

# Rehabilitering

UTGITT AV STIFTELSEN SOFIENLUND OG SOFIENLUNDS VENNER

NR. 4 2019 23. 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

## Styret i Stiftelsen Sofienlund har utnevnt Erling Lauritzsen til æresmedlem

Ved siden av Bente og Thor Bjørn Lie, er det ingen som har bidratt med større innsats for Stiftelsen Sofienlund enn Erling Lauritzsen.

Som generalsekretær i Landsforeningen for Trafikkskadde LTN var han helt sentral i markedsføringen av Stiftelsen Sofienlund, og etableringen av CatoSenteret i Son.

Etter ansettelsen i 1988 reiset han rundt i hele landet og engasjerte lokallag og fylkeslag til en skikkelig dugnad for å skaffe et rehabiliteringstilbud for trafikkskadde. Det ble arrangert en rekke tiltak for å skaffe midler.

Hvor mange skrapelodd i BilPluss-lotteriet han personlig har solgt, vet ingen, men det er mange.

Lotteriet skaffet nødvendig egenkapital til byggingen av CatoSenteret. Uten loddsalget fra Landsforeningen for Trafikkskadde og Stiftelsen Sofienlund hadde CatoSenteret aldri blitt realisert.

Erling Lauritzsen ble innvalgt som personlig styremedlem i Stiftelsen Sofienlund i 1991 og har fungert som arbeidende styreformann i de siste årene.

I en alder av 86 er det beundringsverdig at han i 23 år har vært ansvarlig redaktør for bladet «Rehabilitering», og at han deltar aktivt i prosjekteringen av Sofienlundsenteret, som skal bygges på Nesodden.



På bildet er Erling med på å hedre Karin Endsjø da hun fikk HM Kongens fortjenestemedalje. Nå har han selv blitt Æresmedlem i Stiftelsen Sofienlund.

**S**yv år etter samhandlingsreformen trådte i kraft er mange kommuner fortsatt helt uforberedt på de oppgavene det medfører. De mangler nok bemanning og kompetanse.

Nå er det syv år siden samhandlingsreformen trådte i kraft. En reform som i korte trekk blant annet skulle bidra til kortere liggetid på sykehus og mer ansvar for oppfølging og forebygging i kommunen. Samt at kommunen og sykehuset skal jobbe tettere sammen. Det finnes fler tilfeller der legene har blitt presset til å skrive ut pasientene for tidlig, og de som jobber på sykehjem har vært nødt til å reinnlegge pasientene. Fordi de mangler kompetansen og bemanningen til å gi dem adekvat behandling. I slike situasjoner taper alle, men mest av alt taper pasienten, som opplever å bli en kasteball mellom kommune og sykehus. Var i det hele tatt kommune-Norge forberedt på å takle mer komplekse pasienter med mer utfordrende og avanserte medisinske behov?

### Samhandlingsreformen

Samhandlingsreformen var riktig tenkt, men slett utført skriver Aftenposten i en leder i dag 24. oktober. Siden lederen ser de samme problemene jeg har sett og/eller fått fortalt av mine mange kontakter, bruker jeg lederen her.

Reformen, som ble vedtatt og iverksatt under den rødgrønne regjeringen, var et svar på behovet for å samordne helsetjenestene på ulike nivå, sykehus og kommune. Midler ble overført fra sykehusene til kommunene. Målet var at de to nivåene skulle samhandle og legge til rette for gode overganger for pasientene mellom nivåene. Forebygging var også en vesentlig begrunnelse for reformen.

Et annet virkemiddel var et relativt omfattende lovarbeid, som skulle sikre rettigheter og plikter. Det har ikke vært nok, og reformen er blant dem som er blitt heller stemoderlig behandlet. Det har ikke skortet på reformiver fra regjeringens side, men viljen og evnen til å ta tak i problemene med reformer som denne, har fremstått som lunken.



*Erling Lauritzen*

Arbeidet har imidlertid presset seg frem i takt med at manglende strukturer, dårlig kommunikasjon og krangel om ansvar for enkeltpasienter er blitt kjent. De skadelidende har vært pasientene og fagpersoner som fastlegene, som har opplevd uklare roller og ansvar.

Nå forsøker regjeringen og kommunene å gjøre noe med dette. Det er bra. Muligheten for å lykkes øker med at kommunene og helseforetakene nå skal samarbeide og være gjensidig forpliktet i langt større grad enn hittil. Grepet er en bedre sam-

arbeidsstruktur som skal sikre involvering av kommuner, fastleger, pasienter og helseforetak. Det finnes flere eksempler på at helseforetak og kommuner har tatt beslutninger som har fått konsekvenser for de andre, uten at informasjon er blitt delt eller konsekvenser er blitt vurdert. Nye strukturer har begrenset verdi hvis ikke alle som skal bidra tror på den, men her kan det knapt bli verre enn det har vært.

