeider vi for at mennesker

med amputasjon skal få et bedre liv. Det gjør vi blant annet ved å fremme innovativ forskning og nytenkning i det ortopediske fagmiljøet i Norge, og ikke minst gjennom vårt likemannsarbeid hvor vi gir vi en utstrakt hånd til de som trenger det, forteller Tønnevold.

– Det viktigste arbeidet til Momentum er utvilsomt likemannstjenesten der vi gir mennesker som selv har amputert arm eller bein, kurs i hvordan de best kan bistå nyamputerte mennesker. Da gjennom å besøke disse og pårørende på sykehus, opptreningssentre eller hjemme. Vår målsetning er at ingen amputert eller pårørende skal føle seg overlatt til seg selv, men bli møtt av en som har opplevd det samme, eller tilsvarende selv, og som har hatt tid til bearbeidelse av sin egen situasjon, forteller Tønnevold.

– Videre er det viktig for Momentum å bygge opp medlemmenes nettverk gjennom å arrangere sosiale sammen-

komster for amputerte – og pårørende. Slik at når man er tilbake i hverdagen ikke blir overlatt til seg selv, men er omsluttet av nettverk av brukere som bryr seg. Nettverket består av relasjoner med mennesker som man har møtt under samlinger og som man kan utveksle erfaringer med og hente inspirasjon fra. Dernest er det viktig for oss å utgi informasjonsmateriell som bidrar til å hjelpe amputerte og pårørende over krisen og få dem til å tenke positivt, sier styrelederen i Momentum.

Om du ønsker å testamentere en gave til Momentum, kan du selv legge føringer på hvordan gaven skal benyttes av organisasjonen. Legger du ikke føringer for gaven vil Momentum gjøre sitt ytterste for at gaven blir brukt til beste for foreningens og medlemmenes interesser. ■

Du kan få tilsendt Momentums brosjyre “Testamentariske Gaver” gratis ved å ringe Momentum på tlf 4000 4360 eller sende en epost til info@momentum.nu.

MOMENTUM program 2006 -2007

Høst 2006	November	Livsgledeutstillingen åpnes i Stavanger
		26/11 kl. 16 stiftelse av Momentum Hordaland i Bergen
		26/11 kl. 18 Momentum Julekonsert i Bergen
	Desember	Julelunsj i regionene Sjekk tid og sted med din lokale Momentumkontakt
Vår 2007	Januar	19-21/1, Kursweekend for likemenn, Hedmark
	Mars	23-25/3, Momentumweekend, Quality Hotel Røros
Høst 2007	September	7-9/9, Momentumweekend, Rica Maritme Hotell, Haugesund

Merk av disse datoene i kalenderen din og hold dem av!



Fra Livsglede nr 2, da Liv Sørensen og Oddny Våge hilste på prinsessen.

Da evigunge Momentummedlem Liv Sørensen fra Bergen rundet 80 i juni i år, gav hun alle de inviterte til hennes bursdagsfeiring beskjed om at hun heller ønsket en gave til Momentum enn mer jordisk gods. Takket være Livs sjenerøsitet har Momentum fått et ikke ubetydelig beløp inn på konto. Dette vil vi dedikere til sosiale aktiviteter til glede for medlemmene. Momentum er utrolig takknemlige for denne fantastiske gesten.

I tillegg til ortopediverkstedkjeden OrtoCare, var protesekomponent-leverandørene OrtoPro, Otto Bock og Ohio Willow Wood sponsorer av Årsmøte-weekenden. Momentum takker samtlige sponsorer for støtten og beklager samtidig at dette ikke ble nevnt i forrige nummer av bladet.



Det valgte styret på stiftelsesdagen 9. juni 2006. Leder Paul Hagen, nestleder Jan Henrik Nymoen, og sekretær og kasserer Erik Halvorsen.

Momentum Vestfold

Foreningen for amputerte, Momentum, har fått et eget fylkeslag i Vestfold. Formålet er blant annet å være til stede for amputerte både på sykehus og under rehabilitering.

Tekst: Steinar Ulrichsen – steinar.ulrichsen@sb.no

Foto: Nils-Odd Tønnevoll

Det skal de gjøre gjennom samarbeid med Kysthospitalet i Stavern og ved å videreføre den kontakten de har fått med helsepersonell på Sykehuset i Vestfold.

Foreningen ønsker å bygge opp et lokalt, sosialt støttenettverk for amputerte og pårørende. Det skal blant annet gjøres ved å arrangere minst en sammenkomst per halvår. Det nye styret består av leder Paul A. Hagen, nestleder Jan Henrik Nymoen, og kasserer og sekretær Erik Halvorsen.

Meningen bak samlinger av typen Sørlandsweekend 2006 er at de skal gi hygge, gode vibrasjoner, positive impulser, livsglede – og det gjør de. Bare spør en mann ved navn Sven-Erik Blidberg.

Impulser!



Over: Sven-Erik Blidberg, med enda et Vasalopp i sikte.

Under: Sommer på Sørlandet...



Orientering på kaia i Grimstad – om byen, Ibsen og Hamsun.



Tekst: F. Dahl

Foto: Hans H. Reinertsen

Han har tenkt å gjennomføre det svenske og 90 kilometer lange Vasaloppet minst én gang til – men for første gang uten to hele bein over skiene. “Åja, dette er akkurat sånn jeg ønsker det, dette å treffe likesinnede, få impulser, se hva man kan gjøre bedre,” sa Blidberg i en samtale med Livsglede mens Momentum, foreningen for arm- og benprotesebrukere, arrangerte Sørlandsweekend 2006 i dagene 2. - 4. juni. Blidberg er en svenske som har gjort nordmann av seg og som sommeren 2005 mistet høyre legg da han, på jobb som terminalarbeider på Alnabru i Oslo, ble påkjørt av en truck.

VASALOPPET, ENDA EN GANG...

Under samlingen på Sørlandet ga Blidberg ingen grunn til å tro annet enn at den flere timer lange båtturen i skjærgården – med reker, øl, kaffe og is underveis – og de øvrige programpostene ga ham et nytt puff i retning av å virkeliggjøre et mål han har satt seg:

“Jeg har som mål å kjøre Vasaloppet igjen, neste år eller senest i 2008.” Vasaloppet igjen, han har altså vært gjennom det tidligere? Ja, det har han, ikke bare én gang, men fem ganger. Fem ganger fra start til mål, dessuten én gang da han gikk så hardt ut at han ga opp før mål.

“Nå er det jo om å gjøre å få en protese som sitter godt,” sa han med tanke på den planlagte styrkeprøven.

OPPVARMING TIL SKJÆRGÅRDSTUREN

Etter innsjekk fredag på hotellet – like øst for Kristiansands sentrum og et par stenkast fra Dyreparken – sto et par ettermiddagsposter på programmet:

• Hvordan blir en god protese til?

