

Livsglede

BLADET FOR AMPUTERTE/PROTESEBRUKERE 4/2011



EN DOKTORAVHANDLING OM ARMAMPUTERTE 14-16

EN AV DEM SOM DRAR MOMENTUM-LASSET 6-7

ET GANSKE ANNERLEDES KNE 10-11

MEDLEMSBLAD FOR MOMENTUM, FORENINGEN FOR ARM- OG BENPROTESEBRUKERE

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

WWW.MOMENTUM.NU



Kneledd 3R93

Fordeler ved 3R93:

- Måltrettet støtte i behandlingsprosessen
- Funksjonene kan tilpasses protesebrukerens individuelle sikkerhetsbehov
- Enkle og reproduserbare justeringer
- Enkel protesejustering
- Funksjonell design



Den moderne behandlingens kneledd

Takket være dets konstruksjon kan det nye 3R93 brukes som kne med manuell lås og kneledd med friksjonsbrems så snart protesebrukeren har fått økt bevegelighet.

Det tilbyr måltrettet støtte til behandlingsprosessen etter en amputasjon. 3R93 er det rette kneleddet – fra de første stå- og gåøvelsene med den foreløpige protesen hele veien til den definitive tilpasningen!



MOMENTUMS ÆRESMEDLEM:
PRINSESSE MÄRTHA LOUISE

Livsglede 4/2011

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

Layout: Bratsberg Consult
Trykk: Wisa Grafisk AS

REDAKSJONEN I LIVSGLEDE
Nils-Odd Tønnevold
Ansvarlig redaktør
Legg- og lærprotesebroker
nils.odd.tonnevold@momentum.nu
Tlf. 92 20 16 26

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

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

Internett:
www.momentum.nu

Annonser:
Kontakt Nils-Odd Tønnevold
nils.odd.tonnevold@momentum.nu
Tlf. 92 20 16 26

Forside:
I over fem år har Kristin Østlie (38)
arbeidet med sitt doktorgradsprosjekt,
der hun setter søkelyset på
rehabilitering av armamputerte.
Foto: Hans Hekneby Reinertsen.

ISSN: 1891-3040



*"Det er bedre å tenne et lys
enn å forbanne mørket"*

LEDER

Utfordringer

Hva rører seg i hodet på styrelederen når julen nærmer seg og vi allerede er godt i gang med å planlegge neste år?

Har fått noen telefonsamtaler fra bekymrede tillitsvalgte. Årsmøtene skal være gjennomført innen utgangen av februar, og de sliter med å finne kandidater til lokale verv i fylkeslag. Aktive tillitsvalgte står på og gjør sitt ytterste for å få Momentum til å fungere best mulig. Momentum har gitt mange mennesker livsgleden

"Vi er avhengig av at du ser og tar utfordringen med å gjøre en innsats i foreningen. Da kan vi fortsette å utvikle gode tilbud og tjenester"

tilbake, og jeg og dere vet hva Momentum har betydd for oss både i medgang og motgang. Vi er avhengig av at du ser og tar utfordringen med å gjøre en innsats i foreningen. Da kan vi fortsette å utvikle gode tilbud og tjenester.

Likemanns- og pårørendetjenesten er vårt viktigste arbeidsfelt. Likemannstjenesten er rett og slett en hjelp til selvhjelp for mennesker som er i samme situasjon som deg. Tjenesten er basert på å benytte lokale likemenn og pårørendekontakter, personer som har bearbeidet og kommet over sin egen krise.

Vi har underskudd på likemenn og pårørendekontakter som kan gå inn i denne viktige tjeneste. Jo flere vi er, jo lettere er det å dra lasset. Jeg og dere husker alle spørsmål og utfordringer som dukket opp både før og i kjølvannet av amputasjonen. Ta utfordringen!

Omarbeidet og fornyet fotoutstilling Livsglede formidler ekte livsglede og blir fortløpende vist rundt om i landet. Den blir særdeles godmottatt. Ikke la muligheten gå fra deg til å få den til ditt område.

Styret har store forventninger til et prosjekt vi har kalt "Momentumkonvolutt". Konvolutten inneholder informasjonsbrosjyrer for amputerte og pårørende samt medlemsbladet Livsglede. Konvolutten er ment å være en hjelpende hånd i en vanskelig tid og blir levert til amputerte og pårørende mens de er på sykehus eller til rehabilitering. Konvolutten vil være på plass innen St. Hans i 2012. Selvfølgelig håper vi at de som mottar konvolutten, får lyst til å ta kontakt med en likemann og/eller pårørendekontakt.

Til slutt vil jeg takke alle likemenn, pårørendekontakter, tillitsvalgte, ortopedi- verksteder, utstysleverandører, rehabiliteringssentra og redaksjonskomiteen for Livsglede, for helhjertet innsats og støtte i dette året. Utfordringene er mange, men mulighetene desto flere.

God Jul og Godt Nytt År!

Hans Emil Møller-Hansen
Styreleder

INNHold:

En rask prat med: Ola kvisgaard	s. 4	Lesertorget	s. 12-13
Et blikk på: Kristin Holter-Sørensen	s. 6-7	Armamputerte under lupen	s. 14-16
Livsgledes Elverum-opphold	s. 8-9	Dr. Nils-Odd	s. 17
En mann og hans spesielle kne	s. 10-11	Et annerledes hotell	s. 18

Lov å si fra om dårlig tilgjengelighet



Plaget av noe så dagligdags i vinter-Norge som et vanskelig forserbart fortau? Det finnes muligheter til å tipse myndighetene om at de her bør se en utfordring.

Illustrasjonsfoto: F. Dahl.

Mye blir fortløpende gjort for å gjøre samfunnet tilgjengelig for flest mulig. Men veien til tilnærmet full tilgjengelighet for alle overalt, ved hjelp av det som kalles universell utforming, er ennå lang.

Fortauer, bygninger, togstasjoner, museer – disse er blant massevis av eksempler på steder som i henhold til myndighetenes ambisjoner skal være eller snart bli tilgjengelige for både sterke og svake, funksjonsfriske og funksjonshemmede.

Mange her i landet ser daglig eksempler på steder som ikke kan kalles lett tilgjengelige. Ta for eksempel de hållebelagte fortauene i Oslo og andre byer, nå da vinteren igjen er et faktum.

Men det er lov å klage – i håp om å bli hørt:

Regjeringen står bak et nettsted som heter Universell utforming, et nettsted som gjør det klart at myndighetene er interessert i å høre folkets stemme. I sammenheng med at det inviterer folk til å melde seg som mottagere av et nyhetsbrev om universell utforming i Norge og internasjonalt, skriver nettstedet: "Vi mottar tips fra organisasjoner, kommuner og fylker."

For å komme inn på nettstedet, søk slik: universell-utforming.miljo.no

En rask prat med... ...Ola Kvisgaard

Ola Kvisgaard og Nils-Odd Tønnevdal hadde levd sammen i to år, og begge studerte i Edinburgh, da Nils-Odd i 1987 – i Ols nærvær – ble klemte mellom en taxi han var på vei ut av og en bil som var ute av kontroll. Nils-Odd fikk begge bena amputert som følge av ulykken. Ola er nå politiker på heltid, som helse- og sosialpolitisk talsmann for Oslo Høyres bystyregruppe, og han lever fortsatt sammen med Nils-Odd.

Det må ha vært en hard opplevelse for deg, Ola, at Nils-Odd ble utsatt for en ulykke som kostet ham begge bena. Hva var umiddelbart tøffest for deg, og hva har du senere opplevd som mest vanskelig?

Øyeblikksbildet av Nils-Odd som lå der i rennestenen med det ene benet åpenbart revet av, blodet som fosset...

Det vanskelige senere, ved å leve tett innpå en som er fysisk handikappet, ligger i balansegangen mellom når man skal hjelpe og avlaste og når man skal forvente at den som er handikappet selv tar ansvar for praktiske ting.

Intet så galt at det ikke er godt for noe... Er dette tilfelle også for deg etter ulykken?

Svaret er, først, at ulykken har gitt noen opplevelser og en livserfaring som både Nils-Odd og jeg ville vært foruten hvis han ikke var blitt skadet. Det andre er at ulykken har forsterket min interesse og forståelse for hvor berikende og nyttig det er å få innsikt i de utfordringer Nils-Odd og andre

funksjonshemmede møter i hverdagen. Dessuten har denne situasjonen forsterket mitt samfunnsengasjement, min interesse for politikk, og hjulpet meg til å utøve mitt samfunnsengasjement på en litt annerledes måte.

Et råd til andre som måtte føle seg i en lignende situasjon som din?

Ikke brenn inne med tanker, ikke isoler deg. Lær av andres utfordringer og erfaringer, og snakk gjerne med en likemann.



