

Rehabilitering

UTGITT AV STIFTELSEN SOFIENLUND OG SOFIENLUNDS VENNER

NR. 3 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
Stifter
Daglig leder
Styremedlem

Truls Thv. Falkenberg
Styremedlem

Tore Henning Larsen
Styremedlem



Sofienlundsenteret har støtt på større utfordringer enn et veltet furutre

Mye skjer på Sofienlund for tiden. Det skriver vi mye om i dette nummeret.

Blant annet hadde vi besøk av Hege Andersen, nyansatt næringsrådgiver i Nesodden kommune, som kom sammen med styreleder i Nesodden Næringsråd, Torgeir Koteng.

Deg har vi ventet på lenge, sier Koteng til næringsrådgiveren og deltar ivrig i omvisningen. Som nærmeste nabo kjenner han området godt, og som eier av firmaet Hagespesialisten har han opparbeidet turnettet og utsiktsplassen «Oleanas Utsikt». Arbeidet ble utført på oppdrag

fra Stiftelsen Sofienlund og Os lovfjordens Friluftsråd etter omfattende dugnadsarbeid, og med midler fra Sparebankstiftelsen DnB.

Dette er imidlertid bare begynnelsen, sier han og Thor Bjørn Lie nærmest i kor. Sofienlundsenteret vil få Nesoddens flot-

teste rekreasjons- og tuområde, tilrettelagt og tilpasset for bevegelseshemmede i alle aldre. Stiftelsens 110 mål store eiendom grenser til Oslofjordens Friluftsråds eiendom Ommen, et yndet utflukts- og badested som anløpes av «Nesoddbåtene» om sommeren.

Det var stor spenning i forkant av informasjonsmøtet om Sofienlundsenteret i Folkets Hus på Fjellstrand.

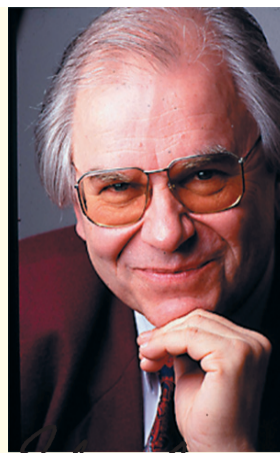
For 25 år siden var stemningen på Fjellstrand negativ, og resultatet ble at Stiftelsen Sofienlund bygget CatoSenteret i Son i Vestby kommune. Denne gangen var stemningen en helt annen, selv om det ble gitt uttrykk for at prosjektet vil sette et betydelig fotavtrykk i grenda, skrev Amta.

Godt forberedt

Det var en godt forberedt daglig leder i Stiftelsen Sofienlund, som sammen med Nesodden kommune presenterte detaljreguleringen for eiendommen Sofienlund.

Sivilingeniør Thor Bjørn Lie tok forsamlingen med på en eventyrlig reise, fra CatoSenteret i Son, til det som skal bli Sofienlundsenteret på Fjellstrand.

- Ting tar tid, sa han og refererte til arkeologiske undersøkelser, konsekvensanalyse, risiko og sårbarhetsanalyse, og en rekke andre utredninger som må foretas før spaden kan settes i jorden.



Erling Lauritzsen

I tillegg skal det bygges 2 «hotellrom» for gjester tilbeboerne på Sofienlund, og andre besøkende på Nesodden. I tillegg til varmtvannsbasseng, boblebad og badstue, vil senteret inneholde treningsrom, garderobeanlegg, og utleielokaler til helse relaterte bedrifter som frisør, fotpleie, hjemmehjelp, etc. Senteret vil bli et aktivitets-, trenings- og tverrfaglig opptreningscenter, basert på våre erfaringer fra CatoSenteret, forteller Thor Bjørn Lie.

Opphold i disse leilighetene vil bli bestilt og betalt av det offentlige, mens leilighetene som legges ut for salg kjøpes og betales av den enkelte.

Dessverre er det mange som etter en sykdom eller en ulykke vil ha behov for livslang trening og rehabilitering. Denne gruppen vil få et enestående tilbud ved å kunne bo og trene på Sofienlundsenteret.

Men nå er vi godt i gang, godt hjulpet av Nesodden kommune, Sunnaas sykehus, og våre gode bankforbindelser DnB og Statens Husbank. I tillegg har vi erfaringene fra CatoSenteret i Son, de kommer godt med på Fjellstrand.

Detaljreguleringen for Sofienlund har ligget ute på offentlig høring, og Nesodden kommune har mottatt til sammen 27 innspill. Innspillene går i hovedsak ut på innsigelser og kommentarer til Sofienlundsenterets størrelse, og «fotavtrykk» i området.

Alle innspillene er positive til rehabiliteringssenteret som sådan, med svømmebasseng, treningsfasiliteter og turområder, men leilighetene som skal finansiere senteret er man skeptisk til.

Dessverre argumenteres det med feilaktig og villedende informasjon. Gjeldene planforslag innebærer ikke 140 boliger. Det skal bygge 45 selveierleiligheter og 20 -25 rekkehus. Totalt maks 70 boliger.

Sofienlundsenteret vil bli bygget basert på erfaringene Stiftelsen Sofienlund har fra CatoSenteret.

Senteret vil få 20 brukerrom med minikjøkken, som bygges i henhold til Husbankens normer, og med plass til overnatting for pårørende. Disse skal IKKE selges, men være en helt essensiell del av senterets tilbud rettet mot

- Dette var veldig nyttig og positivt, sier Linn Reppe, Bodøværingen som har gjort nesodding av seg. Hun er utdannet økonom, har en Master i eiendomsutvikling, og jobber i et ledende og landsdekkende prosjektlederskap innen bygg og infrastruktur. Linn har følgelig en profesjonell tilnærming til prosjektet, men gleder seg mest til å kunne bruke fasilitetene på Sofienlundsenteret.

Stort fotavtrykk

- Vi er positive til senteret og arbeidsplassene, sier Karin Moe Røisland, men synes prosjektet vil resultere i et for stort fotavtrykk i det lille grendesamfunnet.

Den tidligere departementsråden og SV-politikeren syntes imidlertid at møtet var veldig nyttig, selv om mye fortsatt er uavklart.

Alle fotos er tatt av
Tore Henning Larsen

SOFIENLUND
FOR REHABILITERING OG VITALISERING AV MENNESKER

Utgiver: Stiftelsen Sofienlund, Ommenveien 18 1458 Fjellstrand	Annonser: Faktureringservice sør as, tlf. 32 24 44 33 fax 32 24 44 34
Redaktør: Erling Lauritzsen tlf. 66 78 92 37 mobil 920 26 355 e-post: erling@sofienlund.no	Orkla Trykk AS Opplag: 25.500 Avisen distribueres på Nesodden, Frogn, Vestby og deler av Ås kommune
Design: Knut T. Frøyhaug,	Redaksjonen avsluttet 10.10.2018

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 Thor Bjørn Lie Styremedlemmer Truls Thv. Falkenberg Tore Henning Larsen	Sofienlunds Venner: Tlf: 66 78 92 37 mobil 920 02 6355 E-post: erling@sofienlund.no Foretaksnr.: 976805518 Bankgiro: 8380 0865509	Gavekonto Bankgiro: 8380 40 09941 Lars Henrik Lauritzsens Minnfond Bankgiro: 8380 40 09941
---	---	---	---

Alle mottatte høringsuttalelser er besvart.