Pasientgrupper som barn og unge, personer med alvorlige psykiske lidelser og rusproblemer, skrøpelige eldre og personer med flere kroniske lidelser skal prioriteres. Det er disse gruppene som lider mest under dagens haltende samordning.

Samordningsreformen trenger hjelp og får det omsider. Håpet er at de ulike nivåene og rollene straks går i gang, slik at pasientene merker bedring. En så omfattende reform, som angår så mange mennesker, på et så grunnleggende velferdsområde, fortjener bedre oppfølging og endringstakt enn den hittil har fått.

Det er ikke mulig å se for seg fremtidens helse-tjenester uten at samhandlingen mellom helseforetak og kommuner fungerer langt bedre enn i dag.

*Sakset fra Aftenpostens leder fra 24. oktober.*

**SOFIENLUND**  
FOR REHABILITERING OG VITALISERING AV MENNESKER

Utgiver:  
Stiftelsen Sofienlund,  
Ommenveien 18  
1458 Fjellstrand

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

Design:  
Knut T. Frøyhaug,

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

Orkla Trykk AS  
Opplag: 25.500  
Avisen distribueres på  
Nesodden, Frogn, Vestby og  
deler av Ås kommune

Redaksjonen avsluttet  
20.11..2019

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

Stiftelsen Sofienlunds styre:  
Arbeidende styreformann  
Erling Lauritzen  
Daglig leder  
Thor Bjørn Lie  
Styremedlemmer  
Truls Thv. Falkenberg  
Tore Henning Larsen

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

Gavekonto  
Bankgiro:  
8380 40 09941  
Lars Henrik Lauritzsens  
Minnfond  
Bankgiro: 8380 40 09941

NBBL, Råd for et aldersvennlig Norge, Husbanken og Pensjonistforbundet inviterte til årets viktigste konferanse om eldre og bolig i Kristiansand 24. og 25. September.

I Kristiansand kommune har man kalt det «Helseveiledning for seniorer»

Målgruppa er hjemmeboende 78 åringer uten omfattende helse- og omsorgstjenester.

**Fremtiden**

Samtalen kan handle om å spå fremtiden som selvfølgelig ikke er lett, men det kan være en fordel å se for seg hvordan man skal bo med mulig svikt i helsen. Det kan også være en fordel å sette opp en liste med hva du synes er fordel og ulemper med boligen du bor i nå og fordeler og ulemper ved å flytte i leilighet eller en bolig med livsløpsstandard.

**Fordeler og ulemper ved hus**

+ Mye å holde rent og i orden + Stor hage, Måke, Male Reparere + Tilgjengelig gjesterom + Kjenner området/trives + Vi er jo to.

÷ Mye å holde rent og i orden ÷ Stor hage ÷ Måke ÷ Male ÷ Reparere (dyrt) ÷ Langt fra bussstopp

**Fordeler og ulemper ved leilighet**

+ Alt på en flate + Mindre + Enklere å gjøre rent + Slipper måking og plenklipping + Mer sosialt (alene)

÷ Ønsker ikke bo så tett på andre

÷ Mindre hverdagsaktivitet ÷ Ikke separat kjøkken ÷ Ønsker ikke bo i blokk ÷ Mer gjeld

**Livsløpsstandard / Universell utforming**

• Med «livsløpsstandard» menes at man skal kunne bli boende i sin egen bolig, uansett om man blir såpass bevegelseshemmet at man må bruke rullestol.

• Universell utforming innebærer at boligen med omgivelser

er utformet på en slik måte at den kan brukes av alle i så stor utstrekning som mulig og uansett funksjonsevne, uten individuelle tilpasninger eller spesielle utforminger.

**Hvilke ønsker har du for ny bolig?**

- Ikke være i blokk
- Skal ha liten hage
- Skal være i den bydelen jeg kjenner
- Skal ha adskilt kjøkken
- Være plass til besøk
- Være nær tilbud og tjenester: lege, apotek, butikk, buss
- Være nær sosiale møteplasser
- Ha plass til elektrisk scooter/rullestol

Etter min oppfatning er det meget viktig at kommunen er så direkte som mulig i sin spørsmålsstilling til den enkelte eldre. Spesielt er dette med bolig et ømtålig tema for mange. Mange har bodd i den nåværende boligen i en årrekke. Noen har til og med bygget sin bolig selv.

Den spørsmålsrekken Kristiansand kommune benytter bør være et eksempel til etterfølgelse for andre kommuner.

