

# Livsglede

BLADET FOR AMPUTERTE/PROTESEBRUKERE 3/2012

MEDLEMSBLAD FOR MOMENTUM, FORENINGEN FOR ARM- OG BENPROTESEBRUKERE  
Bladet er ditt, men la også gjerne noen andre få lese det.

[WWW.MOMENTUM.NU](http://WWW.MOMENTUM.NU)

[www.Facebook.com/momentum.nu](http://www.Facebook.com/momentum.nu)

Telefon: 4000 4360



**NESTEN PÅ HØYDE MED SNØHETTA 14-18**

**EN DANSK-SVENSK-NORSK PRISVINNER 10-11**

**TOPPIDRETTSKVINNE PÅ HELTID - OG PÅ ETT BEIN 21**

A black and white photograph of two men playing frisbee in a grassy park. The man on the right is jumping to catch the frisbee, while the man on the left is throwing it. They are both smiling and looking at the frisbee. The background shows trees and a cloudy sky.

ottobock.

Quality for life

# Den ene bruker Genium.

## – Neste generasjons benprotese

Å kunne gå som vanlig uten å måtte tenke seg om, fremover eller bakover, noen ganger fort, noen ganger sakte – alt avhengig av situasjonen – å gå opp og ned trapper, gå over hinder og sitte avslappet. Enhver amputert og benprotesebruker vet, at dette på ingen måte er en selvfølge.

Nye OPG-funksjonen (optimert fysiologisk gange) gjør at anstrengelsen og behovet for koordinasjon reduseres betydelig, spesielt når brukeren går i skråninger eller på ujevnt underlag.

Ytterligere egenskaper:

- induktiv lading av protesen
- batteridriftstid på fem dager
- interaktiv fjernkontroll
- fem stillbare ekstraposisjoner
- maks. 150 kg brukervekt





MOMENTUMS ÆRESMEDLEM:  
PRINSESSE MÄRTHA LOUISE

## Livsglede 3/2012

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 lærprotesebruker  
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:  
Et høydepunkt er inntatt, ikke veldig  
langt fra Snøhetta, under Momentum  
Innlandets weekend-samling  
på Hjerkin i august.  
Foto: Hans Hekneby Reinertsen.

ISSN: 1891-3040



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

## LEDER

# Takk, gratulasjon og oppfordring

Som medlem av Momentum og leser av dette bladet, er du heldig. Heldig fordi du nyter godt at den innsats mange frivillige i Momentum gjør.

Dermed vil jeg rette en stor takk til deg som er blant de mange engasjerte ildsjeler i Momentum som uselvvisk brenner for at andre skal få det bedre. Det er å være et medmenneske. Tusen, tusen takk for ditt engasjement og din innsats!

Jeg vil også gratulere deg som har deltatt i Paralympics med innsatsen og hva du har prestert. Medaljer eller ikke, det krever mye og står stor respekt av ditt engasjement. Du viser vei for andre. Ved å gjøre det beste ut av det og strekke deg maksimalt er du en kolossal inspirasjon til mer aktivitet, enten det er å klare litt mer og bli i bedre form eller å konkurrere på toppidrettsnivå. For å inspirere til mer sport og aktivitet har vi opprettet et sports- og aktivitetsutvalg. Sjekk [www.momentum.nu](http://www.momentum.nu) og Momentum på Facebook for mer informasjon.

Så vil jeg komme med en oppfordring. Det er lett å sutre og klage over alt som ikke blir gjort og som ikke umiddelbart blir slik du håper. Alle har sitt. Stort eller smått. Det gjelder å gjøre det beste ut av det. Og selv ta ansvar. Og vise samfunnsengasjement.

*Jeg vil gratulere deg som har deltatt i Paralympics. Og takke deg som gjør en frivillig innsats. Og oppfordre deg som leser dette til å engasjere deg mer i sport og aktivitet og i Momentum.*

Det er lett å skylde på andre. Men vi bør begynne med å feie for vår egen dør. Hva kan du gjøre for å utgjøre en forskjell? Hva kan du gjøre gjennom Momentum for andre i samme situasjon som deg? Vi trenger deg. Hvis du ikke tar ansvar, men overlater det til andre, hvis alle andre gjør som deg, kan du glette hva som skjer. Lite eller ingenting.

Ring nå på 4000 4360 eller send en e-post til [info@momentum.nu](mailto:info@momentum.nu) og meld deg til innsats.

På forhånd takk, god høst og livsglad hilsen.

Nils-Odd Tønnevold  
Styreleder

## INNHold:

|                                         |          |                                     |          |
|-----------------------------------------|----------|-------------------------------------|----------|
| En rask prat med: Reidar Karlsen .....  | s. 4     | Med Snøhetta i sikte .....          | s. 14-18 |
| Et blikk på: Erik Ax .....              | s. 6-7   | Kryssordet.....                     | s. 20    |
| Gitte, fysioterapeut og prisvinner..... | s. 10-11 | Mariann, litt av et Momentum-medlem | s. 21    |
| Lesertorget .....                       | s. 12-13 | To dansker bak en ny klinikk.....   | s. 22-23 |

Hvis noen så  
det som umulig,  
så de feil ...



Viljestyrke. Houssein Omar Hassan fra Djibouti løper 1500 meter.  
Foto: London 2012.

**Funksjonsfriske kan bedre enn funksjonshemmede? Ikke alltid og i enhver sammenheng, definitivt ikke.**

Paralympics 2012 minnet verden om at viljestyrke og målrettethet kan veie opp, og vel så det, for en fysisk mangel. Organisasjonskomiteen bak de olympiske og paralympiske sommerlekene i London i august og september mente, da det hele var over, at Paralympics 2012 hadde bidradd til å smadre gamle forestillinger om funksjonshemninger. Sebastian Coe, komiteens formann og fra før kjent som mellomdistanseløper i øverste klasse, snakket om "en seismisk effekt" på folks holdninger til funksjonshemmede.

"Jeg tror ikke at folk noensinne vil betrakte sport på samme måte som før. Jeg tror ikke at de noensinne vil betrakte funksjonshemning på samme måte som før. Vi har snakket om hva vi kan klare fremfor hva vi ikke kan klare," sa Coe.

Paralympiske leker er ikke lenger noe som får oppmerksomhet bare blant de veldig spesielt interesserte: Arrangørene beretter om rundt 2,7 millioner solgte tilskuerbilletter denne gang, og om kringkasting til over 100 land.

Norske TV-seere er blant dem som vil vite at norske utøvere i Paralympics kom hjem med åtte medaljer – tre gull, to sølv og tre bronse.

**Mer fra Paralympics på sidene 8 og 21.**

## En rask prat med... ...Reidar Karlsen

Denne mannen, 1950-årgang fra Sandefjord og med en fargerik arbeidskarriere bak seg, ble legg-amputert på venstre side i 2009 – forklart med en langvarig infeksjonshistorie etter en fotoperasjon som skulle fikse et leddgiktproblem. Reidar Karlsen var i ung alder skipselektriker i utenriksfart, senere elektriker på land, før han ble å finne som elektriker og dernest vedlikeholdsleder på olje- og gassproduksjonsplattformer i Nordsjøen. Leddgikten drev ham på land, han omskolerte seg til diplomøkonom og drev så et eget regnskapsfirma inntil infeksjonshistorien slo til for alvor.

