

Livsglede

BLADET FOR AMPUTERTE/PROTESEBRUKERE 2/2018

LITT AV EN WEEKEND I TØNSBERG – DER CHRISTOFFER HOPPET I VANNET 14–17



ORTOPEDIINGENIØR HÅKON JENSEN, PENSJONIST – PÅ PAPIRET

6–7

MOMENTUMS ÆRESPRIS TIL HANS EMIL MØLLER-HANSEN

18

Egenskapene som vi vet betyr
mye for deg og for oss;

mestring presisjon balanse kvalitet oppfølging

– Sammensatt blir det til
tjenester og produkter for våre
kunder innen ortopediske
hjelpemidler.



- TROMSØ
- HARSTAD
- BODØ
- BERGEN
- KRISTIANSAND

blatchford.no



blatchford



Foto: Hans Hekneby Reinertsen

MOMENTUMS ÆRESMEDLEM:
PRINSESSE MÄRTHA LOUISE

Livsglede 2/2018

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

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

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

Internett:
www.momentum.nu

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

Forside:
Christoffer Lindhe, svensken som da han
var tenåring mistet begge beina og en
arm i en jernbaneulykke – og senere har
imponert verden med hva han har fått til,
ikke bare i svømmebassenget. Her under
Momentums weekend-samling i Tønsberg
i juni. Foto: Hans Hekneby Reinertsen.

ISSN: 1891-3040



«Det er bedre å tenne et lys
enn å forbanne mørket»

LEDER

Vi er en glad gjeng ...

Etter noen år som medlem i Momentum, inklusive ett år som nestleder, kan jeg bare bekrefte at dette er den beste foreningen å være med i.

Momentum ... Det er litt av et samhold, vi har her. Det å være med gir meg mye glede og inspirasjon.

Mens jeg har sittet i styret, har jeg brukt mye av tiden til å «studere» de andre og lytte. Jeg har fortsatt mye å lære, men liker utfordringer. Det å våge, gå utenfor komfortsonen, kan være tøft, men veldig nyttig.

Hovedstyret jobber aktivt for at alle medlemmer skal kjenne seg delaktige og føle at de er med i et stort felleskap. Vi skal støtte opp, være til glede og inspirasjon for våre medlemmer. Ved å holde likepersonkurs, styrekurs og lignende, vil vi motivere medlemmene til å være aktive i sine respektive fylkeslag.

At alder, personlighet og synspunkter varierer i vår forening, er en stor styrke, og det gjør at vi samler de aller flotteste og vakreste blomstene i én vase.

Jeg er så heldig å ha fått delta i noen samlinger i årene som har gått, og jeg reiser alltid fra denne fantastiske gjengen med et stort smil, lykkelig og full av ny energi. Tusen takk!

At denne sommerens medlemsweekend ble lagt til Tønsberg, betyr enormt mye for meg, da jeg er oppvokst i denne flotte sommerbyen. Jeg har så mange gode minner herfra. Det er byen i mitt hjerte.

«Det å våge, gå utenfor komfortsonen,
kan være tøft, men veldig nyttig»

Opplegget med Tufte gård var meget vellykket. Aktivitetene traff virkelig rett for alle denne gang, vil jeg påstå. I lys av all latteren, konkurranseinstinktet og lagånden vi var vitne til, kan det ikke være tvil om at de aller fleste hadde en flott dag.

God mat, og et fantastisk foredrag av Olaf Tufte, var også på programmet. Noe av det jeg husker han sa: «Vi må bruke mindre energi på det som er minst viktig.»

Jeg vil på vegne av hovedstyret takke for et flott første halvår. Tusen takk for alle innspill og ideer fra dere.

God sommer!

Livsglad hilsen

Merete Linde-Nielsen

Merete Linde-Nielsen
Nestleder

AV INNHOLDET:

En rask prat med Kjetil Grødem	s 4	Finske protesebrukere skal gå og sykle mer	s 13
Et blick på Håkon Jensen	s 6–7	Litt av en weekend i Tønsberg	s 14–17
Se hva ortopediingeniørstudenter kan finne på	s 9–11	Ærespris til Hans Emil Møller-Hansen	s 18

www.momentum.nu

Sverige har manglet et oppegående samlingspunkt for amputerte, men slik skal det ikke være i fremtiden ...

I den senere tid har noen svenske krefter tatt et tak for å fylle tomrommet, og i mai etablerte de en forening under navnet AmpisLIV.

Det har skjedd etter at nøkkelfolk bak nyskapingen har sett norske Momentum, foreningen for arm- og benprotesebrukere, som et forbilde.

En av nøkkelfolkene, høyreleggamputerte Robert «Robban» Lång, gjør det klart overfor Livsglede at Momentum fortsatt skal være et forbilde i arbeidet med å få AmpisLIV skikkelig opp og gå.

«Robban» (48) forteller at en av de andre nøkkelfolkene, Christoffer Lindhe, fristet ham til å bli med til Momentums weekend-samling i Tønsberg i begynnelsen av juni.

Lindhe (29) – som mangler to ben og en arm etter en jernbaneulykke da han var tenåring – har gjort paralympiker og internasjonal forretningsmann av seg; han utvikler proteser og tilbehør og var i Tønsberg i denne sammenheng, som utstiller. «Robban» for sin del var der for å bli bedre kjent med Momentum, hente enda mer inspirasjon.

«Robban», en gang i tiden ambulanse-sjåfør og førstehjelper, hadde for lengst gått inn i stålbransjen da han i august 2013 fikk leggen i klem på et transportbånd – og ble hentet av gamle ambulanseskoleleger og bragt til sykehus. «De sa til meg, 'Robban, hva fanken ...', det var litt spesielt.»

Om deltagelsen i Tønsberg sier han: «Det har vært veldig nyttig.»

Om det var litt hyggelig også? «Det var jättebra.»



Robert «Robban» Lång fra Västerås, en av nøkkelfolkene bak AmpisLIV. Foto: Hans H. Reinertsen.



Ny forening, ny logo.

Kjetil Grødem



Kjetil Grødem, et nytt ansikt i Momentum-gjengen. Foto: Hans Hekneby Reinertsen.

Se ham gjerne som en bondegutt fra Jæren. Kjetil Grødem, som mistet venstre underarm i en arbeidsulykke i juli i fjor, er av 1992-årgang og én av fem brødre som vokste opp på en gård på Fosse i Time kommune syd for Stavanger.

Kjetil hadde skaffet seg fagbrev som CNC-operatør – CNC står for *computer numerical control* – og hadde jobbet litt i faget, i en virksomhet som leverte deler ikke minst til oljevirksomheten, før han tjente fedrelandet som stabsarbeider i Hans Majestet Kongens Garde og dernest tro til som gårdsdreng hjemme på Fosse, der ulykken inntraff.

