

Rehabilitering

UTGITT AV STIFTELSEN SOFIENLUND OG SOFIENLUNDS VENNER

NR. 3 2012 16. ÅRGANG

STIFTELSEN
SOFIENLUND
For rehabilitering av ulykkeskadd
og kronisk syke

Stiftelsen Sofienlund er en humanitær, ideell organisasjon med formål å bidra aktivt for å bedre rehabiliteringstilbudet for kronisk syke, skadde og eldre i Norge.

Stiftelsen Sofienlund planla og bygget CatoSenteret i Son. Også etter åpningen har stiftelsen i mange år tilført senteret betydelige midler.

Idéen om å bygge et rehabiliteringssenter fikk Bente og Thor Bjørn Lie allerede i 1986. De registrerte Stiftelsen Sofienlund i 1991 og nedsatte et styre. De igangsatte også stiftelsens eget lotteri i BilPluss.

CatoSenteret ble offisielt åpnet 4. juni 1998 takket være hundretusener av loddkjøpere, våre innsamlede midler, salg av flere eiendommer og et stort banklån gitt med pant i eiendommen Sofienlund.

Stiftelsen Sofienlund hadde også byggherreansvaret for den nylig avsluttede utbyggingen med Thor Bjørn Lie igjen som den ansvarlige.

Stiftelsen Sofienlund er stolte over at CatoSenteret regnes som et av Norges beste rehabiliteringssentre, og at senteret kan vise til usedvanlig gode resultater.

Etter frigivelse av pantet i eiendommen Sofienlund, er stiftelsen i gang med planleggings- og reguleringsarbeider for et nytt Aktivitets- og treningssenter med selveierleiligheter og omsorgsboliger for seniorer på Sofienlund, Fjellstrand, Nesodden.

Planleggings- og reguleringsarbeider for et nytt Aktivitets- og treningssenter med selveierleiligheter og omsorgsboliger for seniorer er nå i gang på Stiftelsen Sofienlunds 110 mål store eiendom på Fjellstrand, Nesodden.

Arkitektfirmaet BAS Arkitekter AS og konsulentfirmaet Rambøll Norge AS er engasjert og stifteren av Stiftelsen Sofienlund Thor Bjørn Lie er prosjektleder og byggherreansvarlig.

Stiftelsen Sofienlund ønsker å legge til rette for etablering av selveierleiligheter og omsorgsboliger i en funksjonell kombinasjon med et behandlings- og aktivitetssenter, et medisinskfaglig tilbud, et universelt turveitilbud og etablering av servicetilbud i området.

Arealet ligger i direkte tilknytning til de eksisterende byggeområdene på Fjellstrand. Arealet har usedvanlig gode sol- og utsiktsforhold og vurderes som svært velegnet til formålet

Planarbeidet for bygging på Sofienlund er i gang

Selveierleiligheter

Stiftelsen Sofienlund planlegger å bygge ca. 40 selveierleiligheter. Leilighetene får fine terrasser med panoramautsikt utover Oslofjorden. Leilighetene blir fordelt på fire tre-etasjers blokker. Under blokkene blir det et underjordisk garasjeanlegg med heiser opp til de øverste etasjer. Leilighetenes størrelse er planlagt fra ca. 75 m² til ca. 110 m², og vil bli solgt til markedspris.

Omsorgsboliger

Videre er det planlagt ca. 20 omsorgsboliger med romslige sydvendte balkonger. Omsorgsboligenes størrelse er planlagt fra ca. 55 m² til ca. 75 m², og skal bygges etter både husbankens og kommunens erfaringer og anbefalinger.

Omsorgsboligene vil bli klausulert. Nesodden kommune får utpekingsrett om hvem som skal få kjøpe og flytte inn i boligene, avhengig av den enkeltes behov. Eierformen vil bli avklart i samarbeid med kommunen i den videre prosessen.



Slik blir utsikten fra leilighetene

Glede gir bedre helse, viser ny forskning. Men det holder ikke å bare tenke positivt. Du må gå aktivt inn for å trene «gledesmuskelen», sier Martin E. P. Seligman, professor i psykologi ved University of Pennsylvania i Philadelphia.

Hans visjon er å snu psykologiens fokus fra å reparere livets vanskelige sider, til å styrke våre individuelle kvaliteter, og hans forskningsresultater viser at det å kjenne glede gir bedre helse, men for virkelig å kjenne den dype glede må man tørre å engasjere seg i følelsene.

En øvelse som fungerer godt og som har vist seg å gi gode resultater er noe som kalles «Three blessings exercise»:

Hver kveld før du legger deg, skal du skrive ned tre ting som gikk bra i dag, og hvorfor de gikk bra. Sett deg noen mål for dagen, men ikke for mange og for store. Det å jobbe seg mot målene og nå dem er til glede og gir gode mestringsopplevelser. Det er også lov å drømme og arbeide seg mot det store målet, men da er det viktig å krydre hverdagen med flere små mål på veien.

Finn frem de positive motargumentene til de negative tankene som så ofte får styre oss inn i det selvkritiske, og dine fem sterkeste sider må du bruke aktivt hver dag. Lytt til talentene, drømmene og ambisjonene dine. Livsgleden påvirkes av hvor fortrolig du våger å møte deg selv og andre, og den fører med seg en dyp følelse av mening, sier han.

Glede i sorg og motgang

I 1978 ble min yngste sønn, Lars Henrik, trafikkdrept på en villavei i Asker, bare 14 år gammel. Nå i august døde min hjerneskadde datter, Beate, 54 år gammel etter et vanskelig liv. Hvordan klarer du å stå på bena; er et spørsmål jeg ofte får.

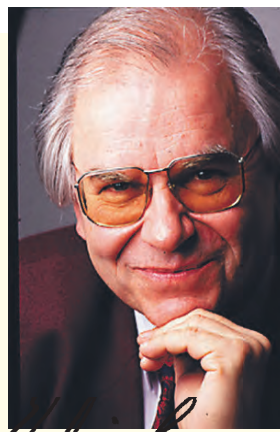
Jeg tror jeg vet svaret. Jeg har vært så heldig at jeg har fått arbeide sammen med mennesker med visjoner og ideer. Mennesker som, til tross for motgang og uforstand, har greid å holde fokuset på det viktigste - MÅLET.

Det er i motgang det går oppover

Når jeg ser tilbake – og skal finne svaret på hvorfor jeg i dag kan smykke meg med tittelen arbeidende styreformann i Stiftelsen Sofienlund og redaktør for avisen Rehabilitering, en avis som har kommet ut regelmessig siden 1987, under forskjellige navn – men med samme redaksjon - Knut Frøyhaug og jeg, må jeg gå helt tilbake til 1984.

Det året ble jeg kjent med stifteren av Landsforeningen for Trafikkskadde, Terje Olaussen. Han innsats og offervilje for LTN har fått altfor liten oppmerksomhet. Jeg er glad jeg meldte meg inn i foreningen og er glad for tilliten jeg ble vist i arbeidet for hjelp til pårørende og etterlatte.

Etter en tid ble Tom Eitvet «ansatt» på LTNs kontor. Hans



Erling Lauritzsen

arbeid med juridiske vanskelige spørsmål har vært av avgjørende betydning for alle som arbeider med erstatningssaker. Tom og jeg ble et godt sammensveiset radarpar. Tom og Terje overtalte meg til å bli LTNs første generalsekretær.

Vi kontaktet generalsekretær Odd Grann i Norges Røde Kors, og sammen fikk våre organisasjoner brukt 3 millioner i Blårussmidler til å bygge et etterlenget aktivitetshus på Haraldvangen i Hurdal. Dette med tanke på rehabilitering, kurser og seminarer.

I april 1988 dukket Thor Bjørn Lie opp på LTNs lille kontor. Etter møtet inviterte han Tom og meg ut til Nesodden. Tom Eitvet for å delta i «brukergruppen» og meg til å delta i prosjektgruppen for «Sofienlund helse- og rehabiliteringssenter for trafikk-, ulykkeskadde og kronisk syke». Jeg ble hektet på saken og siden har jeg samarbeidet med familien Lie.

Møtet ble et vendepunkt, både for mitt arbeid i Landsforeningen for Trafikkskadde og organisasjonens store mål – bygging av et senter som spesielt skulle kunne hjelpe trafikkskadde. Ved å støtte familien Lies opplegg ville målet være oppnåelig!

Bente og Thor Bjørn Lie begynte planleggingen av senteret allerede i 1986 og i mange år tok arbeidet med senteret mesteparten av deres arbeids- og fritid. Da de stiftet Stiftelsen Sofienlund, og senere startet opp Bil Pluss lotteriet, skaffet de ikke bare midler til rehabiliteringssenteret senteret. Nei, også Landsforeningen for Trafikkskadde fikk tilført store midler. Ja, uten de store tilskuddene – mange millioner - fra BilPluss lotteriet, ville det i dag antagelig ikke vært noe LTN!

Da Odd Grann sluttet i Norges Røde Kors, fikk vi flyttet midler vi hadde investert på Haraldvangen til Stiftelsen Sofienlunds prosjekt.

Hundretusener nordmenn har støttet Stiftelsen Sofienlund økonomisk, andre har vært med å planlegge og fått rehabiliteringssenteret i Son opp å stå. Foruten avdøde Tom Eitvet har Karin Endsjø og vår dyktige «døråpner» Sigurd Unneberg, samt Tore Henning Larsen, vært uvurderlige støttespillere.

Når vi nå har fått frigitt stiftelsens eiendom Sofienlund på Fjellstrand kan vi igjen brette opp ermene og denne gang planlegge selveierleiligheter, omsorgsboliger for seniorer og et aktivitets- og treningssenter i tilknytning til dette.

