

Livsglede

BLADET FOR AMPUTERTE/PROTESEBRUKERE 4/2018

STERK MANN PÅ TO PROTESER 6-7

FØRJULSTREFF PÅ NORGES SYDSPISS 14-17

FÆRRE VONDE TRAFIKKULYKKER 27

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 4/2018

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 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:
Stephen Handley, her i sitt treningssenter
i Lyngdal, løfter flere kilo enn folk flest.
Som britisk soldat i Afghanistan gikk han
på en mine og mistet to legger. Foto: Hans
Hekneby Reinertsen.

ISSN: 1891-3040



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

LEDER

Tid for å se tilbake – og fremover

Vi nærmer oss sakte, men sikkert slutten på 2018.
Et år fylt av både glede og sorg.

Noen av våre medlemmer har i årets løp gått bort. De etterlater seg tomrom som andre skal fylle. Årets mørketid, som vi nå er inne i, og spesielt de forestående høytidsdagene, kan gi oss gode anledninger til å minnes våre døde, til å tenke over hva de har gitt oss.

Vi i Momentum-ledelsen får gjerne raskt vite det når medlemmer i sentrale verv har gått bort. Når andre i medlemsrekkene dør, kan det gå lang tid før budskapet når oss. La meg minne om at vi gjerne vil holdes orientert om dødsfall i våre rekker, og om at vi gjerne mottar minneord som kan bli publisert i medlemsbladet og på nettsidene.

Julen står altså for døren, og mange av oss er inne i en hektisk tid. Jeg for min del elsker julen og alt hva den innebærer – som adventstid, gløgg, julebord, julegaveinnkjøp og julemat. Men det aller viktigste er å få være sammen med familie og venner.

«Skal vi være en attraktiv forening, må vi synes, vise hva vi gjør, hvilke aktiviteter vi har»

Jeg ser at mange av lokallagene rundt om i landet har avviklet julebord. Det er veldig hyggelig at medlemmene deler informasjon om slikt på vår hjemmeside, at det blir dokumentert med både bilder og tekst.

Det er så utrolig viktig og få frem de ulike aktivitetene som bedrives rundt om i lokallagene. Skal vi være en attraktiv forening, må vi synes, vise hva vi gjør, hvilke aktiviteter vi har, osv.

Hovedstyret ønsker at alle blir flinkere til å invitere ALLE medlemmer til sine aktiviteter. Det er store avstander mellom oss, men det finnes noen som gjerne reiser langt for å delta i skirenn, hesteridning m.m. Blir alle invitert, vil ingen være «gjemt eller glemt».

Jeg vil til slutt, på vegne av hovedstyret, takke våre leverandører og medlemmer for et flott og hendelsesrikt 2018. Vi ser frem til 2019 sammen med dere alle.

Ha en riktig GOD JUL og ET GODT NYTT ÅR!

Ta godt vare på hverandre.

Livsglad hilsen

Merete Linde-Nielsen

For hovedstyret
Merete Linde-Nielsen

AV INNHOLDET:

En leggamputert i-godt-humor-mann	s 4	Lesertorget: Julebord på Geilo	s 9–13
En rask prat med Hanne Golden	s 4	Førjultreff på sydspissen	s 14–17
Et blikk på Stephen Handley	s 6–7	Færre vonde trafikkulykker	s 27

www.momentum.nu

En leggamputert mann som kan få andre i godt humør



Han har det med å få andre i godt humør, denne Nils Arne Eggen.
Foto: Creative Commons/Jarle Vines.

Nils Arne Eggen – fotballspiller, fotballtrener, trønder, godt-humørmann, rikskjendis ... og nå også, i en alder av 77, en av landets mange leggamputerte.

Høyreleggamputasjonen i midten av november, av mannen selv forklart med dårlig blodtilstrømning og koldbrann som følge av en gammel skade, har naturligvis ikke gått pressen hus forbi. Som nyamputert har han høstet omtale i både det ene og det andre nyhetsmediet.

Hør eksempelvis hva Dagbladet siterte ham på å si:

«Go'foten er bare blitt litt kortere. Det er det hele. Livet er ikke over. En protese ser akkurat ut som en vanlig fot.»

Til å bli i godt humør av, ikke sant?

Eggen har gjennom mange år, ikke minst som fotballtrener, vært til inspirasjon for mange. Nå smaker det av at han mer spesielt kan bli en god inspirasjonskilde for andre amputerte.

Mer fra Dagbladet om hva Eggen sa:

«Han der Messi og han argentineren, Maradona, har ikke så lange bein de heller. Og de fikk da utrettet saker.»

Noen dager senere, da Eggen ikke stilte på tribunen for å se Rosenborg spille fotballcupfinale, stilte trønderrockeren Åge Aleksandersen ifølge Aftenposten opp med gitaren, ansikt til ansikt med Eggen, og ga den nyamputerte en personlig konsert.

En rask prat med...

Hanne Golden

Hanne er av 1993-årgang og fra Farsund. At hun er pårørende til en amputert, er ikke noe som brått ble kastet på henne. Saken er at hennes Christoffer hadde mistet det meste av venstrebenet lenge før de to ble kjent med hverandre.

Det ble de ved at han sommeren 2011 inviterte henne ut på by'n. Hanne, da godt i gang med helsefagarbeiderlinjen på yrkesskolen, takket ja.

Ikke lenge etter bodde de sammen. Så ble de snart forlovet, og våren 2013 ble de gift. Dermed ble Hanne hetende Golden til etternavn, som sin mann. Han er fra Farsund, han også, men av årgang 1989.

