

Livsglede

BLADET FOR AMPUTERTE/PROTESEBRUKERE 2/2012

MEMLEMSBLAD FOR MOMENTUM, FORENINGEN FOR ARM- OG BENPROTESEBRUKERE

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

WWW.MOMENTUM.NU

LIV OG LYST I SARPSBORG 14-21

ANGSTEN BLE BORTE PÅ GÅSKOLEN 11-12

TAKK, HANS EMIL - VELKOMMEN, NILS-ODD 16-17

ottobock.

Quality for life

1C60 Triton



1C61 Triton
Vertical Shock



1C62 Triton
Harmony®



Triton Produktfamilie

Liv i rørelse

Når våre eksperter utviklet de nye Triton føttene arbeidet de med ingeniører og amputerte for å ta frem tre proteseføtter som gir veldig bra støtte både ved idrettsaktiviteter på fritiden og til hverdagsbruk.

Det raske og enkle systemet som gjør at føttene kan tilpasse seg brukerens individuelle behov skaper muligheter for en stor bevegelse, som gir brukerne aktiv kontroll over sine liv.

www.yourlife-youradventure.com



Inntil 100 kg
Størrelse 21–24 cm



Inntil 125 kg
Størrelse 25–30 cm



Inntil 150 kg
Størrelse 25–30 cm



MOMENTUMS ÆRESMEDLEM:
PRINSESSE MÄRTHA LOUISE

Livsglede 2/2012

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.tonnevold@connectum.no
Tlf. 92 20 16 26

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

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

Internett:
www.momentum.nu

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

Forside:
Livsutfoldelse under Momentum-
weekenden i Sarpsborg i april.
Foto: Hans Hekneby Reinertsen.

ISSN: 1891-3040



*“Det er bedre å tenne et lys
enn å forbanne mørket”*

Den enkeltes betydning

Noen sier at et enkelt menneske ikke kan forandre verden. De tar feil. Ikke tro at det ikke betyr noe hva du gjør og mener. Det betyr all verden.

Du kan forandre stemningen i din familie, din vennekrets, ditt nabolag, på din arbeidsplass osv. til det bedre. Dine verdier og din innsats kan forandre verden og gjøre den til et bedre sted.

Som nyvalgt styreleder er jeg opptatt av at vi alle som medlemmer i Momentum gjør vårt ytterste for å bidra til at flere amputerte og pårørende kan få det bedre.

Spør ikke hva Momentum kan gjøre for deg, men hva du kan gjøre for Momentum - altså for fellesskapet.

Ett nytt hovedstyre med underutvalg er på plass – fullt av energi og pågangsmot - og vi skal gjøre vårt for å gjøre en forskjell gjennom en velfungerende likemannstjeneste, ved å skape møteplasser, et levende medlemsblad, oppdaterte nettsider og nyttig, inspirerende informasjonsmateriell og et aktivt samfunnspolitisk engasjement.

“Spør ikke hva Momentum kan gjøre for deg, men hva du kan gjøre for Momentum – altså for fellesskapet”

Du kan og jeg og vi alle kan inspirere andre amputerte og pårørende til å gjøre det beste ut av det, spille våre kort best mulig og mestre mer.

Jeg skal gjøre hva jeg kan – vil du?

God sommer!

Livsglad hilsen

Nils-Odd Tønnevold
Styreleder

INNHold:

En rask prat med: Tor Aalberg	s. 4	Sarpsborg-weekenden	s. 14-21
Et blikk på: Hans H. Reinertsen	s. 6-7	Kryssordet.....	s. 20
Jette Schacks gåskolebudskap.....	s. 10-11	På joggetur med presidenten	s. 22-23
Lesertorget	s. 12	En vellykket reiseordning	s. 27

Enklere for alle å reise...

En ny veileder, nettstedet reisekjeden.no, skal bidra til virkeliggjøring av samfunnets intensjoner om å gjøre transportmidlene lett tilgjengelige for alle - ikke minst bevegelseshemmede, synshemmede, hørselshemmede og andre med nedsatt funksjonsevne.

Reisekjeden.no er utformet av Norsk Standard på oppdrag fra Samferdselsdepartementet og ble i mai åpnet av samferdselsminister Magnhild Meltveit Kleppa.

Veilederen er ment å bli brukt ikke minst av folk i det offentlige som kjøper varer og tjenester til universell utforming av samfunnet. Men også andre som er interessert i universell utforming innen transportsektoren skal kunne finne nettstedet nyttig.

En ting er jo å snakke - slik ikke minst politikere gjør - om at det å forflytte seg med det ene eller det andre transportmiddelet skal være enklest mulig for alle, noe annet er å legge til rette for det i praksis.

Det er lett å forestille seg at mange av dem som skal iverksette det politikerne beslutter angående universell utforming, trenger veiledning. Et nytt togsett, for å ta et eksempel, skal være universelt utformet, men det får redusert verdi hvis adkomstveiene til toget, samt informasjons- og billettsystemet knyttet til togreisen, ikke er universelt utformet, de også.

Om denne problemstillingen skriver reisekjeden.no:

"Universell utforming av infrastrukturen rundt en reise er viktig for at reisekjeden som helhet skal fungere så fritt for barrierer som mulig."



Eksempel på hva universell utforming innebærer: Et togsett tilrettelagt for rullestolbrukere får redusert verdi hvis ikke adkomstveiene til toget er tilsvarende tilrettelagt. Illustrasjonsfoto: F. Dahl.

En rask prat med... ...Tor Aalberg



Tor Aalberg.

Foto: UAV

Han var i arbeid som forskningsnekker da en arbeidsulykke i 2007 skadet ham såpass at det endte med en låramputasjon, høyre side. Men Tor Aalberg (53), som bor i Trondheim og er nylagt til Momentums hovedstyre, kom seg raskt på bena igjen. Han ser det i sammenheng med at han hadde god fysikk, ivrig amatørsyklist som han var. God fysikk har han åpenbart fortsatt, for han er forlenget tilbake på sykkelen. Etter at han før amputasjonen syklet Trondheim-Oslo ni ganger, skal han nå i juni legge ut på den samme turen. Aalberg er nå 50 prosent i arbeid, som ansvarlig for lærlinger, og 50 prosent ufør.

I egenskap av hovedstyremedlem, hva tar du sikte på å bidra med?

Hovedmålet mitt er egentlig å få folk

til å røre på seg og få et mer aktivt liv. Dette er iallfall noe jeg brenner for. Og så skal jeg ta meg av likemannsarbeidet i Trondheim, for det har kanskje vært for dårlig frem til nå.

Hvordan har du klart å takle amputasjonen så godt?

Det var vel kanskje målsettingen min da jeg lå på opptreningsplassen. Jeg satte meg klare mål om snarest mulig å komme meg tilbake i jobb og i sosial sammenheng, i familieliv og trening. Alt dette klarte jeg ganske fort. Jeg er jo ganske sta og egenrådig. Det hadde tatt lengre tid, garantert, hvis jeg ikke hadde vært godt trent på forhånd.

Et godt råd til nyamputerte?

Det er vel å treffe noen som har vært ute for det samme. Man har så mange spørsmål, det er fint å treffe en likemann, det er kjempeviktig.

Takk til sponsorer

Fem virksomheter ga økonomisk støtte til Momentums weekend-samling i Sarpsborg i april.

To av dem ønsker å være anonyme, de tre andre er, nevnt i alfabetisk rek-

kefølge: Otto Bock Scandinavia, Storebrand og Össur Nordic.

Momentum takker. Foreningen ville ikke helt ha vært hva den er uten økonomiske støttespillere.



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

ORTOPRO



Terrengfoten Genesis
er blitt lettere, sterkere
og med livstidsgaranti
på bumpere.



VI FORHANDLER OGSÅ:

- ✓ Protoser
- ✓ Ortoser/skinner
- ✓ Innleggsåler
- ✓ Karbonføtter og knær
- ✓ Kompresjonstrømper
- ✓ Aktivortoser

Ortopro AS, Hardangerveien 72, 5224 Nestun, NORGE.

Tlf.: +47 55 91 88 60 - Fax.: +47 55 91 88 69 - E-post: post@ortopro.no

www.ortopro.no

**Totalleverandør av
protesekomponenter.**



Vi er distributør for:

- Endolite:** Karbonføtter og protese knær.
- Uniprox:** Materialer, komponenter og tilbehør.
- Medex:** Protese komponenter.
- PDI:** Komplette protese system.
- Mica:** Karbonføtter.
- Silipos:** Linere og tilbehør.
- Alps:** Linere.