Roar Sand  
Rådgivende konsulent  
for Stiftelsen Sofienlund

# Lengst mulig i egen bolig



Vi vet at eldrebølgen kommer. Det er derfor viktig at boliger og måten vi bor på tilpasses en stadig økende eldregenerasjon, men vet vi hvilke behov og ønsker morgendagens eldre vil ha?

Her var det mange interessante temaer som ble tatt opp, men det var spesielt ergoterapeutspecialist Hilde Fleitscher i Kristiansand kommune sitt innlegg om erfaringer fra forebyggende hjemmebesøk som engasjerte meg.

I Danmark er det lovfestet at kommunene skal tilby årlig hjemmebesøk når innbyggere uten helse- og omsorgstjenester er over 80 år. I alderen 65 - 79 år kan henvises etter behov dersom de er i risiko for å få ned-satt sosial, psykisk eller fysisk funksjonsevne.

I vårt land er forbyggende hjemmebesøk ulikt organisert, og det er vanskelig for den enkelte å orientere seg. Det er ikke alle kommuner som kaller denne tjenesten med sitt rette navn «Forebyggende hjemmebesøk»

Kommunen ser dette som en 2-delt oppgave

• seminar 1 gang i året med viktige temaer som fysisk aktivitet som medisin, ernæring, normal aldring og ikke minst brann-sikkerhet

• individuell samtale om temaer som: interesser, ressurser, sosialt nettverk, frivillighet, fysisk aktivitet, psykisk og seksuell helse, kosthold, alkohol, røyk, brann-sikkerhet, bruk av teknologi, fallforebygging og bolig.

**Når det gjelder temaet bolig kunne spørsmålene være:**

- Hvordan opplever du at boligen din passer for deg og dine nåværende ønsker og behov?
- Hvordan opplever du at boligen er tilrettelagt for å bli eldre?
- Hva skal til for at du kan bo her i mange år framover?
- Hvordan ser du på å bytte bolig/kjøre ny bolig?

**Myter**

«Når jeg blir gammel, så vil kommunen skaffe en eldrebolig til meg» «Man må ha en kommunal bolig for å få hjelp i hjemmet.»



Seminar for eldre i kommunen i forbindelse med kommunens satsing om forbyggende hjemmebesøk. Bildet er tatt på seminaret i 2018



Foredraget ble holdt av Hilde Fleitscher, ergoterapeutspecialist i Eldres helse i Kristiansand kommune.

– Ja, går alt etter planen nå, så vil vi åpne Sofienlundsenteret ved årsskiftet om tre år; det er vår klare målsetting, slår Thor Bjørn fast med stø stemme og setter blikket i Amta med krav på å bli trodd. For det har i sannhet vært mange skjær i sjøen, helt fra 80-tallet da han og kona kjøpte den gamle sveitservillaen med den store tomte på toppen rett opp fra Ommen.  
– Det er skjedd en del siden du

borte, sier Thor Bjørn og peker energisk med hele seg, for det er lite ved ham som minner om en kar som drar seg mot 80.  
– Du vet, det gjelder å holde seg i form, så jeg løper jevnlig rundt på stiene her på eiendommen. Det er jo et vesentlig element i hele prosjektet det, at alle som kommer hit for rehabilitering finner fram til den helsebringende effekten ved å bevege seg i naturen og finner

– Du var en glad mann etter det siste kommunestyret før ferien?

– Ja, jeg la vel ikke akkurat skjul på min glede, da kommunestyret endelig vedtok reguleringsplanen. Jeg hadde jo sittet tålmodig gjennom en lang sakliste, men selvsagt dreide det seg mest om lettelse etter alle årene med motbakke og møysommelig arbeid.

starter vi byggingen av senteret først, før vi vil gå i gang med byggingen av leiligheter og rekkehus. Årsskiftet 2022/23 vil Sofienlundsenteret være klart til bruk, men boligene noe senere, betyr en sedvanlig offensiv og optimistisk Thor Bjørn.

– *Hvordan finansierer du dette?*

– Stiftelsens egenkapital er 110 mål gjeldfri eiendom med panoramautsikt over Oslofjorden, og med godkjent detaljreguleringsplan. Vi samarbeider svært godt med DNB som byggelånsbank. Når det gjelder selve rehabiliteringssenteret finansieres det ved grunnlån fra Husbanken. Finansieringen av selve leiligheter og rekkehus kommer også fra DNB, forklarer Lie.