De to kan nå skilte med hus og hund i Farsund – og, for all del, med tre barn: Johan (fem år), Tomas (tre år) og Elena (halvannet år).

Christoffer mistet benet da han som 16-åring og mopedist ble truffet av en møtende bil som passerte noen syklistter og dermed befant seg på feil side av veien.

«Han er ganske fin som han er, og sjarmerende», sier Hanne når hun forklarer at det er aldeles OK å ha en mann som har erstattet et ben med en protese. «Han er veldig god til å gå på protese», sier hun også.

Hanne og Christoffer driver en taxi-virksomhet med tre biler og en minibus. Nå for tiden arbeider Hanne mye mer som taxisjåfør enn Christoffer, som heller hjelper til på sine foreldres gård, først og fremst med traktorkjøring.



Hanne, gift med benamputerte Christoffer. «Hvis jeg kunne velge mellom at han skulle være amputert eller ha fantomsmerter, hadde jeg valgt vekk fantomsmerterene», sier hun.
Foto: Hans Hekneby Reinertsen.

Har denne Hanne noe helt spesielt å skilte med – er hun for eksempel voldsomt språkmektig, har hun vunnet noe stort mesterskap ...? Nei, intet slikt, hun er helt alminnelig, vil Hanne ha det til – før hun tenker seg om og sier: «Jeg vant Christoffer. Der tenker jeg at jeg gjorde det godt.»

Du hadde altså ingen kvaler med å velge en énbenet mann?

«Nei, han er jo ... du merker jo ingen forskjell, vil jeg si. Han er ute med familien, ute i skogen på ATV ...»

Noen spesielle utfordringer, tross alt, knyttet til det å dele livet med en amputert?

«Problemet er ikke at han er amputert, det må jo heller være fantomsmerterene. De begrenser mer enn amputasjonen. Hvis jeg kunne velge mellom at han skulle være amputert eller ha fantomsmerter, hadde jeg valgt vekk fantomsmerterene.

Et råd til andre som deler livet med en amputert?

«Ta en dag av gangen. Ta dagen som den er, og ta den neste som den blir.»



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 sterk eks-soldat på to proteser

Det fikk naturligvis noen følger, dette at Stephen for seks år siden mistet to legger da han som britisk soldat gikk på en mine i Afghanistan ...

Flemming Dahl (tekst)
Hans Hekneby Reinertsen (foto)

Blant følgene er at nå 30 år gamle Stephen er bosatt i Farsund med sin norske samboer og deres lille sønn – og at Stephen har etablert og driver et treningssenter i Lyngdal, innen rimelig jobbpendleravstand fra hjemmet.

Stephen Carl Handley, lyder mannens fulle navn. Han vokste opp i Cardiff i Wales, i en barneflokk bestående av søsken og halvsøsken.

Etter smellet i Afghanistan, og et påfølgende sykehusopphold i Birmingham, kom han til rehabilitering på et senter nær London, der han ble behandlet av en fysioterapeut ved navn Anine – den norske Anine fra Farsund som nå er hans samboer.

Deres halvannet år gamle sønn har to fornavn, et walisisk og et norsk: Emrys Tønnes.

Se på Stephen når han på to proteser er i fysisk aktivitet, hør Stephen fortelle ...

Fotograf Hasse og jeg gjorde det, først i treningssenteret i Lyngdal, senere ute ved havet i Farsund. Det var til å bli inspirert av. Stephen står for oss som et menneske av den typen som kan få andre til å tro at de ved hjelp av en tenk-positivt-og-se-mulighetene-holdning kan klare nær sagt hva som helst.

«Jeg bare besluttet av det ikke ville hjelpe meg å være nedfor»

Hør hva Stephen forteller om sine tanker da han kort etter hastehjemsendelsen fra Afghanistan lå på sykehuset i Birmingham og hadde familiemedlemmer rundt seg:

«Jeg visste at hvis jeg var nedfor, så ville min mor ble nedfor, da ville det blir tøffere for henne, så jeg satte opp et tappert ansikt. Hvis du gjør dette lenge nok, kan det ansiktet bli sittende. Jeg bare besluttet av det ikke ville hjelpe meg å være nedfor.»

Nå, i sitt eget treningssenter, løfter og presser han vekter, mye tyngre enn

dem den jevne mann klarer å få til værds, og han spretter lett opp på en høy benk. Hjemme i Farsund løper han med elegance ute i naturen.

Stephen forteller at han har vært fysisk aktiv fra ung alder av. «Jeg har alltid vært mye utendørs, jeg likte å løpe omkring og klatre, følte aldri at jeg hadde lyst til å sitte på skolen.»

Fra ung alder av husker Stephen også at han hadde lyst til å bli brannmann eller profesjonell soldat ...

Det ble til at han lot seg utdanne til bilmekaniker, men at han istedenfor å praktisere faget, tok noen småjobber og så søkte seg inn i hæren. Der, under utdanning til å bli fallskjermhopper, pådro han seg en ryggskade, med den følge at han innledet en soldattilværelse på bakken.

Han tilbragte et halvår i krigen i Afghanistan i 2010, i tjeneste for sitt land og for NATO, og kom i 2012 til Afghanistan igjen. Det var nå, etter to måneder, at han ble blåst i luften av minen.