«Jeg og broren kvistet greiner, og under rensing av maskinen ble den startet», forteller Kjetil, som i startøyeblikket hadde armen inne i maskinen.

Han ble fløyet med legehelikopter til sykehus i Stavanger, hvor de fikset på stumpen og skrev ut Kjetil en uke etterpå. Tre måneder senere, da stumpen var klar for det, ble han utstyrt med myoelektrisk protese.

Før ulykken hadde han en tanke om å ta fatt på ny skolegang, men den tank-

en har han lagt på hyllen i påvente av å venne seg bedre til protesen. Nå ser han at det, når han finner tiden inne, kan bli snakk om enten skolegang eller noe annet.

Kjetil forteller om noen «litt kjipe dager» etter tapet av armen, men ser ikke de dagene som noen voldsom nedtur.

I Tønsberg nå i juni deltok du i Momentums medlemsweekend, din første deltagelse i et stort Momentum-arrangement. Var det OK å være med, eller ...?

Det var en positiv opplevelse å treffe folk i en tilsvarende situasjon som jeg er i selv. Det var en hyggelig helg.

Du synes å ha klart deg greit etter tapet av armen, men det har vel uansett på sett og vis forandret din hverdag?

Jeg har måttet finne nye måter å gjøre enkelte ting på, men overgangen har gått bra, så det blir bare å finne nye måter å gjøre ting på fremover også.

Har du et tips til nyamputerte?

Det er ikke verdens undergang at det skjer, det åpner opp for nye måter å se tilværelsen på. Det kan være viktig å komme seg inn i et miljø med likestilte, eksempelvis Momentum.



Linx

– er den første datastyrte protesen hvor fot og kne «snakker sammen».

Samarbeidet mellom foten og kneet gjør at du får mer støtte på ulike underlag og hellinger. Du kan bevege deg lettere i ulendt terreng. Linx etterligner menneskelige bevegelser og opprettholder riktig holdning, slik at du sparer energi og er mer komfortabel.



Linx har vunnet flere internasjonale priser for funksjonalitet og innovativ design.

Silcare Breathe

– Pustende teknologi for tørrere hud og protese-hylsesikkerhet.

Luft og fuktighet ventileres ut gjennom hullene.

Leveres både i cushion og pin-lock varianter.



+47 55 91 88 60
post@ortopro.no

ortopro.no
f Ortopro

ORTOPRO

En ringrev av en ortopediingeniør

Han har noen tiår bak seg som ortopediingeniør, og blant det han ønsker mer oppmerksomhet omkring, er at fagfolk som ham ikke bare leverer proteser og tilbehør til amputerte mennesker, men for eksempel også ortopedisk fottøy til ikke-amputerte – fottøy som kan bidra til at diabetikere unngår å bli amputert.

Flemming Dahl (tekst)
Hans Hekneby Reinertsen (foto)

I en alder av 68 kan Håkon Jensen se tilbake på et par år som pensjonist – vel, ikke mer pensjonist at han på en solid porsjon deltid fungerer som fagansvarlig ortopediingeniør i Hamar Ortopediske AS, som holder til noen steinkast unna Jensens barndomshjem i Hamar sentrum.

Da han formelt sett ble pensjonist, var det etter en lang karriere i den Oslo-baserte virksomheten som i de senere år har båret navnet Sophies Minde Ortopedi AS, en karriere som inkluderte mange år som daglig leder, med tittel av direktør.

Når fotograf Hasse og jeg stikker innom ham for en prat, viser Jensen frem et foto av et ikke pent trykksår på en fot med feilstilling, en diabetikers fot. Jensen forteller at han sammen med ortopediteknikere i Hamar Ortopediske er i sluttfasen med å produsere en skreddersydd ortopedisk sko til mannen som foten tilhører. «Han er ikke amputert», poengterer Jensen. «Det har vi unngått.»

Unngått, hvordan det? Jo, forklarer Jensen, mannen med foten har søkt hjelp tidnok til at han ved å ta i bruk et ortopedisk fottøy, kan forhindre at såret utvikler seg i så alvorlig grad at amputasjon blir sett som eneste fornuftige løsning.

Ja, ortopediingeniører, og ortopediteknikere de samarbeider med, er altså opptatt av mer enn amputerte menne-

sker. Jensen understreker at ortopedi-folk har mange ganger flere ikke-amputerte kunder enn amputerte kunder. «Det finnes bare et fåtall amputerte og protesebrukere i forhold til antallet ortosebrukere og brukere av ortopedisk fottøy», sier han.

Arbeidet i Sophies Mindre medførte at Jensen og hans kone – de har i dag to barn og er besteforeldre til fire – bosatte seg i Nittedal, i rimelig reiseavstand fra arbeidsplassen, og boligen der har de fremdeles. Men fra gammelt av har de også et tak over hodet i Hamar, der Jensen periodevis holder til når han har økter hos sin nye arbeidsgiver.

**«Han er ikke amputert.
Det har vi unngått»**

Jensen – tidligere klarinettspiller i guttekorps, dernest i ungdomskorps, i voksen alder opptatt av hunder og lydighetstrening av dem – tok eksamen artium, reallinjen, på Hamar katedralskole. Så skulle avgjøres hva slags arbeid han skulle ta sikte på. Han ler når han tegner et bilde av hvordan avgjørelsen ble tatt:

Jensen og en klassekamerat erfarte at den som ikke fant svar ved hjelp av en veileder hjemme i Hamar, ble tilbudt intet mindre enn offentlig betalt reise til Oslo for å møte en mann som testet ungdommers evner, hvilket fristet Jensen og kameraten såpass at de reiste til hovedstaden, der testeren kom til at Jensen hadde evner for praktisk arbeid ispedd et snev teoretisk arbeid, med den følge at Jensen ble sendt til Sophies Minde for mulig ortopediingeniørutdanning der ...

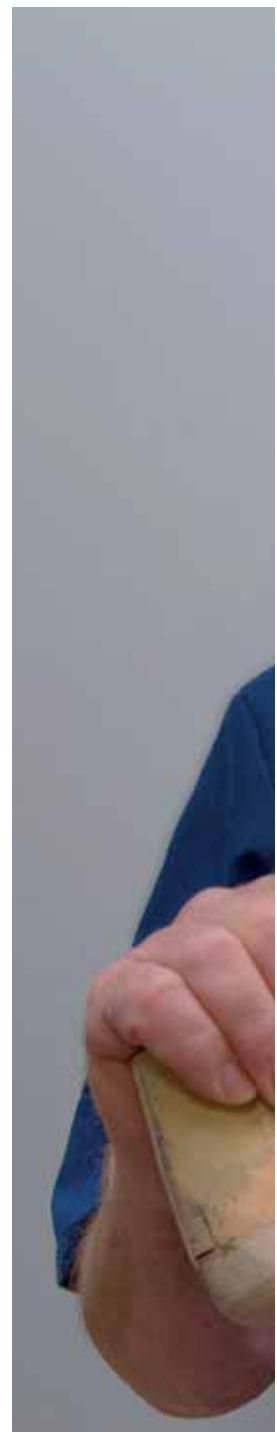
Dermed var løpet lagt, for Jensen fikk – avbrutt av militærtjeneste i Hærens sanitet – fagutdanning og dernest ansettelse i Sophies Minde, hvor han attpåtil ble kjent med den unge damen, en barnepleier fra Nordland, som senere ble hans kone.