Som styreleder i Stiftelsen Sofienlund og redaktør for Rehabilitering er det fristende å offentliggjøre uttalelsen fra styrelederen i Nesodden Næringsråd Torgeir Koteng. Mannen som aktivt forskjøner store deler av Nesodden. Her er noe av det som ble skrevet da Oleanas utsikt ble innviet:

«Oleanas utsikt» på Nesodden er tilrettelagt for alle.

Cathrine Restad-Hvalby og Ståle Bratberg i Oslofjordens Friluftsråd har, sammen med Thor Bjørn Lie fra Stiftelsen Sofienlund, nok en gang gjort en strålende innsats for selve utformingen av «Oleanas utsikt». Alle tre ble på åpningsdagen behørig takket for deres kjempeinnsats med planlegging trefelling, anleggsarbeid og ikke minst bortrydning av kvist og kvast. Stiftelsen ble også takket for «avståelse av grunn».

Og etter hvert som anlegget er blitt benyttet, er det fler og fler som uttrykker forbauselse og glede over anleggsgartnermester Torgeir Koteng i Hagespesialisten arbeid med stien.

Koteng fikk oppdraget fordi han hadde den beste ideen, både om hvor turløypen burde gå, og hvorledes det hele skulle kunne bli best utformet i terrenget.

Som eksempel viser vi bildeutsnittet av en liten bit av veien mot Oleanas utsikt, som kan skimtes i bakgrunnen. Det opprinnelige forslaget Torgeir Koteng fikk fremlagt – var en sti/vei lagt i rett linje fra parkeringsplassen og ned til utsiktspunktet.

Men heldigvis fikk Koteng frie tøyler, og dermed slynger stien seg nå naturlig nedover i skogen i slake svinger. Derfor er Torgeir Koteng også engasjert til å ta seg av veier og stier i terrenget rundt boligene.

Fra: Nesodden Næringsråd <styretinnr@gmail.com>
Sendt: fredag 14. september 2018 07:32
Til: Dokumentsenter, Postmottak
Kopi: Nesodden Næringsråd
Emne: Offentlig høring / ettersyn av Sofienlund

Hei

Sofienlundprosjektet vil bli en av Nesoddens største arbeidsplasser og vil ha store positive ringvirkninger for Nesodden under byggeperioden og i driftsperioden.

Det er et godt gjennomarbeidet, fremtidstenkende, samfunnsnyttig prosjekt som Fjellstrand og Nesodden kan være stolt av i fremtiden.

Det at vi er så heldige å ha en visjonær som Thor Bjørn Lie som gjør dette uten tanke på personlig vinning er så unikt at det egentlig ikke er til å tro.

Alternativet med oppkjøp av Skanska, Selvaag eller en annen stor entreprenør som gjør et slikt prosjekt med fokus på størst mulig fortjeneste er et skummelt alternativ.

Nå vil vi som lokalsamfunn, naboer og kommunen i sin helhet bære frukter av et prosjekt som har blitt utsatt alt for lenge.

Bonusen på dette er økte skatteinntekter og økt lokal handel for Nesodden Kommune, samt muligheten for reduserte kostnader siden vi vil holde oss spreke langt inn i alderdommen og ikke ha behov for så mye kommunal hjelp.

Ved å se til Catosentret i Son og se hva det er betydd for økonomien i Vestby.

Flere lokale arbeidsplasser
Mindre trafikk ut av nesodden for å reise på jobb
Økt lokal handel
Økt positiv omtale av Nesodden som rehabiliteringskommunen

Med hilsen
Styreleder NNR

Torgeir Koteng



Hvordan vil det bli å bo på Sofienlund?

Vi spør Bente og Thor Bjørn Lie, som bor der allerede!

Mange tror at Nesodden ligger langt unna, og at det tar lang tid med båten. Men det tar jo bare 23 minutter, sier Bente, og legger til at tiden passer fint til å ta en kopp kaffe eller spise en is. Båtturen er i seg selv en god opplevelse!

På Nesoddtangen står det alltid en buss, og turen til Fjellstrand tar raske 15 minutter. Båtene og bussene er alltid presise og korresponderer perfekt med hverandre. I rushtiden er det avgang hvert 20. minutt, ellers er det halvtimes ruter (nesten) hele døgnet. Fra bussholdeplassen er det kun 3 minutters gange til Sofienlund.

Ekteparet Lie bor i villaen, som i sin tid ble bygd av en hjemvendt norskamerikaner, og som i fremtiden vil bli Sofienlundprosjektet «hjerte».

Fremtidsplanen

Den gamle ærverdige «Sveitervillaen» på Sofienlund er kraftig oppgradert, og vil inngå som et sentralt tilbud i Sofienlundsenteret. Til daglig vil det bli benyttet til sosialt samvær

med servering av kaffe/te og enkle retter. Til fest, møtevirksomhet og andre sammenkomster vil det være en viktig del av selve Bo-konseptet.

Felles feiring 17. mai vil være en selvfølge, slik bildet ekteparet Lie viser, der de står bunadskledde på trappen. Men huset vil bli like aktuelt å benytte til annen selskapelighet, og kan leies ut til brylluper, fødselsdager eller andre jubileer. Stedet er som skapt for festlige anledninger.

Med sin unike plassering på eiendommen og en fantastisk utsikt er dette Sofienlunds juvel.



Sofienlundprosjektet skal bli et unikt bolig- og helsesenterprosjekt med panoramautsikt over Oslofjorden. Eiendommen «Sofienlund» ligger 115 meter over havet med svært gode sol- og dagslyshforhold.

Den 110 mål store tomten eies av Stiftelsen Sofienlund, som er en ideell organisasjon, og er byggherre for boligene og helsesenteret. Daglig leder i stiftelsen, sivilingeniør Thor Bjørn Lie er prosjektleder, slik han var da stiftelsen prosjekterte og bygget CatoSenteret i Son i Vestby kommune.

Prosjektet består av 45 selveierleiligheter fordelt på 3 bygninger med 4 etasjer. I tillegg skal det bygges 25 rekkehus. Til sammen 70 leiligheter, som skal selges for å styrke egenkapitalen i prosjektet.

Selve senteret vil få 20 brukerrum med minikjøkken, som bygges i henhold til Husbankens normer, og med plass til overnatting for pårørende.

I tillegg skal det bygges 2 «hotellrom» for gjester til beboerne på Sofienlund, og andre besøkende på Nesodden. I tillegg til varmtvannsbasseng, boblebad og badstue, vil senteret inneholde treningsrom, garderobeanlegg, og utleielokaler til helserelaterte bedrifter som frisør, fotpleie, hjemmehjelp, etc. Senteret vil bli et aktivitets-, trenings- og tverrfaglig opptreningscenter, basert på våre erfaringer fra CatoSenteret, forteller Thor Bjørn Lie.

Unik beliggenhet

De ulike bygningene vil ha adkomst fra Ommenveien via felles hage- og grøntanlegg med solrike oppholdssoner og tun med lekeplasser. Det vil også bli inngang til boligene fra garasjene som skal ligge under bakken. Leilighetene får utsikt over Oslofjorden med store balkonger.