*Som et forholdsvis nytt medlem, har du noen synspunkter på hva som er bra og kanskje ikke så bra med Momentum?*

Det som er bra, er kontakten med andre i tilnærmedesvis samme situasjon. Alle har jo sin individuelle historie. Hva som ikke er bra... det tror jeg faktisk ikke jeg kan komme på. Jeg synes at de som er tillitsvalgt gjør en god jobb. Jeg kan ikke komme på noe å klage på.

*Sammen med din kone, Inger Marie, deltok du i Momentum Innlandets august-weekend på Hjerkin. Ble du fristet til å delta i lignende, fremtidige arrangementer?*

Ja, absolutt. Vi var vel enige begge to om at det var en fantastisk fin helg, med gode opplevelser.



Reidar Karlsen.  
Foto: Hans Hekneby Reinertsen.

*Et godt råd til nyamputerte?*

Det viktigste er vel egentlig å ikke gi opp, men forsøke å komme i kontakt med andre som har vært amputert en stund og dermed få noen gode råd. Det er mye man lur på, og man kan se litt mørkere på situasjonen enn nødvendig.

## Glem ikke at...

... det finnes stadig mer Momentum-relatert stoff på nettet. Følg med i hva som skjer, gjør det via:

[www.momentum.nu](http://www.momentum.nu)

og

[www.facebook.com/momentum.nu](https://www.facebook.com/momentum.nu)

Red.

## Terrengfoten Genesis

er blitt lettere, sterkere  
og med livstidsgaranti  
på bumpere.



### VI FORHANDLER OGSÅ:

- ✓Proteser ✓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](mailto:post@ortopro.no)

**[www.ortopro.no](http://www.ortopro.no)**

## Totalleverandør av protesekomponenter.



### Vi er distributør for:

- Endolite:** Karbonføtter og proteseknær.
- Uniprox:** Materialer, komponenter og tilbehør.
- Medex:** Protesekomponenter.
- PDI:** Komplette protesesystem.
- Mica:** Karbonføtter.
- Sillipos:** Linere og tilbehør.
- Alps:** Linere.



Med kunden i fokus

*Velkommen til starten på en ny hverdag!*

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



**Atterås  
Ortopediteknikk®**

Ortopediteknisk Institutt  
[www.atteraas.no](http://www.atteraas.no)

# En løsningsenes mann

**Det er ikke gitt at Erik Ax hadde sett så mye av verden som han har gjort hvis han ikke for et kvart århundre siden hadde mistet det ene beinet i en rypejaktulykke.**

Flemming Dahl (tekst)  
Hans Hekneby Reinertsen (foto)

For det som fremfor noe har bragt denne småbedriftseieren ut i den store verden, er nettopp det manglende venstrebeinet – eller mer presist det faktum at han er blant de ikke veldig mange i verden som benytter hva som kalles skjelettforankret, eller benvevsforankret, lårprotese:

Han er så fornøyd med denne skru-protesen-av-og-på-ordningen at han på den svenske leverandørens vegne har reist både hit og dit, fra Kina i øst til Chile i vest, og holdt foredrag om den.

*"Det er ingenting som er umulig, det kan bare ta litt lengre tid"*

Kina og Chile, altså, og i tillegg forteller han om reiser til Australia, Japan, USA, Russland, Brasil...

"Jeg har vært rundt omkring for å holde sånne foredrag for legen min, for å fortelle hvordan man kan få et bedre liv," sier Ax i en prat med Livsglede.

"Det er selvfølgelig greit for meg å kunne hjelpe ham som har gitt meg et nytt liv," tilføyer Ax, idet han navngir sin svenske hjelpesmann, doktor Rickard Brånemark.

På den annen side, hvis altså jaktulykken ikke hadde grepet inn i hans hverdag, kan det meget vel tenkes at Ax' tilværelse på ett eller annet vis hadde vært omtrent like spennende og innholdsrik som den nå har vist seg, for Ax fremstår som en av dem her i verden som ser muligheter og kaster seg over dem - nær sagt med eller uten bein. Ta eksempelvis dette at han har vært aktiv innen både lokalpolitikken og næringslivets organisasjonsvirksomhet.

Ax er 72 år gammel, formelt sett pensjonert, men fortsatt styreformann i det mekaniske verkstedet han selv etablerte og ble eier av for mange år siden - før jaktulykken, og dermed før han var en av initiativtagerne til Landsforeningen For Amputerte (LFA), der han ble den første lederen.

For bare noen få år siden, nå, var Ax blant dem som arbeidet, uten å nå i mål, for å slå sammen LFA med Momentum, foreningen for arm- og benprotesebrukere. Han er medlem i begge foreningene og lager ikke noe stort nummer ut av at det ikke er blitt noe av den sammenslåingen han gikk inn for.

Et par uker etter ulykken i 1986, ble det skuddskadete beinet amputert over kneet. I godt over et tiår brukte Ax proteser av tradisjonell hylseforankret type, men slet såpass med dem at han slo til da han etter mye jakting på alternative løsninger fikk mulighet til å bli en av de aller første nordmenn til å forsøke seg med en skjelettforankret protese.

Ordningen er utviklet i Sverige og blir tilbudt ved Sahlgrenska Universitetssjukhuset i Göteborg. Pasienten får kort sagt operert inn en titanskru i lårbensskjelettet, en skru hvor til protesens skrur på og av etter behov. Kort sagt, altså; i praksis er det snakk om en strevsom prosess som gjerne tar et år fra skru-

*"Jeg har lest meg til ting og lært ting og bruker hue uten å ha noen formell utdanning"*

en kommer på plass til pasienten kan gå for fullt på den tilhørende protesen, for øvrig en prosess som ikke alle tenkelige kandidater blir funnet medisinsk egnet til å gjennomgå.

Ax er opprinnelig fra og er forblitt boende i Hyggen, et tettsted ved Drammensfjorden, ikke langt fra Drammen. Sammen med sin kone, Berit, har han to barn. Ett av dem, sønnen Brede, har overtatt farens rolle som daglig leder i det mekaniske verkstedet, AS Metax, som har tilhold ikke langt fra Hyggen.

Det finnes folk som ser gamle Ax som en Petter Smart, for denne mannen, i sin tid børsemakerutdannet i Forsvaret, er åpenbart besnæret av mekanikk og teknologi, selv om han på papiret ikke har ingeniørutdanning. "Jeg har lest meg til ting og lært ting og bruker hue uten å ha noen formell utdanning", sier han.

Uansett, han er en mann som kan finne ingeniørpregede løsninger der han ser at slike mangler. Han har eksempelvis ønsket ut en sikkerhetskobling som sørger for at protesen løsner fra den skjelettforankrede titanskruen hvis protesebrukeren faller – dette i den hensikt å forhindre at titanskruen brekker i fallet. Sikkerhetskoblingen er i bruk av ham selv – og av andre som har fått innoperert titanskru ved Sahlgrenska.

Ta også et annet eksempel: Ax og hans verksted tegnet og konstruerte, på oppdrag fra selskapet Norsk Forsvarsteknologi, en maskin for rensing av elektroniske kretskort, et arbeid som ble tildelt en miljøpris av FN.

Ikke overraskende, i lys av mannens sans for mekanikk og teknologi, er Ax blant dem som er utstyrt med en ganske så avansert protese, avansert også bortsett fra det skjelettforankrede festet: Protesen er datastyrt og kan tilpasses ulike aktiviteter, inklusive alminnelig gange, også inklusive den hesteridningen Ax er blitt så glad gjennom sine år som amputert.