Ola Kvisgaard gir et glimt inn i de første øyeblikkene etter at ulykken rammet hans livspartner – og inn i deres liv sammen i de nær 25 årene som senere er tilbakelagt.

Foto: Hans Hekneby Reinertsen.

April 2012: Om å tøye egne grenser...

Årsmøte og Momentumweekend 2012 gjennomføres 20.-22. april 2012 (dvs. i uke 16) i Østfold.

Planen er å arrangere den i Fredrikstad eller Halden, avhengig av hvor Mo-

mentum finner et passende hotell.

Så sett av datoen allerede. Det legges opp til aktivitetsdag med tema: Å tøye egne grenser.

Red.



Med kunden i fokus



Atterås
Ortopediteknikk®

Velkommen til starten på en ny hverdag!

Fjøsangerveien 215 (Krambua) 5073 Bergen - Tlf.: 55 27 11 00

Ortopediteknisk Institutt
www.atteraas.no



LINER VAPOMAT **NYHET**

Liner Vapomat er en naturlig måte å desinfisere silikonlinere på. Bruker kun vanndamp, uten kjemiske tilsetninger. Daglig renhold og desinfisering gjøres på en enkel måte.

Metoden med vanndamp rengjør og desinfiserer lineren i løpet av 30 minutter.

Bruksområde:

- For silikonlinere på markedet.
- Kan i noen tilfeller brukes på protesehylser.

Egenskaper:

- Naturlig hygienisk rengjøring med vanndamp uten kjemiske tilsetninger.
- Hurtig og problemfri rengjøring.
- AV/PÅ-bryter med lys som slås automatisk av etter bruk.
- Justerbar teleskopstang.

Best nr. VL1



Design: Charles Lund 93 46 13 50

Ortopro AS, Hardangerveien 72, 5224 Nesttun, Norge.
Telefon: +47 55 91 88 60, Telefaks: +47 55 91 88 69
E-post: post@ortopro.no

En av dem som drar Momentum fremover

Det gikk noen år fra legene begynte å skjære i henne til de hadde tatt venstrebenet opp til 10 centimeter under kneet. Så gikk det noen år før hun kom inn i Momentums rekke, der hun etter hvert er blitt aktiv i styre og stell – og der det snakkes såpass pent om henne at hun fremstår som et eksempel til etterfølgelse.

F. Dahl (tekst)

Hans Hekneby Reinertsen (foto)

Hva som sies om Kristin Holter-Sørensen i Momentum-kretser, bak hennes rygg? For eksempel at hun er pliktoppfyllende og samvittighetsfull, at hun har en positiv innstilling, at hun ikke er redd for å ta initiativ, at hun deltar aktivt i diskusjoner...

Kristin H-S – født i 1960, hjemme-hørende fra første stund av, og fortsatt, på Bygdøy i Oslo – er mor til en pike på 26 og en gutt på 22, er pedagogisk barnepleier av utdanning, ble skilt for mange år siden og gikk for et tiår siden inn i hva som skulle vise seg å bli en langvarig amputasjonsprosess.

Utgangspunktet var, forteller hun, en infeksjon i en tå, en infeksjon som kan ha hatt sammenheng med en forutgående infeksjon i det ene øyet.

”Jeg er blitt amputert veldig mange ganger. Jeg ble kappet oppover som en kake,” sier hun om prosessen.

Men helt opp til under kneet kom ikke legene i de første tre årene; det var på Ullevål sykehus amputasjonene da fant sted. Det ble et opphold, men amputasjonsstumpen var ikke god. Så kom hun til Aker sykehus, der Momentum-vennen doktor Lerud i 2005 foretok en amputasjon, og som hun sier:

”Etter det har jeg vært oppe å gå. Jeg



En dame fra Bygdøy, Kristin Holter-Sørensen. Hun er varamedlem i Momentums hovedstyre og foreningens nasjonale likemannskontakt.

har det veldig bra, jeg er blant de heldige amputerte. Nå går jeg helt greit, nå gjør jeg det jeg vil gjøre, jeg får til alt det jeg vil.”

Det kan høres bagatellmessig ut, dette med en infeksjon i en tå. Men Kristin H-S forklarer at hun kommer fra en diabetesbelastet familie, at hun selv ble stempet som sukkersyk da hun var ni år gammel og at sukkersyke mennesker lettere enn andre kan pådra seg heller uvennlige infeksjoner.

Det skulle gå fire år etter amputas-

jonen på Aker før Kristin H-S ble Momentum-medlem. Hun forteller at hun riktignok hadde hørt om denne foreningen, men at det først etter noen møter med Momentum-drivkraft Nils-Odd Tønnevoold – bosatt på Bygdøy, han også – ble til at hun meldte seg inn.

Med sin stemme og sitt ikke-nølede snakkesett gir Kristin H-S inntrykk av å være et sånt selvpøpegående menneske som nok kunne ha klart seg godt som amputert selv hvis hun ikke var kommet inn i Momentum-miljøet.

Inntrykket blir ikke svekket når hun forteller at hun opp gjennom årene har likt å reise sammen med barna og finne på andre ting sammen med dem, at hun "leser alt, fra krim til romaner", at hun er glad i mennesker og regner seg som "et veldig sosialt dyr"...

Men inn i Momentum kom hun, altså, og snart satt hun i styret i lokalforeningen Momentum Øst; det gjør hun fortsatt. Og under Momentum-weekenden i Trondheim i mai i år takket hun ja til å la seg velge inn som varamedlem i Momentums hovedstyre. Der har det seg slik at også varamedlemmer forventes å delta aktivt i møtevirksomheten, hvilket hun gjør, og det hører med til bildet at Kristin H-S i tillegg er Momentums nasjonale likemannskontakt.

"Jeg synes det er kjempegivende," sier hun om det å delta i likemannsarbeidet, som aktiv likemann foruten som nasjonal koordinator. "Noen ganger har jeg gått ut fra et møte med en ny-

amputert og følt at jeg har gjort en god jobb, og det føles veldig deilig."

Kristin H-S røper en viss sans for at ikke alle i Momentum-miljøet er for aktive å regne, at ikke alle lar seg engasjere i styre og stell og heller ikke deltar i alle mulige Momentum-

"Noen ganger har jeg gått ut fra et møte med en ny-amputert og følt at jeg har gjort en god jobb, og det føles veldig deilig"

arrangementer. Det kan jo i mange tilfelle dreie seg om amputerte som synes at de greier seg rimelig godt uten Momentum, om folk som ser at livet ikke er tapt, mener hun. "Og det er jo fint på sin måte," konkluderer hun.

Men denne forståelse for de ikke-aktive forhindrer ikke Kristin H-S fra å ytre ønske om flere aktive medlemmer: "Jeg skulle ønske, på en måte, at vi var

flinkere til å engasjere oss. Det finnes faktisk noen som livet ikke går greit videre for, og de trenger den støtte noen av oss andre kan gi dem. Gir vi på den måten, gir det også noe tilbake."

Hun antyder at hun og de andre som sitter sentralt i Momentum kanskje burde gå mer aktivt ut, ikke minst overfor unge amputerte, for å få nytt blod, nye tanker og initiativer, inn i foreningen.

Det er ikke Kristin H-S selv, men andre i Momentum-miljøet, som gjør Livsgledes medarbeider oppmerksom på at hun sliter med revmatisme i tillegg til de andre tingene. Når hun blir konfrontert med det, forklarer hun at revmatismen er en medvirkende årsak til at hun er uføretrygdet siden 2006.

Andre oppdager det raskt, og hun selv er seg det bevisst, at Kristin H-S har godt humør. "Det har reddet meg, humoren og humøret har reddet meg," sier hun.

Motionfoot
med hydraulisk fotledd

Motion foot er en ny fot med helt unike funksjoner som lever opp til de krav du stiller.

Den gir mulighet til å gå stabilt både i bakker og på plant underlag fordi beveligheten i fotleddet er 50 grader. Man kan lett justere motstanden i fotleddets bevegelse samt låse den i nøytral posisjon, f. eks. til bilkjøring.

CENTRI®

For mer informasjon, kontakt din ortopediingeniør eller Centri AB,
centri@centri.se eller www.centri.se,
telefon +46 8 505 332 00



Velvillige hjelpere bidrar t

Enda en gang stoppet vandreutstillingen Livsglede opp et sted i Norge for å vise frem sine store sort-hvitt-fotografier av livsglade amputerte. Og enda en gang hadde lokale krefter stilt velvillig opp for å muliggjøre en slik fremvisning.