#### Klimaprofil

– *Hvor bærekraftig blir prosjektet?*

– Dette blir et miljø- og klimavennlig prosjekt med en gjennomgående grønn profil. Det blir solfangere på alle tak som varmer tappevann, gir gulvvarme, oppvarmet svømmebasseng og boblebad. Vinterstid benyttes varmepumper, i tillegg til solceller. Det blir solceller på alle tak og i alle fasader mot øst, sør, og vest. Det vil selvsagt være framtidens TEK 17 standard i alle bygninger, og vi

# Går mot et splitter nytt rehabiliteringssenter på Nesodden - håper på åpning om tre år

**T**hor Bjørn Lie (78) er en solid stayer som har hatt en drøm i snart tre tiår om å skape et tverrfaglig og interkommunalt rehabiliteringssenter på Fjellstrand.

var her sist, smiler Thor Bjørn da han tar oss med på en runde i terrenget: Da vi startet, sånn cirka for «hundre år siden», så var jo senteret tegnet inn her, men det fikk vi ikke lov til. Dermed kommer selve senteret til å ligge på bortsiden av berget der, altså, sydd inn i skrenten, mens boligene blir liggende rett der

roen i den, sier Thor Bjørn og slår ut med armene med mål om å favne den fantastiske utsikten.  
– Jeg har hele tiden samarbeidet utmerket med Oslofjordens Friluftsråd om å knytte rehabiliteringssenteret her oppe på toppen sammen med friluftssenteret der nede på Ommen. Langt lerret

– *Hvor står prosjektet akkurat nå?*

– Status er at vi starter med byggeplanen for kryssløsningen Ommenveien/fylkesvei 157 nå før jul. Går alt etter planen blir det byggestart for ny kryssløsning våren 2020. Deretter går det slag i slag og til høsten

FOTOS.  
TORE HENNING LARSEN



Thor Bjørn Lie og hans trofaste turkamerat, Mira, ute på deres faste morgenrunde, tar en pust i bakken.

vil få økonomisk støtte til grønn energi fra ENOVA. Dessuten vil vi introdusere nye teknologier, som eksempelvis lagring av termisk energi ved PCM, som er et fase-forandringsmateriale, samt batteribanker for lagring av solenergi, ramser Sofienlunds gründer opp og utbryter i et stort smil: – Utviklingen innen grønn teknologi går raskt og vi skal favne de siste løsningene. Det er jo vesentlig at de eldre får mulighet til å mosjonere i naturen også vinterstid, så eksempelvis vil det være is- og snøfrie gangveier oppvarmet av solfangere, sier Lie.

– *Hvor står planen i dag?*

– Planen ble vedtatt i kommunestyret 19. juni i år, og er dermed en gjeldende reguleringsplan som er ferdig behandlet. Planen legger til rette for etablering av leiligheter og rekkehus kombinert med behandlings- og tjenestefunksjoner. Planområdet foreslås inndelt i seks felt, hvorav fire felt er avsatt til ny bebyggelse. Bebyggelsen vil være en kombinasjon av blokkbebyggelse, lavblokk og konsentrert småhusbebyggelse, og vil variere i bygningshøyde fra tre til seks etasjer. Det skal etableres maksimalt 70 nye boenheter, samt rehabiliteringssenter, innenfor planområdet. Planen legger til rette for ny kryssløsning og adkomst til planområdet fra fylkesvei 157, forklarer kommunens saksbehandler Jarle Gunnes.

– *Hvor realistisk er det fra kommunens side at senteret står helt ferdig om tre år?*

– Dette er i stor grad opp til utbygger Thor Bjørn Lie og stiftelsen Sofienlund. Planen er omfattende og har rekkefølgekrav knyttet til infrastruktur, som må oppfylles før prosjektet kan anses som ferdig. Planen har imidlertid også rekkefølgekrav om en trinnvis utbygging, der feltet hvor senteret skal ligge skal ha en godkjent brukstillatelse, før man kan begynne å bygge boliger på de andre feltene. Dette sikrer at senteret vil være det første bygningsmessige som vil utbygges. Om utbygger er effektiv og leverer gode søknader i byggesaken, mener kommunen at det vil være realiserbart å ha et ferdig senter innen tre år, avklarer arealplanlegger for virksomhet plan, bygg og geodata, Jarle Gunnes, på vegne av Nesodden kommune.

*Her står gründeren Thor Bjørn Lie, stifter og daglig leder i Stiftelsen Sofienlund, i ivrig samtale med dr.med. Nils Hjeltmes - tidligere sjeflege og fagdirektør for Sunnaas sykehus- nå faglig rådgiver og styreleder Erling Lauritzsen, tidligere generalsekretær i Landsforeningen for Trafikkskadde LTN.*

