

Livsglede

BLADET FOR AMPUTERTE/PROTESEBRUKERE 2/2015



**ELSIE OG DANIEL – SAMMEN PÅ
MOMENTUM-WEEKEND I HARSTAD 14-18**

**ARNE MANGLER EN HÅND, MEN:
"JEG ER IKKE HANDIKAPPET" 4**

**PROTESEBRUKERE FRA SYV LAND
SAMLET UNDER ÉN PARAPLY 11**



blatchford
ORTOPEDI AS

En slagkraftig partner

Blatchford Ortopedi AS samler 130 norske spesialister på ortopediteknikk i ett selskap. Sammenslåingen vil gi de lokale bedriftene mer kunnskap og flere valgmuligheter som vil hjelpe brukerne til en bedre hverdag.

blatchford.no





MOMENTUMS ÆRESMEDLEM:
PRINSESSE MÄRTHA LOUISE

Livsglede 2/2015

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

Layout: Christine Wigaard
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:
Elsie Ogoleh og Daniel Gregor
Hæsen Wellington, to nye ansikter
i Momentum-gjengen, under skønnert-
utflukten som innledet Momentum-
weekenden i Harstad i slutten av mai.
Foto: Hans Hekneby Reinertsen.

ISSN: 1891-3040



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

LEDER

På tvers av landegrenser

Verden blir stadig mindre. Internett og flere og billigere flyforbindelser sørger for det. Det oppstår nye kontakter over landegrenser.

Nye kontakter også mellom protesebrukere, med den følge at et nytt samarbeide mellom protesebrukerforeninger nå er et faktum.

25. mars i år, i Paris, møttes representanter for protesebrukerforeninger fra syv europeiske land og forente sine krefter ved å stifte paraplyorganisasjonen International Confederation of Amputee Associations (IC2A).

"Samlet er vi sterkere."

De syv foreningene representerer til sammen over 4000 medlemmer. Samlet er vi sterkere, det er naturligvis tanken bak nyetableringen.

Ved å hente inspirasjon fra hverandre og stå samlet kan vi oppnå mer for flere, og raskere, enn om hvert land ble stående alene, ettersom mål og utfordringer er de samme på tvers av landegrensene.

IC2A har til hensikt å sikre kvalitet ved å innføre standarder for protese-tilpasning, hylseplassform, rehabilitering og leveringstid – og ved å sikre frihet til å velge verksted og behandlingssted samt frihet til å velge protese-komponenter, også ved å sikre finansiering av proteser og rehabilitering for alle.

Deltagerne i den nye organisasjonen skal arbeide målrettet for å inspirere og støtte hverandre til å være positive og se lyst på livet og oppmuntre til mer fysisk aktivitet og sunn livsstil gjennom aktiviteter og arrangementer.

*Jeg ønsker alle en riktig god sommerferie.
Og husk: Samlet er vi sterkere!*

Livsglad hilsen

Dr. Nils-Odd Tønnevold
Styreleder

Se forøvrig omtale av IC2A på side 11.

AV INNHOLDET:

En rask prat med Arne Kirkeby Berg	s 4	Samling over mange landegrenser	s 11
Rullestolbrukere, velkommen om bord	s 8	Weekend i midnattssolens land	s 14-18
Nye aktivitetsmuligheter til høsten	s 10	Et aldri så lite bidrag til økt trafikksikkerhet	s 24-25

Godt stoff

Svømming, sykling og løping – dette er elementene i triatlon. For å gjøre seg godt gjeldende i denne kombinasjonen kreves hurtighet, styrke, utholdenhet ...

Blant dem som lenge har forberedt seg til det store triatlon-arrangementet i Stockholm i august, er en dame ved navn Shahrzad Kiavash (31), som for vel tre år siden ble fratatt begge leggene i en dobbeltamputasjon som følge av et plutselig sykdomsangrep.

Hver amputert sin historie. Noen av historiene fremstår som mer spektakulære enn de andre og har dermed lett for å bli godt stoff for aviser, blader, radio og TV. Shahrzads historie er blant disse.

Shahrzad – hun kom til Sverige som flyktning fra Iran i 1989 – er intervjuet her og der, hun holder foredrag, hun har sine egen blogg, hun kan sees som en halvkjendis.

Ikke minst dette at hun har satt seg fore å delta i triatlon (for hennes del 1500 m svømming, 40 km sykling og 10 km løping), har vakt interesse blant reportere – og dermed blant det lesende, lyttende og seende publikum.

I intervjuer har Shahrzad gjort det klart at hun ikke umiddelbart etter dobbeltamputasjonen så klart for seg at hun ville komme opp å stå og ut i det aktive livet igjen.

Til den svenske avisen GT sa hun for et par måneder siden at hun i sin tankeprosess til slutt nådde et punkt «der jeg enten skulle ta mitt liv eller fortsette å leve.»

Hun sier også at styrken, slik hun ser det, «finnes i alle, men man må kanskje være tvunget til å ta den frem.»



Shahrzad Kiavash, en av mange amputerte som imponerer mange. Foto fra hennes blogg.

En rask prat med...

...Arne Kirkeby Berg

Med samboer og to barn bor han på Harestua, i dagpendleravstand til Oslo, der han driver et firma for rørinspeksjon og høytrykksspyling. I ung alder var Arne Kirkeby Berg høyspentmontør (mye klatring i stolper). En nyttårsaften, da han var i feststemning med kompiser, rotet han det såpass til at han mistet venstre hånden og ble midlertidig blind som følge av en idé om å smelle av et par dynamittgubber han hadde tilgang til i arbeids medfør. Han kom opp fra nedturen, omskolerte seg på teknisk fagskole og BI og kom i en periode på 12 år til å drive tre bensinstasjoner, den ene etter den andre. Det hører med til bildet av denne Arne, nå 44 av alder, at han har dilla på biler og akvarier, at han har jobbet med førstehjelp i Forsvaret og at han i 2011 gikk over Grønland på ski – uten forhåndstrening og uten protese.

En manglende venstre hånd og et ikke oppegående venstre øye til tross, du gir intet inntrykk av å føle deg som veldig handikappet. Riktig oppfattet?

Jeg er ikke handikappet. Når man har en så funksjonell hånd, en myoelektrisk protese, på en såpass lang stump, så er man ikke handikappet.

Når du nå etter flere års Momentum-medlemskap for første gang deltar i en stor Momentum-samling



I ungdommelig nyttårsaftenshumør rotet han det til med et par dynamittgubber – og mistet venstre hånden. Foto: Hans Hekneby Reinertsen.

(weekenden i Harstad 29.-30. mai, red. anm.), finner du det givende?

Ja, han Rune (Søstuen, red. anm.), var den første jeg snakket med, og han er en praktisk mann, så jeg har pratet veldig mye med ham, og det synes jeg har vært veldig gøy. Man har jo mange unike erfaringer når man mangler en hånd, eller et bein, og da er det gøy å utveksle erfaringer med andre i samme situasjon. Alle menneskene jeg har snakket med her har vært supre. Jeg kommer nok til å være med på flere Momentum-samlinger.

Et råd til nyamputerte?

