

# Rehabilitering

UTGITT AV STIFTELSEN SOFIENLUND OG SOFIENLUNDS VENNER

NR. 4 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.

## Litt smil og glede i rehabiliteringens tjeneste

**D**a et reddet liv skal leves, har Sykehusklavnene en viktig plass på Rikshospitalets barneposter. Sykehusklavnene er fremtidens medisin, sier Trond Diseth, avdelingsoverlege, professor dr. med. Barne- og ungdomspsykiatrisk seksjon, Rikshospitalet.



Geir Lippestad er valgt til styreleder for Sykehusklavnene. Kombinasjonen av å være et kjent ansikt, advokat og pårørende, gjør ham til en svært stor ressurs for oss. Vi er svært takknemlige for at han takket ja, sier daglig leder Kristin Zachariassen. Les mer på side 8 og 9.



# S kremmende tilstander



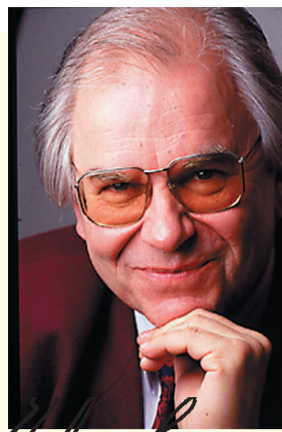
Daglig blir jeg rystet over alle mangler, uforstand og direkte dumheter som offentliggjøres om helsevesenet. Det gjelder sykehus og andre helseforetak over hele landet. I skrivende stund, 11. november, står det å lese. Ahus: **Over 1000 pasienter på gangen i oktober.**

Ahus skulle ikke ha korridorpasienter, men i oktober lå 1100 pasienter på overfylte rom eller i gangene! I de trangeste rommene er det en halv meter mellom hver seng. På enmannsrom blir det ofte trillet inn en ekstra pasient, på tomannsrom bor det tre. Det nybygde sykehuset Ahus har ikke plass til alle som skal behandles. - En trussel mot pasientsikkerheten, sier tillitsvalgte til NRK.

Ute i korridoren ligger det i snitt 37 pasienter hver dag. Fire år etter at Ahus ble bygd, sliter sykehuset med et økende antall korridorpasienter, sier Yngve Mikkelsen, direktør for Medisinsk divisjon. Tillitsvalgt Øivind Brenden og verneombud Finn W. Halvorsen frykter begge at dette vil gå utover pasientenes sikkerhet.

## Gjør Ahus utrygt for pasientene

Divisjonsdirektør ved Ahus, Yngve Mikkelsen, innrømmer at de ansatte gjør feil som følge av at det er for mange pasienter i forhold til plassen. - Vi har flere pasienter enn vi har senger til. Det betyr at noen må ligge på gangen. Uansett hvordan vi snur og vender på det, er det selvsagt en uønsket situasjon. Både fordi pasientene ikke blir skjermet og fortrolige samtaler blir vanskelig, i tillegg kan man tenke seg at infeksjoner kan få alvorlige



*Erling Lauritzsen*

konsekvenser.

- Mens Ahus manglet skikkelig sengeplass til 400 pasienter i mai, hadde man et overbelegg på 1100 pasienter i oktober! Såfremt man ikke kompenserer med ekstra bemanning, er det klart at dette er en trussel mot pasientsikkerheten. Ahus har registrert at flere feil blir gjort som følge av overbelegget. Hovedsakelig er det «banale» feil, for eksempel at pasienter ikke får riktig medisin. Men uansett skal ikke slike ting skje, sier divisjonsdirektør Yngve Mikkelsen.

## Bygd for lite

Da Ahus åpnet for fire år siden, proklamerte daværende helseminister Bjarne Håkon Hanssen at Ahus var et sykehus bygd for fremtiden. Men allerede nå ser hovedverneombud Finn W. Halvorsen at Ahus er for lite. - Etter min vurdering har vi en knapphet i forhold til sengearealet. Da sykehuset ble planlagt advarte vi mot at det ble for smått. Nå sliter vi med at penger også skulle spares da nye Ahus ble bygd, sier Halvorsen.

Divisjonsdirektør Mikkelsen mener det er for tidlig å si om spaden må settes i jorda. - Jeg vet ikke om vi har gjort alt optimalt ennå. Først når vi får gjort det kan vi se om sykehuset er for lite for dagens situasjon eller ikke, konkluderer sykehusdirektøren.

Hjertesukk: Han må være den eneste som ikke kan se at det igjen er bygget et sykehus som er bygd for lite både i forhold til befolkningens mengde og dets behov.

To gamle gubber eller seniorer som det heter nå. Ikke nødvendigvis gretne og alltid i småkrangel som i filmene med Walter Matthau og Jack Lemmon, men i alle fall like gode venner i tykt og tynt gjennom 15 års samarbeid.

etterfulgt av en slitsom strålebehandling, for til slutt å bli friskmeldt takket være dyktige leger og livsnødvendige medisiner på blå resept.

Dette til tross inviterte han til separatutstilling av akvareller i Asker Kulturhus i 1994, med et resultat som ga ham det nødvendige insitament til å videreutvikle seg som kunstner.

I dag som åttienåring, og etter mange års læring og feiling, arbeider han mer intenst og mer kreativt enn noen gang, for det meste med grafikk, acryl og olje. Bare i år har han deltatt på flere utstillinger i Asker og andre steder. Har du lyst til å se nærmere på hans arbeider, gå inn på galleri online.no på nettet.

Jeg selv har heller ikke gått helt bulkefri gjennom mine snart åtti år. Mine barns skjebner har formet mesteparten av mitt liv. Min datter Beate ble født med en hjerneskade og døde i august i år bare 54 år gammel. Min yngste sønn ble trafikkdrept i 1978

bare 14 år gammel. Min eldste sønn Eivind har vært Scientolog siden 1985.

Jeg kan ikke på noen måte matche Knut når det gjelder billedkunst, selv med ett års utdanning fra Kunst- og håndverksskolen.

Jeg har toårig spesialpedagogutdanning - etter lærerskolen og har arbeidet ulike steder - som lærer i folkeskole og hjelpeskole, spesialpedagog ved spesialskole og spesialbarnehage, tilsynslærer for hjelpeundervisningen i Asker kommune, overlærer/skolestyrer/ rektor ved institusjonsskole og sykehus-skole, samt konsulent/rådgiver ved Spesialskolentoret i KUD og i Forsøksrådet for skoleverket.

På grunn av mitt engasjement for mine barn har jeg, ifølge CV' n, vært styremedlem, formann eller representantskapsmedlem i 33 organisasjoner - deriblant generalsekretær i Landsforeningen for Trafikk-

skadde (LTN). Verdifulle erfaringer i mitt engasjement siden 1988 for Stiftelsen Sofienlund.

Fra tid til annen spør vi hverandre hvor lenge vi kan holde på.

Vi er veldig sårbare har vi funnet ut, med en sammenlagt alder på rundt 160 år! Hvem skal vel ta over dette interessante arbeidet med avisen?

Den eneste konklusjonen vi har kommet til så langt, er at vi holder på så lenge vi holder på.

Gamle gubber, ja, men gretne, nei!

Bare litt av og til.



# To gamle gubber

For å presentere oss:

Jeg heter Erling Lauritzsen og er redaktør for Stiftelsen Sofienlunds kvartalsvise publikasjonen eller avisen som vi helst kaller den.

Knut Frøyhaug er han som har ansvaret for layout og for at avisen er trykningsklar til rett tid.

Erling & Knut eller Knut & Erling for enkelthets skyld.

Knut forlot sin yrkeskarriere som art director og kreativ leder i reklamebransjen etter to hjerneoperasjoner i 1988 og 1990,

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  
25. november 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

STIFTELSEN  
**SOFIENLUND**

For rehabilitering av ulykkeskadd  
og kronisk syke



Lisbeth Myhre.  
Foto: Helsedirektoratet

# Lisbeth Myhre utnevnt til Ridder av 1. klasse

Lisbeth Myhre, nylig avgått avdelingsdirektør i Helsedirektoratet, ble i sommer utnevnt til Ridder av 1. klasse av Den Kongelige Norske St. Olavs Orden. Myhre er utnevnt for sin betydelige innsats for mennesker med sjeldne funksjonshemninger.

