

# Rehabilitering

UTGITT AV STIFTELSEN SOFIENLUND OG SOFIENLUNDS VENNER

NR. 3 2016 20. ÅRGANG

**SOFIENLUND**  
FOR REHABILITERING OG VITALISERING AV MENNESKER

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

Allerede i 1986 fikk Bente og Thor Bjørn Lie idéen om å bygge et rehabiliteringssenter og registrerte i 1991 Stiftelsen Sofienlund.

Stiftelsen Sofienlund planla og bygget CatoSenteret med Thor Bjørn Lie som byggherre.

CatoSenteret ble bygget med midler fra stiftelsens eget lotteri, innsamlede gaver, samt et Husbanklån gitt med pant i eiendommen Sofienlund. CatoSenteret åpnet juni 1998.

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

Ved Husbankens frigivelse av pantet i Sofienlund, er stiftelsen nå i gang med planleggings- og reguleringsarbeid for et nytt aktivitets-, behandlings og treningssenter med selveierleiligheter og omsorgsboliger for seniorer på Sofienlund, Fjellstrand, Nesodden.

Stiftelsen Sofienlunds styre:  
Erling Lauritzsen  
Styreleder

Thor Bjørn Lie  
Daglig leder

Truls Thv. Falkenberg  
Styremedlem

Tore Henning Larsen  
Styremedlem

## CatoSenterets Atriehage er åpnet



Atriet var fylt til randen av inviterte gjester, brukere og ansatte. Så det var en stor og lydhør forsamling som klappet inn dagens hovedtaler.

En synlig stolt direktør, Finn Berset, sa det var kjekt at så mange ville være med å feire denne dagen. For det er stas å feire milepæler! Denne hagen er både veldig konkret og er blitt et viktig symbol for CatoSenteret, både i dag og i mange år fremover. Ja, atriehagen har blitt et lys i hverdagen. Takk til alle dere som har bidratt.

Dagen var preget av hygge, gode taler, musikk og dans. Kongelig Norske Marines Musikkorps Messingensemble

holdt en forrykende konsert med flott musikk og godt humør.

De var et korps som kunne få oss til å danse og nynne med.

**Sprek dans av «Aces Crew»**  
Så ble sansehagen «danset inn» av barn og ungdom fra dansegruppen "Aces Crew" ved Drøbak danseskole. De vartet opp med sprek og spennig dans.

Alle er elever ved dansestudioet vårt og vi har instruert dem og terpet og terpet. Alle har jobbet hardt og de imponerte med å gjennomføre programmet helt feilfritt, sa lederen, som la til at de også hadde med seg noen gjestedansere, og hun

ville takke alle som klappet og heiet på dem. Å danse her i dag var utrolig gøy!

Brukerne Martin Dahl, Kari Sangro Olestad og Oda Kokslien fikk sammen æren av å klippe over snoren. Tydelig stolte og glade var både de og et begeistret publikum.

Til slutt fikk alle fremmøtte smake på kjøkkenets bakervarer, som sammen med alkoholfritt drikke i smale jubileumsglass gikk ned på høykant.

Stiftelsen Sofienlund deltok på denne merkedagen med Thor Bjørn Lie i spissen. Mannen som hadde ideen, var byggherreansvarlig og skaffet på ulike

måter økonomien for å få CatoSenteret bygget og drevet.

Tore Henning Larsen, Erling Lauritzsen og Truls Thv. Falkenberg har vært med i arbeidet for å styrke rehabiliteringsarbeidet i mange år.

Truls er som vår representant i CatoSenterets styre.

Alle fotos fra CatoSenteret:  
Tore Henning Larsen



**S**om jeg har skrevet inne i avisen er jeg imponert over hva man har fått til i Son, både når det gjelder utformingen av Atriehagen og hvor vellykket dagen ble. Atriehagen vil være til uvurderlig nytte for både brukere og ansatte i en lang fremtid.

#### Rett mann på rett plass

Igjen smerter det meg når jeg opplever at feil mann får æren for «Mulighetenes senter». Allerede i 1988 ble jeg, som nyansatt generalsekretær Landsforeningen for Trafikkskadde LTN, sammen med Tom Eitvet innvitert av Thor Bjørn til Nesodden. Han ønsket et tett samarbeid med Landsforeningen for Trafikkskadde. For foreninghen hadde siden starten i 1984 arbeidet hardt for et bedre rehabiliteringstilbud for trafikkskadde.



*Erling Lauritzen*

Både Tom Eitvet og jeg kunne bekrefte at det var et skrikende behov for et slikt senter, og at LTN ville være med i Rådgivnings- og brukergruppen, samt delta i prosjektet med markedsføring og inntektsgivende arrangementer. Hele foreningen med landsstyre, fylkes- og lokallag ble engasjert.

I 1988 hadde siv.ing. Thor Bjørn Lie tatt ett års permisjon fra sin lederstilling i Oslo Lysverker for å kunne arbeide 100 prosent med prosjektet Sofienlund Helse- og Rehabiliteringssenter. Senteret var ferdig prosjektert, tegnet, laget en modell av og det var innhentet tilbud fra entreprenører.

#### Gründerne i Nesoddtangen Trim & Svøm

Bakgrunnen var denne. Han og hans kone, Bente, var begge idrettsinstruktører. Så da de bygget hus

på Nesodden var ønsket om å drive aktiv trening sammen med andre idrettsinteresserte så stort, at huset etter hvert ble påbygget med svømmehall og treningslokaler. Nesoddtangen Trim & Svøm var skapt og åpnet i 1981.

Begge ønsket at treningssenteret skulle bli et populært tiltak for aktive idrettsutøvere. Det ble det også, men i mindre grad enn de hadde tenkt seg. For blant alle de aktive dukket det stadig opp flere trafikkskadde, revmatikere, hjerteopererte, amputerte og andre med kroniske sykdommer eller plager. Snart var halvparten av trenende, folk som trengte rehabilitering i en eller annen form.

#### Forbausende resultater

Denne utviklingen kom som et sjokk på oss, sier Thor Bjørn Lie. Bente og jeg hadde tenkt å drive egentrening og hjelpe trenende til en formforbedring, og de utrenede til å bli glad i sin egen kropp. I stedet måtte vi opptre som "terapeuter" og hjelpere. Noe engstelige ble vi også, for vi hadde ingen medisinsk kompetanse. Hva kunne for eksempel skje med hjerteopererte som begynte å trene aktivt igjen, spurte vi oss selv. Eller ville "funksjonsfriske" og funksjonshemmede trives sammen?

#### Tre blide herrer samlet før åpningen av Atriehagen.

Til venstre står gründer og byggherreansvarlig for CatoSenteret Thor Bjørn Lie. I midten står ordfører Tom Anders Ludvigsen, som i sin tid - gjennom sin stilling som senterleder for Moss City - var en av våre første hjelpere til å selge BilPlusLodd. Nå er han en fremgangsrik ordfører og stolt over at CatoSenteret ligger i Vestby kommune. Til høyre står jubilerende direktør Finn Berset, forventningsfull og spent før åpningen av senterets store nyvinning - Atriehagen!



**SOFIENLUND**  
FOR REHABILITERING OG VITALISERING AV MENNESKER

**Utgiver:**  
Stiftelsen Sofienlund,  
Ommenveien 18  
1458 Fjellstrand

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

**Design:**  
Knut T. Frøyhaug,

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

**Trykk:**  
Orkla Trykk AS  
Opplag: 9.000

**Redaksjonen avsluttet**  
17.09.2016

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

**Stiftelsen Sofienlunds styre:**  
Arbeidende styreformann  
Erling Lauritzen  
Daglig leder  
Thor Bjørn Lie

**Styremedlemmer**  
Truls Thv. Falkenberg  
Tore Henning Larsen

**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  
Minnefond  
Bankgiro: 8380 40 09941



Heldigvis var de fleste av våre bekymringer helt grunnløse. Vi kunne med glede konstatere at folk ble bedre, ja faktisk mye bedre, gjennom systematisk opptrening – med treningsprogram som var lagt opp for den enkelte, i samarbeide med deres egen lege og fysioterapeut.

Hvis trening hos oss på Nesoddtangen Trim & Swim kunne gi slike gode resultater, hvorfor satset ikke Norge da på mer rehabilitering? Slike, og mange andre spørsmål om helse-Norge, stilte vi oss stadig.

### **Rehabilitering i andre land**

Men nå var vår nysgjerrighet vakt, og vi fant etter hvert ut at det var svært få som visste særlig mye om rehabilitering i Norge, bortsett fra Sunnaas sykehus som er internasjonalt kjent. Derfor brukte Bente og jeg feriene våre til å besøke rehabiliteringssentra i andre land. Vi dro bl.a. til det tidligere Jugoslavia, Vest-Tyskland og USA. Ja, over 100 sentra ble besøkt.

Konklusjonen var enkel: På området rehabilitering var det virkelig mange utfordringer. Vårt neste spørsmål ble: Hva kunne Bente og jeg gjøre med dette?