Gjennom sine tiår i faget har Jensen på nært hold vært vitne til hvordan ny teknologi og nye materialer har medført at protesebrukere og andre kategorier hjelpemiddeltrengende har fått tilgang – iallfall i Norge og mange andre land – til stadig bedre, les mer funksjonelle og mindre plagsomme, produkter. De tider da beinløse mennesker gjerne brukte trebein, kan fremstå som dramatisk mye fjernere i dag enn for bare få tiår siden.

Jensen viser, når han fokuserer på de amputertes verden, til hva som i løpet av de siste par tiårene er kommet av eksempelvis mikroprosessorer i kunstige kneledd og kunstige hender, sensorer i armproteser ...

Enda et eksempel på utviklingen i protese-sektoren: «Man programmerer jo gangmønsteret til pasienten, for å stille inn kneleddet slik at det best mulig tilpasses det enkelte individs gangmønster. Vi har jo pasienters gangmønster liggende inne på en PC.»

Med blikket på fremstilling av ortopedisk fottøy viser Jensen til at det i årevis har vært snakk om gispavstøpninger av føtter, og til dels om ren håndspikking av trelester, men som han sier: «Ny teknologi kommer og overtar, vi er i gang med skanning av føtter og 3D-printing av lester.»





Håkon Jensen minner om at fagfolk som ham har flere ikke-amputerte enn amputerte kunder.

proteser – er blitt mer funksjonelle og bekvemme enn de var, og at dekorasjoner, eksempelvis Spider-Man-inspirert, kan gjøre det rent kuuult å gå omkring med dem.

Jensen har i årenes løp brukt sine fagkunnskaper ikke bare på arbeidsplassen, men også ved å påta seg utenom-jobben-roller: Han har i flere år vært og er fortsatt styremedlem i Ortopediske Virksomheters Landsforbund (OVL); han har hatt og har en faglig hjelpende hånd inn i Diabetesforbundet; han er fra ikke lenge tilbake, på vegne av Hamar Ortopediske AS, medlem i et tverrfaglig diabetesteam ved Sykehuset Innlandet ...

Det hører med til bildet av Jensen at han i 1980-årene var en nøkkelmann i etableringen av en skofabrikk, mer nøyaktig sagt en fabrikk for fremstilling av ortopedisk fottøy:

Sophies Mindes Oslo-lokaler for slik virksomhet ble vel trange, og som sjef sørget han, ved hjelp av kontakter i hjembyen, for flytting av fottøyproduksjonen til Hamar, der lokaler og utstyr og medarbeidere ble overtatt fra en ordinær skofabrikk som ikke lenger så en fremtid.

Som styremedlem i OVL er Jensen med på å drive frem mer romslige utdanningsmuligheter for ortopediingeniører, i lys av at det lenge har vært for få slike fagfolk her i landet til å dekke etterspørselen. Arbeidet har gitt resultater, men fortsetter med tanke på å oppnå mer.

OVL-vervet gir Jensen nærkontakt med ortopediingeniørstudenter, og ett av hans budskap til dem er – ref. hans beretning om hvordan ortopedisk fottøy kan bidra til å forhindre en amputasjon – at selv om arbeid med proteser er viktig og kan fremstå som spesielt attraktivt, så er arbeidet med ortopedisk fottøy vel så kompetanseoppbyggende, foruten at det er viktig samfunnsmessig sett og givende for en ortopediingeniør.

Jensen ser for seg at de senere års utvikling innen ortopedisk fottøy vil fortsette. «Det brukerne kan forvente fremover er stadig bedre passform, penere design og produkter som er mer identiske med det du ser i butik-

kene. Det å bruke et ortopedisk fottøy blir stadig mindre iøynefallende.»

Noe av det Jensen gleder seg over er at hjelpemidler til barn – eksempelvis ortoser og tilhørende fottøy, også

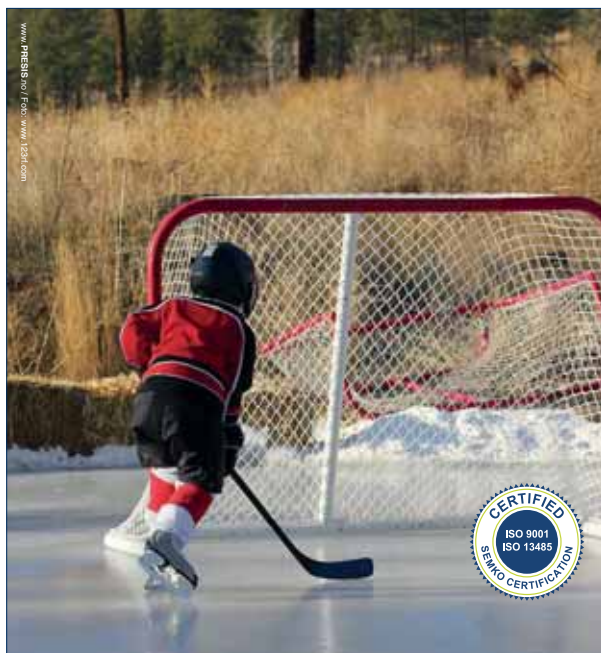
BUSKERUD TEKNISK ORTOPEDI

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



I SAMARBEID MED ORTOCARE®

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

Tilpassning og justering av
alle typer benproteser.
MOK tilbyr aller typer
ortopediske hjelpemidler

Moss Ortopedisk Klinik AS
 **Ortopediske hjelpemidler**

69 25 00 35
Prinsens gate 9
1530 Moss
www.moss-ok.no

En bachelor som kan bidra til å gi amputerte en bedre hverdag



Siri i arbeid med en pasient, Kristine i bakgrunnen. Klipp fra video publisert av OsloMet.

Siri Eidnes og Kristine Ottersland har avsluttet tre år lange ortopediingeniørstudier med å innlevere – og få godkjent – en bacheloroppgave der de tar for seg hva som er under utvikling til å bli en ny funksjonstest for beinamputerte.