Alle leilighetene vil ha vannbasert gulvvarme i alle rom, og sprinkleranlegg. Balkongene vil få glassrekkverk med inte-

grerte solceller. Også hustakene skal dekket med solfangere og solpaneler. Miljø og reduserte energiutgifter har høy prioritet, presiserer sivilingeniøren som arbeidet en årrekke i Oslo Lysverker. I tillegg vil Sofienlund bli utstyrt med det nyeste og beste innen «smarthus» teknologi/velferdsteknologi.

Mellom alle bygningene blir det anlagt isfrie universelt utformede gangstier, slik at man skal kunne gå trygt utendørs hele året. Hageanlegg med utemøbler og paviljonger vil bli anlagt på flere steder, med tilgang til turløypenettet som er fordelt på 200 mål i LNF området mot nord, som grenser til Sofienlund. I sør/sørvest grenser Sofienlund til friluftsområdet Ommen, som eies og drives av Oslofjordens Friluftsråd. Nytt utsiktspunkt på Omsåsen med tilhørende universelt løypenett skal bygges i samarbeid med Oslofjordens Friluftsråd og Akershus fylke. Avtalen, som nylig ble inngått, sikrer arealene for fremtiden.

Ny boform

Å kunne bo, trene og ha et sosialt fellesskap er en ny boform i Norge, men er velkjent i utlandet. I USA finnes tilbud i alle prisklasser og omfang, men felles for alle er at de er sosialt inkluderende. Ingen trenger å sitte alene, og varmtvannsbasseng er en selvfølge.

- Jeg er 99 år gammel og har nettopp vært nede i bassenget og svømt, fortalte en dame jeg traff på et senter der borte. I Norge har jeg ennå til gode å finne et tilsvarende senter, sier prosjektleder Lie.



Fra eiendommen Sofienlund er det en praktfull utsikt utover Oslofjorden.



Barnehagebarn er hyppige gjester på Sofienlund/Oleanas utsikt. En yndet raste- og lekeplass for mange, både små og store.

Her får de besøk av Thor Bjørn Lie og Nils Hjeltnes, som er ute på en befarings.

Nils Hjeltnes, er dr.med., spesialist i fysisk medisin og rehabilitering og faglig rådgiver for Stiftelsens Sofienlund. Sunnaas sykehus har vært Nils Hjeltnes arbeidsplass, der han har gått gradene fra assistentlegevikar, via assistentlege, spesiallege, overlege, avdelingsoverlege og sjeflege til fagdirektør.

Sofienlundsenteret

Forklaring på romfordelingen i tegningene for hver etasje.

1. ETG, plan 1.
Hovedinngangen er merket med gult og viser en heis i midten, som er omkranset av trappeoppgangen. Til høyre for trappeoppgangen og heisen ligger senterets resepsjon, merket med rødt. Resepsjonsområdet for øvrig er merket med hvit farge og toaletter er merket med blå farge.

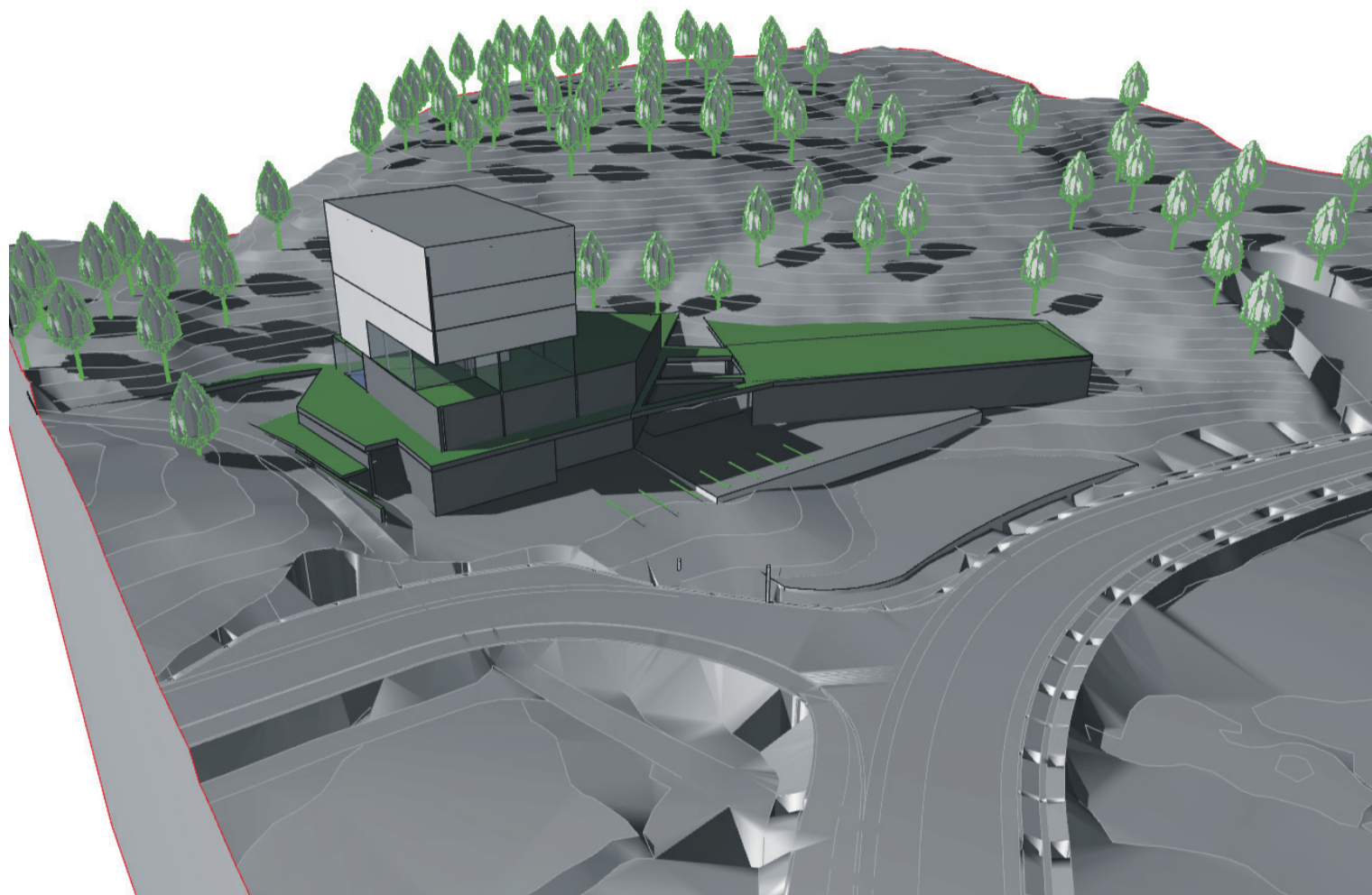
Til venstre for trappeoppgangen ligger treningshallen merket

med en orange farge. Til høyre for treningshallen ligger gymsalen med klatrevegg, som går over to etasjer og et lagerrom. Til høyre for resepsjonen ligger et behandlingsrom merket med gult. Rommet deles opp i flere behandlingsrom avhengig av behov og behandling. Utenfor gymsalen merket med blått ser vi bunnen av svømmebassenget med renseanleggene til venstre.

