

# Rehabilitering

UTGITT AV STIFTELSEN SOFIENLUND OG SOFIENLUNDS VENNER

NR. 2 2018 22. ÅRGANG

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

Takket være de hundretusener av loddkjøpere i stiftelsens eget lotteri og innsamlede midler, samt og et stort Husbanklån gitt med pant i eiendommen Sofienlund, ble CatoSenteret offisielt åpnet 4. juni 1998.

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 nå i gang med planleggings- og reguleringsarbeid for et nytt Aktivitets-, behandling og treningssenter med selveierleiligheter og boliger 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



Dag Øystein Skarpaas Andersen overrekker blomster til Thor Bjørn Lie, CatoSenterets gründer.

## Cato Senterets 20 års jubileum!

Mandag 4. juni 2018 var det nøyaktig 20 år siden CatoSenteret i Son ble åpnet. Dagen ble markert med pomp og prakt, feiende fanfarer og et hav av blomster.

Den første buketten gikk til senterets gründer og stifter av Stiftelsen Sofienlund Thor Bjørn Lie.

### All ære

- Uten hans innsats og utrettelige ståpåvilje hadde det aldri blitt noe CatoSenter, sa ordfører Tom Anders Ludvigsen i sin tale. Første gang jeg traff Thor Bjørn var på Drøbak City hvor jeg var senterleder.

Han ville selge lodd på senteret, lodd som skulle skaffe egenkapital, og jeg trodde først han spøkte. Men det er nesten ufattelig hva én man kan utrette, sa Vestbys ordfører.

Han sa han skulle gjerne hatt med seg en million kroner, men han hadde med en gave som var av større betydning, nemlig Vestbys kommunevimpel! For han ville slå fast at Vestby er stolt av at CatoSenteret ligger i hans kommune og at senteret er en vesentlig og viktig del av Vestby kommune!



Vestby kommunes ordfører Tom Anders Ludvigsen roser Thor Bjørn Lie og alle ansatte på CatoSenteret

**K**arin Endsjø er CatoSenterets «Grand Old Lady», og Erling Lauritzen er senterets «Grand Old Man». Begge var sentrale medarbeidere i Landsforeningen for Trafikkskadde LTN da Stiftelsen Sofienlund prosjekterte og bygget CatoSenteret, sier styremedlem Tore Henning Larsen.

På denne dag må LTN også takkes. I 1986 hadde Landsforeningen for Trafikkskadde LTN sikret seg en tomt i Hurdal, beliggende mellom sentrene til Røde Kors og Blindeforbundets. Men foreningen greide ikke å skaffe midler til bygging.

Så da Thor Bjørn Lie henvendte seg til Landsforeningen for Trafikkskadde LTNs stifter, Terje Olaussen, og foreslo et samarbeid, ble både rådgiver, nå avdøde, Tom Eitvet og Erling Lauritzen stilt til disposisjon.

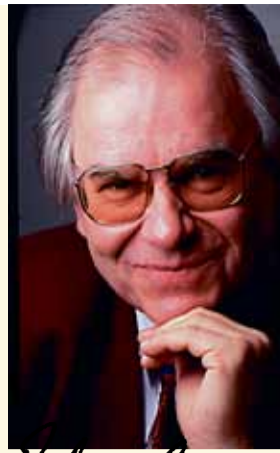
#### Heder til Thor Bjørn Lie.

I 2009 besluttet LTN å tildele Thor Bjørn Lie LTNs hederspris for sin langvarige innsats til beste for trafikk- og ulykkesskadde. Utmerkelsen henger svært høyt. For å få den, må man ha gjort en innsats for LTN i minst 10 år.

-Thor Bjørn Lie, LTN takker deg for all hjelp og støtte, og vi trenger deg fortsatt, sa generalsekretær Marit Andresen den gang.

-I 1998 var Landsforeningen for trafikkskadde teknisk konkurs da du tilbød seg å hjelpe oss gjennom firmaet Lottcon. Uten den hjelpen tror jeg ikke LTN hadde vært i drift i dag.

-Avtalen med Lottcon omfattet også CatoSenteret. En vesentlig del av LTN lotterienes overskudd ble satt på en egen konto, slik at LTNs medlemmer kunne søke om et opphold på CatoSenteret.



*Erling Lauritzen*

13 millioner kroner av overskuddet er betalt for våre medlemmers opphold på CatoSenteret. Et senter som aldri hadde stått der uten Thor Bjørn Lie og hans pågangsmot.

Jeg tror aldri jeg har møtt et menneske som er så full av entusiasme, og som kun ser løsninger og ingen hindringer.

#### Mimring på 20 årsdagen.

20 år - er på forunderlig vis, både lenge siden og veldig nært - på en og samme tid.

Det virker svært lenge siden påsken 1998 da styremedlemmer i Stiftelsen Sofienlund, sammen med sine ektefeller, delte på nattevaktene i det uferdige senteret. Dette måtte vi, fordi vi ikke hadde råd til å engasjere et vaktelskap.

Samtidig virker det kort tid siden den store dagen - 4. juni samme år - Den høytidelige åpningen.

Dagen i dag er en gledens dag! For vi gleder oss over alt det positive som har skjedd siden åpningen. Gleder oss, fordi senteret har blitt - om ikke det beste - som jeg ynder å si - så i alle fall ett av landets beste rehabiliteringssentre.

For vi er stolte når vi hører alle lovordene om senteret, om skryt og takknemlighet fra brukerne som har vært her. Men æren for det er ikke vår. Den æren skal dere ha som arbeider her. Dere fortjener all mulig ros og takk for det flotte arbeidet dere gjør.

Alle fotos er tatt av Tore Henning Larsen



Antropologen Margaret Mead:  
"Tvil aldri på at en liten gruppe med bevisste og engasjerte borgere kan forandre verden. For til alle tider er det nettopp de som har gjort akkurat det".

**SOFIENLUND**  
FOR REHABILITERING OG VITALISERING AV MENNESKER

<p>Utgiver: Stiftelsen Sofienlund, Ommenveien 18 1458 Fjellstrand</p> <p>Redaktør: Erling Lauritzen tlf. 66 78 92 37 mobil 920 26 355 e-post: erling@sofienlund.no</p> <p>Design: Knut T. Frøyhaug,</p>	<p>Annonser: Faktureringservice sør as, tlf. 32 24 44 33 fax 32 24 44 34</p> <p>Orkla Trykk AS Opplag: 25.500 Avisen distribueres på Nesodden, Frogn, Vestby og deler av Ås kommune</p> <p>Redaksjonen avsluttet 10.6.2018</p>
---	--

<p>Stiftelsen Sofienlund Ommenveien 18, 1458 Fjellstrand www.sofienlund.no post@sofienlund.no Foretaksnummer: 961340195 Bankgiro: 8380 08 53462</p>	<p>Stiftelsen Sofienlunds styre: Arbeidende styreformann Erling Lauritzen Daglig leder Thor Bjørn Lie Styremedlemmer Truls Thv. Falkenberg Tore Henning Larsen</p>	<p>Sofienlunds Venner: Tlf: 66 78 92 37 mobil 920 02 6355 E-post: erling@sofienlund.no Foretaksnr.: 976805518 Bankgiro: 8380 0865509</p>	<p>Gavekonto Bankgiro: 8380 40 09941 Lars Henrik Lauritzsens Minnfond Bankgiro: 8380 40 09941</p>
---	--	--	---



# Gratulerer med dagen

- Den fjerde juni 1998 var en stor merkedag for Stiftelsen Sofienlund, sa Thor Bjørn Lie i sin tale. Da innviet vi CatoSenteret i Son. Senteret var opprinnelig planlagt bygget på Nesodden, på vår eiendom Sofienlund, men av ulike årsaker lot prosjektet seg ikke realisere der. Men det gjorde det her i Son.