Lisbeth Myhre var leder for Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon før hun i mange år var avdelingsdirektør ved Helsedirektoratets avdeling for rehabilitering og sjeldne tilstander. Myhre har vært en svært viktig person for sjeldenfeltet i Norge.

Hun var blant annet initiativtaker til handlingsplanen for funksjonshemmede, som var/er et ledd i arbeidet for målet om full deltaking og likestilling for funksjonshemmede i Norge.

Myhre ble pensjonist i år, men gir seg ikke av den grunn. Hun fortsetter sitt engasjement for sjeldenfeltet gjennom sin blogg Myhreperspektiver, der hun skriver om arbeidsliv for alle, rehabilitering, diskriminering og andre aktuelle tema.

De ansatte ved Nasjonalt Kompetansesenter for AD/HD, Tourettes syndrom og narkolepsi har ved mange anledninger hatt gleden av å samarbeide med Myhre.

Vi er svært mange som gjerne vil gratulere henne med utmerkelsen. Den var vel fortjent!

Erling

[myhreperspektiver.blogg.no](http://myhreperspektiver.blogg.no)  
67 Bærum

## Om meg

Jeg er utdannet fysiolog (UiO) og har arbeidet på sykehus, undervist tannleger, forsket på regulering av blodtrykk, drevet med kreftforskning og legemiddelinformasjon.

De ti siste årene har jeg vært ansatt som avdelingsdirektør i Helsedirektoratet.

Tidligere har jeg bl.a. vært avdelingssjef i daværende statens legemiddelkontroll og har 10 års erfaring fra Sosialdepartement (nå Helse- og omsorgsdepartementet).

Min fortid som leder av Funksjonshemmedes fellesorganisasjon (FFO) på 1980-tallet har gitt et viktig grunnlag for arbeidsoppgavene og interesseområder.

Egen erfaring som pasient med en sjelden diagnose og daglig erfaring som bevegelses- og hørselshemmet er gode utgangspunkter for bloggen.

Mange års kontakter med personer med ulike kroniske sykdommer og funksjonsnedsettelse er også nyttig bakgrunnskunnskap.

# Hvordan påvirkes en helseminister og andre politikere?

I Norge har vi et Prioriteringsråd for helse- og omsorgstjenester og en prioriteringsforskrift. Dette handler om fag. Vi har mange eksempler på offentlig finansiert behandling og omsorgstjenester som ikke er forskningsbasert, men tuftet på erfaring og tradisjon. Politikere kommer ofte i klemme når det på faglig grunnlag foreslås endringer i slike tilbud. Forslagene kan bygge på endrede behandlingstilbud, ny evidensbasert kunnskap og endringer i samfunnet. Det er overraskende å se hva det er som kan påvirke politikere til å gå i mot faglig funderte endringsforslag.

I Dagsavisen 8.november 2012 er det omtalt et eksempel som illustrerer hva som påvirker politikere som må svare for faglig råd om endring i tjenester. Departementet foreslo i statsbudsjettet for 2013 å redusere

budsjettet for behandlingsreiser med 25 mill. kr. Et annet sted i budsjettet foreslo de å redusere budsjettet for rehabiliteringstilbud med ca. 25 %. Behandlingsreiser er også omtalt som rehabilitering. Dagsavisen forteller at regjeringen har droppet forslaget om å kutte støtten til behandlingsreiser for kronikere.

## Helseministeren sier:

*"Det er klart at hvert enkelt menneske som ikke ville få den turen som hadde vært bra for dem, ... det gjør inntrykk. Og summen av det engasjementet og forklaringen om hva dette betyr, var lett å ta til seg."*

I **Dagens Medisin** opplyses det at Prioriteringsrådet skal behandle pasientreiser i februar 2013. Det er uheldig at Prioriteringsrådet ikke fikk behandlet saken om behandlingsreiser før statsbudsjettet for 2013 ble lagt frem. Men hvis det er formidling av enkeltpersoners opplevelser og engasjement for saken som får politikere til å snu i budsjettsaker, så virker det unødvendig med behandling i Prioriteringsrådet. Engasjementet for behandlingsreiser blir ikke mindre om Prioriteringsrådet skulle konkludere med at det ikke er faglig grunnlag for å prioritere dette.

Engasjement fra organisasjoner av helsetjenestens brukere er viktig, også i politikutforming. Rehabilitering er viktig for de fleste med funksjonshemninger og er, dessverre, et nedprioritert område. Som nevnt ble budsjettet for 2013 kuttet og det vakte også bekymring i organisasjonene. I FFOs merknader som

ble oversendt stortingets Helse- og omsorgskomite, sies det:

**"Den manglende satsingen på habilitering og rehabilitering i statsbudsjettet for 2013 er skuffende. Innsatsen rundt rehabilitering i spesialisthelsetjenesten går ned med 24,7 % fra 2012, og det bevilges ikke friske nye midler til rehabilitering i kommunene.**

**FFO mener dette er stikk i strid med mål og lovnader om rehabilitering som den neste store helsereformen, og beskrivelsen av feltet i Regjeringserklæringen:**

*"Pasientene skal ha kvalitet i tjenestene. Det må settes av tilstrekkelig ressurser til habilitering og rehabilitering". Politisk plattform for flertallsregjeringen 2009? 2013 "*

FFO beklager situasjonen sterkt, og viser til uttalelsen fra en samlet Helse og omsorgskomite i innstillingen til budsjettet for 2011:

*"Komiteen understreker viktigheten av et godt og riktig rehabiliterings- og habiliteringstilbud blir gitt til alle som trenger det uavhengig av bosted, alder og funksjonsnedsettelse. Riktig mengde til riktig tid er avgjørende for folks mulighet til å stå i arbeid og greie seg selv i størst mulig grad. Komiteen er av den oppfatning at det er sammenheng mellom omfanget av rehabilitering og høyt sykefravær." (Budsjettinnstilling S.nr. 11 (2010-2011))*

# Norsk forening for alders- og sykehjemsmedisin formelt stiftet.

Det første ordinære styret i Norsk forening for alders- og sykehjemsmedisin starter arbeidet med å drøfte brennaktuelle tema som journal i sykehjem og organisering og ledelse. Sammen vil de løfte sykehjemsmedisinen. Under Primærmedisinsk uke i Oslo i forrige uke, ble Norsk forening for alders- og sykehjemsmedisin formelt stiftet, etter å ha hatt et interimsstyre i ett år. To

fra dette styret, den nye lederen **Stephan Ore** og vestlandskon-takt **Kjellaug Enoksen**, er med i det første ordinære styret, som skal konstituere seg neste helg.

– Da skal vi legge opp en arbeidsplan og samle oss om hvilke saker vi skal prioritere i tiden fremover, sier Stephan Ore til Dagens Medisin.

**Brenner for sykehjemsmedisin**  
Både Ore og Enoksen brenner for alders- og sykehjemsmedisinen. Stephan Ore slutter snart som fastlege i Bærum, men har allerede meldt overgang til det Norlandia-drevne Oppsal sykehjem i Oslo. Der er han sykehjemslege og medisinsk ansvarlig.

Kjellaug Enoksen har forlatt et sykehjem i Bergen kommune og tiltrådt en stilling som sykehjemsoverlege i nabokommunen Askøy.

– Hva er de største utfordringene for foreningen, etter ditt syn?

– Det er to brennaktuelle tema, som vi må ta tak i: Jernaler i sykehjem og organisering av legetjenesten, svarer Enoksen. Stephan Ore sier seg enig i dette.

Mener sykehjemstjeneste må telle  
Den nye lederen legger raskt til at det også er viktig at sykehjemspraksis teller som meritterende tjeneste i relevante spesialiteter. Han mener at det nye styret også må ta tak i ledelsesproblematikken, ikke bare i sykehjem, men også i

**DET NYE STYRET:**  
Fra venstre: Guro Steine Letting (vara), Leif Erik Riddervold (Sørlandet), Bjørn Lichtwarck (Nord-Norge), Kjellaug Enoksen (Vestlandet) og Stephan Ore (leder). Astrid Huseby (Midt-Norge) og Stephan Sudkamp (vara) var ikke til stede.

andre deler av Helse-Norge.