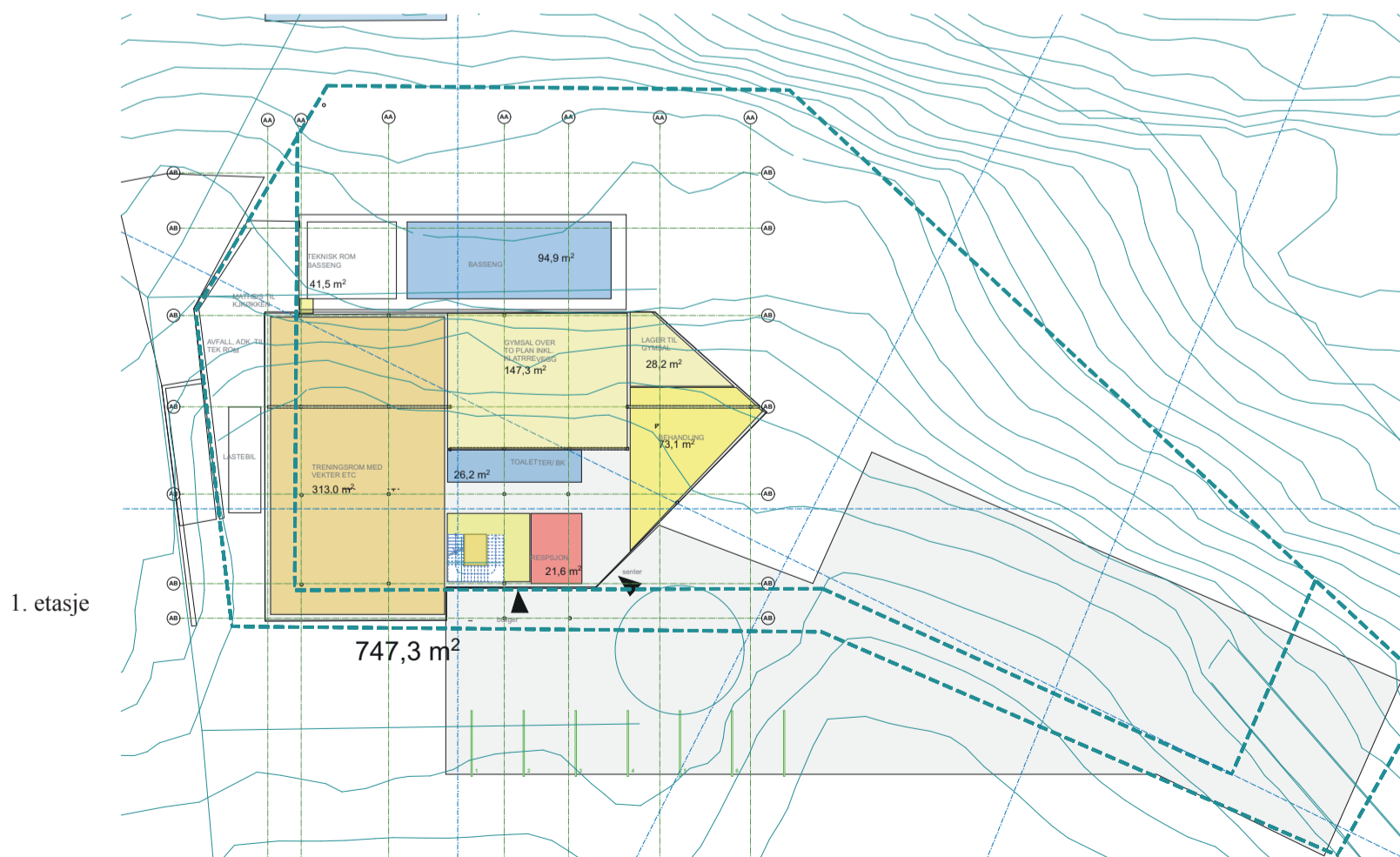
2. ETG.
Med utgangspunkt i heisen og trappeoppgangen ligger til venstre og høyre utleiearealer til Frisør, fotpleie og andre helse-relaterte tilbud. Til høyre ligger også Fysioterapien.

Separate garderobe og badstue anlegg for kvinner og menn er merket med blått, med direkte tilgang til svømmebasseng og boblebad også merket med blått. Til høyre for garderobeanleggene ligger øvre del av gymsal og klatrevegg. Til høyre Teamrom og kontorer merket med orange og blått.

3. ETG.
Med utgangspunkt i heisen og trappegang ligger WC og garderobe merket med grått i trappeområdet. Til venstre for trappeområdet ligger en terrasse. Ved siden av terrassen ligger kantine/bistro merket med grønt. I forlengelse av kantine/bistro ligger kjøkkenet merket med grått. Til høyre for kjøkkenet ligger møte og konferanse rommene 3 stk med skyvbare vegger merket med orange.



3D modell av Sofienlundsenterets trinn1 med tilhørende grunnarbeider og for trinn 2.