Stephen forsto straks, forteller han, hva som hadde skjedd, for han hadde sett lignende skje med andre, og han var, ja, opplært til å unngå miner. «Jeg var temmelig forbannet på meg selv for ikke å ha sett minen, jeg tenkte at dette skulle ikke ha skjedd med meg, for jeg er jo god i jobben.»

Det tok tid, og det ble en god del frem og tilbake med prøving og feiling, før



Elegant løping ved havet, nær Stephens hjem i Farsund.

Anine og Stephen for alvor ble samboere. I frem-og-tilbake-tiden gjorde Stephen det godt, hjemme i Storbritannia, som funksjonshemmet idrettsutøver, spesielt i benkpress, der han ble blant sitt lands beste.

Stephen hadde ikke, forteller han, tenkt seg en tilnærmet livslang karriere i det militære, for helt fra ungdommen har han båret på et ønske om en dag å etablere et treningssenter. Men at det ble såpass tidlig i livet, og i Lyngdal i Norge ...

Nå, to år etter at det ble åpnet, forteller Stephen at han ofte tenker med trass og løftet hode på Taliban, «folkene som prøvde å drepe meg.» Hvis han senker

hodet, vil de vinne, mener Stephen.

«Jeg vil ikke at gutten skal ha en far som er miserabel eller klager, jeg vil at han skal se en verden av muligheter, ikke en trist verden.»

Blant de mulighetene han selv ser, er den som åpner for å gi en håndsrekning til en eller annen god sak: Stephen er sammen med andre eks-militære med i en gruppe som på ulike måter reiser penger til det ene eller det andre, for eksempel en barneskole som trenger et løft. «Jeg har nettopp vært i London for vårt andre årsmøte», forteller han.

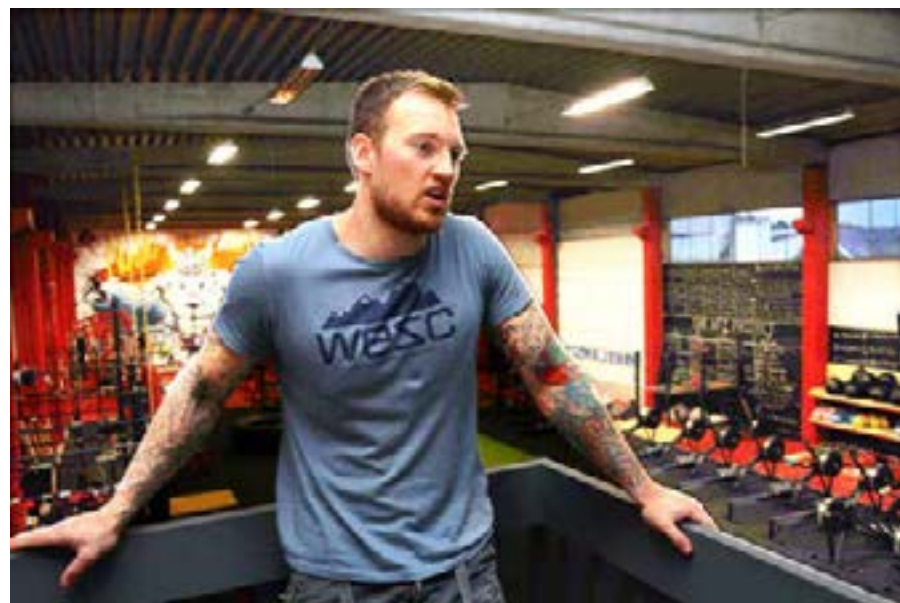
En verden av muligheter, altså, men Stephen observerer at mange menne-

sker nå for tiden tilsynelatende heller lar seg oppsluke av smarttelefoner og sosiale media og sånt enn av andre og kanskje vel så givende sysler.

«Folk legger begrensninger på seg selv, i dag finnes det så mange muligheter, men folk griper dem ikke.»

Han gir et eksempel – ta det som et tips, den som vil – på hvordan dagen kan få en god start:

Rer du opp sengen straks du har stått opp, før du tar fatt på alt annet, har du i Stephens øyne allerede oppnådd noe og dermed skaffet deg motivasjon for å oppnå mer ...



Fysisk sterk og viljestærkt, denne Stephen. Her i sitt treningssenter i Lyngdal, der han trener selv – og stimulerer andre til å trene.

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 brukere skal vokse og utvikle seg med sine hjelpemidler. Med stadig bedre teknikk og fokus på hver enkelts personlige behov ønsker vi å gjøre hverdagen best mulig for våre brukere. Vi vet mulighetene og har løsningene som gir en god funksjon.