– Hittil har vi jobbet mye med faglig innhold i sykehjem, men vi ser at mange av dem ikke klarer å ta tak i ledelsesproblematikken godt nok. Jeg tror at styret må jobbe med dette også, sier han.

Han trekker paralleller til sammenslåingen av Oslo-sykehuse-ne som han karakteriserer som en destruktiv prosess. Den nye lederen håper å få styret med på å se ledelsesproblematikken i en større helsepolitisk sammenheng.

Datasystemene ubrukelige for leger  
Kjellaug Enoksen mener det er et stort problem at de aller fleste kommuner har valgt pleie- og omsorgssystemer.

– Disse pasientadministrative systemene, som er beregnet for å holde oversikt over pasienter, er ubrukelige for leger, fastslår hun.

## Vil løfte sykehjemsmedisinen



## Landsforeningen for Slagrammede vil bidra til å redde liv

**M**ed kampanjen "Redd meg" vil foreningen bidra til at personer som rammes av hjerneslag får rask helsehjelp og en mulighet til å overleve uten varige skader.

Hjerneslag er årsaken til hvert tredje dødsfall i Norge. Hvert år får 16 000 nordmenn hjerneslag. De fleste som får hjerneslag er eldre mennesker, men en del av slagpasientene er relativt unge, og selv om man overlever, kan det være med betydelige skader.

**Redd meg**  
Mange som har fått et slag, får nemlig ikke den hjelpen de trenger, eller de får den ikke raskt nok. Grunnen er ofte at de som er i nærheten når slaget rammer, ikke kjenner til eller kjenner igjen symptomene på et slag. Dette ønsker Landsforeningen for Slagrammede å gjøre noe med. Derfor har de satt i gang kampanjen Redd meg, med avisoppslag, facebook-side og radiospots.

– Jo raskere du får behandling etter et slag, jo større er sjansen for å overleve og unngå varige skader. Men da må folk vite hva som er symptomene på et slag, så de kan kjenne det igjen når de ser det, og tilkalle hjelp, sier Roger Amundsen, leder av Landsforeningen for Slagrammede.

På facebook-siden Redd meg (facebook.com/hjerneslag) er

det derfor lagt ut kort og lett-fattelig informasjon om de vanligste symptomene på et slag. Slik vil foreningen bidra til at alle som er i nærheten når noen rammes av et slag, skal kunne gjenkjenne symptomene og tilkalle øyeblikkelig hjelp.

– Alle som går inn på siden og klikker liker, er med på å spre denne informasjonen og redde liv, sier Roger Amundsen.

Landsforeningen for slagrammede er en av 11 landsforeninger tilsluttet Norges Handikapforbund. Mens NHF arbeider generelt med samfunnsforholdene for funksjonshemmede, retter landsforeningene arbeidet sitt mot en diagnose eller livssituasjon

Hva er hjerneslag?

**Hjerneslag eller apopleksi er en brått oppstått sirkulasjonsforstyrrelse i hjernen. Hvert år får 16.000 nordmenn hjerneslag.**

**Hva skyldes hjerneslag?**  
85 % av slagene er et hjerneinfarkt fordi en pulsåre er gått tett. 15 % av slagene skyldes en hjerneblødning på grunn av at en blodåre i hjernen sprekker.

**Vanlige symptomer**  
Et hjerneslag medfører vanligvis lammelser i den ene kroppshalvdelen. Noen ganger svikter evnen til å snakke eller forstå språk (afasi), andre ganger blir talen utydelig (dysartri) eller man kan få plutselig synstap.

Ofte opptrer vansker med å utføre enkle gjøremål, selv om man ikke er lammet (apraxi). Man kan også få personlighetsforandringer som plutselig forvirring, sinne og irritabilitet, eller likegyldighet og apati.

**Diagnose**  
Ved en nevrologisk undersøkelse av språk, muskelkraft, reflekser og liknende kan legen som oftest fastslå om det er et hjerneslag. En radiologisk undersøkelse av hjernen (CT eller MR) viser om det er et infarkt eller en blødning. En ultralyddopplerundersøkelse kan vise om blodårene er tilstoppet.

**Behandling**  
Behandling av et akutt hjerneslag bør skje i en slagenhet i sykehus. I akuttfasen må hjertefunksjon, blodtrykk, temperatur og lignende overvåkes. Man gir oftest medisiner for å hindre at nye blodpropper dannes. Medisiner som løser opp blodpropper (trombolyse) kan gis til de som kommer raskt til sykehus.

Rehabilitering påbegynnes raskest mulig. Behandling og opp-trening i en slagenhet i sykehus reduserer dødeligheten, bedrer funksjonsevnen og hjelper flere slagpasienter til å komme tilbake til hjemmet.

**Forebyggende behandling**  
Hjerneslag er til dels en livsstilssykdom. Røyking, høyt blodtrykk, hjertesykdom, høyt fettstoff i blodet og sukkersyke, i noe mindre grad også alkohol, inaktivitet og overvekt er fakto-

rer som øker risiko for hjerneslag.

Du kan forebygge slag ved å slutte å røyke, redusere overvekt, begrense alkoholinntak og øke fysisk aktivitet. Hvis flere i familien har hatt slag eller hjer-teinfarkt, bør du spesielt passe på risikofaktorene. Din lege vil noen ganger gi forebyggende behandling med blodpropphem-mende eller "blodfortynnende" medikamenter.

Hvis du har gjennomgått et slag, bør du vanligvis ha forebyggen-de medikamentell behandling. Dersom blodtrykket er forhøyet er det viktig at dette behandles.

**Sykdomsforløp/prognose**  
De fleste symptomene blir grad-vis bedre i løpet av uker eller måneder. Enkelte ganger blir man helt restituert, men mange slagpasienter vil ha en varig restskade som kan hemme dag-liglivets aktiviteter. Av og til kommer en periode med depres-sjon like etter slaget. Det kan også opptre ukontrollert gråt eller latter. Personlighetsforandringer og følelsesmessige forandringer er til dels en direkte følge av den hjerneskade slaget har forårsaket, til dels en reaksjon på den følelse av hjelpeløshet som har oppstått etter slaget.

Kilde:  
www.legeforeningen.no

# Oleanas utsikt er et nytt friluftsområde på Nesodden i Akershus, som er spesielt tilrettelagt

Tross regn, tåke og litt sur vind var det forbausende mange som møtte opp til åpningen. Det var turfolk i alle aldre, også noen på hjul, og representanter fra Oslofjordens Friluftsråd, Akershus og Østfold fylkeskommuner, Seniorsaken og Stiftelsen Sofienlund og Nesodden kommune med ordfører Nina Sandberg i spissen.

Ordføreren hadde fått det ærefulle verv å foreta snorklippingen. I det hutrende været kortet hun inn talen sin, men redaksjo-

nen har fått lov til å gjengi talen i sin helhet:

## Mer takk

Konsulent for friluftslivssaker i Oslofjordens Friluftsråd, Cathrine Restad-Hvalby takket sin medarbeider, Ståle Bratberg, naturveileder i Oslofjordens Friluftsråd, for nok en strålende innsats og Thor Bjørn Lie fra Stiftelsen Sofienlund, som igjen hadde gjort en kjempeinnsats med planlegging trefelling, anleggsarbeid og ikke minst bortrydning. Det ble utrolig mange lass med kvist og grener er sjauet vekk. Stiftelsen ble

også takket for «avståelse av grunn».

Anleggsgartnermester Torgeir Koteng i Hagespesialisten AS ble også behørig takket. 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. Samtidig ble Nesodden kommune takket for at de velvilligst hadde latt Koteng hente både store stener, fyllmasse og jord til dette arbeidet fra kommunalt depot. I forbindelse med feiringen og

kaffekosen fikk Oslofjordens Friluftsråd gratulasjoner og en plakett/diplom med takk for innsatsen som gave av Akershus Fylkeskommune og skilte til HC-parkeringsplassene fra Nesodden kommune.

Stiftelsen Sofienlund er allerede i gang med planer om nye positive tiltak i samarbeid med Oslofjordens Friluftsråd og Nesodden kommune.

## «Oleanas utsikt» offisielt åpnet av Nesoddens ordfører Nina Sandberg

Kjære alle sammen.