Det vil være å finne ut hva andre mennesker med samme handikap gjør, hva får de til? Jeg husker at jeg sa til kompiserne mine at jeg aldri skulle holde i en spade mer. Det var helt feil. Jeg har holdt masse i en spade.

A black and white photograph of a man with a prosthetic leg riding a jet ski on the water. The man is wearing a life vest and is looking forward. The jet ski is moving, creating a wake in the water. The background is a vast body of water under a light sky.

ottobock.

Quality for life

Uten begrensninger!

Oppdag nye vanntette Genium X3

En aktiv livsstil stiller ulike typer krav til protesen din. Du er kanskje eventyrlysten, alltid på jakt etter nye fysiske utfordringer. Eller kanskje du kort og godt bare vil kunne ta del i hverdagslige aktiviteter uten å måtte bekymre deg om protesen din virkelig holder hele veien. Kunne ta en løpetur i naturen, bestige det fjellet. Eller hvorfor ikke et bad i sjøen?

Nye Genium X3 er lagd med et beskyttelsesovertrekk som er både lett og utrolig sterkt. Det korrosjonsbestandige materialet med titan, hard anodisert aluminium og rustfritt stål gjør at vi nå kan tilby en helt vanntett benprotese. Det lette, kraftige batteriet har en levetid på 5 dager og lades praktisk via en magnetkopling som tilkoples med et enkelt klikk – til og med gjennom klærne dine.

Genium X3 gir deg nye forutsetninger for en økt livskvalitet.





LINDHE XTEND

make it possible

Et liv fullt ut

Xtend Foot er så nær en menneskelig fot man kan komme. Gjennom sin unike fleksibilitet tilpasser den seg til ulike underlag, og gjør det lettere å gå på ujevnt underlag. Etter at jeg mistet begge bena i en togulykke, hadde jeg vanskelig for å finne en protese som fungerte utendørs. Jeg falt ofte, og følte meg utrygg. Derfor har jeg utviklet Xtend Foot. Nå kan jeg bevege meg fritt igjen!

Christoffer Lindhe

Hva kundene våre sier:

"Det er en forandring i livet.

Jeg trenger ikke lenger å tenke når jeg går."

"Fantastisk at det kan utgjøre så stor forskjell."

"Det føles som om jeg har min egen fot igjen."

"Helt overlegen på ujevnt underlag."



Kontakt din Ortopediingeniør
hvis du vil prøve Xtend Foot.



Mer info på lindhextend.com

Følg oss og se oss gjerne på



Fra Hasses album...



Med kajakk i Lysefjorden under en utflukt fra Momentum-samlingen på Sola ved Stavanger i april 2013. Foto: Hans Hekneby Reinertsen

Beste funksjon og livskvalitet for den enkelte!

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



Ortopediteknisk senter

Sandefjord: Teknomed AS, Skolmar 13, 3232 Sandefjord **Porsgrunn:** Storgata 118, 3291 Porsgrunn
Telefon 33 45 45 33, e-post: info@teknomed.no, www.teknomed.no

Alt innen
ORTOPEDISKE
hjelpemidler

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

www.ortopediteknikk.no
Ryensvingen 6, 0680 Oslo

ORTOPEDITEKNIKK



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

Også for rullestolbrukere...

En turistbåt som er bemerkelsesverdig annerledes enn turistbåter flest – ikke minst fordi den er designet med en veldig synlig hensyntagen til universell utforming. Dermed skal funksjonshemmede kunne føle seg velkomne ombord på linje med andre.

Ta bare dette at en rullestol skal kunne kjøres fra et dekk til det neste; ingen trapper behøver forseres, ingen heis behøver benyttes.

Båten, en katamaran, er utviklet ved båtbyggeriet Brødrene Aa i Hyen i Sogn og Fjordane. Et første eksemplar under design-navnet "Seasight" er under bygging – for ventelig å bli levert til reiselivsaktøren The Fjords på forsommeren neste år og så satt i fart i vestlandske fjorder. The Fjords er eiet av en annen reiselivsaktør, Flåm AS, samt av ferjeaktøren Fjord1.

Den universelle utformingen av båten går, foruten på dette med rullestol-



Designet er inspirert, ifølge båtbyggeren, av en typisk norsk fjellsti som ved hjelp av skarpe svinger finner veien oppover fjellsiden – og så tjener dette til at rullestoler kan kjøres fra dekk til dekk. Illustrasjon: Brødrene Aa.

kjøring fra dekk til dekk, også på eksempelvis automatisk døråpning til handikaptalett, frihet for terskler, gripehåndtak, taktile kart og skilt og, nær sagt naturligvis, en enklest mulig om bord- og fra borde-stigning.

"Det er viktig for oss å vise gode løsninger for universell utforming", sier Tor Øyvin Aa, båtbyggeriets daglige leder, i en samtale med Livsglede.

Brødrene Aa – en aktør som satser både i det norske markedet og internasjonalt – har tidligere, i andre sammenhenger, høstet ros for løsninger der universell utforming er ivarettatt.

"Vi har jobbet lenge med dette, ofte i samarbeid med folk som er bevegelsehemmet", sier Aa. "Finner du gode løsninger, blir det veldig prissatt."

Han presiserer at det blir verdsatt ikke bare av funksjonshemmede passasjerer, men også av øvrige passasjerer – desuten at universell utforming er bra å skilte med i markedssammenheng, i inn- og utland.

"Seasight" bygges i lett karbonfiber-materiale i og skal være til dels batteridrevet. Dermed ligger båten an til å få et miljøvennlig stempel i både forurensnings- og støysammenheng.



Store vindusflater, god utsikt til norsk vestlandsnatur... Illustrasjon: Brødrene Aa.

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



New Motion Foot MX

Real Technology - Real People

MOTION FOOT MX

Vår Motion Foot MX er en forbedret utgave av vår tidligere modell Motion Foot. Med sin hydrauliske ankel, naturlige bevegelsesutslag og den nye multiaksiale fotplaten tilpasser foten seg automatisk til ujevnt terreng, bakker, ulike hælhøyder og gjør at man kan sitte med full fotkontakt mot underlaget. Motion Foot MX har individuelt justerbar motstand for plantar- og dorsalfleksjon, manuell lås for f. eks. bilkjøring og skifte av sko og har et totalt bevegelsesutslag på 50 grader.

- Multiaxial fotplate med 'split toe' for utmerket inversion/eversion
- Unik kraftoverføring gjennom hele steget
- Ny hældesign for økt vertikal støtdemping

For mer informasjon besøk: www.centri.se/feet/motion-foot

FILLAUER EUROPE
CENTRI

“Grenseløse idrettsdager” på senhøsten:

Nye muligheter til fysisk aktivitet

Flere barn, ungdommer og voksne med funksjonsnedsettelser bør bli fysisk aktive, mener Norges idrettsforbund (NIF). Og i så måte har forbundet noen aktiviteter på gang.

Til høsten – fra midten av oktober til midten av november – skal NIF stå bak det som kalles “Grenseløse idrettsdager” (GI) på en rekke steder rundt om i landet, for å gi funksjonshemmede anledning til å prøve ut ulike idretter og aktivitetshjelpemidler.