NTOR

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

Intertek



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

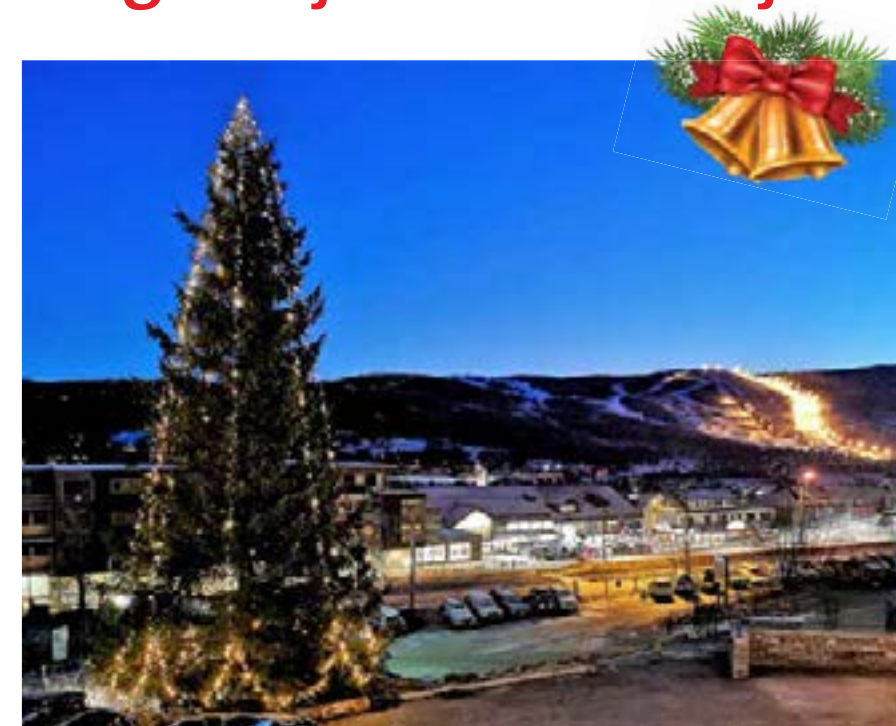
Moss Ortopedisk Klinikk AS
Ortopediske hjelpemidler

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

Lesertorget

FORTS.

Et godt julebord til fjells



Utsikt over Geilo.

Liv Karin Søstuen, Momentums adm. sekretær, har skrevet og fotografert denne stemningsrapporten fra julebordsweekenden, i regi av Momentum Vest, på Dr. Holms Hotel på Geilo i dagene 23.- 25. november.

Denne helga fant 38 deltagere veien til Geilo. De kom fra vest, øst og sør i landet. Med en god aldersspredning - fra 4 måneder til over 80 år.

Fredag

Marit fra Bergen, som var primus motor for opplegget, tok imot gjestene i lobbyen og loste dem videre slik at alle fant rommene sine.

Det var det dekket til oss i restauranten, hvor vi fikk servert en god middag. Etter middag møttes vi i biblioteket, hvor vi fikk besøk av Frode Aga, som er kjent fra tv med sin kokkekunst og historier. Her fikk lattermusklene virkelig trimmet seg, av hans mange vitser, historier og viser.

Det var også god anledning til fysisk trim etterpå, da det ble spilt opp til dans. Det var det noen som passet på å benytte seg av.

Lørdag

Som vanlig møttes vi i bowlinghallen til turnering. Dette er moro for alle



God stemning ved bordet

FORTS.

ÖSSUR
LIFE WITHOUT LIMITATIONS

MØT OSS PÅ
FACEBOOK

WWW.FACEBOOK.COM/
OSSUR.NO

facebook

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.



WWW.OSSUR.SE

© Össur, 07.2017

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

Lesertorget

FORTS. ➔



Vinnerlaget bestående av fra venstre Wenke, Steinar, Rune, Helge, Arne Eric og Olav.



Mariann er konsentrert om spillet.



Mor Wenke og datter Andrea venter på tur til å spille bowling.

aldersgrupper og blir satt pris på. Liv Karin og Marit delte gruppene i 6 lag. Og det ble spilt med iver og glød. Her vanket det premier til beste lag og den med flest poeng. Bowlingen ble avsluttet med en god lunsj.

Etterpå var det fritt til å gjøre hva man ønsket. Noen passet på å få seg en svømmetur i hotellets flotte basseng, noen slappet av, mens noen gikk ut i det fine været.

Helgas høydepunkt var nok julebordet på lørdag. Vi møttes i biblioteket til en velkomstdrink. Alle ventet spent på resultatet fra dagens bowling. Lag nr. 1 med 6 deltagere og 94 poeng i snitt gikk av med seieren. Olav, Arne Erik, Rune, Steinar Herheim, Helge og

Wenke. Hermund vant i år som i fjor, med 140 poeng, og tok med vandrepokalen hjem til Bergen.

Julebordet på Dr. Holms bugner av alle mulige matretter. Her behøver ingen å



Steinar takker og overrekker Marit gave for godt utført arbeid.

FORTS. ➔

 **ÖSSUR**
LIFE WITHOUT LIMITATIONS

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.”

WWW.OSSUR.SE

© Össur, 07.2017



**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



Kvalitet-Mestring-Livsglede

ØSTO Ortopedisenter AS

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

Lesertorget

gå sultne fra bordet, da det er noe for alle. Kalde og varme retter av alle slag, samt et rikelig utvalg av desserter.

Steinar Herheim takket Marit for innsatsen hun gjør for at alle skal ha det trivelig på Geilo. Hun fikk overrakt en pakke, innholdet var nok veldig hemmelig, for det var det ingen som fikk se det.

Stemningen ble høyere ettersom kvelden gikk og alle var i godt humør. Det ble også danset til god musikk, til glede for de som ønsket å røre litt på seg etter et godt måltid.

Søndag var til fri benyttelse.



Hermund overrekkes premie og vandrepokal fra Marit.

Spar penger

**- få rabatt på overnatting
og møterom**

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

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

Mer informasjon

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

Rabattene gjelder både private opphold og Momentum-arrangementer.

Hvordan bestille

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).



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.

www.tjorntriathlon.com



WWW.OSSUR.SE

© Össur, 07.2017

Førjul på sydspissen



Et førjulstreff kan by på gøy og hygge – og på muligheter til å bli enda bedre kjent med folk som du kjente fra før ...