Jørund Fjærbu, ortopediingeniør i Ortopedi-Service AS, redegjorde for dette og understreket ikke minst viktigheten av god dialog mellom protesebruker og proteseleverandør, dessuten betydningen av at pårørende og fysioterapeut får et ord med i laget. “Hvis vi kjenner hverandre godt som bruker og fagmann, så kan vi prøve nye teknikker,” sa Fjærbu, som også snakket om dette å “finne riktig produkt for riktig situasjon” og om å “se mulig-



Skjærgårdsturen startet i Grimstad.

hetene istedenfor begrensningene i den protesen man bruker.”

• Filmkavalkade

Hans H. Reinertsen – fotograf for Livsglede de siste par årene, kjent av mange Momentum-medlemmer også som en som kan sette seg ned og underholde med klaverspill, og fremfor alt som en glad og hyggelig mann – hadde på oppdrag fra Momentum redigert og klippet sammen den rundt 40 minutter lange kavalkaden i anledning Momentums 10-årsjubileum. Han hadde tatt for seg ikke minst av TV-innslag som i årenes løp er laget i tilknytning til Momentums aktiviteter og hadde dessuten intervjuet Momentum-leder Nils-Odd Tønnevold.



“Kjempeåleireit,” sa Solveig Skjærstad.



Fint å komme ut på denne måten, mente Per Magne Madsen.



Jill Hartveit, en av de mange som fant Sørlandsweekenden både nyttig og hyggelig.

Steinar Herheim hadde tatt familien med. Her sammen med den yngste av guttene, Oddvin.



Sommerhygge.





Sommer på sjøen.

Over til høyre:
Lunsj i det fri.

Fredag kveld var det tid for en uformell middag og mye hygge – før neste dags båttur: Først buss et stykke østover, til Grimstad, anført av en Nils-Odd som ikke gjorde det minste forsøk på å tilsløre sin glede over at sommersolen sto på himmelen og sin stolthet over selv å være fra Sørlandet, ja fra Grimstad selv. På kaien her en liten orientering, gitt av en lokalguide, om byen og om Ibsens og Hamsuns tilknytning til den.

mange ble dette et gjensyn med Sørlandets skjærgård, inklusive Blindleia, for andre en førstegangsopplevelse. Ikke rart at Momentum gledet seg over å vise frem dette stykke Norge – som byr på den ene perlen etter den andre av sørlandshus og småsamfunn og fyrtårn mellom havet og det store innland. Måker, fritidsbåter, frisk havluft... Noe å suge til seg av, noe å se tilbake på når mørke vinterkvelder igjen melder seg.

UT PÅ SJØEN

Så ble de rundt 60 deltagerne fordelt på to turbåter, som la i vei vestover. For

Rekelunsjen ble inntatt i en liten bukt, der båtene ble fortøyet til svaberget, der noen satte fot eller protese på land og

Fortøyd, nå var det lunsjtid.





andre ble om bord. Steinar Herheim fra Voss var blant de deltagende Momentum-medlemmer, og en av dem som hadde benyttet denne weekenden til en familieutflukt. Han hadde med seg sin kone Liv og deres to gutter, Oddvin på to år og Sjur på 10. Herheim, som i 2004 ble utsatt for en landbruksulykke og mistet venstre fot, satte ikke minst pris på å få høre om Grimstad, Ibsen og Hamsun. "Ja, jeg var fascinert av han som sto og pratet, han var god. En flott oppdatering," sa Herheim.

"DETTE ER KJEMPEÅLREIT"

Solveig Skjærstad fra Bærum – relativt ny i Momentum-gjengen, etter en amputasjon i fjor som følge av benmargskreft – hadde med seg sin mann Melvin. "Jeg var nysgjerrig, jeg ville høre mer om dette med proteser. Her ser jeg at det er andre som har de samme problemene, da blir det liksom lettere å takle min egen situasjon. Jeg synes dette er kjempeåltreit," sa hun.

Per Magne Madsen fra Stavanger fikk en legg amputert i 2004, som følge av sykdom. Madsen så weekenden som både hyggelig og nyttig, han også. "Jeg må jo si at det å komme litt ekstra ut, at ingenting er bedre en det," sa han og viste til at det er lettere for en mann som ham å komme ut, ikke minst på sjøen, når det er regelen, ikke unntaket, at deltagerne trenger en og annen håndsrækning.

"Og så får man utvekslet noen erfaringer, jeg har jo ikke vært amputert så lenge," tilføyde Madsen, som sa at han ikke minst gjennom gruppearbeidet søndag formiddag plukket opp noen nyttige råd og vink.



Herlig stemning mellom himmel og hav. Sånn kan det være på Sørlandet.

Jill Hartveit fra Kristiansand har i løpet av de siste tre-fire årene mistet begge ben ved amputasjon - det første etter en betennelse hun pådro seg ved å trække på en fisk, en fjesing, i Danmark, det andre som følge av et sår som ikke ville

gro. Hun fant Sørlandsweekenden både nyttig – ved at hun plukket opp nye tips om hva som kan lette hverdagen – og hyggelig. "Det er klart, man treffer gamle kjente, det er koselig. Man får god mat, folk er oppstemte," sa hun.



Ivar Bøksle slapp ikke fri før han hadde levert en vise til, og enda en til...

INGEN FESTMIDDAG LIK EN ANNEN...

Lørdag kveld – etter denne båtturen som bød på så mye frisk luft at noen tok en hvil på værelset istedenfor den programfestede dukkert i hotellets utendørsbasseng – var det festmiddag, innledet med en aperitiff i kveldssolen ute i det fri.

Festmiddag i Momentum-regi betyr god mat, god stemning, taler og lovord. Likevel, ingen festmiddag er lik en annen. Noe av det som skapte den store forskjell denne gag var at sørlandsvisesangeren Ivar Bøksle – en smørblid sørlending med trekkspill og stemme og smittsomt godt humør – blandet seg i det hele. Den ene visen etter den andre, og folk ved langbordene sang med. Kanskje ble denne opptredenen litt lenger for Bøksle enn han hadde regnet med;

folk ville liksom ikke gi slipp på ham, mannen kom ikke hjem til sitt før han hadde avlevert en vise til, og enda en til...

Søndag formiddag fortalte Nils-Odd forsamlingen at OrtoCare sponset Sørlands-weekenden med et pent beløp, og han understreket at Momentums aktiviteter ikke hadde vært hva de er uten de sponsorer som i ulike sammenhenger stiller opp.

KAMP OM KUNDENE

Svein Vidar Ersvær i Atterås Ortopediteknikk AS, en av flere bedrifter som siden i fjor inngår i den nye kjeden OrtoCare, fikk ordet og fortalte at konkurransen i ortopedibransjen – som i andre bransjer – er hard. Han pekte på hvordan en ortopedibedrift som vil

Aperitiff i kveldssolen før festmiddagen.



lykkes ser det som viktig å tilby det beste av kompetanse og kvalitet. Dermed inviterte han, om enn indirekte, den lyttende forsamling av amputerte til å si tydelig ifra hva de ønsker seg, og eventuelt bytte leverandør, hvis de ikke er fornøyd med den behandlingen de får.