Dette er tredje året på rad da GI skal arrangeres. “Suksessen fra i 2013 og 2014 fortsetter”, skriver NIF på sine nettsider.

“I fjor var det 1200 deltakere på GI-dagene, i år håper vi tallet kan bli enda høyere”, sier rådgiver Tore Aasen Øderud i NIF.

Ideen bak det hele er ifølge NIF å oppnå et “søkelys på rekruttering gjennom samarbeid på tvers av idrettene og samfunnsaktører som blant andre NAV, rehabiliteringsinstitusjoner, fylkeskommuner, kommuner, skoleverket, leverandører og interesseorganisasjoner.”

Rådgiver Øderud sier:

“Vi ønsker å legge til rette for at særforbundene gjennom sine idrettslag får vist frem sine tilbud og kommer i kontakt med potensielle nye utøvere og får bygd nettverk.”



Kjelkehockey – en av mange aktivitetsmuligheter. Foto: Hans Hekneby Reinertsen.

NIF oppgir følgende detaljer om høstens aktivitetsdager:

14. oktober: Arendal (Sør Amfi)

Kontaktperson: Brit-Ingebjørg Fossli,
e-post: brit-ingebjørg.fossli@idrettsforbundet.no
mobil: 970 95 154

14. oktober: Sarpsborg

Kontaktperson: Vigdis Mordre,
e-post: vigdis.mordre@idrettsforbundet.no
mobil: 977 50 250

15. oktober: Molde (Træffhuset)

Kontaktperson: Per-Einar Johannessen,
e-post: pej@idrettsforbundet.no
mobil: 924 02 803

20. oktober: Kristiansand

Kontaktperson: Brit-Ingebjørg Fossli,
e-post: brit-ingebjørg.fossli@idrettsforbundet.no
mobil: 970 95 154

21. oktober: Oslo

Kontaktperson: Vigdis Mordre,
e-post: vigdis.mordre@idrettsforbundet.no
mobil: 977 50 250

21. oktober: Trondheim

(Trondheim spektrum)
Kontaktperson: Per-Einar Johannessen,
e-post: pej@idrettsforbundet.no
mobil: 924 02 803

22. oktober: Bergen

Kontaktperson: Thea Christiansen,
e-post: thea@idrettsforbundet.no
mobil: 977 76 911

28. oktober: Nærbø (Nye Loen Nærbø)

Kontaktperson: Thea Christiansen,
e-post: thea@idrettsforbundet.no
mobil: 977 76 911

28. oktober: Steinkjer (Campus)

Kontaktperson: Per-Einar Johannessen,
e-post: pej@idrettsforbundet.no
mobil: 924 02 803

29. oktober: Gjøvik

(Gjøvik Olympiske Fjellhall)
Kontaktperson: Hilde Håkenstad
e-post: hilde.haakenstad@idrettsforbundet.no
mobil: 93 03 05 25

4. november: Skien (Skien fritidspark)

Kontaktperson: Brit-Ingebjørg Fossli,
e-post: brit-ingebjørg.fossli@idrettsforbundet.no
mobil: 970 95 154

10. november: Bodø

Kontaktperson: Torben Simonsen,
e-post: torben.simonsen@idrettsforbundet.no
mobil: 419 00 251

10 november: Drammen

Kontaktperson: Brit-Ingebjørg Fossli,
e-post: brit-ingebjørg.fossli@idrettsforbundet.no
mobil: 970 95 154

12. november: Tromsø

Kontaktperson: Torben Simonsen,
e-post: torben.simonsen@idrettsforbundet.no
mobil: 419 00 251

14.november: Førde (Førdehuset)

Kontaktperson: Thea Christiansen,
e-post: thea@idrettsforbundet.no
mobil: 977 76 911

Protesebrukere fra syv land:

Samling over mange landegrenser



Stiftelsen av IC2A fant sted i Paris 25. mars. Nils-Odd Tønnevoll (i midten) er en drivkraft bak den nye paraplyorganisasjonen og ble valgt til dens president. Foto: Susan Jüptner.

Protesebrukerorganisasjoner fra syv europeiske land gikk under et møte i Paris 25. mars sammen om å stifte en paraplyorganisasjon ved navn International Confederation of Amputee Associations (IC2A).

Dermed ble det virkelighet av en idé som i Nantes sist høst ble diskutert mellom norske Momentum og franske ADEPA – to av de syv som nå er for samarbeidspartnere å regne.

De syv – fra Belgia, Irland, Nederland, Storbritannia og Tyskland foruten Frankrike og Norge – representerer samlet over 4000 medlemmer.

Nils-Odd Tønnevoll, styrelederen i Momentum, ble under stiftelsesmøtet valgt til president i IC2A.

”Stiftelsen av IC2A er et svært velkomment og viktig initiativ”, sier Tønnevoll. ”Protesebrukere har de samme mål og utfordringer, vi har mye å lære av hverandre og samlet står vi mye sterkere.”

IC2A skal representere sine medlemmer overfor internasjonale organisasjoner og støtte medlemsforeningene i de enkelte land. Nøkkelfolkene bak fellesskapet ønsker at IC2A skal fremstå som en sterk bidragsyter til ivaretagelse av protesebrukeres interesser.

Den nye paraplyorganisasjonen skal lanseres offisielt i Lyon 22. juni, omtrent samtidig med at dette bladet skal havne i Momentum-folks postkasser. Lanseringen skal skje i tilknytning til en verdenskongress i regi av store ISPO (International Society for Prosthetics and Orthotics), der Momentums Tønnevoll er blant topplederne.

ISPO-kongressen i Lyon vil ventelig samle rundt 3500 deltagere fra vel 100 land – ortopediingeniører, fysioterapeuter, ergoterapeuter, leger og andre med tilknytning til protesebrukermiljøet.

Under lanseringen av IC2A i Lyon vil organisasjonen signere en samarbeidsavtale med ISPO. Senere, i Leipzig i mai neste år, skal et første offisielt medlemsmøte i IC2A finne sted. Det skal skje i tilknytning til en messe – OTWorld, International

Trade Show and World Congress – der det fokuseres på produkter og tjenester til protesebrukere.

Initiativet til å stifte IC2A kom som et resultat av det norsk-franske møtet i Nantes i oktober i fjor. Nordmennene og franskmennene innså da for alvor hvor like deres mål og utfordringer var, og at de kunne oppnå mye ved å forene krefter.

Dette spredte seg som ild i tørt gress, og flere andre europeiske foreninger meldte at de gjerne ville henge seg på. Snart var to interessenter blitt til syv stiftende medlemmer av IC2A.

Organisasjonen er allerede blitt godt lagt merke til i det globale protesebruker- og verkstedmiljøet. Nå står protesebrukerforeninger fra ytterligere land nærmest i kø for å bli med IC2A.