### **Sofienlund**

Svaret ga seg selv da vi i 1986 fikk en henvendelse fra en tidligere ansatt i teknisk etat i Nesodden kommune. Han kjente til vår aktive holdning for bedre rehabilitering, og vårt ønske om å kunne gjøre noe mer på dette området.

Han fortalte at eiendommen Sofienlund på 110 mål, beliggende Fjellstrand skulle selges av Jacobs menighetspleie i Oslo. Tomten var regulert til bruk for en institusjon eller offentlig formål. Eiendommen lå fire kilometer syd for Sunnaas sykehus og har samme praktfulle utsikt.

Vi dro straks dit på befaring, og fant en praktfull utsiktstomt på 110 mål, som var utmerket egnet til det formålet. Kort fortalt: Bente og jeg fikk låne penger mot pant i vårt hus og trimsenteret og vi kjøpte tomten. Prosjekt Sofienlund helse- og rehabiliteringssenter hadde startet.

### **Mange hjelpere**

Bak senteret står det etter hvert utrolig mange mennesker. Først Thor Bjørn og Bente Lie, som hadde ideen, så de som var med dem og utformet planene. I prosjekteringsgruppen fikk de med seg ing. Terje Hansen, VVS Design AS, siv.ing. Ivar Vamnes, dr.techn. Olav Olsen ASTBL Eiendom AS, overing. Birger Rogndokken, VeVa Plan AS og arkitekt Asmund Haugen, Tegnebua.

De opprettet en i rådgivnings- og brukergruppe som bestod av Magnus Robberstad, overlege i nevrologi og fysikalsk medisin, Jan A. Pahle, overlege ved Oslo Sanitetsforenings Revmatismesykehus, Tom Eitvet og Erling Lauritzsen i Landsforeningen for Trafikkskadde LTN, Gerd Myrberg fra Akershus Fylkeslag av Norsk Revmatiker Forbund, Tore Henning Larsen, siviløkonom, Morten Hurum, advokat, Kristin Opstad fra Nesodden Revmatikerforening, Anne Grete Jensen fra Norsk Fibrositt Forbund, Cato Zahl Pedersen fra Akershus Handicapidrettskrets og Ada Schie fra Nesodden Fibrosittforening. Tilsammen mange organisasjoner og enkeltmennesker var invitert med til å planlegge og arbeide for et helse og rehabiliteringssenter for rehabilitering av ulykkesskadde og kronisk syke.

Vi skal i en senere avis komme tilbake til alle kampene Stiftelsen Sofienlund har måttet kjempe.

### **Til Son**

Full fart ble det først da Stiftelsen Sofienlund bestemte seg for kjøp av tomt og bygging i Son.

For gründer og opphavsmann til rehabiliteringssenteret er Thor Bjørn Lie. Han ble også ansatt som byggherreansvarlig, og på de forskjelligste måter, og med enorm innsats klarte han, år etter år, å skaffe tilveie økonomien som gjorde at Stiftelsen Sofienlund kunne holde senteret gående.

### **Økonomi**

Det ble bl.a. gjort mulig ved hjelp av et byggelån i Husbanken på 78 millioner og et sideordnet lån i DNB, samt innsamlinger, små og store gaver og – sist, men ikke minst – store inntekter fra BilPluss Lotteriet. Ja, totalt er 49 millioner overført fra Stiftelsen Sofienlund til CatoSenteret.

### **Rehabilitering av eldre**

Det tok lang tid før CatoSenteret kunne «stå på egne ben». Først i 2011 fikk Stiftelsen Sofienlund frigitt byggelånet på 78 millioner fra Husbanken, og først da kunne vi begynne planlegging av et rehabiliteringssenter for eldre og boliger på egen eiendom. Mitt inderlige håp er at Nesodden kommune snart vil la oss få bygge.

### **Sofienlundprosjektet**

Stiftelsen Sofienlund i full gang med Sofienlundprosjektet på Nesodden og har engasjert BAS arkitekter AS og Rambøll Norge AS til å bistå med reguleringsarbeidene for Stiftelsen Sofienlunds 110 mål store eiendom og prosjektering av et Vitaliserings- og rehabiliteringssenter samt selveierleiligheter for eldre.

For å få til et vellykket senter på Nesodden vil vi bygge videre på de verdifulle erfaringene som er opparbeidet på CatoSenteret gjennom 18 års drift. Dette gjelder praktisk drift, logistikk, plassering av treningsfasiliteter, behandling, basseng, brukerrum, kantine etc.

Det er viktig at det etableres en felles plattform til beste for begge stiftelsene. Det gjelder samarbeid, erfaring og utvikling.

For tiden pågår det flere viktige utviklingsprosesser som i stor grad vil berøre rehabiliteringsfeltet i årene fremover.

\* Kvinnslandutvalget

\* Utviklingsplan for Habilitering/Rehabilitering i Helse Sør Øst.

\* Nasjonal plan for Habilitering/Rehabilitering.

Kvinnslandutvalget skal legge fram sin tilråding (NOU) allerede innen 1. desember 2016.

Det som allerede nå synes å se dagens lys er at kommunene vil få ansvar for all rehabilitering av det som det er/blir mye av, for eksempel slagpasienter. Det vil medføre at nye rehabiliteringsenheter må etableres i kommunene eller en rehabiliteringsenhet for flere samarbeidende kommuner. Målsettingen er å få behandlingstiden på sykehusene ned og dagens rehabiliteringsenheter redusert.

Målsettingen er også at antall av dagens opptreningsentre og rehabiliteringssentre skal reduseres. Utredningsprosessene, som nå foregår, kan føre til store forandringer i forhold til hvorledes Habilitering/Rehabilitering drives i dag.



CatoSenteret har helt siden oppstarten i 1998 ønsket å tilrettelegge og bruke uteområdene på en bedre måte, forteller kvalitets- og utviklingskoordinator Hege Bruun-Hanssen. Planene skjøt fart da senteret inngikk et samarbeid med hagedesigner Darren Saines, om å oppgradere ca. 800 kvadratmeter av utearealene til en funksjonell og vakker atriehage med flere bruksområder. Dette arealet besto tidligere bare av en sliten plen med litt beplantning og utemøbler.

CatoSenteret ligger på toppen av et høydedrag i et boligfelt og har dermed gode solforhold og utsikt. Tomten er variert med litt skog og ulendt terreng, et par

lignende prosjekt da Sunnaas sykehus fikk oppgradert sin store, men akk så triste takterrasse med betongheller til et flerfunksjonelt og grønt uteområde i 2012.

CatoSenteret kunne sette inn én million kroner i egenandel, og søkte bidrag fra ulike fond og legater. Men likevel ville prosjektet ikke latt seg realisere uten betydelige bidrag fra sponsorer. Vi fikk med oss flere samarbeidspartnere. Både fra byggebransjen og andre bransjer, sier Bruun-Hanssen.

Det er mange hensyn å ta i et prosjekt som dette, når vi skal transformere et trist uteareal til en hage som også skal ha en viktig funksjon i behandlingssammenheng. Men det gjør det ekstra spennende og givende å jobbe med, sier Darren Saines, som innrømmer at arbeidet har vært krevende, også fordi mye av innsatsen har vært dugnadsbasert.

I atriehagen til CatoSenteret har han anlagt ulike vannområder, sansehage, en rekke ulike planter og plantekombinasjoner og brukt nye og spennende materialer. Det er også tegnet inn pergola og flere ulike soner hvor det både går an å slappe av og drive aktiviteter.

#### Skal dekke mange behov

Ifølge CatoSenterets prosjektleder var ønsket for atriehagen at det skulle dekke følgende behov:

1. Behov for å gjennomføre trening utenfor treningssal: Det

å kunne gå ute på forskjellig underlag, skråbakke og trapper i atriehagen vil kunne gi verdifullt supplement til innendørs trening. Varmekabler under gangstiene, slik at de kan brukes store deler av året. Det er satt av plass til utendørs treningsapparater, bordtennisbord, gangbane og annet.

2. Behov for et sted hvor man kan være stille: Et område hvor man kan reflektere, finne roen, ha gode samtaler og sosial hygiene. Atriet ligger mellom sovefloeyene og blir pr. i dag nesten ikke benyttet. Området er skjermmet for innsyn og vær.

3. Behov for områder til restitution og hvile: Det er få steder for de rundt 30 dagbrukerne hvor de kan sette seg ned og hvile mellom treningsøktene/samtalene. En hage med ulike sittegrupper og beskyttelse for nedbør og

vind vil kunne gi dette store deler av året.

4. Behov for steder å kunne samles sosialt: Det er mange brukere på senteret til enhver tid og ikke nok stuearealer inne. Sittegrupper, beplantning, vannspeil, utekjøkken/grill, beskyttelse for nedbør, varmelamper og gjennomtenkt utendørs belysning vil kunne gi gode rom for sosialt samvær mange måneder i året.

5. Behov for noe pent å se på: Atriet var et trist skue og eneste utsikt for alle brukerrommene som vender inn mot dette. Samtidig er det mye innsyn i rommene. Utbygging av atriehagen måtte ta hensyn til dette og vil gi skjerming mot innsyn og utsikt til å nyte med bruk av ulike planter, trær og belysning.