De to ser at en ferdig utviklet test kan gi verden et aldri så lite puff i riktig retning, for hør hva de skriver i oppgavens forord:

«Forhåpentligvis kan resultatene bidra til et nytt og bedre verktøy til bruk for klinikerne i vurderingen av protesebrukeres mobilitet, og på den måten komme protesebrukerne til nytte.»

I forordet skriver de også:

«Bakgrunnen for valg av tema var at vi fikk mulighet til å delta i et større

prosjekt og på denne måten kunne bidra til forskning på funksjonstester for protesebrukere. Det har gitt nye og spennende innblikk i forskningsmetoder og en mulighet til å bli kjent med protesebrukere i en annen situasjon enn i klinikken.»

Behov for noe bedre ...

Siri og Kristine har gjennomført sine studier, bacheloroppgaven inkludert, ved det som nå heter OsloMet – storbyuniversitetet, men som da de begynte der fortsatt het Høgskolen i Oslo og Akershus (HiOA).

FORTS. ➔

MØT OSS PÅ FACEBOOK

WWW.FACEBOOK.COM/
OSSUR.NO



Össur elsker å inspirere og brenner for smarte, proteseteknologiske løsninger.

Følg oss på Facebook i vår arbeid med å bidra til liv uten begrensninger for deg som er amputert.

Sammen kan vi gjøre en forskjell.

FLEKSIBEL • PÅLITELIG • NESTEN USLITELIG

TERRAIN DOMINATION.

RUSH^{FOOT™}

Wes Webb
Bilateral BK, RUSH87™

#notjustanothercarboncopy


erimed

erimed international
Steinar Knutsen, tel: +47 91 68 62 72
Tel +46 8- 449 56 50, Fax +46 8- 646 47 67
order@erimed.se, www.erimed.se

I oppgavens sammendrag går de mer detaljert inn på bakgrunnen for bachelorarbeidet:

«Det finnes per dags dato flere funksjonstester og selvrapporteringsskjemaer for protesebrukere, men ingen av dem måler mobilitet i ADL på en tilfredsstillende måte. Samtidig stilles det stadig større krav til bruk av utfallsmål for å vurdere effekt av intervensjoner. Som følge av dette behovet har forskergruppen KiM ved OsloMet laget en ny funksjonstest for protesebrukere, kalt 'Person Centered Functional Mobility test' (PCFM-test). Utgangspunktet for testen er elementene som er definert ut ifra fokusgruppeintervjuer av protesebrukere vedrørende deres mobilitetsutfordringer (Hafner, Morgan & Abrahamson, 2016). Basert på dette er målet med oppgaven å gjennomføre pilotuttesting av PCFM-testen og vurdere testens 'construct validity' og 'known-groups validity'»

Et eksempel blant mange, denne bacheloroppgaven, på hva studier i ortopediingeniørfaget kan medføre.

Ut i arbeidslivet ...

Siri er fra Harstad, Kristine har sine røtter nær Grimstad. Siri er nå i gang med turnusarbeid hos Blatchford i Harstad, mens Kristine skal i gang med tilsvarende, hos Blatchford i Kristiansand, etter sommerferien.

Om bacheloroppgaven er blitt godkjent?

Ja, fastslår Siri i en prat med Livsglede, og hun tilføyer: «Vi har fått veldig gode tilbakemeldinger fra sensor.»

Igjen et klipp fra oppgavens forord:

«Oppgaven har gitt oss mer erfaring i å arbeide med protesebrukere, der de har bidratt med interessante synspunkter og viktig kunnskap om deres situasjon og utfordringer.»

LA DEG INSPIRERE AV VÅRE AMBASSADØRER!

WWW.OSSUR.SE/
OM-OSSUR/
OSSURAMBASSADORS



Camilla Åberg,
TF-amputert og Össur Ambassadør

“Vendepunktet kom da jeg traff Sara Reinertsen på Amputee Sports Clinic. Jeg er så stolt over at jeg grep muligheten til å endre livet mitt.”

Spar penger

- få rabatt på overnatting og møterom

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

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

Mer informasjon

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

Rabattene gjelder både private opphold og Momentum-arrangementer.

Hvordan bestille

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

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



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



WWW.OSSUR.SE

© Össur, 07.2017

ETAB



1892

SOPHIES
MINDE

Frihet.
Til bevegelse. Og til
i større grad å kunne
bestemme over egne liv.
I 125 år har det vært
vårt mål med ortopedi.

Sophies Minde Ortopedi er totalleverandør
av ortopediske hjelpemidler, og tar i mot
pasienter fra hele landet.

sophiesminde.no

Beste funksjon og livskvalitet for den enkelte!

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



Vestfold: Skolmar 13, 3232 Sandefjord,
Tlf. 33 45 45 33, e-post: info@teknomed.no

Telemark: Storgata 118, 3921 Porsgrunn,
Tlf. 33 45 45 35, e-post: info@teknomed.no

www.teknomed.no



Ortopedisenter as



Kvalitet-Mestring-Livsglede

ØSTO Ortopedisenter AS

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

Amputerte kan gå og sykle mer, de også ...



Finsk kampanjeplakat, her i engelskspråklig versjon.

Blant både amputerte og ikke-amputerte finnes det mange som kan gå og sykle mer enn de gjør – og som kan brukes i kampanjer for å få de store folkemasser til å gjøre nettopp det ...

Finske transportmyndigheter er – på linje med eksempelvis de norske – blant dem som helst ser at folk går og sykler mer og bruker bilen mindre, for å bidra til reduserte klimagassutslipp og styrket folkehelse.

En gå-og-sykle-kampanje som i mai ble satt i gang av Finlands nasjonale transportmyndigheter gjør et poeng av at det finnes amputerte i befolkningen den henvender seg til:

En av plakatene som benyttes i kampanjen viser en benamputert protese-bruker.

Andre plakater i kampanjen viser et syklende menneske, et par elegante damelegger i bevegelse på fortauet ... Kort sagt, budskapet skal helst nå frem til både den ene og den andre.

På det finske transportdepartementets nettsider er kampanjen omtalt på både finsk, svensk og engelsk. Der finnes også plakatene i tre språkversjoner.

Finlands energi- og klimastrategi har som ett av sine mål at omfanget av gåing og sykling skal øke med 30 prosent innen år 2030. Den nye kampanjen skal sammen med mange andre tiltak bidra til at målet blir nådd.

Departementet skriver at nesten en fjerdedel av alle reiser kortere enn én kilometer foregår med bil, og at tilsvarende andel for to-tre kilometer lange reiser er 60 prosent.

«Hvis flere mennesker går og sykler, vil det forbedre hele transportsystemets energieffektivitet og redusere utslippene fra trafikken», sier transportminister Anne Berner.

«Den økte treningen som gåing og sykling over korte distanser medfører vil i tillegg spille positivt inn på folks velvære og hele den offentlige helse-tilstanden», tilføyer hun.

fd/hhr



Eksempler på flere plakater i kampanjen.