Ax – glad også i treskjæring og padling, og i å reise – er et kjent ansikt for en god del mennesker ute i verden, ikke bare som følge av sine mange fordrag og gjennom sin egen nettside, der han deler sine proteseerfaringer med andre, men også fordi han for noen år siden ble profilert i en av National Geographics tv-sendinger. Der ble hans skjelettforankrede protesefeste brukt som et eksempel på hva ny teknologi kan bety i medisinsk sammenheng.

Det nærmest lyser av Ax at han er veldig takknemlig over å ha den proteseløsningen han har. Men han er selv den første



Erik Ax er en sånn type som finner på ting, som tar initiativ, som etablerer – i arbeids medfør og i det private. Her er han rytter til hest, på Hjerkin i august i år.

til å poengtere at en god proteseløsning alene ikke er svaret på alle den amputertes utfordringer, for han sier noe som går på dette med grunnleggende holdninger:

”Det er ingenting som er umulig, det kan bare ta litt lengre tid. Og så er det veldig

viktig å ha et godt humør; smil til verden, og verden smiler til deg.”

Om skjelettforankret proteser kan være en løsning for andre enn låramputerte? Ja da, ifølge Ax, som sier at det kan være en løsning også for leggamputerte og armamputerte, og, som han tilføyer: ”Til

og med for tommeltottamputerte.”

Mer om Erik Ax og hans proteseløsning på [www.ax.no](http://www.ax.no) og [www.integrum.se](http://www.integrum.se)

## 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](http://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. Sanddal 57 67 28 65. Førde 57 72 24 84



Fart. Menn i 200 meterløp. Foto: London 2012.

# Glimt fra Paralympics 2012



Svette. Kvinner i kamp om maraton-gull. Foto: London 2012.



Glede. Kanadiske menn vinner gull i basketball. Foto: London 2012

## TOV AS

Trøndelag Ortopediske Verksted AS  
St. Olavs Hospital, 7006 TRONDHEIM

*Ditt behov - vår utfordring*

Les mer om vår virksomhet på  
**[www.tov.no](http://www.tov.no)**

## SERVICE MED ORTOPEDISKE OG TEKNISKE HJELPEMIDLER

### Produkter

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

### Tjenester

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

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

# Ny Design, Ny Teknologi...



## Real Technology - Real People

...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.



Element



Aeris Performance



Wave Activity

FILLAUER EUROPE  
**CENTRI**

# En omsorgsfull og krevende fysioterapeut



Gitte Flindt Hilding, prisvinneren. Arkivfoto: Hans Hekneby Reinertsen.

**Mye pent er i årenes løp sagt om fysioterapeut Gitte Flindt Hilding og hennes arbeid med amputerte, så det lå i kortene at hun før eller senere kunne bli vinner av Momentumprisen. Det er hun nå blitt.**

En opplagt vinner, altså, i manges øyne.

Men Gitte selv sier at det kom som en "fantastisk overraskelse" da hun i august - midt under en weekend-samling for amputerte - ble kalt frem for å mot-

ta Momentumprisen 2011.

Weekend-samlingen fant sted på Bakke, Senter for Mestring og Rehabilitering, som er Gittes arbeidsgiver. Den ble arrangert av Bakke i samarbeid med Momentum, foreningen for arm- og benprotesebrukere, den som står bak Momentumprisen. (Mer om weekenden på Lesertorget, sidene 12-13.)

"Plutselig kom dette med prisen", sier Gitte. "Det var utrolig kult."

### "Utrolig entusiasme"

I over ti år har hun arbeidet som fysioterapeut på Bakke, som ligger i landli-

ge omgivelser syd for Halden i Østfold. Og i fem-seks år nå har hun her vært fagansvarlig for amputerte.

"Utrolig entusiasme og engasjement i arbeid for amputerete og deres vei tilbake etter amputasjonen" – disse ordene inngår i Momentums forklaring på at Gitte ble prisvinner.

Flere Momentum-ord om Gitte:

"Hun er en dame med stor omsorg for sine brukere, men er også en person det ikke nytter å lure. Er du hennes pasient, vil hun fort se hvor mye hun kan kreve av deg i rehabiliteringsfasen, og hun finner seg ikke i at man sluntrer unna."

Legg også merke til hva bussjåfør Sven Höglund, frarøvet begge bena i en trafikkulykke, uttaler om Gitte i dette bladets reportasje på sidene 14-18: "Det er hun som har fått meg dit jeg er i dag." Gitte vant 2011-prisen i kategorien "fagperson innen helse". Momentumprisen kan, avhengig av hva som finnes av kandidater i ulike kategorier, tildeles mer enn én gang årlig. Momentumprisen 2011 i kategorien "rehabiliteringsteam" er tidligere tildelt Sykehuset Innlandets dysmeli- og amputasjonsteam på Ottestad ved Hamar (omtalt i Livsglede nr. 2, 2011).

Hvorfor ble så 2011-prisen til Gitte offentliggjort først langt ut i 2012? Forklaringen er at Momentum avventet en passende anledning og at en slik ble funnet i weekenden på Bakke.

### En grensekryssende dame

Gitte er dansk, fra København, men hun bor med sin familie i Strømstad i Sverige – ikke langt fra sitt arbeidssted i Norge. Hun gir denne kortforklaringen på all grensekryssingen:

"Jeg møtte jo min elskling på Bygdin Høyfjellshotell. Der traff jeg min svenske mann i 1989, da jeg arbeidet som kjøkkenassistent i hotellet."

Gitte ser sin jobb som "en drømmejobb". At hun nå er prisvinner, betyr tilsynelatende ikke at hun har tenkt å hvile på laurbærene, for hun snakker med entusiasme om at rehabiliterin-



Prisutdelingsseremonien ble ledet av Momentum Øst-leder Bjørn-Christian Blindheim (til høyre) og nestleder Geir Bornkessel.

Foto: Momentum Øst.

gen av amputerte i Norge kan bli bedre og fremholder at en bedring kan fremkomme gjennom et styrket samarbeid mellom fysioterapeuter og ortopediingeniører.

"Jeg tror pasientene ville profitere på det", sier Gitte, idet hun poengterer at hun på Bakke opplever samarbeidet fysioterapeut-ortopediingeniør som godt, så godt som det i hennes øyne burde være over hele landet.

### Noe å lære i USA...

Om hun ser at rehabiliteringen av amputerte i Norge har noe å lære andre steder i verden? Ja, det ser Gitte, som retter blikket mot amputerte krigsveteraner i USA, eks-soldater som ifølge mange beretninger får den best tenkelige rehabilitering.

Her og nå ser hun ingen anledning til å reise til USA for å studere dette på nært hold - for å ta med seg erfaringer til Norge, til fordel for norske amputerte generelt og krigsamputerte spesielt. Men hun sier seg klar til å reise når anledningen måtte by seg.

"Jeg har en visjon om å besøke amerikanske soldater og se hvordan de blir rehabilitert, det er mitt store ønske", sier hun.

Ja, og så hører det med til historien at Gitte har vært i berøring med Momentumprisen tidligere, nærmere bestemt da Bakke i 2010 vant den i kategorien "Årets rehabiliteringsinstitusjon" (omtalt i Livsglede nr. 4, 2010).

fd

(Enda mer om Gitte i en reportasje fra Bakke-senteret i Livsglede nr. 2, 2010).