# CatoSenterets Atriehage

store plener, en ballbinge og en bålhytte. Uteområdene ble ikke optimalt utnyttet med tanke på rehabilitering, trening og restitution. En oppgradering av utearealet kunne gi CatoSenteret et lenge etterlengtet uterom for sosiale samlinger og ulike behandlinger i friskluft, i tillegg til friluftsliv som vi allerede bruker mye i behandlingen vår, sier Bruun-Hanssen.

#### Inspirert av Sunnaas

Darren Saines utformet planen for uteområdet som skulle oppgraderes. Han hadde gjort et





CatoSenterets atriehage åpnet 24. august 2016, og det var en synlig stolt direktør Finn Berset som åpnet med å si at det var kjekt at så mange ville være med å feire denne dagen - for det er stas å feire milepæler!

Sist, men ikke minst takket han sponsorene som gjennom sine sjenerøse bidrag hadde gjort prioritering av akkurat dette prosjektet mulig, og for at de hadde sørget for en enestående kvalitet på arbeidet. Han viste til den

- Til slutt benyttet Finn Berset anledningen til å fortelle en historie som bygger opp under visjonen om å være «Mulighetenes senter».

En bruker oppsøkte ham nylig for å fortelle om sine erfaringer med CatoSenteret og si noe om sine planer for fremtiden. Hun var til rehabilitering ved CatoSenteret i fjor og kom da i rullestol. Nå kom hun ham i møte gående!

Hun ønsket å fortelle ham at det er «de enestående folka her» som hun kan takke for resultatet. Hun fortalte at alle ansatte var veldig engasjerte, faglig dyktige, og interesserte i å hjelpe den enkelte bruker - hver dag. De var kreative og dyktige motivatorer, og så er jo CatoSenteret et fantastisk sted, med fin beliggenhet og gode fasiliteter.

Hun hadde et besøk i Femundsmarka som sitt første mål. For hun ønsket å få høre suset fra skogen, kjenne på luktene og høre på bekkesildret igjen. Nå hadde hun justert målene sine. Hun ville til topps på Galdhøpiggen. Og hun ville ha med seg flere, også media, for «å vise frem» CatoSenteret for hele Norge!

Slike historier gjør alltid sterkt inntrykk på meg - og er selvsagt utrolig motiverende. Så får vi se hva det blir av planene med Galdhøpiggen, sa Berset.

- Men det var selvsagt ikke poenget med å fortelle denne historien. Det jeg vil ha frem er hva vi alle er med på. Vi åpner et lite stykke "Femundsmark her"

hos oss i dag. Et sted for ro og ettertanke - et sted for å kunne kjenne på følelser og stimulere alle sanser - for aktivitet og trening. Dere er med på å legge til rette for at mange kan "ta det første steget" på vei mot å realisere "hårete mål". For den enkelte bruker, medarbeider og for CatoSenteret. Det er det denne dagen dreier seg om!

- Derfor - nok en gang. Takk til alle dere som har bidratt. Denne hagen er både veldig konkret og samtidig et viktig symbol for CatoSenteret, både i dag og i mange år fremover! Og takk til brukeren som lot meg bruke hennes historie i dag. Hun bad meg samtidig understreke den positive opplevelsen både hun og mange andre fikk ved å være med å plante i hagen. Og betydningen av at brukerne blir med på vedlikeholdet. Få stikke seg på noen planter, kanskje til og med dyrke noe spiselig her ute.

- Så vi kan vel konkludere med at **«DET ER FEST I BAKHAGEN TIL CATOSENTERET I DAG»**, sa Finn Berset, takket for oppmerksomheten og lovet forsamlingen at senteret har flere planer for fremtiden. Så det er bare å glede seg....

*Her står CatoSenterets gründer i munter samtale med hagedesigner Darren Saines. Emnet er utbyggingen av Sofienlund og våre planer for en innebygget sanseshage.*

# CatoSenterets Atriehage - Et lys i hverdagen!

**C**atoSenterets atriehage åpnet 24. august 2016, og det var en synlig stolt direktør Finn Berset som åpnet med å si at det var kjekt at så mange ville være med å feire denne dagen - for det er stas å feire milepæler!

CatoSenteret er bygget og drives ikke festtaler, men av hardt arbeid og systematisk utvikling over tid, sa Finn Berset. I tillegg til brukere og medarbeidere fremhevet han noen sentrale personer og institusjoner som har vært spesielt viktige for senteret: Som Helse-Sør Øst, ordningen Raskere Tilbake og NAV til stede.

- Alle oppdragsgivere som er helt avgjørende for at vi kan holde på med det vi er mest opptatt av - nemlig tverrfaglig medisinsk og arbeidsrettet rehabilitering der deltagelse står helt sentralt. Han sa at Virke Rehab også har vært en særlig viktig støttespiller for utvikling av rehabiliteringsfeltet.

Blant mange ønsket han spesielt Vestby kommunes ordfører og styret i Stiftelsen Sofienlund velkommen. Cato Zahl Pedersen ble takket for at han ga navnet sitt til senteret og som en inspirator og motivator.

fine plaketten der alle sponsorenes navn og logoer var plassert.

CatoSenteret er en ideell stiftelse, sa Berset, som etter en trang og vanskelig fødsel, en kronglet barndom og oppvekst, nå står godt på egne ben og kan planlegge for fremtiden. Så nevnte han bakhagen. Først for 2-3 år siden ble det realistisk å se på utviklingen av disse 800 m2 som hagen faktisk representerer. Han fortalte at han siden fredag 15. februar 2015, hadde han hatt et oppslag fra Moss Avis hengende på kontorveggen. Det sto:

**Trenger 4 mill til hage". Ingen fest over bakhagen på CatoSenteret. Inviterer til dugnad.**

For en forskjell det har blitt! Sa han, en stor takk til alle dere som har gjort dette mulig! I morgen skal det komme et helt nytt bilde på min vegg - det bildet skal også sponsorene få - så de kan vise frem til andre hva de har bidratt til.





På denne merkedagen stilte Stiftelsen Sofienlund med hele styret, og Thor Bjørn Lie, Erling Lauritzsen, Truls Thv. Falkenberg, Tore Henning Larsen hadde spesielt gleden av å høre talen til Vestbys ordfører.

**”For uten Stiftelsen Sofienlund og entusiasten Thor Bjørn Lie, hadde CatoSenteret aldri sett dagens lys, sa ordfører Tom Anders Ludvigsen i sin hilsmingstale. Senteret var tenkt bygget på Nesodden, men heldigvis fikk vi det til Son og Vestby kommune. I sin tid, da Thor Bjørn Lie kom til Drøbak for å promotere Stiftelsen Sofienlunds eget lotteri BilPluss, var jeg senterleder på Drøbak**

City. Der ble de første kronene til CatoSenteret bokstavelig talt skrappt frem fra BilPluss-Lotteriet. Vi er utrolig stolte av, og glade for, at dere kom til oss i Vestby. Lykke til videre og gratulerer med en praktfull sansehage, avsluttet ordfører Ludvigsen..

**Vitalisering og rehabilitering av eldre**

- Kunnskapen og erfaringene vi har høstet i forbindelse med planleggingen, finansieringen og ikke minst driften av CatoSenteret gjennom mange år vil komme godt med når vi skal bygge et nytt senter på Nesodden, sier Thor Bjørn Lie, stifteren av Stiftelsen Sofienlund og

byggherreansvarlig for CatoSenteret. Nå ser han frem til å bygge et nytt senter på den 110 mål store tomten som stiftelsen eier på Ommen, et senter for vitalisering og rehabilitering av eldre.

Mens CatoSenteret har spisset fagkompetansen innenfor rehabilitering av barn og unge med ulike diagnoser, vil Sofienlundsenteret på Nesodden tilby målrettet rehabilitering av «godt voksne». Aldersgruppen står foran en formidabel økning de neste årene og ansvaret for rehabilitering av pasienter vil i økende grad bli overført fra spesialisthelsetjenestene til kommunene. Med Sunnaas som

landets fremste rehabiliteringssykehus er det bare naturlig at Nesodden befester sin posisjon som «rehabiliteringskommunen» i Norge. CatoSenterets sansehage er et lys i hverdagen i Son. Vi vil bestrebe oss på å få til en like fin hage på Nesodden, sier Thor Bjørn Lie.



*Kongelig Norske Marines Musikkorps Messingensemble holdt en forrykende konsert med fengende musikk og godt humør.*



*Brukerne Martin Dahl, Kari Sangro Olestad og Oda Kokslie fikk æren av å klippe over snoren sammen. Tydelig stolte og glade var både de og et begeistret publikum*



# Personskadeforbundet LTN

Personskadeforbundet LTN er en organisasjon for alle som har fått livet endret på grunn av skadeår bli skadet setter deg i en situasjon ingen kan forberede seg på. Plutselig er ord som rehabilitering, NAV og erstatning en del av dagligtalen, og man skal forholde seg til mye nytt både som enkeltmenneske men også som pårørende. Våre medlemmer har vært der før, og vi vet hvordan systemet virker.