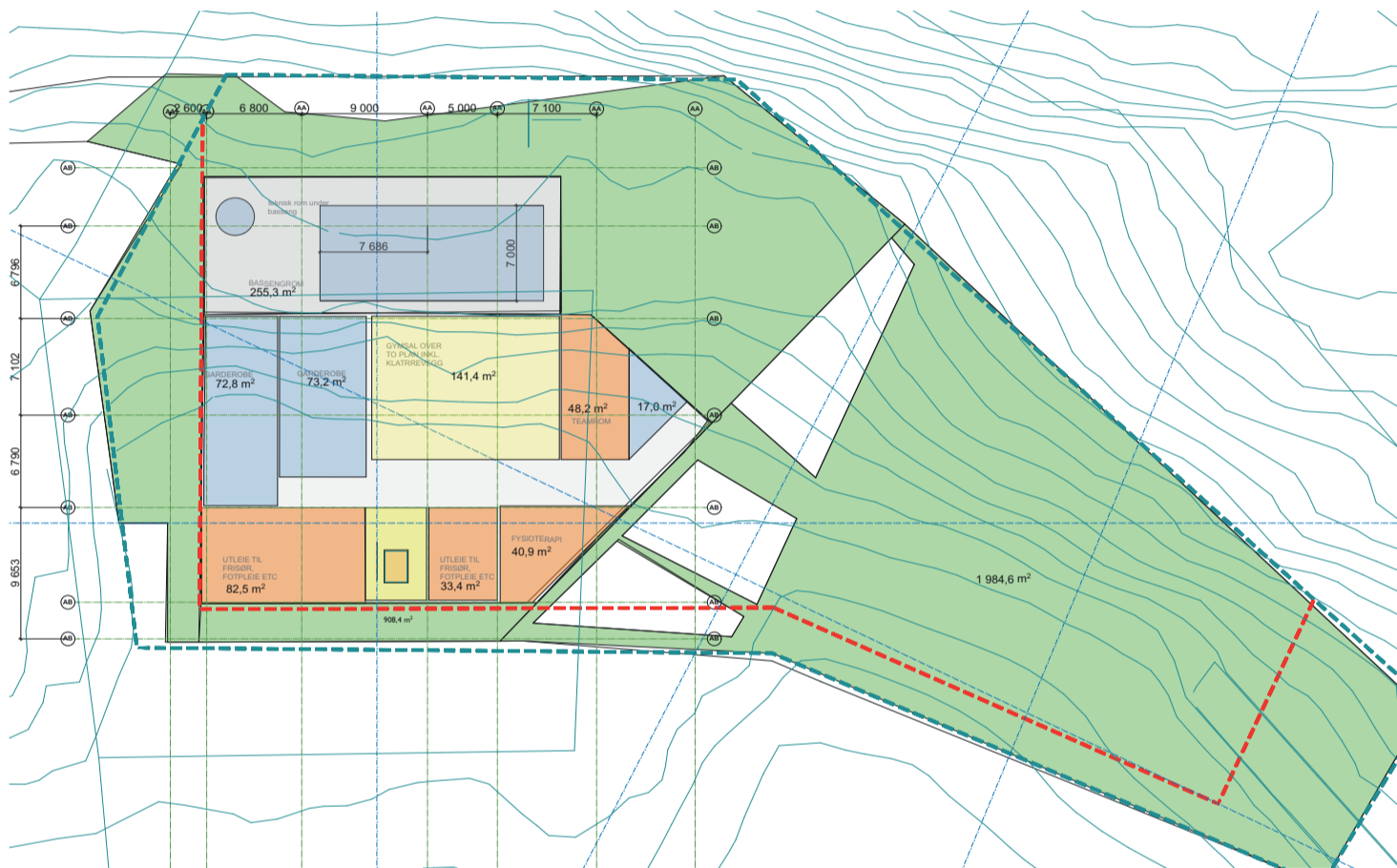


1. etasje

Raskere tilbake

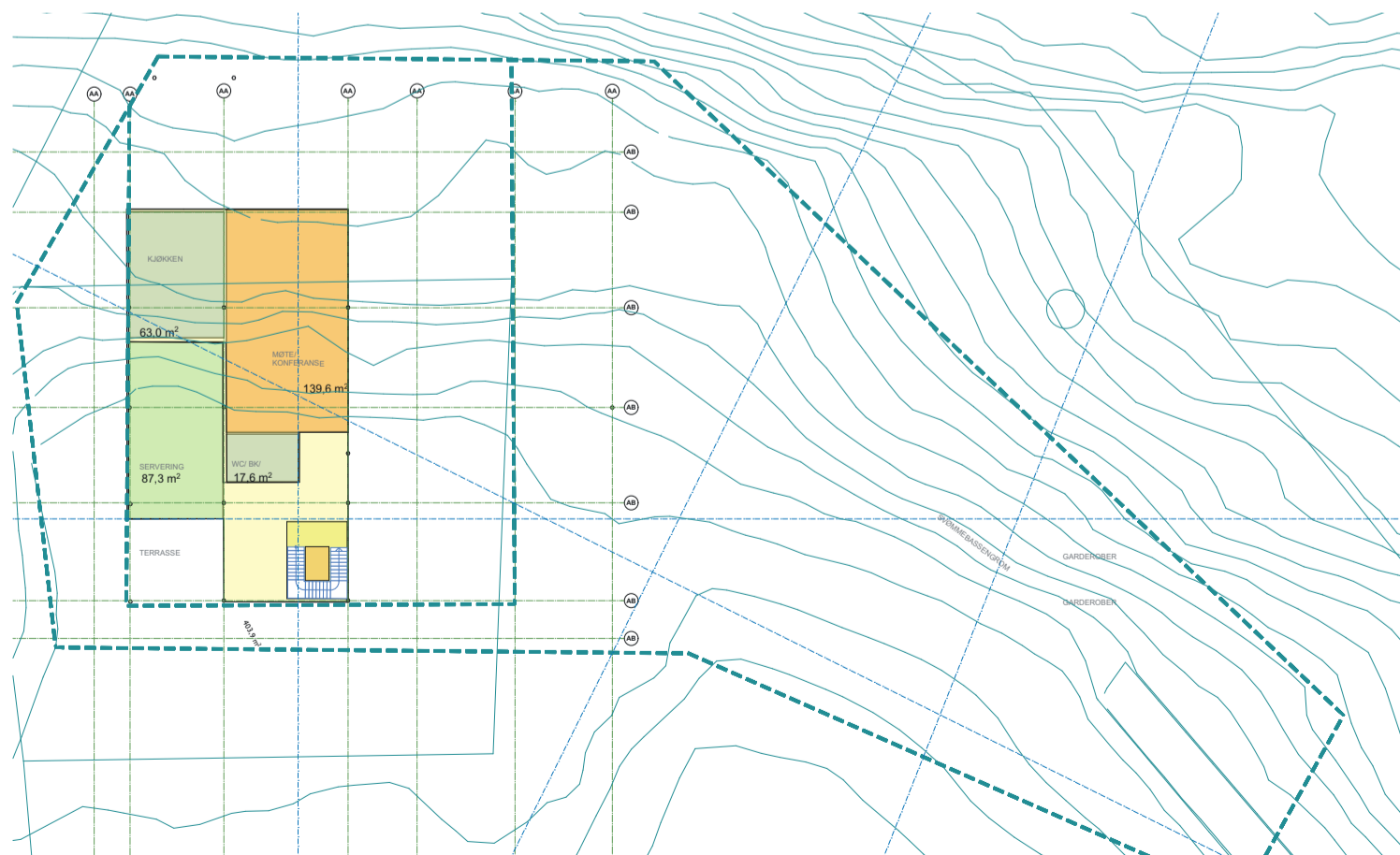
 Moss kommune moss.kommune.no	 Åmli kommune amli.kommune.no	 Masfjorden kommune masfjorden.kommune.no	 Skjåk kommune skjak.kommune.no	 RØYKEN kommune <small>Grønn, nær og levende</small> royken.kommune.no	 Hurum kommune hurum.kommune.no	 Lillesand kommune lillesand.kommune.no
 LUNNER KOMMUNE lunner.kommune.no	 Øygarden kommune Oppvekst oygarden.kommune.no	 MOLDE KOMMUNE molde.kommune.no	 SEL KOMMUNE sel.kommune.no	 MERÅKER KOMMUNE Sektor kommunal utvikling meraker.kommune.no	 Eidfjord kommune eidfjord.kommune.no	 Marker kommune marker.kommune.no

2. etasje



Prosjekt: **SOFIENLUND** Prosj.nr: **18039** Tiltakshaver: **STIFTELSEN SOFIENLUND** Dato: **13.08.2018** Format: **A3** TRINN 3-02- 2.ETG Mål: **1:250**  St. Mariestgata 96/ 98, 1708 Sarpsborg, 9089 1846, Anne Bergdal

3. etasje



Prosjekt: **SOFIENLUND** Prosj.nr: **18039** Tiltakshaver: **STIFTELSEN SOFIENLUND** Dato: **13.08.2018** Format: **A3** TRINN 3-01 3. ETG Mål: **1:250**  St. Mariestgata 96/ 98, 1708 Sarpsborg, 9089 1846, Anne Bergdal

Hege Andersen er ansatt som næringsrådgiver i Nesodden kommune. Sammen med styreleder i Nesodden Næringsråd, Torgeir Koteng, besøkte hun nylig Stiftelsen Sofienlund, og ble vist rundt på eiendommen Sofienlund.

Værgudene og Stiftelsens daglige leder Thor Bjørn Lie viste seg fra sin beste side, og næringslederen likte det hun så.

«Non profit» og idealisme - Dette er imidlertid bare begynnelsen, sier han og Thor Bjørn Lie nærmest i kor. Sofienlund-senteret vil få Nesoddens flotteste rekreasjons- og turområde, tilrettelagt og tilpasset for bevegelsehemmede i alle aldre. Stiftelsens 110 mål store eiendom grenser til Oslofjordens Friluftsråds eiendom Ommen, et yndet utflukts- og badested som anløpes av «Nesoddbåtene» om sommeren.