I dag benytter jeg anledningen til å takke alle som har skaffet meg utfordringer, noe å arbeide med som har gitt meg så stor glede. Men spesielt må jeg takke Thor Bjørn for 24 utrolig inspirerende og utfordrende år. Uten han hadde vi ikke hatt noe rehabiliteringssenter i Son, ikke et LTN og heller ikke noen utbygging på Sofienlund!

Etter å ha lest om hva gründeren Thor Bjørn Lie har fått til, stiller du sikkert spørsmålet: Hvorfor er ikke han fremdeles formann for Stiftelsen Sofienlund? Svaret er: Da myndighetene innførte bestemmelsen om at stiftere ikke kan inneha formannsvaret i «sine egne stiftelser» ble jeg valgt.



Utgiver:
Stiftelsen Sofienlund,
Ommenveien 18
1458 Fjellstrand

Redaktør:
Erling Lauritzsen
tlf. 66 78 92 37
mobil 920 26 355
e-post: erling@sofienlund.no

Layout:
Knut T. Frøyhaug,

Annonser:
Faktureringservice sør as,
tlf. 32 24 44 33
fax 32 24 44 34

Trykk:
Orkla Trykk AS
Opplag: 10.000

Redaksjonen avsluttet
21. september 2012

Stiftelsen Sofienlund
Ommenveien 18,
1458 Fjellstrand
www.sofienlund.no
post@sofienlund.no
Foretaksnummer:
961340195
Bankgiro: 8380 08 53462

Stiftelsen Sofienlunds styre:
Arbeidende styreformann
Erling Lauritzsen
Daglig leder
Truls Thv. Falkenberg
Styremedlem
Thor Bjørn Lie

Sofienlunds Venner:
Tlf: 66 78 92 37
mobil 920 02 6355
E-post:
erling@sofienlund.no
Foretaksnr.: 976805518
Bankgiro: 8380 0865509

Gavekonto
Bankgiro:
8380 40 09941

Lars Henrik Lauritzsens
Minnfond
Bankgiro: 8380 40 09941

I juni var redaksjonen med da Ski Rotary Klubb hadde sitt årlige presidentvalg. Vi var invitert for denne kvelden da Karin Endsjø skulle hedres for sitt arbeide for poliosaken.

Ny heder til Karin Endsjø

Rotary Internationals kamp mot polio

Karin Endsjø har holdt flere foredrag i Rotary-klubber i inn- og utland om hvor mye vaksineprogrammet Polio Pluss faktisk betyr. - Jeg brenner veldig for poliosaken og Rotary. Jeg har vært i tre Rotary-klubber i Asia. Min egen polio er blitt en dør-åpner. Jeg har fått et rikt liv av dette, sier hun beskjedent.

Gode resultater

Siden Rotary begynte kampen mot polio i 1985 er 99 prosent av denne forkrøblende og dødelige sykdommen utryddet. Det har Rotary International klart sammen med WHO, Unicef, Bill Gates Foundation, andre

som allerede har polio? De kan få en annen tilværelse med enkle tiltak, sier Karin Endsjø.

Paul Harris æresbevisning

Rotarianeren Erik Aasum holdt denne talen:

President, Paul Harris-kandidat, gjester, Rotarianere.

Ski Rotary Klubb har i kveld gleden av å dele ut Paul Harris æresbevisninger til Karin Endsjø. Paul Harris Fellowship Recognition er en hedersbevisning fra Rotary-klubber for å hedre en rotarianer eller ikke-rotarianer for sitt virke innen Rotary eller for sitt samfunnsgagnlige arbeid.

Ofte har Ski Rotary gitt denne utmerkelsen til en Ski-borger for sin innsats i vårt nærmiljø. Det gjør vi også i kveld, forskjellen er bare at hun, også en Ski-borger, har utøvd sin samfunnsgagnlige virksomhet både lokalt, nasjonalt, men også internasjonalt; det være seg i Europa, Asia eller Afrika.

Hun er ikke rotarianer som sådan, men har utført en Rotary-innsats vi rotarianere kan være stolte av. Hennes arbeid innenfor bekjempelse av polio går jo direkte inn i Rotary Internationals flaggskip de senere år, nemlig i Polio Plus-kampanjen.

Karin er ei ekte Ski-jente. Hennes far drev småbruk og var dessuten meieribestyrer. (Forresten skal navnet Endsjø uttales ennsjø - altså med n-er uansett hvor mange d-er skriftformen har.)

Karin fikk poliomyelitt allerede i toårs alderen i en tid lenge før en liten vaksinedråpe var tilgjengelig. Dette skjedde under krigen, så Karin ble pakket inn som en liten bylt og via Røde Kors bragt over til Sverige, til den beste behandlingen som da var tilgjengelig.

Etter 2-3 år kom hun tilbake til Ski, med svensk som morsmål, til skolegang og merkantil utdannelse samt utdannelse som døvblinde-tolk. Hennes yrkes-

karriere har bestått av 18 år i Kirke- og Kulturdepartementet og tilsammen hele 40 år i delvis lønnet og delvis frivillig innsats for handicap-omsorg og handikapidrett.

Den frivillige innsatsen kom tidlig, tandemcykling for handikaperte her i Ski, forkortelse SAFF, var Karins prosjekt i sin tid.

Av større lokale tiltak må jeg jo nevne CatoSenteret. Ikke alle vet at Karin og Erling Lauritzsen (*var til stede på møtet) m.fl. var med i den "harde kjerne", som gjennom Stiftelsen Sofienlund, fikk realisert byggingen av senteret. De kunne sin markedsføring også. Cato Zahl Pedersen var det nasjonale, og internasjonale, navn man trengte og han var villig til å hjelpe.

Dermed åpnet det seg en større mulighet for det bl.a. Karin hadde ivret for, og fremdeles ivrer for: Å få trafikkskadde og handikaperte ut av gamle hjem og pleiehjem og over til levende, men også krevende opptrening og miljøer.

Men hennes prosjekter stopper ikke nasjonalt: Verden er mer enn Norge.

Karin har besøkt alle de Rotary-klubber hun har fått sjansen til gjennom sine reiser. Der har hun ivret for innsats i Polio Plus-kampanjen. Det har sin spesielle vekt når hun kan levendegjøre hva en liten dråpe vaksine kan bety for et spebarn. Ofte forsøker hun også å ta med en lokal borger med poliomyelitt for å minne om den hjelp de som har fått sykdommen også trenger.

Hun har skaffet midler til opphold for handikaperte på Haraldvangen og er ofte ledsager og til hjelp under oppholdet.

Hun er aktiv i å skaffe opphold for handikaperte på Casas Heddy-senteret, drevet av Oslo Røde Kors, på Lanzarote, der hun også yter assistanse på samme måten.

Hun benytter sine bekjentskaper for eksempel i de Ara-

biske Emirater for å fremme kvinners sak.

Dette kan egentlig bare bli eksempler på en aktivitet der hun forsøker å bøte på ethvert behov et handicap fører med seg og for uansett hvilket individ dette behovet måtte oppstå.

Hvordan hun har fått tid til alt dette? Det nytter i hvert fall ikke å spørre henne, hun har ikke tid til å svare, hun er allerede altfor opptatt med sitt neste prosjekt.

Hun har av og til vært innom Norge for og "kjøle" seg ned» og da har hun tatt med seg 1 gull, 2 sølv og 1 bronse i Handicap-OL samt gått Ridderrennet. På en elendig tid, sier hun selv, men det holdt til Erling Stordals ærespris i 2009.

Det påstås forøvrig at hun har gjort Stordals motto: «Lev livet, la det bli fotefar etter deg» til sitt eget. For egen regning tror jeg du har lagt til en bisetning med tanke på hvordan du driver ditt prosjektarbeid: «Start med toppene i samfunnsstigen, da blir fotefarene raskere synlige»

Jeg vil be Presidenten overrekke Karin Endsjø hedersbevisningene.

Paul Harris æresbevisning ble overrakt av avtroppende president Bjørn Buller og påtroppende president Helge Underland til stor applaus fra alle rotarianerne.

(*Erling Lauritzsen opplyste forsamlingen at gründerne bak byggingen av CatoSenteret er Bente og Thor Bjørn Lie).

frivillige organisasjoner og landenes myndigheter. Rotarianere verden over har samlet inn mer enn 1 milliard kroner til formålet.

Buddhistlamaen Geshe Pema Dorjee

Tidligere har vi skrevet om Karin i audiens hos Dalai Lama. Da buddhistlamaen Geshe Pema Dorjee, som driver 13 humanitære prosjekter i Himalaya, var i Norge i vår, fortalte Karin at det var han som ordnet audiensen hos Dalai Lama i fjor.

Som åtteåring kom Geshe Pema Dorjee gående som flyktning til Dharamsala i India da kineserne tok Tibet. Han er en god bekjent av Dalai Lama. Hensikten med oppholdet i Norge var å fortelle om buddhisme og skaffe sponsorer til de humanitære prosjektene i Nordøst-India.

Et viktig prosjekt for Dorjee er å bygge et kloster for fattige jentebarn som ikke har noen muligheter i livet. - Poliobarn får ikke muligheten til noen ting. De kan ikke tigge en gang, sier Karin Endsjø. Det er vel og bra med vaksiner, men hva med barna



Her ser vi Karin Endsjø med Paul Harris æresbevisning stående mellom avtroppende president Bjørn Buller (tv) og påtroppende president Helge Underland.



Her er buddhistlamaen Geshe Pema Dorjee, som driver 13 humanitære prosjekter i Himalaya. Bildet er tatt da han besøkte Norge.

Kreative eldre mennesker finnes overalt, det er bare å gi dem mulighet til å bruke sin positive innsatsvilje, sier Odd Grann.