LTNs landsleder Hilde Valberg

Organisasjonen ble stiftet i 1984 under navnet Landsforeningen for trafikkskadde i Norge av familier som hadde fått livet forandret på grunn av trafikkuulykker. 8. mai 2012 ble navnet endret til Personskadeforbundet LTN for å vise at foreningen var til for alle, uansett skadetype. Selv om inngangspunktet er forskjellig, møter man de samme problemstillingene.

Personskadeforbundet LTN vet at kunnskap er nøkkelen i et uoversiktlig systemvare medlemmer har erfaringen, og vi har rådgivere innen feltene NAV, rehabilitering og erstatning.

Våre lokal- og fylkeslag finnes over hele landet, og der kan du møte andre i samme situasjon som deg selv. De arrangerer også kurs, sosiale treff og driver trafikksikkerhetsarbeid. Vi har også likemenn spredt i landet, det er mennesker som har kommet gjennom egen sak og etterpå ønsker å bruke egne erfaringer for å hjelpe andre. En likemann er et medmenneske, en person som kan lytte og som kan forstå.

Forbundets høyeste myndighet er landsmøtet, som avholdes hvert annet år. Mellom landsmøtene tar landsstyret beslutningene. Det har fem medlemmer og to varamedlemmer.

Den daglige driften ivaretas av sekretariatet, som har kontorer i Hausmanns gate 19 i Oslo. I tillegg til rådgivning til enkeltmedlemmer og hjelp til å finne

advokat, driver Personskadeforbundet LTN omfattende interessepolitisk arbeid spesielt innenfor erstatningsrett og helserett. Vi er aktive både i høringer og som brukerrepresentanter på forskjellige områder. Forbundet er også sterkt engasjert innenfor forebyggende arbeid og spesielt innenfor trafikksikkerhet.

Du får tilsendt vårt medlemsmagasin 10 ganger i året. Ved å ringe sekretariatet på telefon 22 35 71 00 får du gratis rådgivning innen erstatningsspørsmål og bistand til valg av advokat, helse- og sosiale rettigheter og NAV-rettigheter. Du vil også blant annet få tilbud om ulike kurs, snakke med en likeperson, rabatter samt rimelig leie av våre leiligheter i Bulgaria.

# Personskadeforbundet LTN + Sunnaas Sykehus = sant



Hege Skoglund  
fagsjef for sosisionomene

Sunnaas sykehus samarbeider tett med Personskadeforbundet LTN. Faglig leder for sosisionomene ved sykehuset, Hege Skoglund, sier det er god rutine på å henvise til forbundet for råd og veiledning.

- Når vi opplever at en pasient trenger en vurdering i sin erstatningssak er det naturlig for oss å informere om forbundet og de ressursene dere besitter, understreker Skoglund.

LEVE MED møter Skoglund og rundt 15 andre sosisionomer under et tretimers langt kurs der Per Oretorp informerer om ulike juridiske områder i forbindelse med en skade.

## Flere møtepunkter

De 21 sosisionomene ved Sunnaas utgjør tilsammen ca. 14 årsverk. Informasjon om forbundet får de via flere kanaler, blant annet opererer de med felles kartleggingsmateriale. Det kommer også jevnlig personer fra forbundet som oppdaterer og som kan ha samtaler med pasientene her ute.

- Som sykehus er vi forpliktet til å informere om erstatningsrettslige forhold og da er det naturlig å henvise videre til Personskadeforbundet LTN. God informasjon og et tett samarbeid er viktig for at dette skal fungere, forklarer hun.

Skoglund mener at forbundets uavhengige rolle gir en form for sikring av likhet og rettferdighet i behandling av saker. Erfaringen er at saksbehandlingen dessverre varierer og at forskjellene gjerne er større i saker der vedkommende ikke har vært i kontakt med forbundet.

- Sykehuset får ofte telefoner fra advokater som ønsker et samarbeid, noe vi selvsagt ikke kan

gjøre. Da er det betryggende å ha en "tredjepart", altså dere, å henvise til, sier Hege Skoglund.

## Rettsikkerhetsfondet

31. oktober 1996 fattet Personskadeforbundet LTN i Norge vedtak om å opprette Rettsikkerhetsfondet med formål om å bidra til å trygge ulykkeskadde rettsikkerhet.

Fondet kan etter søknad fra medlemmets advokat gi økonomisk støtte i forbindelse med rettslig prosess i saker med prinsipiell interesse.

# Fremtidens eldre vil kreve mer og koste mer



Berit Otnes,  
sosiolog i Statistisk sentralbyrå  
seksjon for helsestatistikk

Fremtidens eldre vil kreve mer og koste mer, skriver Aftenposten. Om ti år vil Norge for alvor merke at det store kullet av etterkrigsbarn har passert 80 år, og tallene viser at utgiftene til helse- omsorg og eldre vil øke jevnt og trutt fremover.

Frem til 2013 har 60 % av kommunens utgifter blitt brukt på de over 67 år. Både utgiftene og antall brukere av tjenestene i denne aldersgruppen vil sannsynligvis øke, sier Berit Otnes, sosiolog i Statistisk sentralbyrå, seksjon for helsestatistikk.

Hvor stor utgiftsøkningen blir, avhenger av flere faktorer. Blant annet om de eldre holder seg friske lenger og kan bo hjemme. Rundt halvparten av dagens 90-åringer bor i egen bolig. Andelen har økt siden 1990-tallet.

Fortsetter trenden er det gunstig økonomisk for kommunene. Det er adskillig dyrere å ha eldre på institusjon enn i egen bolig, sier Otnes. Hun sier det er vanskelig å spå om fremtiden.

De som passerer 80 år fremover vil kanskje ha bedre helse og trolig også være mer ressurssterke enn dagens eldre. Be-

hov for omsorgstjenester vil da melde seg senere. Mange vil ha boliger med livsløpsstandard og flere enn i dag vil ha ressurser til selv å betale for private tjenester til husarbeid og personlig stell.

Samtidig, sier Berit Otnes, kan man se for seg at fremtidens eldre vil være mer kravstore. Yngre står mer på for egne rettigheter enn eldre. Pårørende til eldre presser ikke på som pårørende til yngre.

Dette vil trolig gjøre sitt til at «de nye eldre» vil forlange tjenester på et helt annet nivå og i et annet omfang.



Når jeg så gjør opp verdens og livets status, for å finne ut om alt er «good» og i balanse, blir bildet noe annerledes. Regnestykket går ikke opp lenger.

Da tenker jeg på sangen til Leonard Cohen:  
«There ain't no cure, there ain't no cure for that».

Jeg tenker på det Confucius sa om livet:

«Livet er egentlig enkelt, men noe insisterer på å gjøre det komplisert for oss.»

om organisering, planlegging og omstrukturering, og ansetter hundrevis av byråkrater og bygging av nye megasjkehus. Hvem hjelper det? Hvem blir dette raust og enkelt og mindre komplisert for? Hvor er «The cure»? Nå?

Det er ikke LG som er det politiske mål. Det er LS: Lurt Sted. Fordi det er om å gjøre å plassere rikdommen lurt, slik at bærekraftigheten og rikdommen ikke brukes på noe eller noen som ikke er bærekraftig. Gamle, kro-

i livets regnestykke. Skal menneskelivets regnestykke gå opp, må kjærlighet skape dets lykke» (Borch Sandsdalen)

En kan mene hva en vil om den «himmelske faktor.» Med det er et begrep som henspeiler på de åndelige verdier, på omsorg og den rausheten og nærheten det ble snakket om en gang. «Den himmelske faktor» er avskaffet i vår mer og mer materialistiske og bærekraftige politiske verden. Rikdom gjør det med folk og land. Den korrupperer. Og det er vanskelig å forstå seg på politikeres håndtering av den. Kjærlighet og omsorg og empati er noe vi alle forstår, har et forhold til og har behov for. Det er snakk om raushet og nærhet, forutsigbarhet og trygghet, en livsnødvendighet, spesielt når vi feiler noe, er sjuke og/eller funksjonshemmede og alene. Vi trenger politikere som tenker med hjertene sine og ikke bare med et hode som er erstattet av en kalkulator. Vi trenger enkle muligheter for rehabilitering, som er lik omsorg, som er lik «the cure»

Avslagene på søknader flagrer. Anker sendes. Nye avslag. Fysioterapi? Lange ventelister. Det finnes prioritingslister og kategorier, nemlig, og er en så uheldig å stille nederst, som kategori «gammel, funksjonshemmet, kronisk sjuke, uten muligheter for bedring», altså som en 55+ eller mer, er en å betrakte som nærmest en fotnote i kategori 3. Da passer en ikke inn i all denne bærekraftighetens regnestykke. Man er blitt en uønsket faktor i statistikken og vareopptellingen.

Jeg har en gang klart å slåss for å få plass på Cato-senteret i Son. Det ER virkelig Norges beste rehabiliteringssted. Jeg har et visst sammenligningsgrunnlag,

med snart 40 år i bransjen som rehabiliteringstrengende. Når nå Stiftelsen Sofienlund har planer om dette nye senteret på Nesodden for vitalisering og rehabilitering for 55+, kan vi være trygge på at det blir minst like bra og fantastisk.