## Sofienlundfakta

- Stiftelsen Sofienlund ble stiftet i 1991.
- Planla, finansierte og bygget CatoSenteret i Son i samarbeid med Husbanken og Vestby kommune.
  - CatoSenteret hadde 20 års jubileum 4. juni 2018.
- CatoSenteret har 120 ansatte og om lag 8.000 mennesker har blitt rehabilitert siden starten.
- Stiftelsen Sofienlunds 110 mål store eiendom på Fjellstrand har vært pantsatt for 78 millioner kroner siden 1996, som sideordnet sikkerhet for CatoSenteret i Husbanken.
  - Pantet ble slettet i 2012 og de er nå i full gang med prosjektering og detaljregulering av Sofienlundprosjektet på en gjeldfri eiendom.
- Planlegger å bygge et tverrfaglig interkommunalt rehabiliteringssenter på Fjellstrand med 45 selveierleiligheter for 55+ og 25 rekkehus for familier samt utendørs anlegg- og turløypenett for alle.
- Rehabiliteringssenteret vil være et allsidig aktivitets- trenings og tverrfaglig senter på hele 4.250 kvadratmeter.
- Det vil romme resepsjon, treningshall med apparater og utstyr, spinning-sykler, klatrevegg, svømmehall med varmtvannsbasseng og boblebad, garderobeanlegg med dusjer og badstuer, teamrom og kontorer for ansatte, og alt fylles med velferdsteknologi.
- Dessuten blir det brukerrum med plass til pårørende, start-leiligheter for ansatte, kafeteria og kjøkken, og konferanserom som kan deles opp til tre ulike konferanserom.
- Det vil også bli utleie arealer til frisør, fotpleie, og andre helse relaterte tilbud, i bygningsmassen som totalt er på seks etasjer.
- Går alt som planlagt vil senteret stå fullstendig ferdig 1. januar 2023.

*Artikkelen er sakset fra Amta og skrevet av Staale Reier Guttormsen*



Knut Herrem har ikke svaret, men han opplevde nettopp det. Etter ni dager i koma våknet han på Ullevål sykehus, minus en fot, men i live. Mot alle odds!

en til Oslo. Knut kunne veien utenat, motorsykkelen var i perfekt stand, og lystret alt Knut ba den om å gjøre. Sammen hadde de gjort turen utallige ganger, og aldri opplevd farlige situasjoner.

Etter å ha tatt Sjøkrigsskolen, tilbrakt 15 år i forsvaret og med jobb i forsikringselskapet Norske Liv, visste Knut godt hva risiko var, og tok aldri unødvendige sjanser. Han var i tillegg en erfaren og dyktig motorsyklist, men kunne på ingen måte forutse hva som ventet ham i svingen ved «Hjulet»

#### «Hjulet»

- Før jeg kjørte hjemmefra, snakket jeg med naboen. Så lite skal det til. Dersom jeg ikke

hadde gjort det, hadde ikke lastebilhjulet truffet meg og motorsykkelen, sier Knut ettertenksomt.

Uten forvarsel, og som lyn fra klar himmel, kræsjet han med hjulet og våknet etter en uke på Ullevål sykehus. En av de første på ulykkesstedet hadde bundet et turniké på låret hvor foten var revet av. Det reddet sannsynligvis Knuts liv, men foten var borte for alltid.

#### Til Ahus

Fra Ullevål gikk turen til Akershus Universitetssykehus, hvor gjensynet med legen som behandlet Knut på ulykkesstedet ble spesielt. - Legen ble mildt sagt forbauset over å se Knut i live. Et «vanlig» menneske tåler

45 poser med blod. Knut hadde fått 65, - du må ha et usedvanlig sterkt hjerte, sa legen.

Der og da begynte reisen tilbake til familien og jobben. Den råsterke krigeren hadde overlevd krigen mot lastebilhjulet, og forbannet seg på at han skulle tilbake til livet.

#### CatoSenteret

Den 17. august 1998 var også en solskinnsdag, og en spesiell dag for Knut. Han hadde fått plass på senteret. Det hadde åpnet en måned før ulykken, og var som «skapt» for Knut. Han valgte CatoSenteret i stedet for Sunnaas, for der ville han være den sykeste blant «friske», mens på Sunnaas ville han vært den friskeste blant de syke.

# “Hjulet”

**H**va er oddsen for å bli truffet av et lastebilhjul, som har løsnet fra en lastebil, som kommer i motsatt kjøretning ved «Hjulet» på E18 ved Tusenfryd?

#### På vei til jobb

Den 2. juli 1998 var en nydelig solskinnsdag og Knut bestemte seg for å kjøre motorsykel fra Drøbak til jobben i Oslo. Været var perfekt, og den 1000 kubikk store Yamaha Virago-motorsykkelen brummet fornøyd på vei-



*Med firehjulingen kommer jeg meg fint rundt. Vaiana liker å henge med.*



*Denne hytta bygget vi i 2009/2010, sier Knut. Beitostølen er som skapt for meg og Vaiana. Her har vi perfekte tur- og treningsområder året rundt..*

Et tverrfaglig rehabiliterings-senter, som fokuserte på at «ingen ting er umulig, det umulige tar bare litt lengre tid». - Det var som å komme til himmelen, sier Knut. Sykehuskorridorene lå bak meg, CatoSenteret var mulighetenes senter, og jeg ble tatt i mot med åpne, varme og gode hender.