Jeg ble oppringt av daværende ordfører Nils Aage Jegstad i Vestby kommune, som hadde registrert at vi i flere år hadde jobbet i motbakke på Nesodden. Han var klar og tydelig. «Kom til oss i Vestby kommune. Vi trenger både senteret og arbeidsplassene».

Jeg trodde nesten ikke mine egne ører. Er det mulig?

Dagen etter satt jeg i møte med Vestbys ordfører, rådmann, teknisk sjef og advokat. I løpet av vårt første møte ble vi enige. Nå setter vi setter i gang!

Planene for senteret var klare og vi kjøpte omgående en 40 måls eiendom på Øståsen i Son. Reguleringsarbeidene i kommunen gikk unna på 6 måneder og vår entreprenør, Veidekke, startet grunnarbeidene. Vei, vann og kloakk kom på plass i løpet av rekordtid.

Vi fikk finansiert senteret i samarbeid med Husbanken og Vestby kommune og startet byggingen av CatoSenteret. Samtidig traff vi daværende senterleder, nå ordfører Tom Anders Ludvigsen. Han åpnet dørene på Drøbak City for salg av Stiftel-

sen Sofienlunds lodd til inntekt for CatoSenteret.

Vi følte oss velkommen til Vestby kommune. Det var som å komme til en annen verden.

Vi måtte riktignok stille vår 110 mål eiendom på Nesodden, som sidesikkerhet for lånet til CatoSenteret i Husbanken, en pant på 78 millioner, som nå for øvrig er slettet, men det tok ca.15 år før det skjedde.

Den 4. juni 1998 ble CatoSenteret offisielt åpnet av fylkesordføreren. Du verden så stolte vi var, sammen med våre nyanstatte, og Vestby kommune. Jeg overrakte CatoSenterets nøkler til Cato som igjen overrakte nøklene videre til vår nyanstatte administrerende direktør Vigdis Lygren. Senteret var i gang.

Takket være våre ansatte og et godt samarbeid med Husbanken, våre øvrige bankforbin-

delser, Vestby kommune, Oslo kommune, Stiftelsens Sofienlunds landsdekkende lotteri og for ikke å glemme daværende Helseminister Tore Tønne, klarte vi å komme oss gjennom flere store økonomiske utfordringer og permisjoner i de første årene. Og det med 100 % prosent fornøyde brukere. Det sier alt om de ansattes store innsats fra dag en.

Senteret har i høyeste grad levd opp til, og innfridd alle forventninger. En stor takk til dere alle på CatoSenteret. Dere gjør en kjempejobb hver eneste dag, og det har foregått i 20 år! Gratulerer med dagen!

Som nevnt, har Husbanken frigitt pantet på Nesodden, og prosjekteringen av Sofienlund-senteret med tilhørende leiligheter er i full gang. Sammen med «Nye» Nesodden kommune, Husbanken og med prosjektstøtte fra Sunnaas sykehus, skal vi bygge et senter for rehabilitering og egenmestring for seniorer, for å møte eldrebølgen.

Et senter som vil strutte av iver og entusiasme, slik senteret gjør her i Son.

Vi ønsker CatoSenteret lykke til med de neste 20 årene og vi ser frem til et godt samarbeid.

På vegne av Stiftelsen Sofienlund vil jeg gjerne få overrekke CatoSenteret ved administrerende direktør Finn Berset en bukett med blomster. De er delvis plukket på vår eiendom Sofienlund, som gjorde det mulig for oss å bygge CatoSenteret i Son.

Gratulerer med dagen, og med 20 års jubileet!



To stolte menn - Thor Bjørn Lie og Truls Thv. Falkenberg - foran CatoSenteret i Son.

Thor Bjørn er i dag Stiftelsen Sofienlunds daglig leder og Truls er styremedlem. Truls er også stiftelsens representant i CatoSenterets styre.

### Omsorgsboliger

Stiftelsen Sofienlund bygget ikke bare CatoSenteret på sin eiendom i Son. Vestby kommune trengte sårt omsorgsboliger og vi ble fort enige med Vestby kommune at vi kunne bygge omsorgsboliger til de eldre i kommunen som trengte en slik leilighet.

Før CatoSenteret åpnet, startet vi planleggingen av hvor omsorgsboligene burde ligge og hvor mange vi kunne få plass til.

Vi bygget opp en stenmur langs bilveien mot vest og fikk de nivåene vi trengte for å få det til. Alle fikk en liten hage foran egen inngang, som var på bakkeplan.

Stiftelsen ble enig med kommunen om å selge omsorgsboligene, som selveierleiligheter, hvor kommunen hadde utpekningsrett til alle som skulle kjøpe sin egen omsorgsbolig.

Det ble dannet et eget sameie for de 20 boligene. Stiftelsen Sofienlund fikk et overskudd på

årene har det behovet ikke vært til stede og rommene og stuene benyttes til andre formål.

### Opptreningsleiligheter for sterkt skadde

Landsforeningen for trafikkskadde var sterkt opptatt av at unge trafikkskadde ble plassert på landets sykehjem, og ikke fikk muligheten til tverrfaglig rehabilitering for de som hadde et opptreningspotensial. Stiftelsen Sofienlund bygget derfor et bokollektiv med 5 små leiligheter med hvert sitt minikjøkken og en felles stor stue kombinert

Etter noen år måtte vi dessverre selge bokollektivet for å redde CatoSenteret fra konkurs. Vestby kommune kjøpte bokollektivet og banken slettet rentene på et tilleggs lån.

CatoSenteret unngikk konkurs. Pressen satte søkelyset på kommunene, som etterhvert sluttet å plassere sterkt skadde på sykehjem.

### 2008/2009 ble CatoSenteret utvidet og påbygget

Stiftelsen Sofienlund ble forespurt av CatoSenterets styreleder Bjørn Nordby om vi kunne påta oss prosjektledelsen for utbyggingen i og med at vi hadde bygget CatoSenteret.

Vi svarte ja og utførte oppdraget og bidro samtidig med kr. 300.000,- til prosjektlederutgiftene.

# Stiftelsen Sofienlund bygget mer enn bare CatoSenteret

Det var flere hensyn som måtte tas, men de viktigste var at alle beboerne fikk god utsikt mot fjorden og kort gangvei til senteret, samtidig som leilighetene var på ett plan og med inngang fra bakkeplan.