Det er da helt forunderlig og uforståelig, at ikke disse planene kan godkjennes tvert, slik at denne gruppen mennesker som vil bli prioritert her, får den rehabiliteringen og kjærligheten og omsorgen de så sår trenger. Dette er jo nettopp bærekraftighet av ypperste klasse i dobbelt forstand. Hjelp til selvhjelp. Jeg lurar på om ikke politikere har mistet hjertehjernen sin, der «den himmelske faktor» sitter.

Pave Frans kommer i høst til Sverige til domkirken i Lund for å markere at det er 500 år siden reformasjonen og Martin Luthers 95 teser, 31. oktober 1517 – ifølge legenden. I den katolske kirke snakker man om «fra konflikt til fellesskap.» Nå kan mye sies om den kirkelige verden, men tanken slår meg, at vi i helsenorger og overfor helseminister Bent Høie kan snakke mye om konflikter og behov for fellesskap. Vi trenger en reformator. Vi trenger ikke flere utvalg med byråkrater i spissen – ikke flere omstruktureringer, omorganiseringer og katalogiseringer. Vi trenger en reformasjon, med 95 teser som taler paven = Bent Høie midt imot. Slik at Confucius kan snus på hodet for oss vanlige nordmenn: At det kompliserte kan gjøres enkelt! For oss!

Men det er en hake ved dette. Dette er politikk vi er forhindret fra å blande oss i. Dessuten er det sånn, at når det gjelder dette med rehabilitering i politikens datamaskin og digitale verden:

«There ain't no app, there ain't no app, for that»

Ingeborg Maack

## LG: «Life's Good»

**D**en sier så, TV-en min – hver gang jeg skrur den på – den heter det: LG.

Jeg tenker på den franske forfatteren og filosofen Paul Valéry som på tidlig 1900-tallet sa: «Politikk er kunsten å hindre mennesker i å blande seg i det som angår dem»

Etter tidspunktet og begrepet «22. juli» skulle Norge bli et rausere og nærere samfunn og dermed mindre komplisert for oss. Mon DET. For hvem? Med hva slags politikk?

Vi lever i et av verdens rikeste og vakreste land. Og det gjøres utrolig mye for oss som bivåner dette vakre landet, rett skal være rett. Det snakkes mye om DET. Snakkes. Mer og mer. Om bærekraftighetens kunst i hytten og pinen, uten at vi forstår særlig mye av det. Overalt. For hvem? Hvordan står det til, med «bakerens barn» og «the cure», når den trengs?

Når noen slår alarm om helsekøer og manglende oppfølging i alle ledd i helsenorger, snakker helseministeren om å få oversikt, om nedsetting av utvalg,

nisk sjuke og omsorgstrengende personer er ikke det. Rausheten og nærheten omfatter mindre og mindre dem som trenger det. I hvert fall er det blitt vanskeligere og vanskeligere å få tak i den. Tast 1 – tast 2 – tast 3 – send en mail – ta rede på hvilket ordbruk som er viktig i søknader, når det skal søkes og hvilke vedlegg som er viktig - anskaff deg digital postkasse, slik at du får et nærere og direkte forhold til det offentlige. Grrrrfff! Hva gjør de som ikke har noe å taste på? Hvor mange gir opp kampen i denne jungelen av regler og forordninger og saks-ganger? Hvor mange blir sittende med et regnestykke, et liv og i en verden som for flere og flere ikke er i balanse der alt er blitt uhyre fjern og komplisert, uten muligheter til noen «cure»?

«Kua dør, mens graset gror» - vi fortviler i vår vakre natur, mens oljefondet vokser.

I min gamle minnebok skrev folkeskolelærerinnen mi: «Vi trenger den himmelske faktor





# Hva kan vi forvente av morgendagens eldre?



Britt Slagsvold, NOVA

Vil morgendagens eldre prioritere frivillig arbeid eller egne fornøyelser?

## Aktiv aldring i Norge

Mot et bakteppe av demografisk aldring har «aktiv aldring» blitt et sentralt tema i europeisk politikk de siste 10–15 årene. I utallige dokumenter slås det fast at det er viktig å gi eldre anledning til å forbli aktive og mulighet til å fortsette å bidra til samfunnet fordi det er viktig både for velferdsstatens bærekraft og for eldres livskvalitet.

Innen aldersforskning har aktivitet blant eldre vært et tema siden 1950-tallet, men først og fremst har man vært opptatt av betydningen av deltakelse og integrasjon for eldres mentale og fysiske helse. Nå er oppmerksomheten dreiet mer i retning av

eldres bidrag til samfunnet, en form for produktiv aldring: større deltakelse i arbeidslivet, mer frivillig innsats og økt uformell omsorg i familien.

## Særlig aktive eldre i Norge

Sammenliknet med de fleste andre land er eldre i Norge relativt aktive: Eldre i Norge står lenger i arbeid enn i de fleste land i Europa. Det er mer frivillig arbeid blant eldre i Norden enn i andre land i alle aldersgrupper, og mange eldre bidrar med uformell omsorg og hjelp i familien både til yngre og enda eldre generasjoner. Allikevel er det et betydelig potensiale for mer innsats: Mange slutter i arbeid før pensjonsalder, tid brukt

på frivillig innsats er temmelig liten i gjennomsnitt, og selv om uformell omsorg og hjelp i familien er utbredt, er den ofte mer sporadisk.

I hvilken grad kan dette potensialet for større innsats aktiviseres? Hva skal til for å øke eldres deltakelse? Hvor motivert er eldre for økt innsats? Det er blant spørsmålene som skal belyses i prosjektet «Active ageing – pathways and outcomes». Prosjektet bygger på data fra den store panelstudien NorLAG, der man følger personer fra 2002 til 2007 og videre til 2016.

Aktivitet blant morgendagens eldre vil dels ha et annet utgangspunkt enn dagens og gårsdagens. De vil leve lenger, de vil ha bedre helse, og ikke minst vil utdanningsnivået være betydelig høyere, særlig blant kvinner. Utdanning har betydning for mange sider ved livet, ikke bare når det gjelder økonomi og yrkesaktivitet, men også helse, livsstil, kjønnsroller, selvbilde, verdier og preferanser, blant annet.

Mer frivillighet eller flere fornøyelser?

Så langt peker konsekvenser av økt utdanning i retning av sterkere deltakelse, men bildet er sammensatt. Høyt utdannede ønsker for eksempel å stå lenger i arbeid, men det er blant dem med lav utdanning vi nå ser sterkeste økning i de som ønsker senere avgang. Utdanning vil trolig påvirke motivasjon for aktivitet, men hvorvidt det trekker i retning av bidrag til samfunnet eller i retning av konsum og fornøyelser, er blant de forhold vi vil se nærmere på.

En fundamental forutsetning for deltakelse er uansett at eldre gis meningsfulle muligheter til å delta. Hva som oppleves som meningsfullt vil også preges av tidligere liv og erfaringer. Av Britt Slagsvold, forsker ved NOVA, HiOA

(Kommentaren er først publisert i NOVA-nytt)

<b>Rogaland Bilverksted AS</b> Midtbergv. 2 4313 SANDNES Tlf. 51 80 07 90	<b>Rognan Fargehandel</b> Strandgata 11 8250 ROGNAN Tlf. 75 69 06 50	<b>Valldal Bilsenter A/S</b> 6210 VALLDAL Tlf. 70 25 77 06	<b>Transport Nord AS</b> Andslimoen 9325 BARDUFLOSS Tlf. 911 38 630	<b>Sundbrei Transport</b> Klevi Næringspark 3570 ÅL Tlf. 481 71 721	<b>Solheim Motor AS</b> Søriveien 78 1788 BERG I ØSTFOLD Tlf. 906 67 170	<b>Sarpsborg Poleringsverksted Ketil Alfredsen</b> Lilletunveien 4 1711 SARPSBORG Tlf. 69 15 77 02
<b>Rolf Rognes</b> Dokkgata 6 A 7014 TRONDHEIM Tlf. 915 30 000	<b>S B Minigraver</b> Ole Vigs gate 18 0366 OSLO Tlf. 406 31 270	<b>Bjørn Jensvoll</b> Myreveien 105 3330 SKOTSELV Tlf. 950 53 500	<b>HYDEX SYLINDERTEKNIKK</b> Grorudveien 55, 0976 OSLO Tlf. 22 91 75 20	<b>Helge's Bil AS</b> Dalemoen 25 2670 OTTA Tlf. 480 15 300	<b>Toten Graveservice Anders Østvold</b> Skaugerudvegen 71 2847 KOLBU Tlf. 977 94 851	<b>Stian Røyset Transport AS</b> Snopenesvegen 25 6017 ÅLESUND Tlf. 930 82 402
<b>RPT Production AS</b> Orstadveien 114 4353 KLEPPSTASJON Tlf. 51 78 66 00	<b>Stensrud Musikk</b> Storg 19, 3193 HORTEN Tlf. 33 04 81 30	<b>MYHRE</b> Hadelandsveien 841 3520 JEVNAKER Tlf. 32 11 44 80 www.brdmyhre.no	<b>Aure Anleggsservice</b> Dromnes 6699 KJØRSVIKBUGEN Tlf. 412 28 343	<b>Eidsvoll Trafikkskole A/S</b> Lars Tønsagers v 2 2080 EIDSVOLL Tlf. 63 96 47 20	<b>TRAFIKKSKOLEN</b> Langvasseid 9910 BJØRNEVATN Tlf. 934 14 356	<b>Sebu Bil &amp; Bensin AS</b> Vindev. 1 2940 HEGGENES Tlf. 61 34 29 20
<b>Rustad Transport AS</b> Storfjellveien 16 8530 BJERKVIK Tlf. 76 96 38 80	 Oslo AS Økern - Skøyen Økernveien 147, 0580 OSLO - Tlf. 67 92 60 00 - www.bos.no	 Øystein Møyilas veg 25, 7031 TRONDHEIM - Tlf. 919 01 046	<b>Samuelson Maskin AS</b> 6445 Malmefjorden Tlf. 71 26 88 00 E-post: ferje@samuelsonmaskin.no Fax: 71 26 88 01 Hjemmeside: www.samuelsonmaskin.no Graving - Sprengning - Transport - Beløgningsstein			