Henrik Ibsen skriver i *Brand*: «Fremtiden kan umulig komme, for når den kommer er den omme.»

Dette tolker jeg som at min fremtid er nåtid - min fremtid er i dag - det er nå jeg må handle. Dagen i går kan jeg ikke gi annet innhold enn jeg alt har gitt den, dagen i morgen har jeg ikke noe løfte på, men dagen i dag, den har jeg. Det må jeg benytte meg av.

Det er i egen, i nærmiljøets og i samfunnets interesse at vi er à jour med de muligheter som i dag finnes for at vi kan klare oss selv, i eget hjem.

Det er høyst personlig hvordan man møter årene, men salig Hippokrates, legekunstens far, sa for over 2000 år siden «Du blir det du tenker!». Mange av dagens tenkere gir ham rett i dette. Det strider mot denne ånd å si: «Uff, det er fælt å bli gammel». Da blir det slik du tenker.

permanent stor eldrebefolkning. Selvfølgelig vil fremtidens eldre og samfunnet makte å skape levedyktige forhold for alle, bare vi forbereder oss på det, nå.

Ny teknologi

Det er forberedelse til dette jeg ser frem til å delta i. Allerede nå har informasjonsteknologien kommet oss til hjelp. I mange tiår har bilindustrien utviklet informasjonsteknologien. Det er ingen som lenger undrer seg over teknologien i dagens biler, som GPS, ryggekamera, elektroniske låser osv. Dette er nå på full fart inn på den hjemlige arena. Eldre behøver ikke lenger å engste seg når det ringer på inngangsdøren. Kamera og mikrofon vil fortelle hvem som står utenfor. Ingen slipper inn før systemet har godkjent stemmen.

Litt mer avansert er det at denne teknologien er på vei inn i menneskekroppen. I 2013 vil alle sykdomsbærende være registrert. Det betyr at legene kan oppspore kilden for sykdom og sende inn dit en riktig dose med medisin for å helbrede. Dette som to små smakebiter på hva som venter oss av muligheter for større trygghet. Det er nå vår fremtid bygges, så følg med.

Lindrende humor

Legeviten skapen setter stadig søkelys på humorets positive betydning for helsen. Endorfiner er stoff i kroppen som både forebygger og helbreder. Produksjonen av det øker når vi er i godt humør og når vi trives. Dette er velkjent for mange av landets «humorleger».

Nå er det på tide at de trer frem og forteller om hvor viktig det er for helsen å bruke humøret. De har vært for tilbakeholdne, trolig i angst for ikke å bli tatt seriøst av sine kolleger.

På forsommeren i år ble «Nasjonalforeningen for lindrende humor» etablert. Den har fått en entusiastisk mottagelse blant

helsepersonell, alvorlig syke og deres pårørende. Dette forum vil dokumentere humorets livsforlengende betydning for helsen, ikke minst for alvorlig syke.

Den eldre garde og humorlegene kan her dele sine erfaringer med andre, og dermed bidra til at flere blir aktive utøvere av humor som virkemiddel for helsen. Når eldre hjelper andre eldre med de mange, små dagligdagse oppgaver som for eksempel litt krokete fingre og langsom gange kan skape vanskeligheter med, hjelper det ofte med humor.

Eldre hjelper eldre

Samhandlingsreformen medfører kortere liggetid på sykehus, mangel på helsepersonell og sykehjemsplasser. Dermed vil flere eldre bli boende hjemme. Det kan bli vanskelig for mange, ikke minst for pårørende. Mange av landets over én million seniorer ønsker å engasjere seg i noe positivt, ikke minst for å føle at man fremdeles er til nytte. Mange vil delta i «eldre hjelper eldre» ved å gi hjemmenværende hjelp som ikke krever helsefaglig kompetanse. Mange innsatsvillige, oppegående seniorer deltar gjerne når det blir muligheter for det. Dette vil gi oss alle et varmere og triveligere samfunn å bli gamle i.

Teknologi og praktisk medmenneskelighet vil påvirke eldre menneskers fremtid positivt. Det er grunn til å glede seg til å delta i denne utviklingen, der eldre kommuniserer nytt om nye muligheter, i egne, små nærmiljøer. Der kan vi lære av, og bistå hverandre, i et fellesskap som styrker egen livskvalitet. Kreative eldre mennesker finnes overalt, det er bare å gi dem mulighet til å bruke sin positive innsatsvilje. Landet vårt trenger dette. Det er på tide å starte opp-treningen.

Vi er vår egen alderdoms smed.

Jeg ser frem til min fremtid



Det er på tide å starte opp-treningen. Vi er vår egen alderdoms smed.

Positiv aldring

Sosial omgang blir viktigere med årene, også fordi det skaper utfordringer og aktivitet. Det er uklokt å være likegyldig til sin egen utvikling, spesielt som gammel. Daglig aktivitet for hode, hjerte og kropp er helsebringende og livsforlengende, det gir positiv aldring.

Aldri tidligere har eldre hatt slike muligheter til å mestre tilværelsen som vi har i dag, det gjelder å benytte seg av det. De fleste eldre, over 90 prosent av oss, er oppegående og aktive, med stor livslyst.

Det er mer helse i å tenke positivt, gripe mulighetene for et rikere liv og møte egen fremtid med forventning.

«Eldrebølge»

Språket vårt har fått et nytt, stigmatiserende ord: «Eldrebølge». Den omtales som en slags tsunami som vil komme veltende over folk og fe, og skape kaos. Men det er ingen bølge. Alle vet at det blir mange flere eldre fremover, permanent. Dette er ikke noe som går over, slik bølger gjør, og skipptak hjelper ikke. Det krever en ny innstilling hos alle for å møte en

lekte seg med, da han holdt foredrag i regi av Pensjonistuniversitetet i Drammen.

Latter bedre enn medisin

Foredraget ble en fin blanding av alvor og skjemt, da Grann understreket betydningen av humor. Positivt humør er viktig i forhold til god helse.

– Jeg bruker bevisst humor i mine foredrag. Jo mer humor, dess friskere blir vi. En god latter virker bedre enn all verdens tabletter, sa 110 år gamle Jørgen Bernhard Rustad, og han viste hva han snakket om, mente Grann, og la til:

– La senior bli et honnørord. Vi er på vei inn i det «aldersfrie» samfunn, og målet er at man spør etter din produktivitet og ikke din alder. Legekunstens far, Hippokrates, sa «Du blir hva du tenker».

Styrke livskvaliteten

– Å styrke livskvaliteten må være ledetråden for vår vandring fra 2012 og framover. De fleste eldre er friske, men livstidssykdommer, som blant annet rus og diabetes, er på vei opp.

Kun 10 prosent bor på sykehjem og mangel på pleiepersonell gjør at vi må klare oss selv. Ingen ønsker å bo på sykehjem som 80- og 90-åringer, sa Odd Grann, og siterte avdøde Peter Hjort:

Mennesket skal være fysisk og mentalt aktiv hver dag, og unngå enhver form for isolasjon.

Nettet viktig verktøy

– Bli nettbukere, oppfordret Odd Grann, alle klarer å bruke pc, selv biskopen, og han understreket:

– Det er bedre å være inngått på data enn utgått på dato.

For de fleste blir husk og hørsel dårligere med årene, da er framtidens informasjonsteknologi både i mennesker og boliger flotte hjelpemidler for å klare seg lenger alene hjemme.

– Vi lærer minst like bra, men det tar bare litt lengre tid, understreket Grann, og tok for seg smartmennesket og pasientkofferten, den fjernstyrte hjemmepleier. Digital hjelp for den som ikke kan spise selv, og på nettet kan man spille golf.

– Hjernen får helsebringende trim takket være informasjonsteknologi. Etabler naboringer, som sikrer sosialt samvær i nærmiljøet. Noe som gir trygghet og trivsel, avsluttet Odd Grann, som gav tilhørerne både framtidshåp og sunn vitamininnspøyting i form av humor.

Odd Granns framtidstanker om aktivitet, humor og nettbruk

«Pensjonist i 2036 i Drammen i 2036»

Sykehuset i Drammen, som stod ferdig i 2018, ble verdenskjent da de kurerte Alzheimer. En fløybane går fra Strømsø til Konnerud. Parkens lekeparker er tatt i bruk av pensjonistene etter kinesisk mønster. Og man får servert kortreist kultur.

Dette var noen av framtidssiktene Odd Grann, tidligere generalsekretær i Norges Røde Kors,

Hva kan det komme av at økt levealder i befolkningen blir ansett som en naturkatastrofe og omtales som "tsunami"? Eller hvorfor er seniorpolitikk i praksis ensbetydende med "eldreomsorg"?

Hvorfor er det slik at vi med økt alder gradvis blir fratatt rettigheter som vi har ansett som selvfølgelig i hele vårt voksne liv? Vi mister retten til arbeid og yrkesdeltagelse, til å sitte i styret, offentlige utvalg og til å inneha tillitsverv. Vi marginaliseres i politikken og media, blir gjort sosialt usynlige og omtales og behandles som statistiske størrelser der alle skjæres over en kam – uansett helse, arbeids- evne, kompetanse eller forstand. Innenfor helse- og omsorgsektoren regnes vi som en budsjettbelastning, mens finansministeren ser på oss som en utnyttbar økonomisk salderingspost.

Hva kan det komme av at økt levealder i befolkningen blir ansett som en naturkatastrofe og omtales som "tsunami"? Eller hvorfor er seniorpolitikk i praksis ensbetydende med "eldreomsorg"?