F. Dahl (tekst)
Hans Hekneby Reinertsen (foto)

Det er ikke nok at Momentum, utstillingens eier, gjerne vil vise frem noen av sine amputerte på denne måten; for dette formål er Momentum avhengig av at krefter utenfor arm- og benproteseforeningens egne rekker stiller lokaler til disposisjon og på andre måter er med på å legge forholdene til rette.

Da Livsglede i perioden 20. oktober – begynnelsen av desember gjorde opphold i flerbruksanlegget Terningen Arena i Elverum kommune, var det etter medvirkning ikke bare fra Momentums lokale mann Rune Søstuen og andre Momentum-medlemmer, men også fra arenaens prosjektkoordinator Trond Hagen samt Elverums ordfører Erik Hanstad.

“En veldig koselig start”

Det finnes minst én grunn til at Høyre-ordfører Hanstad kan tenkes å ville huske Livsglede-utstillingen spesielt godt: Den offisielle åpningen av utstillingen var det nettopp han som sto for, og attpåtil var åpningen den da nyvalgte ordførerens første offisielle oppgave.

Kanskje ikke det ordfører Hanstad i fremtiden vil bli husket best for av historieskriverne, men som han sier: “Det var i hvert fall en veldig koselig start.”

Like før åpningen hadde Hanstad gjort en annen innsats til fordel for utstillingen, ved at han hadde sørget for å gi den en fyldig omtale på Elverum kommunes nettsider, og ved å gi et par lokalaviser tips om utstillingen som nå var kommet til stedet – tips som kanskje bidro til den dekningen utstillingen fikk i disse avisene.



Familien Søstuen – datteren Lene samt foreldrene Liv Karin og Rune – var blant de tilstede ved åpnet vandreutstillingen Livsglede i Terningen Arena. Rune holder frem et eksemplar på

”Nils-Odd Tønnevoll (Momentum-frontfigur gjennom mange år og i sin tid initiativtager til vandreutstillingen, red. anm.) ble forundret da jeg tok rol-

len som en slags pressekontakt,” sier Hanstad med humor i stemmen.

I sin forklaring på at han opplevde det



Hmmm... en annerledes utstilling. Den tjener til ettertanke, og kanskje litt ekstra livsglede, blant folk som tar den i nærmere øyesyn.

il Livsgledes vandring



deværende da Elverums ordfører, Erik Hanstad, hvordan utstillingen ble omtalt i lokalpressen.

som fint å stille opp, sier Hanstad: "Når det skjer noe positivt i kommunen, er det viktig at vi prøver å kommunisere det ut."



Inger Achmed Groven (t.h) var i sin tid med på å dra i gang Momentum. Her står hun ved siden av et bilde av seg selv. Hun sitter foran på hesten. Oda Landheim (t.v.) sitter bak på hesten.



Trond Hagen, prosjektkoordinator i Terningen Arena, var blant dem utenfor Momentums egne rekker som bidro til at Livsglede kunne vise seg frem i Elverum.

Hanstad er fysioterapeut og forteller at han i årenes løp har hatt amputerte blant sine pasienter. Hans beskriver Livsglede som "en flott utstilling" og tilføyer: "Jeg synes det er imponerende at de, modellene, stiller opp og ufarliggjør et slikt tap som de har hatt. Det å snu en slik tapsopplevelse til noe som har et positivt budskap, tror jeg er viktig."

For øvrig er ordfører Hanstad den første til å trekke frem at Terningen Arena-mannen Trond Hagen kanskje var en vel så betydelig bidragsyter som ham selv til utstillingsarrangementet.

"En arena for alle"

Hagen for sin del sier at det inngår i jobben å gjøre hva han har gjort i Livsglede-sammenheng. Når det er sagt, forteller han at han allerede for over et år siden, før Terningen Arena ble offisielt åpnet tidlig i januar i år, ble kontaktet av Momentums Rune Søstuen angående et mulig Livsglede-opphold i Elverum. Og som Hagen sier: "Det passet fint inn i den folkehelse tanken vi har, vi skal være en arena for alle."

Hagen forteller at den nå knapt ett år gamle arenaen først og fremst tjener

som høyskole innen helse- og idrettssutdanning, men at den også tilbyr lokalsamfunnet idrettsanlegg og lokaler for ulike arrangementer. Et eksempel: Tidlig i januar skal en dobbeltlandskamp i herrehåndball mellom Egypt og Norge avvikles i arenaen.

Det var en bærende tanke i planleggingen, understreker Hagen, at arenaen skulle bli universelt utformet, altså velegnet som brukersted også for andre enn de aller sprekeste. Nok kunne arenaen ideelt sett blitt enda bedre i så måte, mener Hagen, som imidlertid sier at "jeg synes vi er kommet ganske langt, jeg føler vi har fått bra tilbakemeldinger, for eksempel fra funksjonshemmedes foreninger."

Hagen – som har vært gymlærer og i den sammenheng har hatt med funksjonshemmede å gjøre – stilte på vegne av arenaen lokaler vederlagsfritt til dispo-

"Det å snu en slik tapsopplevelse til noe som har et positivt budskap, tror jeg er viktig"

Erik Hanstad, ordfører

sisjon for Momentums vandreutstilling, bidro til litt PR omkring den og sto for bevertningen under åpningsseremonien.

Neste stoppested: Otta

For Inger Achmed Groven fra Dovre, en av dem som i sin tid var med på å dra i gang Momentum, ble vandreutstillingens opphold i Elverum en helt spesiell opplevelse: Til tross for sine mange år i Momentum, var dette første gang hun så utstillingen, som inkluderer et bilde av henne selv, og hun ble så inspirert at hun straks tok initiativ til at dens neste stopp måtte bli på Otta.

"Jeg sa at jeg vil ha den til Otta," konstanterer hun.

Og på Otta, nærmere bestemt i det ganske nye kulturhuset der, står den nå. Åpningen der fant sted 5. desember, og Livsglede skal stå der til utgangen av januar.

Ny og kostbar teknologi, en investering i arbeidsførhet:

På jobb med et annerledes kne



"Du får ikke noen større lastebil enn denne," sier Kjetil Hammeren. Bilens digre svanehenger er ment for transport av gravemaskiner og andre anleggsmaskiner, eller for den saks skyld militære tanks. "Alt som er stort og tungt," forklarer Hammeren.

Venstrebenet ble skåret av ham etter en arbeidsulykke for fire-fem år siden. Men en lårprotese med et spesielt avansert elektronisk kne i midten hjelper Kjetil Hammeren til å fungere nær sagt som en apekatt med både armer og ben i behold.

Flemming Dahl (tekst)
Hans Hekneby Reinertsen (foto)

Bare det å komme opp i og ned fra førerhuset i det digre droget av en lastebil han har som arbeidsplass, kan være strevsomt for nær sagt hvem som helst. Men denne Hammeren utfører klatreturen, opp og ned, tilsynelatende uten det minste besvær – og mange ganger i løpet av en arbeidsdag.

"Jeg driver med akkurat det samme som jeg gjorde før ulykken," sier Hammeren, 48 år, fra Rælingen og, som han sier, "lykkelig samboer med bikkja mi." Vel, han presiserer at han er i bare 30 prosents jobb, dog ikke uten håp

om å kunne øke prosentandelen etter hvert.

Veldig dyrt, og ikke for alle

At kneet er spesielt avansert, går Lars Adde, adm. direktør i OCH ortopedi AS, god for. Adde sier at kneet – et batteridrevet elektronisk protese-kne som er levert av Otto Boch og i Norge har en prislapp på rundt 350 000 kroner – er ganske nytt på verdensmarkedet, at det er blant de mest avanserte elektroniske knær som i dag kan oppdrives og at det skal letes godt for å finne andre enn Hammeren i Skandinavia som har tatt det i bruk.

Men tro ikke at Adde vil anbefale enhver låramputert å ønske seg et slikt kne. Hans forklaring er at langt fra alle låramputerte kan nyttiggjøre seg av et slikt kne, at kneet er ment kun for dem som dokumenterbart, etter nøye testing og utprøving, fungerer bedre med dette enn med et mindre avansert kne – eksempelvis et hydraulisk kne av den typen Hammeren opprinnelig gikk med, eller et mindre avansert elekt-

ronisk kne som det Hammeren en tid gikk omkring med før han tok i bruk det han nå benytter.

"Ingen er tjent med at en bruker får et hjelpemiddel hun eller han ikke kan nyttiggjøre seg," sier Adde, idet han poengterer at et 350 000 kroners kne for de fleste låramputertes del vil være ikke anbefalelsesverdig og dermed representere unødvendig pengebruk for den som betaler, og i Norge vil det gjerne være det offentlige.

Bra, bedre, best...