For å kunne bygge 20 omsorgsboliger, som var et ønske fra kommunen, bygget vi leilighetene i 2 etasjer. 10 stk. leiligheter à 70m<sup>2</sup> i hver etasje, men slik at alle leilighetene fikk egen inngang fra bakkeplan. 10 leiligheter med inngang fra vest og 10 leiligheter fra øst.

1.8 millioner kroner for salget av omsorgsboligene.

De ble gitt som gave til CatoSenteret. Vestby kommune fikk et tilskudd på 20 omsorgsboliger i kommunen.

### Pårørendeboliger

For at pårørende, som etter hvert kom fra hele landet, bygget Stiftelsen Sofienlund 2 pårørende boliger rett syd for CatoSenteret med lån fra Husbanken. Dette for å gjøre det rimeligst og best mulig for de pårørende.

Det var den gang mange unge som ble skadet i trafikken. Foreldrene var meget takknemlig for den muligheten. I de senere

med et komplett kjøkken med regulerbare kjøkkenbenker, skap, komfyr etc. De sterkt trafik- og andre skadde fikk tverrfaglig rehabilitering og opptrening daglig på CatoSenteret.

De fleste bodde i bokollektivet i mange måneder og fikk faglig støtte og hjelp til å lage sine egne måltider. De hjalp også hverandre og de gjorde store framskritt. De fleste kunne reise hjem til sin familie etter 6 til 9 måneder. Enkelte kom også ut i arbeid igjen. Alle fikk et langt bedre liv, enn de hadde fått, hvis de ikke hadde kommet til CatoSenteret.



Her står Thor Bjørn Lie og Truls Thv. Falkenberg foran pårørendeboligene som ble bygget for å gjøre det rimeligst og best mulig for pårørende som ønsket å være sammen med sine barn som var skadet i trafikken. Foreldrene var meget takknemlig for den muligheten. I dag brukes boligene til andre formål



*Stiftelsen Sofienlund bygget ikke bare CatoSenteret. Vestby kommune trengte omsorgsboliger. Vi la opp en stennmur langs bilveien mot vest og bygget 20 leiligheter. 10 leiligheter i hver etasje. Alle leilighetene med egen inngang fra bakkeplan. 10 med inngang fra vest og 10 fra øst. Alle fikk en liten hage.*

*Det ble dannet et eget sameie for boligene. Etter ønske fra kommunen ble omsorgsboligene solgt som selveierleiligheter, hvor kommunen hadde utpekningsrett til alle som skulle kjøpe. Ved salget fikk Stiftelsen Sofienlund et overskudd på 1.8 millioner kroner. De ble gitt som gave til CatoSenteret.*



*Thor Bjørn og Truls hadde en lang rundtur i området ved CatoSenteret før feiringen av 20 årsjubileet startet.*

# Det svinger av CatoSenteret - One note samba



Primus motor avdelingsleder Dag Øystein Skarpaas Andersen dro festen i gang.

- Det er stas med 20 år, sa Dag Øystein. - Tenårene er over, men nå går vi over i de voksnes rekke. Da er det flott å stoppe opp – se litt tilbake – men mest fremover. Det er andre forventninger til en voksen enn til en ungdom. Vi har en spennende tid foran oss. Hyggelig at så mange vil feire sammen med oss – gjester og samarbeidspartnere. Slik innledet Dag Øystein Dagen

-Mange av dere som er gjester her i dag har bidratt på hver deres måte at vi har utviklet oss til det CatoSenteret er i dag. Blant våre gjester er:

- Samarbeidspartnere innenfor idrett og friluftsliv

- Ulike sykehus som vi samarbeider med
- Apotek som vi samarbeider med
- Kompetansetjenesten for rehabilitering
- Vurderingsenheten for habilitering og rehabilitering
- Representanter for finans og revisjon
- CatoSenterets venner og representanter fra brukerutvalget
- Våre Nærmeste rehabiliteringssentre Jeløya og Bakke
- Vestby kommune ved ordfører Tom Anders Ludvigsen
- Arkitektene bak vår Atrichage, Darren og Tone Saintz
- Rektor ved Vestby videregående skole
- Hovedorganisasjonen VIRKE

- og ikke minst STIFTELSEN SOFIENLUND

-I denne stiftelsen satt det noen personer med spesielle egenskaper. De hadde en visjon, en stor porsjon stahet, sterk tro og ikke minst en ukuelig optimisme og en liten porsjon galskap.

-Leder av stiftelsen – Thor Bjørn Lie må komme opp til meg.

DET HADDE IKKE VÆRT NOE Å MARKERE I DAG UTEN DERES INNSATS.

--Er det 30 års jubileum for dere? Dere fortjener en blomst.



Thor Bjørn Lie takker Finn Berset for den gode innsatsen han har gjort for senteret og overrekker Finn Berset en blomsterbutt, der noen av blomstene er plukket på Sofienlund, tomten der CatoSenteret egentlig skulle ha ligget.

Første taler er en prinsippfast kar: Han har jobbet på CatoSenteret i over 8 år. Da han startet var det hans klare plan å arbeide 2-3 dager i uken. I tillegg var han fast bestemt på at han ikke skulle inn i lederfunksjon med mye ansvar i den tiden han hadde igjen i pensjonstiden. I løpet av sitt første år ble han direktør på CatoSenteret, men det skulle ikke vare mer enn 6 måneder. Nå har han vært vår leder i over 7 år. Prinsipper er til for å brytes, og det har vi medarbeidere satt STOR pris på! Ordet gis til Finn Berset, vår direktør!

Direktøren holdt en langtale der han store ordelag takket alle samarbeidspartnere, alle sine fantastiske medarbeidere og Medirest, og blant de mange - Ulike sykehus, Jeløya og

Bakke, Darren og Tone Saintz, Kompetansetjenesten for rehabilitering, Vurderingsenheten for habilitering og rehabilitering, Vestby kommune og Vestby videregående, Hovedorganisasjonen VIRKE, Helse Sør/Øst og ikke minst Stiftelsen Sofienlund som gjorde det hele mulig!



Her er Cato sammen med bl.a. Mette Halvorsen og Anita Renne Finstad.

Cato snakket varmt om at CatoSenteret jobber etter samme visjon som da den ble utmeislet.

Men arbeidet med Strategidokument for senteret ble igangsatt i 1999 da Thor Bjørn Lie var administrerende direktør. Han satte i gang en teambuildingsprosess for å få meislet ut en felles visjon for CatoSenteret, og han engasjerte daværende administrerende direktør på Aker sykehus, Maylen Sundin og konsulent Henrik Borchgre-vink til å lede prosessen.

Hele CatoSenterets lederteam deltok, pluss Cato Zahl Pedersen. Prosessen forgikk over mange uker og ble til en Visjon og et Strategidokument der alle ansatte på senteret sto bak. Dokumentet ble ferdig 7. oktober 1999 og er på 4 sider. På første side står denne visjonen:

## Visjon

**CatoSenteret er mulighetenes senter, en veiviser innen egen mestring og rehabilitering I møte med den enkelte står verdighet og respekt sentralt**

**CS tilrettelegger for tverrfaglighet og drives av kontinuerlig kunnskaps- og ferdighetsutvikling**

Til slutt ville Dag Øystein Andersen ha opp foran senen Mette Halvorsen og Anita Renne Finstad. Begge har vært ansatt på Cato-Senteret i over 20 år.