Før lunsjen som avsluttet weekend-samlingen, sto gruppearbeid på programmet, foruten at Momentum-styremedlem Helge Borgevad redegjorde for siste nytt innen kampen mot amputasjonssmerter (stumpsmerter og fantomsmerter).

SKILØPER - OG LIKEMANN

Sven-Erik Blidberg fikk forøvrig mer enn et puff i ryggen til sin påtenkte

innsats i Vasaloppet: Han takket ja til å gå inn i rekken av Momentums likemenn, dem som gjør sitt til at ny-amputerte kommer best og hurtigst mulig i gang med sin nye tilværelse. ■

Faglig innslag, ortopediingeniør Jørund Fjærbu om hvordan en god protese blir til.

Også denne gang vanket det ros og klem og klapp og takk til Momentum-leder Nils-Odd Tønnevold. Her får han overrakt en sjaman av Lillian Perret.





Vi hjelper deg med:

Tilpasset fottøy

- Fotsenger
- Spesialfottøy
- Ortopedisk sydd fottøy



Ortoser

- Ortoser for ankel, kne, ben og arm
- Korsetter

Proteser

- Arm- og benproteser



For timebestilling hos ortopedi-ingeniør, ortoped eller fotterapeut, ta kontakt med vårt felles sentralbord for alle avdelinger på tlf. 22 04 53 60 mellom kl. 08.00-15.30.

Sophies Minde Ortopedi AS • Postboks 493, Økern • 0512 Oslo • Tlf: 22 04 53 60
E-post: post@sophiesminde.no • www.sophiesminde.no





Hilsen fra LFA

Hei, alle lesere av Livsglede og Søndreposten.



Samarbeid LFA-Momentum

Etter 10 år i hver vår båt, er det nå forhandlinger i gang om omfattende samarbeid mellom LFA og Momentum. Spente og forventningsfulle representanter fra styrene i LFA og Momentum samlet seg den 13. juni rundt samme bord for å finne praktiske måter å samarbeide på. FFO og NHF hadde også sine representanter tilstede for å orientere om medlemsbetingelsene.

HVEM ER FFO?

FFO har 68 medlemsorganisasjoner, som til sammen har omlag 300.000 medlemmer. LHL, Blindeforbundet, Diabetes-forbundet o.l. er store organisasjoner i FFO. Det er organisasjonene som er medlemmer i FFO, ikke det enkelte medlem, som i NHF.

Momentum står tilsluttet FFO, og Momentum får dermed all medlemskontingenten selv. Momentum betaler en svært beskjeden medlemsavgift til FFO. Det administrative arbeidet utfører Momentum selv eller delegerer det til andre. Momentum kan benytte seg av et bredt kurstilbud og få hjelp til å gjennomføring av tiltak av regionkontorene. Dette synes Momentum fungerer godt.

Vi er alle i samme situasjon, enten har vi mistet en arm eller et bein eller kanskje to. Som medlemmer av disse to foreningene har vi det til felles at vi vil prøve å få til et bedre liv for de som kommer etter oss. Vi er likemenn, vi gir råd og veiledning, vi prøver på alle måter å hjelpe andre som kommer i samme situasjon, derfor er samarbeid så viktig. Vi begynner med bladet, men skal prøve å komme videre, mange er medlemmer av begge foreningene, jeg møter mange når jeg er på samling eller møter i NHF. Det er viktig at vi samarbeider, for vi arbeider jo for det samme, her i Agder-fylkene har vi allerede et samarbeid på likemannsarbeidet og det føles helt flott, (Bjørn er ei flott jente).

De som arbeider med dette, Sigbjørn og Erik fra LFA og Geir og Nils-Odd fra Momentum gjør en formidabel jobb, så jeg tror vi lander på noe riktig konstruktivt, når den tid kommer. Ellers vil jeg si at jeg gleder meg til framtidige samarbeidsprosjekter, vi har jo alle rede noe på gang.

Til slutt vil jeg som nyvalgt leder av LFA, få lov til å si, jeg føler meg som en novise for tiden, det er så mangt man skal sette seg inn i og da er det veldig greit å ha noen erfarne amputerte å snakke med, for ikke å glemme den veldre organisasjonen vi er medlemmer av.

Med beste hilsen og takk for oppmerksomheten

Arne Randolph Larsen, leder LFA

HVEM ER NHF?

NHF har omlag 20.000 medlemmer, og innen NHF er det 11 landsforeninger etter diagnose. NHF fokuserer mest på rullestol-brukere/bevegelseshemmede. LFA står tilsluttet NHF. NHF beholder det meste av medlemskontingenten, men de gir LFA til gjengjeld administrativ hjelp både sentralt, og ute i regionene. Dette synes LFA fungerer godt.

Sammenslåing stod derfor ikke på agendaen nå, for vi trenger tid på å vurdere hvem av de to tilknytningsmodellene som totalt sett kan gi det beste resultat, hvis det da blir aktuelt å tenke på sammenslåing.

SAMARBEID

Men når det gjelder samarbeid, er vi klare til å gå i gang med forhandlinger. Det er flere fordeler ved å samarbeide:

- Våre medlemmer har felles interesser.
- Vi forholder oss til de samme institusjonene.
- Vi kan spare penger og ressurser.

Det er tre hovedområder og en del enkeltsaker vi ser for oss:

1. Medlemsblad

Begge foreningene har hvert sitt medlemsblad. LFA har Søndreposten, og Momentum har Livsglede. Noen av dere er medlemmer i begge foreningene, og får begge bladene.

I Søndreposten er det LFA som selv for tiden gjør all layout før trykking. Livsglede produseres av profesjonelle grafikere.

2. Likemannstjenesten

Det andre området for samarbeid er likemannsarbeidet. Ved å stå sammen, kan vi betjene nyamputerte og deres pårørende på en mye bedre måte.

3. Arrangementer/prosjekter

Det tredje området vi kan samarbeide om er arrangementer og om søknader om midler til prosjekter, slik som gåskoler, undersøkelser hos Sintef, forskning og lignende. I saken "På hesteryggen" har vi allerede sendt inn en felles søknad om ca 2,5 mill til et prosjekt om rideopplæring for amputerte.

De ortopediske verkstedene og sykehusene har flere ganger bemerket at de synes det er upraktisk å forholde seg til to foreninger. Det gir ofte dobbelt arbeid, og de kommer lett i skade for å favorisere den ene foreningen framfor den andre. Vi har derfor fått flere anmodninger om samarbeid eller sammenslåing.

Hva mener du?

Vi tar gjerne imot innspill og synspunkter på denne prosessen. Da vi muligens vil ende opp med ett felles medlemsblad, ber vi om forslag til nytt navn.