Når Hammeren har nytte av kneet, er det ifølge Adde fordi denne lastebilsjåføren fungerer klart bedre med det enn med et mindre avansert kne. Det bidrar, presiserer Adde, til å holde Hammeren i inntektsbringende arbeid, altså lengst mulig bort fra full uføretrygd. "Samfunnsøkonomisk er dette genialt," sier Adde, som tilføyer at OCH og andre ortopediverksteder lever av antall timer og ikke tjener hverken mer eller mindre på et dyrt kontra et mindre dyrt hjelpemiddel.

Hammerens selv sier at forskjellen var nesten som natt og dag da han skiftet ut det hydrauliske kneet med det første elektroniske - og så nesten som natt og dag, én gang til, da han tok i bruk 350 000 kronerskneet.

”Det kjennes mye tryggere å gå på. Du slipper å tenke på alle forholdsregler du må ta for ikke å dette så mye,” sier Hammeren. Han viser til at han ikke bare skal opp i og ned fra førerhuset, men at han også hyppig setter seg til i en eller annen anleggsmaskin for å kjøre den på eller av svanehegeren.

Hammeren forteller at han har hatt motoriserte kjøretøyer som lidenskap fra guttedagene av og at det knapt finnes et slikt han ikke kan kjøre. Han er av den typen som gir inntrykk av å se muligheter fremfor vanskeligheter, forteller at han definitivt ville tilbake i jobben etter ulykken - og var det et halvår etter at benet ble tatt.

En fleksibel arbeidsgiver

Optimistisk anlagt, altså, dessuten glad i jobben og utstyrt med et dyrt kne – og i tillegg har han en arbeidsgiver som ikke ga ham opp da arbeidsulykken var et faktum. Om Skoveng Transport, sier Hammeren:

”Det er vel verdens mest fleksible arbeidsgiver, vil jeg tro. Han har vært fleksibel fra dag én.”



Forskjellen mellom knetyper kan oppleves som natt og dag, ifølge Kjetil Hammeren.

Støtt Momentum og spar skatt



I Norge er det i dag ca. 5000 personer som mangler arm og/eller bein som følge av dysmeli, sykdom eller ulykke. Ved å støtte vårt arbeid økonomisk hjelper du oss å hjelpe flere amputerte og pårørende.

Hvorfor bør du støtte Momentum?

– du støtter en god sak og får skattefradrag.

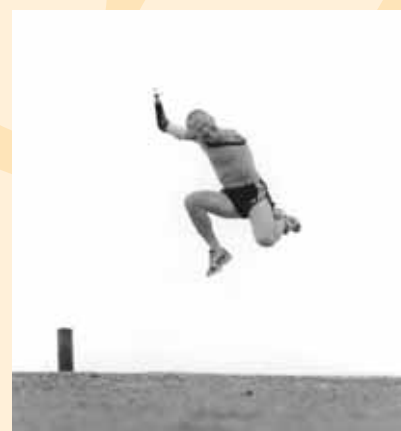
Dette er fordi Momentum er på listen over godkjente organisasjoner som du kan gi en gave til og få skattefradrag.

Slik gjør du:

Overfør din gave til Momentums konto 9235.17.01406 og oppgi ”Gave” og ditt personnummer under ”Beløpet gjelder” og oppgi ditt navn og adresse. Resten går av seg selv. For øvrig har det offentlige bestemt følgende for at fradragsrett skal gjelde: Samlet gave må være minst kr 500 i løpet av inntektsåret per giver. Maksimalt fradragsberettiget beløp per giver er kr 12.000 per år (du kan gi mer enn dette, men vil kun få skattefradrag for de første 12.000).

Har du spørsmål? – kontakt

Momentums generalsekretær
Elin Holen De Capitani,
tlf 99 01 66 92, info@momentum.nu



Vurderer du å testamentere til Momentum?

– ring 4000 4360 eller send e-post til info@momentum.nu, så sender vi deg et lite hefte som beskriver hvordan du går frem.

Momentum driver et omfattende landsdekkende arbeid for å gjøre hverdagen til amputerte og pårørende bedre.

Blant de mange oppgavene er besøkstjeneste/likemannstjeneste ved sykehus og opptreningscenter, store og små sammenkomster, kurs og opplæring av frivillige og tillitsvalgte, lobbyvirksomhet overfor politikere for å oppnå bedre kår, spredning av livsglede og fjerning av barrierer gjennom visning av utstillingen Livsglede, utgivelse av medlemsbladet Livsglede, drift av organisasjon nasjonalt og i fylkene.



Julebord om bord



Et besøk på broen ble det også. Her sees hva Marit beskriver som "en del av de nyutdannede kapteinene", les Momentum-medlemmer, sammen med den faktiske kapteinen og et par av hans folk. Foto: Marit.

Spar penger - få rabatt på overnatting og møterom

Ta kontakt med hotellet du ønsker å benytte eller direkte med oppført kontaktperson - oppgi avtalekoden. God tilgjengelighet til hotellene er ett av FFOs mål med avtalene.

Mer informasjon

Les mer om hotellavtalene på www.ffa.no/hotellavtaler

Rabattene gjelder både private opphold og Momentum-arrangementer.

Hvordan bestille hotell?

Choice Hotels
(avtalekode CH14660).
Kontaktperson: Mette Snekvik
Telefon: 22 40 13 61 eller
e-post: mette.snekvik@choice.no

Scandic Hotels
(avtalekode D000004481).
Kontaktperson: Mads Eliassen
Telefon: 23 15 50 51 eller e-post:
mads.eliasen@scandichotels.com

Thon Hotels
(avtalekode FFO).
Kontaktperson: Line Raaen
Telefon: 23 08 00 15 eller e-post:
line.raaen@thonhotels.no

Marit Havre Nilssen, Hordaland, har oversendt Lesertorget en minireportasje fra et annerledes julebordopplegg – og samtidig de priser hun har oppnådd hos Hurtigruten for Momentum-medlemmer som måtte ønske å ta seg en tur.

Momentum Hordaland tok i år en julebordtur med Hurtigruten, Bergen-Trondheim tur-retur.

Vi reiste fredag og var hjemme i Bergen igjen mandag. Sjøen var som et speil, og fullmånen speilet seg i den.

Vi hadde en flott tur med mye god mat; det ble også et besøk på broen for å hilse på kapteinen og hans offiserer.

De var utrolig hyggelige og forklarte og svarte på spørsmål angående navigering mm. Det var veldig interessant og litt moro, og vitsing ble det også tid til der oppe.

Hilsen fra Marit

Kanskje noen lar seg friste...

Hurtigruten vil gi medlemmene i Momentum betydelig rabatt på rundtur Bergen-Kirkenes-Bergen, en tur på 11 dager.

Tilbudsprisene gjelder pr. person i 2-sengs lugar inkludert full pensjon (normalprisen står i parentes). Det er mulig og ta familie og venner med for samme tilbudspris. Begge skipene har en del handikapp-lugarer. Det anbefales å være tidlig ute med bestilling ved behov for det (husk å oppgi dette ved bestilling).

11.04.2012

Ms Nordlys

Bookingref. UUA07

innv. I2-lugar kr 10 710 (15 064)

utv. N2-lugar kr 11 995 (16 899)

utv. P2-lugar dekk 6 kr 12 868 (18 147)

14.04.2012

Ms Trollfjord

Bookingref. UXW39

innv. I2-lugar kr 11 436 (15 064)

utv. N2-lugar kr 12 818 (16 899)

utv. P2-lugar dekk 6 kr 13 748 (18 147)

Alle bestillinger til BI- Reiser på tlf. 992 18 112. E-post: bin@bi-reiser.no Det er viktig og oppgi bookingreferansene for å få disse prisene, da de er gitt spesielt til medlemmene i Momentum.



Hurtigruten representert ved MS "Polarlys". Foto: Ethan79/Wikipedia

Gøy på camp i Sverige

Hans Emil Møller-Hansen, styrelederen i Momentum, har oversendt Lesertorget denne rapporten.

Össur Amputee Camp i Jönköping, Sverige, 20-23. 10. 2011 var et helt nytt aktivitetsarrangement, visstnok det første i sitt slag i Skandinavia, med deltagere fra Sverige, Danmark og Norge.

Samlingen var kun for benamputerte, og det kom 47 benamputerte deltagere i alle aldre fra første skoleklasse til godt voksne. En meget positiv opplevelse.

Et veldig populært innslag var gymnastikk til musikk, en slags aerobics, tilrettelagt for amputerte. Alle deltok, enten med eller uten protese og rullestol. Kjempegøy å oppleve at aerobics også er for meg. Hadde ikke tenkt tanken at slikt var mulig for meg som er låramputert.