Det er en glede for meg å få lov til å foreta den offisielle åpningen av den nye universelt utformede turveien her oppe på Ommen.

I kommuneplanen for Nesodden 2011-2023 har vi folkevalgte valgt ut fire verdier som gir retning for lokalsamfunnet.

Likeverd er en av de verdiene. Nesodden skal være et inkluderende og mangfoldig samfunn, der likeverd og tilgjengelighet er grunnleggende.

Nærhet til naturen er en annen verdi. Nesodden har unike naturkvaliteter i form av skog, strand og sjø. Naturen gir grunnlag for livsutfoldelse, lek, idrett og friluftsliv. Den gir frisk luft, vakre landskap og et spennende dyre- og planteliv. Enkel tilgang til natur gir økt livskvalitet.

Noe av det aller beste ved det å bo på halvøya Nesodden er jo nettopp naturen: Skogen, kulturlandskapene og kystlinja.

Og disse godene, altså mulighetene for friluftsliv og for gode naturopplevelser, skal være for alle.

Like muligheter for å ta del i naturen der man bor er også et spørsmål om verdighet.

Derfor setter vi på Nesodden så stor pris på at vi har blitt tilgode sett i prosjektet Tilgjengelig Friluftsliv, som har lagt til rette både parkeringsplassen, turveien og utsiktspunktet her på Ommen - for rullestolbrukere og andre med nedsatt funksjonsevne.

Jeg synes det er så fint å tenke på at tilgjengeligheten blir større ikke bare her på Nesodden, men i Norge.

Det er faktisk sånn at fra Opegård i nord til Orust i Bohuslän i sør har prosjektet Tilgjengelig friluftsliv medvirket til en oppgradering for funksjonshemmede i hele 70 områder.

Jeg vil derfor takke alle som har medvirket til prosjektet: Her i vår sammenheng er det først og fremst Kommunal- og regionaldepartementet, Akershus fylkeskommune, og ikke minst Oslofjordens Friluftsråd som har brukt egne midler og egen arbeidskraft for å få dette i stand.

På vegne av alle oss som bor på Nesodden vil jeg uttrykke takknemlighet for det som er gjort her med utkikksplass, sti og nytt dekke på parkeringsplassen.

Dette er til glede for alle innbyggerne og det passer bra å åpne stien nå i høstferien.

Dette er for mange er en god anledning for turer i nærmiljøet.

Med dette erklærer jeg turstien til Oleanas Utsikt for åpnet».



Stien slynger seg vakkert gjennom skogen

Bildet i midten: Ane Gisholt Gustavsen (tv) og Nesoddens ordfører, Nina Sandberg, leder de fremmøtte ut mot «Oleas utsikt».

Bildet nederst: Fagsjef for kystleden, indre fjord og ytre fjord øst i OF, Bente Godheim Eikaas får overrakt HC-skilte fra ordfører Nina Sandberg. Thor Bjørn Lie fra Stiftelsen Sofienlund (tv) og Tilsynsvakt i OF er ivrige tilskuere.



*Eiendommen Sofienlund har i mange ligget som pant for bygge-lånet til CatoSenteret i Son. Når den nå er frigitt fra Den Norske Stats Husbank, hvordan føles det å være i gang med nye byggeplaner for eiendommen?*

senter, et medisinskfaglig tilbud, et universelt turveitilbud og etablering av et servicetilbud i området.

- Jeg mener vi står godt rustet etter all erfaringen vi høstet med planlegging, bygging og

privat tjenesteyting og næringsbebyggelse for forretning og kontorvirksomhet. En slik utbygging vurderes å være i tråd med de føringene kommuneplanen har lagt for planområdet, men det må foretas en ny arealdisponering før vi kan sette i

- Konsekvensutredningen vil behandle utredningstemaene hver for seg, samt gjøre en oppsummering av de samlede virkningene. Behov for avbøtende tiltak for å redusere negative virkninger, samt oppfølgende undersøkelser, skal vurderes. I tillegg til den temavise konsekvensutredningen som følger planprogrammet og er hjemlet i forskrift om konsekvensutredning, vil planbeskrivelsen for reguleringsplanen redegjøre for en rekke andre problemstillinger og forhold.

*Dette virker som det er en stor oppgave som må gjøres før man kan komme i gang med selve byggingen. Men hva er det Sofienlund-prosjektet egentlig inneholder?*

-Ja, det er en stor og krevende oppgave, men meget viktig. Når planprogrammet blir godkjent av kommunen har vi et meget godt grunnlag for det videre arbeidet. Det vi planlegger er å bygge et aktivitets- og treningssenter med selveierleiligheter og omsorgsboliger på Fjellstrand.

- Planen er å bygge ca. 40 selveierleiligheter, som vil få 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 blir fra ca. 75 m<sup>2</sup> til ca. 110 m<sup>2</sup>, og de vil bli solgt til markedspris, da overskuddet av dette salget skal finansiere deler av aktivitets- og treningssenteret.

- Videre er det planlagt ca. 20 omsorgsboliger i med romslige sydvendte balkonger. Omsorgsboligenes størrelse blir fra ca. 55 m<sup>2</sup> til ca. 75 m<sup>2</sup>, og de skal bygges etter både husbankens og kommunens erfaringer og anbefalinger.

- Vi har også planlagt et Aktivitets-, behandlings- og treningssenter som vil bli unikt, sier Thor Bjørn Lie. - Det skal blant annet inneholde innendørs aktivitetsarealer med trær og planter, et treningsløypenett og sittebenker, treningsstudio med egnet utstyr, svømme- og behandlingsbasseng, boblebad, dusjer og badstue, aktivitets- og hobbyrom, stuer, kjøkken og 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 og kontor til hjemmehjelpen.

- En meget viktig del av hele konseptet blir det universelt utformede turløypenettet på over 200 mål som vil omkranse Sofienlund-prosjektet.

# Sofienlund-prosjektet

## Intervju med Thor Bjørn Lie



*Rådgiver for friluftsliv og miljøforvaltning i OF, Cathrine Restad-Hvalby, takker Thor Bjørn Lie fra Stiftelsen Sofienlund for «avståelse» av grunn, og for et godt samarbeid om planlegging og praktisk arbeide ved anleggelse av stien ned til Ommen og stien frem til «Oleanas utsikt».*

- Styret i Stiftelsen Sofienlund har i mange år snakket om og planlagt hva vi kunne bruke Sofienlund-eiendommen på Fjellstrand til. Siden vi selv bor på Nesodden har vi kunnet følge med i kommunens ønsker - og planer - om å forbedre situasjonen for den stadig voksende gruppe eldre. Det ønsker vi også, sier Thor Bjørn Lie.

- Så når Husbanken har slettet pantet for CatoSenteret har vi en stor gjeldfri utsiktseiendom på 110 mål som representerer en god egenkapital for vårt nye prosjekt.

- Vi har fått utarbeidet en skisse/forprosjekt for eiendommen. Den, sammen med en formell planforespørsel, ble behandlet i Teknisk-, miljø-, og planutvalget den 12. juni 2012. Utvalget vedtok i dette møtet at det kunne igangsettes et reguleringsplanarbeid for området.

- Stiftelsen ønske er å tilrettelegge for etablering av leiligheter og omsorgsboliger i en funksjonell kombinasjon med et behandlings- og aktivitets-

delvis drifting av CatoSenteret i Son. Vi var stolte da Nils Aage Jegstad, ordfører i Vestby kommune sa etter åpningen av senteret i 1998, at CatoSenteret var det eneste store byggeprosjekt i Vestby kommune, som ikke bare hadde holdt budsjetttramene, men til og med gått med overskudd! Nå ønsker vi å benytte denne kompetansen og erfaringen for å etablere et tilbud for Nesoddens innbyggere. Vår hovedidé er å gi eldre et helhetlig tilbud med et mål om god livskvalitet og en helsemessig gevinst.

- Vår eiendom er i kommuneplanens arealdel angitt som et fremtidig område for offentlig eller privat tjenesteyting, kombinert formål for fremtidig bolig, næring og offentlig eller privat tjenesteyting, nåværende boligområde samt noe LNF-område.

- Vi er i full gang med å utarbeide en områdeplan for Sofienlund, i henhold til plan- og bygningsloven og en detaljregulering for byggetrinn 1, som er bygging av selveierleiligheter og omsorgsboliger, offentlig og

gang bygging.