Prosjekter for å skape mer livskvalitet og livsglede

Momentum har i løpet av årene iverksatt en rekke prosjekter som skal være med på å forbedre hverdagen for våre medlemmer. Vi har laget denne oversikten for å orientere deg om både våre pågående prosjekter og prosjekter vi har søkt om midler til å gjennomføre f.o.m 1.1.2007:

Tekst: Odd Gurvin

• GÅSKOLEPROSJEKTET

Målsetningen med gåskoleprosjektet er å kartlegge, undersøke, teste ut og iverksette tiltak for å øke den fysiske og psykiske mestring for den amputerte og deres pårørende. Erfaringene fra prosjektet viser at benamputerte forbedrer sin fysiske funksjons- og mestringsevne etter trening i 10 uker med trening 1 gang per uke.

– Prosjektet avsluttes nå til jul og da analyserer og publiserer vi resultatene, forteller fysioterapeut Elisabeth Bø som sammen med Jette Schack har stått som ansvarlige for prosjektet i samarbeid med Momentum. De foreløpige resultatene har vært så gode at Aker Sykehus allerede etter nyttår integrerer gåskole-modellen i sitt ordinære rehabiliteringsprogram.

Tilbakemeldinger viser imidlertid at denne modellen kan være vanskelig å gjennomføre overalt i Norge. Pasientgruppen er relativt liten og spredt utover store geografiske avstander, noe som vanskeliggjør ukentlig deltakelse. – Vi oppretter derfor et eget nettsted som skal informere og videreføre våre

prosjekterfaringer til fagpersoner. I sammenheng med begrensede økonomiske midler håper vi at prosjektet blir videreført gjennom nettsiden, sier Bø.

– Det er søkt om ytterligere midler, men ikke innenfor det samme utviklingsprosjektet. Vi skal videreføre de erfaringer vi har gjort oss her, blant annet med kurs på forskjellige steder i landet for fagpersonell, forteller Bø.

– Vi har søkt om midler fra Stiftelsen for Helse og Rehabilitering til å gjennomføre flere tiltak innenfor dette området de neste 2-3 årene ved å bygge på de erfaringene vi har gjort i Gåskoleprosjektet, forteller styreleder i Momentum, Nils-Odd Tønnevoold.

• BEDRE FORM OG FASONG PÅ PROTESENE

Lillian Perret og Elin Holen, begge styremedlemmer i Momentum, har iverksatt et prosjekt som de håper skal resultere i at protesene får et bedre utseende i fremtiden.

– Vi kan egentlig ikke gjøre annet enn å appellere og påvirke gjennom personlig kontakt med proteseprodusentene. Og selvfølgelig prøver vi å påvirke importørene og ortopediverkstedene som igjen får produsentene til å fokusere på

dette, sier Elin og forklarer problemstillingen slik.

– Man kan søke om å få silikonproteser, men dette er kun et enkelt kosmetisk grep som gjøres på protesen. Det vi først og fremst er ute etter er å få produsentene til å lage herre- og damemodeller. De modellene som produseres er unisexmodeller der eksempelvis formen på fot, ankel og legg ikke gjør seg spesielt bra på en slank kvinnekropp. Det må, selv for en protesebruker, gå an å kunne føle velbehag med å ha på seg et skjørt uten at den ene foten er 2 tommer tykkere enn den andre. Det er disse egenskapene vi ønsker at produktutviklings-avdelingene hos de ulike produsentene tar på alvor, forklarer hun.

– Vi har ringt til produsenter og kommet med innspill på hva vi ønsker og får tilbakemeldinger om at de legger ressurser i å utvikle det. Det tar derimot grusomt lang tid og vi opplever fortsatt at produsentene ikke har nok fokus på nettopp dette, mener Elin, som ønsker muligheten til å ta mål av ankelen sin å få en protese som er tilnærmet lik den andre foten.

Nå vil de sette i gang en “skjønnhetskonkurranse” på proteser for å sette



Ridning er en flott måte for amputerte å komme seg ut i naturen på

søkelys på denne problemstillingen.

– Vi vil derfor gjennom Momentumprisen ha en egen kosmetikkpris som en påskjønnelse til dem som har gjort noe spesielt bra på dette området, sier Elin avslutningsvis og håper at dette kan oppmuntre bransjen til å ta tak i utfordringene.

• FRITT VERKSTEDVALG

I dag kan enhver protesebruker fritt velge hvilket ortopedisk verksted han eller hun ønsker å bruke, men trygden dekker med noen få unntak kun utgifter til reise og opphold til det nærmeste verkstedet. Når det gjelder ordningen om fritt sykehusvalg dekkes derimot utgifter til reise og opphold fullt ut, utenom en beskjedne egenandel. Det betyr at dagens ordning med fritt verkstedsvalg kun er en teoretisk valgfrihet. Momentum mener derfor at dette er inkonsekvent og at ordningen med fritt verkstedvalg må endres slik at den samsvarer med fritt sykehusvalg, mener styremedlem Geir Bornkessel.

– Vi arbeider med å få til et møte med helse- og omsorgsminister Sylvia Brustad og vi er kommet så langt at vi har fått en god dialog med rådgiverne hennes. Vi håper derfor å få gjennomført dette møtet før jul, sier han.

Vi mener at verkstedene bør sentraliseres og ikke desentraliseres av den enkle grunn at enkelte verksteder i distriktene gjør en lårprotese annethvert år, mens andre igjen lager en slik protese hver dag. Det sier seg selv hvor den høyeste kompetansen på slik produksjon da vil ligge, mener Geir som håper at Momentum når frem med sine krav.

• BEKJEMPELSE AV AMPUTASJONS-SMERTER

Mange sliter med smerter etter amputasjoner, stumpsmerter og/eller fantomsmerter og -følelser. For å komme videre i forhold til bekjempelse av disse smertene har Momentum alliert seg med anestesilege Finn Reiestad og legemiddelfirmaet SantoSolve. Sistnevnte har forsøkt et nytt behandlingsprinsipp på enkelte pasientgrupper med lovende resultater som har resultert i et medikament. Dette medikamentet er foreløpig ikke tilgjengelig som legemiddel, men har vært egenprodusert til hver pasient. SantoSolve har nå startet en kvalitetskontrollert fremstilling av produktet som så langt har vist lovende resultater i internasjonale studier på tre ulike grupper smertepasienter.

Legemiddelfirmaet har sagt seg villig

til å levere denne medisinen og tilsvarende narremedisin (placebo) til klinisk utprøving innen post-amputasjonsmerter og Momentum har søkt Helse og Rehabilitering om midler til å gjennomføre dette prosjektet med oppstart 1.1.2007. Dette skal gjøres for å sammenligne effekten av medikamentet opp mot placebo både m.h.t. smerte-lindring og bedring i helserelatert livskvalitet. I tillegg vil bivirkningsprofilen av medisinen i disse pasientgruppene kartlegges i prosjektet.