En annerledes mann



...den Hasse som filosoferer og ser det vakre i tilværelsen og kontrastene i tilværelsen og kan få andre til å lese Dostojevskij...

Ingen er like, men noen er likere enn andre. Hasse er ikke blant disse noen. Han er annerledes, til glede – vel, i noen tilfelle til frustrasjon – for andre.

Av Flemming Dahl (tekst og foto)

Frilansfotograf Hasse, amatørpianospiller Hasse, livsnysgjerrige Hasse...

Også den Hasse som stiller opp for andre, den Hasse som i mange år var bok- og spesielt leksikonsejler, den Hasse som en gang og på eget initiativ fulgte og fotograferte statsminister Kåre Willoch under et besøk i Kina, den Hasse som filosoferer og ser det vakre i tilværelsen

og kontrastene i tilværelsen og kan få andre til å lese Dostojevskij...

Denne mannen, født og oppvokst i Oslo og på papiret kalt Hans Hekneby Reinertsen, har i hele sitt voksne liv lagt opp dagen og natten litt annerledes enn så mange andre. Kanskje ble det slik fordi han innerst inne ikke er noe A4-menneske, hvilket jeg finner sannsynlig. Alternativt kan det tenkes at han ikke er noe A4-menneske fordi det falt seg slik, år etter år, at han ikke behøvde være noe ni-til-fire-menneske:

Så lenge han solgte flere leksika enn hva de fleste andre leksikonsejlere gjorde, behøvde jo egentlig ingen fortelle ham når på dagen eller natten, og i stor grad

heller ikke hvor i landet, han skulle selge leksika.

Han er velkjent for Momentum-folket, denne Hasse, som fotograf, av og til også som pianospiller, og som en fin kar å snakke med. Dette med Momentum begynte en vinterkveld for åtte-ni år siden:

”Hasse stilte altså opp, på sparket. Han liker å stille opp for andre”

Jeg ble oppringt av en kamerat som spurte om jeg på sparket kunne gjøre en liten frilansjobb for en bekjent av ham; jeg nølte, viste til at jeg ikke kunne gjøre noe som konkurrerte med jobben i avis-

en; neida, fikk jeg høre, det dreide seg om et foreningsblad, og en mann ville plukke meg opp med bil om en halvtime; jeg hoppet inn i bilen ved siden av en skipsrederkledd fyr som satt ved rattet; jeg fikk høre at vi skulle til et arrangement på Aker sykehus og at foreningen het Momentum og var for amputerte; jeg spurte mannen hva han hadde med sånne folk å gjøre og han sa at han selv manglet to ben; hva? Og så sitter du her og kjører? Jeg hadde ikke vært i nærheten av amputerte; han viste seg å hete Nils-Odd Tønnevold og jeg forklarte at jeg ikke hadde batterier i kameraet, men at saken trolig kunne løses; fra mobilen ringte jeg Hasse, fikk bekreftet at han var i byen og ba ham straks stille med kamera på Aker; Hasse kom – og ble straks en av arrangementets sentrale figurer....

”Det er noe gær’nt med de fleste av oss, trolig med oss alle. Det er noe gær’nt med Hasse også, mener mange”

Hasse stilte altså opp, på sparket. Han liker å stille opp for andre. Hvis en eller annen i bekjentskapskretsen eller endog utenfor den har et problem – skilsmisse, sykdom, hva det måtte være – kan Hasse meget vel være den som stiller opp.

For et år eller noe sånt siden – dette nevnt som et eksempel - fikk han høre

at en bekjent var syk, og i måneder etterpå arbeidet Hasse for at alt skulle gå bra med denne bekjente. Hasse var stadig på sykehusbesøk - og på telefonen med leger og andre sykehusfolk, sjekket at alt godt ble gjort for den bekjente. Hasse var stadig i bilen mellom Oslo og noen dype skoger i Østfold, der den bekjente bodde. Hasse- sammen med sin veldig kjære Wenche, naturligvis - tok den bekjentes lille hund i pleie. Den bekjente har senere klart seg bedre, men ikke sett seg velegnet som hundeholder, så hunden har fått et permanent hjem hos Wenche og Hasse.

Det er noe gær’nt med de fleste av oss, trolig med oss alle. Det er noe gær’nt med Hasse også, mener mange, og det går ikke minst på dette at når han planlagt eller spontant blir engasjert i noe – hvilket han hyppig gjør, og det kan dreie seg om noe så enkelt som en samtale med et menneske han møter på fortauet, eller en fotoseanse med et eller annet offer foran kameraet – så blir tiden tilsynelatende borte for ham, andre gjøremål blir simpelthen utsatt, andre kan vente på ham i minutter og timer, hvor blir det av Hasse? Så kan Hasse ringe med en forklaring om at sånn og sånn...

Enhver av oss kan komme til å miste et nøkkelknippe, legge fra seg mobiltelefonen på feil sted. Likevel, hvis noen nylig har vært i nærheten av Hasse og så finner et nøkkelknippe eller en mobil eller et kamera, kan statistikkbasert sannsynlighetsberegning tale for at ved-

kommende bør kontakte Hasse og spørre om han savner noe.

Det finnes naturligvis andre som kan minne om Hasse, som har mye av det samme ved seg. Men ingen er lik ham. Denne fyren er unik – heldigvis unik, vil noen si, for eksempel når de irritert venter på ham.

”Det finnes naturligvis andre som kan minne om Hasse, som har mye av det samme ved seg. Men ingen er lik ham”

Men så vil mange samtidig tenke at verden jo egentlig kunne trenge flere som Hasse, flere sånne som – foruten å ta flotte fotos og å sitte for eksempel på Rikshospitalet og spille piano for syke og pårørende og personell – flere sånne som løfter deg opp når du er nede, som har en livsform som ikke forandrer seg fra dagen før til dagen etter pensjoniststempelet.

Det er vanskelig å huske hvilken alder Hasse har, han er jo nysgjerrig som en unghund. Jeg ser ham som tidløs. Det er ment som en kompliment.

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. Sandnes 57 67 28 65. Farde 57 77 24 84



P-plassene som ikke holder mål

Straffen kan meget vel være like om hjørnet for den som feilparkerer på offentlig grunn (ja da, på privat grunn også). Nå vil folk som er tatt for slik ureglementert oppførsel kanskje fryde seg en smule over å registrere at det offentlige selv opptrer ureglementert i parkeringsammenheng...

Her og nå dreier det seg om p-plasser for funksjonshemmede:

Den statlige fagmyndigheten Kartverket, tidligere kjent som Statens kartverk, har foretatt en kartlegging som viser at veldig mange av den slags p-plasser her i landet, offentlige sådanne, faktisk talt ikke holder mål.

Kartverket meddeler at "Bare 35 av 1720 kartlagte offentlige parkeringsplasser for funksjonshemmede tilfredsstiller offentlige krav til slike p-plasser."

Forklaringen er at det altoverveiende flertallet av de kartlagte plassene, som er fordelt på 107 byer og tettsteder, var for små.

Kartverket opplyser at slike plasser ifølge gjeldende krav skal være 6 meter lange og 4,5 meter brede (5 x 2,5 meter er kravet til ordinære p-plasser), og for øvrig at p-plassen for funksjonshemmede "skal være merket og skiltet" samt "være flat og ha fast dekke."

Kartverket forklarer at "Parkeringsplassene må være så store for at de som har rullestolrampe på siden eller



Å formulere krav er ikke helt det samme som å etterleve kravene. Foto: F. Dahl.

bak bilen, skal ha god nok plass til å komme inn og ut."

I 12 av landets fylker var ingen av de undersøkte p-plassene for funksjonshemmede store nok, ifølge Kartverket, som skriver: "Bare i Møre og Romsdal, Hedmark, Telemark, Aust-Agder, Vest-Agder og Rogaland fant Kartverket handikap-plasser som tilfredsstiller kravene."

De kartlagte p-plassene ligger i tilknyt-

ning til offentlige publikumsbygg – eksempelvis rådhus, legekontorer, NAV-kontorer og idrettsanlegg.

Nils Karbø, direktør i Kartverket, leverer denne kommentaren: "Norge ikke er så tilgjengelig for funksjonshemmede som vi gjerne liker å tro."