Deretter ville han å ha opp alle ansatte som hadde vært ansatt mellom 15 og 20 år, 10 og 15 år og de siste 5 år.



Så sang vi sammen Ånglamark – takk til sommeren og naturen og ikke minst den flotte hagen vi er i. Spiste marsipankake med kaffe til og inviterte alle som ønsket det en omvisning i hele senteret.



Trond Hammer (45) bor på Hønefoss, og gift med Tine og har barna Sofie (13) og Nora (9). Nylig ble jeg valgt som stolt styreleder i Sunnaasstiftelsen. Med meg har jeg et styre av ypperste kaliber, og en daglig leder i fantastiske Marianne Dybwad, sier han. Felles for oss alle er at vi ønsker det beste for mennesker som er rammet av sykdom eller skade som snur opp ned på livene våre, og de som står oss nær. Jeg vet hva jeg snakker om. Har selv en egenopplevd hendelse som setter meg i stand til å forstå den som trenger hjelp.

Sommeren 2015 var jeg og et par venner på sykkelturn rundt

ling. Jeg kjente at det ikke var bra. Alt fra livet og ned følte ut som det lå og fløt over bakkenivå, og jeg forsto at ryggen var knekt. Bak Hammer kom en av kompisene. Sammen fant de fram mobilen og fikk ringt etter ambulans. Hammer ble fraktet til Volda sjukehus hvor han ble tatt imot av blant andre kirurg, Jon Backer Hjorthaug. Legen innså fort at tilstanden var alvorlig.

– Det var en utfordring for oss, for det er ikke hver dag vi får inn slike pasienter. Men vi har et system for det, så vi slo traumalarm og fikk kartlagt skadeomfanget. Han hadde alvorlige

å være avgjørende. I ettertid har legene konkludert med at Hammer ikke ville ha overlevd hvis han hadde ventet med operasjonen til han kom til Trondheim. Selv har Hammer tenkt mye på hvordan utfallet hadde blitt hvis sykehuset ikke hadde hatt akuttkirurgi den dagen.

– Jeg er ekstremt glad for at denne ekspertisen var på plassen da jeg skadet meg. Uten innsatsen fra lokalsykehuset, hadde jeg ikke vært i live i dag. Det betyr alt for både meg og familien min.

Etter ulykken i 2015 ble jeg komplett lam fra livet og ned.

dagliglivet, samt det å klare å fungere best mulig i hverdagslige aktiviteter.

Jeg har tatt et viktig standpunkt: Jeg prøver ikke få til det jeg drev med før! Jeg skaper meg den nye normalen! Jeg er stolt av å kunne få lov til å styre teamet til Sunnaasstiftelsen gjennom utfordringene som møter oss fremover.

Gleder meg til å jobbe i lag, sammen blir det gode resultater!

# Uten innsatsen fra lokalsykehuset hadde jeg vært død

om i Norge. Da vi kom til Volda, gikk det skikkelig ille. Jeg kjente i starten at det vibrerte i sykkelen og tenkte at det bare var litt ujevn asfalt. Men så klikket det litt i styret og det ble som gelé. Da hadde jeg asfalten, autovernet eller grøfta å velge mellom. Jeg kastet meg ut i grøfta fordi jeg tenkte at der var det mykest. Men smellet ble hardere enn jeg hadde sett for seg. I grøfta lå det stein.

– Da jeg kom til meg selv, lå høyrebeinet i en forvridd stil-

skader i flere organer og var det vi kaller multitraumatisert. Han hadde også tegn på indre blødninger, men det stabiliserte seg, sier Backer Hjorthaug.

Fordi tilstanden ble oppfattet som stabil, besluttet teamet å sende Hammer til Trondheim hvor han kunne opereres. Men like før avgang med lufthelikopter, gikk det galt. – Igjen ble han veldig dårlig. I samarbeid med Hammer ble vi enige om at vi måtte operere umiddelbart.

Den avgjørelsen skulle vise seg

Det endret min hverdag, både hjemme og på jobben - i jobb hos politiets eliteavdeling - hvor jeg fortsatt er ansatt.

Jeg har siden ulykken jobbet mye med å holde kropp og hode i sjakk. En tidlig, og god rehabilitering er veldig viktig for mulighetene videre. Jeg har også vært til rehabilitering ved CatoSenteret. Her fikk jeg veldig god oppfølging i form av 1-1 oppfølging på fysisk trening og mestring. Dette har jeg brukt for å videreføre trening i



Politioverbetjent Trond Hammer, som ble alvorlig skadet i en trafikulykke på sykkel, holdt «brukerne jubileumstale» og kunne ikke få rost Cato Senteret nok. Etter mitt første opphold så jeg ingen begrensninger, bare muligheter, sa politimannen som er tilbake på jobb, i politiet. Da han skulle hjem etter oppholdet på CatoSenteret ble han hentet av sine kollegaer. I helikopter!



Da Ronny Hestvik Olsen styrte med paraglideren, ble ryggsoylen delt i to. Nå bor han alene i huset sitt i Namsos igjen, og klarer seg selv.

Det var en fin aprildag og sola skinte. Vi sto i Spillumslia og hadde utsikt til Spillumsfjellet. Jeg gledet meg til arbeidsdagen var over. Da skulle vi opp dit og fly. Jeg hadde holdt på med paragliding i tre år, og det er herlig å sveve høyt i det blå. Vi pleier alltid å sjekke flyforholdene. Det var meldt stabilt og fint, hele kvelden.

Ronny var først ut, mens flygekompiisen Øyvind forbe-

40-50 meter rett ned på fjellet og mistet bevisstheten.

Ambulanshelikopteret kom. Han kan umulig overleve en helikoptertur helt til St. Olavs Hospital. Vi må få han til sykehuset i Namsos, sa en av hjelperne. Nei, han må til St. Olavs! svarte en annen.

Ronny var døende da han kom dit. 2 liter blod ble tappet fra venstre lunge. Han hadde dårlig pust. Ryggen var brukket tvert og sideforskjøvet, forkortet, rotert og vinklet. Røntgenbildene viste to ryggmargskanaler. Ryggmargen så ut som en S, sier Tom Tørhaug, rehabi-

landing. Et trent traumeteam tok imot. Riktig billeddiagnostikk, akuttmedisinsk vurdering, behandling og operasjon ble utført av erfarne ryggkirurger ett døgn etter.

Det var vanvittig vondt, sier Ronny. Jeg hadde brukket ryggen og 11 ribbein, høyre underarm og ankel var knekt. Venstre skulderblad var knekt og venstre kragebein var brukket. En nyre var delt i to og indre blødninger presset lungen sammen. Ambulansefolkene ga meg Ketalar, en slags sterk krigsmedisin som befridde meg fra smertene.