De syv stiftende medlemmene er:

- ADEPA, Frankrike
- MOMENTUM, Norge
- BMAB, Tyskland
- AMPTRAIDE ASBL, Belgia
- LIMBLESS ASSOCIATION, Storbritannia
- AMPUTEE FEDERATION IRELAND, Irland
- AMPUTEE ASSOCIATION KMK, Nederland

IC2As viktigste internasjonale mål:

- Frihet og finansiering til å velge protesekomponenter overensstemmende med den enkeltes behov
- Frihet til å velge ortopediverksted og rehabiliteringssenter
- Innføring av standard for og kvalitetssikring av hylseplassform, service og leveringstid, opp trening i protesemestring

Samtalene i Nantes i fjor høst ble omtalt i Livsgledes nr. 4, 2014. De skulle vise seg å føre til stiftelsen av en internasjonal paraplyorganisasjon.





Inspirert av brukere
Inspirert av brukere
Inspirert av brukere
Inspirert av brukere
Inspirert av brukere
brukere



Ny generasjon ytterkosmetikk



Ekstrem beskyttelse for ekstrem bruk

Høy motstand mot rift, slitasje og punktering

Servicevennlig og Slitesterk

En protese for alle aktiviteter

Uten skum under

Tåler vann

Forbedrer funksjon av vakuumprotese

AQUALEG Hybrid Cover

Aqualeg kan tilpasses på en eksisterende protese (elementene må være compatible), eller som et nytt ben laget med utvalgte komponenter. Aqualeg har flere viktige funksjoner. Den virker som en beskyttelse for protesen - Aqualeg er utrolig sterk mot oppskraping og rivskader på selve overflaten, og forhindrer sand og jord å komme i kontakt med protsedelene. Den virker også perfekt for svømmeprøteser da den ikke synker eller flyter - den er nøytral i vannet. Aqualeg kan også brukes sammen med vanntette kneledd og vannbestandige deler slik at en protese kan gjøre alt. Overtrekket (Aqualeg) har et kosmetisk fint utseende og beskytter kneleddets mikroprosessorer og hydraulikk mot overoppheting. Dette er viktig på ekstra varme sommerdager - spesielt i direkte solskinn. Aqualeg-kosmetikk forhindrer luftlekkasje i vakuumprotese ved at sleeveen kan festes direkte på protesehylsen og Aqualeg-kosmetikken kan ruller på over sleeveen (fremfor å feste sleeveen på protese-kosmetikken som gjør at det slipper inn luft og vakuemet fungerer sub-optimalt)

For informasjon og bestilling kontakt:



Hardangerveien 72, 5224 Nesttun, Norge
Tlf. +47 55 91 88 60
E-mail: post@ortopro.no eller kenneth@ortopro.no

Agent:



Hamar Ortopediske AS

Vi tilbyr individuelt tilpassede hjelpemidler.

- Proteser
- Ortoser
- Ortopediske sko
- Fotsenger
- Spesialsko
- Innleggsåler
- Korsetter
- Oppbygg mm.

Vår kunnskap
– din helse



Besøksadresse: Grand Helsesenter,
Torggata 1, 2317 Hamar
Telefon: 62 51 19 50
E-post: post@hamar-ortopediske.no
Web: www.hamar-ortopediske.no

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



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

www.och.no



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

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
23 28 82 00

Møre og
Romsdal
70 14 50 40

Østfold
69 30 17 70

Oppland
61 24 73 30

Telemark
35 56 15 50

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.

Hotell

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.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
(avtalekode FFO).

Sammen i midtr

Klokken hadde ennå ikke slått midnatt da vi alle sammen var tilbake i Harstads havn, etter skonnertutflukten som denne fredagskvelden innledet forsommerens Momentum-weekend.

Hans Hekneby Reinertsen (foto)
Flemming Dahl (tekst)

Ennå ikke midnatt, OK. Likevel vil det ikke være helt løgnaktig å si at den aftenrøde solen som i kveldstimene hadde varmet oss ute på sjøen, var midnattssolen selv. For vi befant oss i midnattssolens land, og solen er jo når alt kommer til alt den samme hva enten det er midnatt eller ikke.

Det ville seg sånn at Momentum-weekenden 29.-31. mai sto på timeplanen bare få dager etter at den forjettede midnattssolen hadde innledet sitt årlige besøk i Harstad. Se hva reiseguiden Destination Harstad skriver på sine nettsider:

"I Harstad og omland kan vi se midnattssolen fra rundt 22. mai til 18. juli – godt og vel 1600 timer..!"

Utflukten om bord i den innpå halvannet århundre gamle "Anna Rogde" – med solid skipskost servert underveis – var et høydepunkt, men ikke det eneste, under weekendsamlingen, som hadde rundt 60 deltagere.

Se, der borte ved masten

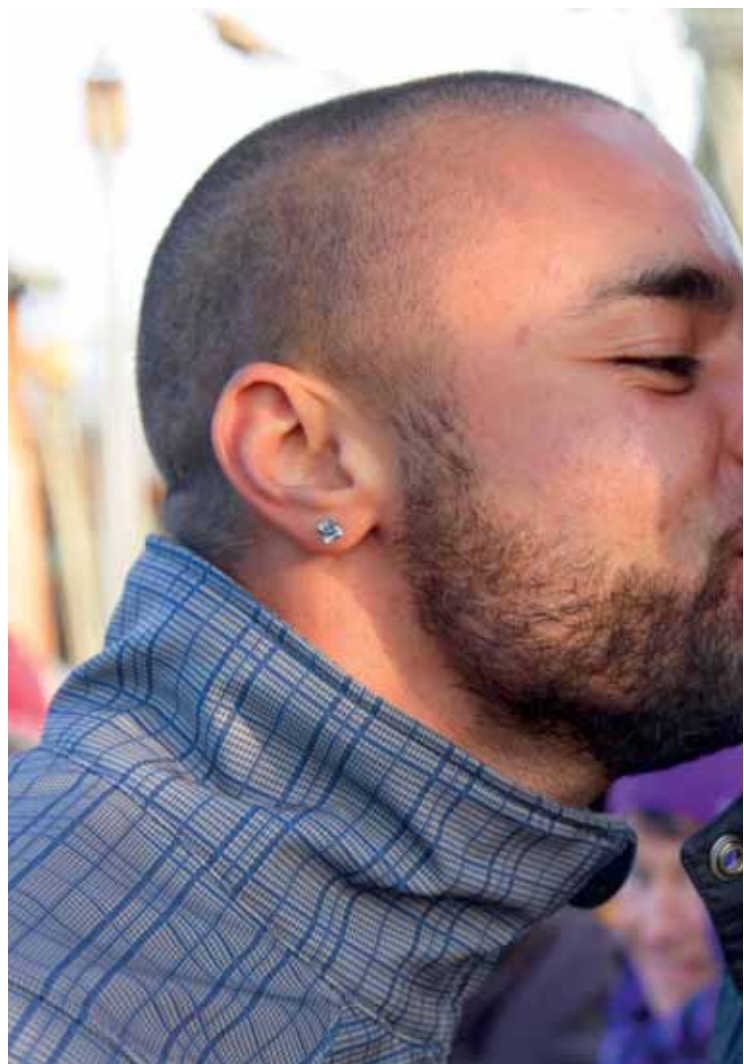
Ute på sjøen, om bord i skonnerten ... Hvem er de to unge som står og omfavner hverandre der borte ved masten? Jo, fotograf Hasse og jeg vet det, for allerede tidligere på dagen har vi hilst på dem, hun som heter Elsie og han som heter Daniel.