På ettermiddagene kunne vi velge å trene golf, trene på sykkel, svømme i basseng, øve på å gå med staver, og styrketrening. Tilbud for alle. Vi lærer veldig mye av å være sammen på slike steder.

Arrangementet var meget vellykket og vil bli arrangert på ny. Da melder jeg meg på igjen. Dette var gøy. Der var det livsglede.

Hans Emil

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

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

OCH
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

Hun øyner en bedre hverdag for armamputerte

Helsevesenets oppfølging av armamputerte kvinner og menn kan bli bedre, til fordel for deres funksjon og velvære og dermed også for samfunnsøkonomien, mener assistentlege og doktorgradsstipendiat Kristin Østlie.

Flemming Dahl (tekst)
Hans Hekneby Reinertsen (foto)

I over fem år har Kristin Østlie (38) arbeidet med sitt doktorgradsprosjekt, der hun setter søkelyset på rehabilitering av armamputerte her i landet.

"En av mine konklusjoner så langt er at det vil være relevant å få laget enhetlige retningslinjer for rehabilitering av armamputerte," sier Østlie i et møte med Livsglede.

I sitt forskningsarbeid med doktorgradsavhandlingen har hun lest relevant faglitteratur, hun har kartlagt og intervjuet og testet armamputerte, og hun har trukket noen konklusjoner.

Hun har konsentrert seg om voksne mennesker, på over 18 år, som er amputert enten i håndleddet eller høyre opp, hvilket vil si at fingeramputerte ikke er med i prosjektet.

De aller fleste er menn

Blant det hun har funnet er at det

finnes over 400 mennesker her i landet i den aktuelle kategorien, at fire av fem blant disse er menn, at flertallet er amputert i forholdsvis ung alder, at arbeidsulykker i stor grad er årsak til armamputasjoner blant menn og at trafikkulykker i stor grad er årsak til armamputasjoner blant kvinner.

"De fleste som blir armramputert er forholdsvis unge når de blir skadet, og som regel er ulykker årsaken," summerer Østlie, som også trekker frem at armamputerte i langt mindre grad enn benamputerte sliter med det hun kaller "tilleggssykdommer."

Blant det øvrige hun har funnet er at armamputerte likevel i større grad enn den såkalte "normalbefolkningen" sliter med muskel- og skjelettplager, at graden av aktiv protesebruk blant dem er varierende, at de i forholdsvis liten grad benytter seg av helsetjenester, men også at de – i den grad de benytter seg av dem – finner helsetjenestene nyttige.

I september leverte hun sin avhandling til Universitetet i Oslo (Det medisinske fakultet, Institutt for helse og samfunn). Komiteen som vurderer den vil ventelig innen årets slutt si ja eller nei til å la henne forsvare avhandlingen offentlig, disputere den, som det heter.

Hun håper, men tar det ikke for gitt,



Det har ikke gått fagfolk ute i verden hus forb og hun er invitert til å holde foredrag under en

at svaret vil bli ja. Om tidspunktet for den mulige disputasen, sier hun: "Jeg håper det blir i februar."

Verden får vite hva hun vet

Selv uten doktorgraden endelig på plass, er hun blitt etterspurt av fagfolk ute i verden:

Arrangørene av en konferanse, Biometrics-2012, som på sen vinteren skal finne sted i Omaha, Nebraska i USA,



at Kristin Østlie har satt søkelyset på armamputerte. Hun har fått publisert artikler i internasjonalt anerkjente fagtidsskrifter, og konferanse i USA.

har invitert henne til å holde foredrag innen sitt fagfelt. Og det internasjonalt anerkjente fagtidsskriftet Archives of Physical Medicine and Rehabilitation har bedt henne være såkalt "reviewer" for en artikkel det har mottatt, altså være blant en gruppe kritikere som skal avgjøre om artikkelen er god nok til å bli publisert.

Hun ser invitasjonene som bekreftelser på noe hun ante før hun gikk i gang med sin doktorgradsavhandling og

som hun har funnet dokumentasjon på i arbeidet med den, nemlig at det rundt om i verden er utført forholdsvis lite forskning på rehabilitering av armamputerte og på andre forhold knyttet til denne pasientgruppen - lite sammenlignet med det som er utført av forskning på benamputerte. Dette ser hun i sammenheng med at det både i Norge og andre land er langt færre armamputerte enn benamputerte.

Det finnes en sannsynlig forklaring

på at folk ute i verden er blitt kjent med hennes møysommelig ervervede kunnskaper, og den ligger i at hun som ledd i forskningsarbeidet er kommet gjennom de nåløyer som må passeres for å få artikler publisert i anerkjente fagtidsskrifter. Hun har - sammen med blant andre kollegene Beate Garfelt (overlege), Rosemary Franklin (fysioterapeut) og Ingrid Lesjø (ergoterapeut) - hatt to artikler på trykk i Dis-

Fortsetter neste side

ability and Rehabilitation samt to i det nevnte Archives of Physical Medicine and Rehabilitation, foruten én på trykk i Disability and Rehabilitation: Assistive Technology.

Ikke hennes egen idé, men...

Etter legeutdannelsen i Oslo, turnustjeneste på Sunnmøre og sykehussansettelse i Elverum, begynte Østlie – opprinnelig fra Toten på vestsiden av Mjøsa - tidlig i 2003 som lege i Avdelingen for Fysikalsk medisin og rehabilitering ved Sykehuset Innlandet HF på Ottestad ved Hamar, der hun fortsatt er ansatt. (Dysmeli- og amputasjonsteamet her, kjent for å ta seg av armamputerte, vant Momentumprisen 2011 innen kategorien "Årets rehabiliteringsteam", som omtalt i Livsglede nr. 2, 2011).

Østlie forteller at hennes sjef Beate Garfelt i 2005 spurte henne om hun hadde lyst til å forske, hvorpå Østlie, slik hun husker det, først svarte at "nei, jeg er jo kliniker", for snart å la seg friste til likevel å si ja, med den

"Det vil være relevant å få laget enhetlige retningslinjer for rehabilitering av armamputerte"

følge at arbeidet med doktoravhandlingen kom i gang.

"Jeg skal ikke skryte på meg at det var min idé i utgangspunktet, men det er jo blitt veldig mitt prosjekt," sier Østlie.

Hun er kommet frem til at helsevesenets oppfølging av armamputerte her i landet er høyst ulik fra sted til sted, noe hun ser i sammenheng med manglende kunnskaper om hva som er optimale rehabiliteringsopplegg.

Idet hun ytrer håp om at hennes arbeid vil spore til enhetlige retningslinjer, en slags nasjonal standard, for rehabilitering av armamputerte, poengterer hun at slike retningslinjer bør ha som mål at armamputerte i størst mulig grad opprettholder sin fysiske



God opplæring i bruk av proteser er blant alt det som kan bidra til å gi armamputerte en bedre hverdag, mener Kristin Østlie.

funksjonsevne – med den følge at de får en bedre hverdag og at flest mulig av dem deltar i yrkeslivet.

Hun ser med andre ord at hun med sitt arbeid kan ha gitt et aldri så lite bidrag til en bedre verden.

"Ja, for de armløse har jeg tenkt at den skal bli det. Dessuten vet vi jo at samfunnsøkonomien nyter godt av at mennesker har en god hverdag og deltar aktivt i yrkeslivet."

Nils-Odd, æresdoktor ved skotsk universitet

Under en høytidelig seremoni ble Nils-Odd Tønnevoll, frontfigur gjennom mange år i Momentum, utnevnt til æresdoktor i finans ved universitetet der han studerte til siviløkonom – det anerkjente Heriot-Watt University i Edinburgh, Skottland.

Både hans arbeid med å forbedre investeringsrådgivning til beste for kunden og hans innsats for å gi amputerte en best mulig hverdag inngikk i begrunnelsen da Nils-Odd 17. november ble tildelt æresdoktoratet. I en oppsummering fra universitetet heter det at Nils-Odd ble tildelt "an Honorary Doctorate in recognition of his outstanding entrepreneurial achievement and leadership in the field of investment management and for his philanthropic work as an inspirational role model for individuals overcoming disability." (Les om Nils-Odds studie- og arbeidsår i Skottland, og hans arbeid for Momentum, i Livsglede nr. 2 – 2010).

Da nykreerte Dr. Tønnevoll hadde ordet under seremonien i Edinburgh, takket han familie og venner, skotsk helsepersonell, universitetets ansatte, tillitsvalgte i Momentum og sine kollegaer i firmaet Connectum for hjelp og støtte. Så henvendte han seg til sine medstudenter og øvrige i salen og oppfordret:

"Stå på og oppnå det beste du kan. Du kommer til å møte utfordringer – det gjør vi alle fra tid til annen. Ikke la det få overtaket på deg. Gi aldri opp. Ikke sutr og klag, ikke vær bitter, men tilgi og vær positiv, se mulighetene og stå løpet ut, tro mot dine verdier og holdninger. Og ... tenk på hva DU KAN GJØRE for å gi noe tilbake som kan gi andre et godt liv".