Hans Hekneby Reinertsen (foto)
Flemming Dahl (tekst)

Lindesnes, viden kjent for å romme den sydligste fastlandsbiten av Norge. Nå også kjent – iallfall i innvidde kretser – som kommunen der Momentum Sør og Momentum Vest gikk sammen om å arrangere julebord i 2018.

Selve julebordet var påskuddet for et treff som varte fra lørdag ettermiddag til søndag formiddag den første helgen i desember.

Dette var jo gøy ...

En sandwich og en kaffe etter innsjekk i det lokale havhotellet, som ligger en lang joggetur fra Lindesnes fyr på selve sydspissen. Deretter ble de oppunder 30 deltagerne inndelt i lag som skulle konkurrere med hverandre:

Først om å oppnå best resultat da hvert lag tegnet sin versjon av julenissens skjeggprydde ansikt, den røde luen inkludert, så om å vinne et innendørs rebusløp.

Voksne kan bli som barn; dette var jo gøy ...

Et par timer senere, ved selve julebordet, var det tid for solid mat og drikke og for hyggelig prat den ene



Laget som vant den gjeve julekula, som var full av godterier. Fra venstre: Geir Kjølrsrud, Flemming Dahl (som sin reporterstatus til tross lot seg lokke med på laget), Silje Bjerga Nesland, Hanne Golden og Terje Tobias Finnsådal.

og den andre imellom – og dermed muligheter til å stifte et og annet helt nytt bekjentskap, og til å bli enda bedre kjent med noen du kjente fra før.

Nå vet vi mer om Terje

Ta denne Terje Tobias Finnsådal, lederen i Momentum Sør, en mann som både fotograf Hasse og jeg hadde truffet ved flere tidligere anledninger, ja, vi kunne si at vi kjente ham. Nå ville det seg slik at vi ble sittende

nært innpå ham ved bordet, og hør hva vi nå vet, men tidligere ikke visste.

Hvordan skjedde det egentlig at Terje for noen år siden mistet venstre legg? Jo, fortalte Terje, han hadde trådt feil – veldig feil – da han steg ned fra en 60 centimeter høy arbeidsbenk han hadde stått på.

Så feil trådte han, ifølge hans svar på vår nysgjerrighet, at en slags menneske-

naturens finmekanikk inne i foten ble såpass skadet at legeekspertisen ikke klarte å reparere det ødelagte, med den følge at Terje, vel halvannet år og mange operasjoner senere, ble leggamputert, for så, ytterligere et par år senere, å bli reamputert for å bli kvitt vedvarende smerter.

Hasse og jeg hadde kjent Terje som en stor og sterk mann med godt humør, tilsynelatende ikke plaget

av hverken det ene eller det andre. Men det var bare utenpå siden av mannen vi da hadde kjent, skulle det nå vise seg ...

Han selv – bistått av sin samboer Åshild Schmidt, som Hasse og jeg nå under Lindesnes-treffet traff for første gang – berettet om så plagsomme smerter over lang tid at Terje var blitt foret med medisiner av såpass styrke og i såpass store mengder at han var blitt for

avhengig å regne, inntil han, backet opp av Åshild, hadde klart å kjempe seg ut av avhengigheten.

Hmmm ... Folk kan slite med det ene eller det andre.

... og om Magne

Ta også en mann ved navn Magne Nodeland. Han er gift med leggamputerte Bjørg Nodeland, som i årenes løp har stått på mye for Momentum og for noen år siden ble vinner av Momentumprisen,



Dette laget bestod av, fra venstre: Petter Thime, Bjørg Aune, Vivian Olsen, Leif Bjørn Viste og Else Marie Bjerga



Enda et lag, fra venstre: Magne Nodeland, Bjørg Nodeland, Ivar Skov-Skov, Elin Holen De Capitani og Brit Kalleberg.



Dessuten dette laget, fra venstre: Christoffer Golden, Kjetil Grødem, Gunnar Holmen, John Arne Kalleberg og Mona Høvik.



Etter at julematen var inntatt, samling i salongen.

innen kategorien Likemann (for all del, i dag heter det likeperson). Vi hadde kjent Magne, nå pensjonist, fra nikk og hils i årenes løp. Nå kjenner vi også ham bedre.

Han er nok litt kunstnerisk anlagt, for han fortalte med glød om en lang karriere som designer, kall det gjerne også illustratør, en karriere der han ikke minst – med tekniske tegninger som utgangspunkt – hadde laget

massevis av tegninger på oppdrag fra oljerelatert sørlandsk industri.

Det dreide seg om tegninger av ulike typer fartøy, inklusive kranskip, av oljerigger ... tegninger til bruk i markedsføringssammenheng, forklarte Magne.

Han poengterte at han hans Bjørg var en slags altnuligsekretær for ham i dette arbeidet, et arbeid der

han ble kjent med en og annen suksessrik næringslivsleder, et arbeid som førte ham både hit og dit ute i den store verden.

Ja, og så hører det med til historien som vi fristet ham til å fortelle at Magne har noen danske familierøtter, noen tyske også, og at han og Bjørg nå bor mye i eget hus Nord-Jylland, hvorfra de hyppig fergependler til Kristiansand, eksempelvis

for å være med på et førjulstreff som det vi nå deltok i.

Danmark har vært et spesielt fint land, flatt som det er, i perioder da Bjørg har sittet i rullestol, forklarte Magne, som også gjorde et poeng av at danskene er mer åpne og forståelsesfulle enn nordmennene overfor naturister som ham selv og Bjørg ...