**bravida**  
VI GIR BYGNINGER LIV  
avd Moss avd rør  
1522 MOSS  
Tlf. 69 26 26 00  
www.bravida.no

**SØR-TRØNDELAG FYLKESKOMMUNE**  
  
Erling Skakkesg 14  
7004 TRONDHEIM  
Tlf. 73 86 60 00  
www.sjf.no

**Problemer med vann eller avløp?**  
  
GRAVING  
SPYLING AV TETTE RØR  
RØRINSPEKSJON  
SLAMUGING  
TUNING AV FROSNE RØR  
FJERNING AV STORE TRÆR/RYDDING  
415 10 698 • 951 88 601 • geir@asimensen.no

**Aaserud Møbler A/S**  
Rolighetsv 9  
1738 BORGENHAUGEN  
Tlf. 69 16 66 60  
www.fagmobler.no

Mercedes-Benz  
Din beste eller nieste.  
**MOTOR-TRADE AS**  
Din Mercedes-Benz spesialist  
Motor-Trade AS, Balle Rosten 4, 7575 Tiller, 97 73 82 01 00  
Motor-Trade AS, Sultveitveien 1, 7502 Skjold, 97 91 88 82 89  
Motor-Trade AS, Rosenveien 2, 7610 Verås, 97 74 07 53 50  
www.motortrade.no

**TURHUS**  
MASKIN AS 3550 GOL  
Tlf.: 32 07 52 10 - 90 59 23 22 - 90 97 05 78

**NOV**

**forlaget Last & Buss**  
Vi relanserer bransjens "bibel"  
  
1968 1978 1988 1998 2008 2016  
Etter nesten 50 år i bokform kjører vi videre.  
Last og Buss boka relanseres som "Nettboka"  
- en online database med søk, lagring og sammenligning  
av detaljert informasjon om nyttekjøretøy.  
www.lastogbuss.no