I lys av Heriot-Watt-universitetets



Dr. Nils-Odd Tønnevoll flankert av (t.v. i bildet) Professor Stephen Chapman (Principal and Vice-Chancellor of Heriot-Watt University) og Dr. Peter L. Wilson (tidl. administrativ leder ved universitetet). Foto: Heriot-Watt University



Venner og forretningsforbindelser deltok i mottagelsen i Oslo. Dr. Nils-Odd Tønnevoll og den britiske ambassadøren, HE Jane Owen, til høyre i bildet.
Foto: Hans Hekneby Reinertsen.

bånd til Norge og Nils-Odds bidrag til å utvikle britisk-norske forretningsforbindelser, fremstår det som naturlig at æresdoktorutnevnelsen ble markert i ettertid med en mottagelse i den britiske ambassadørs residens i Oslo. Mottagelsen markerte samtidig at Richard Scott, som sammen med Nils-Odd etablerte investeringsrådgivnings-selskapet Connectum Capitala Management AS, er medforfatter av en ny bok, "The 7 Secrets of Money: The insider's guide to personal investment success." Mottagelsen i Oslo samlet venner og forretningsforbindelser – og der, som i Edinburgh, vanket lovord og gratulasjoner en masse.

Mange av Nils-Odds venner vet allerede om noe som nå, i forbindelse med æresdoktoratet, er en refleksjon verdt: I sitt første studieår i Edinburgh ble

Nils-Odd påkjørt, med amputasjon av begge bena som resultat. På tross av seks måneders sykehusopphold, rehabilitering og ytterligere operasjoner i etterkant gjennomførte han siviløkonomstudiet på normert tid, gikk ut blant de ti beste og leverte universitetets beste særoppgave. Også da han senere tok MBA ved Strathclyde University i Glasgow briljerte han, gikk ut som nest best i kullet og skrev beste Masteroppgave.

Kun tre nordmenn er tidligere utnevnt til æresdoktor ved Heriot-Watt University: Kong Harald, Dronning Sonja og skipsreder Fred. Olsen.

(Nils-Odd er ansvarlig redaktør i Livsglede og ble "sendt på gangen" da det ble redaksjonelt bestemt at hans æresdoktorat skulle omtales i bladet.)

Slik kan det gjøres...

Lav høyde på resepsjonsdisken betyr at også gjester som sitter i rullestol når opp – og den lave høyden var én av mange faktorer som lå til grunn da hotellet vant Innovasjonsprisen for universell utforming.

Det prisvinnende hotellet heter Scandic Oslo Airport, ligger nær hovedflyplassen på Gardermoen og åpnet dørene i fjor. Bak prisen står Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet, i samarbeid med Norsk Designråd.

Et ønske om på å legge forholdene til rette også for andre enn dem som nær sagt i alle henseender er for funksjonsfriske å regne, var et utgangspunkt da hotellet ble reist.

Under prisoverrækkelsen i Oslo i november fikk flere parter, som på ulike måter har medvirket til at hotellet er blitt som det er, så å si hver sin bit av prisen: Arkitekterna Krook Tjäder, Narud Stokke Wiig Sivilarkitekter, Tupelo Arkitektur, Norges Astma- og Allergiforbund samt Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon.

Mest i fokus kom selve hotellet, representert ved adm. direktør Wendel Holdener. "Prisen er et tegn på at vi har lyktes," sa han.

Fra ord til handling

Direktøren var ikke alene om å gi uttrykk for glede. Blant de andre som gjorde det, var barne-, likestillings- og inkluderingsminister Audun Lysbakken. Han viste til de mange deltagerne i priskonkurransen og sa:

"Vi ser at Norge blir universelt utformet innenfor mange sektorer og at ord faktisk har blitt til handling. Det er jeg som ansvarlig statsråd veldig stolt over."

Juryen, ledet av tidligere miljøvernminister Guro Fjellanger,



"Et eksempel til etterfølgelse," sier juryen om hotellet Scandic Oslo Airport. Foto: Johnny Syversen.

uttaler at "for å møte syns-, hørsels- og bevegelseshemmedes behov, har hotellet blant annet ekstra god belysning og fremkommelighet, visuelle alarmer, telefoner med telleslynge og opplegg for lading av el-rullestoler. For å inkludere mennesker med astma, allergi eller annen overfølsomhet, har hotellet teppefrie rom, allergivennlige tekstiler og gjennomført bruk av maling og materialer med minimal kjemisk avgassing."

Noe å leve opp til

Juryen finner det "ekstraordinært at man har utviklet et eget opplæringsprogram for ansatte og et system for å ivareta, følge opp og forbedre de gode, universelle løsningene."

Den poengterer dessuten at "man har tatt hensynet til alle brukergrupper inn i forretningsstrategien og på den måten styrket sin konkurransekraft vesentlig. Satsningen gir et viktig signal til norsk næringsliv og er et eksempel til etterfølgelse for både private og offentlige aktører."

Ortopedisk Service

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

**Timebestilling:
32 83 04 15**

 **Drammen
Ortopediske
Institutt a.s**

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

erimed

DICTUS[®]

— The Dictus Band —

Gå inn på YouTube søkeord Dictus Band
så får du gode råd og tips.



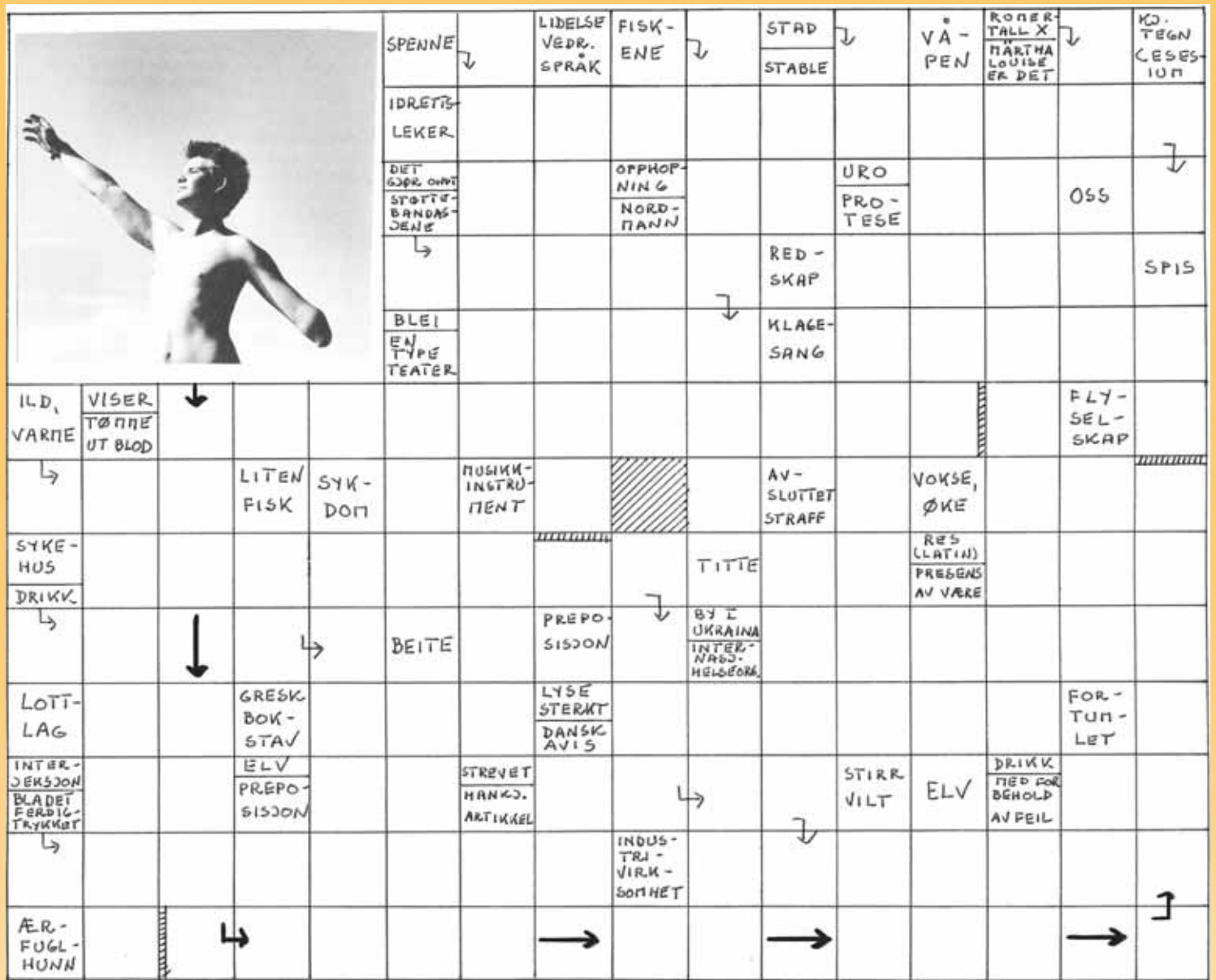
 **soleus**[™]

For en joggetur eller en
tur i skogen. Soleus er
det riktige valget.



www.erimed.se

order@erimed.se, Tel +46 (0)8 449 56 50



Finner du kryssord-løsningen?