• RIDEPROSJEKTET

Erik Ax, nestleder i LFA og initiativtaker til rideprosjektet red allerede ett år etter amputasjonen.

– Det var en fantastisk og ny opplevelse å komme ut i marka og opp på fjellet. Nå er hestebeina blitt mine ben og dette ønsker jeg at andre amputerte også skal få oppleve, forteller Erik som mistet benet i en jaktulykke.

Momentum har i samarbeid med LFA søkt Helse og Rehabilitering om midler til å gjennomføre et rideprosjekt. Det er iverksatt fordi benamputerte har sterkt begrensede muligheter for å komme ut i skog og mark. Benamputerte har lett

for å stivne i ledd og dette er et problem som blant annet kan forebygges med terapiridning. Det kan også bygges opp bedre balanse gjennom ridning på hest under kyndig veiledning. For at flere skal få erfaring med ridning er det viktig å kartlegge og dokumentere dets effekt og på denne bakgrunn kunne iverksette tiltak for å tilrettelegge for ridning for benamputerte. Det er derfor søkt om midler til et opplegg i samarbeid med ridesentre som har kompetanse på hesteridning for funksjonshemmede.

• REHABILITERING AV ARMAMPUTERTE

I januar 2006 begynte prosjektet "rehabilitering av armamputerte". Hovedmålet med studien er å få bedre kunnskap om de armamputerte og deres situasjon med tanke på funksjon med og uten protese, ulike plager og problemer i hverdag og arbeidsliv, livskvalitet og opplevd nytteverdi av de behandlings- og rehabiliteringstiltak som tilbys i dag.

– På bakgrunn av dette vil vi gi en kunnskapsbasert vurdering av hvilke rehabiliteringstiltak som bør tilbys denne pasientgruppen og komme med

et forslag til nasjonale retningslinjer for rehabilitering av armamputerte, forteller stipendiat/prosjektleder Kristin Østlie Pettersen ved sykehuset Innlandet.

– En bakenforliggende målsetting er at pasienter med ervervet armamputasjon skal få et optimalt og helhetlig rehabiliteringstilbud. Dette tilbudet skal ivareta alle aspekter av rehabiliteringsprosessen med vekt på psykisk, fysisk og sosial funksjon - uavhengig av bosted - og med et bredere fokus enn kun protese-tilpasning, sier Pettersen.

Prosjektet som fortsatt er i startfasen er stort i Europeisk sammenheng og gjennomføres i samarbeid med Norsk Teknisk Ortopedi på Hamar og Sophies Minde i Oslo.

– Vi skal nå i oktober/november sende ut et spørreskjema til voksne armamputerte for å starte kartleggingen. Jeg ber om at alle som mottar spørreskjemaet deltar i undersøkelsen. Samtidig vil jeg be om at armamputerte som ikke har mottatt undersøkelsen fra oss innen utgangen av november tar kontakt med meg på kristin.ostlie.pettersen@sykehuset-

innlandet.no eller ringe 62 53 72 80, oppfordrer Pettersen som ønsker størst mulig deltakelse fra armamputerte.

• INDIVIDUELL SJEKKLISTE

Mange opplever i dag av leveransen av protesen blir forsinket fordi det er feil med protesen som gjerne ikke burde vært der og som kunne vært unngått hvis man hadde en individuell sjekkliste. Det er tross alt svært mange ting som skal huskes, enten det gjelder alle typer foretrukne innstillinger, høyde, lengde, bredde, tykkelse på material, avrundinger, farge, form osv. Momentum vil arbeide for at hver protesebruker får utarbeidet en individuell sjekkliste sammen med sin ortopediingeniør og eventuelle andre involvert i protesetilpasning og gangtrening. Prosjektet er nettopp unnfanget og målet er at dette blir tatt i bruk som en del av en "best practice" innen protestilpasning på alle ortopediske verksteder. Hensikten er å oppfylle brukerens individuelle behov og samtidig fungere som en huskeliste for ingeniør og teknikere. Dermed kan man unngå feil og forsinkelser i leveringen av protesen. ■

Harald Lybekk til minne

Harald Lybekk er død, 63 år gammel. Han mistet sitt ene ben i en skogsulykke i mars 1988 da han drev med tømmervinsjing alene. Til alt hell hørte en skoleelev på vei hjem Haralds rop om hjelp oppe i skogslia, og det berget nok livet til Harald. Ulykken medførte at venstre benet måtte amputeres midt på låret, og med det ble Harald lårprotesebruker.

Da ulykken skjedde hadde et gryende interessearbeide for amputerte startet i Oppland. "Utvalget for Amputerte" arrangerte medlemskurs og samlinger, og drev fremfor alt, Likemansarbeid overfor nyamputerte. Drøyt to år etter sin egen ulykke er Harald allerede med og drar lasset som likemann og hjelper andre i samme situasjon. Etter hvert blir Utvalget for Amputerte under

NHF-Oppland adoptert av NHF-sentralt, og et sentralt oppnevnt utvalg får som mandat å utvikle et liknende tilbud for gruppen Amputerte, innen alle NHFs fylkeslag rundt om i landet. Dette arbeide starter i 1991, og pågår frem til dannelsen av Landsforeningen for Amputerte (LFA) i 1997. Gjennom alle disse år er Harald aktivt med, og ikke uventet blir Harald valgt som den første leder av LFA Oppland i 1997. Etterhvert blir han også medlem i Momentum og blir en stor inspirasjon for andre som heller ikke vil oppgi et aktivt friluftsliv.

Haralds pågangsmot og viljestyrke medfører at han fortsetter gårdsdriften, til dels med hjelp av maskiner og "tekniske løsninger" som i noen grad erstattet det tyngste kroppsarbeidet.

Harald var før ulykken en svært aktiv friluftsmann og etter amputasjonen savnet han å kunne gå på ski. Sammen



med sin proteseingeniør utviklet han en skiprotese og gjorde dermed det umulige mulig. Skiprotesen ble etter hvert så vellykket at Harald, under Ridderrennet på Beitostølen noen år senere, kom i mål lenge før sin funksjonsfriske ledsager!

Harald vil bli husket som ett stort og varmt medmenneske, for sitt ukuelige pågangsmot og sin lune væremåte, og for sine mange veloverveide meninger og tanker. Haralds bortgang er et stort tap for oss alle som lærte ham å kjenne og våre tanker går til familien. Vi lyser fred over Haralds minne.

Årsmøte ble holdt på Rica Park Hotel Sandefjord, søndag 26. mars 2006, kl 11.00.

1. Nils-Odd Tønnevold ønsket velkommen, åpnet Årsmøtet og takket sponsorer og fremmøtte.

Det ble talt opp og konkludert at det var 28 stemmeberettigede (hovedmedlemmer som har betalt kontingent) til stede.