## 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](mailto:info@momentum.nu)



### Hva med å gi en gave til Momentum?

**– ring 4000 4360 eller send e-post til [info@momentum.nu](mailto: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 opptreningssenter, 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.



Naturen er for alle – med eller uten hjelpemidler.

## En uforglemmelig weekend på Bakke

**Bakke, Senter for Mestring og Rehabilitering – en naturskjønn perle som ligger ned til Iddefjorden ved Halden. Et rehabiliteringssenter omgitt av skog, grønne enger og et nydelig beplantet område som gir opptrening, rekreasjon og ro i sjelen for dem som trenger dette.**

Turid S. Bornkessel - Momentums pårørendekontakt for Østfold, Oslo og Akershus - har oversendt Lesertorget denne beretningen, sammen med fotos tatt av Geir Bornkessel.

Etter nesten et års planlegging og som et samarbeid mellom Bakke og Momentum Øst var helgen endelig kommet. Invitasjoner var sendt ut, og med 25 påmeldte til Bakke-weekend 10. – 12. august, gledet styret i Momentum Øst seg veldig til denne helgen.

Etter heller en dårlig sommer, så det ut til at værgudene var på vår side. Værmeldingen var bra og det lå duket til en knallhelg.

Weekenden ble åpnet på galleriet av Halvard Bakke Johnsen. Han ønsket oss varmt velkommen og informerte litt om Bakke og hva helgen skulle inneholde av begivenheter.

Så var tiden for utdeling av Momentum-prisen 2011 kommet. Prisen ble delt ut av Momentum Øst-leder Bjørn-Christi-



Kanopadling i strålende vær.

an Blindheim og nestleder Geir Bornkessel. Den overraskede mottaker av prisen var fysioterapeut Gitte Hilding. Hun ble tildelt prisen for utrolig entusiasme og engasjement i arbeid for amputerete og deres vei tilbake etter amputasjonen (mer om Gitte og prisen på sidene 10 og 11, red. anm.).

Vi ble oppfordret til å delta på helgens tippetrim, som var et rebusløp gjennom hele huset.

Klokken 19.30 ble grillen tent på terrassen, hvor vi ble traktert med ventepølser og etter hvert nydelig grillmat og tilbehør.

Lørdag morgen våknet vi til en strålende blå himmel og en gradestokk som endelig viste sommertemperatur. Iført treningstøy møttes vi på plenen nedenfor terrassen for å delta på Tai Chi, mens andre valgte bassengtrening. En helt super måte å starte dagen på.

Etter frokost sto kanopadling på programmet. Vi ble inndelt i to grupper, og første gruppe skulle møtes nede på stranden. Vi ble fordelt to i hver kano, og plutselig befant vi oss ut på en speilblank fjord i nydelig sommersonne. Etter en times tid overtok neste gruppe, og kanopadlingen gikk over all forventning.

Etter lunsj ble vi fordelt på flere biler, så bar det av sted til Elgåfossen. Her skulle de fleste bli utfordret. For noen var det flott å ta seg fram til rasteplassen ved fossen, mens andre kjempet seg vei oppover bratte skåninger til toppen av fossen. Vel kjempet, alle sammen. En stor bragd for alle som rev ned noen barrierer.

Middagen ble servert på terrassen. På menyen sto Halvards fiske/skalldyrssuppe samt reker med tilbehør. Mange var slitne etter dagen, så noen valgte å avslutte på Galleriet med OL-sendingen på tv, mens andre valgte Quiz i peisestua. Etter morgentrim i solskinn med påfølgende frokost, var det duket for DIA-LOGKAFE på terrassen. Her ble vi inndelt i tre grupper. Vi fikk tre oppgaver/utfordringer som vi skulle diskutere. Alle gruppens svar ble samlet sammen i plenum. Disse har vi fått med oss tilbake, og de vil dermed være noe vi i Momentum kan jobbe med. Et flott tiltak fra Bakke. Oppgavene var som følger:

- Hvilke forventninger har du til brukerorganisasjonene
- Hvilke utfordringer har du med å være amputeret
- Hva er dine beste mestringsstrategier

Deretter var det Momentum Øst sin tur til å presentere seg. Bjørn-Christian og Geir presenterte hva vi i Momentum Øst er opptatt av og hva vi jobber med. Hvilke utfordringer vi har



I Bakkes deilige omgivelser ved Iddefjorden.



Smilende mennesker, blant dem prisvinner Gitte (blå overdel).

og hva det gir oss å jobbe for og med amputerete og deres pårørende slik av deres hverdag kan bli så bra som de selv ønsker.

Vi vil gjerne takke Halvard og alle ansatte på Bakke for at de gjorde denne helgen mulig. Et uforglemmelig opphold for alle oss som var til stede. TUSEN TAKK!

[www.och.no](http://www.och.no)

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

OCH ortopedi AS

Bevegelseshemming skal ikke stå i veien for livskvalitet.

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

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

13

# Spar penger

## - få rabatt på overnatting og møterom

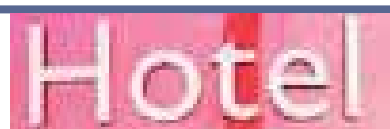
Ta kontakt med hotellet du ønsker å benytte eller direkte med oppført kontaktperson - oppgi avtalekoden.

God tilgjengelighet til hotellene er ett av FFOs mål med avtalene.

### Mer informasjon

Les mer om hotellavtalene på - [www.ffa.no/hotellavtaler](http://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](mailto: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.eliassen@scandichotels.com](mailto:mads.eliassen@scandichotels.com)  
(avtalekode D000004481).

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



Jevnt og trutt oppover. Kun enkelte steder var det riktig bratt.

# Opp, opp, opp i retning Snøhetta



Se på den blomsten...

Enkelte steder var den så bratt, den pent anlagte gangveien i retning fjelltoppen Snøhetta, at en rullestol med 2,5 hestekrefters motor og en tung mann i setet slet litt mer enn den tilsynelatende var konstruert for. Men da et par mann ga kjøredningen en dytt i ryggen, gikk det bra...

#### Reportasje fra Hjerkin:

Flemming Dahl (tekst)

Hans Hekneby Reinertsen (foto)

Nei, tro ikke at vi kom oss helt til den snøbelagte Snøhetta's topp, vi som denne lørdagen i slutten av august deltok i et

weekend-treff på Hjerkin i Dovre kommune i Oppland fylke, i regi av lokallaget Momentum Innlandet. Det sto da heller ikke i programmet at vi skulle gjøre det. Ekspedisjonen i retning Snøhetta, hvis høyde er målt til 2286 meter over havet, tok utgangspunkt i Hjerkin Fjellstue. Her var de 20-30 weekend-deltagerne ankommet fredag ettermiddag, for å innlosjere seg, spise, hygge seg, aktivere seg og helt innledningsvis bli informert - av lokallagsleder Liv Karin Søstuen og den amputerte TV-kjendis Geir Arne Hageland - om de kommende to dagers aktiviteter: Hesteridning og gruvebesøk foruten Snøhetta-ekspedisjonen.

Et arrangement i regi av et lokallag i Momentum, altså, men ikke desto mindre var invitasjoner gått ut til Momentum-



folk på nasjonalt plan. Så kom det da også deltagere fra både ganske nært og ganske fjernt.