Ortoped Torstein Bräuer var ansvarlig ved operasjonen. Han valgte en ny metode for å reparere ryggsoylen. Metoden, som kun brukes på St. Olavs Hospital, er anvendt på ca. 60 pasienter i Norge. Kirurgene gjorde en eksakt anatomisk reposisjon, ved hjelp av to stag og ti skruer, for at Ronny skulle slippe klem på ryggmargen. Ronny lå i kunstig koma i ni dager. Da var det fantastisk å møte den virkelige verdenen igjen og en Tørhaug som informerte om ryggmargsskader, og forberedte meg på at jeg nok aldri ville klare å bevege føttene igjen.

Fysioterapeuter begynte å bevege armene og beina mine for å unngå tilstivning, og da brudene var stabilisert, begynte treningen for alvor om lag en måned etter krasjlandingen. Det er viktig å begynne så tidlig som mulig. Ronny hadde et bra rehabiliteringspotensial, sa fysioterapeutene. Han var treningsmotivert, interessert og nysgjerrig. Deres rolle er å være veiledere.

Bevegeligheten i armer og rygg ble bedre. Jeg kunne kle på seg sjøl, uten hjelpemidler, og behersket rullestolen bedre. Lærte meg å rygge ned en bakke og komme meg opp en fortauskant. Jeg klarte også å få meg opp i stolen alene, når jeg lå på golvet, ved å bruke armene, og kjøre opp og ned trapper.

Jeg er utrolig takknemlig for hjelpen jeg har fått på St. Olavs. Fysioterapeutene lærte meg å bli komfortabel i den nye livssituasjonen, sier Ronny. Tørhaug slår fast at det tverrfaglige samarbeidet i dette tilfellet fungerte, fra dag en. Rehabiliteringslegene kom inn tidlig og var rådgivende part for kirurgene allerede et døgn etter operasjonen. For å bli tverrfaglig god må man være særfaglig supergod, og våre fysioterapeuter er akkurat det. De jobber med de ryggmargsskadede fra de er helt sengeliggende til de trener i en godt tilpasset manuell rullestol.

Føttene til Ronny bare hang der. Han prøvde stadig å røre på dem, å tenke at han skulle klare det. Men så ble han vant til tanken om at de nok ikke kom til å våkne igjen, noen gang. I november ble han utskrevet fra St. Olavs Hospital etter 7 måneders innleggelse. Broren bodde sammen med ham i Namsos i starten, for å hjelpe.

Så kom jeg til CatoSenteret. Her begynte jeg å trene føttene. Etter 3 måneder frem og tilbake fra Namsos, kunne jeg sykle på en spesiell treningssyssel, mens jeg satt i rullestolen. Musklene på baksida av lår hadde våkna. Fysioterapeutene satte hårreisende mål. De ville jeg skulle gå 20 meter med prekestol, i en gangbane iført en sele. De dro prekestolen og stoppa føttene mine på riktig sted. Jeg følte jeg bare hang med på en måte, men jeg styrte jo føttene fremover selv, det var utrolig gøy!

Han er nå på CatoSenteret i perioder, men bor i huset sitt i Namsos alene. Anklene henger ennå bare ned. Jeg tenker det er fordi de er lengst unna skadestedet. Det er bare å vente. Ronny har fysioterapi tre ganger i uka i hjemkommunen. På CatoSenteret trener han flere timer om dagen. Sist han var på CatoSenteret, gikk han 500 meter, rundt huset med prekestol. Under jubileumsfesten er han tilbake der.

### Oppsummering

Ronny Hestvik Olsen fra Namsos var døende da han kom til sykehuset. Men så skjedde det en rekke av begivenheter, som har ført ham dit han er i dag. Dette er mirakuløst. Ryggsoylen var delt i to, men kirurgene klarte å rekonstruere den igjen, ved hjelp av en spesiell metode. Ronnys historie hører til sjeldenhetene. Ennå er det slik at de aller færreste med så store ryggmargsskader aldri vil oppå igjen, sier Tom Tørhaug.

Ronny var nylig på fysioterapiutdanningen ved NTNU for å fortelle studenter om ryggmargsskader. Det er artig og interessant å kunne bidra. Jeg har fått så mye hjelp og vil gjerne gi noe tilbake, sier han selv.

Artikkelen er tatt fra Fysioterapeuten og bearbejdet av redaksjonen.

# Dagen som forandret alt

redte seg. Jeg hadde kamera på hjelmen. Jeg ropte av glede da jeg hoppet. Etter ei lita stund, blåste det opp og på filmen kan man høre meg si: Oi sann, da kastevinden kom. Den slo ned i skjermen min som klappet sammen. Som en stein falt jeg

literingslege ved avdeling for ryggmargsskade ved St. Olavs Hospital i Trondheim. Tørhaug slår fast at en rekke faktorer spiller inn for at det har gått som det har gjort med Ronny. Kort transporttid til universitetssykehus, uten mellom-

Ryggskade.  
Den har gått tvers av.



Anatomisk rekonstruksjon















Her sitter Ronny i sansenhagen godt omkranset av lyttende ansatte. Solbrillene forteller at det var skarp sol og varmt.

Vi takker alle våre annonsører  
for gode støtte  
og ønsker fortsatt god sommer.