- Planområdet består i dag av bebygde områder - primært boligbebyggelse, skogområder med høyvokst barblandingskog og etablert infrastruktur. De tilgrensende arealene til vår eiendom består i hovedsak av eneboligbebyggelse og skogområder.

- Vi har nedsatt en prosjekteringsgruppe. I den sitter, foruten meg fra Stiftelsen Sofienlund, Arne Bergdal fra BAS Arkitekt AS, Andreas Sporild Olsen fra Rambøll Norge AS og Jens Olav Kvålsgard fra Veidekke.

- I november sendte vi kommunen et forslag til Planprogram hvor det på grunnlag av vurderingene i programmet foreslås følgende utredningstemaer i konsekvensutredningen:

Forurensing, transportbehov, kulturminner og kulturmiljø, naturens mangfold, landskap, friluftsliv/tilgjengelighet til uteområder og gang-/sykkelvegnett, beredskap og ulykkesrisiko, barn og unges oppvekstvilkår og arkitektonisk og estetisk utforming, uttrykk og kvalitet.

### Grønn Energi

Store deler av energibehovet til leilighetene og senteret vil bli basert på varmepumper og solenergi. Disse viktige forutsetningene vil bli lagt til grunn for byggingen:

- Det tas natur og miljøhensyn ved valg av utbyggingsområde.
- 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 Energiverket.
- Vi vil benytte energieffektivt utstyr og belysning.

måling. Målere for avlesning av strøm, varmt vann og kaldt vann vil bli montert i samtlige leiligheter og vil bli avlest automatisk hver måned, Smart-hus-konsept.

- Energistyringssystem blir installert i alle leilighetene.

- Brann- og innbruddsalarm blir installert i leilighetene og i senteret.

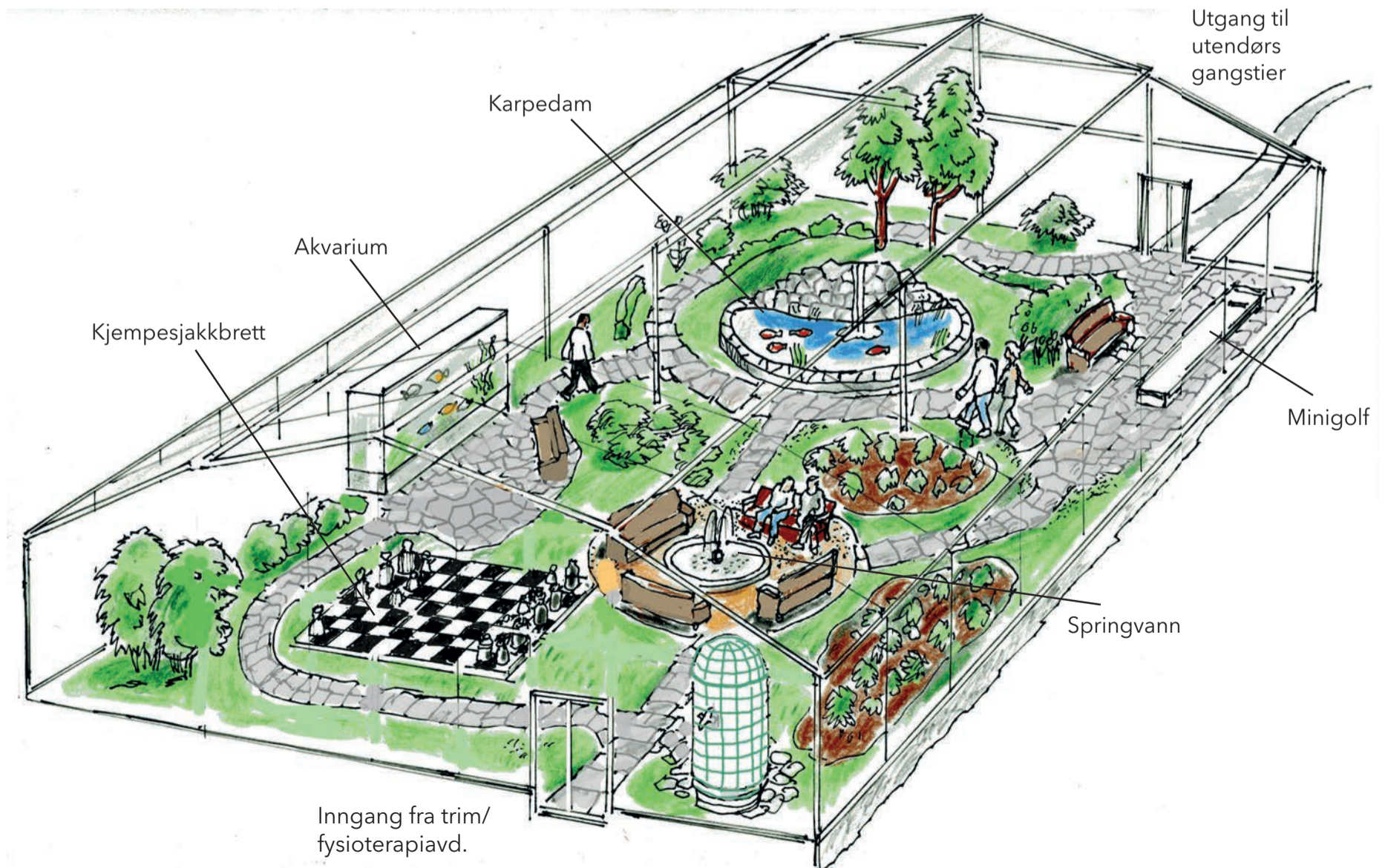
- Utbyggingen blir en stor og krevende oppgave, men meget viktig. Nå venter vi spent på at planprogrammet skal bli godkjent av kommunen. Da vil vi ha et meget godt grunnlag for det videre arbeidet - å bygge et aktivitets- og treningssenter med selveierleiligheter og omsorgsboliger på Fjellstrand, sier Thor Bjørn Lie til slutt.



Fra venstre: Andreas Sporild Olsen, Rambøll Norge AS, Jens Olav Kvålsgard, Veidekke AS, Thor Bjørn Lie, Stiftelsen Sofienlund, Arne Bergdal, BAS Arkitekter AS.

- Det blir energistyring og

## Forslag til trenings- og sansehagen. Konsulent Ørnulf Uddås' skisse viser ytre, søndre del av aktivitets- og treningssenteret.



# Advokat Geir Lippestad er valgt som ny styreleder

Sykehusklovnene bestemte seg nylig for å ha et styre der også eksterne medlemmer inngår, slik at disse kan være sykehusklovnenes ansikt utad, mens sykehusklovnene kan konsentrere seg om det de er best til, nemlig å klovne for syke barn!

Derfor er det stor glede hos alle sykehusklovnene. Advokat Geir Lippestad har sagt ja til å bli ny styreleder.

Samtidig heier de også litt ekstra på alle de andre flotte menneskene i styret: Elina Krantz, Ellen Heidi Lie, Marianne Borgen og Trond Vartdal, samt de-

– Det vi har sett mange ganger er rett og slett at når hun har vært alvorlig syk og vært langt nede, at ved besøk av Sykehusklovnene så vekkes rett og slett noe i øynene hennes, en livsgnist, og det varer lenge etter at de har gått. Det eneste som er trist er at de bare kommer en gang i uka, sier Lippestad.

**HVA?**  
Den første sykehusklovn de kjenner til dukket opp på et barnepsykiatri i London for over 100 år siden. Det finnes i dag ca. 50 sykehusklovnorganisasjoner verden over.

Sykehusklovnene har gjennom de årene vi har eksistert i Norge, skapt en unik grobunn for at klovnebesøk skal være en del av hverdagen til barn innlagt på de sykehusene vi er tilknyttet. Gjennom improvisasjon og samspill med pasienten, pårørende og helsepersonell, bidrar klovnene til positive pusterom i en ellers utfordrende sykehushverdag.

**HVOR?**  
Sykehusklovnene besøker barn og unge på barneavdelingene på Oslo Universitetssykehus (Rikshospitalet og Ullevål) fire ganger i uken og på St Olavs Hospital i Trondheim to ganger i uken. I 2013 starter de også opp på Akershus universitetssykehus på Lørenskog.