2. Valg av ordstyrer: Nils-Odd Tønnevold foreslått og enstemmig valgt.
Valg av referent: Liv Karin Søstuen foreslått og enstemmig valgt.
Valg av tellekorps: Anne Berit Flaaten og Velaug Valle foreslått og enstemmig valgt.

3. Innkalling, dagsorden og referat fra forrige årsmøte ble godkjent og enstemmig vedtatt.
4. Årsberetningen for 2005 ble godkjent og enstemmig vedtatt.

5. Årsregnskapet og revisjonsberetningen for 2005 ble godkjent og enstemmig vedtatt.

6. Handlingsplanen for 2006.
Nils-Odd redgjorde for handlingsplan 2006.
Det var noe diskusjon ang. fantomsmerter. Det jobbes videre med denne saken.
Handlingsplanen ble godkjent og enstemmig vedtatt.

7. Budsjettet for 2006 ble godkjent og enstemmig vedtatt.

8. Medlemskontingent for 2007 ble foreslått uendret og det ble godkjent og enstemmig vedtatt.

9. Endring av vedtekter foreslått at Gunnar Skahjem ble referert av Elin Holen og enstemmig vedtatt.
Tillegg i punkt 6.2. "Styret velges for 2 år om gangen slik at inntil halve styret er på valg hvert år."

10. Valg.
Nils Anders Hellberg fra valgkomiteen refererte fra deres forslag til Styre, Revisor og Valgkomite. Valgkomiteens forslag ble godkjent og enstemmig vedtatt som følger:

- Styreleder: Nils-Odd Tønnevold (gjennvalg)
- Nestleder: Geir Bornkessel (gjennvalg)
- Styremedlemmer:

Elin Holen (gjennvalg)
Helge Borgevad (gjennvalg)
Lillian Perret (gjennvalg)
Paul Hagen (gjennvalg)
Mona Høvik (nyvalg)

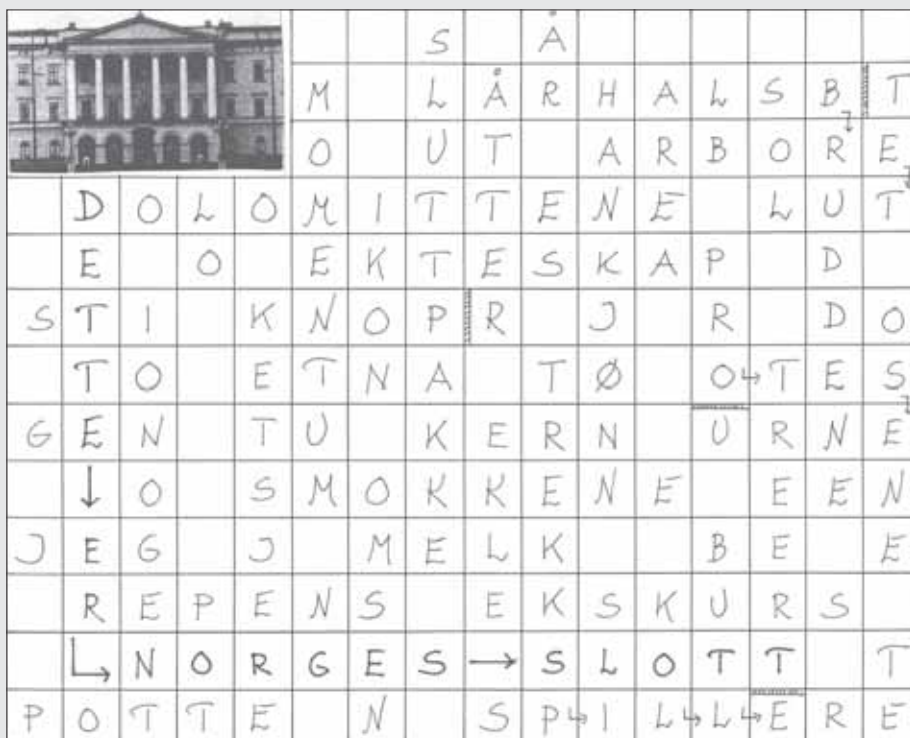
- Revisor:
- Revisorgruppen Christiania AS
• Valgkomite: Jan-Henry Søberg (nyvalg)
Kjell Mjåtvedt (gjennvalg)
Nils Anders Hellberg (gjennvalg)

Nils-Odd Tønnevold takket avtroppende styremedlem Arnfinn Hellan for innsatsen (blomster er avsendt) og for fremmøtet og avsluttet Årsmøtet 2006 kl 11.50.

Referent

Liv Karin Søstuen

Elverum 28. mars 2006



**Løsning
kryssord
nr 2/2006**

Tur til Slogen

“Sunnmørsalpene”

sommeren 2006



Slogen er besteget. Her sitter jeg og skriver meg inn i gjesteboken 1564 meter over havet.

Tekst: John Henrik Moen

Foto: Håvard Kjesbu og Rigmor Standal

Fjellet Slogen i Sunnmørsalpene har stått for meg som en stor utfordring å gå. Søndag 6. august kunne endelig turen starte. Jeg fikk med meg to ledsagere: Håvard Kjesbu og Rigmor Standal. De er

vante fjellvandrere og jeg stoler 100 % på dem. Turen startet like ved Union Øye Hotell. Været var ikke topp og tåken lå lavt i fjorden, men vi forventet at tåken ville lette i løpet av turen. Slogen har en høyde på 1564 meter så vi hadde drøye 1530 høydemeter foran oss på en drøy 3 km lang tur. Stigningsgrad på drøye 45 % hele veien eller som å gå unna-

rennet i Holmenkollbakken i 3 km. Turen gjennom bjørkeskogen gikk greit. Ved 700 høydemeter, da vi gikk ut av bjørkeskogen, slapp tåken. Vi fikk et mektig inntrykk av veien videre mot toppen. Etter 1200 høydemeter tok vi en pause og spiste før vi startet turen mot selve toppen. Ryggen verket og jeg var mektig sliten i høyre fot, da

Turen starter ved Union Øye Hotell. Ledsager Håvard Kjesbu og John Henrik Moen.





Toppturen. Jeg kaster stavene, nå er det klyving og klatring mot toppen.

belastningen med å gå med protese gjør at man naturlig belaster mer på det friske benet. Jeg går alltid med staver i fjellet. Dette hjelper meg slik at jeg får riktige belastning, samt at rygg og nakke ikke blir utsatt ved feiltråkk. Etter en rask lunsj tok vi fatt på turen mot selve toppen. Stavene ble kastet ved 1450 meter, da siste del av turen er klyving og klatring. Jeg gikk langsmed kanten av fjellet det siste stykket. Her stuper fjellet ned 1200 høydemeter og utsikten er formidabel. Etter 5 timers tur nådde jeg endelig toppen og fikk skrevet meg inn i gjesteboken. Vi var 15 personer på toppen som er kun 20 kvadratmeter. Jeg fikk en del kommentarer fra de andre personene og fikk inntrykk av at det ikke var så mange andre protesebrukere som har gått denne turen. Turen ned tok 4 timer. Vi ble overasket av et heftig regnvær gjennom bjørkeskogen, men stavene mine gjorde at turen ned ble forsvarlig. Vel nede var jeg totalt utmattet, men gleden ved å ha overvunnet Slogen gjorde meg så godt at det var verdt smerten og utmattelsen.