 <b>Storm VVS AS</b> 1521 MOSS Tlf. 69 21 08 20 <a href="http://www.stormvvs.no">www.stormvvs.no</a>	 <b>Joker Bulandet</b> 6987 BULANDET Tlf. 57 73 21 44	<b>Myhres Bygg &amp; Kalkulasjon</b> Påskefjellveien 7 1658 TORP Tlf. 905 57 987	<b>Østerhagen Transport AS</b> Vangliv 10 a 2322 RIDABU Tlf. 62 59 66 13	<b>Lastebiltransport O. Westad &amp; Sønner AS</b> Langbakken 22 1430 AS Tlf. 908 70 775	<b>Prestholt Geitestøl</b> Høgehaugvegen 23 3576 HOL Tlf. 32 08 94 09	 <b>SKL Energi til utvikling</b> 5401 STORD Tlf. 53 49 60 00
<b>Tannlege Gisle Lauvstad</b> Storg 1 A, 1850 MYSEN Tlf. 971 30 701	<b>Nettec AS</b> Kolbotn 14 1410 KOLBOTN Tlf. 66 81 06 40	<b>Grenland Antitrust AS</b> Raset 63, 3735 SKIEN Tlf. 35 53 55 00 <a href="http://www.grenlandantitrust.no">www.grenlandantitrust.no</a>	 <b>TRAFIKKSKOLEN</b> Langvasseid 9910 BJØRNEVATN Tlf. 934 14 356	<b>Furnes Anlegg og Transport ANS</b> Geilevika 6055 GODØYA Tlf. 905 52 438	<b>Rally Bilverksted AS</b> Pancoveien 8 1624 GRESSVIK Tlf. 907 41 988	<b>Kolbu Bilservice Vegard Eriksen</b> Kolbuvegen 495 2847 KOLBU Tlf. 61 16 03 03
<b>Ørje Bil og lakk</b> Industriveien 3, 1870 Ørje 1870 ØRJE Tlf. 970 97 158	 <b>mass</b> snøryddingskompani as Saltboveien 39 1560 LARKOLLEN Tlf. 911 15 254	<b>Buer AS</b> Trippstadveien 44 1814 ASKIM Tlf. 69 88 86 30	 <b>Vestlandstak as</b> ALT I FLATE TAK OG MEMBRANER <a href="http://www.vestlandstak.no">www.vestlandstak.no</a> Tlf. 70 11 29 10, e-post: <a href="mailto:post@vestlandstak.no">post@vestlandstak.no</a> Postboks 780 Spjelkavik, 6022 Ålesund	 <b>Grimstøl</b> Sørli 90, 1788 HALDEN Tlf. 69 21 14 80	 <b>Berglyhallen Autosenter AS</b> Sørli 4, 1788 HALDEN Tlf. 69 21 19 20	<b>Toyota Hønefoss AS avd Hadeland</b> Garverivegen 3 2740 ROA Tlf. 61 32 47 70
<b>Gaular Bygde- og Sjukeheim</b> 6973 SANDE I SUNNFJORD Tlf. 57 71 82 00	<b>Löwenstein Tømrer AS</b> Trondheimsvegen - Jessheim 940 2054 MOGREINA Tlf. 936 65 250	<b>Knut Farestveit Rør og Sveis</b> Modalen 1041 5729 MODALEN Tlf. 901 82 524	<b>Bilsenteret Bjugn AS</b> Botngård, 7160 BJUGN Tlf. 72 52 05 30	<b>NORVA<sup>24</sup> Vest</b> Sløvågen 16 5960 DALSØYRA Tlf. 57 78 11 70	 <b>HAUGENS BILSERVICE AS</b> Kåshagvegen 178 2380 BRUMUNDDAL Tlf. 62 35 64 47	<b>Rørleggerfirmaet Lien &amp; Co</b> Storgata 52 2830 RAUFOSS Tlf. 61 19 08 39
 <b>KIWI mini pris</b> <b>Kiwi Vestby</b> Vestbyveien 31 1540 VESTBY Tlf. 64 95 06 01	<b>Moss Elektro A/S</b> Årvollskogen 10 1529 MOSS Tlf. 69 23 34 00	<b>Nettbuss AS</b> Vestliven 3 3570 ÅL Tlf. 32 08 60 60	<b>HV service AS</b> Lierbakkene 152 3425 REISTAD Tlf. 32 85 05 00	<b>TS Bygg</b> Solhøyveien 14 3080 HOLMESTRAND Tlf. 926 94 743	 <b>KMS</b> KMS ARKITEKTER AS 3187 HORTEN Tlf. 406 29 225	<b>Utne Transport AS</b> Statsmin Torps v 49 1722 SARPSBORG Tlf. 69 13 72 30

## Raskere tilbake

 <b>SEL KOMMUNE</b> <a href="http://sel.kommune.no">sel.kommune.no</a>	 <b>Våler kommune</b> <a href="http://valer.kommune.no">valer.kommune.no</a>	 <b>Austevoll kommune</b> <a href="http://austevoll.kommune.no">austevoll.kommune.no</a>	 <b>Bremanger kommune</b> <a href="http://bremanger.kommune.no">bremanger.kommune.no</a>	 <b>Åmli kommune</b> <a href="http://amli.kommune.no">amli.kommune.no</a>	 <b>Orkdal kommune</b> <a href="http://orkdal.kommune.no">orkdal.kommune.no</a>	 <b>Roan kommune</b> <a href="http://roan.kommune.no">roan.kommune.no</a>
 <b>Sund Kommune</b> <a href="http://sund.kommune.no">sund.kommune.no</a>	 <b>Ringebu kommune</b> <a href="http://ringebu.kommune.no">ringebu.kommune.no</a>	 <b>Marker kommune</b> <a href="http://marker.kommune.no">marker.kommune.no</a>	 <b>Sør-Varanger kommune</b> <a href="http://sor-varanger.kommune.no">sor-varanger.kommune.no</a>	 <b>Ørland kommune</b> <a href="http://orland.kommune.no">orland.kommune.no</a>	 <b>MOLDE KOMMUNE</b> <a href="http://molde.kommune.no">molde.kommune.no</a>	



Vi lager mer enn fotsenger. Ortoser og proteser tilpasses og justeres av erfarne og engasjerte fagfolk.

**Moss Ortopedisk Klinik AS**  
**Ortopediske hjelpemidler**

69 25 00 35  
 Prinsens gate 9  
 1530 Moss  
[www.moss-ok.no](http://www.moss-ok.no)

**Rogne Aut. Trafikkskule A/S**  
Storevågen 73  
6020 ÅLESUND  
Tlf. 70 15 85 60

**Sebu Bil & Bensin AS**  
Vindev. 1  
2940 HEGGENES  
Tlf. 61 34 29 20

**BEMA** BEMA AS  
BILDELERUTBYR  
www.bema.no

**H. Hannevold Transport AS**  
Hvittingfosseveien 425  
3092 SUNDBYFOSS  
Tlf. 33 05 78 83

**Andreas Bottolfs Verksted AS**  
Heggveien 9  
3370 VIKERSUND  
Tlf. 32 78 84 81

**Rønnings Bilverksted A/S**  
Otnes  
2485 RENDALEN  
Tlf. 62 46 72 02

**Brødrene Katrud as**  
samfermester  
Gosenveien 9  
3055 KROKSTADELVA  
Tlf. 901 22 437

**BF BYGGFORM**  
Eternitveien 8  
3470 SLEMMESTAD  
Tlf. 31 28 92 70

**Bilskadesenteret Namsos AS**  
Navarvegen 3  
7820 SPILLUM  
Tlf. 74 27 67 33  
www.bilskadesenteret.no

**NMCU**  
NORSK MOTORCYKKELEUNION  
Skoggata 5, 1502 MOSS  
Tlf. 908 37 374

**joker Joker Vallset**  
Skallervegen 2  
2330 VALLSET  
Tlf. 62 58 72 01

**Automek AS**  
Strandvegen 10  
6200 STRANDA  
Tlf. 70 26 04 77

**mobile**  
Mobile Jessheim AS  
Energiveien 14, 2069 JESSHEIM  
Tlf. 63 97 94 00

**Son VVS AS**  
Elgveien 2  
1555 SON  
Tlf. 934 48 809

**EIKER VEKST**  
Medlemsklubb og lønnsklubb  
Ryghgata 6  
3050 MJØNDALEN  
Tlf. 32 23 68 80  
www.eikervekst.no

**T. AASEN SOLSKJERMING**  
Forusparken 28  
4031 STAVANGER  
Tlf. 51 85 99 00  
t-aasen.no  
*et soleklart valg*

**KIWI mini pris**  
**Kiwi Vik**  
Vik Senter  
3530 RØYSE  
Tlf. 32 15 92 00

**Taxi Hedmark**  
03 650  
Bestill enkelt din taxitur (1-4 pers) med vår nye app.  
Besøk vår hjemmeside: www.taxi-hedmark.no