Hmmm...

f.d.

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

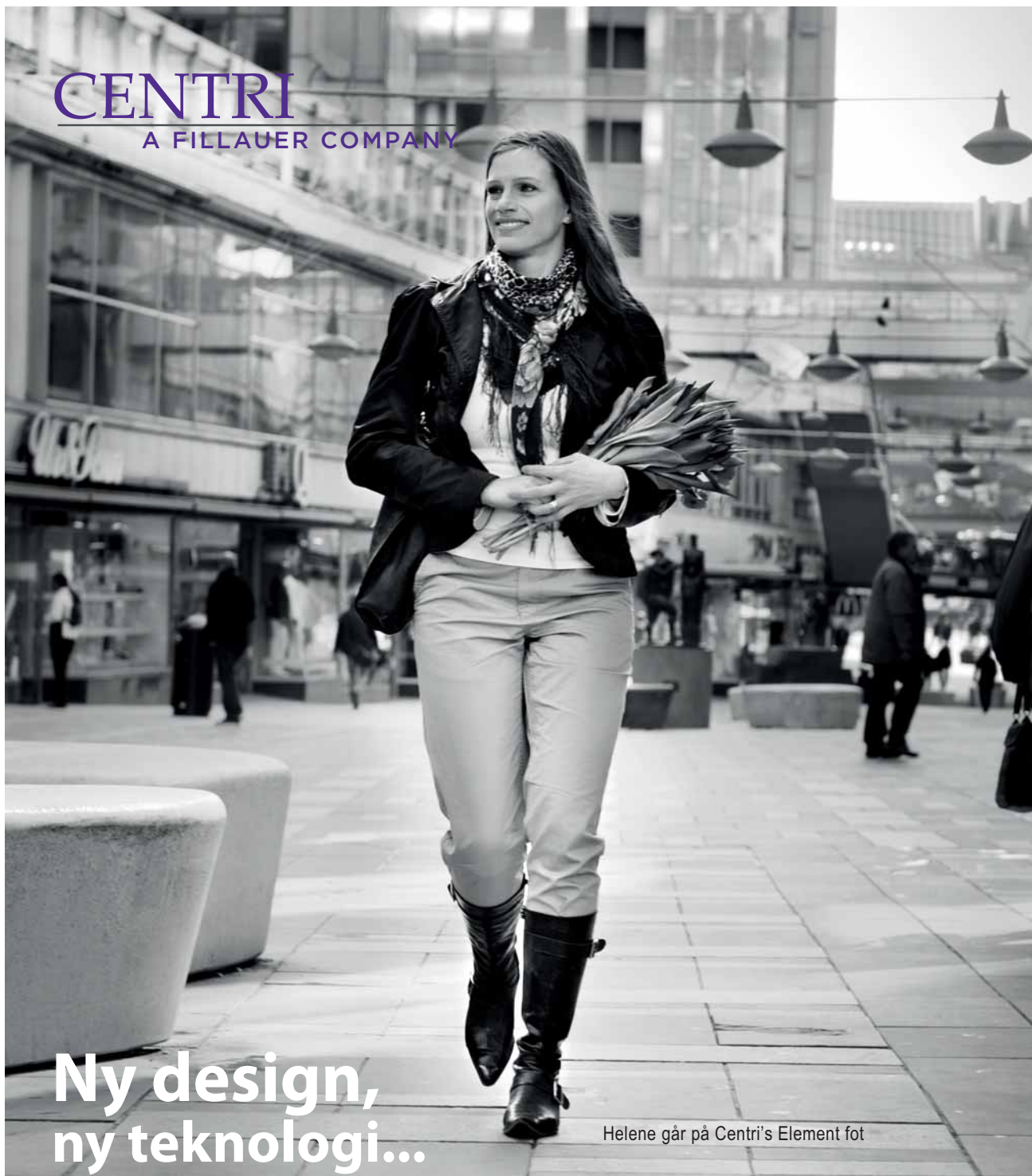
Produkter

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

Tjenester

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

CENTRI
A FILLAUER COMPANY



**Ny design,
ny teknologi...**

Helene går på Centri's Element fot

...og anbefaling av ortopediverksted. Det er grunnen til at mange velger Centris føtter. Siden 2007 har Centri arbeidet med å utvikle nye proteseføtter sammen med søsterselskapet Emotis. Gjennom ny design og ny teknologi har resultatet blitt bedre enn noensinne, 9 nye føtter for alle typer livsstil. Sammen med ortopediingeniører og teknikere har vi tilpasset føttene etter brukernes liv så de slipper å tilpasse sine liv etter føttene.

CENTRI
Real Technology - Real People



Element

Spesialfysioterapeut Jette Schack ser hva gåskoletrening kan gi:

Mestring og mobilitet



Trening gjør mester...

Angsten for å falle ble borte under gangskoletrening. Dette opplevde en av de låramputerte kvinnene som fysioterapeut Jette Schack fulgte med argusøyne da hun studerte til en mastergrad der opptrening av eldre låramputerte var hovedtema.

Flemming Dahl (tekst)
Hans Hekneby Reinertsen (foto)

Jette Schack, dansk spesialfysioterapeut som har vært bosatt i Norge siden midten av 1990-årene, er en varm tilhenger av gåskoletrening for benam-

puterte. Ett av hennes budskap til benamputerte, basert på sitt mangeårige arbeid med denne pasientgruppen og ikke minst på mastergradsarbeidet, lyder slik:

”Man må fortsette å trene, holde seg i god form og kontakte ortopedisk verksted hvis protesen ikke passer, for det er viktig å ha en god protese.”

Et budskap til, basert spesielt på mastergradsarbeidet:

”Fire ukers intensiv gåskoletrening kan ha positiv effekt på tilliten til egen mestring.”

Det er i forbindelse med effekten på tillit til egen mestring at hun trekker

frem noe hun fant spesielt interessant under studiene frem til mastergraden, som hun oppnådde ved Høgskolen i Oslo i 2010: En av de låramputerte eldre kvinnene slet med angst for å falle da hun begynte med gåskoletrening, men var kvitt angsten da treningsopplegget var gjennomført.

I mastergradsavhandlingen gjengir Schack denne uttalelsen fra kvinnen:

”Det har løst seg inne i meg. Angsten gjorde jo at jeg ikke mestret. Jeg visste at jeg kunne klart det, men sperren var der. Hjernen skal følge med, det er der sperrene ligger. Jeg hadde veldig angst, og den er borte.”

Schack har en variert karriere bak seg som fysioterapeut og er blant dem her i landet som har mest erfaring med rehabilitering av amputerte. For tiden har hun en prosjektstilling, finansiert av Sophies Minde, som tar for seg rehabilitering av benamputerte innen Oslo universitetssykehus.

Om sitt arbeid med de tre eldre kvinnene hun fokuserte på i mastergradsarbeidet, sier hun: "Jeg trente dem i fire uker, og så fulgte jeg dem opp med funksjonstester det neste halvåret."

Livsgledes møte med Schack finner sted på Aker sykehus, en del av Oslo universitetssykehus. En dame som for anledningen trener ved gåskolen der, Inger Biseth, synes like overbevist som Schack om at gåskoletrening, det er fine greier for benamputerte.

"Ja, bevare meg vel. Det snakker vi alle om, vi som går her, at vi hadde ikke greid oss uten gåskolen. Da hadde vi vært rullestolbrukere alle sammen, jeg er redd for det," sier Biseth, som ble benamputert i 2005 og for øvrig er styremedlem i LFA (Landsforeningen For Amputerte).

Schack slutter seg til dem som mener at en periode med gåskoletrening ideelt er noe som med fordel kan gjentas med noen års mellomrom. Om hvor omfattende en slik periode bør være, sier hun:

"Det ser ut til at et kortvarig treningsopplegg på fire uker, med en times trening tre ganger i uken, kan bedre mobiliteten og tilliten til egen mestring, iallfall for noen benprotesebbrukere."



Jette Schack, spesialfysioterapeut, og benamputerte Inger Biseth er enige om at gåskole, det er fine greier.

Gi noe tilbake - støtt Momentum



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.