Ny næringsrådgiver i Nesodden kommune

Nytt «nærings-par»

Nesodden Næringsråd har i årevis ivret for å få en egen næringsrådgiver i kommunen, og har omsider blitt bønnhørt. Hege Andersen er ansatt som næringsrådgiver og styrelederen i næringsrådet jubler.

- Deg har vi ventet på lenge, sier han til næringsrådgiveren og deltar ivrig i omvisningen. Som nærmeste nabo kjenner han området godt, og som eier av firmaet Hagespesialisten har han opparbeidet turnettet og utsiktsplassen «Oleanas Utsikt». Arbeidet ble utført på oppdrag fra Stiftelsen Sofienlund og Oslofjordens Friluftsråd etter omfattende dugnadsarbeid, og med midler fra Sparebankstiftelsen DnB.

«Non profit» og idealisme

- Prosjektets viktigste suksessfaktor er Thor Bjørn Lie, sa Torgeir Koteng. Hans grenseløse iver og entusiasme, kombinert med idealisme, og en genuin interesse for rehabilitering er beundringsverdig. Sprekere prosjektleder skal man lete lenge etter.

Kortversjon av Hege Andersens CV, næringsrådgiver i Nesodden kommune:

2013-17:

Direktoratet for forvaltning og IKT (DIFI). Jobbet blant annet med å fremskaffe kunnskap om status på digitaliseringsområdet og med utbredelse av digital postkasse.

2011-13:

Medietilsynet. Jobbet på et EU-finansiert informasjonsprosjekt, med alt fra strategi, rapportering til den europeiske kommisjonens programgruppe og koordinering av nasjonal innsats.

2010-11:

Selvstendig næringsdrivende med ulike oppdrag knyttet til markedsanalyse.

2006-10:

Telenor.

Jobbet blant annet med kundebehov og tjenesteutvikling, både fra oppdragersiden og utførersiden.



I strålende vær fraktet Tore Henning Larsen fra Stiftelsen Sofienlund, Nesoddens rådmann, Wenche Folberg, sjøveien til Ommen, som viste seg fra sin beste side.

populære friluftsområdet og Wenche Folberg var imponert over den unike beliggenheten, og det flotte tilbudet.

skoleklasser har gode minner herfra.

De to hyttene kan leies hver for seg eller samlet av Oslofjordens friluftsråd.

til bens, uegnet med barnevogn.

Betingelser for leie i sesongen: Ved bestilling får du en kvittering på e-post. Denne inneholder informasjon om hvordan du får nøkkel til hytta. Gjestene disponerer hytta fra kl. 16:00 ankomstdagen til kl. 14:00 på avreisedagen.

Hyttene er ubetjente, gjester må selv rydde og vaske etter seg. All mat skal fjernes ved avreise. Røyking er ikke tillatt inne på kystledhyttene.

Arrangementer for barn og unge, seminarer, kurs o.l. er velkomne. For øvrig er kystleden et friluftslivstilbud, og støy og lydanlegg er ikke ønsket på hyttene. Hytta ligger i et friområde som er tilgjengelig for allmenheten. Vi oppfordrer alle til å vise hensyn til hverandre.

Der ble hun godt mottatt av Thor Bjørn Lie fra Stiftelsen Sofienlund, som sto på bryggen sammen med Trond Bjarke og Sverre Strålberg fra Oslofjordens Friluftsråd. Begge er tilsynsvakter for Ommen, Veslestua og Vestli.

Etter besøket på Ommen gikk turen opp trappene forbi Oleannas utsikt og videre til Sofienlund.

Litt om Ommen

I en lun, sørvendt bukt med et stort friområde på Nesoddens vestside, ligger de to hyttene Ommen og Veslestua bare noen meter fra hverandre. Mange

Ommen ligger ved riksvei 157 litt nord for Fjellstrand. Følg skiltningen mot Ommen.

Parkeringsplassen ligger på Fjellstrand, innerst i Ommenveien med innkjøring fra Rv 157. Det er en bratt nedstigning (200 høydemeter) i trapper fra p-plassen, noe som gjør det vanskelig for folk som er dårlig

Stiftelsens eiendom «Sofienlund» er nærmeste nabo til det

Rådmannen kommer sjøveien til Ommen.



Thor Bjørn Lie med Trond Bjarke i midten og Sverre Strålberg til høyre.



Son Blikk & Ventilasjonsmontasje ASBorgmester Aases gate 22, 1526 MOSS
Tlf. 918 66 303**Regnskapsringen Soon AS**Storgata 29 B, 1555 SON
Tlf. 64 98 31 40 - www.regnskapsringen-soon.noHensmoeveien 46, 3516 HØNEFOSS
Tlf. 32 17 97 50 - www.hro.no**KIWI mini pris****Kiwi Vik**Vik Senter
3530 RØYSE
Tlf. 32 15 92 00**CONSEM ENTREPRENØR AS**
www.consem.no**SpareBank 1 ØSTLANDET**2302 HAMAR - 915 07 040 - www.sparebank1.no**SpareBank 1 HALLINGDAL VALDRES**Geilo, Ål, Gol, Hemsedal, Nesbyen, Flå,
Fagernes, Heggenes og Beitostølen
Tlf. 03 202Vålerø, 157, 1599 MOSS
Tlf. 69 24 11 30 - www.mtf.no

your safety - our concern

JOTRON Electronics a.s, 3289 Tjodalyng, Tel 33 13 97 00
www.jotron.com**Skammelsrud Sag og Utsalg**Sandbekkveien 510
1892 Degernes

Mob. 906 54 395

Inneh.: Johan Skammelsrud - www.skammelsrud.com - e-post: post@skammelsrud.com**Stordal Autosenter as**Service - Reparasjoner - EU-kontroll
Vi reparerer alle bilmerkerSpør oss også om service
og reparasjoner på BOBILStordal Autosenter AS
Borviks 2, 1730 Borvikshagen
Telefon: 69 16 76 00 - 901 03 352

Bilverksted

Montasje og vedlikeholdKorsegårdveien 48, 1809 ASKIM
Tlf. 913 36 931**Son Osteopati Vegard Fjærli**Kolåsveien 4, 1555 SON
Tlf. 917 03 770 - www.sonosteopati.no**Skade og Lakk AS**Stabburveien 1, Råbekken - Telefon 69 39 64 40
www.skadeoglakk.noTodenskjoldsg 65, 4614 KRISTIANSAND S
Tlf. 38 07 45 00 - www.vaf.no**Ski Bygg AS**Kjeppestadveien 44, 1400 SKI
Tlf. 64 85 46 00 - www.skibbygg.no**Akutt Kiropraktikk**Bestill time - 24 07 24 07
Løkkeveine 13, 0253 OSLO
Time på dagen/kveld**Norsk Scania AS**Drammensveien 159, 0212 OSLO - Tlf. 05 464
Epost: info@scania.no - www.scania.comØstre Aker vei 255, 0976 OSLO
Tlf. 22 90 75 00 - www.tf.no1501 MOSS - Tlf. 69 00 13 00 - hansenprotection.no**Tannlege
Gisle Lauvstad**
Storg 1 A, 1850 MYRA
Tlf. 971 30 701**Kristiansen as**
BETONGPUMPING - SKIENØvre Damsted 2, 3740 SKIEN
Tlf. 901 85 868 - www.betongpumping.com**Møller Bil Orkdal**Bårdshaug Vest, 7300 ORKANGER - Tlf. 72 47 11 00
www.orkdalbil.no

VI leverer og monterer alle typer stålbygg

Vålaugsvegen 138, 2032 MAURA
lf. 63 99 77 90 - www.anbygg.noSlemdalsveien 70 A - Tlf. 22 51 62 00 - www.solstadgruppen.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.**f** FØLG OSS PÅ FACEBOOK / ortopediskomakeren**Skobutikken for deg som ikke finner 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.