 <b>EIKER VEKST</b> Ryghgata 6 3050 MJØNDALEN Tlf. 32 23 68 80	 <b>ORTOPEDI AS</b> Ingeniør Rybergsgate 114 3027 DRAMMEN Tlf. 32 80 93 93	<b>Transportoppdrag Bergen AS</b> Leirvikåsen 39 B 5179 GODVIK Tlf. 55 15 41 40	<b>Metro Trafikkskole Lillestrøm AS</b> Skedsmogata 9 2000 LILLESTRØM Tlf. 63 81 76 50	 <b>Gjensidige</b> Indre Sunnmøre Storgata 8, 6200 STRANDA Tlf. 70 26 92 50	<b>Markhus Transport AS</b> Teigland 24 5596 MARKHUS Tlf. 971 69 864 <a href="http://www.markhus-transport.com">www.markhus-transport.com</a>	<b>Bilskade &amp; Lakk AS</b> Verkseier Furulunds vei 17 0668 OSLO Tlf. 22 90 51 80
<b>ESSO Rauland Servicenter</b> 3864 RAULAND Tlf. 35 07 31 03	 <b>HUGGENS BILSERVICE AS</b> Kåshagvegen 178 2380 BRUMUNDDAL Tlf. 62 35 64 47	 <b>Norsk Scania AS</b> Drammensveien 159 0212 OSLO Tlf. 05 464	<b>Christensen &amp; Jensen Transport AS</b> 8063 VÆRØY Tlf. 932 07 298	 <b>NORSK MARITIMT MUSEUM</b> Bygdøyvesv. 37 0286 OSLO Tlf. 24 11 41 50	<b>Friis Arkitekter AS</b> Sentrum 11 3630 RØDBERG Tlf. 32 74 15 94	 <b>INDUSTRI ENERGI</b> Youngsgt 11, 0181 OSLO Tlf. 02 390 <a href="http://www.industrienergi.no">www.industrienergi.no</a>
<b>AutoXL as</b> Grønlikroken 3 3735 SKIEN Tlf. 35 69 00 00	<b>Sandtransport AS</b> Porsgrunnsvegen 192 3735 SKIEN Tlf. 979 41 004 - 909 93 028	<b>Stjørdal Taxi A/S</b> Pottmakergata 4 7502 STJØRDAL Tlf. 74 83 75 00	 <b>MELHUS TRAFIKKSKOLE</b> 7084 MELHUS Tlf. 72 87 03 89	<b>Numedal Betong AS</b> 3629 NORE Tlf. 32 74 52 70	 <b>BulanDET</b> 6987 BULANDET Tlf. 57 73 21 44	<b>Sletta Auto AS</b> Sletta 10, 1870 ØRJE Tlf. 69 81 17 70
 <b>Text by Constance</b> Midtsida 56 2133 GARDVIK Tlf. 414 27 789	 <b>TRATEC</b> TRATEC TEKNIKKEN AS 4550 FARSUND Tlf. 38 60 55 32	 <b>KVERNELAND BIL</b> avd Steinkjer Moloveien 10, 7714 STEINKJER Tlf. 74 17 06 00	<b>Team Trafikkskolene Bo &amp; Anga DA</b> Glommeng 41 2211 KONGSVINGER Tlf. 62 83 62 33/62000676	<b>Johny Birkeland Transport AS</b> Sløvågen 32 5960 DALSØYRA Tlf. 57 78 11 70	 <b>TRAFIKKSKOLESENTER</b> Vestregata 27/31, 9008 TROMSØ Tlf. 77 65 55 90 <a href="http://www.tsenter.no">www.tsenter.no</a>	<b>Geir Gaaserud</b> Knivedalen 3330 SKOTSELV Tlf. 992 07 421
<b>Kråkstad Bilverksted</b> Askimveien 145 1408 KRÅKSTAD Tlf. 64 86 35 15	<b>Brødrene Selvik AS</b> Treaskjæret, 4200 SAUDA Tlf. 52 78 54 00 <a href="http://www.brdselvik.no">www.brdselvik.no</a>	<b>Skjeberg Auto AS</b> Høysandv. 12 1747 SKJEBERG Tlf. 69 16 83 91	<b>Transport-Formidlingen SA</b> Østre Aker vei 255 0976 OSLO Tlf. 22 90 75 00	<b>Trysil Septikservice AS</b> 2429 TØRBERGET Tlf. 62 45 47 12	 <b>FOLLO TAXI</b> Tlf. 06 485 <a href="http://www.follotaxi.no">www.follotaxi.no</a>	<b>Bil og Fritid AS</b> Knivsv. 16 1788 BERG I ØSTFOLD Tlf. 69 19 54 54
<b>Røyken og Hurum Trafikkskole AS</b> Nordre Sætrevei 46 3475 SÆTRE Tlf. 32 79 14 00	<b>Horten Rørleggerbedrift A/S</b> Storgata 64 3182 HORTEN Tlf. 33 04 36 54	<b>Nordmarka Opplevelser &amp; Elveli Hestesportsenter</b> Sørkedalen 837 0758 OSLO Tlf. 971 97 129	<b>Tunejordet Bilverksted AS</b> Lilletuneveien 4 1711 SARPSBORG Tlf. 69 10 18 80	<b>Skedsmo Bilopphogging</b> Industriveien 9 A 2020 SKEDSMOKORSET Tlf. 63 87 05 50	<b>Classic Auto Service</b> Trondheimsvegen 535 2092 MINNESUND Tlf. 63 96 83 83 / 67 21 34 39	<b>Høyanger Bil A/S</b> Einar Ramsli s g 29 5900 HØYANGER Tlf. 57 71 32 77
<b>Nettec AS</b> Kolbotn 14 1410 KOLBOTN Tlf. 66 81 06 40	<b>Reinholdtsen Maskin AS</b> 8430 MYRE Tlf. 76 13 46 33	 <b>KARLSRUD BETONGPUMPING A/S</b> Thonsveien 68 1816 SKIPTVET Tlf. 69 80 91 30	 <b>TRAFIKKSKOLEN Dahlsveen-Olsen AS</b> 2615 LILLEHAMMER Tlf. 61 40 23 39 <a href="http://www.dahlsveenolsen.no">www.dahlsveenolsen.no</a>	<b>Sørensen Kjøreskole AS</b> Kongsv 84 2920 LEIRA I VALDRES Tlf. 61 36 13 36	 <b>alstad AUTO</b> Bakliven 3, 6450 HJELSET Tlf. 71 20 13 80	<b>Nettbuss Hallingdal Billag AS</b> Vestivegen 3, 3570 ÅL Tlf. 32 08 60 60
<b>Gausdal Fysioterapi</b> Jordmorvegen 11 2653 VESTRE GAUSDAL Tlf. 61 22 35 26	<b>Borge Begravelsesbyrå</b> Biv. 21, 1658 TORP Tlf. 69 34 53 35	 <b>KIWI mini pris</b> <b>Dokka</b> Storgata 55 2870 DOKKA Tlf. 61 11 06 00	 <b>www.osbuss.no</b> Industrig. 47, 5200 OS Tlf. 56 30 99 80 <a href="http://www.osbuss.no">www.osbuss.no</a>	<b>Ekra Gartneri og Hagesenter AS</b> Melhusvegen 82 7083 LEINSTRAND Tlf. 72 59 42 20	 <b>Kvernmo</b> 2353 STAVSJØ Tlf. 909 77 381	<b>Autolakk A/S</b> Årvoldskogen 41 1529 MOSS Tlf. 69 26 28 50
<b>Røros Aut. Trafikkskole</b> Tollefs Bredals vei 11 7374 RØROS Tlf. 909 96 043 <a href="http://www.rorostrafikkskole.no">www.rorostrafikkskole.no</a>	 <b>BRATTI BYGG</b> Alt innen bygg og reparasjoner ANDERS WISE Svekket og dugelig leder Tjv. 85 4857 GEMDAL Tlf. 90764447 <a href="mailto:andres@bratti.com">andres@bratti.com</a> <a href="http://www.brattibygg.no">www.brattibygg.no</a>	<b>Fosen Verkstedservice AS</b> 7260 SISTRANDA Tlf. 72 44 63 18	<b>Myrvollen Transport AS</b> Nordre Sønset 20 3158 ANDEBU Tlf. 95 19 94 70	<b>Alna Trafikkskole AS</b> Risløkkveien 51 A 0583 OSLO Tlf. 22 72 02 32	<b>Myhres Bygg &amp; Kalkulasjon</b> Påskefjellveien 7 1658 TORP Tlf. 905 57 987	 <b>Regnskapskontoret Glaamdal DA</b> 2211 KONGSVINGER Tlf. 62 81 05 00 <a href="http://www.glaamdal.no">www.glaamdal.no</a>
 <b>Pihl</b> Sjusjøvegen 2001 2612 SJUSJØEN Tlf. 62 33 43 80	<b>1814 Atten Fjorten Assuransforretning AS</b> Per Krohgs vei 4 B 1065 OSLO Tlf. 22 65 18 14	 <b>Norconsult</b> Lillemoen AS, 3019 Ålesund - Postboks 1010, 6000 Ålesund Tlf. 78 40 70 70 - Fax 78 40 70 90 - <a href="http://www.norconsult.no">www.norconsult.no</a>	 <b>vikørsta</b> 6893 VIK I SOGN Tlf. 57 69 86 50	 <b>Ruths Regnskaps-tjenester</b> Skjeberg Tlf. 90 09 16 18 <a href="http://www.ruthsregnskap.no">www.ruthsregnskap.no</a>	<b>Svekå Bil</b> Trondheimsvegen 565 2070 RÅHOLT Tlf. 906 52 117	 <b>BilXtra</b> KREKKES AUTOREP. AS REP. AV ALLE BILMERKER 2653 Vestre Gausdal Tlf. 414 49 309 <a href="http://www.krekkes.no">www.krekkes.no</a> <a href="mailto:jan.horvald@krekkes.no">jan.horvald@krekkes.no</a>
<b>Team Trafikkskolene Bo &amp; Anga DA</b> Glommeng 41 2211 KONGSVINGER Tlf. 62 83 62 33 - 62 00 06 76	<b>Gulv-Service</b> Skogveien 6 2843 EINA Tlf. 911 59 606	<b>Østerhagen Transport AS</b> Vangliv 10 a 2322 RIDABU Tlf. 62 59 66 13	 <b>KVERNHUSVIK SKIPSVERFT AS</b> 7250 MELANDSJØ Tlf. 72 44 49 80	<b>Ronny Tangeland Transport</b> Folkestadhøgda 1 1592 VALER I ØSTFOLD Tlf. 928 99 105	<b>Transport Terje Rustand AS</b> Seterv 11 3623 LAMPELAND Tlf. 902 09 822	<b>Motorsenteret Heidal AS</b> Ysterivegen 5, 2676 HEIDAL Tlf. 61 23 34 00
<b>Msg Technology AS</b> Moav. 8, 7228 KVÅL Tlf. 905 60 082 <a href="http://www.msgtechnology.no">www.msgtechnology.no</a>	<b>Peder Haakestad &amp; Sønn AS</b> Elvev. 142, 3271 LARVIK Tlf. 33 16 38 38	<b>Gjøvik Vulk Dekksenter AS</b> Mattisrudsvingen 9 2827 HUNNDÅLEN Tlf. 61 17 19 16	 <b>TK AUTO</b> Brårveien 4 a, 3174 REVETAL Tlf. 33 06 49 25	 <b>AOV</b> Åkershus og Østfold Virkestransport AS Solheimsgata 1 2000 LILLESTRØM Tlf. 415 42 320 <a href="http://www.aov.as">www.aov.as</a>	<b>Norvest Trafikkskole</b> Spjelkavikvegen 9 6011 ÅLESUND Tlf. 930 64 064	<b>Tor Erik Jovall Transport</b> Buer, 1870 ØRJE Tlf. 913 34 323
<b>Notodden Hotel</b> Torvet 8 3674 NOTODDEN Tlf. 35 01 20 88	 <b>Trollfjord Kraft</b> Nordnesv 3 8450 STOKMARKNES Tlf. 76 11 80 00	<b>Gaustad Transport AS</b> Majorstuv. 17, 0367 OSLO Tlf. 909 05 000	<b>Evje Bilopphogging</b> Syrtveit, 4735 EVJE Tlf. 37 93 05 00	<b>Herøy Entreprenørforretning</b> Landarvikveien 65 8850 HERØY Tlf. 975 99 458	<b>Gulvlegger Øyvind Nystein</b> Nysteinveien 197 3960 STATHELLE Tlf. 416 03 880	 <b>MODALEN..</b> Indre Årsnes, 4770 HØVÅG Tlf. 950 82 025
 <b>06565 Drøsjene</b> <b>LILLEHAMMER</b> <a href="http://www.06565.no">www.06565.no</a>	<b>ANONYM STØTTE</b>	<b>Nils Ivar Braathen AS</b> Horgeneveien 37 3300 HOKKSUND Tlf. 913 94 618	 <b>TERJE PETERSEN</b> Smedstadgrenda 2133 GARDVIK Tlf. 62 97 42 82	<b>VULKAN SKANDINAVIA AS</b> 6401 MOLDE Tlf. 71 24 59 90 <a href="http://www.vulkan.com">www.vulkan.com</a>	 <b>BERRYALLOCC</b> LAMPINATE - PARQUET - WALLS - VINYL PLANKS WHEREVER, FOREVER. Fiboveien 26, 4580 LYNGBALD Tlf. 38 34 22 00 <a href="http://www.berryalloc.com">www.berryalloc.com</a>	 <b>www.danielsen-skoler.no</b> 5017 BERGEN - Tlf. 55 55 98 00
<b>Skalleberg Graveservice</b> Gokstadryggen 17 3217 SANDEFJORD Tlf. 942 99 420	<b>Petter Iversby Transport</b> Løkenv. 4 1743 KLAVESTADHAUGEN Tlf. 995 95 502	<b>Guri Kunna videregående skole</b> 7240 HITRA Tlf. 72 81 11 90	 <b>WIST</b> <b>Wist Last &amp; Buss AS</b> Jætkskippergata 11 7725 STEINKJER Tlf. 74 16 05 10	 <b>Brødrene Katrud as</b> Goseneveien 9 3055 KROKSTADELVA Tlf. 901 22 437	<b>Slemmestad Optikk AS</b> Portunet 3470 SLEMMESTAD Tlf. 31 28 29 54	<b>Roads Trafikkskole</b> Vestre Strømkaien 9 5008 BERGEN Tlf. 932 28 800



### Spesialsykehuset for epilepsi

G F Henriksensv 23, 1337 SANDVIKA  
Tlf. 67 50 10 00



Kanalgata 7, 3263 LARVIK  
Tlf. 33 14 18 90 - www.tslarvik.no



Nestby, 8250 ROGNAN - Tlf. 977 20 350  
post@midgaardtransport.no - www.midgaardtransport.no  
Flytting - Termotransport - Stykkgodstransport - Flisransport