**Møre og Romsdal fylkeskommune Samferdselsavd.**  
Fylkeshuset  
6404 MOLDE  
Tlf. 71 25 80 00  
www.mrfylke.no

**Circle K E6 Berger**  
Bølerveien  
2016 FROGNER  
Tlf. 63 00 06 30

**Drammen Auto 7 AS**  
Buskerudveien 117  
3027 DRAMMEN  
Tlf. 401 61 602

**Vest-Agder fylkeskommune**  
- EN DRIVKRAFT FOR UTVIKLING  
Todenskjoldsg 65, 4614 KRISTIANSAND S  
Tlf. 38 07 45 00 - www.vaf.no

**Fjellheimen Leirskole**  
Vi tilbyr alle med utviklingshemmingen uke med friluftsliv i Engerdal. Ring 400 24 950  
**Friluftsliv for alle**

**SpareBank 1 HALLINGDAL VALDRES**  
Geilo, Ål, Gol, Hemsedal, Nesbyen, Flå, Fagernes, Heggnes og Beitostølen  
Tlf. 03 202

**TSL Transportsentralen Lillestrøm**  
- spor oss som bruker oss!  
Din lokale totalleverandør av:  
Kranbiler - Spesialbiler - Stykk gods - Termobiler - Tippbiler - Langtransport  
Transportsentralen Lillestrøm  
Postboks 12, 2021 Skedsmokorset  
Telefon: 64 83 56 00 - E-post: ekspedisjon@tsl.no

**BRATTLI BYGG**  
Alt innen bygg og reparasjoner  
**ANDERS WOIE**  
Snekker og daglig leder  
Tjore 85  
4887 Grimstad  
Tlf. 90768447  
andwoie@gmail.com  
www.brattlibygg.no

**Aktiv Hjelpemidler as**  
Melby Gård, Bråteveien 156, 2013 Skjetten

SE OGSÅ VÅRE NYE NETTSIDER: [WWW.AKTIVHJELPEMIDLER.COM](http://WWW.AKTIVHJELPEMIDLER.COM)

[WWW.AKTIV-HJELPEMIDLER.NO](http://WWW.AKTIV-HJELPEMIDLER.NO) vår nyeste brosjyre Multikjelke

følg oss på Facebook 

<https://www.facebook.com/AktivHJ/>

**SNAP DRIVE**  
Vi kan bil  
**Snap Drive Lørenskog**  
Solheimsveien 54, 1473 LØRENSKOG  
Tlf. 03 010 / 977 03 010  
tidligere Lørenskog Bil og Caravan Service AS

**OCH ORTOPEDI**  
A være et helt menneske, er å føle seg som et

Bevegelsehemming skal ikke stå i veien for livskvalitet. OCH ortopedi har siden 1845 vært en ledende aktør i utvikling av ortopediske hjelpemidler. Vi er stolte over å være ISO-sertifisert. For deg som pasient innebærer dette at vi kan tilby spesialtilpassede hjelpemidler av høyeste kvalitet og standard.

Oslo og Akershus	Møre og Romsdal	Distrikt	Oppland
72 28 82 00	70 14 50 40	60 30 17 70	61 24 73 30

**Hammerfest Taxibus AS**  
Storgata 2, 9600 HAMMERFEST  
Tlf. 78 41 12 34  
Busser tilpasset rullestolbrukere!  
Utstyr i våre busser: Sotete ruter, Radio/stereoanlegg, Air-vondition, Luksusstoler, Tilhengerfeste og stor tilhenger.  
Kontakt oss: 78 41 12 34 eller mail: post@hammerfesttaxi.no

**forlaget Last & Buss Nettboka**  
**Bransjens "bibel" på nett**

**Nettboka - en online database med søk, sammenligning og lagring av detaljert informasjon om nyttekjøretøy.**  
[www.lastogbuss.no](http://www.lastogbuss.no)

**HAV AIG**  
Hjelpemidler • Ansvar • Utvikling  
Utviklet • Personlig • Assistanse

**ER BRUKERSTYRT PERSONLIG ASSISTANSE (BPA) INTERESSANT FOR DEG?**  
Ta kontakt med en av HAV's rådgivere i dag!

**HAV BPA**  
Vi vil gi den enkelte tjenestemottaker en god og meningsfull hverdag. Alt vårt arbeid er basert på vår visjon om å skape en lettere hverdag med BPA. Vi legger stor vekt på at den enkelte tjenestemottaker selv bestemmer hvordan dagen skal være. Vi vet verdien av gode relasjoner til tjenestemottaker, ansatte og oppdragsgiver, som totalt sett gir deg ett bedre tilbud.

**HAV AKTIV**  
Hav Aktiv er for deg som ønsker å være mer i aktivitet. Alt fra sit-ski, ski pigging, basket, syk ling etc. Vi gir veiledning ift. til aktivitet og opplæring.

**HAV FUNKSJONSASSISTANSE**  
Ordningen med funksjonsassistent er et nytt brukerstyrt virkemiddel for funksjonshemmede arbeidstakere. Nødvendig assistanse skal sørge for at du kan få eller beholde ordinært arbeid.

Bygdøy allé 23 • 0262 Oslo • Tlf. 45 22 22 88 • E-post: hav@havas.no • www.havas.no 

**Son Blikk & Ventilasjonsmontasje AS**Borgermester Aases gate 22, 1526 MOSS  
Tlf. 918 66 303*Morten Rognstad*  
T I M R E R Tlf. 916 46 800Stensrudvegen 4 B, 2335 STANGE  
Tlf. 916 46 900 - e-mail: morogns@onliene.no**Alarmanlegg  
Brann og Innbrudd  
Kameraovervåking**400 79 900  
post@omasecurity.no**Graving Drenering  
Ole Kristian Moen**Bjbergveien 208  
1820 SPYDEBERG  
ole.moen@gmail.com  
Ole Kristian Moen  
415 42 220  
Liss Forsberg  
415 04 647**CONSEM ENTREPRENØR AS**  
www.consem.no**Montasje og vedlikehold**Korsegårdveien 48, 1809 ASKIM  
Tlf. 913 36 931**Kristian Sørby AS**Vangsjordet 28, 1811 ASKIM  
Tlf. 905 50 356 - www.sorby.as**Norsk Scania AS**Drammensveien 159, 0212 OSLO - Tlf. 05 464  
Epost: info@scania.no - www.scania.com**MIDTGÅRD**Nestby, 8250 ROGNAN - Tlf. 977 20 350  
post@midgaardtransport.no - www.midgaardtransport.no  
Flytting - Termotransport - Stykkgodstransport - Flisstransport**TF TRANSPORT  
-FORMIDLINGEN**Østre Aker vei 255, 0976 OSLO  
Tlf. 22 90 75 00 - www.tf.no**Guri Kunna  
videregående skole**  
Skolegata 14, 7240 HITRA  
Tlf. 74 17 43 00 - www.gurikunna.vgs.no**price****Price Lagerbutikk AS**  
Nybruveien 7, 3055 KROKSTADELVA  
Tlf. 32 23 10 80 - www.lagerbutikk.no**Snekkerne  
BORGEDAL OG HAGEN**  
2634 Fåvang**NYBYGG TILBYGG  
RESTAURERING**J.E. Borgedal 975 49 300  
je-borge@online.noP.O.Hagen 911 15 295  
p-ohagen@online.no**Moss Transportforum**Vålerv. 157, 1599 MOSS  
Tlf. 69 24 11 30 - www.mtf.no**Samuelsen Maskin a.s**

entreprenør



6445 MALMEFJORDEN

Tlf. 71 26 88 00  
Fax. 71 26 88 01E-post: firma@samuelsenmaskin.no  
www.samuelsenmaskin.no