STOLT SPONSOR AV TJÖRN TRIATHLON!



Össur har vær stolt sponsor av Tenson Tjörn Triathlon, som går av stabelen hvert år siste helgen i august, siden 2011.

Uansett om du er tilskuer eller deltaker, så er du hjertelig velkommen til å være sammen med oss i vårt Össur-telt på Tjörn.

See you in August 2018!

www.tjorntriathlon.com

Gøy, nytte og hygge for

Morsomme aktiviteter ute i skogen, nyttige erfaringsutvekslinger om proteser og tilbehør, hyggelig snakk over tallerkener og glass, et helt spesielt innslag da en Momentum-veteran under lørdagens festmiddag ble overrakt arm- og benproteseforeningens ærespris ...

Flemming Dahl (tekst)
Hans H. Reinertsen (foto)

Litt av en juni-weekend, syntes de fleste av de godt over 60 deltagerne å mene da denne Momentum-samlingen i Tønsberg var over og folk returnerte til sitt.

Det var Hans Emil Møller-Hansen, gjennom mange år tillitsvervholder på nasjonalt og lokalt plan i foreningen, som ble hedret med Momentums Ærespris. Denne hedersbevisningen roper etter en beretning for seg, og en slik finnes på dette bladets side 18.

Under mange innimellom-timer uten oppsatte programposter kunne deltagerne la seg friste av hotellets svømmebasseng, rusle en tur i sommer-Tønsberg og – ikke minst – møte fagfolkene som var på plass i hotellet for å vise frem proteser og tilhørende hjelpemidler.

Nye ansikter, Marit og Terje

Det vil seg ofte slik, når Momentum-folk er samlet, at det kan observeres noen ansikter som ikke har vist seg i forsamlingen tidligere. Og, ja, denne gang finnes det en

god håndfull nye ansikter, og to av dem tilhører dem som, når fotograf Hasse og jeg kommer i prat med dem, viser seg å hete Marit og Terje.

De ser nær sagt ganske så nyforelsket ut, dette til tross for at de, som de forteller det, har hengt sammen fra hva vi også på norsk kan betegne som *way back in time*: Marit fra Randaberg ved Stavanger og Terje fra Moss traff hverandre under lærerutdanning i Hamar i 1974 – fem år etter at Neil Armstrong satte fot på Månen, dette nevnt for å gi eventuelle yngre lesere et perspektiv.

Men hvorfor er de her, disse to? Jo, fordi Terje – Bærlulfsen til etternavn – på vårparten i år ble fratatt sin diabetesplagede høyrelegg i hva som på Sykehuset Østfold summerte seg til en tre etappers amputasjonsprosess, som snart ledet Terje til å ta kontakt med Momentum, få en likepersonsamtale og bli medlem i foreningen.

Terje sitter i rullestol, nå, stumpen er ennå ikke ferdigpleiet. Men denne mannen, som er av 1951-årgang, skal like etter Momentum-week-



Olaf Tufte, olympisk medaljevinner i roing, holder inspirasjonsforedrag for en lydhør forsamling.

enden til et opphold på rehab-senteret Bakke i Østfold. Akkurat nå er spørsmålet

om han veldig snart eller litt mindre snart skal klargjøres for protesebruk.



Terje Bærlulfsen, nyamputert, og hans Marit. «Det er klart at det blir noen ups and downs for alle mennesker», sier Terje. «Men jeg synes det er fint å se at folk funkter, det gir meg litt sånn guts, altså.»

nye og gamle i gjengen



Marit og Terje snakker så pent om denne sin første deltagelse i et stort Momentum-arrangement at det nok kan tjene til å varme andre Momentum-folk om hjertet.

Hør hva Marit sier: «Det inntrykket vi har fått nå, er veldig bra. Vi er blitt møtt med mye positivitet, av mange positive folk som ønsker oss velkommen. Dette er et flott miljø, synes jeg.»

Og så Terje: «Jeg kan bare underskrive på det. Veldig mange positive mennesker, og så er det fint å se at livet går videre selv om du har et

bein for lite. Det er veldig motiverende for meg å se andre mennesker som er amputert. Det er klart at det blir noen ups and downs for alle mennesker, men jeg synes det er fint å se at folk funker, det gir meg litt sånn guts, altså.»

Terje fortsetter: «I de ukene som er gått siden amputasjonen, har jeg hatt mine triste og tunge stunder, men totalt sett har livet som amputert så langt vært bedre enn jeg hadde regnet med.»

Så forsterket Terje dette inntrykket av at Marit og han

er godt glade i hverandre: «Marit har vært min pilar.»

En tur ut i skogen

Etter fredagsettermiddagens ankomst til hotellet og fredagskveldens uformelle middag, står den store lørdagsutflukten på programmet:

En halvtimes busstur til Tufte Gård ved Horten, et sånt sted ute i skogen som byr på aktiviteter og bevertning, og der den som ønsker det – slik Momentum-folkene gjør det – kan få seg servert et inspirasjonsforedrag fra stedets nøkkelmann, den olympisk

medaljevinnende konkurranseroeren Olaf Tufte.

Denne Tufte er – nær sagt selvfølgelig, sett i lys av hva han har oppnådd – et av disse menneskene som definitivt ser muligheter fremfor vanskeligheter, et sånt menneske som det er lett å la seg inspirere av. Amputert eller ikke, hvem har ikke behov for slik se-mulighetene-inspirasjon ...

Og aktivitetene omkring diverse utfordrende aktiviteter gir mye moro og begeistring, Momentum-folkene blir inndelt

i grupper som i all uhyt-
tidelighet konkurrerer mot
hverandre mens solen, også
denne juni-dagen, skinner
og varmer godt mer enn hva
som kan tas for gitt i som-
mer-Norge.

Et nytt ansikt, Anita

Se der, igjen nytt ansikt i
gjengen, en ung dame som
viser seg å hete Anita Hellan
– og som vekker interesse
fordi hun går omkring med
hva som kan se ut som
forkortede utgaver av lang-
bladede løpeproteser.

«Det er først nå i det siste
fire-fem årene jeg har begynt
å bruke sånne typer pro-
teser», forteller Anita. «Jeg
kaller dem aktivitetsproteser,
de kan brukes til litt mer enn
bare gåing. Jeg går mye med
dem til daglig, de er veldig
behagelige å gå på.»

Dysmeli ligger til grunn for
at Anita – 21 år gammel, opp-
rinnelig fra Sparbu i Trøn-



Anita Hellan om sine proteser:
«Jeg kaller dem aktivitets-
proteser, de kan brukes til litt
mer enn bare gåing.»



Løft forsiktig, få spillebordet til å
helle i riktig retning til rett tid, håp
på at kula ikke faller ned i et av
hullene før den når mål ...