Hele mennesker – hele livet

Realiteten er at økt levealder i befolkningen er et bevis for at vi har lyktes som samfunn. Dessverre har debatten hittil nærmest utelukkende bestått i en elendighetsbeskrivelse og en klagesang over utgifter til å finansiere "eldrebølgen". Slik bør det ikke fortsette. De tider er heldigvis forbi da det å være gammel var ensbetydende med fattigdom. Det er heller ikke slik at det å være gammel er ensbetydende

med skrøpelighet, fysisk og intellektuelt.

Det er ingen tvil om at statlig alderspensjon og den kommunale eldreomsorgen har bidratt til et betydelig velferdsløft. Eldreomsorgen har fått karakter av en rettighet som eldre har krav på når behovet er stort nok, slik at en slipper å føle seg som en byrde for familien. Det er imidlertid en risiko for at fokuset på omsorg har bidratt til å skape en oppfatning av at eldre er klienter, slik at de mister status og fremstår som en byrde for fellesskapet. En stakkarsliggjøring av seniorene tjener kun til å stemple eldre mennesker negativt samtidig som det dekker over det faktum at kun 15 prosent av seniorene virkelig tren-

ger betydelig offentlig omsorg.

Tiden er inne til å redefinere begrepet seniorpolitikk. Målet må være å fjerne skillet mellom seniorer og andre samfunnsborgere. Vi trenger et aldersnøytralt samfunn – der vi som samfunnsborgere har de samme rettigheter og plikter hele livet! Et samfunn der vi ikke kontinuerlig krympes og fratas rettigheter, der vi ikke blir bedømt på bakgrunn av fødselsattest, men etter evne, innsats og dyktighet. Vi krever å bli ansett som hele mennesker – gjennom hele livet!

Det betyr at vi må være sikret rett til å utnytte vår kompetanse og arbeidsevne, at senioren samfunnsdeltagelse oppmuntres og at vi skal ha den samme rett

til en andel av samfunnets felles verdiskapning og at vi som pensjonister ikke diskrimineres skattemessig. Hvis prisen for å oppnå likeverdighet er å oppgi privilegier fra en svunnen tid – som rett til barnebillett – bør vi være villig til å diskutere saken. Hvis finansministeren spør! Seniorsakens politikk bygger på generasjonssolidaritet. Vi arbeider for et samfunn der generasjonene lever, arbeider og utvikler seg i fellesskap. Derfor advarer vi mot segregering av generasjonene og etterlyser arenaer der generasjonene møtes og samarbeider. Først når det blir vanlig å samhandle på tvers av alder, kan vi få bukt med mytene om eldre så vel som om ungdom. I dag er den status som eldre mennesker er tilmålt ofte et resultat av politiske beslutninger som er tatt på våre vegne og hvor vi i meget liten grad har vært med i beslutningsprosessen. Skal vi nå de mål vi har satt oss må seniorbefolkningen vite og ta ansvar for sitt eget liv, men også være villig til å arbeide politisk og støtte organisasjoner om kjemper for deres rettigheter. Seniorsaken er et godt valg i så henseende.

Seniorsakens Harry Martin Svabø er en aktiv skribent og foredragsholder.

Her kåserer han om «Hvilke forventninger har Du til alderdommen?»



FOTO: TORE HENNING LARSEN

Planlegger nytt studium i helseteknologi

Et nytt studium i helseteknologi skal gi helsepersonell innføring i informatikk og medisinsk teknologi og ingeniører økt forståelse for fysiologi og anatomi. Målet er å skape samarbeidsteam, som kan bidra til at pasienter mestrer sin sykdom hjemme.

Slik forklarer Universitetet i Tromsø (UiT) innholdet i det planlagte studiet i helseteknologi som UiT nå utarbeider i samarbeid med Høgskolen i Narvik. Det nye utdanningstilbud vil vektlegge tverrfaglig samarbeid.

Skal hjelpe hjemmeboende

I praksis handler dette studiet om å bidra til at fagfolk kan møte morgendagens helseteknologiske løsninger, som i langt større grad enn i dag vil kreve at pasienter skal mestre sin egen sykdom i hjemmet.

– Dette stiller store krav både til fremtidens helsepersonell, helse- og omsorgskompetente ingeniører samt det medisinskteknologiske utstyret, sier professor Gunnar Hartvigsen ved Institutt for informatikk ved Fakultet for naturvitenskap og teknologi, UiT.

Større utfordringer i nord

Ifølge Hartvigsen byr de fremtidige utfordringene innen helse- og omsorgstjenesten i Nord-Norge på langt større utfordringer enn i sentrale strøk.

– I sentrale områder av landet er tettheten av sykehusene større og teknologikompetansen bedre, men her i nord vil vi, blant annet i kommunehelsetjenesten, få langt større utfordringer med hjemmeboende pasienter. Dette gir grobunn for en nyetablering innen helse og omsorg. Derfor er det viktig at vi får være med å skreddersy et studietilbud som fremmer tverrfaglige samarbeid og tilpasse nye helseteknologiske løsningene for fremtiden, forteller Hartvigsen som også er tilknyttet Nasjonalt senter for samhandling og telemedisin (NST) ved Universitetssykehuset Nord-Norge.

Finnes ikke maken

Det finnes ikke maken til det nye studietilbudet her i landet, ifølge lederen av Helseteknologiutvalget ved UiT, Øystein Jensen. Han er til daglig virksomhetsleder ved Medisinsk teknologi ved Oslo Universitetssykehus.

– I Oslo står tradisjonell medisinsk teknologi i fokus. UiT har et masterprogram i telemedisin og e-helse, men kapasiteten er langt fra nok til å dekke det vok-

sende behovet innen helse- og omsorgstjenesten. Det finnes heller ikke et masterprogram hvor det gis undervisning på tvers av profesjoner. Målet vårt blir derfor å gjøre sykepleiere og ingeniører til et samarbeidsteam i stedet for å omprogrammere dem, påpeker Jensen.

Kjell Arne Bakke
Dagens Medisin



Professor Gunnar Hartvigsen ved Institutt for informatikk ved fakultet for naturvitenskap og teknologi, UiT.

Aktivitets- og treningssenter med selveierleiligheter og omsorgsboliger på Fjellstrand

Aktivitets- og treningssenter med selveierleiligheter og omsorgsboliger på Fjellstrand Planleggings- og reguleringsarbeider for et nytt Aktivitets- og treningssenter med selveierleiligheter og omsorgsboliger for seniorer er i full gang på Stiftelsen Sofienlunds 110 mål eiendom på Fjellstrand, Nesodden.

Arkitektfirmaet BAS Arkitekter AS og konsulentfirmaet Rambøll Norge AS er engasjert og stifteren av Stiftelsen Sofienlund Thor Bjørn Lie er prosjektleder og byggherreansvarlig.

Stiftelsen Sofienlund ønsker å legge til rette for etablering

fylkesveien for å muliggjøre fremføring av gang-/sykkelvei. Utbygging forutsettes å skje i tråd med kommunens boligprogram.

Sofienlundprosjektet

Stiftelsen Sofienlund står igjen foran en ny og spennende milepæl i stiftelsens historie – planlegging og utvikling av eiendommen Sofienlund til beste for Nesoddens beboere og Nesodden kommune, sier Thor Bjørn Lie.

Stiftelsens styre har en klar målsetting om å kunne bidra til forbyggende helsearbeid gjennom

trening, aktiviteter, turløypenett sommer og vinter, samt et trivelig bomiljø med alle nødvendige servicetilbud.

Selveierleiligheter

Vi planlegger å bygge ca. 40 selveierleiligheter. Leilighetene får fine terrasser med panoramautsikt utover Oslofjorden. Leilighetene blir fordelt på fire treetasjers blokker, og under blokkene blir det et underjordisk garasjeanlegg med heiser fra garasjene og opp til de øverste etasjer.

Leilighetenes størrelse er planlagt fra ca. 75 m² til ca. 110 m²,

og de vil bli solgt til markedspris. For overskuddet av dette salget skal finansiere deler av aktivitets- og treningssenteret.

Omsorgsboliger

Videre er det planlagt ca. 20 omsorgsboliger med romslige sydvendte balkonger. Omsorgsboligenes størrelse er planlagt fra ca. 55 m² til ca. 75 m², og de skal bygges etter både husbankens og kommunens erfaringer og anbefalinger.

Omsorgsboligene vil bli klausulert. Nesodden kommune får utpekingsrett om hvem som skal få kjøpe og flytte inn i boligene,



av selveierleiligheter og omsorgsboliger i en funksjonell kombinasjon med et behandlings- og aktivitetssenter, et medisinsk faglig tilbud, et universelt turveitilbud og etablering av servicetilbud i området.

Stiftelsen Sofienlund, som bl.a. initierte og bygget CatoSenteret i Vestby kommune, ønsker nå å benytte sin kompetanse og erfaring i etablering av et tilbud for Nesodden lokalt. Hovedideen er å gi seniorer et helhetlig tilbud - med et mål om god livskvalitet, helsemessig gevinst - og å minimere transportbehovet ved å etablere primært tilbud lokalt.

Arealet ligger i direkte tilknytning til de eksisterende byggeområdene på Fjellstrand - primært bestående av eneboliger. Arealet har usedvanlig gode sol- og utsiktsforhold og vurderes som svært velegnet til formålet.

Planarbeidet er igangsatt for området som er regulert gjennom Reguleringsplan for Sofienlund vedtatt 13.4.1989. Det foreslås i tillegg tatt inn et areal for å sikre fremføring av ny adkomstvei til Ellingstadåsen, og etablering av gang-/sykkelvei langs fylkesveien mot nord.

Stiftelsen har i forkant av planforespørselen innledet dialog med berørte grunneiere innenfor og rundt planområdet og har møtt en svært positiv holdning til planarbeidet og den planlagte utbyggingen. Det er videre inngått avtale med grunneiere langs



oversikt trinn 1



velvære/ trening- 1. etasje

avhengig av den enkeltes behov. Eierformen vil bli avklart i samarbeid med kommunen i den videre prosessen, fortsetter Lie.