Graving - Sprengning - Transport - Belegningstein

**MAXBO****Maxbo Vestby**  
64 98 66 90  
vestby@maxbo.no**SpareBank 1  
ØSTLANDET**

2302 HAMAR - 915 07 040 - www.sparebank1.no

**AN Bygg**

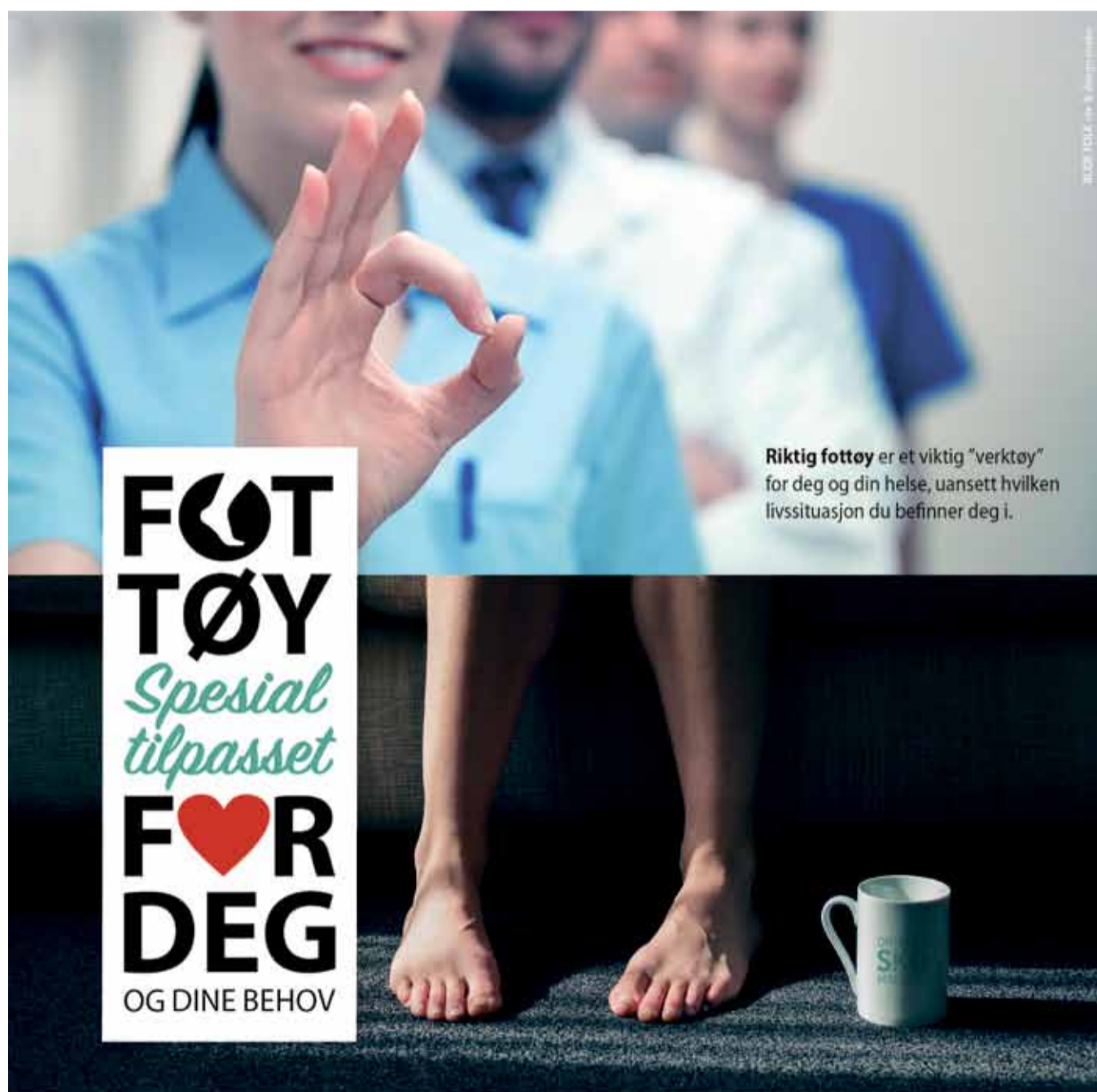
Vi leverer og monterer alle typer stålbygg

Vålaugsvegen 138, 2032 MAURA  
lf. 63 99 77 90 - www.anbygg.no**Akutt Kiropraktikk**Bestill time - 24 07 24 07  
Løkkeveine 13, 0253 OSLO  
Time på dagen/kveld**Kiropraktikk og helse AS**Ulvikens vei 141, 1930 AURSKOG  
Tlf. 475 07 767**HELSEHUSET SINSEN**  
www.helsehusetsinsen.no

Hasleveien 38, Inng. Sinsenveien, 0571 OSLO - Tlf. 22 35 67 81

**Smurfit Kappa**

Norpapp

Hensmoveien 31, 3504 HØNEFOSS  
Tlf. 32 17 22 00 - www.smurfitkappa.com**Tvedestrand Kiropraktorklinikk  
ved Henriette Nykvist**Hovedgata 42  
4900 TVEDESTRAND  
Tlf. 459 09 208**Møller Bil Orkdal**Bårdshaug Vest, 7300 ORKANGER - Tlf. 72 47 11 00  
www.orkdalbil.no**FOT  
TØY**  
Spesial  
tilpasset  
**F♥R  
DEG**  
OG DINE BEHOV**Riktig fottøy er et viktig "verktøy"**  
for deg og din helse, uansett hvilken  
livssituasjon du befinner deg i.Gå en lysere tid i møte,  
med våre EASY B sko.**easy b****Sko med god funksjonalitet**Fås i 4 bredder, i små og store størrelser.  
Noen modeller har elastisk overdel. Skoene har flere innleggssåler som kan tas ut hver for seg for bedre passform. Opplever du hevelser eller forskjellig størrelse på bena i løpet av dagen, kan EASY B være løsningen for deg.

FØLG OSS PÅ FACEBOOK / ortopediskomakeren

**Skobutikken for deg som ikke  
finder sko andre steder.**

Sko, innleggssåler, fotsenger - ortoser og støttebandasjer for alle aldersgrupper, aktiviteter og anledninger.

**ORTOPEDI  
SKO  
MAKEREN**

Ortopediskomakeren AS er et datterselskap av Norsk Ortopedisk Fottøy AS. Leverandør av ortopediske hjelpemidler i samarbeid med NAV.

epost: post@ortopediskomakeren.no  
www.ortopediskomakeren.noOslogata 4, 1610 Fredrikstad / Tlf. 69 30 00 10  
MAN - FRE 09:00 - 15:00 / TOR 09:00 - 15:00 (18:00)

Gratis parkering ved inngangsdøren. \*Langåpent etter avtale.