Jeg planlegger nå et topptur til Kolåstinden i oktober. Her vil jeg gå med ledsagere i klatregruppen SunAlp. På denne turen vil vi klatre 5 taulengder i en 4 vegg. Rett opp i 250 høydemeter.

Noe for deg?

Hilsen John Henrik Moen ■



Opp gjennom bjørkeskogen. Tåken letter og ledsager Rigmor Standal og JHM kan se utover Sunnmørsalpene.

Oppover og oppover. En time igjen til rasteplassen. Det gjør vondt i kroppen.



Ortopedisk kjede

Seks ortopediverksteder dannet i februar 2005 en frivillig kjede som skal utvikles til å bli et effektivt verktøy for sine medlemmer. Kjedenes navn er OrtoCare.

Som kunde skal du erfare at våre verksteder skal lage gode hjelpemidler, gi deg god service og ikke minst informere om de muligheter som finnes.

Vi skal ha fokus på en effektiv drift som gir en positiv effekt for brukerne, verkstedene og Rikstrygdeverket.

Medlemsbedriftene er:

- Norsk Teknisk Ortopedi, Hamar
- Buskerud Teknisk Ortopedi, Drammen
- Teknomed, Sandefjord
- Ortopediservice, Kristiansand, Arendal og Stavanger
- Atterås Ortopediteknikk, Bergen
- OrtoCare-Nordland, Bodø

Kjeden skal bygges som et sterkt merkenavn og posisjoneres som et merke for stor faglig kompetanse med følgende grunnpilarer for driften:

- Leveranse av profesjonell veiledning og hjelpemidler av høy kvalitet til deg som kunde.
- God informasjon og kontakt med rekvisiter og helsepersonell i Helseforetakene.
- Videreføring av tillit, åpenhet i positiv og ærlig kommunikasjon med Rikstrygdeverket.
- Yte god og menneskelig service der kundene tas hånd om på en omsorgsfull måte og det sørges for presis og hurtig levering og oppfølging.



For fullstendig kontaktinformasjon besøk oss på vår nettside:

www.ortocare.no

Sammen for bedre kvalitet og service

BERGEN: Atterås Ortopediteknikk AS – 55 27 11 00. BODØ: OrtoCare Nordland – Nordland Ortopediske Verksted AS – 75 50 74 20.

DRAMMEN: Buskerud Teknisk Ortopedi AS – 32 80 93 93. HAMAR: Norsk Teknisk Ortopedi AS – 62 57 44 44.

KRISTIANSTAD: Ortopediservice AS – 38 14 45 80. SANDEFJORD: Teknomed AS – 33 45 45 33. STAVANGER: Ortopediservice AS – 51 53 81 30

Kjeden OrtoCare skal gjennom sitt samarbeid til enhver tid ha fokus på å bedre kvaliteten på ortopediske hjelpemidler og bedre livskvaliteten for våre kunder.

Armproteser er vår spesialitet



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

Hvilke muligheter er det i ditt tilfelle?
Ta kontakt for en samtale.



I samarbeid med ORTOCARE®

Norsk Teknisk Ortopedi AS - Vikaveien 17, P.b 10, 2312 Ottestad - Tlf: 62 57 44 44 - Faks: 62 57 44 45 - nto@ortonor.no - www.ortonor.no



Hovedkontor, Møllendalsveien 8
Poliklinikk Betanien
Poliklinikk Fylkessykehuset Stord
Poliklinikk på gamleheimen i Odda
Avd. Ålesund, Moaveien 11
Tlf. 70 14 25 38 – Mobil 97 17 96 37

Vestlandets ledende ortopediske verksted

Vi har alt innen ortopediske hjelpemidler:

Proteser/ortoser for ben og armer
Ortopedisk fottøy/oppbygg/fotsenger
Spesialkorsetter – Innleggsåler
Kompresjonsstrømper – Brokkbind mm

Ta kontakt

Møllendalsveien 8, 5009 Bergen – Telefon 55 20 64 60 – www.drevelin.no – drevelin@drevelin.no

Adresseforandring

Mitt navn:.....

Adresse:.....

Postnr./Sted:.....

Telefon:.....

E-post:.....

Du kan melde adresseforandringen ved å sende inn denne slippen,
sende oss en faks på 4000 4361, ringe oss på tlf 4000 4360 eller
sende oss en mail på info@momentum.nu

Adressaten betaler
for sending i Norge



Distribueres av
Posten Norge

MOMENTUM
SVARSENDING 2264
0019 OSLO

POLIKLINIKK

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

Tilbudet omfatter
polikliniske under-
søkelser med
diagnostisering og
nødvendig oppfølging.



Ortopedisk Service

Servicen omfatter vurdering, måltaging,
tilpassing og kontroll av ortopediske hjelpe-
midler som fotsenger, løpsinnlegg, såler,
sko, proteser, støtteskinner, korsetter mm.
Timebestilling: Tlf 32 83 04 15

Drammen
Ortopediske
Institutt as

OFF. GODKJENT — MEDLEM AV NOF

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



NORD-NORGES ORTOPEDISKE VERKSTED AS

*Individuelt tilpassede
hjelpemidler:*

- proteser
- sko
- ortoser
- såler
- korsetter



(NNOV), Mellomveien 23, 9007 Tromsø, Tel 776 00 810, Faks 776 00 830, E-mail: post@nnov.no

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
- Sitteskall

Tjenester

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



ORTOPRO
ORTOPEDISKE OG TEKNISKE HJELPEMIDDEL

har gleden av å presentere
nyhet fra
ENDOLITE



*Ulikt andre stabiliserende knær
gir ESK⁺ deg en unik støtte på grunn
av den nye Progressive Release™.
Når du bøyer foten fortsetter det
å forsiktig stabilisere, og gir en
sikker og komfortabel gange.
Progressive Release™ fungerer
når du vil det skal.*

*ESK⁺ med glidepyramide er det
siste tilskuddet. Det gir bedre
passresultater for brukere med
lange stumper, og forskjellige
tilkoblingsmuligheter gir en optimal
plassering av kneet og dermed
den beste gangen og utseendet.*

***Vi forventer at våre knær virker,
det samme kan du!***

Ortopro AS tilbyr kompetanse og kvalitet
som dekker alle brukerbehov!

ESK⁺
ESK⁺

Otto Bock®

QUALITY FOR LIFE



Otto Bock C-Leg® – det intelligente kneet!