Uavhengig av dette ser man for seg at en beboer ikke skal kunne selge sin omsorgsbolig fritt. Ved et eventuelt salg skal kommunen utpeke ny kjøper og salgssummen kan kun økes med konsumprisindeksen og eventuelle påkostninger.

Selveierleilighetene som skal selges til markedspris er ikke klausulert og kan selges fritt ved salg.

Aktivitets-, behandlings- og treningssenter

Vårt planlagte senter vil bli unikt, sier Thor Bjørn Lie. Det skal blant annet inneholde:

Innendørs aktivitetsarealer med trær og planter, et treningsløypenett og sittebenker. (Se egen skisse).

- *Treningsstudio med egnet utstyr
- *Svømme- og behandlingsbasseng
- *Boblebad
- *Dusjer og badstue.
- *Aktivitets- og hobbyrom
- *Stuer

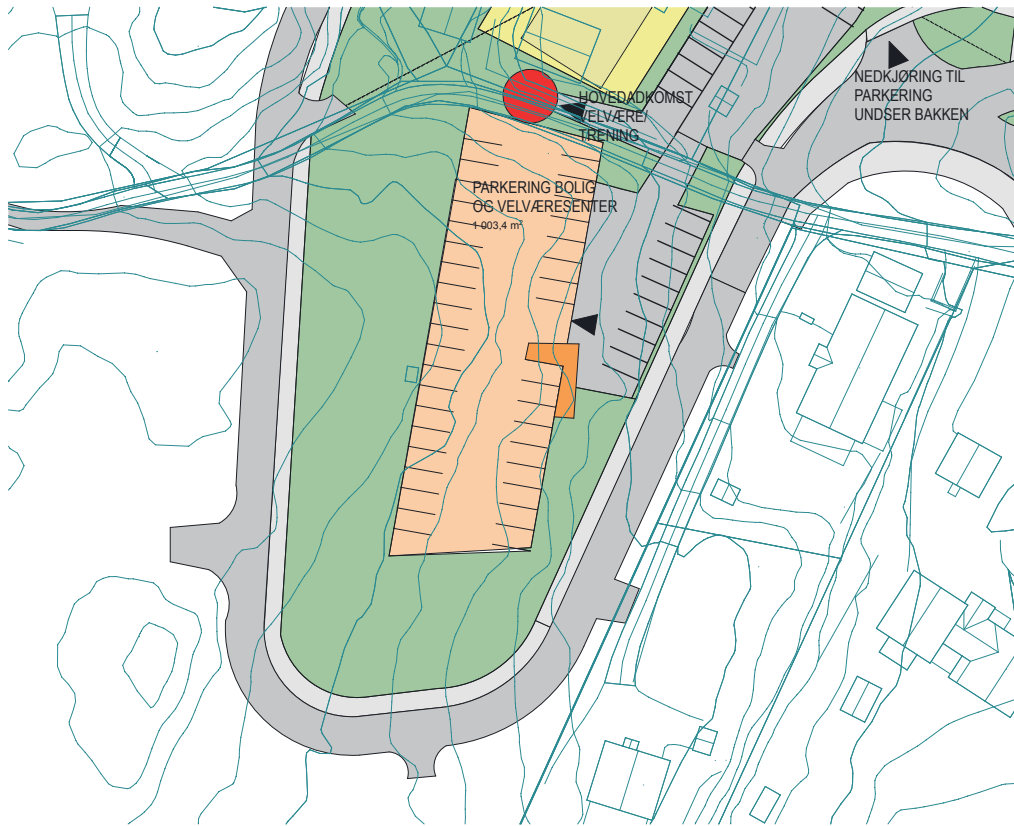
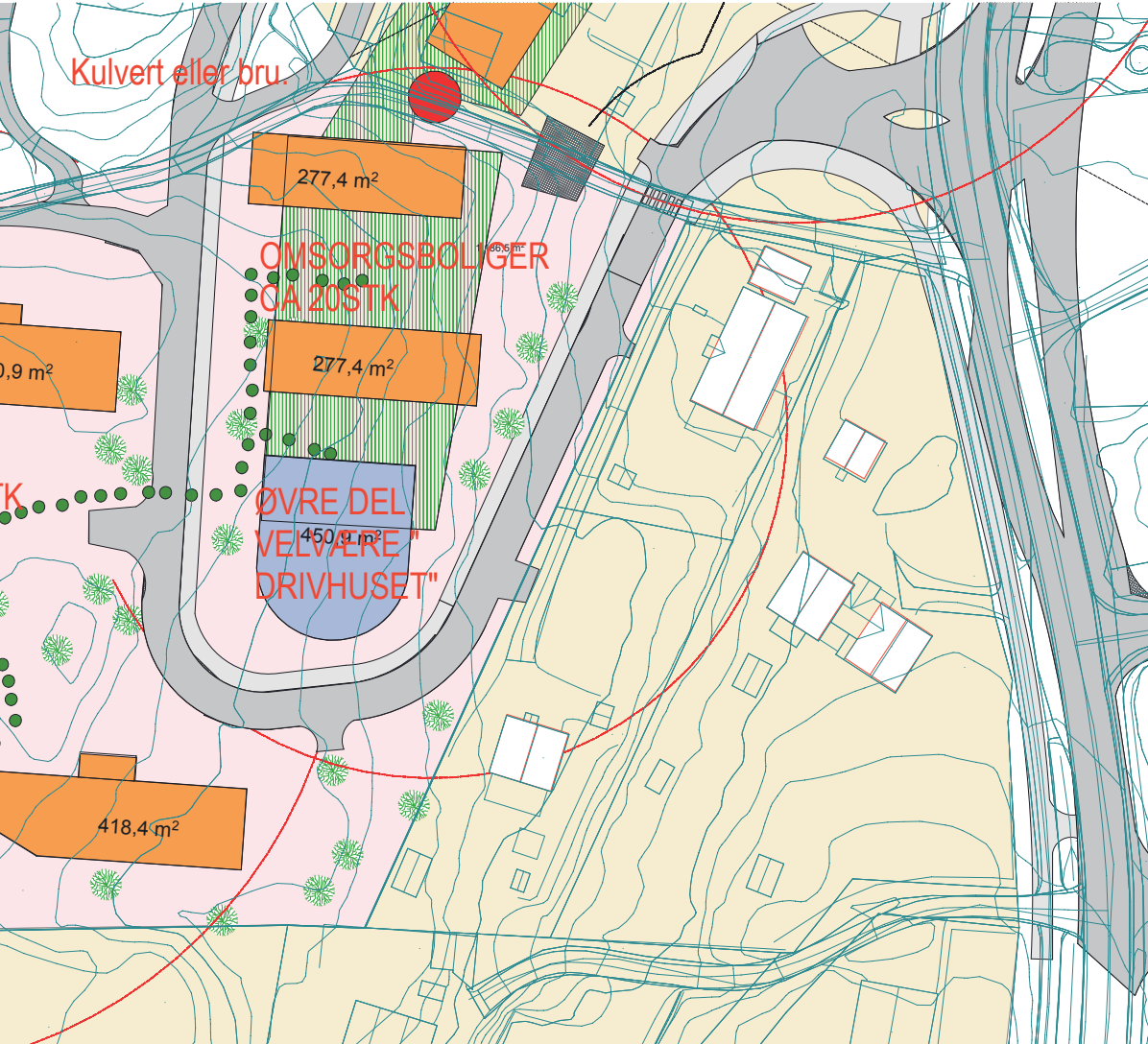
- *Kjøkken
- *Kafeteria.

I senteret får vi dessuten plass til utleiearealer. Foreløpig har vi planlagt kontorer til

- Lege
- Tannlege
- Fysioterapeut
- Frisør
- Hudpleie
- Fotpleie
- Kontorer/arealer til andre helse-relaterte behandlingstilbud
- Kontor til hjemme-hjelpstjeneste.



Utsiktspunkt fra Sofienlund



parkering under bakken

ANMERKNINGER:

- 1: Alle detaljer skal utføres etter NB!- detaljblader eller etter godkjente produktblader.
- 2: Det skal benyttes anerkjente og godkjente (CE merkede) byggevarer/ byggematerialer. Utførende er ansvarlig for riktig bruk av alle materialer på bygget.
- 3: Det må sørges for tiltak mot Radon ihht. byggeforskriftene
- 4: Utførende må sørge for at ventilering utføres etter byggeforskriftene.
- 5: Utførende må sørge for at det monteres brann/røykvarsling og slukkeredskap etter forskriftskrav.

Rev. nr.	Beskrivelse	Dato	Utført	Kontr.