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

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

Send løsningen til:

Kryssordløsning,
Momentum,
Pb 69 Skøyen
0212 Oslo

Løsning
kryssord
nummer 3 - 2011

Kryssord-produsent:
Rolf Bangseid



webbkatalogen
www.nordicortopedica.se



www.nordicortopedica.se

Nordic Ortopedica AB | Rubanksgatan 9 | SE - 741 71 Knivsta
Phone: +46(0) 18 34 92 91 | Fax: +46 (0) 18 34 92 90 | info@nordicortopedica.se

nordiCrtopedica

Vår avdeling i Telemark er nå åpnet. Fra desember 2010 er vi å finne i moderne lokaler i Storgata i Porsgrunn. Nye og gamle protese pasienter ønskes velkommen!

*beste funksjon og livskvalitet
for den enkelte*

Sandefjord:
Lingelemveien 65
3225 Sandefjord

Porsgrunn:
Storgata 118
3921 Porsgrunn

Telefon: 33 45 45 33
e-post: info@teknomed.no
www.teknomed.no

Fri utfoldelse er vår spesialitet

Kunnskap om brukerens behov er nødvendig for å finne den beste løsningen.

Vi har i en årrekke spesialisert oss på armproteser. Det er vi alene om i Norden. Fordi vi tar kunnskap og fornyelse på alvor, har vi muligheten til å være først med nyvinningene og kan tilby den beste løsningen for hver enkelt.

NTOD 
I samarbeid med **ORTOCARE**



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

Alt innen
ORTOPEDISKE
hjelpemidler

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

www.ortopediteknikk.no
Ryensvingen 6, 0680 Oslo

ORTOPEDITEKNIKK



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



En åpenbart glad og rørt Fredrik Johansen mottar en av mange gratulasjoner umiddelbart etter at han under Momentum-samlingen i Haugesund våren 2008 var utropt som Momentum-prisvinner. Foto: Hans Hekneby Reinertsen.

Ønsker God Jul!

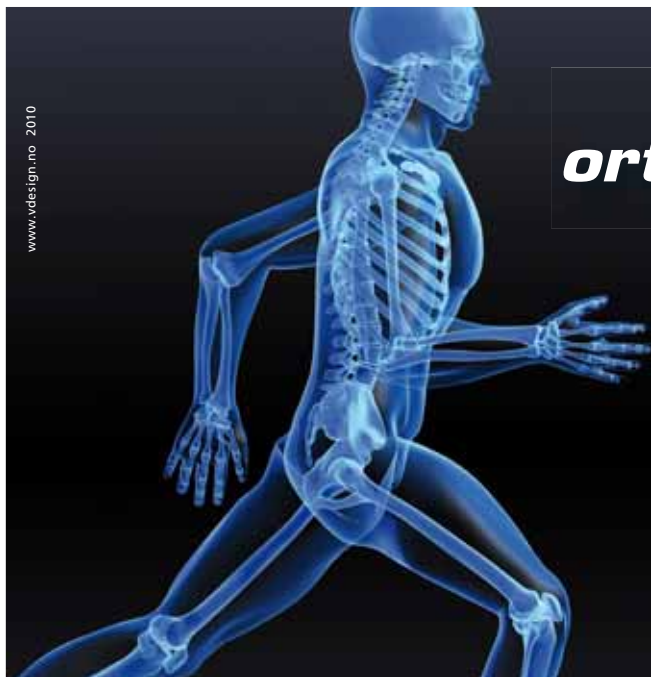


- et datterselskap av Oslo universitetssykehus HF

Sophies Minde Ortopedi AS

er totalleverandør av ortopediske hjelpemidler og tar imot pasienter fra hele landet. Selskapet består av 90 medarbeidere med høy fagkunnskap og kompetanse. Vi er en framtidsrettet virksomhet som er opptatt av å ligge i forkant både når det gjelder fag og bruk av moderne teknologi. Vår hovedavdeling ligger ved Oslo universitetssykehus avd. Aker. Vi har også avdelinger ved Oslo universitetssykehus avd. Rikshospitalet og avd. Ullevål. I tillegg har vi avdelinger i Drammen og på Hamar.

Vårt mål er å skreddersy den beste løsningen til den enkelte.



Vi leverer alle typer ortopediske hjelpemidler!

- Våre fagfolk hjelper deg til et mer aktivt liv

Ring oss!

tlf 75 50 74 20

eller se

ortocare-nordland.no



ORTOCARE

NORDLAND

Medlem av Ortocarekjeden

Gidsken Jakobsens vei 32, Bodø

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; støtteskiner
- Korsetter
- Ortopediske spesialsko
- Innleggsåler og fotsenger
- Varmehjelpemidler for kuldeintoleranse
- Kompresjonshjelpemidler for brannskadet hud
- Sitteskill

Tjenester

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

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

BUSKERUD TEKNISK
ORTOPEDI

Buskerud Teknisk Ortopedi AS
PB 3568 - 3007 Drammen

Besøksadresse: Buskerudveien 217
Tlf.: 32 80 93 93
Faks: 32 80 93 94
E-post: post@bto.no
Web: www.bto.no

Bli medlem? Adresseforandring?

Er du ikke medlem og ønsker å få bladet Livsglede? Eller har du endret adresse? Kontakt oss med opplysninger om:

Navn, adresse, telefon, mobil, e-post, evt. ny/gammel adresse osv. I tilfelle nytt medlem, ønskes Familiemedlem (amputert/protesebruker og alle i husstanden) kr 400 per år, Hovedmedlem (kun bruker) kr 300 per år, Støttemedlem (personlig støttemedlem for venner og helsepersonell) kr 200 per år, Bedriftsmedlem (institusjoner, verksteder og leverandører) kr 1000 per år. Ta kontakt slik det er enklest for deg - per telefon, e-post eller brev:

Momentum
Pb 49 Skøyen, 0212 Oslo
info@momentum.nu
Tlf: 4000 4360

Om Momentum

Momentum – foreningen for arm- og ben-protesebrukere – er til for å spre livsglede og inspirasjon og gjøre hverdagen bedre for protesebrukere og pårørende. Momentum betyr bevegelse fremover, og vårt motto er "Det er bedre å tenne et lys enn å forbanne mørket". Foreningen ble stiftet i 1996, har i dag over 700 medlemmer og er representert med lokallag i de fleste av landets fylker.

Åpent for alle

Medlemskap er åpent for alle – amputerte/protesebrukere og pårørende (familie, venner, alle som arbeider med og har interesse for rehabilitering av amputerte).

Dette får du

Som medlem får du bladet Livsglede tilsendt fire ganger i året, mulighet til å delta på weekender og sammenkomster til sterkt subsidierte priser, rabatt på møte-/hotellrom, hjelp i spørsmål knyttet til protesebruk, protesetilpasning, rehabilitering, rettigheter osv. Dessuten tilgang til noen å snakke og utveksle erfaringer med – noen som har kjent det på kroppen selv – etter prinsippet like hjelper like. Dermed slipper du å finne opp kruttet selv, du blir inspirert og motivert og fungerer bedre raskere. Momentums likemannstjeneste utføres av protesebrukere og pårørende som har møtt egne utfordringer og stiller opp frivillig for andre i samme situasjon – for en prat per telefon, under besøk på sykehus, på rehabiliteringssenter eller hjemme.

Bli likemann - gi noe tilbake



Husker du...

Alle de spørsmålene du hadde?

Alle utfordringene du trodde var uoverkommelige?

**At du lurte på hvor du kunne få ordnet med
det ene og det andre?**

**Følelsen av å være den eneste som
har det akkurat slik?**

Du kan få en nyamputert til å se at det meste
ordner seg og at livet er godt.

Å møte deg kan inspirere og motivere en
nyamputert til å se mulighetene fremfor begrensningene.

TA KONTAKT NÅ

Per tlf. 4000 4360 eller info@momentum.nu

Momentum landet rundt

Vi er til for deg og dine. Ta kontakt!