Otto Bock C-Leg® representerer markedets første Mikroprocessor-styrte kneledd med innebygd sensor Teknikk, som måler og tilpasser kneleddets egenskaper til brukerens bevegelsesmønster. Med C-Leg® kan den amputerte endelig **gå bekvemt på ujevnt underlag med varierende hastighet**, uten og tenke på hvordan de går.

Takket være den hydrauliske ståfase-kontrollen, **forenkles gange i trapper, på ujevnt underlag, og nedover bakke**. Otto Bock C-Leg® er tilegnet en bred brukergruppe av benamuterte. Kneet kan brukes av meget aktive brukere, og av de som krever en protese med stor ståfase sikkerhet. Kontakt ditt Ortopediske Verksted for nærmere informasjon!

Otto Bock Scandinavia AB
www.ottobock.no

”Vi trenger ditt engasjement og din innsats. Ring oss! Lønningen får du i himmelen.”

Vi har et sterkt behov for flere likemenn – dvs. frivillige som har bearbeid sin egen amputasjon og som kan tenke seg å besøke amputerte og pårørende på sykehus og rehabiliteringssenter. Felles for alle som ønsker å snakke med en likemann, er at de trenger noen som har tid til å lytte som selv har følt det på kroppen.

Å møte deg kan bety enormt mye for den som akkurat nå skal forholde seg til en ny hverdag som en følge av amputasjon og vedkommendes pårørende. Ved å være et medmenneske basert på din egen erfaring som amputert kan du bidra til at andre i samme situasjon ser lysere på livet. Ingen er like, du vil møte ulike mennesker i forskjellige stadier i livet og som har forskjellig forhold til sin

situasjon. Som likemann må du være i stand til å møte disse medmenneskene med respekt, støtte og åpenhet.

Likevel er det ikke supermennesker eller eksperter vi er på jakt etter som frivillige likemenn, men vanlige mennesker. De viktigste kravene vi stiller, er at du er over 20 år og har bearbeid din egen situasjon etter amputasjon og har tilstrekkelig avstand til eventuelle egne kriser. Om du er student, i full jobb, arbeidsledig, hjemmeverende eller pensjonist, spiller ingen rolle for oss. Du vil få opplæring før du begynner å fungere som likemann og oppfølging underveis. Når du er i gang, har vi god erfaring med at noen timers innsats i måneden er det som skal til.

At jobben er ulønnet, betyr ikke at du går tomhendt hjem. Vi er helt sikre på

at du selv vil vokse på de utfordringer et verv som likemann vil gi deg, og du vil være med å spre livsglede til noen som har behov for å snakke med akkurat deg. Som om dette ikke det er belønning god nok, mener svært mange av våre nåværende likemenn at dette vervet utvikler dem som menneske også. Ta deg ellers gjerne tid til å lese gjennom våre hjemmesider som du finner på www.momentum.nu

Vi trenger flere likemenn! Tror du dette er noe for deg, vennligst kontakt Paul Hagen (nasjonal likemannskoordinator), tlf 9828 3358 eller Nils-Odd Tønnevold (Styreleder) på tlf. 9220 1626.



Å være et helt menneske, er å føle seg som et.

- proteser
- ortoser
- korsetter
- fotsenger og innlegg
- ortopedisk fottøy
- 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

Momentums lokale kontakter

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

**Oslo og Akershus:**

GEIR BORNKESSEL

geir.bornkessel@momentum.nu

T: 98 28 33 56, 97 15 58 78

**Østfold:**

ARNE FREDRIKSEN

arne.fredriksen@momentum.nu

T: 69 27 51 39

**Hedmark:**

RUNE SØSTUEN

rune.sostuen@momentum.nu

T: 47 02 10 94, 62 42 53 58

**Oppland:**

BJARNE FREDRIKSEN

bjarne.fredriksen@momentum.nu

T: 61 23 07 52, 95 24 14 55

**Buskerud:**

HELGE BORGEVAD

helge.borgevad@momentum.nu

T: 90 16 26 81

**Vestfold:**

PAUL HAGEN

paul.hagen@momentum.nu

T: 98 28 33 58, 95 70 86 04

**Telemark:**

BJØRN THORSEN

bjorn.thorsen@momentum.nu

T: 93 03 30 06

**Vest-Agder og Aust-Agder:**

BJØRG NODELAND

bjorg.nodeland@momentum.nu

T: 38 15 70 03, 95 84 52 09

**Rogaland:**

MONA HØVIK

mona.hovik@momentum.nu

T: 99 03 05 07

**Hordaland:**

GERRY MATHIESEN

gerry.mathiesen@momentum.nu

T: 55 31 44 50, 90 66 63 74

**Sogn og Fjordane:**

GUNNAR SKAHJEM

gunnar.skahjem@momentum.nu

T: 91 37 49 94

**Møre og Romsdal:**

RONNY STRANDBØ

ronny.strandbo@momentum.nu

T: 90 79 92 78 (arb)

**Sør-Trøndelag:**

MORTEN EIDE

morten.eide@momentum.nu

T: 97 69 67 70

**Nord-Trøndelag:**

ARNFINN HELLAN

arnfinn.hellan@momentum.nu

T: 97 72 90 61

**Nordland:**

PER MEBY (Bodø/Salten)

per.meby@momentum.nu

T: 75 58 01 35, 93 41 33 88

JAN-HENRY SØBERG (Vesterålen/Lofoten)

janhenry.soberg@momentum.nu

T: 91 32 65 70

FREDRIK JOHANSEN (Ofoten/Sør-Troms)

fredrik.johansen@momentum.nu

T: 41 67 78 36

**Troms:**

HÅKON GEBHARDT (Nord-Troms)

hakon.gebhardt@momentum.nu

T: 77 65 00 69, 41 64 03 50

**Finnmark:**

JILL HELEN NILSEN

jillhelen.nilsen@momentum.nu

T: 91 39 57 95

Sportskontakt:

KJARTAN HAUGEN

kjartan.haugen@momentum.nu

T: 90 57 86 15

Bli medlem du også!

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 medlemskap. 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 medlemskap. I Momentum møter du et inspirerende interesseforum bestående av helsepersonell, protesebrukere m.v.

Alle ortopediske verksteder, sykehus, opptreningssentre 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 600 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, ortopediteknisk service og smertebehandling. Momentum er tilsluttet FFO.

Innmelding

Fyll ut og send inn. Porto er betalt!
Eller meld deg inn på www.momentum.nu
Du kan også benytte faks nr: 40 00 43 61

Ja! Jeg/vi ønsker å bli medlem i Momentum!

☐ 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 Momentum på tlf 40 00 43 60 eller e-post: info@momentum.nu

Adressaten betaler
for sending i Norge



Distribueres av
Posten Norge

MOMENTUM
SVARSENDING 2264
0019 OSLO

FLEX|FOOT®



Proteseføtter fra Øssur

Flex-Foot® - et ess i ermet

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 protesebukere, 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.