Det var under innsjekk på hotellet vi kom i prat med dem. Også de var i ferd med å sjekke inn. De var førstegangsdeltagere i et stort Momentum-arrangement. Nye ansikter i gjengen, altså.

Senere prater vi mer med dem – denne Elsie Ogoleh, som er fra Oslo og har nigerianske foreldre, og denne Daniel Gregor Hæskén Wellington, som er fra Narvik og har norsk mor og amerikansk far.

Det er Daniel, 30 av alder, som bærer på årsaken til at de to nå er kommet til Harstad: Tre måneder tidligere, i slutten av februar, var Daniel gjennom en amputasjon som tok fra ham venstre kne og legg, som en følge av at han, under et besøk hos en kompis i Stokmarknes, var passasjer i en bil som skled ut på vinterføre og krasjet.

Daniel, snekker av fag, forteller at han fikk seg en smell i hodet og hoften, at han kom seg hjem og la seg ... "Så våknet jeg morgenen etterpå, da var foten eksplodert, ti ganger større enn den skulle være."



Blant de mange som syntes det var godt å være sammen ombord

På det lokale sykehuset skjønte de at noe alvorlig var fatt. Daniel ble sendt med ambulansefly til Tromsø ... "De prøvde å redde foten en fire-fem dager, men så sa de at de måtte ta den, det var ikke noe valg lenger."

Etter mange uker på sykehus, fikk Daniel et rehabiliteringsopphold på Kysthospitalet i Stavern. "Det var veldig bra, et veldig flott sted, med veldig dyktige og flotte folk."

nattssolens skinn



Skonnerten "Anna Rogde" ble, om enn med et annet navn den gangen, sjøsatt i Namsos i 1868. I dag er den ifølge sin venneforening å regne som "en av verdens største maritime kulturskatter." Foreningen forteller at skonnerten har fraktet laster som te, frukt og fisk i farvann fra Arkhangelsk i øst til Portugal i sør – og at den har hatt Harstad som hjemmehavn siden 1990.

rd i "Anna Rogde" var de to som sto og omfavnet hverandre borte ved masten, Elsie og Daniel. De er nye i Momentum-gjengen, de bidrar til å få ned gjennomsnittsalderen i gjengen.

En solid utblåsning

Han husker at det var der, først der på Kysthospitalet, at han fikk informasjon om Momentum. "Da tenkte jeg at dette har jeg lyst til å være med på."

Ja, og så fikk han besøk av Momentums likepersonkoordinator, Hans Emil Møller-Hansen. "Jeg hadde en flott samtale med ham og kona hans."

Daniel sier at han ikke har hatt hva han ser som noen skikkelig nedtur etter

amputasjonen. Men en slags plutselig utblåsning av fortvilelse og raseri kan han fortelle om:

Hans mor var kommet til Tromsø og bodde på et hotell da legene foretok amputasjonen. "Jeg ringte til mamma like etter at de tok beinet, og så sa jeg, nå har de tatt beinet mitt, faen i helvete, faen, faen, faen ..."

Det var det, mener Daniel. "Det er den eneste reaksjonen jeg har hatt. Jeg

tenkte snart at nå må jeg bare tenke fremover, fokusere ..."

Han hadde hatt protese i under en måned da han og Elsie kom til Harstad. Han mener at han var i god fysisk form forut for ulykken – som unggutt skaffet han seg et junior-norgesmesterskap i svømming, og i senere år har han drevet mye helsestudiotrening – og at nettopp god fysisk form kan ha betydning mye godt for hans rehabilitering.



I byssa med solid skipskost. Fra venstre: Frederich Rausch, Kenneth Timenes og Egil Kirkevold.

Elsie – 25 år, institusjonsskokk og konferansevertinne – forteller at hun og Daniel traff hverandre i fjor høst, ved hjelp av moderne teknologi, nærmere bestemt

en app. ”Jeg har sett ham med to bein”, fastslår hun, før hun serverer en ny detalj:

”Det var da han mistet beinet vi ble kjærester.”

”Benløs, men ikke rådløs”

Skonnertturen i seg selv var ett høydepunkt, Elsie og Daniels nærvær bord var et annet høydepunkt – og så er det lørdag og nye høydepunkter.

Ta eksempelvis dette at en dame ved navn Liv Tone Lind holder inspirasjonsforedrag. Hun er 42 år gammel og fra Harstad. Hun er født uten ben og med én arm. Hun er viden kjent som deltager i TV-serien ”Ingen grenser”, der hun var blant de funksjonshemmede som kom seg til toppen av Snøhetta. Hun har gullmedaljer i svømming fra EM og VM og OL. Hun er foredragsholder ...

Nå forteller denne semuligheter-sprudlende



Moden kjærlighet på brygga i Harstad. Bjørn og Liv Røhne



Elin Holen De Capitani, en sentral figur i Momentum, nyter det nordnorske lyset.

damen om flust med utfordringer hun har taklet, at hun ser seg selv som ”benløs, men ikke rådløs”, at ”jeg elsker å holde meg i form”, og, enda et eksempel, at ”jeg er til og med gift, jeg traff min fantastiske mann i



Gode samtaler på skonnertdekket.



Jo da, skipskosten smakte.



Skonnerten "Anna Rogde" på vei til kai i Harstad.

2010, vi giftet oss i 2012, jeg har to stebarn, det funker, det går bra."

Denne Liv Tone er et sånt menneske som får seere og lyttere til å le og felle tårer, til å bli imponert, til å føle



... men seilene blir ikke heist denne kvelden.



Stemningsfullt under midnattssolens varmende skinn.



Fjell, sjø og midnattssol.

Momentum-weekend i Harstad 29. – 31. mai



Et slags by-orienteringsløp inngikk i weekend-programmet. Her tar Egil Kirkevold seg frem.



Liv Tone Lind – en utenomordentlig kilde til inspirasjon.



Hans Emil Møller-Hansen (t.h.) blir takket av Momentum-leder Nils-Odd Tønnevoll for sin lange og solide innsats i Momentums hovedstyre.



Landsmøtet 2015, en av postene på weekend-programmet.



Fysioterapeut Gitte Flindt Hilding driver svetten frem under lørdagens treningsøkt.



Målpassering etter by-orienteringsløpet finner sted ved et av utstillerbordene.



Stor interesse for hva utstillerne viste frem.

seg ydmyke, til å si til seg selv at nå skal jeg legge meg ekstra i selen for å få til noe mer, jeg også.

Weekenden var ikke slutt med Liv Tones foredrag, det fremgår av Hasses bilder at den fortsatt hadde mye å by på.

Ta forresten med enda en bit av hva Destination Harstad skriver om midnattssolen:

”Det ustoppelige lyset gjør oss energiske og livsglade.”

Det blir som hånd i hanske, Harstad og Momentum – begge dyrker livsgleden, den som jo er en drivkraft bak alle Momentums aktiviteter.



En aperitiff for lørdagens festmiddag...