LOKALE LEDERE OG KONTAKTPERSONER:



Momentum Øst: Østfold, Oslo og Akershus:

Leder Oslo: SVEN-ERIK BLIDBERG
sven.erik.blidberg@momentum.nu T: 41 76 07 33
Likemannskontakt Momentum Øst:
KRISTIN HOLTER-SØRENSEN
kriholtesor@hotmail.com T: 99 71 97 56



Momentum Innlandet:

Leder/Likemannskontakt Hedmark:
RUNE SØSTUEN
rune.sostuen@momentum.nu
T: 98 28 33 56



Leder/Likemannskontakt Oppland:
INGER GROVEN
Ilka, 2662 Dovre
T: 99 02 22 08



Buskerud:

Leder/Likemannskontakt:
RANDI RAAEN
randi-raaen@ebnett.no - T: 90 58 40 32



Vestfold:

Leder: JAN HENRIK NYMOEN
jhn@hive.no - T: 33 33 11 94
Likemannskontakt: PAUL HAGEN
paul.hagen@momentum.nu
T: 98 28 33 58



Telemark:

BJØRN THORSEN
bjorn.thorsen@gda.no
T: 93 03 30 06



Momentum Sør:

Leder: HENRY GERHARD HØYLAND
henry.gerhard.hoyland@gmail.com
T: 38 35 26 18/47 83 94 62



Likemannskontakt:
Bjørge Nodeland
bjorge.nodeland@momentum.nu
T: 478 39 462



Rogaland:

Kontaktperson:
HELGE SVALESTAD
svaleh77@gmail.com
T: 99 03 05 07



Hordaland:

PER ARVID BUTZ
perbutz@broadpark.no
T: 56 33 16 94



Sogn og Fjordane:

FINN ATLE LEIRPOLL
fin-atle@online.no
T: 95 19 50 75



Møre og Romsdal:

RONNY STRANDBØ
rs@tussa.com
T: 90 79 92 78 (arb)



Momentum Nordland:

Leder: LILLIAN PERRET
(Ofoten/Sør-Troms)
perret@online.no
T: 91 76 11 81

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

JAN-HENRY SØBERG
(Vesterålen/Lofoten)
jan_henry48@hotmail.com
T: 91 32 65 70



Momentum Troms & Finnmark:

Leder/Likemannskontakt Troms:
HÅKON GEBHARDT
b-gebhar@online.no
T: 41 64 03 50



Likemannskontakt Finnmark:

JILL HELEN NILSEN
jillhnlsen@hotmail.com
T: 91 39 57 95

SPORTSKONTAKT:

KJARTAN HAUGEN
kjartan@haugen.org
T: 90 57 86 15

PÅRØRENDEKONTAKTER:

Østfold, Oslo og Akershus:

TURID S. BORNKESSEL
tusle@hotmail.com
T: 99 24 67 12

Hedmark og Oppland:

LIV KARIN SØSTUEN
livkarins@yahoo.no
T: 47 02 10 94

Hordaland:

MARIT HAVRE NILSSEN
hnmarit@frisurf.no
T: 92 03 06 16, 55 34 37 37

Sogn og Fjordane:

SIGRUN LEIRPOLL
sigrunn-leir@hotmail.com
T: 48 10 56 13

Nordland, Troms og Finnmark:

BENTE GEBHARDT
b-gebhar@online.no
T: 41 64 03 50

Rogaland:

ERLA EINARSDOTTIR
erla.einarsdottir@momentum.nu
T: 90 79 25 09

Agder:

MAGNE NODELAND
mnod@online.no
T: 47 89 84 54

Momentum

Tlf 40 00 43 60
info@Momentum.nu

Aktiv i arbeidet for et bedre helsevesen

Geir Bornkessel, den muntre mannen som har stukket seg frem som aktiv i Momentum, plasserer seg gjerne i fokus også i den store offentlighetens styre og stell.

Geir B sitter som nestleder i Brukerutvalget i Helse Sør-Øst RHF og holder ikke nødvendigvis munnet lukket under den møtevirkomhet dette vervet medfører.

Helse Sør-Østs nettsider rapporterte i høst at Regionalt Brukerutvalg og representanter fra helseforetakenes brukerrutvalg i regionen var samlet til sitt årlige fellesmøte 26. oktober og at Geir B der var blant dem som tok ordet.

Ifølge nettsidene stilte han noen spørsmål: "Får vi frem brukerstemmen? Er vi premissleverandører som kommer med forslag til løsninger, eller er vi et kontrollorgan som påpeker det som ikke fungerer?"

Han kom også med et ønske, slik refer-



*Geir B tar ordet både her og der.
Foto: Hans Hekneby Reinertsen.*

ert på nettsidene: "Mitt håp for denne dagen er at vi skal komme til en felles forståelse for hva vi som brukerrutvalg må prioritere i vårt arbeid, og at vi gjennom felles innsats skal bli enda mer kraftfulle."

Se gjerne Geir Bs ord under fellesmøtet som et forsøk på å gi et aldri så lite bidrag til at det i mange sammenhenger utskjelte helsevesenet her i landet kan bli bedre – eller, som noen vil foretrekke å si det, enda bedre.

Enklere å ta seg frem



Omtrent slik kan et fornyet Stortorvet i Oslo bli seende ut. Torget er kjent ikke minst som stedet der Oslo domkirke (øverst t.v.) ligger.

Illustrasjon: Norconsult for Bymiljøetaten i Oslo.

Ujevne gater, gamle trikkeskinner som inviterer til snubling...

Slikt medvirker til at mange, ikke minst personer med nedsatt funksjonsevne, finner det vanskelig å ta seg frem på trafikknutepunktet Stortorvet i Oslo. Men gjennom en planlagt universell utforming av torget, skal fremkommeligheten bli bedre.

Barne-, likestillings- og inkluderings-

departementets nettsted Universell utforming beretter at arbeidet med å bygge om torget skal starte kommende sommer.

På Stortorvet finnes en av landets travleste buss- og trikkeholdeplasser. "Det er til tider stor trengsel på hold-eplassen. For mange brukere er fremkommeligheten begrenset," skriver nettstedet.



MOMENTUM

Hovedstyret i Momentum

HANS EMIL MØLLER-HANSEN

Styreleder

h-moelle@online.no

T: 90 18 38 10

LIV KARIN SØSTUEN

Nestleder og nasjonal pårørendekontakt

liv.karin.sostuen@momentum.nu

T: 47 02 10 94

ELIN HOLEN DE CAPITANI

Generalsekretær (fung.)

elin.holen@momentum.nu

T: 99 01 66 92

TURID BORNKESSEL

Økonomiansvarlig

tusle@hotmail.com

T: 99 24 67 12

FINN ATLE LEIRPOLL

Fylkeslagskontakt

fin.atle@online.no

T: 95 19 50 75

HELGE BORGEVAD

Medlemspleie

helge.borgevad@cemex.com

T: 90 70 55 45

LILLIAN PERRET

Styremedlem

perret@online.no

T: 91 76 11 81

KJETIL BRAGSTAD

Styremedlem

k-brag@online.no

T: 48 60 19 74

KRISTIN HOLTER-SØRENSEN

Vararepr. og nasjonal likemansskontakt

kriholtesor@hotmail.com

T: 99 71 97 56

ICEROSS® MED SKREDDERSYDD FUNKSJON

• KOMFORT • STABILITET • SIKKERHET • HUDPLEIE



Med vår kunnskap og erfaring skreddersyr vi silikonets egenskaper, slik at det passer ulike brukerbehov og forutsetninger.

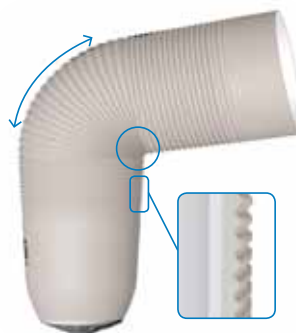
Alt for å sikre at ICEROSS®-hylsen alltid gir riktig funksjon til deg.

Velg mellom Comfort, Dermo og Synergy – forskjellige skreddersydde silikonblandinger for at tilgodese dine individuelle behov og ønsker.



Velg en Iceross med Aktiv hudpleie –

Össur tilsetter Aloe Vera og vaselin i silikonet for å forebygge og behandle hudproblemer



Velg en Iceross med Wave-funksjon –

Wave gir økt komfort ved stillesitting og bedre bevegelse til vanlig og ved mosjonsaktiviteter.

For mer informasjon, kontakt Össur Nordic, info@ossur.com eller teintveit@ossur.com, telefon 2261 5770.

WWW.OSSUR.COM



Life Without Limitations®