De tar også oppdrag utenfor sykehuset, som foredrag og klovnestunt ved spesielle arrangementer.

Ellers i Norge finnes det en egen gruppe sykehusklovner ved Haukeland sykehus i Bergen og i tillegg er det en gruppe sykehusklovner som besøker gamle og eldre.

## Sykehusklovnene jubler



res egne: Kristin Hestad, Martha Kjørven og Tove Karoliussen.

– Det at vi nå har fått Geir Lippestad som styreleder er i så måte enormt viktig i synliggjøringen av organisasjonen og vårt arbeid i tiden fremover. Geir Lippestad yter stor respekt i det norske samfunn, og kombinasjonen av at han er både et kjent ansikt, advokat og pårørende gjør ham til en svært stor ressurs for oss i Sykehusklovnene. Vi er svært takknemlige for at han takket ja, sier daglig leder Kristin Zachariassen.

En gang i uka spiller skuespiller Martha Kjørven rollen som sykehusklovn Olympia. Men det er langt fra alle sykehusbarn som får besøk av en klovn som Martha når de innlagt. Det vil Geir Lippestad nå gjøre noe med. – For disse klovnene kan gi barna livsgnisten tilbake, sier han.

**Vekker livsgnist**  
Sykehusklovn er godt kjent i korridorene på barneavdelingen på Rikshospitalet. Det er også den profilerte forsvarsadvokaten, Geir Lippestad. Han har en datter som lider av en svært alvorlig og kronisk sykdom.

### Vil ha flere klovner

Men ikke alle barn på sykehus får besøk av klovner. Det bør de få, mener Lippestad. Han har nå blitt ny styreleder for Sykehusklovnene, og vil bruke sin kjendisstatus for å jobbe for økt finansiering både fra det offentlige og det private.

– Jeg har stått og kjempet med tårene mange ganger inne på sykerommet. Når man ser den gleden som skapes, og at ting går fra bare å være leit, trist, vondt og vanskelig, til at de engasjere seg, lukke opp øynene, vil være våken, spiller på tromme og rett og slett viser at man vil leve videre når klovnen kommer. Det er stort altså, sier advokaten.

### HVEM? HVA? HVOR?

#### HVEM?

Sykehusklovnene hadde sin speide oppstart i 2001 med gründer Tove Karoliussen og hennes klovn Beate Kræsøy Pling. I dag er de en ideell organisasjon med 15 profesjonelle skuespillere/klovner tilknyttet organisasjonen. Sykehusklovnene driftes på søknads- og gavemidler. Daglig leder er Kristin Zachariassen og kunstnerisk leder er Tove Karoliussen.

FOTO: IDA BREKKE.





# Støtt gjerne arbeidet vårt

Sykehusklovnenes virksomhet, både drift og godtgjøring til klovnene, finansieres av gavemidler og økonomisk støtte fra private og offentlige bidragsytere. Det finnes flere måter å støtte deres viktige arbeid:

**STØTT OSS DIREKTE PÅ KONTONUMMER: 1202 27 48325.**

**GI KRONER 100 VED Å SENDE SMS "KLOVN" TIL 2160.**

**GRASROTANDEL - NORSK TIPPING**

- Be kommisjonæren ved Norsk Tipping om å gjøre sykehusklovnene til din GRASROTMOTTAKER.

Grasrotandelen er en ordning fra Norsk Tipping, hvor du som registrert spiller kan velge ett lag eller én forening som du ønsker å støtte - din Grasrotmottaker. Vi oppfordrer deg til å støtte oss i SYKEHUSKLOVNENE!

Tenk deg at du kan spille favorittspillene dine - Lotto, Tipping og Joker for eksempel - og samtidig gi noe mer til det laget eller den foreningen du selv ønsker å støtte. Dette er nå mulig via Grasrotandelen. Ved spill hos Norsk Tipping vil 5 % av innsatsen gå direkte til ditt lag eller forening (gjelder ikke Ekstra og Flax). Merk at Grasrotandelen ikke på noen måte går ut over innsatsen eller premien din - du blir ikke belastet noe for å være grasrotgiver. Du trenger Norsk Tipping Spillekort for å knytte deg til Grasrotandelen. Spillekort får du kjøpt hos kommisjonær, eller du kan bestille det på [www.norsk-tipping.no](http://www.norsk-tipping.no).

Vi oppfordrer deg til å knytte deg til ordningen allerede i dag, og du gjør det på en av følgende måter:

1. Hos Kommisjonær: Ta med deg strekkoden og ditt spillekort til en av Norsk Tippings mange kommisjonærer.

2. SMS: GRASROTANDELEN 992209054 til 2020 (tjenesten er gratis).

3. Internett: [grasrotandelen.no](http://grasrotandelen.no) eller [norsk-tipping.no](http://norsk-tipping.no).

4. Norsk Tipping Mobilspill.

Mer informasjon finnes på [www.grasrotandelen.no](http://www.grasrotandelen.no). Her vil du også kunne følge med på hvor mye Grasrotandelene genererer for de enkelte Grasrotmottakerne.

**På forhånd takk hvis du vil støtte oss via Grasrotandelen!**

**Sykehusklovnenes JULEGAVE 2013**

Kjøp Sykehusklovnenes kalender for 2013. Gi bort til venner, kjente, ukjente, kollegaer, familie eller deg selv. Du gir da bort en julegave som bidrar til at flere barn og unge på Oslo Universitetssykehus får besøk av klovnene. Og støtter opp om målet vårt: At humor, drømmer og fantasi skal være en del av sykehushverdagen!

Kalenderen kan bestilles på [post@sykehusklovnene.no](mailto:post@sykehusklovnene.no)

**KONTAKT OSS**  
**Daglig leder, presse- og spon-**  
**soransvarlig**  
**Kristin Zachariassen**

[kristin@sykehusklovnene.no](mailto:kristin@sykehusklovnene.no) /  
[post@sykehusklovnene.no](mailto:post@sykehusklovnene.no)  
Tlf: 45 05 99 77/91 55 42 38

**Sykehusklovnene**  
Bernhard Getz gate 3, 0165 Oslo  
PB: 7148, St Olavs plass, 0130 Oslo

**Sagt om sykehusklovnene**

"De er ikke der for å showe. Ikke engang for å vekke latter, ikke først og fremst. De er der for å gi det syke barnet noe annet. Noe annet enn sykehus, hvite frakker, vondt stikk og skummelt. En virkelighetspause..." (Marie Laland Ekeli, A- magasinet).

"Mens resten av sykehuspersonalet på Rikshospitalet jobber med å hjelpe den syke delen av barnet, tar sykehusklovnene tak i humoren, leken, følelsene og fantasien..." (Sparebankstiftelsen DnB NOR).

"Å se sitt barn le og være bekymringsløs et øyeblikk - ja det er mer enn herlig!" (pappa til kronisk syk syvåring).

"Vent. Kan klovnen være her når dere gjør det. Det er så vondt. Hvis jeg ser på klovnen, glemmer jeg kanskje det." (jente, 6 år).

"Kor er klovnan, dæm må vær med mæ til stikkerommet" (gutt 4 år).

"De bringer frem smilet til unger som ikke har smilt på lenge, samtidig som foreldrene senker skuldrene. Sykehusklovnene gir mye begeistring i hverdagen. De gir trygghet til mange barn i en ellers utrygg hverdag." (Ragnhild Hals, spesialsykepleier og leder for barneprogrammet på Rikshospitalet).

"Da et reddet liv også skal leves, har Sykehusklovnene en viktig plass på Rikshospitalets barneposter. Sykehusklovnene er fremtidens medisin". Trond Diseth, avdelingsoverlege, professor dr. med., Barne- og ungdomspsykiatrisk seksjon, Rikshospitalet.

**Skrevet om sykehusklovnene**  
"..I en sykehushverdag preget av alvor, rammer og systemer, representerer klovnen noe som ikke har annet mål enn gode opplevelser her og nå.



Klovnene på bildet med den lille jenta er Beate Kræsj Pling (Tove Karoliussen) og Gerd Bang (Kristin Hestad).