Borgedal Bilservice AS
Tromsnesvegen 79
2634 FÅVANG
Tlf. 61 28 01 00

Kåre Ekrene Trafikkskole AS
Ludolf Eides gate 6
5525 HAUGESUND
Tlf. 52 71 75 66
www.ekrene.no

Alva Regnskap AS
Stasjonsveien 84
1746 SKJEJEBERG
Tlf. 995 27 248

NMCU
NORSK MOTORCYKKEL UNION
Skoggata 5, 1502 MOSS
Tlf. 908 37 374 - nmcu.org

Aurdal Fjordcamping og Hytter
2910 AURDAL
Tlf. 61 36 52 12

Rett-Lakk AS
Bromsveien 13
3183 HORTEN
Tlf. 33 04 95 40

KIWI mini pris
Kiwi Ås
Brekkeveien 3
1430 ÅS
Tlf. 64 94 04 38

Rørleggerfirmaet Lien & Co
Storgata 52
2830 RAUFLOSS
Tlf. 61 19 08 39

STRAND Autosalg
Bergtunvegen 1
4120 TAU
Tlf. 51 74 95 00

Prestholt Geitestøl
Høgehaugvegen 23
3576 HOL
Tlf. 32 08 94 09

Totalregnskap
Ytterlandshamna 5
6050 VALDERØYA
Tlf. 976 91 959

Son VVS AS
Elgveien 2, 1555 SON
Tlf. 934 48 809
www.sonvvs.no

Sundbrei Transport
Klevi Næringspark
3570 ÅL
Tlf. 481 71 721

Larsen Anleggsservice AS
Sletta, 1555 SON
Tlf. 64 95 30 00

Velkommen!

Norsk tipping automater, Rikstoto direkte best runkt, Vi selger ukas kort/månedskort
Velkommen til:
• 100 sorter is
• saftige hamburgere med tilbehør
• nysmurte baquette...
• De beste pølsene fra Stabburet
• Sone største utvalg av ukasblader & magasiner
• Kjøle / dagligvarer av det du måtte trenge
• god kaffe slik den bør smake
god tilgjengelighet og service for rullestolbrukere
KIOSK & SPILL
Tlf. 64 95 72 10 - Sagavn, 8 1555 Son
Åpningstider: mand - torsd 8.00 - 22.00
fred - lørd 8.00 - 23.00
søndager 10 - 22.00
skoleferien: 8.00 - 24.00 alle dager
Følg oss på Facebook

WIST
Wist Last & Buss AS
7725 STEINKJER
Tlf. 74 16 05 10
www.wistlastbuss.com

VERÅSDAL TRANSPORT AS
Postboks 114, 4855 FROLAND

Turbopower AS
Trollveien 3
3614 KONGSBERG
Tlf. 32 72 27 00

ØST
- byggentreprenør -
Svinesundveien 334
1788 HALDEN
Tlf. 941 56 100

Guri Kunna videregående skole
Skolegata 14
7240 HITRA
Tlf. 74 17 43 00
www.gurikunna.vgs.no

Stiftelsen Solås og Steinlokka
Stenlokka 30, 1555 SON
Tlf. 64 95 87 50

EIKER VEKST
Mennesker og løsninger
Ryghgata 6
3050 MJØNDALEN
Tlf. 32 23 68 80
www.eikervekst.no

MAXIFLIS
FLISLEGGING & BADRENOVERING
Vi er et firma som har spesialisert oss på totalløsning på bad.
Vi skaffer, rørlegger, elektriker, snekker, fliselegger, og tar oss av koordineringen av disse.
Ta gjerne kontakt for en uforpliktende befaring.
Tlf: 920 32 224 E-post: tor-erik@maxiflis.no

REMA 1000
Rema 1000 Lierstranda
Lierstranda 93
3414 LIERSTRANDA
Tlf. 32 84 94 90

Høyanger Bil A/S
Einar Ramsli's g 29
5900 HØYANGER
Tlf. 57 71 32 77
www.hoyangerbil.no

Henriksen Sjøførerskole AS
Flyplassvegen 4
9152 SØRKJØSEN
Tlf. 77 76 70 05

ANONYM STØTTE

MECA
MECA Norway avd. Drammen
Ingvald Ludvigssens gate 21,
3027 Drammen
Telefon 32 89 57 20
www.meca.no

son spa
Hollandveien 30
1555 SON
Tlf. 64 98 48 00
www.sonspa.no

Statens vegvesen
Region sør
4808 ARENDAL
Tlf. 22 07 30 00
firmapost-sor@vegvesen.no

Snekkerne
BORGEDAL OG HAGEN
2634 Fåvang
NYBYGG TILBYGG RESTAURERING
J.E. Borgedal 975 49 300
je-borge@online.no
P.O.Hagen 911 15 295
p-ohagen@online.no

Møre og Romsdal fylkeskommune Samferdselsavd.
Fylkeshuset
6404 MOLDE
Tlf. 71 28 00 00
www.mrfylke.no

Apoteket i Son
Huitfeldtgården i Son
Tlf. 64 98 31 30
www.apoteketison.no
Åpningstider
Man – tirs - onsdag:
09.30 – 17.00
Tors – fredag:
09.30 – 18.00
Lørdag:
09.30 – 15.00

74
TOYOTA C-HR HYBRID

50% ELKRAFT
Toyota Arrend AS

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

Son Blikk & Ventilasjonsmontasje AS
Borgermester Aases gate 22
1526 MOSS
Tlf. 918 66 303
E-post: sonblikk@hotmail.no

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

viva
www.viva-iks.no
Lier kommune
www.lier.kommune.no
3412 LIERSTRANDA
Tlf. 32 22 58 00

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

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

Mjøndalshallen har følgende fasiliteter:
• Fotballhall (70x44 m) med kunstgress og 3 lepebaner. Tribunekapasitet: 320 tilskuere.
• Flerbrukshall (52x29 m) til håndball, innebandy, tennis, judo, kick-boxing, taekwondo, turn m.m. Tribunekapasitet: 440 tilskuere.
Fotballhall og flerbrukshall leies ut til hovedsakelig trening, kamper og diverse arrangement - også ikke-idrettslige. Begge hallene egner seg godt til utstillinger, messer, loppemarkeder, bruksmarkeder osv. Vi leier også ut til bedrifter og fotballbursdager.
www.mjondalshallen.no
post@mjondalshallen.no

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

HAV AS
Brukerstyrt • Ansvar • Velvære
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
Ordringen 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

Aktiv Hjelpemidler as
Melby Gård, Bråteveien 156, 2013 Skjetten
SE OGSÅ VÅRE NYE NETTSIDER: WWW.AKTIVHJELPEMIDLER.COM
WWW.AKTIV-HJELPEMIDLER.NO vår nyeste brosjyre Multikjelke
følg oss på Fasebook 
<https://www.facebook.com/AktivHJ/>