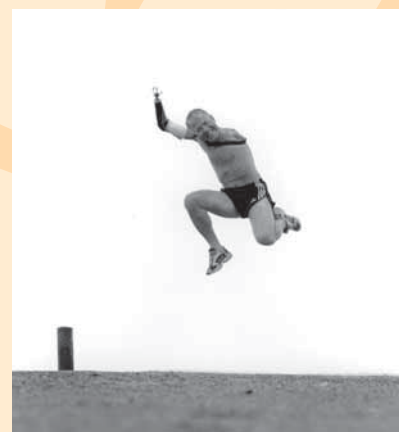
Dette er fordi Momentum er på listen over godkjente organisasjoner som du kan gi en gave til og få skattefradrag.

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



Hva med å gi en gave 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.



Klar for en styrkeprøve...



Stort oppslag i Bergens Tidende.

Marit Havre-Nilssen fra Hordaland har gjort Lesertorget oppmerksom på en avisomtale, i BergensTidende, av låramputerte Ole Bjarthe Austevoll. Redaksjonen har laget et sammendrag.

Da Bergens Tidende 1. juni presenterte en bred omtale av låramputerte Ole Bjarthe Austevoll (41), var foranledningen at Austevoll gjorde seg klar til en styrkeprøve, en som han for øvrig hadde vært igjennom en gang tidligere: Deltagelse i det over 160 km lange sykkelrittet Bergen-Voss.

Austevoll, familiefar og kjent ikke minst som kjele hockey-spiller på toppplan, mistet for noen år siden ven-

strebet i en arbeidsulykke til sjøs.

Han fremstår som en av dem som ser muligheter fremfor vanskeligheter. Til avisen sier han:

"Det er klart jeg savner foten min en gang iblant, men jeg lever et bra liv. Det gjelder å finne nye utfordringer når noe ikke lenger lar seg gjennomføre."

Redaksjonen har sett også på bt.no, der det fremgår at Åtterås Ortopediteknikk forut for sykkelrittet tro til og forsynte Austevoll med en spesiallaget protese. Ortopediingeniør Kjetil Atterås uttalte dette om Austevoll: "Hans prestasjoner vil være en motivasjonsfaktor for andre protesebrukere, så denne gangen har vi valgt å produsere den for egen regning."

Momentum på Facebook

Elin Holen De Capitani og Kjetil Bragstad, begge medlemmer av Momentums Hovedstyre, formidler denne nyheten via Lesertorget.

Nå finner du Momentum også på Facebook. Vi har opprettet en Facebook-side hvor vi vil legge ut aktuelle nyheter for våre brukere og medlemmer.

Her vil det komme informasjon om hva som skjer i organisasjonen, men også aktuelle nyheter og informasjon om arrangementer fra eksterne aktører.

Dersom du går inn på Facebook og taster "momentum" i søkefeltet, vil du finne oss under sider; se etter vår logo, klikk på siden og trykk på lik-knappen. Deretter vil du få alle våre nyheter fortløpende opp på Facebook-siden din.

Vi har også opprettet en egen gruppe på Facebook hvor du kan bli medlem. Denne skal fungere som et forum hvor vi kan diskutere aktuelle saker. Når du søker opp "momentum" i søkefeltet, vil du se at vi har en gruppe og en side. Vår oppfordring er altså at du går inn og trykker liker på siden vår og melder deg inn i gruppen

Aktiv på Facebook, et tegn på at Momentum følger med i tiden...

Trening og inspirasjon i Sverige – bli med!

To av Momentums Hovedstyremedlemmer, Elin Holen De Capitani og Hans Emil Møller-Hansen, har oversendt Lesertorget denne saken.

I dagene 5.-7. oktober i år arrangerer Össur en treningsleir for amputerte i Jönköping, Sverige.

Gjennom tre dager får du mulighet til å forbedre gangfunksjon og ut fra egne forutsetninger prøve ulike aktiviteter som f. eks. styrketrening, bassengtrening, golf, stavgang og dans.

Men dagene vil også, og ikke minst, by på mye latter og sosialt samvær. Leiren

passer for alle aldersgrupper og funksjonsnivå.

Detaljert program og informasjon om deltageravgift og påmelding finnes på: <http://www.ossur.se/EventSeminarier>, men kan også fås ved å ta kontakt med oss.

Det er allerede noen i Oslo-området som er interessert i å delta. Dersom du ønsker mer informasjon eller å delta, kan du ta kontakt med Hans Emil Møller-Hansen på tlf. 901 83 810 eller Elin Holen De Capitani på tlf. 990 16 692.

Vi organiserer gjerne samkjøring med biler nedover!

Lesertorget-redaksjonen tilføyer:

Hans Emil sier at han har meget god erfaring fra Össur Amputee Camp. Han forteller at det var der han fikk ideen til hvordan Momentum kunne legge opp aktivitetsdagen under Momentum-weekenden 2012 i Sarpsborg i april.

"Den er meget aktuell både for protesebrukere og personell på rehabinstitusjoner, og for ortopediingeniører," sier Hans Emil.

På Lesertorget i Livsglede nr. 4, 2011 skrev han om sitt camp-opphold i Jönköping i oktober i fjor.

Mot fantomsmerter



Etter et par år i det norske markedet er disse produktene fortsatt for så nye å regne at kanskje ikke alle potensielle brukere kjenner til dem:

Relax Liner, en fantomsmerteredempende silikonliner for benstumper, samt en strømpe for bruk om natten, Relax Night Care.

De er laget av et materiale skjærmer mot elektromagnetisk stråling - en av mange mulige årsaker til fantomsmerter. Har du fantomsmerter kan dette kanskje være noe å prøve. De produseres av firmaet Medi som representeres av Helge Klausen i firmaet Norsea. www.medi.de



Teknologibasert benprotesesystem

Genium heter et helt nytt mikroprosessorstyrt protesekneledd fra tyske Otto Bock. Om egenskapene heter det blant at "Kneleddet bøyes lett når hælen settes ned, slik at protesen raskere får kontakt med gulvet. Den etterfølgende knebøyningen reguleres elektronisk ut fra kreftene som virker på protesen. Disse egenskapene reduserer gulvreaksjonskreftene og reduserer risikoen for ortopediske føl-

geskader. Anstrengelsen og behovet for koordinasjon reduseres betydelig, spesielt når brukeren går i skråninger eller på ujevnt underlag." www.ottobock.se

www.och.no

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

OCH ortopedi AS

Bevegelsehemming skal ikke stå i veien for livskvalitet.

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

Oslo og Akershus	Møre og Romsdal	Østfold	Oppland	Telemark
23 28 82 00	70 14 50 40	69 30 17 70	61 24 73 30	35 56 15 50

HOTELL

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?

Choice Hotels - tlf 22 34 42 00
Kontaktperson: Karen Fischer
Telefon: 93 00 16 02 eller e-post: karen.fischer@choice.no
(avtalekode CH14660)

Scandic Hotels - tlf 23 15 50 00
Kontaktperson: Mads Eliassen
Telefon: 90 50 19 11 eller e-post: mads.eliasen@scandichotels.com
(avtalekode D000004481).

Thon Hotels - tlf 815 52 400
Kontaktperson: Line Raen
Telefon: 92 69 77 56 eller e-post: line.raaen@thonhotels.no
(avtalekode FFO).



Livsutfoldelse

Sarpsborg-reportasje:

Flemming Dahl (tekst)
Hans Hekneby Reinertsen (foto)

Noen blick på bildene, nå i et-tertidd, bringer Sarpsborg-weekenden til live igjen – denne weekenden da unge og ikke så unge amputerte, dessuten familiemedlemmer og venner, hygget seg med både tilbakelent og fysisk livsutfoldelse.

Se på bildene, de taler for seg...

Men, strengt tatt, det var jo en årsmøteweekend, denne samlingen i dagene 20.-22. april, og først på programmet sto selve årsmøtet. Der ble en milepæl i Momentumlivsløpet passert:

Hans Emil Møller-Hansen takket for

seg som styreleder etter to års innsats, forklart med at han fulgte legens råd, og med den følge at den gamle ringrev Nils-Odd Tønnevoold ble valgt inn i rollen – den han tidligere hadde fylt gjennom mange år, inntil han trakk seg tilbake og Hans Emil overtok (mer om lederskiftet på sidene 16 og 17).

Det heteste temaet – hett i den forstand at det medførte noen skarpe meningsutvekslinger – var et forslag, fra en komité som lenge hadde arbeidet med det, om ny organisasjonsstruktur i Momentum. Meningsutvekslingen endte med at forslaget ble trukket. Signalet var at et nytt forslag til en mindre omfattende strukturendring vil komme på banen senere.