Ikke én klatt snø

Lindesnes-helgen ga, i tillegg til alt det andre, en påminnelse – iallfall til en og annen østlending – om at du ikke nødvendigvis må være omgitt av snø og grantrær og tilløp til minusgrader for å mene at førjulstiden er som den bør være:

Her nede på landets sydspiss tok vi til oss av mildt, nærmest kontinentalt, gråvær, av grønne plener uten så



mye som én klatt med snø, og av den friskheten som nærheten til havet kan by på.



Med havet like utenfor vinduene, kunne folk her inne nyte ribbe, pølse, pinnekjøtt, fisk...



De små timer nærmer seg, og dansegulvet fylles opp.



Det går tildels livlig for seg... Her har Vivian Olsen klatret opp på Geir Kjølstruds rygg.



Vivian Olsen og hennes egen Ivar Skov-Skov koser seg til deilig musikk.



Utpå morgenkvisten var det tid for siste dans.

Effektivitet på verkstedet

Med en fysioterapeut til stede i det ortopeditekniske verkstedet – til stede sammen med de andre fagfolkene – kan protesebrukeren få en enda bedre tilpasset protese, der og da, og dessuten en på-stedet-veiledning i å gå riktigere.

Effektivitet, effektivitet ... til fordel for kundene og dermed for bedriftens konkurransedyktighet – dette blir fortløpende tilstrebet i all verdens bransjer, den ortopeditekniske inkludert.

Et eksempel på at fysioterapeut er på plass i verkstedet er å finne på Ryen i Oslo, der Ortopediteknikk AS fra noen måneder tilbake har en avtale med fysioterapeut Frida Leiulfsrud om at hun skal arbeide der én dag i uken.

Tverrfaglig samarbeid

Her samarbeider hun med verkstedfagfolk folk av den tradisjonelle typen, ortopediteknikere og ortopediingeniører, om å gi en protesebruker – altså en kunde – en best mulig tilpasset protese.



I tidligere år ble det tatt gipsavstøpning av amputasjonsstumper, nå blir de gjerne skannet istedenfor. Ortopeditekniker Thomas Langbråten skanner Kristin Holter-Sørensen stump. Foto: Hans Hekneby Reinertsen



Kristin Holter-Sørensen prøver å legge protesen – under oppsyn av fagfolk, fra venstre: Thomas Langbråten (ortopeditekniker), Roger Gsell (ortopediingeniør, for øvrig vinner av Momentum-prisen 2007), Frida Leiulfsrud (stående, fysioterapeut), Marie Arvidsson (sittende på huk, ortopediingeniør). Foto: Hans Hekneby Reinertsen

Dette kan spare brukeren for noen oppfølgende verkstedbesøk i den hensikt å forbedre protesetilpasningen, og dessuten gi brukeren en best mulig der-og-da-veiledning i å gå riktig.

«Jeg ser ting som de ikke ser,» sier fysioterapeut Frida om seg selv og de andre verkstedfagfolkene, «og de ser ting som jeg ikke ser.»

Frida forteller at hun på sin ukentlige arbeidsdag driver mer med gangtrening, inklusive styrke- og balansetrening – også inklusive små protesejusteringer utført av de andre fagfolkene – enn med innledningsvis og mer grunnleggende protesetilpasning.

Ortopediingeniør Marie Arvidsson, en av dem Frida arbeider sammen med på stedet, sier om verkstedfagfolk som henne selv at «vi gjør det vi kan med protesen, men det er noe som mangler likevel», for så å presisere at det er her Frida kommer inn i bildet.

En fornøyd kunde

Kristin Holter-Sørensen, leggamputert fra flere år tilbake og på besøk i Ryen-verkstedet når Livsglede er innom, vet å sette pris på Fridas nærvær.

«Det å ha en fysioterapeut på stedet koster kanskje samfunnet litt mer der og da, men ingenting i det lange løp hvis du lærer å gå riktigere», sier Kristin, for

mange Livsglede-lesere kjent som styremedlem i Momentum.

Som den erfarne protesebruker hun er, har Kristin på nært hold sett hva hun opplever som flere gode utviklingstrekk hva både selve protesetilbudet og verkstedtilbudet angår:

3d-printing i løypa

Kristin trekker frem dette at protesene er blitt mer teknologispekket og funksjonelle, at amputasjonsstumper nå gjerne blir skannet fremfor å være gjenstand for mer tidkrevende og sølete gispavstøpninger ... foruten dette at verksteder er i ferd med å se verdien av å ha en fysioterapeut på laget.

Tor Langbråten, lederen for Ortopediteknikk AS, lederen for Ortopediteknikk AS, ser for seg en fortsatt utvikling i retning av mer effektivitet. Han ser eksempelvis at 3D-printing nå gjør seg mer og mer gjeldende i den ene og den andre sammenheng rundt om i verden, også i hans bransje – der eksempelvis 3D-printing av hylser er et aktuelt tema.

Han og hans folk er for tiden i ferd med å sette seg inn i mulighetene for å ta slik teknologi i bruk. Som han kort beskriver den igangsatte prosessen i retning 3D-printing: «Vi lukter på det.»

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

Servicesen 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

Alt innen
ORTOPEDISKE
hjelpemidler

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.