### Nr 1 Trafikkskole

Nr 1 Trafikkskole  
Porsgrunn AS  
Jernbanegata 7  
3916 PORSGRUNN  
Tlf. 03 619  
www.nr1-trafikkskole.no



KVALITET

### Arbor-Hattfjelldal AS

Arborv 10  
8690 HATTFJELLDAL  
Tlf. 75 18 50 00  
www.arbor.no/



storaenso

Stora Enso Skog AS  
Vestsivegen 269  
2411 ELVERUM  
Tlf. 905 72 901

### Ramlo Sandtak AS

Industriv 63, 7080 HEIMDAL  
Tlf. 974 66 000



Rykkinnveien 100, 1349 RYKKINN  
Tlf. 67 15 28 00  
www.unicare.no/rehabilitering



PB 48 - 2831 RAUFLOSS - Tlf. +47 61 15 10 00  
raufloss@toten-transport.no - www.toten-transport.no



Ulefossvegen 40  
3730 SKIEN  
Tlf. 908 43 331



### Møre og Romsdal fylkeskommune Samferdselsavd.

Fylkeshuset  
6404 MOLDE  
Tlf. 71 25 80 00  
www.mrfylke.no



Forusparken 28  
4031 STAVANGER  
Tlf. 51 85 99 00  
t-aasen.no

### Tvemo Transport DA

Nannestadv. 1, 2034 HOLTER  
Tlf. 975 79 001

## Orkdal Bil

Bårdshaug Vest, 7300 ORKANGER - Tlf. 72 47 11 00  
www.orkdalbil.no



- vi forsyner Norge med mat

### Askø Øst AS

Delitoppen 4, 1540 VESTBY  
Tlf. 02 425 - www.asko.no

## Raskere tilbake



Levanger kommune  
Psykisk helse og oppfølgingsteneste  
levanger.kommune.no



Ørland kommune  
orland.kommune.no



Oppegård kommune  
oppegard.kommune.no



Kvalsund kommune  
kvalsund.kommune.no



Rissa kommune  
rissa.kommune.no



Halden kommune  
halden.kommune.no



Gaular kommune  
gaular.kommune.no



Sund kommune  
sund.kommune.no



Sel kommune  
sel.kommune.no



Hammerfest kommune  
hammerfest.kommune.no



Åmli kommune  
amli.kommune.no



Lavangen kommune  
lavangen.kommune.no



Fræna kommune  
frana.kommune.no



Tønsberg kommune  
tonsberg.kommunen.no



TRYSIL KOMMUNE  
-stavgaket foran  
trysil.kommune.no



MERÅKER KOMMUNE  
meraker.kommune.no



RE KOMMUNE  
ny og varm  
re.kommune.no

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

WalkAide® er en høyteknologisk elektrostimulator som hjelper mange droppfotpasienter 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 tiltssensor, gjør WalkAide® lett og betjene for deg som bruker.

Enkel elektrodeplassing

Ingen hælssensor i skoen - med WalkAide® kan du gå barbert !

Egnet også for barn



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



Livsglede for Eldre (LFE) er en ideell stiftelse som jobber med eldreomsorg, utvikling og innovasjon innenfor tre hovedområder: frivillighet, utdanning og tjenesteutvikling. Stiftelsen eier og driver den nasjonale sertifiseringsordningen Livsgledepsykehjem, og er religiøs og politisk uavhengig.

ord. Vi ønsker at alle eldre skal få oppleve en glad alderdom. Dette strekker vi oss etter: Gode opplevelser for den enkelte  
Vi er kreative, og går gjerne nye og fargerike veier for å gjøre mer mulig. Vi skal stå for en god dose «sunn galskap».

#### Samarbeide på tvers av generasjoner

Vi skal engasjere folk i alle al-

dre med respekt. Vi skal bidra til trygge rammer for en god og innholdsrik alderdom.

#### Engasjert

Vi vil by på oss selv og gi vårt aller beste. Utspringet for vår historie handler om engasjement og glød. Den gløden skal både varme og smitte.

#### Lagspiller

Vi ønsker at alle eldre skal få oppleve en glad alderdom. For å oppnå dette må vi samarbeide med andre aktører, for når vi står sammen kan vi flytte fjell. Vi vil spille hverandre gode.

#### Frivillighet

Vår virksomhet er tuftet på frivillig innsats. Livsglede for Eldre har siden oppstart etablert lokalforeninger over hele landet, og har som mål å ha veldrevne lokalforeninger i alle landets fylker. Hver lokalforening arbeider selvstendig og med eget styre, og består av frivillige og engasjerte medlemmer som bruker fritiden sin på å gi eldre mer livsglede i hverdagen. Alle som ønsker å bidra til å gjøre mer mulig i eldreomsorgen kan gjøre det gjennom Livsglede for Eldres lokalforeninger.

#### Utdanning

Livsglede for Eldre skal bidra til å øke rekrutteringen til omsorgsykker, og vi tror og mener at det er viktig og lurt at generasjonene møtes helt fra barnehagealder. Derfor samarbeider vi med stadig flere barnehager. Videre har vi som mål at Livsglede for Eldre skal være tema i undervisning på alle videregående skoler, høyskoler og universiteter. Livsglede for Eldre i utdanningsinstitusjoner skal bidra til at flere elever og studenter velger å jobbe innen eldreomsorgen etter endt utdanning.

#### Tjenesteutvikling

Livsglede for Eldre driver med

innovativ tjenesteutvikling innen eldreomsorgen, og har blant annet utviklet sertifiseringsordningen Livsgledepsykehjem i samarbeid med Trondheim kommune. Fra 2013 har Livsgledepsykehjem fått status som nasjonal sertifiseringsordning. Psykehjemmene som blir med i sertifiseringsordningen jobber med en rekke kvalitetsindikatorer som sikrer kvalitet i hverdagen til både beboere og ansatte. Vi følger per i dag en nasjonal utrullingsplan, utviklet i samarbeid med Helsedirektoratet, og har nedsatt et nasjonal styringsråd som skal hjelpe oss med utrulling. Sertifiseringsordningen spres geografisk, slik at kommuner som ligger nære hverandre danner nettverk for erfaringsdeling.

#### Historie

LFE oppsto først som en initiativ innen frivillighet i Kristiansand 2005 av sykepleierstudentene Annette Skeie Jacobsen og Elin Anita Verdal. I begynnelsen besto LFEs aktivitet hovedsakelig av større fellesarrangementer for eldre basert på frivillig innsats og bidrag fra næringslivet, og 13. august 2007 ble LFE formelt opprettet som stiftelse.

Lokalforening nummer to ble etablert av studenter ved Høgskolen i Sør-Trøndelag med Sigrid Moum (tidl. Seppola) som leder. I samarbeid med Trondheim kommune ledet Sigrid et pilotprosjekt som resulterte i den nasjonale sertifiseringsordningen Livsgledepsykehjem. I 2012 ble sertifiseringsordningen Livsgledepsykehjem nevnt som en av fem hovedstrategier for økt frivillighet i Norge. Siden den gang har LFE utviklet seg til å bli en landsomfattende organisasjon, både innen frivillighet, utdanning og omsorg.

# Livsglede for Eldre

# Livsglede

for Eldre

#### Livsglede for Eldres formål

Livsglede for Eldre er en folkehelseorganisasjon som arbeider for at alle eldre skal ha en god og meningsfull hverdag. Gjennom gode opplevelser skal vi stimulere sosiale, åndelige og kulturelle behov for den enkelte. Vårt arbeid skal utløse frivillighet og engasjement.

#### Vår visjon

Vår visjon er Livsglede for alle eldre. Vi vil gi liv til årene, og fremme lysten til å leve. I sentrum for all vår virksomhet står de eldre. Vi tenker stort, og inkluderer alle eldre i vår livsgledevisjon.

#### Vårt slagord

Lev livet – livet ut! er vårt slag-

ord. Ung eller gammel – samarbeid og felleskap på tvers av generasjoner skaper merverdi for alle.

#### Rekruttering til eldreomsorgen

Vi skal inspirere og motivere til videre engasjement innen eldreomsorgen. Gjennom positivt fokus, livsgledeaktivitet og kompetanseheving i arbeid med eldre vil vi bidra til at flere helsefagarbeidere velger eldreomsorgen som arbeidsplass etter endt utdanning.

Mulighet for frivillig deltakelse  
Alle er velkommen til å delta. Vi skal gjøre det enkelt å engasjere seg for andre.

#### Våre verdier

Vi vil lykkes med vår visjon om å skape livsglede for alle gjennom kultur der hver enkelt skal være en **GLAD, TRYGG og ENGASJERT LAGSPILLER**.

#### Glad

«Den største gleden man kan ha, er å gjøre andre glad.» Gleder, smil og latter skal være naturlig del av vårt arbeid.

#### Trygg

Vi ser og møter de eldre, våre samarbeidspartnere og hveran-