Lørdag, etter den uformelle fredagsmiddagen, var dagen for weekendens

tema, Tøy grenser – ta kommando over din situasjon:

Inspirasjon gjennom et innledningsforedrag ved Geir Arne Hageland, kjent fra TV-serien "Ingen grenser"; foredrag om teori og praksis for å bruke proteser bedre, ved den svenske fysioterapeut Safran Möller fra leverandøren Össur Nordic; aerobic ledet av svenske Gith Jansson fra gåskolen ved Sahlgrenska i Göteborg; funksjonell trening ved Hageland, Möller og Jansson...

Det hele hadde vært avbrudt av lunsj, og utpå ettermiddagen valgte week- enddeltagerne mellom stavgang, svømming, egentrening, vurdering av utstilte hjelpemidler – eller hva som helst annet de måtte finne for godt.

Etter læring, trening, svetting... det ble en festmiddag av den typen store

Momentumarrangementer er kjent for: God mat og drikke, mye hygge og latter, profesjonell underholdning innimellom det hele.

Søndag formiddag bød programmet på et besøk i Inspiria science center, et kunnskapsspredende fornøylessenter like ved siden av hotellet.

Da folk etter søndagslunsjen reiste hjem, var nok noen mer slitne, som følge av all den fysiske utfoldelsen, enn normalt etter et Momentumarrangement. Men hva så, det skulle jo komme noe godt ut av det.

Mer fra Sarpsborg på de følgende sider.





Hans Emil overtok stafettpinnen fra Nils-Odd for to år siden – og gir den nå tilbake til Nils-Odd.

Han som hoppet etter Wirkola – og han som er selve Mr. Momentum

Hans Emil rakk til fulle å gå seg varm i trøya. Han satt som Momentums styreleder i to år før han, etter å ha lyttet til sitt hjerte-flimmer og legens råd, sa fra seg vervet – for så under Sarpsborg-weekenden å se at den gamle ringrev Nils-Odd bli valgt til å overta det.

Nils-Odd hadde formodentlig en ganske god idé om hva han påtok seg, for det var han som gjennom mange år var styreleder inntil Hans Emil overtok.

Såpass lenge satt Nils-Odd som styreleder, og såpass sterkt trakk han i

trådene, at han var for selveste Mr. Momentum å regne da han for to år siden mente at nok er nok, nå trekker jeg meg tilbake.

Først Wirkola, så Hans Emil

Mr. Momentum, altså. Så det var ikke helt uten grunn da Livsglede ved den anledning, våren 2010, antydte at det å overta etter Nils-Odd måtte være omtrent som å hoppe etter Wirkola, hvilket fikk Hans Emil til å fortelle at nettopp det hadde han gjort noen tiår tidligere:

”En gang, i Nygårdsbakken i Arendal,

har jeg faktisk rent fysisk hoppet etter Bjørn Wirkola,” fortalte Hans Emil, som forklarte at han i ungdommen hadde vært for en habil skihopper å regne.

Den som vil vite mer i detalj hvem de er, disse to – Hans Emil Møller-Hansen, som for få år siden ble låramputert etter sykdom, og Nils-Odd Tønnevold, som for flere år siden mistet begge bena da han ble påkjørt i Edinburgh av en fyllekjører – kan lese om dem i Livsglede nr. 2, 2010.

Når Hans Emil nå ser tilbake på de to årene som leder, sier han seg spesielt

fornøyd med den nettopp avsluttede årsmøteweekenden i Sarpsborg. Han forklarer at han har fått gode tilbakemeldinger på all den fysiske aktiviteten i programmet – et program han plukket opp ideer til under en aktivitetsweekend i Jönköping i Sverige i fjor (se mer om dette på Lesertorget).

Om å tøye grenser

”Vi utfordret hverandre til å tøye grenser og til å ta kommandoen over oss selv”, sier han om weekenden i Sarpsborg. ”Det skapte en entusiasme og et engasjement jeg ikke har opplevd ved tidligere Momentumarrangementer.”

Men han husker også med spesiell glede Momentumweekenden i Molde for vel halvannet år siden. Der var den arm- og benløse Mikael Andersson fra Sverige hovedattraksjonen (se Livsglede nr. 3, 2010), og som Hans Emil sier:

”Møtet med Mikael Andersson, det har gitt meg mye, og foreningen mye.”

Generelt, når han ser tilbake på de to årene, ser Hans Emil ”en forening som bryr seg, som tar medlemmene på alvor og som er innstilt på å støtte og hjelpe dem som trenger det.”

Men han ser også en forening der ”vi ikke er så flinke til å stille opp på lokale arrangementer.”

Ikke et venstrehåndsarbeid

Hans Emil slår fast at det ikke skal være, og for ham ikke har vært, noe rent venstrehåndsarbeid å lede Momentum: ”Det ligger veldig mye arbeid i det, for meg var det tre fulle dager i uken.”

At det er tidkrevende, sier etterfølger Nils-Odd seg innforstått med:

”Det satt nok litt langt inne,” sier han om dette å takke ja til å bli valgt, ”for det er jo tidkrevende. Jeg har jo en full jobb fra før, og noen andre verv.”

Om han for to år siden regnet med at han en dag skulle bli anmodet om å komme tilbake i lederrollen?

”Da jeg sist takket av, regnet jeg i grunnen med at that's it, iallfall at en annen skulle sitte i fire-seks år, men så ville altså omstendighetene noe annet,” svarer Nils-Odd.

I beslutningsprosessen kom Nils-Odd frem til, forteller han, at hvis han nå skulle trå til igjen, så ville han gjøre jobben litt annerledes, ved i større grad enn før å delegerer oppgaver og ansvar til andre, og så motivere dem til å gjøre en god jobb.

Konkrete saker han vil gripe fatt i?

”Vi skal få fjernet 26-årsregelen og sørge for at de som trenger spesialprotese, får det.”

I tillegg er Nils-Odd, som hans Emil har vært det, opptatt av å få Momentum enda bedre opp å gå på nettet og i de sosiale medier. Han registrerer med glede at unge folk i foreningen har dradd i gang en Facebook-side.

medi

Ny livsglede

medi RELAX-produktene – bevist effektive mot fantomsmerter ¹

¹ Vitenskapelig studie: tidskriftet Orthopædieteknik [Ortopedisk teknologi], 12/06, side 908–917

Kontakt din ortopediingeniør eller Helge Klausen i firmaet Norsea per hsklausen@msn.com for mer informasjon om medi Liner RELAX for bruk med protese og RELAX Night Care Stump for bruk om natten

En krigsskade og en fotballskade



Kjetil Bragstad og Jon Ivar Sandhaugo, to unge menn som har noe mer til felles enn det at de her, under festmiddagen i Sarpsborg, smiler til fotografen.

Den ene er merket av en krigshandling i Afghanistan, den andre er merket av en ikke pen takling på en fotballbane i Valdres.

Kjetil Bragstad (24) og Jon Ivar Sandhaugo (29) har det til felles at de mangler et ben, at de er blant de yngre medlemmene i Momentum og at de var blant deltagerne under Momentum-weekenden i Sarpsborg i april.

Kjetil ble amputert et par dager etter at bilen han satt i kjørte på en veibombe høsten 2007, få uker etter at Jon Ivar

kom inn i taklingen som førte til at han noen dager senere ble amputert.

Skadet i Afghanistan

Kjetil er fra Stange kommune i Hedmark fylke. Han hadde avtjent førstegangstjeneste i Hæren og skrevet kontrakt for utenlandstjeneste da han sommeren 2007 ble sendt til Afghanistan som deltager i Norges bidrag til NATO-styrkene i landet.

Da eksplosjonen var et faktum, ble han i første omgang bragt tilbake til militærleieren og lagt på operasjonsbordet,

for snart å bli fløyet hjem til Norge, der amputasjonen ble utført. Det var venstrebeinet, fra like over kneet, som ble tatt.

Livsgledes medarbeider snakker med ham under lørdagens festmiddag i Sarpsborg, der han kvelden før har deltatt i Momentums styremøte, styremedlem som han er fra et år tilbake.

Han forteller at han etter ulykken i Afghanistan og et års tid med rehabilitering - foruten protesetilpassing og litt frem og tilbake til jobb i Forsvaret - fortsatte for fullt i Forsvaret, men at han etter en tid sluttet der og ga seg i kast med studier for å ta en bachelor-grad som går på Midtøsten-kunnskaper, med persisk språk som spesialemerne.