# Omsorgs- tjenester Unge i sykehjem

## FFOs tilråding:

FFO ber komiteen følge opp tidligere stortingsvedtak om at ingen unge skal bo i alders- eller sykehjem.

Det rapporteres i St.prp.1 (2012-2013) at det i 2011 var 137 per-

soner under 50 år som var bosatt i alders- og sykehjem. Dette er en nedgang fra året før, men antall personer som ønsker annet botilbud har økt.

FFO har i flere år uttrykt usikkerhet om tallene. Helsedepartementet orienterte i brev til landets fylkesmenn av 21. mars 2012 om IPLOS-tall hvor det fremkommer at 458 unge personer er bosatt på sykehjem. Det er 292 flere enn det som fremkom i St.prp.1 (2011-2012).

Etter at disse høye tallene ble kjent har Helse- og omsorgsdepartementet gått tilbake på de nye og høyere tallene, og fastholder nå at det er 166 personer bosatt i alders- og sykehjem. I møte med politisk ledelse i Helse- og omsorgsdepartementet i juni ble FFO informert om

at det var opp til kommunene hvordan de definerer hva som er alders- og sykehjem. Samtidig ble det sagt at opphold på sykehjem når man har egen inngang, er i orden.

**Dette er, etter FFO oppfatning, stikk i strid med tidligere signaler og vedtak. Stortingets holdning har vært at unge funksjonshemmede ikke skal bo på institusjon beregnet på eldre. Det har dessuten vært Stortingets mål at alle i denne gruppen skulle flyttes innen utgangen av 2005.**

FFO ber på denne bakgrunn komiteen følge opp tidligere stortingsvedtak om at ingen unge funksjonshemmede skal bo i alders- eller sykehjem.

 Tomterv 41 1408 KROKSTAD Tlf. 64 86 31 03	<b>Kirkestuen Transport</b> 2686 LOM Tlf. 61 21 99 80	 WEVANG Tlf. 22 37 79 30	 Hadelandsveien 841 3520 JEVNAKER Tlf. 32 13 33 00	 Vågsgrøvdv 6 4306 SANDNES Tlf. 51 66 00 27	 Ryghgata 6 3050 MJØNDALEN Tlf. 32 23 68 80	 7890 NAMSSKOGAN Tlf. 74 33 44 74	<b>Nye Jevnaker Bilverksted AS</b> Glassverk. 25 A 3520 JEVNAKER Tlf. 61 31 10 07
<b>Tvemo Transport DA</b> Nannestadv. 1 2034 HOLTER Tlf. 975 79 001	<b>Gausdal Fysioterapi</b> 2653 VESTRE GAUSDAL Tlf. 61 22 35 26	<b>KinoCity-Drammen kino</b> Bragernes Torg 2 A 3017 DRAMMEN Tlf. 32 21 78 60	<b>Motor Forum Eidsvoll</b> Skinnstudumpa 4 A 2072 DAL Tlf. 63 92 29 00	<b>Meny Farmandstredet</b> Jernbanegata 1 D 3110 TØNSBERG Tlf. 33 01 86 00	 Karihaugveien 89 1089 OSLO Tlf. 22 90 67 50	<b>KMS Trafikkskole</b> Bratsbergv 13 7037 TRONDHEIM Tlf. 73 95 73 80	<b>Rauma videregående skole</b> Ringg. 35 6300 ÅNDALSNES Tlf. 47 66 22 00
 Nestby, 8250 ROGNAN Tlf. 75 69 10 03	<b>Mariendal Bil AS</b> Åshøgdv 468 2360 RUDSHØGDA Tlf. 62 36 41 35	<b>Din Kjøreskole AS</b> Tordenskioldsg 22 3044 DRAMMEN Tlf. 32 89 50 90	<b>Johan R. Sunde AS - SPAR</b> 6037 EIDSNES Tlf. 70 19 07 03	 Drammensv. 34 B 3050 MJØNDALEN Tlf. 32 87 62 16	<b>Nettbuss Møre avd Molde</b> Fannestrandv 71 6414 MOLDE Tlf. 815 00 535	<b>NCC Construction AS</b> Fagermesveien 132 8514 NARVIK Tlf. 76 95 07 00	<b>Espeland Transport AS</b> 2560 ALVDAL Tlf. 62 48 80 80
<b>Ødegården Transport ANS</b> 3626 ROLLAG Tlf. 416 35 092	 321 13800	<b>Moss Transportforum AS</b> Vålerv. 157 1599 MOSS Tlf. 69 24 11 30	<b>Nettec AS</b> Kolbotnv 14 1410 KOLBOTN Tlf. 66 81 06 40	<b>Moe Transport og Konsulent Tjenester</b> Kupedalen 15 5723 BOLSTADØYRI Tlf. 900 89 107	 Sunnlandsv. 2 7032 TRONDHEIM Tlf. 73 82 01 00	 Kometveien 7 6419 MOLDE Tlf. 71 24 91 60	<b>Autorisert maskinentreprenør Christensen &amp; Jensen Transport AS</b> 8063 VÆRØY Tlf. 932 07 298
 7084 MELHUS Tlf. 72 87 03 89	 Veritasv 1, 1322 HØVIK - Tlf. 67 57 99 00 - www.dnv.com	 Youngsgt 11, 0181 OSLO - Tlf. 02 390	<b>Bilxtra Askim</b> Haugomg 4 1811 ASKIM Tlf. 69 88 84 00	<b>Bilvarehuset Anker AS</b> Statsm. Otto Blehrs v 1 2312 OTTESTAD Tlf. 62 58 53 50			
 Lerkendalvegen 2, 7600 LEVANGER Tlf. 47 91 30 00	<b>Fræna videregående skole</b> 6440 ELNESVÅGEN Tlf. 71 26 64 00	<b>Willys Trafikkskole AS</b> Andebu 74, 3170 SEM Tlf. 33 31 14 57	<b>Karl Botolfsen VVS AS</b> Fyggleveien 53 8370 LEKNES Tlf. 76 08 05 50	 Bygdøynevs. 37 0286 OSLO Tlf. 24 11 41 50			
 <b>Toyota Norge AS</b> 3002 DRAMMEN - Tlf. 32 20 50 00 www.toyota.no	 Waldemar Thranesg 98 B, 0175 OSLO Tlf. 23 23 47 50 - www.lastogbuss.no	 <b>Bilia Personbil as, Bilia Risløkka</b> Økernv. 115, 0579 OSLO.....Tlf. 22 88 25 00	<b>Opplæringskontoret for Bilfag AS</b> Sunnlandsv 2 7032 TRONDHEIM Tlf. 73 96 95 50	<b>Ringerike Fysioterapi AS</b> Hønevangata 70 B 3515 HØNEFOSS Tlf. 32 12 44 83			
		 DIN TRYGGHET PÅ VEIEN 06000 www.vikingredning.no	<b>Melhus Regnskap AS</b> Melhusvegen 417 7224 MELHUS Tlf. 72 87 82 00	<b>Aut. rørleggermester Stein Johnsen</b> Fagerliveien 30 3538 SOLLIHØGDA Tlf. 901 13 880			
		 Krøderen.....Tlf. 32 14 75 49	<b>Flaten Bil AS</b> Ringveien 3 2500 TYNSET Tlf. 62 48 62 70	<b>Arendal Dyreklinikk</b> Centralg 12 4836 ARENDAL Tlf. 37 02 48 05			
 <b>Lege, spes. Ortopedi</b> <b>Spesialtilsydde/tilpassede sko</b> <b>Alle typer hjelpemidler</b> <b>Innleggssåler</b> <b>Støttebandasjer</b> <b>Ben- og fotproteser</b> Timebestilling 69 30 00 10 www.nof-as.no	 BILSKADESENTERET AS www.bilskadesenteret-as.no	 Besøksadresse: Gidsken Jacobsensvei 32, 8008 Bodo Postadresse: Postboks 1114, 8001 Bodo Tlf: 75 50 74 20 Faks: 75 50 74 21 E-post: post@ortocare-nordland.no Web: www.ortocare-nordland.no Kjeden OrtoCare skal gjennom sitt samarbeid til enhver tid ha fokus på å bedre kvaliteten på ortopediske hjelpemidler og bedre livskvaliteten for våre kunder.	<b>Oslolappen aut. trafikkskole</b> Huitfeldtsgate 19 0253 OSLO Tlf. 22 43 98 00	<b>Høyanger Bil A/S</b> Einar Ramsli's g 29 5900 HØYANGER Tlf. 57 71 32 77			
			<b>Bergmann Diagnostika AS</b> Jogstadv 21 2007 KJELLER Tlf. 63 83 57 50				

# CatoSenteret

CatoSenteret gir rehabiliterings-tilbud til barn, unge og voksne innen områdene:

- **Operasjoner i rygg, multi-traume og multitraume med amputasjon.** Individuelle dag- eller døgntilbud.