BAS Arkitekter AS

St. Mariagate 96-98, 1706 Sarpsborg
Tlf: 69 13 10 50 Fax: 69 13 10 51 E-mail: arne@bas-ark.no

Tiltakshaver
STIFTELSEN SOFIENLUND

Prosjekt
UTVIKLING AV SOFIENLUND

Tegnet a.bergdal	Dato 29.03.12	Prosj.nr. 11032
Kontroll	Mål 1:1000	

TRINN 1

Tegn. nr.	Format A3	Revisjon
-----------	---------------------	----------

Sofienlundprosjektet: Aktivitetscenter, leiligheter og fellesarealer med lavt energibehov

BILDENE PÅ SIDE 1, 7 OG 8 ER TATT
AV THOR BJØRN LIE

Store deler av energibehovet til leilighetene og senteret vil bli basert på varmepumper og solenergi. Nedenfor er listet opp viktige forutsetninger som vil bli lagt til grunn for byggingen:

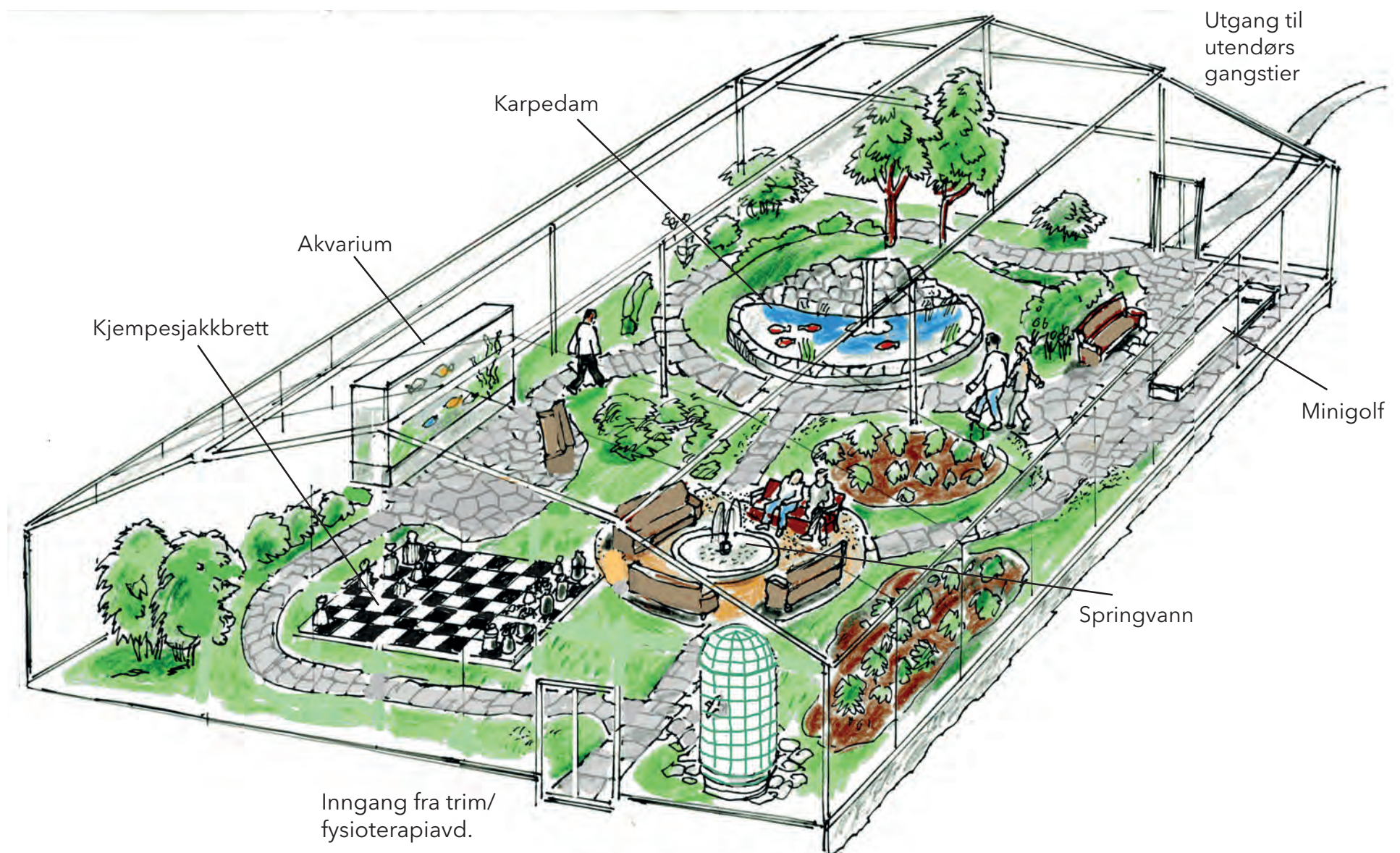
- Det tas natur og miljøhensyn ved valg av utbygningsområde.
- Vi reduserer varmetapet ved byggrelaterte tiltak som passivhusstandard.
- Det blir balansert ventilasjon med varmegjenvinning.
- Vi vil benytte varmepumper og solfangere, som monteres på takene til oppvarming av vannbåren gulvvarme og varmt vann.
- Vi skal produsere elektrisitet ved å legge solcellepaneler på alle sydvendte tak og utveksle/selge strøm til Energinet.
- Vi vil benytte energieffektivt utstyr og belysning.
- Det blir energistyring og måling. Målere for avlesning av strøm, varmt vann og kaldt vann vil bli montert i samtlige leiligheter og vil bli avlest automatisk hver måned. (Smarthus-konsept).
- Energistyringssystem blir installert i alle leilighetene.
- Brann- og innbruddsalarm blir installert i leilighetene og i senteret.



Når kveldsolen går ned og natten senker seg bruker vi den oppladede energien

Forslag til trenings- og sansehagen

Konsulent Ørnulf Uddås' skisse viser ytre, søndre del av aktivitets- og treningssenteret.



Tilgjengelig Friluftsliv

I forrige nummer fortalte vi om utbedringen av stien ned til Ommen. Et samarbeid mellom Stiftelsen Sofienlund og Oslofjordens Friluftsråd. Nå videreføres arbeidet.

Konsulent for friluftslivssaker i Oslofjordens Friluftsråd, Cathrine Restad-Hvalby, har overtatt arbeidet som Stiftelsen Sofienlunds kontaktperson etter Inger-Marie Juel Gulliksen.

Cathrine forteller at Oslofjordens Friluftsråd hadde skaffet midler for å gjøre Ommen til et mer tilgjengelig friområde gjennom flere kanaler. Akershus fylkeskommune har tidligere bidratt med støtte til nye trapper på stien ned til Ommen og kystledhyttene der.

Disse er sklisikret og har gjenleder slik at mennesker med nedsatt bevegelighet skal føle seg tryggere på veien ned den bratte fjellsiden. Flere steder ble det også supplert med et trinn eller to der stien er på det bratteste.

Tilgjengelig Friluftsliv

Tiltaket på Omsåsen er gjort i forbindelse med Interreg-prosjektet Tilgjengelig Friluftsliv, et samarbeid mellom kommuner og regioner i Norge og Sverige hvor hensikten er å gjøre stadig flere friluftsområder tilgjengelige for mennesker med nedsatt funksjonsevne.

Arbeidet på Omsåsen har denne gang bestått i å opparbeide en stor og flott platting hvor man har utsikt ut over Oslofjorden, en solid turvei som fører fra parkeringsplassen til utsiktspunktet og en oppgradering av parkeringsplassen, slik at området nå er tilrettelagt for rullestolbrukere og andre med nedsatt funksjonsevne.

Det gode samarbeidet med Stiftelsen Sofienlund har vært essensielt for å få til turveitraseen og den beste utsiktsplassen over fjorden da denne ligger delvis på stiftelsens grunn. I fremtiden kan vi se for oss flere turstier i området som er tilgjengelige for alle, sier Cathrine.

Dugnaden

Naturveileder i Oslofjordens Friluftsråd, Ståle Bratberg og Thor Bjørn Lie fra Stiftelsen

Sofienlund, har igjen gjort en kjempeinnsats med planlegging trefelling, anleggsarbeid og ikke minst bortrydning. Det er utrolig mange lass med kvist og grener er sjauet vekk.

Denne gangen har Ståle Bratberg og Thor Bjørn Lie hatt solid og maskinell spesialisthjelp fra anleggsgartnermester Torgeir Koteng i Hagespesialisten AS.

Torgeir Koteng fikk oppdraget fordi han hadde den beste ideen, både om hvor turløypen burde gå, og hvorledes det hele skulle kunne best utformes i terrenget. Nesodden kommune har villigst latt Koteng hente både store stener, fyllmasse og jord til dette arbeidet fra kommunalt depot.

Midler og arbeidskraft

Også dette tiltaket er gjennomført med midler fra Interreg-prosjektet, men Oslofjordens Friluftsråd har også fått svært viktige bidrag fra Akershus fylkeskommune til tilretteleggingen.

Oslofjordens Friluftsråd har i hovedsak lagt inn egeninnsats i form av arbeidstimer til planlegging og gjennomføring, men også noen egne midler.

Stiftelsen Sofienlund har dessuten bistått med utallige arbeidstimer.

Videre arbeid

I disse dager jobbes det med å få benker og skilte på plass. På sikt ønsker vi også å lage en grill- /bålplate ved utsiktsplassen, men dette har det ikke vært ressurser til i denne omgang.

Vi håper og tror at dette skal bli et populært turmål, for lokale og tilreisende, for dem som har behov for litt ekstra tilrettelegging og for alle som vil nyte den flotte utsikten.

Så alle som ønsker å se en vellykket turvei burde ta seg en tur fra parkeringsplassen og frem til benken på utsiktspunktet allerede nå i høst.

Panoramautsikten over Oslofjorden er fantastisk!



Torgeir Koteng i Hagespesialisten AS stiller med både bil og maskiner.



Slik så det ut mens arbeidet pågikk.



Så nydelig slynger stien seg gjennom landskapet.