Krevende – og for all del gøy – å forsøke å bygge tårn av trestubber på denne måten. En av flere aktiviteter ute i skogen.



Merete Linde-Nielsen, nestleder i Momentum, blir godt begeistret av å lytte til inspirasjonsforedragsholder Olaf Tufte, som like gjerne gir henne et løft foran bildeskjermen.

delag – er protesebruker. Hun ble født uten to legger.

Nå er hun bosatt i Oslo, og forklaringen er at hun der studerer til å bli ortopediingeniør, et fagmenneske av den typen som, blant mye annet, leverer proteser til mennesker som mangler et ben eller to, en arm ...

Hun ser – selvfølgelig, kan noen tenke – sitt ønske om å bli ortopediingeniør i sammenheng med at hun selv er protesebruker. Hør hva hun sier:

«Jeg har jo opplevd å ha en del dårlige proteser selv, jeg vet hvordan slikt påvirker meg.»

Anita ble av sine foreldre innmeldt i Momentum da hun var knøttliten, men er nå for første gang i voksen alder med på en større Momentum-samling. «Det er veldig hyggelig, rett og

slett», sier hun om det å være med i gjengen.

Og, ja, hun ser samværet med andre protesebrukere her som nyttig i studie-sammenheng. «Jeg sitter og lytter til hva folk har å si, det er veldig nyttig å høre om andres opplevelser.»

Enda et ansikt, Robert

Enda et av de nye ansiktene tilhører Robert Lorentsen. Han er fra Brønnøysund, av 1959-årgang og ble høsten 2015 låramputert på høyre side, i Trondheim, forklart med beinmargbetennelse.

Robert, som er radio- og tv-tekniker, har fra årtier tilbake vært glad i å drive jakt, i tidligere år på fugl, senere på rådyr og elg. Etter amputasjonen og den påfølgende rehabiliteringen kom han seg raskt tilbake på beina – og raskt tilbake til jaktmarkene. «Det går helt fint», sier han om hverdagen som protesebruker.

Han gjør det klart at han ikke bare er alminnelig glad i å jakte, men veldig glad i det. Om det å raskt ha gjenopptatt jakten etter amputasjonen, sier han: «Det var målet mitt, det var en av de tingene som var med på å drive meg frem.»

Robert forteller at han ble kjent med Momentum via en plakat under rehabiliteringen, at han fikk en likepersonssamtale med Momentums Tor Aalberg, at den samtalen var fin, at Aalberg spurte hva Robert drømte om å få til, hvorpå Robert nevnte dette med jakten og da fikk høre av Aalberg at «det får du til.»

Han sier seg definitivt fornøyd, Robert, med denne sin første deltagelse i et stort Momentum-arrangement. «Jeg har fått svar på en masse spørsmål som jeg har gått og lurt på», sier han og nevner spørsmål omkring proteseankler og -knær som eksempler. «For min del har dette vært lærerikt.»



Robert Lorentsen har valgt bilen for reisen hjemmefra Brønnøysund til Tønsberg – og for returen. «En lang reise, men jeg angrer ikke i det hele tatt på at jeg er kommet hit.»

Robert har valgt bilen som transportmiddel fra Brønnøysund til Tønsberg og retur. «Det er en lang reise, men jeg angrer ikke i det hele tatt på at jeg er kommet hit.»

Han er glad i sin kone og deres voksne datter, forteller Robert, og glad i den to år gamle familiehunden, som er både kosehund og jakthund. Og han forteller, med et dårlig skjult snev av stolthet, at han i fjor høst oppnådde offisiell godkjenning som ettersøksjeger med denne nåværende hunden, hvilket kan sees som bevis på at Robert er i stand til, sammen med hunden, å følge ferske spor av skadde dyr.

Berikende ...

Berikende å komme sammen med gamle kjente – og å stifte nye bekjentskaper. Sånn skal det helst være under en Momentum-samling.



Christoffer Lindhe, svensken som mangler to bein og en arm, hoppet i bassenget.

Hans Emil – æresprisvinner



Hans Emil Møller-Hansen, nettopp overrakt Momentums ærespris av foreningens leder, Kjetil Bragstad.

Da overrekkelsen var et faktum, var det nok dem i den applauderende forsamlingen som tenkte at tiden definitivt var moden for nettopp dette, å tildele Hans Emil Møller-Hansen noe så gjevt som Momentums ærespris.

Flemming Dahl (tekst)
Hans Hekneby Reinertsen (foto)

En gang i ungdommen hoppet han etter Bjørn Wirkola, og i en periode tjenestegjorde han som FN-offiser i Vest-Afrika ...

Senere tilbakela han, med utgangspunkt i sivilingeniør-utdannelse fra Zürich, en lang og broget arbeidskarriere som inkluderte lederstillinger i internasjonalt næringsliv ...

I godt voksen alder overtok han som Momentum-toppleder etter Nils-Odd Tønnevold ...

Med Karin ved sin side

Gjennom et pent antall år har den låramputerte Hans Emil, aktiv innen det kristne fellesskap og opprinnelig fra Arendal, vært Momentum-tillitsvervholder på lokalt foruten på nasjonalt plan – hele veien, som mange Momentum-folk vil ha registrert, med sin Karin som støttespiller.

Prisoverrekkelsen fant sted under Momentums weekend-samling i Tønsberg i juni. Et stykke ut i lørdagens festmiddag tok Momentum-leder Kjetil Bragstad ordet, kalte frem Hans Emil og overrakte ham prisen – under solid applaus fra de rundt 60 weekend-deltagerne ved bordene.

Kjetil roste og takket Hans Emil for «stort engasjement innenfor organisasjonen» gjennom en årrekke.

Hans Emil ble i en alder av 63 låramputert under en brått påkommet og dramatisk sykdomsperiode i 2005, hvorefter han og Karin, foreldre til tre, snart ble for gjengangere i Momentum-samlinger å regne.

«Viktig å hjelpe hverandre»

I sekundene etter prisoverrekkelsen i Tønsberg takket Hans Emil for æren han ble tildelt og sa at «jeg blir stum, jeg», for så å tilføye at «dette var uventet.»

Den nye æresprisholderen fortalte, da han hadde fått summet seg, at han hadde deltatt i et Momentum-treff for første gang på forsommeren 2006, i Kristiansand, og han fastslo at likepersonarbeidet er noe av det som i årenes løp har opptatt ham sterkt, forklart med at «det er viktig å hjelpe hverandre.»

Da Hans Emil i 2010 overtok topplederposisjonen etter Nils-Odd – for en periode inntil Nils-Odd, som det skulle vise seg, kom tilbake i rollen – antydte Livsgledes medarbeidere at å overta etter Nils-Odd, sett som selveste Mr. Momentum, måtte være omtrent som å hoppe etter Bjørn Wirkola, hvorpå Hans Emil fortalte at det hadde han faktisk gjort.