- **Kreftsykdommer:** Individuelle døgntilbud eller dagtilbud til pasienter med langvarig redusert funksjonsnivå/allmenntilstand før, under eller etter kreftbehandling. Ambulante tilbud til pasienter som har mottatt døgntilbud eller dagtilbud i samme diagnosegruppe.

- **Hjerneslag:** Individuelle døgntilbud.

- **Nevrologiske og nevromuskulære sykdommer:** (blant annet ervervet hjerneskade og ryggmargsskade med komplett og inkomplett skade). Individuelle eller gruppe døgntilbud. Ambulant tilbud til pasienter som har mottatt døgntilbud i samme diagnosegruppe.

- **Kroniske muskel- og bløtdelssmerter og utmattelsestilstander (CFS/ME):** Til barn og ungdom. Rehabiliteringsopphold etter utredning og diagnostisering og langvarig inaktivitet. Individuelle eller gruppe døgntilbud. Individuelt kort dagtilbud som formøter før døgntilbud og/eller oppfølging etter

døgntilbud.

- **Barn, ungdom og voksne - diagnoseuavhengig.** Med vekt på tilpasset fysisk aktivitet, familie og utdanning. Individuelle dag- eller døgntilbud. Ambulant tilbud til pasienter som har mottatt døgntilbud eller dagtilbud i samme diagnosegruppe.



























- **Arbeidsrettet rehabilitering.** Individuelle dag- og døgntilbud.

- **Fysisk rehabiliteringsbehov med psykiske tilleggsp problemer.** Individuelt døgntilbud for pasienter i kategoriene ovenfor som i tillegg har problemer av psykisk karakter.

CatoSenteret ligger i Son, ca. 50 km sør for Oslo.

**Kontakt oss**  
Telefon 64 98 44 00  
senteret@catosenteret.no

## Raskere tilbake

 <b>Masfjorden kommune</b> www.masfjorden.kommune.no	 <b>Sandefjord kommune</b> www.sandefjord.kommune.no	 <b>Iveland kommune</b> www.iveland.kommune.no	 <b>Nome kommune</b> www.nome.kommune.no	 <b>Hvaler kommune</b> Psykiatritjenesten www.hvaler.kommune.no	 <b>Brønnøy kommune</b> www.bronnoy.kommune.no	 <b>RINDAL</b> PORTEN TIL TROLLHEIMEN www.rindal.kommune.no	 <b>Randaberg kommune</b> www.randaberg.kommune.no
 <b>Våler kommune</b> www.valer-of.kommune.no	 <b>Eidsberg kommune</b> Teknisk Etat www.eidsberg.kommune.no	 <b>Stjørdal kommune</b> www.stjordal.kommune.no	 <b>Grimstad kommune</b> www.grimstad.kommune.no	 <b>Lunner kommune</b> www.lunner.kommune.no	 <b>Vestvågøy kommune</b> www.vestvagoy.kommune.no	 <b>Ringebu kommune</b> www.ringebu.kommune.no	 <b>Eidsberg kommune</b> www.eidsberg.kommune.no
 <b>Rissa kommune</b> www.rissa.kommune.no	 <b>Sirdal kommune</b> www.sirdal.kommune.no	 <b>NORE OG UVDAL KOMMUNE</b> sentraladministrasjonen www.nore-og-uvdal.kommune.no		 <b>Nes kommune</b> www.nes.kommune.no	 <b>vaksdal kommune</b> BYNÅRT BYGDELIV www.vaksdal.kommune.no		
 <b>Tysfjord kommune</b> www.tysfjord.kommune.no	 <b>Hamar kommune</b> www.hamar.kommune.no		 <b>Nesodden kommune</b> www.nesodden.kommune.no		 <b>KRISTIANSAND KOMMUNE</b> www.kristiansand.kommune.no	 <b>Sola kommune</b> www.sola.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

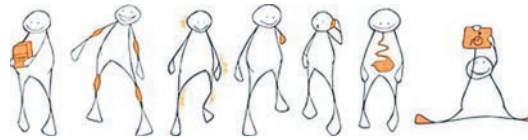


**CYPROMED AS**  
CYBERNETIC PROSTHESES AND MEDICAL EQUIPMENT



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



Birgit Røkkum Skarstein er 23 år og kommer fra Personskadeforbundet LTN Ungdom. Hun har vært styremedlem i Unge funksjonshemmede i ett år.

Birgit bor i Oslo hvor hun har studert statsvitenskap og vært engasjert i studentpolitikk. Hun er nå ansatt som fagkonsulent i

funksjonsnedsettelse. Ekspedisjonen startet fra svenskegrensen i Femundsmarka og gikk til Dovre. Målet for gruppen var å nå toppen av Snøhetta. Distansen som skulle tilbakelegges var 400 km.

Yngste deltager på ekspedisjonen var 22 år gamle Birgit. Hun satt i rullestol og gav alt mens

- Det viktig å si at jeg ikke forventer at andre med funksjonsnedsettelser skal gjøre det samme som meg. Vi er alle forskjellige. Og ikke alle er like heldige som jeg.

- Jeg har to ben som ikke fungerer, men hodet mitt gjør det. Og jeg vil ikke la manglende førighet hindre meg i å gjennomføre det jeg ønsker å gjøre med livet mitt, sier hun.

ekspedisjonsleder Lars Monsen har uttalt at han er sikker på at Birgit kan bli minister om noen år, hvis hun vil.

## Unge funksjonshemmede

**Birgit Røkkum Skarstein er valgt til ny styreleder for Unge funksjonshemmede.**

Norges idrettsforbund og Olympiske og Paralympiske komité.

Birgit får med seg et engasjert nytt styre i arbeidet det kommende året:

Som nestleder ble valgt Simen Brændhaugen fra Ungdomsgruppa i Kreftforeningen. Som styremedlemmer ble valgt Gustav Granheim, Foreningen for muskelsykes ungdom, Tore Aasen Øderud, Norges Blindforbunds Ungdom, Marianne Kufaa Sæterhaug, Dysleksi Ungdom, Anne Kathrine Wexels Wold, Norges Astma- og allergiforbunds ungdom, Kristian Haugland, Mental Helse Ungdom.

Som varamedlem ble valgt Alf Henrik Haugnes Sauge, NORILCO.

### Litt historie

Vi har intervjuet Birgit Røkkum Skarstein i bladet før. Det var i forbindelse med NRK-serien «Ingen grenser». Da ledet Lars Monsen en ekspedisjon med 11 mennesker som alle hadde ulike former for

hun forserte steinrøyser og digre trerøtter. Så ivrig og innbitt var hun at hun glemte å spise og drikke tilstrekkelig så første dagen besvimte hun av utmattelse.

- Det nyttet ikke å bremse Birgit, sa moren den gang fikk høre om ekspedisjonen. Har hun bestemt seg for noe, er det full innsats til hun når målet sitt. Men hun innrømmet at hun ble både bekymret og glad da datteren jublende fortalte at hun skulle være deltager i TV-serien.

Ekspedisjonen ble utrolig nok gjennomført. Mange av oss husker Birgits jubelrop da hun omfavnet varden på toppen av Snøhetta. Som deltager i «Ingen grenser» har Birgit fått utallige hilsener fra kjente og ukjente. Mange fremmede stopper henne på gaten. Alle roser Birgit for hennes fantastiske stå-på-vilje.

- Det er utrolig hyggelig, sier hun. - Hvis den serien kan få både funksjonsfriske og funksjonshemmede til å forstå at de fleste begrensningene i livet vårt sitter i hodet, hadde det vært flott, sier Birgit, men tilføyer:



**Birgit Røkkum Skarstein og Lars Monsen er begge grensesprengende**