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

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

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

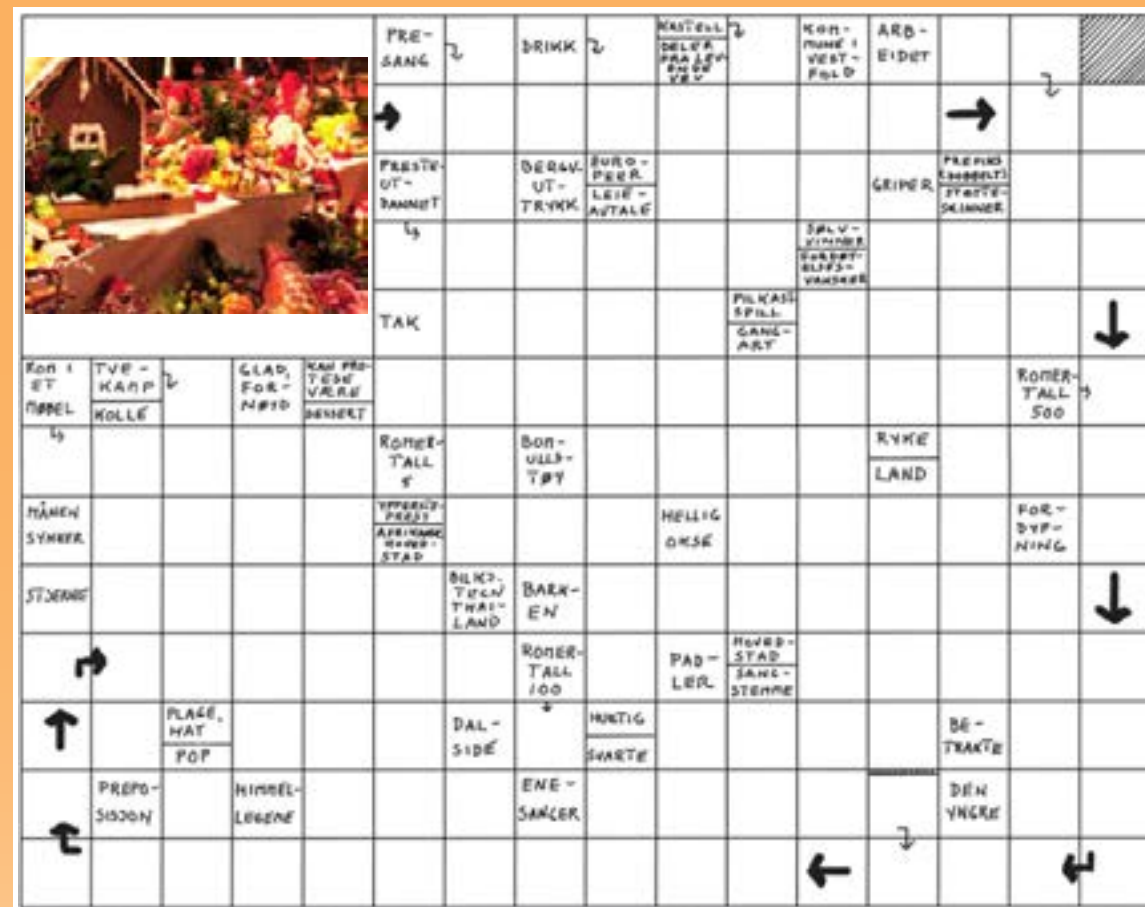
- Medisinsk kvalitet silikon med vitamin E og hudlotion
- Ingen smøring nødvendig ved påføring av liner
- Ikke klissete eller glatt overflate
- Holder formen og er slitesterk
- Paraplyfasong på enden som tilpasser seg stumpen

Alpha SmartTemp

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

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.



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 3 - 2018



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 armpoteser
- Ben- og armortoser; støtteskinner
- Korsetter
- Ortopediske spalisks
- 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



WillowWood®

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



LINDHE XTEND
make it possible

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

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



Vann tett



Kan tilpasses for sleeve



Enkel tilgang til adaptere



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®

Også funksjons- hemmede vil gjærne handle ...

Legg forholdene til rette for funksjonshemmede, så kommer de nok for å handle, for å legge igjen penger, de også ... Dette er noe av essensen i et budskap fra en britisk organisasjon kalt Purple.

Organisasjonen fikk hundrevis av større og mindre forretninger, serveringssteder og andre virksomheter i Storbritannia til å slutte opp om handledagen «Purple Tuesday», som sto på kalenderen tirsdag 13. november.

Dagen var ment som et startskudd for en vedvarende styrket oppmerksomhet blant forretningsdrivende om det faktum at mennesker med ulike funksjonshemninger er blant deres faktiske og potensielle kunder – hva enten det dreier seg om handling på byen eller netthandling.

Legg forholdene til rette – det kan dreie seg om alt fra mer tilgjengelige inngangspartier, toaletter og prøverom, via handletraller tilpasset rullestolbrukere, til å trene opp ansatte til å være oppmerksomme på og gi en ekstra håndsrekning til kunder med spesielle behov.

I forbindelse med den lille handledagen ble det fra mange hold understreket at det i Storbritannia finnes millioner av mennesker med ulike funksjonshemninger – og at langt fra alle er rullestolbrukere.

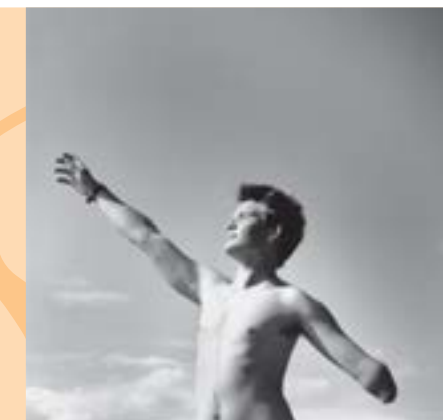
Mennesker som lider av demens, mennesker med nedsatt syn, nedsatt hørsel ... den ene kan ha et annet behov for tilrettelegging enn den andre.