«En gang, i Nygårdsbakken i Arendal, har jeg faktisk rent fysisk hoppet etter Bjørn Wirkola», ble Hans Emil sitert på å si den gangen, i Livsglede 2/2010.

Forklaringen lå i at Hans Emil i yngre dager var for en habil skihopper å regne og at han ved en anledning hadde kommet til å sette utfor direkte etter den Wirkola som da var på vei til å bli en skihopperlegende ...

En nøkkelspiller

Vel, bare for litt krydder å regne, dette skihoppet. Bakgrunnen for ærespristildelingen er kort sagt at Hans Emil har vært en nøkkelmann i arbeidet med å utvikle Momentum til det foreningen i dag er.

Gratulerer, Hans Emil, gratulerer, Karin.

Hamar Ortopediske AS

Vi tilbyr individuelt tilpassede hjelpemidler.

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

Ortopediteknikk
i sentrum



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,
støtteskinner, korsetter m.m.

Timebestilling:
32 83 04 15



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

www.och.no



OCH
ORTOPEDI

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

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
23 28 82 00

Møre og
Romsdal
70 14 50 40

Østfold
69 30 17 70

Oppland
61 24 73 30

Alt innen
ORTOPEDISKE
hjelpemidler

ORTOPEDITEKNIKK

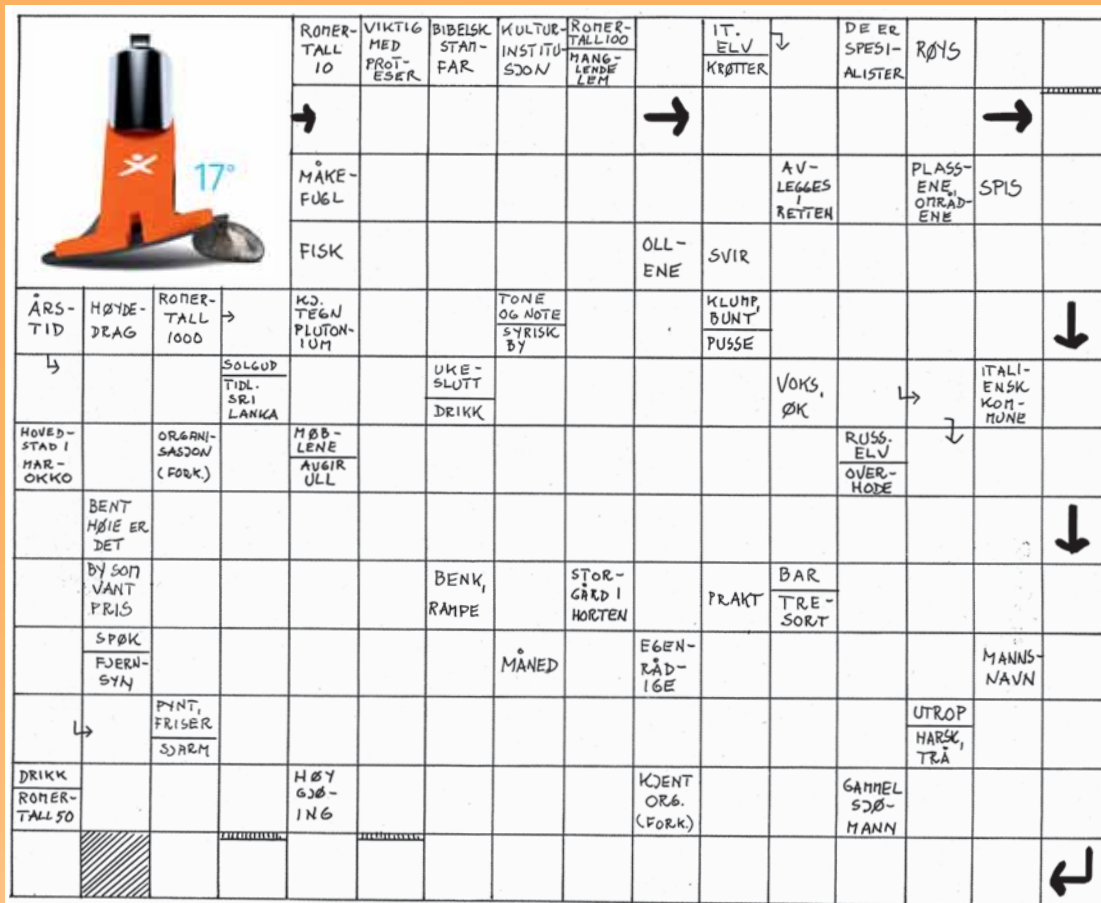
er en totalleverandør av ortopeditekniske løsninger. Dyktige medarbeidere på lokale klinikker, samhandling med brukerne og kompetanse på både moderne og tradisjonelle metoder gir våre brukere trygghet på at de beste løsningene velges.

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.



Kryssordprodusent: Rolf Bangseid

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 - 2018





Trøndelag Ortopediske Verksted AS
St. Olavs Hospital, 7006 TRONDHEIM

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

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

Velg en Alpha® liner for optimal komfort og slitestyrke

Et enveis stretch stoff av høy kvalitet demper pumping mens et mykt knestykke gjør det lett å bøye kneet. Med mulighet for velge mellom tre materialer finnes det en liner for enhver brukers behov.

Alpha Hybrid

- Perfekt umiddelbar løsning
- Ideell balanse mellom komfort og slitestyrke
- Forsterket mineral-basert TPE gele liner
- Paraplyfasong på enden som tilpasser seg stumpen

Alpha Silicone

- Medisinsk kvalitet silikon med vitamin E og hudlotion
- Ingen smøring nødvendig ved påføring av liner
- Ikke klissete eller glatt overflate
- Holder formen og er slitesterk
- Paraplyfasong på enden som tilpasser seg stumpen

Alpha SmartTemp

- Unik Alpha silikon med varmedemping
- Utsetter svetting
- Regulering av hudtemperatur
- Øker komfort
- Paraplyfasong på enden som tilpasser seg stumpen

WillowWood®

LIVSGLEDE

21



Bytt liner når du vil

Alpha linere er de eneste som gjør det mulig å bytte linere for bruk til forskjellig type aktivitet uten å bytte hylse.

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 Ortopedi-ingeniør hvis du vil prøve Xtend Foot.