- Teamet som ble satt til å jobbe med meg var fantastisk, og i løpet av høsten kom jeg meg sakte, men sikkert på ett bein. Fredag 29. november var det «dimmefest» for meg i Son. Uken etter var jeg tilbake på jobb i Norske Liv, et selskap i finanskonsernet som i dag er Nordea. Selskapet hadde lagt arbeidsforholdene til rette for

meg, og jeg kunne fortsette i jobben, som forsikringsrådgiver.

Utallige foredrag har det også blitt, og konkurranser. Jeg har seilt OL i Sydney, pigget helmaraton på Key West og spilt golf over hele verden. Golfkarrieren min begynte for 15 år siden da jeg fikk en golfkølle (en «puter») i presang av en kompis. - Spørsmålet er ikke hva man ikke kan gjøre, sier hardhausen, men hva man kan gjøre.

Eldstemann som gikk Ridderrennet i år var en blind 98 år gammel amerikaner. Jeg vil ha gått mitt 50 Ridderrenn når jeg blir 97 år.

At Knut har tatovert «Carpe Diem» på ryggen, og «Tiden kommer, den går ikke», på brystkassen, sier litt om hvordan han ser på livet

#### Beitostølen

- At vi havnet på Beitostølen har litt med HelseSportsenteret og mye med Svingen Pub å gjøre. På sistnevnte følte Heidi og jeg oss hjemme, og i 2001 kjøpte vi vår første hytte her oppe. I 2009 bygget vi en ny hytte, og nå bygger vi eget hus, med alt på en flate. Etter at jeg gikk av med pensjon i 2016 har jeg bodd på Beitostølen, og når min kone Heidi går av med pensjon, kommer hun etter.

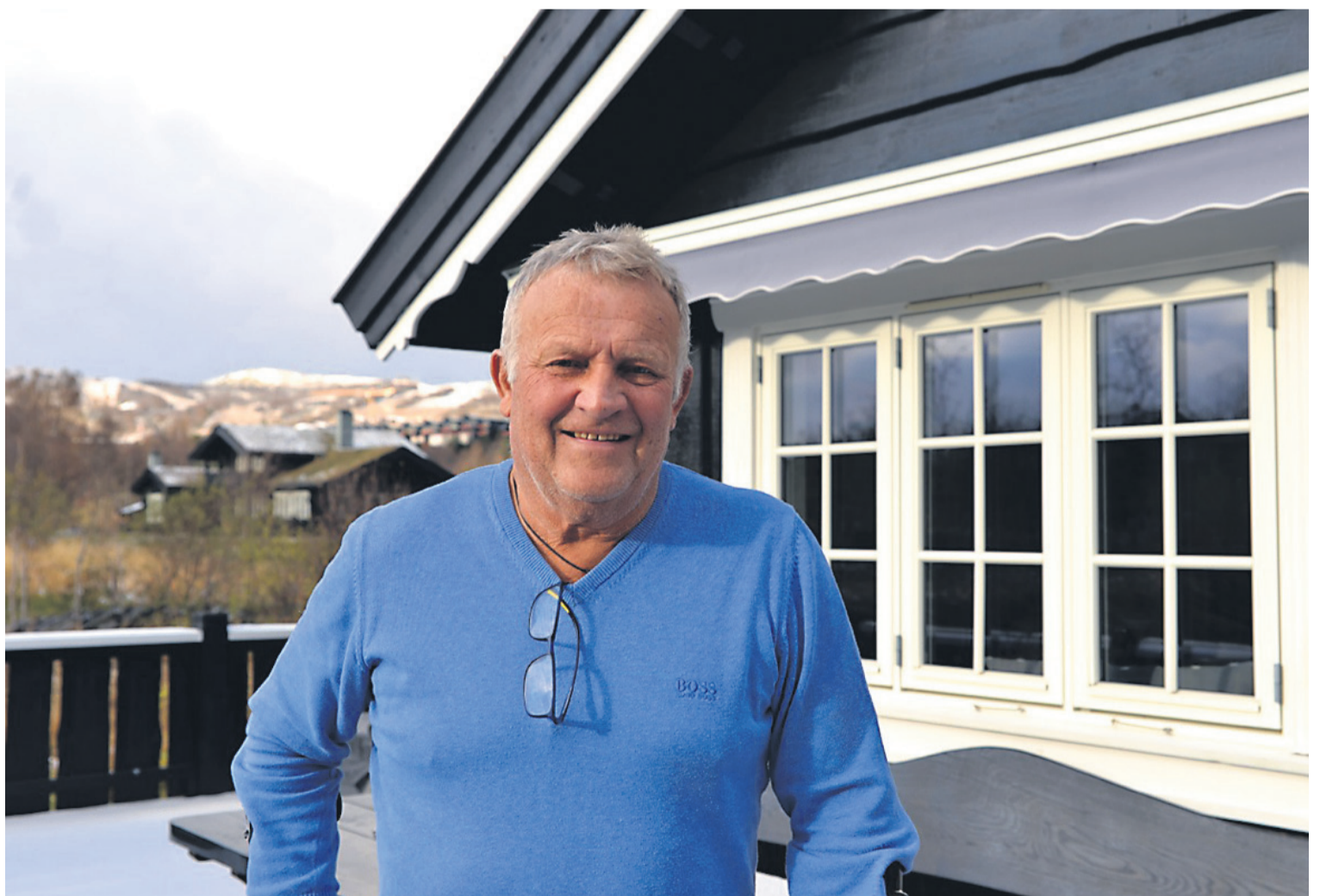
Mine fem barn og barnebarn er hyppige gjester, og stortrives i likhet med oss på Beitostølen.