### En syklende trønder

Mens det fortsatt er fredag og vi nå forbereder oss mentalt på neste dags Snøhetta-ekspedisjon, se der... der blant deltagerne er en trønder ved navn Tor Aalberg. Var det ikke denne mannen,



Mannen som skal vise seg å kunne fortelle en dramatisk historie, Sven Höglund. Her med sin kone, deres sønn og sønnens kamerat.



Noen proteser, en rullestol, et par krykker – hver turgår sin stil.

låramputert etter en arbeidsulykke for noen år siden og hovedstyremedlem i Momentum, som ifølge årets sommerutgave av Livsglede skulle delta i sykkelrittet Trondheim-Oslo, som skulle avvikles i juni?

Jo da, det var denne Aalberg, kan mannen nå selv bekrefte. Men hvordan var det så gått med den påtenkte sykkelturen, omtrent 540 kilometer lang, hadde han i det minste kommet seg av gårde fra startstreken?

Ja da, det hadde han, fastslår mannen, og han hadde i tillegg fullført styrkeprøven. Som deltager i årsklassen 49-54 – her var det ikke snakk om noen egen klasse for funksjonshemmede – var han kommet i mål i Oslo etter en ferd som hadde tatt 22 timer og 30 minutter, bare noen korte gå-bak-buskene-pregede stopp underveis, beretter han, bortsett fra et annet kort stopp hvis hovedhensikt var å muliggjøre skifte tøy etter en solid regnværdsusj.

Bare ved å høre om alt dette, kan et alminnelig søndagstursyklende menneske bli øm i skrittet og sliten i beina og ryggen og hodet. Men hør hva Aalberg så forteller, denne Aalberg som hadde

syklet Trondheim-Oslo-rittet ni ganger tidligere, før han nå i sommer for første gang deltok med et ekte bein på den ene pedalen og en spesiallaget protese på den andre:

”Det gikk som forventet, egentlig. Jeg ble sterkere og sterkere mot slutten, da gikk det lettere og lettere. Dette har nok med langtidstrening å gjøre.”

Om han kan tenkes å ville delta i dette årlige sykkelrittet også neste år? Nei, Aalberg forklarer at han fortsatt vil dyrke den syklingen han er så glad i, men at Oslo-Trondheim krever flere treningstimer enn han for fremtiden ønsker å sette av tid til. Ti ganger får altså være nok, mener han.

### Et gammelt skytefelt

Fredag er blitt til lørdag, vi setter oss i biler for noen minutters kjøring til en parkeringsplass i nærheten av Hjerkin jernbanestasjon, også i nærheten av noen militære bygninger. Ja, for vi er nå i et område der et mange tiår gammelt og 165 kvadratkilometer stort skytefelt er i ferd med å bli eliminert; ifølge statlige Forsvarsbygg er det snakk om intet mindre enn ”Norgeshistoriens største

*Fortsetter neste side*



Jo da, det var denne mannen, Tor Aalberg, som syklet fra Trondheim til Oslo i sommer.

Fortsettelse fra side 15

naturrestaurering”, det som her finner sted.

Forsvarsbygg skriver på sine nettsider om ”et helt unikt miljøprosjekt i norsk og internasjonal målestokk” og om ”et pionerarbeid for både forsvars- og naturvernsektoren”, et prosjekt som ”vil styrke det rike og sårbare dyre- og plantelivet i området, blant annet økt sikring av



Viewpoint Snøhetta, en utsiktspaviljong med iøyenfallende arkitektonisk utforming.

et av Nord- Europas største økosystem med villrein.”

Prosjektet inkluderer fjerning av eksplosiv- og ammunisjonsrester, metallskrap og annet avfall samt av bygninger og titalls kilometer veier. Det ble igangsatt for noen år siden, da Forsvaret konsentrerte seg om andre øvelsesområder, og ventet vare i ennå åtte-ni år.

Men det er altså lørdag, nå, og vi ser praktisk talt intet til prosjektaktivitetene. Fjellets stillhet råder. Det skal være moskusdyr i området, men vi ser intet til dem heller mens vi beveger oss oppover langs den halvannen kilometer lange gangveien – opp, opp, opp i retning Snøhetta, men altså langt fra helt til Snøhettas topp. Vårt mål denne dagen er det som kalles Viewpoint Snøhetta, et på Tverrfjellet beliggende utsiktssted hvorfra Snøhetta kan beskues.

### En dramatisk historie

Mannen i rullestolen som får noen dytt i ryggen de stedene gangveien er på det bratteste, viser seg å være Sven Höglund,

en svenske, født i 1954, som for mange år siden fant tilhold i Norge og nå er bostatt i Trøgstad kommune i Østfold fylke. Ethvert menneske har sin historie, og den historien Höglund gir noen glimt inn i, er både spennende og dramatisk.

Han forteller at han var sjømann på noen av de store hav før han ble turbuss-sjåfør og i løpet av et par titalls år tilbakela tusener på tusener av kilometer vei rundt omkring i Europa, ikke minst i Russland. Så en dag, forteller han, inntraff en ulykke som frarøvet ham begge bena, det ene fra over kneet og det andre fra under kneet.

Höglund tegner et bilde av seg selv der han en novemberdag i 2010 kjører en turbuss, heldigvis tom for passasjerer, langs Østre Aker vei i Oslo. Bildet viser at han har en tungbil foran seg på veien, at tungbilen bremses, at den skal vise seg å bremse kraftigere enn Höglund tar høyde for, med den følge at turbussen smeller inn i tungbilens bakpart.

Sykehusopphold på Ullevål, på A-hus, i Fredrikstad, så rehabilitering på Bakke i Østfold... Det høres egentlig ganske greit ut når Höglund - en mann med godt humør, også en mann som ikke legger skjul på at nedturer forekommer - forteller nå i ettertid. Noe av det han husker fra tiden etter ulykken, er at han fikk mye god behandling og hjelp, ikke minst fra fysioterapeut Gitte Hilding på

Fortsetter side 18



Også ridning sto på weekend-programmet – for dem som ville.



*Verdens første  
vanntette mikro-  
prosessorstyrte kne.*

Kontakt din ortopediingeniør eller  
Helge Klausen i firmaet Norseas  
per [hsklausen@msn.com](mailto:hsklausen@msn.com)

For mer informasjon:  
[www.freedom-innovations.eu](http://www.freedom-innovations.eu)

**3 års  
garanti**

Fortsettelse fra side 16

Bakke (les om Gitte på sidene 10 og 11). Höglund forteller om "kjempejobbing" fra Gittes side og sier at "det er hun som har fått meg dit jeg er i dag."

### Et flott høydepunkt

Vi når Viewpoint Snøhetta – både Höglund, hans filippinske kone Veronica, deres sønn Carl Patrick på åtte år, sønnens kamerat Erik André på syv og vi andre. Nå er vi sånn omtrent halvveis i weekend-programmet, rent bortsett fra at vi er godt og vel 1200 meter over havet. Höglund uttrykker begeistring: "Dette er en kjempegreie, jeg er helt strålende fornøyd."