Skadet i Valdres

Jon Ivar er fra Vestre Slidre kommune i Valdres i Oppland fylke. Han spilte høyreback på FK Vang i en fjerdevisjonskamp mot Snertingdal IF på Tveit stadion, som er FK Vangs hjemmebane, da han kom inn i taklingen som skulle medføre at høyrebeinet ble amputert i kneleddet.

Han ble umiddelbart bragt til sykehus i Gjøvik. Historien forteller videre om infeksjon og videretransport til sykehus i Oslo, hvor amputasjonen ble utført - som en følge av det som i ettertid er blitt opplest og vedtatt å ha vært medisinsk feilbehandling.

Jon Ivar er utdannet tømrer og arbeidet som tømrer frem til den upene taklingen. Nå går han på yrkesveiledning.

Tanker om fremtiden

Både Kjetil og Jon Ivar holder seg i form med fysisk trening.

Hva Kjetil håper at studiene skal lede til?

"Studiene gir meg veldig mange muligheter. Jeg har lyst til å oppleve ting og til å reise," svarer han, idet han nevner FN som én av mange mulige arbeidsgivere.

Hva Jon Ivar håper at yrkesveiledningen skal lede til?

Vel, ikke lenge etter Sarpsborg-weekenden skal det vise seg yrkesveiledningen allerede har ført til noe, for i en telefonprat med Livsglede forteller Jon Ivar: "Jeg er på jobbutføring på Beitostølen Helse- og idrettsenter."

Ortopedisk Service

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

Timebestilling:
32 83 04 15

Drammen
Ortopediske
Institutt 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

	FAMILIE MED-LENNER	AV INTERESSE	ELV I AKERSHUS	VANDREUT STILLING	ELSE BERG	EN HARELD	ANROPE	←	
	FATTIGE DAG-ARBEIDERE						↓	EN SOL-BERG	
	GRIBE			OM			EU TIDL. VERDENS DEL		↑
	TIL-LIT		MÅNEFASE	FOLKEGRUPPER					
SPORT-EN	FENGSEL	↓				ROMERTALL 400	MYNT-ENHET		
SMILEPLANTE			IDE-ENE	FUGL					
↳					MUS. LANG-SOMT DRINK				BILDE
	GRIBE KJØRE-TØYET		3.14	SØNN AV (IRSK)	OM VARIGHET "SKULTE SKATTER"			CATERING-SELSKAP	
GENI-UM ER DET								BRENNEVIN	
								FLITTIG	
PREPO-SISJON		↓		TRE-SORT TIDSPUNKT	KONJUNKSJON	SDARM		OTTO TORSEN FORNEM VÆRENDE	
RUGGE									
FUGL			SPIS	↳		INNSKYT-ELSENE			
↳				HU-KONNELSES-TAP		PRON. DIALEKT		VANN-LØP	ROMERTALL 50
SYMBOL MILLI-ARDEL		↳		→			→		↑

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 1- 2012

Kryssord-produzent:
Rolf Bangseid

	K	OPP- VÅRKE	VI	H	FI	GI		
	VA	IE	E	Y	A	R	D	
	→N	L	S→	ODD→	B			
	S	E	S	E	R	V	I	L
P	R	T	I	T	E	A	E	E
O	P	V	K	F	A	K	T	U
O	T	T	L	A	N	D	J	U
K	E	I	N	E	R	B	A	R
S	S	T	A	R	E	V	I	S
I	T	E	F	R	E	U	T	S
I	N	B	N	G	Y	L	N	E
↑	A	R	I	K	O	B	L	I
R	O	T	K	O	D	S	E	R

Ja da, en nyttig dag...

Lørdagen var den mest programpost-tunge dagen under årsmøteweekenden i Sarpsborg:

- Geir Arne Hageland (dobbelampu-tert, kjent som deltager i NRKs TV-serie "Ingen grenser") ga et se-mulighetene- preget innledningsforedrag
- Saffran Möller (fysioterapeut i Össur Nordic) snakket om hvordan protesen kan brukes bedre
- Gith Jansson (fysioterapeut ved Sahlgrenska Universitetssjukhuset i Göteborg) ledet en aerobic-sesjon
- Hageland, Möller og Jansson ledet en sesjon som handlet om funksjonell trening, om å tøye egne grenser, sette egne mål og å utforme eget program
- Siste programpost før festmiddagen inviterte til alternative aktiviteter – stavgang, svømming, egentrening, en

Turid Østreng

"Ja, dette var nyttig. Jeg hadde gledet meg til det. Dette var en dag i trenings- tøy som var både inspirerende og tøff og nyttig for meg på alle måter."



Turid, fra Hemnes i Aurskog-Høland kommune, ble for et par år siden leggampu-tert etter komplikasjo-ner med et ben- brudd.

Bjørn Sjong

"Ja, det var absolutt nyttig. Jeg er glad jeg kom hit. Det var veldig interessant å se de forskjellige som gjorde forskjellige ting. Givende."



Bjørn, fra Oslo, ble i fjor lårampu-tert som følge av sykdom.

titt på utstilte hjelpemidler, deling av erfaringer...

Livsglede spurte noen av deltagerne om de fant lørdagens program nyttig:

Geir Kjølslrud

"Ja, selv etter så lang tid med protese- bruk, var det veldig nyttig for meg. De var utrolig flinke, de som var der. Jeg har hatt mye vondt i ryggen og følte faktisk at jeg var litt bedre etter aero- bic-økten."



Geir, fra Kristi- ansand, ble for mange år siden lårampu-tert som følge av sykdom.

Lillian Perret

"Ja, det var det i og for seg. Jeg snap- pet opp en del ting. Jeg har jo gått med protese så lenge at jeg trodde jeg ikke hadde noe å lære, men det har man jo alltid."



Lillian, fra Bodø, ble for mange år siden lårampu-tert som følge av syk- dom.

Øystein Serkeland

"Ja, det var det. Jeg lærte litt, det var verdt turen. Så kommer det jo an på om man klarer å bruke dette i praksis."



Øystein, fra Siljan i Telemark fylke, ble for flere år si- den lårampu-tert som følge av syk- dom.

Nordens största
leverantör av
CAD/CAM
system inom
Ortopedteknik

 **OMEGA**
Tracer

RODIN 4D

nordi
C
rtopedica



support

kreativitet

flexibilitet

 **webbkatalogen**
www.nordicortopedica.se



En annerledes joggetur

I sin tid som USAs president, traff George W. Bush mange mennesker som var fysisk merket av krig og vondskap. Noen av dem var protesebrukere.

Blant disse var en sersjant som hadde mistet bena i Irak – og en gruppe irakiske menn som alle hadde fått høyrehånden kappet av i en straffereaksjon iverksatt av Saddam Husseins regime.

I boken Decision Points, som han skrev etter sine år i presidentstolen (jan. 2001 – jan. 2009), forteller Bush at han tidlig i 2006, under et besøk på et militær-sykehus i Texas, kom i snakk med sersjant Christian Bagge, som hadde mistet bena da militærkjøretøyet han satt i traff en veibombe.

Bagge fortalte at han var glad i å løpe og

Christian Bagge kom til Det hvite hus for en joggetur sammen med president George W. Bush. Foto: Eric Draper/The George W. Bush Presidential Library.



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

*beste funksjon og livskvalitet
for den enkelte*

Sandefjord:
Linglemveien 65
3225 Sandefjord

Porsgrunn:
Storgata 118
3921 Porsgrunn

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

hadde tenkt å løpe igjen, ifølge Bush. Eks-presidenten skriver at han fant det vanskelig å forestille seg at sersjanten kunne klare det, men at han ville oppmuntre Bagge og sa til ham: "Når du er klar, ta bare kontakt med meg. Jeg vil løpe sammen med deg."

Et halvår senere kom presidenten og Bagge sammen igjen, nå utenfor Det hvite hus. Bagge var utstyrt med proteser egnet for løping. Bush skriver: "Vi tok et par runder i joggeløypa som Bill Clinton hadde fått laget."

Bush undret seg, skriver han, over Bagges styrke og pågangsmot. "Jeg kunne knapt tro at dette var den samme mannen som var bundet til en sykehusseng mindre enn seks måneder tidligere."