Kvalitet-Mestring-Livsglede

ØSTO Ortopedisenter AS

Gartnervegen 10 | 2312 Ottestad | Tlf.nr: 62573900 | E-post: post@osto.no | www.osto.no



- et datterselskap av Oslo universitetssykehus HF

*Vårt mål er å skreddersy
den beste løsningen
til hver enkelt.*

Sammen skaper vi muligheter.

Sophies Minde Ortopedi AS

Besøksadr: Trondheimsvn. 235, bygg 79 · Postadr: Postboks 493 Økern, 0512 Oslo · Tlf: 22 04 53 60 · E-post: post@sophiesminde.no · Hjemmeside: www.sophiesminde.no



gåskole

individuell behandling



aktivitetspark

Rehabilitering av benamputerte på Fram helserehab

Kort ventetid

Døgn eller dag

Gåskole

Fram helserehab tilbyr individuell behandling, gruppetrening, aktiviteter, undervisning, samtaler og veiledning. Våre tilbud tilrettelegges for den enkelte.

Kontakt tlf. 67 15 29 28 (kl. 9–14) Henvising sendes fra din fastlege, manuell terapeut, kiropraktor eller sykehuslege.

Fram helserehab
Rykkinnveien 100
1349 Rykkinn
www.framhelse.no





				ROMER- TALL 10		PLATE- PRATER	↓	VÆR- LAG	↓	KANE- RAT	↓	MÅTE- HOLDEN	↓	KJ. TEGN	
			→												
				ROMER- TALL 50		ER 35 80 SPORT		PREPO- SISJON		EDLE MOMENTUM HAR SLIKE					↓
				GAMMEL HEST				SOPHIES -----						SØLV- VINN- ERE	
				FOLKE- TRYCK- BEGREP	HELT			SAND- STEIN			PLANTE- SLEKT KLEB- PLAGG				↓
FUGL	MAM- MA		→					BILKO. TEGN DAN- MARK				VOKS	GREIT		
↳				VARME- DIS		BYGE		HAR- MONISK TILSTAND	• ÅNDER, SINN		↳				
ENHET FOR EL- EKTRISK RETTANS						FUGLE- BOLIG				RØYK			RYPDE OVER- STRØM- ROS		
DEL AV LEGE- VITEN- SKAP			↑		↳	SPISS			FORSKER APERI- KANSK T	SMÅBY I NE- BRASKA		SAM- LING AV CELLER			
	EPOKE, ÆRA			PUSS, ANTYD- NING		EN DORIS	HEDFOT TILSTAND KOMMUNI- KASJONS- BEGREP							LYD- PINNE	
	↳						FYLLES- MANN FROSSET VANN					TAU- TREV- LER	SKRED		
FISK			↑		GRESK SAGN- HELT							GNA6- SÅR			↓
↳									←						

Finner du kryssord-løsningen?

Send den inn - og vinn 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 - 2015

Kryssord-produzent:
Rolf Bangseid



Drømmejobben



Line Damgaard har drømmejobben. Hver dag bistår hun protese kunder hos Drevelin i Bergen.

33-åringen er ortopediingeniør, og har selv lårbensprotese.

Line er opptatt av at også protesebrukere skal ha et aktivt og innholdsrikt liv.

- Hver av oss som har protese, bærer på en historie som gir oss et veldig likt utgangspunkt.

Jeg blir oppmuntret og inspirert av kunder som ukenlig overrasker meg med aktiviteter de gjør og hvor protesen fungerer som en ressurs. Samtidig deler jeg disse inntrykkene og øyeblikkene med andre jeg behandler, slik at det blir fokus på aktivitet og livskvalitet, og det er det mye av i jobben, sier hun.

– Hva er det kjekkeste med yrket?

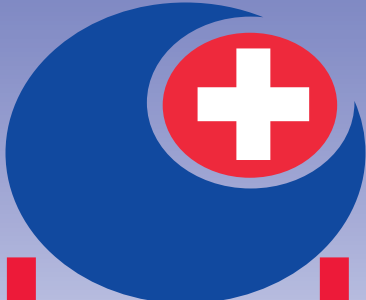
- Alt er givende, og jeg treffer ulike personligheter i alle aldre. Noen vil ha det tradisjonelle, noen etterspør det siste innen high-tech, mens andre vil ha litt kule proteser.

Skulle jeg valgt yrke enda en gang, hadde jeg blitt ortopediingeniør, smiler 33-åringen.



Du finner oss i
Møllendalsbakken 6, 5009 Bergen
Tlf. 55 20 64 60
drevelin@drevelin.no

Ortopedisk merkevare
på Vestlandet i 156 år



dREVELIN
ORTOPEDI ^A_S
Anno 1859

En reise ut i Atlanteren i oktober:

Pakk deg i sand – kanskje det hjelper

Sanden på stranden på øya Porto Santo i Atlanterhavet skal være bra for kroppen, den skal kunne gi lindring til personer som sliter med fantomsmerter, reumatisme, hudproblemer ...

Sant eller ikke? Noen mener å kunne vise til at det er "vitenskapelig bevist". Andre nøyer seg med å si, etter å ha vært gjennom noen sandbad av den aktuelle typen, at jo, det hjalp.

Mange i Momentum, foreningen for arm- og benprotesebrukere, sliter med slikt som muligens kan lindres av Porto Santo-sand, og nå stiller foreningen seg bak en

behandlingsreise til Porto Santo, samt til nabøya Madeira, i dagene 9. – 18. oktober. Oslo Lufthavn på Gardermoen er start- og endepunkt for reisen.



Porto Santo (bildet) og Madeira er to av øyene i den portugisiske Madeira-regionen. Foto: Bem bom/Wikimedia.

En spesiell sand

Porto Santo-sanden sees som spesiell, forklart med en høy konsentrasjon av strontium. Behandlingen, som mange mennesker fra lang tid tilbake har vært igjennom, går kort oppsummert ut på at pasienten blir dekket med sand som holder en temperatur på opptil 43 grader, for så å bli liggende slik i en halvtimes tid – gjerne to ganger daglig.

Kvalifisert personell skal være til stede under behandlingen. Personer med visse typer helsemessige utfordringer, eksempelvis hjerte- og karsykdommer, bør ifølge leger avstå fra å prøve behandlingen.

ORTOPRO

Èlan protesefot,
Trygg og behagelig

Mikroprosessorstyrt
hydraulisk ankel for en
enklere hverdag.

Totalleverandør av
protesekomponenter.



Vi er distributør for:

Endolite:	Karbonføtter og proteseknær.
Uniprox:	Materialer, komponenter og tilbehør.
Medex:	Protesekomponenter.
PDI:	Komplett protesesystem.
Mica:	Karbonføtter.
Alps:	Linere.
Bauerfeind:	Ortoser.

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

VI FORHANDLER OGSÅ:

✓Proteser ✓Ortoser/skinner ✓Innleggsåler
✓Karbonføtter og knær ✓Kompresjonstrømper ✓Aktivortoser

Finn Reiestad, en anestesilege som har ord på seg for å ha vært en god hjelper for mange fantomsmertelidende pasienter, skal ifølge programmet være med på turen og overvåke behandlingsresultatene.

Kanskje hjelper det ...

I den skrevne invitasjonen fra Momentum heter det at "formålet med denne behandlingen med sandbad, er å teste ut i hvilken grad og hvor lenge virkningen vil forbli i kroppen."