Viewpoint Snøhetta er en liten utsiktspaviljong med en iøynefallende arkitektonisk utforming. Den er bygget av tre, stål og glass – mye glass på nordsiden, som vender mot Snøhetta. Paviljongen – tegnet av arkitektfirmaet Snøhetta, nær sagt naturlig nok – ble åpnet i fjor, hol-



Samling for fotografen, foran fjellstua hvor vi bodde.

der åpent i sommerhalvåret, tiltrakk seg i fjor rundt 10 000 besøkende, har vunnet priser internasjonalt og er bygget på initiativ fra det offentlig støttede Norsk Villreinsenter Nord.

Inne i paviljongen eller utenfor, på dette naturens flotte høydepunkt er det tid for nistepakkene og termosene – og for å nyte det gode sensommerfjellværet. Hjelpes meg, så fint det er å være på tur i høyden.

Ikke underveis opp hit til høydepunktet, ikke mens vi er her og heller ikke under tilbakenedturen lar noen seg merkbart skremme av avisskriverier om at underjordiske hulrom her, sånne som stammer fra tidligere gruvedrift, skulle kunne få bakken under oss

til å kollapse...

### En fin weekend

Vel tilbake på fjellstua kan folk gjøre sånn omtrent som de vil, intet spesielt står på det offisielle programmet; en opprinnelig programpost som fortalte om padling på Hjerkinndammen, er tonet ned til et budskap om at hvis noen skulle ville padle, så kan de padle i egen regi. Fint, mener mange av oss, med en rolig lørdagsettermiddag fjernt fra storbyens larm.

Det var snakk, nå, om at noen Momentum-folk skulle være blitt skremt fra å delta i denne weekenden, skremt av forestillinger om at ekstremsport sto på programmet. Uansett, deltagere i weekenden kunne fastslå at det ikke dreide seg om ekstremsport, snarere om alminnelig friluftsliv i norsk fjellterreng, skjønt det skulle vise seg at noen ikke følte seg veldig høye i hatten da de søndag formiddag fant seg sittende på en hesterygg.

For all del, en rideopplevelse med en av stedets mange hester var ingen obligatorisk øvelse; programmet bød på en alternativ aktivitet, et besøk i nærliggende og for lengst nedlagte Folldal Gruver. Dette er gruver der utvinning av kobber, sink og svovel er blitt etterfulgt av opplevelsesaktiviteter, inklusive en tur inn i de gamle gruvene – ombord i et lite, gammelt, skranglende gruvetog – og beretninger der inne i halvmørket om tidligere generasjoners slitsomme tilværelse.

Med nye erfaringer, fra hesteryggen eller fra gruvebesøket, ble weekend-deltagerne igjen samlet ved fjellstuas lunsjbord – før vi sa takk for den fine weekenden og god tur hjem og på gjensyn.



Noen valgte gruvebesøk fremfor hesteridning.

## 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**<sup>®</sup>

— The Dictus Band —

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



soleus<sup>™</sup>

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



[www.erimed.se](http://www.erimed.se)

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





Uten mat og drikke... som idrettskvinne på toppen opererer Mariann Vestbøstad Marthinsen i et internasjonalt miljø. Foto: Privat.

*Paralympics-deltager og mye mer:*

## Litt av et Momentum-medlem

**Søndag 9. september fylte Mariann Vestbøstad Marthinsen 28 år – og deltok dessuten i den flotte avslutningsseremonien for Paralympics 2012, der hun representerte Norge i svømming.**

Det går vel an å si at hun representerte Momentum også, for fra flere år tilbake er Mariann, kjent også fra langrennsløypene, medlem i denne foreningen for arm- og benprotesebrukere.

Langt fra alle medlemmene i Momentum kjenner henne personlig. Se det gjerne i sammenheng med at Mariann, lærerputert på høyre side etter en påkjørsel da hun var to år gammel, er internasjonalt toppidrettsutøver på tilnærmet heltid og dermed så mye på reisefot og så travel med trening at hun finner det vanskelig å avsette tid til Momentum-aktiviteter.

Sitt klubbtilhold har hun i Vestkantsvømmerne og i Loddefjord IL. Hun forteller at økonomien stort sett sikres av stipendier og hennes manns arbeidsinntekter.

### **Svømmemester**

Folk rundt om i verden som fulgte med i årets Paralympics, vet at Mariann der oppnådde en fjerdeplass på 100 meter ryggsvømming. Bare en fjerdeplass, vil hun visst selv ha det til. "Jeg hadde ikke full klaff", forklarer hun i en samtale med Livsglede.

Men bildet av henne som svømmer

står der som veldig solid, uansett: Bronse i 100 m rygg i Paralympics i Beijing i 2008, gull i samme øvelse i VM i Rio de Janeiro i 2009... Dette er blant alt det hun kan skilte med fra her og i verden.

Mariann, opprinnelig fra Fitjar på Stord, nå bosatt i Bergen, en aktiv kristen, vernepleier av utdanning og arbeidende som vikar i barnehage – "innimellom, når jeg har tid", som hun selv sier – fastslår at det nå i det store og hele er slutt med svømmingen for hennes del. "Nå er det bare langrenn", sier hun.

### **Langrennsmester**

Innen langrenn, som innen svømmingen, har hun for lengst satt spor etter seg:

"Jeg hadde en veldig bra sesong i fjor, da vant jeg verdenscupen, faktisk", sier hun, tilsynelatende vel vitende om at ikke alle følger så godt med i idrettsverdenen at de er seg dette bevisst.

Hun kan vise til mye mer i tillegg innen langrenn, inklusive to bronsemedaljer fra VM i 2011.

Rekorder og medaljer så å si en masse. Og under den NRK-fjernsynssendte Idrettsgallaen i 2006 ble hun kåret til Årets funksjonshemmede utøver i Norge i 2005. Litt av en dame, dette Momentum-medlemmet.

fd

Nordens största  
leverantör av  
CAD/CAM  
system inom  
Ortopedteknik

**OMEGA**  
Tracer

**RODIN** 4D

nordic  
C  
rtopedica



support

kreativitet

flexibilitet

**webbkatalogen**  
www.nordicortopedica.se

To ortopediingeniører etablerte seg i Moss:

# En ny klinikk - og et budskap

**Allerede lenge før de i fjor etablerte en ny ortopedisk klinikk, var Torben Tejlgaard og Robert Fuglø erfarne nok til å vite at en god amputasjonsstump er et godt utgangspunkt for å utstyre en amputert med en velfungerende protese.**

Flemming Dahl (tekst)  
Hans Hekneby Reinertsen (foto)

De to ortopediingeniørenes budskap i så henseende går på at sykehuspersonell som foretar amputasjoner, eller brått kan komme til å gjøre det, bør være seg bevisst at en god amputasjonsstump kan bidra til en bedre fremtid for pasienten. Budskapet er tidligere blitt utbasunert av andre, men Tejlgaard og Fuglø mener at det definitivt tåler å bli gjentatt.

"Vi møter problemet med en gang når vi mottar en pasient med en vanskelig amputasjonsstump," sier Tejlgaard.

Han og Fuglø hadde lang yrkeserfaring og kjente hverandre fra gammelt av da de gikk de sammen om å dra i gang en klinikk i en by hvor de øynet et marked, Moss i Østfold. Den heter Moss Ortopedisk Klinikk AS.

Hvordan går så butikken, nå godt over et år etter åpningen?

"Vi har ikke gått med underskudd det

første driftsåret, for å si det sann," sier Fuglø, før Tejlgaard utfyller ham: "Det går bra."