Raskere tilbake

 Nærøy kommune www.naroy.kommune.no	 Brønnøy kommune www.bronnoy.kommune.no	 Ringebu kommune www.ringebu.kommune.no	 Herøy kommune www.heroy.kommune.no	 Nedre Eiker kommune www.nedre-eiker.kommune.no	 Ålesund kommune www.alesund.kommune.no	 VÅGÅ KOMMUNE www.vaga.kommune.no	 Flekkefjord kommune www.flekkefjord.kommune.no
 ULSTEIN KOMMUNE www.ulstein.kommune.no	 Vestvågøy kommune www.vestvagoy.kommune.no	 Hvaler kommune Psykiatritjenesten www.hvaler.kommune.no	 Volda kommune Kommunalteknisk avdeling www.volda.kommune.no	 Neset kommune www.neset.kommune.no	 GRAN KOMMUNE www.gran.kommune.no	 Tinn kommune www.tinn.kommune.no	 Lebesby kommune www.lebesby.kommune.no
 Rissa kommune www.rissa.kommune.no	 Våler kommune www.valer-of.kommune.no	 Sirdal kommune www.sirdal.kommune.no	 Rollag kommune www.rollag.kommune.no	 Nittedal kommune www.nittedal.kommune.no	 Lyngen kommune www.lyngen.kommune.no	 Hammerfest kommune www.hammerfest.kommune.no	 Sola kommune www.sola.kommune.no
 Lillehammer kommune www.lillehammer.kommune.no		 Kristiansund kommune I medvind uansett vær www.kristiansund.kommune.no		 Meråker kommune Sektor for skole, oppvekst og kultur www.meraker.kommune.no		 Sandefjord kommune www.sandefjord.kommune.no	
 Selbu kommune www.selbu.kommune.no		 Midtre Gauldal kommune www.midtre-gauldal.kommune.no		 Rana kommune www.rana.kommune.no		 Nesodden kommun www.nesodden.kommune.no	
 KRISTIANSAND KOMMUNE www.kristiansand.kommune.no		 Tysfjord kommune www.tysfjord.kommune.no		 Hamar kommune www.hamar.kommune.no		 Lunner kommune www.lunner.kommune.no	
				 NORE OG UVDAL KOMMUNE sentraladministrasjonen www.nore-og-uvdal.kommune.no		 Tvedestrand kommune www.tvedestrand.kommune.no	

Plages du med droppfot ? ... da kan **WalkAide®** hjelpe deg

WalkAide® er en høyteknologisk elektrostimulator som hjelper mange pasienter til å løfte foten under gange. WalkAide® er meget avansert og må ikke forveksles med andre elektrostimulatorer som er tilgjengelige for denne pasientgruppen.

Ny teknologi, basert på en programmerbar tiltsensor, gjør WalkAide® lett og betjene for deg som bruker.

Enkel elektrodeplassing

Ingen hælensor i skoene med WalkAide® kan du gå barbert !

Egnet også for barn



CYPROMED AS
CYBERNETIC PROSTHESES AND MEDICAL EQUIPMENT



WalkAide® er godkjent som et ortopedisk hjelpemiddel gjennom NAV. Be om brosjyre og nærmere opplysninger om dette produktet

Cypromed AS, Vikavegen 17, 2312 Ottestad. Tlf: 62 57 44 33 Fax: 62 57 44 34 E-mail: service@cypromed.no www.cypromed.no



INTERREG = Interregionalt samarbeid



Interreg er EUs program for å fremme sosial og økonomisk integrasjon over landegrensene gjennom regionalt samarbeid.

Programmet ble etablert i 1990 for å styrke samarbeidet mellom naboregioner som var delt av nasjonale grenser innenfor og på grensen av EU.

Norge har deltatt i Interreg-samarbeidet siden 1996. Inneværende programperiode strekker seg fram til og med 2013.

Syv prosjekter har fått Interreg støtte i Grenseløst samarbeid Sverige-Norge.

Deriblant: Tilgjengelig friluftsliv- naturlig lønnsomt for næringsliv og besøkende

Centrum Bil DA Nesvegen 2 B 4700 VENNESLA Tlf. 38 13 94 01	Stjørdal Taxi A/S Innherredsv. 63 B 7500 STJØRDAL Tlf. 74 83 75 00	 Elveg. 5, 1724 SARPSBORG Tlf. 69 15 51 33	Gaustad Transport AS Majorstuv. 17 0367 OSLO Tlf. 909 05 000	Madla Bil AS Revheimsv. 74 4043 HAFRSFJORD Tlf. 979 63 883	Din lokale samarbeidspartner innen regnskap, lønn og annen økonomisk rådgivning REGNSKAP AS Tlf. 69 33 91 00 • www.axepta.no	Plassen MC & Racing AS 3421 LIERSKOGEN Tlf. 32 84 66 76	RSA Bil Skøyen Drammensv. 130 0277 OSLO Tlf. 22 54 24 50
 Vågsgrøvdv 6 4306 SANDNES Tlf. 51 66 00 27	Saint-Gobain Bøckmann AS Divisjon Autover og Glass 1602 FREDRIKSTAD Tlf. 69 31 88 70	 Bilia Personbil as Bilia Risløkka Økernv. 115, 0579 OSLO Tlf. 22 88 25 00	Nogva Motorfabrikk A/S 6280 SØVIK Tlf. 70 20 84 00	Rørros Aut. Trafikkskole Gymbygget, BM Mullersv 10 7374 RØROS Tlf. 72 41 12 64	 Fred Olsens g 2 0152 OSLO Tlf. 22 34 10 00	Kirkestuen Transport 2686 LOM Tlf. 61 21 99 80 Mobil 916 78 400	Tvemo Transport DA Nannestadv. 1 2034 HOLTER Tlf. 975 79 001
 Ryghgata 6 3050 MJØNDALEN Tlf. 32 23 68 80	Bergmann Diagnostika AS Jogstadv 21 2007 KJELLER Tlf. 63 83 57 50	Stiftelsen Trasoppklinikken Trasoppterr. 25 0672 OSLO Tlf. 23 34 82 00	Orkdal Trafikkskole AS Franslykkja 7 7300 ORKANGER Tlf. 72 48 13 07	 BUSKERUD TEKNISK Buskerudveien 217 3007 DRAMMEN Tlf. 32 80 93 93	H. Lunde Autoverksted 2266 ARNEBERG Tlf. 62 95 32 83	Østo Ortopedisenter AS Gartnerv 10 2312 OTTESTAD Tlf. 62 57 39 00	Ødegården Transport ANS 3626 ROLLAG Tlf. 416 35 092
Arendal Dyreklinikk Centralg 12 4836 ARENDAL Tlf. 37 02 48 05	 Tomterv 41 1408 KROKSTAD Tlf. 64 86 31 03	Karl Botolfsen VVS AS Fygleveien 53 8370 LEKNES Tlf. 76 08 05 50	Hitra videregående skole 7240 HITRA Tlf. 72 44 20 30	Haugaland Transportskole AS Kvaløygata 3 5537 HAUGESUND Tlf. 52 70 87 90	 Samferdselsavdelinga 6863 LEIKANGER Tlf. 57 65 61 00	 Kvålsetunet 1 7039 TRONDHEIM Tlf. 930 00 582	Reisa Trafikkskole AS Kirkevegen 2 9151 STORSLETT Tlf. 77 76 50 38
 Kjeppestadv 30, 1400 SKI Tlf. 64 91 35 00	Biltra Askim Haugomg 4 1811 ASKIM Tlf. 69 88 84 00	Østlandske Vindu AS Brandalvegen 851 2219 BRANDVAL Tlf. 62 80 88 90	 Industriv 2 9062 FURUFLATEN Tlf. 77 71 11 70	Sigdal Kjøkken 3358 NEDRE EGGEDAL Tlf. 32 71 40 00	Fræna videregående skole 6440 ELNESVÅGEN Tlf. 71 26 64 00	 7084 MELHUS Tlf. 72 87 03 89	Midtre Gauldal ASVO AS Rådhuset 7290 STØREN Tlf. 72 40 30 00
KinoCity - Drammen kino Bragernes Torg 2 A 3017 DRAMMEN Tlf. 32 21 78 60	Medema Easytravel AS Flyporten 2060 GARDERMOEN Tlf. 64 82 17 60	 Auto Transport Service AS Lierterminalen, 3400 LIER Tlf. 32 24 25 50	Løken Bil og Bremseservice Holterveien 8 1440 DRØBAK Tlf. 64 93 00 23	 Nestby, 8250 ROGNAN Tlf. 75 69 10 03	Høyanger Bil A/S Einar Ramslis g 29 5900 HØYANGER Tlf. 57 71 32 77	Friis Arkitekter AS Stasjonsvegen 7 3630 RØDBERG Tlf. 32 74 15 94	Berghagan Bil AS Håndverksv. 2 1405 LANGHUS Tlf. 64 86 64 77
Haglebu Camping 3359 EGGEDAL Tlf. 32 71 33 23	 Plan og Trafikk 1302 SANDVIKA Tlf. 67 81 70 00	Opplæringskontoret for Bilfag AS Sunnlandsv 2 7032 TRONDHEIM Tlf. 73 96 95 50	Jessheim videregående skole Ringv. 50 2050 JESSHEIM Tlf. 63 92 78 00	ANONYM STØTTE	Advokat Jon Reidar Aae Orkedalsv 53 7300 ORKANGER Tlf. 72 48 79 90	 Tlf. 32 13 11 34 www.bil-demontering.no	 avd. Aust-Agder Åsbyevein 14 4848 ARENDAL Tlf. 37 02 00 02 www.naf.no
Din Kjøreskole AS Tordenskioldsg 22 3044 DRAMMEN Tlf. 32 89 50 90	 7890 NAMSSKOGEN Tlf. 74 33 44 74	B. Stensaker Transport AS Strandg 6 6300 ÅNDALSNES Tlf. 71 22 20 22	Autolakk A/S Årvoldskogen 41 1529 MOSS Tlf. 69 26 28 50	Willys Trafikkskole AS Andebuv 74, 3170 SEM Tlf. 33 31 14 57			
 Kjøpmannsgata 3 7500 STJØRDAL Tlf. 74 80 63 13	Norsk Motorcykel Union Skoggata 5, 1502 MOSS Tlf. 908 37 374	 et selskap i Torghallen-konsernet Lerkendalvegen 2, 7600 LEVANGER Tlf. 47 91 30 00		MANAGING RISK Veritasv 1, 1322 HØVIK - Tlf. 67 57 99 00 www.dnv.com		SKL Energi til utvikling 5401 STORD Tlf. 53 49 60 00	
 Kometveien 7, 6419 MOLDE Tlf. 71 24 91 60		DINTOTALLEVERANDØR * Kontormøbler * Kontorrekvisita * Kontormaskiner Musikk * Gull og ur * Bok og papir G.Hagen AS - Kirkegata 2, 9613 Hammerfest * Tlf. 78 42 70 00 - www.g.hagen.no					
 Waldemar Thranesg 98 B, 0175 OSLO Tlf. 23 23 47 50 - www.lastogbuss.no		 TOYOTA Toyota Norge AS 3002 DRAMMEN - Tlf. 32 20 50 00 www.toyota.no					
 www.moller.no Møller Bil - Minde Kanalv. 3, 5068 BERGEN Tlf. 24 03 13 00		 Tlf. 02 222 BUSKERUD Vikersund.....Tlf. 995 42 803 NORDLAND Mo i Rana.....Tlf. 75 13 22 22 TELEMARK Kragereø Bjørkjærs Auto ANS....Tlf. 913 17 373					
				Timebestilling 69 30 00 10		 NOF ORTOPEDISK KLINIKK Lege, spes. Ortopedi Spesialtilsydde/tilpassede sko Alle typer hjelpemidler Innleggssåler Støttebandasjer Ben- og fotproteser www.nof-as.no	