Heidi driver frisørsalong i Drøbak City, og vi har beholdt en leilighet i Oslo, men det er på Beitostølen vi hører til, sier onkelen til Camilla Herrem og stemmer i «Tore Tang».

FOTOS.  
TORE HENNING LARSEN



*Dette er vår lille hule, sier Knut, her koser vi oss.*



*Etter at jeg gikk av med pensjon i 2016 har jeg bodd på Beitostølen, og når min kone Heidi går av med pensjon, kommer hun etter. Mine fem barn og barnebarn er hyppige gjester, og stortrives, i likhet med oss, på Beitostølen.*

I Bergens Tidende 21.10 skriv sjukepleier Irene Vågen og helsefagarbeider Helene Thuen om korleis dei opplever at verdigheita til bebuarar ved deira arbeidsplass, Luranetnet i Os, ikkje blir verna om.

Personalet har for få hender. Dei har hjerterom, men ikkje tid til å gje av si omsorg. Dei spring rundt og «sløkker brannar».

Med avgrensa tid til rådigheit må helsepersonell prioritere dei mest livsopprethaldande oppgåvene. Det er oppgåvene som kjem i fokus. Men, sjukeheimar med oppgåvefokuseret tilnærming til sine bebuarar står i fare for å miste det vesentlege av syne, nemleg 'personen' – den einskilde sjukeheimsbebuar som menneske. Det er difor eit viktig varsko som her kjem frå helsepersonell som erfarer at vilkåra for å utøve verdigheitsbevarande, personorientert omsorg, ikkje er tilstade ved deira sjukeheim.

Dei spør: Er dette verdigheit?

Svaret er nei. Eldre som har det slik får ikkje oppfylt sin rett til verdigheit i kvardagen. Eit verdig liv er ein menneskerett nedfelt i Menneskerettsfråsegna – som slår at alle menneske har ein ibuande verdighet som skal respekterast og vernast. Helsepersonell som Vågen og Thuen har også støtte i faglitteratur og forskning som beskriv kva som fremmer verdigheit og kva som krenker eldre menneske si ver-

digheit. Grunnlaget for all sjukepleie skal være respekten for det einskilde menneske sitt liv og ibuande verdigheit.

Verdigheit handlar om kva tankar og følelsar menneske har om eige menneskeverd – og menneskeverdet til andre. Verdigheit handlar også om korleis menneske opptrer på – måten ein møter andre på. Å møte ein person med verdigheit inneber å behandla denne på ein respektfull måte som stadfester personen sitt menneskeverd og likeverd.

I Noreg vedtok Stortinget i 2010 'Forskrift om ei verdig eldreomsorg' (også kalla 'Verdigheitsgarantien'). Denne verdigheitsgaranti-forskrifta til Lov om kommunale helse- og omsorgstenester, skal sikre at kommunane utformar eldreomsorga på en slik måte at den bidreg til ein verdig, trygg og meningsfull alderdom. Ein kan difor seie at eldre på sjukeheim har ein juridisk rett til ei verdig eldreomsorg. Verdigheitsgaranti-forskrifta understrekar at tenestetilbodet til eldre skal vektlegge respekt for den einskilde sin sjølvråderett, eigenverd og livsførsel. Alle eldre skal ha eit variert og tilstrekkeleg kosthald og tilpassa hjelp ved måltida.

Dei eldre skal ha eit mest mogeleg normal liv, med normal døgnrytme og tilgang til å kome ut. Alle eldre skal ha naudsynt hjelp til personleg hygiene, og hjelp til å bevare sin moglegheit til å fungera godt i kvardagen. Og; når ein har behov for det skal alle eldre skal ha moglegheit til å samtale med helsepersonell om sine eksistensielle utfordringar i kvardagen.