Den britiske regjeringen har støttet opp om Purples initiativ.



Utsnitt av illustrasjon signert Purple. Sentralt i bildet står Mike Adams, organisasjonens leder.

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.

PENGE GAVE

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 vandreutstillingen 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

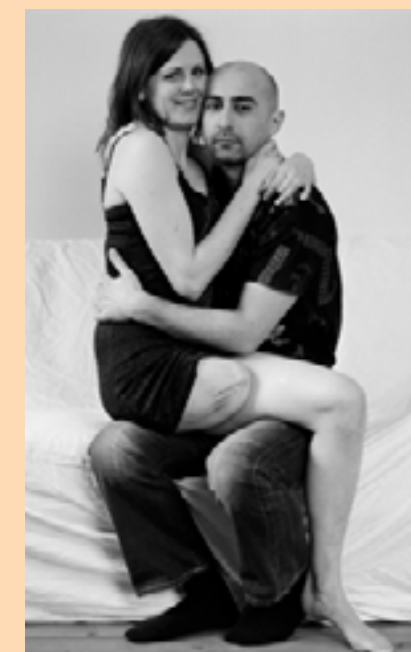


Foto: Dag Thorenfeldt

Momentum landet rundt

Vi er til for deg og dine. Ta kontakt!

MOMENTUM ØST



Østfold, Oslo og Akershus
Leder:
Steinar B. Hansen
steinar@regnskapsnett.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



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



IT utvalget
Petter Thime
Tlf.: 90 01 90 95
E-post: petter.thime@
momentum.no



Sports- og aktivitetsutvalget
Silje Bjerga Nesland
Tlf.: 40 24 10 81
E-post: aktivitet@
momentum.no



Samfunnspolitisk utvalg
Nils-Odd Tønnevd
Tlf.: 92 20 16 26
E-post: nils.tonnevd@
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

De vonde trafikkulykkene

Mens alvorlige trafikkulykker fortsatt er et vondt fenomen, er det lov til å prise det faktum at antallet årlige slike ulykker her i Norge – og i mange andre land – er langt færre enn de var.

En artikkel i Aftenposten fra et halvt hundre år tilbake i tid, den er datert 30. august 1968, gir en påminnelser om dette:

«I fjor mistet 500 mennesker livet ved veitrafikkulykker her i landet», lyder innledningen til artikkelen fra den gang,

Norge har i de senere år figurert blant verdens aller beste land på trafikksikkerhet, målt etter antall trafikkomkomne pr. antall innbyggere. Statistikk viser eksempelvis at 106 mennesker omkom i den norske trafikken i fjor.

Også antallet årlige hardt skadde i trafikken i Norge og mange andre land har falt i de senere tiårene, men det er verdt å huske at antallet hardt skadde gjerne er langt større enn antallet omkomne.

Folk i Momentum-miljøet er blant dem som er seg veldig bevisst hva «hardt skadd i trafikkulykke» kan innebære.

Sikrere kjøretøyer, mer omfattende kontroller, mindre farlige veier ... Mye har bidradd til de fallende tallene, som vel å merke har gjort seg gjeldende gjennom tiår da antall kjøretøyer i trafikken har vokst kraftig.

Glatt vinter ...



Klipp fra samferdsel.toi.no

Klipp fra fagpressen:

«Det politiske snakket om omsorg for eldre og funksjonshemmede, og om at vi skal gå mer og bruke bilen mindre, vil virke mer troverdig den dagen det



Et klipp fra Aftenposten – for et halvt hundre år siden.

Kast et blikk på et annet land, Frankrike: Statistikk der opererer med rundt 17 000 trafikkomkomne i 1972 – og med under 4000 trafikkomkomne i fjor.

Mange land, ikke minst afrikanske, henger langt tilbake, målt mot eksempelvis europeiske land, hva trafikksikkerhet angår.

Høy fart, mye alkohol i blodet og føreres uoppmerksomhet – knyttet til smarttelefonbruk og annet – regnes nå som hovedutfordringer for trafikksikkerhetsarbeidet i mange land.

Global statistikk forteller at anslagsvis 1,2 millioner mennesker rundt om i verden årlig omkommer i trafikkulykker.

Veien frem til en tilnærmet aldeles trafiksikker verden – det gjenstår å se hva førerløse kjøretøyer vil bidra med – kan synes veldig lang.

blir satset merkbart mer på fjerning av snø og hálke i byrommet, i Oslo og andre steder», heter det i en lederartikkel publisert på samferdsel.toi.no i november.

Lederen viser til at forskere ved flere anledninger har sett nærmere på dette at mennesker med snø og hálke under føttene faller og slår seg. Den viser spesielt til en artikkel, skrevet av forsker Rune Elvik ved Transportøkonomisk institutt (TØI), som nettopp var blitt publisert på samferdsel.toi.no, under tittelen: *Skyhøy skaderisiko på vinterføre for fotgjengere i Oslo.*

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



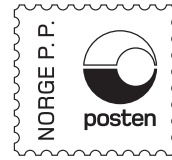
SILJE BJERGA NESLAND
Varamedlem
silje_ne@hotmail.com
T: 40 24 10 81

Momentum
T: 40 00 43 60
info@momentum.no



LIV KARIN SØSTUEN
Adm. sekretær
info@momentum.no
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.