 <p>Storm VVS AS 1521 MOSS Tlf. 69 21 08 20 www.stormvvs.no</p>	 <p>Karl Botolfsen VVS AS Fygleveien 53 8370 LEKNES Tlf. 76 08 05 50 www.vb.no</p>	<p>Nettec AS Kolbotn 14 1410 KOLBOTN Tlf. 66 81 06 40</p>	<p>J B Consult AS Asakåsen 58 1764 HALDEN Tlf. 911 48 917</p>	 <p>Kiwi Bøvegeven Bøvegeven 12 3724 SKIEN Tlf. 35 59 30 74</p>	<p>Nogva Motorfabrikk AS 6280 SØVIK Tlf. 70 20 84 00 www.nogva.no</p>	 <p>ATLAS SPEDISJON AS Smalvollveien 52 0667 OSLO Tlf. 22 88 70 40</p>
<p>myMAYDAY.com as Brevikbråteveien 21 1555 SON Tlf. 920 17 146</p>	 <p>Joker Bulandet 6987 BULANDET Tlf. 57 73 21 44</p>	<p>Kristiansen Mek Ltd Grønnlund 8410 LØDINGEN Tlf. 76 93 19 95</p>	 <p>Moss Taxi 06950 Trygt fra dør til dør</p>	 <p>Pihl Sjusjøvegen 2001 2612 SJUSJØEN Tlf. 62 33 43 80</p>	<p>Per Knudsen Arkitektkontor AS Brattørgata 5 7010 TRONDHEIM Tlf. 73 52 91 30</p>	<p>Furnes Anlegg og Transport ANS Geilevika 6055 GODØYA Tlf. 905 52 438</p>
<p>Ørje Bil og lakk Industriveien 3, 1870 Ørje 1870 ØRJE Tlf. 970 97 158</p>	<p>Aesthetic Iceracing Kirkeveien 7 0260 OSLO Tlf. 932 73 626</p>	<p>Mirawa Restaurant Lin Hu Zhang Schwenkegata 1 3015 DRAMMEN Tlf. 32 83 65 85</p>	<p>Drammen Auto 7 AS Buskerudveien 117 3027 DRAMMEN Tlf. 401 61 602</p>	<p>Slemmestad Optikk AS Rortunet 3470 SLEMMESTAD Tlf. 31 28 29 54 www.slemmestad-optikk.no</p>	 <p>Finnås Kraftlag 5430 BREMNES Tlf. 53 42 89 00 www.finnas-kraftlag.no</p>	<p>ALT I BILREPARASJONER  Brårveien 4 a, 3174 REVETAL Tlf. 33 06 49 25</p>
 <p>Kiwi Vestby Vestbyveien 31 1540 VESTBY Tlf. 64 95 06 01</p>	 <p>Norgesplaster Granliv. 21, 4700 VENNESLA Tlf. 38 15 22 00 www.norgesplaster.no</p>	<p>Toyota Drammen avd Lier Sankt Hallvards vei 10 3414 LIERSTRANDA Tlf. 32 22 95 95</p>	<p>Aker Brygge Marina AS 0614 OSLO Tlf. 928 12 447</p>	<p>Borg Ventilasjon A/S Produksjonsv. 15 1611 FREDRIKSTAD Tlf. 69 39 82 90</p>	 <p>Mobile Moss AS Kvaenveien 3, 1529 MOSS Tlf. 69 23 57 57 www.mobile.no</p>	<p>Lastebiltransport Westad O. & Sønner AS Langbakken 22 1430 AS Tlf. 908 70 775</p>
 <p>KMS KMS ARKITEKTER AS 3187 HORTEN Tlf. 406 29 225</p>	<p>Toten Dekksenter Industrivegen 30 2850 LENA Tlf. 61 16 23 10</p>	 <p>coop prix Braveien Halden 7-23 [8-20]</p>	 <p>Legedata SERVICEPARTNER Gullbringvegen 10 3800 BØ I TELEMARK Tlf. 35 06 11 50 www.ldsp.no</p>	<div style="text-align: center;">  <p>forlaget Last & Buss</p> <p>Trenger ditt verksted et søkbart regelverk hvor dere kan legge inn egne bokmerker og notater?</p> <p>Alle våre bøker og hefter er nå tilgjengelig som e-bøker på vår hjemmeside!</p>  <p>Bestill "Verkstedpakka" på www.lastogbuss.no og få tilgang til din digitale bokhylle!</p> </div>		
 <p>Grimstøl Søriliv 90, 1788 HALDEN Tlf. 69 21 14 80</p>	<p>Bogøy Dagligvare BUNNPRIS 8288 BOGØY Tlf. 75 77 72 07</p>	<p>Buer AS Trippestadveien 44 1814 ASKIM Tlf. 69 88 86 30</p>	<p>Røros Aut. Trafikkskole Tollefs Bredals vei 11 7374 RØROS Tlf. 909 96 043</p>			
 <p>HAUGENS BILSERVICE AS Kåshagvegen 178 2380 BRUMUNDDAL Tlf. 62 35 64 47</p>	<p>Lastebiltransport Olav Holdal Skrautvålsvegen 721 2917 SKRAUTVÅL Tlf. 992 25 762</p>	<p>Bertelsen & Garpestad AS Hovlandveien 70 4374 EGERSTAD Tlf. 51 46 10 80</p>	 <p>MYHRE BRØDRENE BRØNNBORING SPECIALBORING 3520 JEVNAKER Tlf. 32 11 44 80 www.brdmyhre.no</p>			
<p>Gaular Bygde- og Sjukeheim 6973 SANDE I SUNNFJORD Tlf. 57 71 82 00</p>	<p>Høybråten Glasservice AS Professor Birkelands vei 27 1081 OSLO Tlf. 22 30 30 70</p>	<p>HV service AS Lierbakkene 152 3425 REISTAD Tlf. 32 85 05 00</p>	 <p>Joker Vallset Skallervegen 2 2330 VALLSET Tlf. 62 58 72 01</p>			
 <p>moss snøryddingskompani as Saltboveien 39 1560 LARKOLLEN Tlf. 911 15 254</p>	 <p>Hvorfor kjøpe brukt når du kan kjøpe Dacia? Dacia Duster 110 km kr 199 900,- 4 ÅRS GARANTI</p>	<p>Knut Farestveit Rør og Sveis Modalen 1041 5729 MODALEN Tlf. 901 82 524</p>	<p>Lillehammer Elektro AS Tomtegata 6 2615 LILLEHAMMER Tlf. 61 24 65 00</p>			
<p>Rogne Aut. Trafikkskule A/S Storevågen 73 6020 ÅLESUND Tlf. 70 15 85 60</p>	<p>Olav Alvheim Maskinstasjon AS Øyaveien 25 6524 FREI Tlf. 71 52 86 53</p>	<p>Nettbuss AS Vestlvegen 3, 3570 ÅL Tlf. 32 08 60 60 www.nettbuss.no</p>	 <p>Mobile Sarpsborg AS Herbergveien 15, 1710 Sarpsborg Telefon 69 15 89 89 • www.mobile.no</p>			





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





Moss Ortopedisk Klinikk AS

Ortopediske hjelpemidler

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