Selv om Norges Handikapforbund er en arbeidsplass som gjerne holder lenge på medarbeiderne sine, er det mange som ikke har hatt noen annen sjef i organisasjonen enn Lars Ødegård. Og både i og utenfor organisasjonen er det mange som først og fremst forbinder Handikapforbundet med ham. Derfor

gisk, politisk, økonomisk, forretningsmessig og administrativ art. NHF's og generalsekretærens behov vil avgjøre hvor jeg retter blikket og hva jeg skal gripe fatt på i fremtiden.

Avslutningsfesten

Latter og store ord satt løst da Norges Handikapforbund invi-

tivet i handikappolitikken

- Ting skjer fordi folk som deg når fram til sånne som meg på en måte som også treffer følelsene, sa statssekretær Kjell Erik Øie i Helse- og omsorgsdepartementet.

da det ble kjent at han som advokat hadde tatt oppdraget med å forsvare terroristen Anders Behring Breivik. Lippestad mente det illustrerer Ødegårds dype forståelse av rettsstatens prinsipper om at alle mennesker har rettigheter og verd.

Da Lars Ødegård takket, viste han til at det kan være sunt og nødvendig for Norges Handikapforbund at andre slipper til. Han forsikret samtidig at han vil videreføre engasjementet sitt, men da med "litt lengre rundetider" enn før.

Et vemodig og verdig punktum for Lars Ødegård

Generalsekretær Lars Ødegård har fått klar beskjed om å gi seg. Ordren kom ikke fra noen i Handikapforbundet, men fra fastlegen

ble hans fratredelse mottatt med både forundring og beklagelse av de ansatte.

Lang fartstid

Lars Ødegård har vært medlem i Handikapforbundet i 40 år. Han fikk sitt første verv i 1973, som første varamann til fylkesstyret i Oslo. Allerede som 19-åring ble han ansatt i NHF, eller nærmere bestemt Oslo og Akershus krets av Norges Vanførelag.

Siden har han blitt værende i bevegelsen, som distriktssekretær, fylkessekretær, kontorsjef ved Oslokontoret og forbundsleder. I 1995 ble han generalsekretær.

Spesialrådgiver

Jeg er veldig glad for at jeg hadde vett til å gi meg mens NHF fortsatt ønsker mine tjenester videre, sier Lars Ødegård. Min fremtidige rolle som spesialrådgiver må jo gå seg til underveis, men jeg tenker at jeg kan bli en slags forbundspotet. En som generalsekretæren kan bruke til det meste, både av ideolo-

terte til en avslutningsmarkering for sin høyt profilerte generalsekretær gjennom 17 år. Salen på Radisson Blue Plaza Hotel i Oslo var full av kolleger, venner, familie, samfunnstopper og samarbeidspartnere fra ulike arenaer hvor Lars Ødegård har vært engasjert.

Mange av talerne var inne på noe av det samme:

Lars Ødegårds store betydning for å løfte funksjonshemming fra å handle primært om helse, pleie og rehabilitering til å handle om diskriminering og kamp for likestilling.

Mange pekte på at han personlig har en stor del av æren for at dette i dag er den dominerende forståelsen av funksjonshemming i norsk offentlighet.

Stor betydning

Forbundsleder Arne Lein understreket i sin tale den store betydningen Lars Ødegård har hatt for å innføre samfunnsperspek-

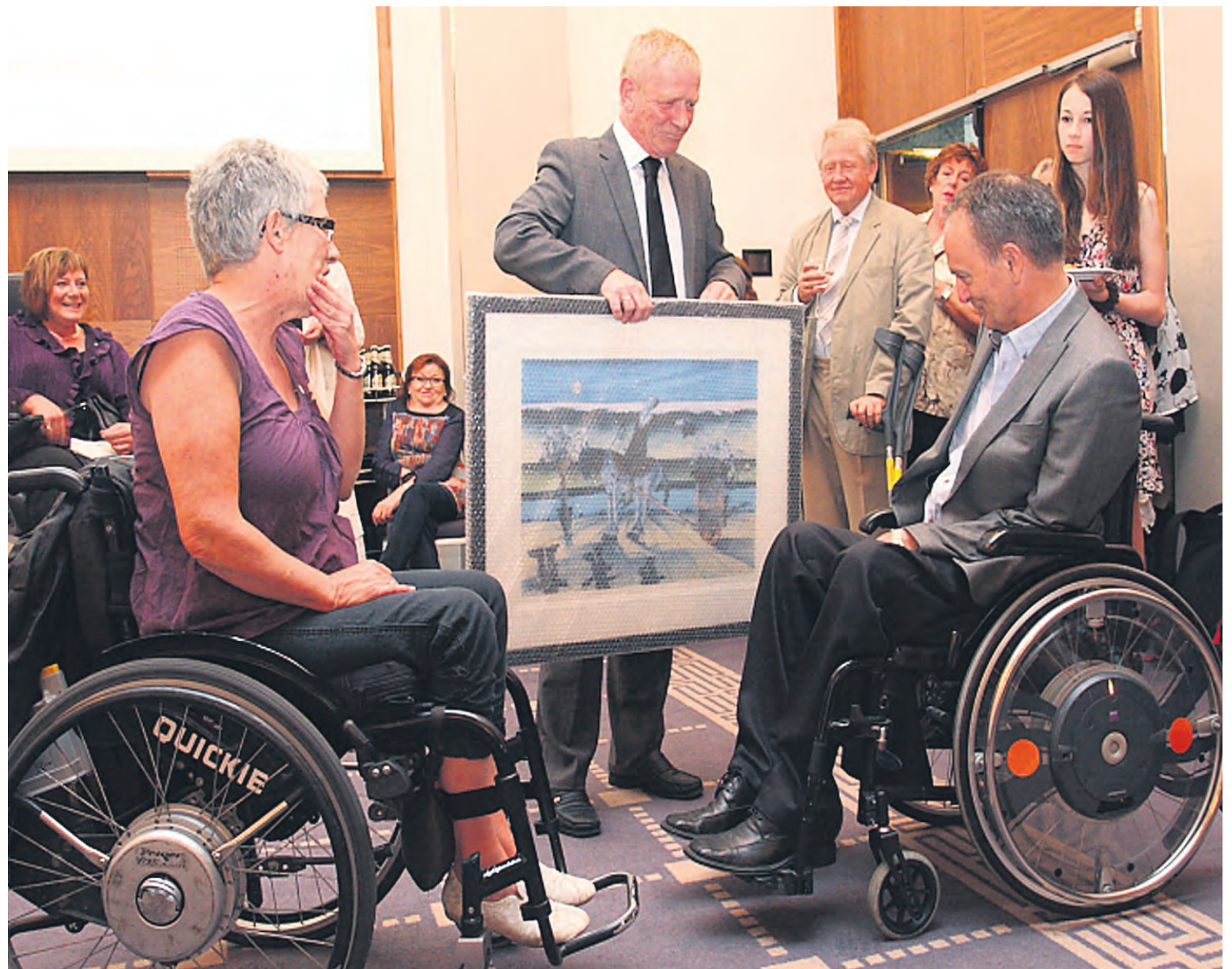
Generalsekretær Liv Arum i Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon understreket at hun har vært enig med Lars Ødegård om det meste. De gangene de har kranglet, har det stort sett dreid seg om hvordan man bygger paraplyer i organisasjonslivet.

Nestleder i styret for Uloba, Jan Kåre Stura, hilste med et ønske om enda mer samarbeid i fremtiden.

Stortingsrepresentant Tove Linea Brandvik snakket om hvordan Lars Ødegård har gått foran og beredt veien for mange.

- Da du møtte på Stortinget første gang, måtte du bæres inn. Da jeg kom, var nasjonalforsamlingen tilrettelagt, sa hun.

Geir Lippestad ble kjent med Lars Ødegård fra sin tid som generalsekretær i Hørselshemmedes Landsforbund. Han fortalte at Lars var blant de første som meldte seg med en hilsen



Regionleder i NHF Sørvest, Anne-Berit Kolås, og forbundsleder Arne Lein, overrekker Lars Ødegård bildet "budbringer" av kunstneren Jan Baker som en gave fra sentralstyret og samtlige regioner i Handikapforbundet.