Videre: "Man kan ikke forvente at fantomsmerterene blir borte for alltid, men i mange tilfeller sørger behandlingen for at smertene avtar i styrke. Kanskje man i noen grad kan avstå fra smertestillende medisiner i noen tid."

Både behandlingstrengende medlemmer og ledsagere inviteres – mot en pris pr. hode som ligger i området 11 000 – 16 000 kroner, avhengig av enkelt- eller dobbeltrom og behandling eller ikke behandling.

Avslutning på Madeira

I tillegg til behandlinger, står rene feriepregede tilbud på programmet – inklusive muligheter til å ta en dukkert eller flere i Atlanterhavet. Etter seks overnattinger på Porto Santo står tre overnattinger for tur på Madeira, der det er snakk om et turistbesøk uten behandlingsopplegg.

Prisen dekker flyreiser samt reiser til sjøs og på land, overnattinger og mange av måltidene, dessuten en kontrolltime på smerteklinikk i Oslo noen uker etter hjemkomsten, for dem som er behandlet.

Momentums kontaktperson i forbindelse med reisen er Steinar B. Hansen, lederen i Momentum Øst. Hansen sier til Livsglede at flere behandlingsreiser av samme type til Porto Santo og Madeira kan bli arrangert, én allerede i november, avhengig av erfaringer fra den første reisen og av interessen for å delta.

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 fordi Momentum er godkjent som støtteberettiget organisasjon.

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 administrasjonssekretær Liv Karin Søstuen, tlf 4000 4360, info@momentum.nu



Vi trenger din hjelp!

– ring Søstuen, tlf. 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/likepersontjeneste 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.

Aktiv i kampen mot trafikk

Han har vært brannmann. Han har kvittet seg med det som etter en motorsykkelulykke var blitt en plagsom venstrelegg. Han bruker noe av sin tid i tidligpensjonisttilværelsen til å arbeide for bedre trafikksikkerhet – altså færre trafikkulykker.

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

Oslo-mannen Helge Viken (58) er blant dem som ved gitte anledninger deltar frivillig i interesseorganisasjonen Personskadeforbundet LTNs arbeid for skadde mennesker og deres pårørende.

Forebyggende trafikksikkerhetsarbeid er blant det organisasjonen – som tidligere het Landsforeningen for trafikk-skadde i Norge (LTN) – er engasjert i, og det er spesielt her Viken har vært på banen.

Kjør forsiktig ...

Budskapet han gjerne er med på å spre er at alle kategorier trafikanter må oppføre seg fornuftig, til fordel for både andre og dem selv, og at de gjerne må lære seg litt førstehjelp hvis de ikke allerede har gjort det, fordi førstehjelp kan vise seg avgjørende for å begrense personskadeomfanget etter en ulykke.

Men som Viken sier til Livsglede:

”Det er egentlig sjåførene, de som kjører, mitt budskap er rettet mot.”

Forståelig nok, for som motorsyklist ble Viken selv truffet av en bil hvis sjåfør mistet kontrollen i en sving i Mortensrudveien syd i Oslo.

Det var i 2004. Politi, ambulanse samt brann- og redningsetat kom raskt til ulykkesstedet. Viken fikk hjelp.

”Jeg er glad jeg bor i Norge og har en jobb hvor redning står øverst på oppgavelisten”, uttalte Viken i en reportasje i lokalavisen Nordstrands Blad i fjor sommer, like før han ble pensjonist.

Etter ulykken slet han med en vond venstrelegg og mange operasjoner, før han i 2009, i samråd med legene, lot foten amputere. ”Det har jeg ikke angret på”, sier han til Livsglede.

Også etter ulykken arbeidet han i brannvesenet, nå med forebyggende arbeid.

Viken, far til to og for øvrig selv sønn av en brannmann, fremstår som et følelsesmenneske og som et søkende menneske. Han har gitt av seg selv i innlegg på Lesertorget i Livsglede. Og hva søken angår, hører det med til bildet av ham at han en gang i brannmannstiden, før han stiftet familie, tok permisjon for å studere fotografering.

Om det å være følelsesmenneske, sier han: ”Det har jeg arvet fra faren min. Og jeg ble kanskje enda mer følelsesmenneske etter ulykken.”

Viken, som i de senere år har skrevet litt for et lokalt menighets- og lokalblad ved navn Kongeveien, er glad i naturen. Som amputert har han testet ut både den ene og den andre idrettsgrenen. Da han deltok i en av Momentums samlinger på Hjerkin, gikk han litt på egen hånd i Rondane etterpå.



”Det er egentlig sjåførene, de som kjører, mitt budskap er rettet mot”, sier Helge Viken.

Kamp mot stygge tall

Men glem ikke dette med trafikksikkerhet når du ser for deg Viken. Årlig omkommer det på verdensbasis langt over en million mennesker i vei-trafikken, der langt flere blir skadet. I vestlige land har antall omkomne og skadde i trafikken falt kraftig i de senere år – til tross for langt flere mennesker og kjøretøyer – som følge ikke minst av bedre veier, sikrere kjøretøyer, strengere kontroll og mer informasjon til folk om trafikks farer.

Viken er blant de mange rundt om i verden som forsøksvis bidrar litt til at de fortsatt stygge ulykkestallene skal bli mindre stygge.

ulykker

Helge Viken ved stedet der han ble utsatt for en ulykke. Her har han selv satt opp et lite skilt, og dermed har svingen fått navnet Helgesvingen. Stolpen er utstyrt med en liten plakett som forteller: "6. oktober 2004 ble Helge Viken skadet i en trafikkulykke i denne svingen. For å få et bedre liv, valgte han å amputere venstre legg 5 år senere."



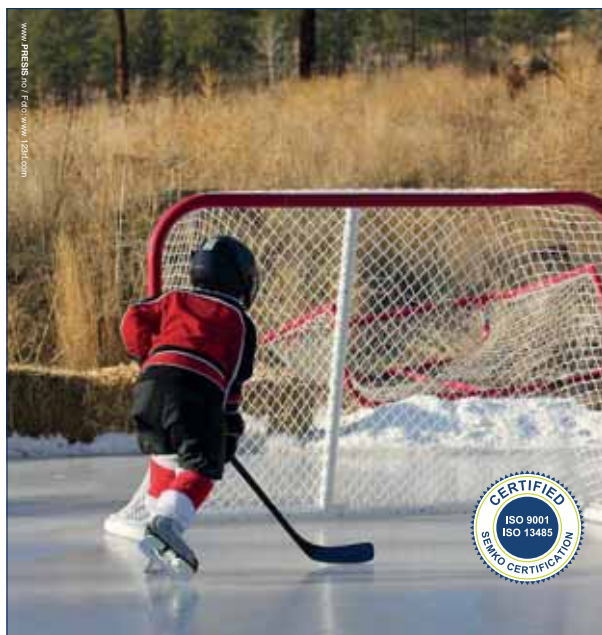
BUSKERUD TEKNISK ORTOPEDI

Buskerud Teknisk Ortopedi AS
PB 3568 - 3007 Drammen

- hjelpemidler som gjør hverdagen enklere!