De forteller om god mottagelse i området, om kunder som setter pris på å ikke måtte reise langt for å få hjelp, dessuten om kunder som kommer fra andre steder i landet.

Tejlgaard og Fuglø er begge fra Danmark – Tejlgaard fra det som kan kalles fastlands-Danmark og Fuglø fra de danske, riktignok langt på vei selvstyrte, Færøyene. Begge skaffet seg utdanning i Sverige, der de traff hverandre og ble venner.

Tejlgaard arbeidet i Oslo, Tønsberg, Oslo igjen og så i Fredrikstad før han ga seg i kast med klinikken i Moss – dit Fuglø kom etter å ha arbeidet i Island, Drammen, Oslo, Hamar, Bodø og Tønsberg.

Fra januar i år har de hatt med seg en tredje medeier, Lene Bogen Tejlgaard, som er gift med Torben Tejlgaard. Hun er norsk, arbeider som ortopedi- og skotekniker i klinikken og har yrkeserfaring fra Tønsberg, Fredrikstad og Drammen. En liten virksomhet, den nye klinikken i Moss, som holder til i Helsehuset. Men den skiltes med at den "tar mål til, tilpasser og justerer de fleste typer ortopediske hjelpemidler", hvilket vil si at den arbeider med slikt som ortoser, fotsenger og spesialsko foruten proteser. Klinikken

ser vekstmuligheter og skaffer seg dessuten bredde ved å samarbeide med ulike fagmiljøer, hvorav noen har tilhold så å si vegg-i-vegg i Helsehuset.

Protesebrukere utgjør et lite mindretall av kundene, slik tilfellet er også ved mange andre ortopediske klinikker. Hva proteser angår, arbeider klinikken bare med benproteser, ikke med armproteser. Forklaringen ligger i at det finnes få armamputerte målt mot antallet benamputerte, med den følge at det for en liten klinikk kan være smart å henvise armamputerte til noen som har ekspertise på feltet, fremfor selv å etablere slik



"Vi har ikke gått med underskudd det første driftsåret, for å si det sann," sier Robert Fuglø.

 **teknomed as**  
ortopediteknisk senter

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

*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](mailto:info@teknomed.no)  
[www.teknomed.no](http://www.teknomed.no)



Torben Tejlgaard (t.v.) og Robert Fuglø vurderer en fot tilhørende en kunde. ekspertise.

Budskapet om gode amputasjonsstumper gir ikke Tejlgaard og Fuglø slipp på; de ser den nå pensjonerte amputasjons-

kirurg Per J. Lerud som et eksempel til etterfølgelse.

"Han har gjort en kjempejobb angående dette å spre informasjon og kunnskap,"

sier Fuglø. Tejlgaard følger opp:

"Lerud var engasjert i dette. At du får flere engasjerte folk som holder systemet oppe, opplæringsystemet, det er viktig."

23



- 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.»

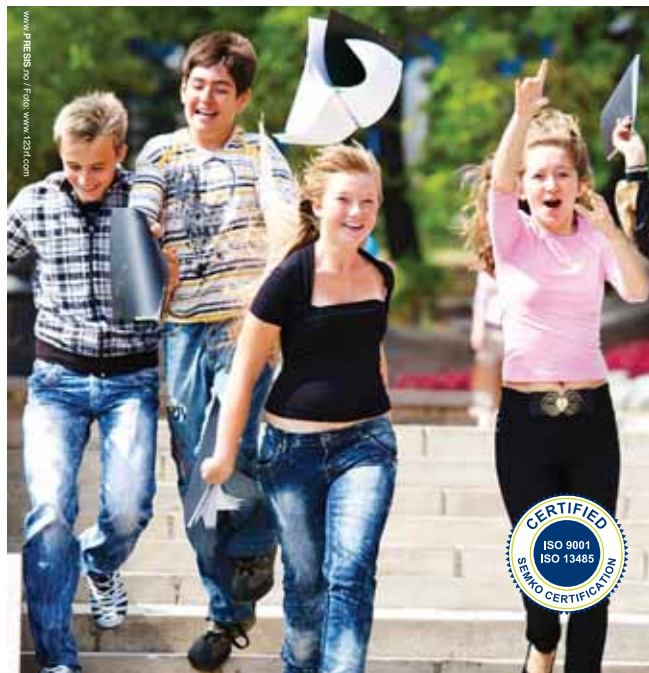


### Sophies Minde Ortopedi AS

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

Kontaktinfo:  
Sentralbord 22 04 53 60, [post@sophiesminde.no](mailto:post@sophiesminde.no)

[www.sophiesminde.no](http://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



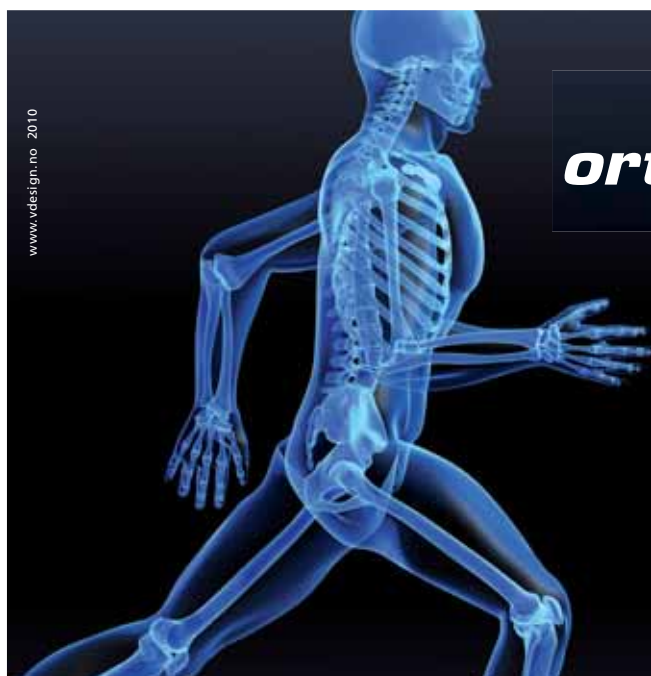
I SAMARBEID MED ORTOCARE®

Norsk Teknisk Ortopedi AS

Vikaveien 17 - P.b. 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 medlem? Adresseforandring?

Er du ikke medlem i Momentum, men ønsker å bli det? Er du medlem, men har skiftet adresse?

Klipp ut nedenfor, fyll ut og send utklippet til Momentum, eller ring oss på telefon 40 00 43 60 eller skriv epost til "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.



## Momentum

Svarsending  
0091 Oslo

Porto betales av mottaker

Navn: .....

Adresse: .....

E-postadresse: .....

Mobil:.....