Et par år før joggeturen med Bagge, hadde Bush møtt irakerne som var blitt frarøvet høyrehånden. Ifølge eks-presidentens beretning var dette menn som hadde drevet små næringsvirksomheter, som hadde vekslet dinarer til utenlandsk valuta for å skaffe seg materialer, og som så var blitt utpekt som syndebukker da dinaren falt i verdi. Beretningen forteller videre at amerikan-



En iraker med ny håndprotese skribler ned noen ord under et besøk hos president George W. Bush i Det hvite hus. Foto: Eric Draper/The George W. Bush Presidential Library.

ske velgjørere hadde invitert dem til USA og der utstyrt dem med proteser.

"Da irakerne kom til Det ovale kontor, var de fortsatt i ferd med å lære å bruke høyrehånden," skriver Bush. "En iraker grep fatt i en penn med sin en måned gamle hånd og skriblet møy-sommelig ned noen arabiske ord på et stykke papir."

God PR...

Joggeturen med sersjant Bagge inn-

går i rekken av den typen evenementer statsledere ser som god PR og derfor sørger for at pressen får overvære. Dermed finnes det lett tilgjengelig stoff på nettet om denne joggeturen. Se for eksempel et klipp fra en amerikansk TV-stasjons dekning av den ved å søke slik: Bush jogs with wounded soldier - politics - msnb

f.



- et datterselskap av Oslo universitetssykehus HF

Sophies Minde Ortopedi AS

«LIVSKVALITET – muligheter fremfor begrensninger.»

Vi har medarbeidere med høy fagkunnskap og kompetanse, og er en framtidsrettet virksomhet som er opptatt av å ligge i forkant både når det gjelder fag og bruk av moderne teknologi.

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

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.»



Sophies Minde Ortopedi AS

er totalleverandør av ortopediske hjelpemidler og tar imot pasienter fra hele landet. Proteser - Ortoser - Korsett - Fotsenger - Spesialfottøy - Ortopedisk sydd fottøy

Kontaktinfo:

Sentralbord 22 04 53 60, post@sophiesminde.no

www.sophiesminde.no



FRI UTFOLDELSE er vår spesialitet

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

Vi vet mulighetene og har løsningene som gir en god funksjon.

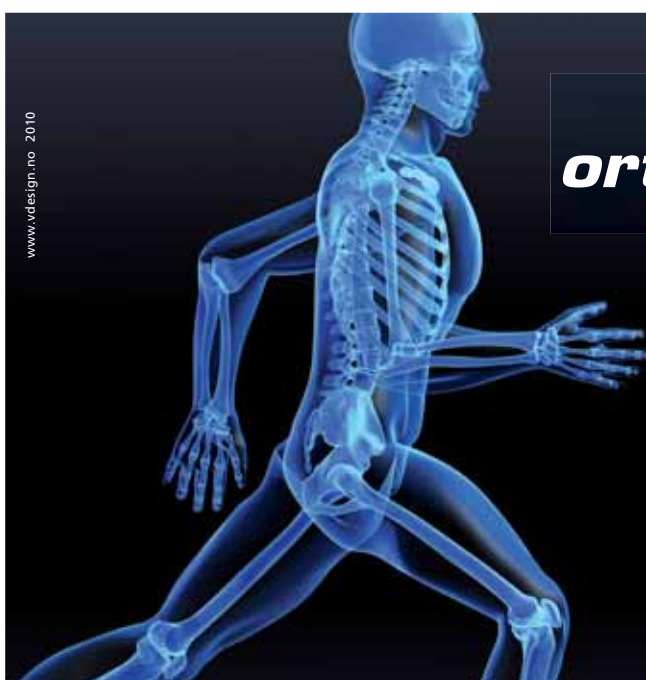


I SAMARBEID MED **ORTOCARE**

Norsk Teknisk Ortopedi AS

Vikaveien 17 - Pb. 10 - 2312 Ottestad
Tlf: 62 57 44 44 - nto@ortonor.no

www.ortonor.no



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

BUSKERUD TEKNISK

ORTOPEDI

Buskerud Teknisk Ortopedi AS
PB 3568 - 3007 Drammen

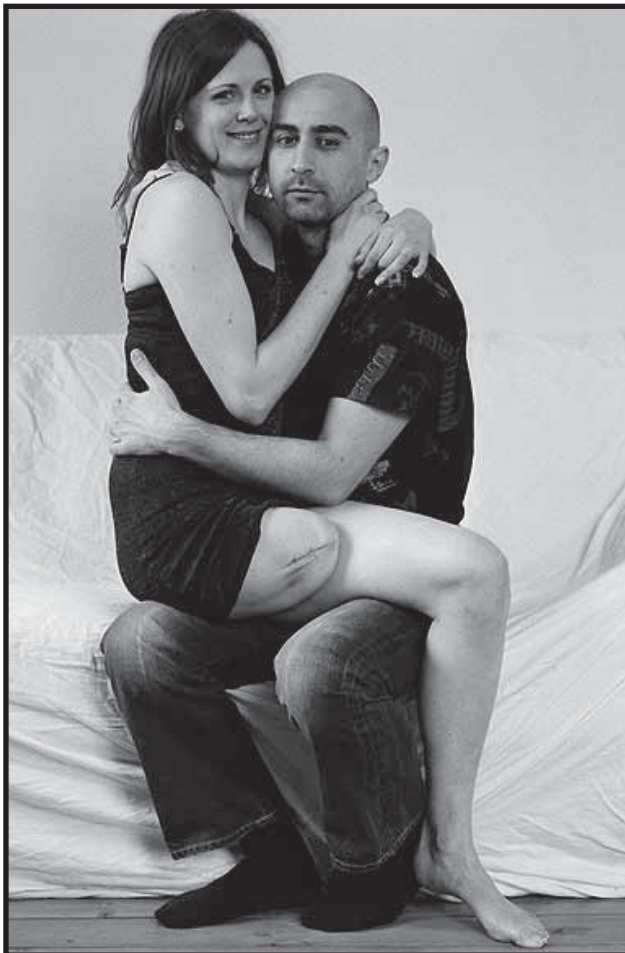
Besøksadresse: Buskerudveien 217

Tlf.: 32 80 93 93

Faks: 32 80 93 94

E-post: post@bto.no

Web: www.bto.no



Bli 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 nå 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.

Enten du er amputert eller pårørende til en som er det, vil vi gjerne ha kontakt med deg.

Ta kontakt nå

Tlf 4000 4360 eller info@momentum.nu



Bli medlem? Adresseforandring? Motta Livsglede?

Er du ikke medlem i Momentum, men ønsker å bli det? Er du medlem, men har skiftet adresse? Ønsker du å få Livsglede fritt tilsendt uten å være medlem?

Klipp ut denne annonsen, fyll ut motsatt side og send utklippet til Momentum - eller gi oss de data vi trenger pr. telefon 40 00 43 60 eller epost info@momentum.nu

Familiemedlemskap (for amputert/protesebruker og øvrige i husstanden), kr 450 per år.

Hovedmedlemskap (for amputert/protesebruker alene), kr 350 per år.

Støttemedlemskap (for slektninger, venner, sympatisører, helsepersonell), kr 250 per år p.p

Bedriftsmedlemskap (for institusjoner, verksteder, leverandører), kr 1500 per år.

Momentum – foreningen for arm- og benprotesebrukere – er til for å spre livsglede og inspirasjon og gjøre hverdagen bedre for amputerte/protesebrukere og pårørende

Foreningen ble stiftet i 1996, har over 600 medlemmer og er representert med lokallag i de fleste av landets fylker

Som medlem får du bladet Livsglede tilsendt fire ganger årlig, mulighet til å delta i weekend-samlinger og andre sammenkomster til sterkt reduserte priser, rabatt på møterom og hotellrom, hjelp i spørsmål knyttet til protesebruk, protesetilpasning, rehabilitering, rettigheter osv.

Gjennom likemannstjenesten får du, ikke minst som nyamputert, tilgang til noen å snakke og utveksle erfaringer med – noen som har kjent det på kroppen selv – etter prinsippet like hjelper like. Slik kan du bli inspirert til raskest mulig å fungere bedre. Likemannstjenesten blir utført av protesebrukere og pårørende som har møtt egne utfordringer og stiller opp frivillig – på sykehus, på rehabiliteringssenter, hjemme hos deg og per telefon.

→ Bla om

Momentum landet rundt

Vi er til for deg og dine. Ta kontakt!