- Fotsenger/løpsinnlegg og spesialsko
- Ortoser og korsett
- Proteser

Besøksadresse: Ingeniør Rybergsgate 114
Tlf.: 32 80 93 93
E-post: post@bto.no
Web: www.bto.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

NTOD 
I SAMARBEID MED ORTOCARE®

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



Momentum landet rundt

Vi er til for deg og dine. Ta kontakt!

Momentum Øst

Østfold, Oslo og Akershus
Leder:
Steinar B. Hansen
steinar@regnskapsnett.no
T: 91 38 22 21

Likepersonkontakt:
Kristin Holter-Sørensen
kriholtorsor@hotmail.com
T: 99 71 97 56

Momentum Innlandet

Oppland og Hedmark
Leder:

Erik Haugen
erik@928.no
T: 90 04 23 79

Likepersonkontakt:
Rune Søstuen
runesostuen@yahoo.no
T: 95 96 52 42

Momentum Sør-Øst

Vestfold, Buskerud og Telemark
Leder:

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

Likepersonkontakt:
Hanne Thorsen
hanne.thorsen@telefast.no
T: 97 19 61 05

Momentum Sør

Aust-Agder og Vest-Agder
Leder og likepersonkontakt:
Terje Tobias Finnsådal
ttfinsaadal@marnardal.com
T: 91 59 54 66

Momentum Vest

Hordaland, Rogaland og
Sogn og Fjordane
Leder:
Anniken Jahnsen Kvaal
jahnsenkvaal@hotmail.com
T: 95 80 58 42

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

Likepersonkontakt Rogaland:
Elin Holen De Capitani
elin@accuratus.no
T: 98 28 33 57

Likepersonkontakt Sogn
og Fjordane:
Finn Atle Leirpoll
fin-atle@online.no
T: 95 19 50 75

Momentum Midt-Norge

Sør-Trøndelag, Nord-Trøndelag,
og Møre og Romsdal
Leder:
Tor Aalberg
toraal@hotmail.com
T: 46 63 06 42

Likepersonkontakt Møre
og Romsdal:
Ronny Strandbø
rs@tussa.com
T: 90 79 92 78

Momentum Nord

Nordland, Troms og Finnmark
Leder:
Jan-Henry Søberg
jan_henry48@hotmail.com
T: 91 32 65 70

Likepersonkontakt Nordland:
Per Meby
per@meby.no
T: 93 41 33 88

Likepersonkontakt Troms:
Håkon Gebhardt
haakongebhardt@gmail.com
T: 41 64 03 50

Likepersonkontakt Finnmark:
Jill Helen Nilsen
jillhnilsen@hotmail.com
T: 91 39 57 95

SPORTSKONTAKT:

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

PÅRØRENDEKONTAKTER:

Momentum Øst

Vigdis Hansen, T: 90 64 67 43
vigdis@regnskapsnett.no

Momentum Innlandet

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

Momentum Sør-Øst

Karin Møller-Hansen, T: 95 70 48 90
k.moller@online.no

Momentum Sør

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

Momentum Vest

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

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

Momentum Nord

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

Bli likeperson - 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



Ikke bare for joggere...

Kanskje vil den tiltrekke seg et pent antall joggere. Men noe av poenget med en påtenkt tursti i Oslo – fra innerst i Frognerkilen til Oscarshall slott på Bygdøy – er at den skal bli "mest mulig UU-tilpasset", for å bruke Kommunal- og moderniseringsdepartementets beskrivelse.

Det er altså snakk om universell utforming, slik at for eksempel personer i rullestol eller med benproteser skal kunne ta seg noenlunde enkelt frem på turstien, også omtalt som kyststi.

Påtenkt ... Vel, departementet viser til at det faktisk finnes en sti på den noen hundre meter lange strekningen langs vannet, men at stien er i "dårlig for-

fatning og lite tilgjengelig" og nå skal rustes opp.

Departementet poengterer at "når kyststien er ferdig, vil man ha en sammenhengende strekning fra Aker brygge til Oscarshall slott."

Det nylig igangsatte arbeidet med stien, som foregår i regi av Statsbygg, kan ifølge departementet ventes unnagjort på to-tre år og er kostnadsberegnet til rundt 20 millioner kroner.

Stien går dels over kommunal eiendom og dels over terreng tilhørende Bygdø Kongsgård. Fremtidige stibrukere vil altså kunne finne på å glede seg over at de befinner seg på kongelig grunn.

Kommunal- og moderniseringsminister Jan Tore Sanner (t.v.), Statsbygg-sjef Harald V. Nikolaisen og Oslo-ordfører Fabian Stang tok spadene fatt da de i slutten av mai markerte at arbeidet med kyststien var i gang. Foto: Kommunal- og arbeidsdepartementet.



På badetur med rullestolen...

Sør-Hedmark har ingen badeplass for rullestolbrukere, men skal nå få det, melder avisen Glåmdalen.

Det skal ifølge avisen skje ved at badeplassen på Bæreia ved innsjøen Bæreia skal få universell utforming.

Glåmdalen skriver at den populære badeplassen allerede har sandstrand, sandvolleyballbane, handikaptølett og parkeringsplass.

Det lokale ungdomsrådet har vært og er engasjert i utviklingen av badeplassen for å gjøre den til et aktivitetsområde for ungdom.

Kongsvinger kommune vil etablere en prosjektgruppe hvor Ungdomsrådet, Funksjonshemmedes råd og Norges Handikapforbund skal delta sammen med representanter for kommunen.

Hovedstyret i Momentum

DR. NILS-ODD TØNNEVOLD
Styreleder
nils.tonnevold@connectum.no
T: 92 20 16 26

KJETIL BRAGSTAD
Nestleder/IT-ansvarlig
k-brag@online.no
T: 48 60 19 74

GEIR ARNE HAGELAND
Styremedlem/økonomiansvarlig
gah@funkibator.no
T: 90 97 26 82

ARNE WILBERG
Likepersonsansvarlig
awilberg@bbnett.no
T: 41 52 40 80

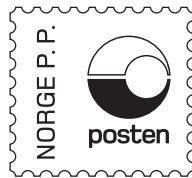
KRISTIN HOLTER-SØRENSEN
Styremedlem
kriholtesor@hotmail.com
T: 99 71 97 56

MARIT HAVRE NILSSEN
Varamedlem
hnmarit@frisurf.no
T: 92 03 06 16

MERETE LINDE-NIELSEN
Andre varamedlem
kongsberg.vita1423@vita.no
T: 90 41 07 13

Momentum
T: 40 00 43 60
info@momentum.nu

LIV KARIN SØSTUEN
Adm.sekretær
info@momentum.nu
T: 47 02 10 94



Returadresse:
Momentum
pb. 49 Skøyen
0212 Oslo



SYMBIONIC[®] LEG 3

Move Naturally



WWW.OSSUR.SE

TEL +46 (0) 18 18 22 00
FAX +46 (0) 18 18 22 18
info@ossur.com

*"Dette er benet mitt,
og det er helt synkronisert
med resten av meg".*
– Hans van Dongen



bionic
TECHNOLOGY BY ÖSSUR 