Mer info på lindhextend.com

Følg oss og se oss gjerne på



Landets eldste ortopediske verksted til Kristiansand

Drevelin Ortopedi i Bergen realiserer en drøm om å etablere seg i Kristiansand. Drevelin er landets eldste ortopedivirksomhet og betjener pasienter i Bergen og andre steder på Vestlandet. Det har lenge - veldig lenge - vært et ønske om å utvide virksomheten. Etter snart 160 år tar Drevelin spranget fullt ut og etablerer en egen avdeling i sørlandsbyen. Drevelin håper og tror at svært mange sørlendinger vil sette pris på det sterke kompetansemiljøet som er i bedriften. Drevelin har dessuten alltid vært kjent for god service. Vi gleder oss til å møte nye brukere og samarbeidspartnere

Planlagt oppstart før fellesferien.

E-post: drevelin@drevelin.no Tlf: +47 55 20 64 60

www.drevelin.no





SOFT SHELL TEKNOLOGI

Svært holdbar



Flammebestandig



Slitesterk



Bakteriehemmende



Tåler de fleste
kjemikalier



Vanntett



Kan tilpasses
for sleeve



Enkel tilgang
til adaptore

Available on the
App Store

www.aqualeg.com
info@aqualeg.com

AllPro

#AllProAllstar

Uansett om du er på jobb, går tur eller trening for maraton tilpasser AllPro seg etter deg!

Fillauer®

En nærscole – også for funksjons- hemmede barn

Det snakkes og skrives om at samfunnet skal bli universelt utformet, slik at absolutt flest mulig kan fungere godt i det. Nå i juni leverte Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet (Bufdir) et mulig bidrag til å gjøre alle nærscole universelt utformet, med tanke på funksjonshemmede barn – og på andre som i ulike sammenhenger benytter skolene.

Direktoratet skriver i en pressemelding at «i Norge har alle barn rett til å gå på sin nærscole», men tilføyer at «fremdeles er mange skoler utilgjengelige for barn med funksjonsnedsettelse».

Det nye utspillet, omtalt som «et forslag til veikart for en universelt utformet nærscole» er et innspill til regjeringen om hva som bør gjøres for at skolene skal bli universelt utformet innen 2030.

«Å være del av sitt nærmiljø og det lokale læringsmiljøet kan ha stor betydning for elevenes utvikling og livskvalitet», skriver direktoratet, som fortsetter:

«Nærscole ivaretar mange funksjoner. Manglende tilgjengelighet for nærscole kan hindre deltakelse i kultur og idrettsaktiviteter, i valg og i sosiale sammenkomster. En universelt utformet nærscole vil derfor ha betydning for en stor del av befolkningen.»

Mari Trommald, direktør i direktoratet, sier at «hver gang et barn ikke får gå på sin nærscole, skjer et lovbrudd» og at «det er nødvendig med en fysisk oppgradering av skolene slik at de blir tilgjengelige for alle barn.»



Illustrasjon: Bufdir.

Gi noe tilbake!



Rundt 5000 personer i dagens Norge mangler arm og/eller bein som følge av dysmeli, sykdom eller ulykke. Momentum driver et omfattende landsdekkende arbeid for å gjøre deres hverdag bedre. Ved å støtte oss økonomisk hjelper du oss i dette arbeidet.

PENGEGAVE

Overfør din gave til Momentums konto – 2095 49 74503 – og oppgi «Gave» samt ditt personnummer under «Beløpet gjelder», oppgi også ditt navn og din adresse.

MOMENTUMS ARBEID

Blant Momentums arbeidsoppgaver:

- Besøktjeneste/likepersontjeneste ved sykehus og opptreningscenter
- Store og små sammenkomster samt sports- og aktivitetssamlinger

- Kurs og opplæring av frivillige og tillitsvalgte
- Lobbyvirksomhet overfor politikere
- Spredning av livsglede og fjerning av barrierer gjennom visning av vandrestillingen Livsglede
- Utgivelse av medlemsbladet Livsglede
- Drift av organisasjon nasjonalt og i fylkene

VIL DU BLI LIKEPERSON?

Husker du ...

- Alle spørsmålene du hadde?
- Alle utfordringene du trodde var for store?
- At du lurte på hvor du kunne få ordnet med det ene og det andre?
- Følelsen av å være den eneste som har det slik?

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.

Har du spørsmål? – kontakt

Kontakt Momentums administrasjonssekretær Liv Karin Søstuen.
Tlf.: 4000 4360
E-post: info@momentum.nu



Foto: Dag Thorenfeldt

Momentum landet rundt

Vi er til for deg og dine. Ta kontakt!

MOMENTUM ØST



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



Likepersonkontakt:
Helge Viken
helge_e_viken@hotmail.com
T: 41 31 10 35

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 og likepersonkontakt:
Jan Henrik Nymoen
jan.h.nymoen@usn.no
T: 33 33 11 94



Vestfold, Buskerud og
Telemark
Likepersonkontakt:
Hans Emil Møller-Hansen
h-moelle@online.no
T: 90 18 38 10

MOMENTUM VEST



Hordaland, Rogaland og
Sogn og Fjordane
Leder:
Elin Holen De Capitani
elin@accuratus.no
T: 99 01 66 92



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

MOMENTUM MIDT-NORGE



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



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

MOMENTUM NORD



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



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

UTVALGSKONTAKTER



Likepersonutvalget
Arne Wilberg
Tlf.: 41 52 40 80
E-post: a-to-wil@online.no



IT & Studieutvalget
Kjetil Bragstad
Tlf.: 48 60 19 74
E-post: k.brag@online.no



Sports- og aktivitetsutvalget
Geir Arne Hageland
Tlf.: 90 97 26 82
E-post: gah@funkibator.no



Samfunnspolitisk utvalg
Nils-Odd Tønneved
Tlf.: 92 20 16 26
E-post: nils.tonneved@connectum.no



Momentumprisutvalget
Hans Emil Møller-Hansen
Tlf.: 90 18 38 10
E-post: h-moelle@online.no



Livsgledeutstillingsutvalget
Rune Søstuen
Tlf.: 95 96 52 42
E-post: runesostuen@yahoo.no



Marit Havre Nilssen og Rolf Edvin Nilssen under årsmøtet i Stavanger i april 2013.



Landaasen 100 år i 2014. Momentum hyllet jubilanten.

Hovedstyret i Momentum



KJETIL BRAGSTAD
Styreleder
k-brag@online.no
T: 48 60 19 74



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



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



ARNE WILBERG
Styremedlem/
Likepersonkoordinator
a-to-wil@online.no
T: 41 52 40 80



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



ALF RICHARD KRAGGERUD
Varamedlem
alfrichard.kraggerud@bdm.no
T: 96 62 55 34



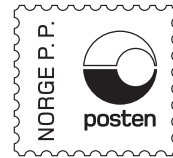
SILJE BJERGA NESLAND
Varamedlem
silje_ne@hotmail.com
T: 40 24 10 81

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



ottobock.

WHY DO WE PUSH OURSELVES TO...

... score again and again?

Challenger.

"... Because it makes
me complete."

www.ottobock.se

Sportsline. Whatever makes you complete.