Momentum Øst: Østfold, Oslo og Akershus: Leder Oslo og Akershus: Bjørn-Christian Blindheim bch.rb@hotmail.com T: 94 87 33 74 Likemannskontakt Momentum Øst: Kristin Holter-Sørensen kriholtesor@hotmail.com T: 99 71 97 56	Likemannskontakt: Paul Hagen paul.hagen@momentum.nu T: 98 28 33 58	Marit Havre Nilssen hnmorit@frisurf.no T: 92 03 06 16
Momentum Innlandet: Leder: Liv Karin Søstuen Livkarins@yahoo.no T: 47 02 10 94 Likemannskontakt: Rune Søstuen Livkarins@yahoo.no T: 95 96 52 42	Telemark: Bjørn Thorsen b-thor@online.no T: 93 03 30 06	Sogn og Fjordane: Finn Atle Leirpoll fin-atle@online.no T: 95 19 50 75
Buskerud: Helge Borgevad helge.borgevad@cemex.com T: 90 70 55 45	Momentum Sør: Leder: Henry Gerhard Høyland henry.gerhard.hoyland@gmail.com T: 47 83 94 62 Likemannskontakt: Björg Nodeland bjoenode@online.no T: 95 84 52 09	Møre og Romsdal: Ronny Strandbø rs@tussa.com T: 90 79 92 78
Vestfold: Leder: Hans Emil Møller-Hansen h-moelle@online.no T: 90 18 38 10	Rogaland: Kontaktperson: Helge Svalestad svaleh77@gmail.com T: 95 02 41 34	Momentum Nordland: Leder: Jan-Henry Søberg jan_henry48@hotmail.com T: 91 32 65 70
	Hordaland: Per Arvid Butz perbutz@broadpark.no T: 56 33 16 94	Momentum Troms & Finnmark: Likemannskontakt: Håkon Gebhardt b-gebhar@online.no T: 41 64 03 50
		Likemannskontakt Finnmark: Jill Helen Nilsen jillhni@start.no T: 91 39 57 95

SPORTSKONTAKT:

Kjartan Haugen, T: 90 57 86 15
kjartan@haugen.org

PÅRØRENDEKONTAKTER:

Østfold, Oslo og Akershus:

Turid S. Bornkessel, T: 99 24 67 12
tusle@hotmail.com

Hedmark og Oppland:

Liv Karin Søstuen, T: 47 02 10 94
livkarins@yahoo.no

Hordaland:

Marit Havre Nilssen, T: 920 30 616
hnmorit@frisurf.no

Sogn og Fjordane:

Sigrunn Leirpoll, T: 48 10 56 13
sigrunn-leir@hotmail.com

Nordland, Troms og Finnmark:

Bente Gebhart, T: 41 64 03 50
b-gebhar@online.no

Rogaland:

Erla Einarsdottir, T: 90 79 25 09
erla.einarsdottir@momentum.nu

Agder:

Magne Nodeland, T: 47 89 84 54
mnod@online.no



Momentum

Svarsending
0091 Oslo

Porto betales av mottaker

Navn:

Adresse:

E-postadresse:

Mobil:.....

Familiemedlemskap

Hovedmedlemskap

Støttemedlemskap

Bedriftsmedlemskap

Allerede medlem,
men ny adresse

← Bla om

Fransk presidentvalg:

Jo da, funksjons- hemmede bør få det bedre...

Frankrikes nye president, Francois Hollande, er satt under press for å gjøre hverdagen bedre for landets funksjonshemmede.

Før valget ba APF (Association des Paralysés de France), som er en av de franske foreningene for funksjonshemmede, presidentkandidatene besvare spørsmål som gikk på deres vilje til å arbeide for funksjonshemmedes interesser. Hva med å gjøre Frankrike mer fysisk tilgjengelig for funksjonshemmede, hva med å styrke funksjonshemmedes økonomi...? Spørsmålene var mange.

Hollande for sin del ga uttrykk for at jo da, som president ville han på både den ene og den andre måten ha funksjonshemmedes beste på sin arbeidsplan. Tidlig i mai ble han valgt, ved i siste



Frankrikes nye president, Francois Hollande. Foto fra hans nettsider.

omgang å danke ut den sittende president, Nicolas Sarkozy.

Etter valget minner AFP på sine nettsider om Hollandes positive svar før valget, og foreningen skriver: "Nå gjelder det for herr Francois Hollande å vise at hans løfter tåler møtet med virkeligheten."

Reiseordning for funksjons- hemmede sett som vellykket

**Forsøksordningen med tilrette-
lagte arbeids- og utdanningsrei-
ser for funksjonshemmede har
vist seg vellykket og bør dermed
bli permanent, ifølge en evalu-
ering utført for Arbeidsdeparte-
mentet.**

Evalueringen av den 10 år gamle forsøksordningen (AU-reiseordningen) er utført av Handelshøgskolen i Bodø og Nordlandsforskning. I mai-utgaven av tidsskriftet Samferdsel er evalueringen omtalt i en artikkel skrevet av Gisle Solvoll og Cecilie Anvik, to forskere som står bak evalueringsarbeidet.

"Fordi ordningen fører til at flere personer med funksjonsnedsettelse kan delta i arbeidslivet og etter all sannsynlighet er samfunnsøkonomisk lønnsom, er det på tide å gjøre den til et permanent tilbud for dem som oppfyller kriteriene for å bli godkjent som bruker," skriver de to.

De skriver også: "En samlet vurdering



En god ordning for både funksjonshemmede og samfunnet, mener forskere om AU-reiseordningen. Illustrasjonsfoto: Tidsskriftet Samferdsel.

tilsier at AU-reiseordningen i tillegg til å være samfunnsøkonomisk lønnsom, også virker positivt inn på offentlige budsjetter (økte skatteinntekter og reduserte trygdeutbetalinger er større enn kostnadene ved ordningen)."



MOMENTUM

Hovedstyret i Momentum

NILS-ODD TØNNEVOLD

Styreleder

nils.tonnevold@connectum.no

T: 92 20 16 26

ELIN HOLEN DE-CAPITANI

Nestleder

elin@accuratus.no

T: 99 01 66 92

HANS EMIL MØLLER-HANSEN

Styremedlem

h-moelle@online.no

T: 90 18 38 10

FINN ATLE LEIRPOLL

Styremedlem

fin.atle@online.no

T: 95 19 50 75

KRISTIN HOLTER-SØRENSEN

Styremedlem

kriholtesor@hotmail.com

T: 99 71 97 56

KJETIL BRAGSTAD

Styremedlem

k-brag@online.no

T: 48 60 19 74

LILLIAN PERRET

Styremedlem

perret@online.no

T: 91 76 11 81

GEIR ARNE HAGELAND

Styremedlem

geir.arne.hageland@funkibator.no

T: 90 97 26 82

TOR AALBERG

Varamedlem

toraal@hotmail.com

T: 46 63 06 42

MARIT HAVRE NILSSEN

Varamedlem

hnmarit@frisurf.no

T: 92 03 06 16

Momentum

Tlf 40 00 43 60

info@momentum.nu

LIV KARIN SØSTUEN

Adm. sekretær

liv.karin.sostuen@momentum.nu

T: 47 02 10 94

B ØKONOMI
ÉCONOMIQUE



NORGE P.P. PORTO BETALT

Returadresse:
Momentum
pb. 49 Skøyen
0212 Oslo

FÅR VI PRESEN- TERE – NYE PROPRIO FOOT®

Trapper, bakker og ujevnt terreng – vi lever i en verden som er langt fra flat.

Mange protesebrukere bruker spesielle teknikker for å **mestre trapper, bakker og ujevnt terreng**. Andre velger å unngå slike utfordringer helt.

Össurs nye PROPRIO FOOT hjelper deg, slik at du får en behagelig, stabil og naturlig gange selv i nedoverbakker og trapper. PROPRIO FOOT gir deg 15-20 mm ekstra avstand mellom underlag og sko, noe som minimerer risikoen for å snuble.

Verdens eneste mikroprosessorstyrte protese fot – en opplevelse som overbeviser!

Kontakt oss for mer informasjon på telefon 2261 5770, eller gå inn på www.ossur.se



Les mer om PROPRIO FOOT, og se brukerne fortelle om egne erfaringer på www.ossur.se/Bionic-Technology



Get the free mobile app at <http://gettag.mobi>

bionic
TECHNOLOGY BY ÖSSUR

PROPRIO FOOT®
– because the world is not flat.



Life Without Limitations®