☐ **Familiemedlemskap**

☐ **Hovedmedlemskap**

☐ **Støttemedlemskap**

☐ **Bedriftsmedlemskap**

☐ **Allerede medlem,  
men ny adresse**

# 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

**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

**Buskerud:**

Helge Borgevad  
helge.borgevad@cemex.com  
T: 90 70 55 45

**Vestfold:**

Leder: Hans Emil Møller-Hansen  
h-moelle@online.no  
T: 90 18 38 10

**Likemannskontakt:**

Jan Eirik Singstad  
janeirik@midtvestfold.no  
T: 48 18 58 76

**Telemark:**

Bjørn Thorsen  
b-thor@online.no  
T: 93 03 30 06

**Momentum Sør:**

Leder: Henry Gerhard Høyland  
henry.gerhard.hoyland@gmail.com  
T: 47 83 94 62

Likemannskontakt:  
Bjørn Nodeland  
bjoenode@online.no  
T: 95 84 52 09

**Rogaland:**

Kontaktperson:  
Helge Svaalestad  
svaleh77@gmail.com  
T: 95 02 41 34

**Hordaland:**

Per Arvid Butz  
perbutz@broadpark.no  
T: 56 33 16 94

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

**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

**Momentum Nordland:**

Leder: Jan-Henry Søberg  
jan\_henry48@hotmail.com  
T: 91 32 65 70

**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:**

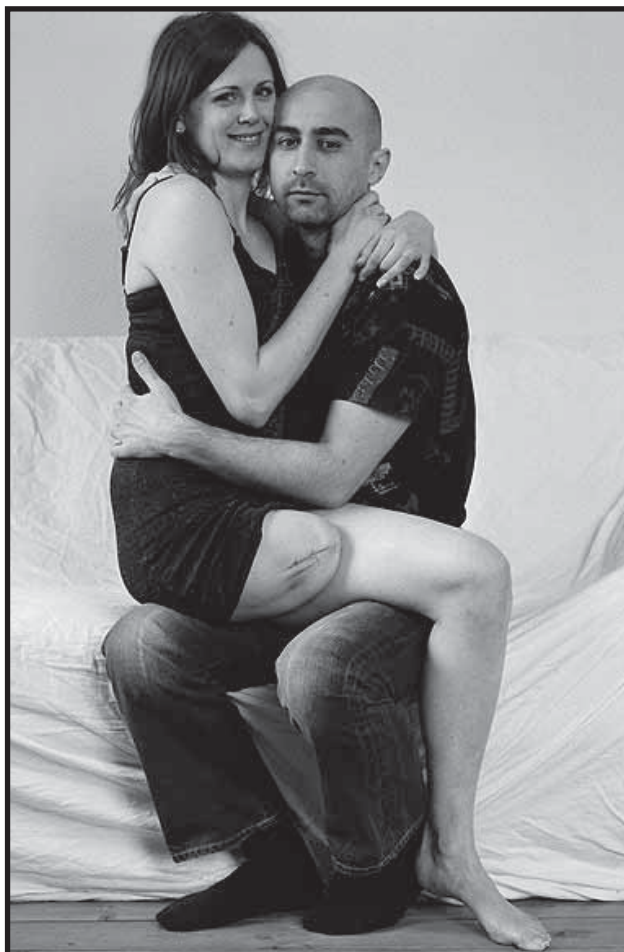
Bente Gebhart, T: 41 64 03 50  
b-gebhar@online.no

**Rogaland:**

Erla Einarsdottir, T: 90 79 25 09  
erla.einarsdottir@momentum.no

**Agder:**

Magne Nodeland, T: 47 89 84 54  
mnod@online.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.no](mailto:info@momentum.no)

# Enklere bussreiser i Trondheim



Illustrasjon fra Trondheim kommunes nettsider.

**Litt etter litt blir Norge - og for den saks skyld verden for øvrig - mer og mer universelt utformet.**

Ta Trondheim, for eksempel, der den ene bussholdeplassen etter den andre nå for tiden blir ombygget for at det skal bli enklere for folk, ikke minst dem som på et eller annet vis er funksjonshemmet, å komme seg på og av

bussen: Nivåforskjeller mellom holdeplass og bussgulv blir fjernet, ledelinjer i form av såkalte taktile heller blir lagt med spesiell tanke på blinde og svaksynte...

## Høflighet er god butikk...



*En bransjeforening som viser forståelse for at kunder setter pris på å føle seg godt behandlet.*

**Det hadde i bunn og grunn med oppdragelse i høflighet å gjøre da The British Beer & Pub Association, en bransjeforening for britiske bryggeri- og pubeiere, i sommer sendte ut et veiledende skriv...**

Det poengterer at puber kan tjene penger på å legge forholdene godt til rette for alle, funksjonshemmede inkludert. Gode adkomstmuligheter, gode bevegelsesmuligheter på innsiden, god skilting av fornuftig innredede toaletter, servering ved bordene for kunder som ikke enkelt kommer seg bort til bardisken... I veiledningsskrivet får pubeiere noen ideer om hva de kan gjøre, hvis de ikke allerede har gjort det. Skrevet forelå like forut for sommer-OL og Paralympics i London – de digre arrangementene som skulle trekke veldige mengder tilreisende, inklusive tusener av funksjonshemmede, til den britiske hovedstaden.

## Si hva du mener!

**Hva bør de gripe fatt i, folk som på vegne av det offentlige arbeider for at personer med nedsatt funksjonsevne skal kunne delta i samfunnet på linje med andre?**

Deltasenteret, som er statens kompetansesenter for deltagelse og tilgjengelighet, meddeler at det gjerne tar i mot innspill om dette.

Bakgrunnen ligger i at Deltasenteret har fått i oppgave å følge opp fylkers

og kommuners lokale råd for funksjonshemmede.

At slike råd finnes, har sin forklaring i en etter hvert gammel lov: Lov om råd eller annen representasjonsordning i kommuner og fylkeskommuner for menneske med nedsett funksjonsevne m.m.

Deltasenteret utarbeider nå en plan for den nye oppfølgingsjobben og melder at det gjerne mottar innspill via denne adressen: anders.eriksen@bufdir.no.



# 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.atile@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.no

LIV KARIN SØSTUEN  
Adm. sekretær  
liv.karin.sostuen@momentum.no  
T: 47 02 10 94

B ØKONOMI  
ÉCONOMIQUE

NORGE P.P. PORTO BETALT



Returadresse:  
Momentum  
pb. 49 Skøyen  
0212 Oslo



## GÅ UBEKYMRET HVOR DU VIL. NÅR DU VIL.

For første gang i verdenshistorien tilbyr Össur trans-femoralt amputerte en fullt integrert proteseløsning med Bionic Technology – SYMBIONIC® LEG.

Benytter du deg av spesielle teknikker for å overvinne trapper, hellinger og ujevnt terreng? Eller unngår du slike områder helt?

Med SYMBIONIC LEG kan du gå ubekymret *hvor* du vil, *når* du vil og i tillegg på en energibesparende, behagelig og selvsikker måte. Protesens evne til å oppfatte og reagere – hurtigere enn deg selv – på om du er i ferd med å snuble er ytterligere en virkelig verdifull egenskap.

SYMBIONIC LEG består av et protesekneledd og en protesefot som begge hver for seg er programmert med en kunstig intelligens slik at den på best mulig måte forstår og reagerer på hvordan nettopp *du* vil gå. Knees og fotens unike evne til samarbeid gjør at funksjonen blir "1 + 1 = 3".

Vil du vite mer om SYMBIONIC LEG?  
Kontakt Össur Nordic, tlf. 2261 5770 eller  
tlf. +46 18 18 22 00, eller gå inn på  
[www.ossur.com/bionic](http://www.ossur.com/bionic).

Se filmen "Össur's Health Heroes"  
på [www.youtube.com](http://www.youtube.com). Søk på Össur Media.  
Get the free mobile app at <http://gettag.mobi>



# SYMBIONIC® LEG

bionic  
TECHNOLOGY BY ÖSSUR

[www.ossur.com/bionic](http://www.ossur.com/bionic)



Life Without Limitations®