Vågen og Thuen viser til at verdigheitsbevarande omsorg ikkje er mogeleg med dei ressursane dei får tildelt. Dei etterlyser tiltak som gjer det mogeleg å skape ein verdig kvardag for dei eldre på sjukeheimen. Dei ber politikarane om å ta ansvar, og å gi dei økonomiske rammer til å utøve omsorg i tråd med Verdigheitsgaranti-forskrifta – som politikarane sjølv har vedtatt.

Det er folket som vel sine politikarar, og ei klar melding vert sendt til oss alle; sorg for å velje politikarar som forpliktar seg til å oppfylle eldre menneske sin Verdigheitsgaranti.

Som helsepersonell går Vågen og Thuen nå offentleg ut med si erfaring ifrå sin sjukeheim. Dei viser mot. Dei tek ansvar. Dei er talspersonar for sine sjukeheimsbebuarar. Truleg vil helsepersonell ved andre sjukeheimar også kunne slutte seg til «Eldrebrølet». Kravet om verdigheit for eldre på sjukeheim kan då bli så sterkt at det kan tvinge fram endringar, og føre til at våre eldre kan oppleve at dei har – ein Verdigheitsgaranti.

Av Oscar Tranvåg  
Lesarbrev i Os & Fusaposten

**Kan tvinga seg fram:  
Truleg vil helsepersonell ved andre sjukeheimar også kunne slutte seg til «Eldrebrølet». Kravet om verdigheit for eldre på sjukeheim kan då bli så sterkt at det kan tvinge fram endringar, og føre til at våre eldre kan oppleve at dei har – ein Verdigheitsgaranti**

# Eldrebrølet

**H**ar våre eldre en verdigheitsgaranti?  
**Helsepersonell på sjukeheim i Os har starta «Eldrebrølet» – verdigheita til sjukeheimsbebuarar er trua.**

Dei fortel om bebuarar som blir sittande åleine på rommet. At turar ut for å få dagslys og frisk luft ikkje er kvardagskost for dei eldre. Dei blir sittande i sine stolar. Kroppane stivnar til og smertene aukar.

Middagen blir kald fordi helsepersonellet ikkje rekk å hjelpe alle som har behov for hjelp under måltid. Ingenting skjer. Meiningsfulle aktivitetar uteblir.

Personalet må haste forbi engstelege bebuarar i gangane. Dei som er engstelege og sengeligande har inga hand å halde i. Dei får heller ikkje endre sengeleie, eller opprethalde fuktigheita i munnen.



Grafikk av Knut T. Frøyhaug



Den praktiske hovedregelen er at når en skade oppstår har man en skadevolder eller forsikring som kan være ansvarlig.

En forutsetning for at du får de rettighetene du har krav på er at du selv tar kontakt med de som kan være ansvarlig. Hvis du ikke helt vet hvem du skal kontakte, eller får avslag, kan det

Når det gjelder trafikkulykker har alle biler en obligatorisk ansvarsforsikring. Selv i de tilfeller hvor føreren er ukjent, eller er uten forsikring, er man sikret gjennom Trafikkforsikringsforeningen.

Personskader er sterkest vernet, men også løssøre (eks. klær og

hos arbeidsgiver. Det er heller ikke arbeidsgiver som må dekke et eventuelt erstatningskrav. Både skader og sykdom er omfattet, men et praktisk viktig unntak er at rene slitasjeskader faller utenfor (et typisk eksempel er ryggproblemer).

Erstatningsplikt i trafikken og på arbeidsplassen er rent objektivt, rettigheter for deg som skadelidt oppstår alene som følge av at skaden – helt uavhengig skyld.

Ved pasientskader er staten ansvarlig for de tilfeller det har forekommet «svikt» ved behandlingen. Eksempler på svikt kan være forsinket diagnostisering, opplysningssvikt om risiko, feilbehandling, manglende henvisning til sentralt sykehus, vaksiner etc. Det er tilstrekkelig at den behandlingen man har fått samlet sett ikke har vært tilfredsstillende, og man trenger heller ikke bevise hvem som har gjort noe galt.

Den typen skader som er utelukket fra erstatning er for eksempel følger av skaden/sykdommen selv, og når en risiko før behandling er en ikke uventet konsekvens man måtte kunne forvente. Staten håndterer disse kravene gjennom NPE (Norsk pasientskadeerstatning) og Helseklage. Siden staten som skadevolder selv utreder og behandler sakene, får man i utgangspunktet ikke dekket advokatutgifter til saksgangen. Dersom man får endelig avslag på erstatning, har man kun 6 måneder på seg til å ta ut søksmål.

Det haster derfor å ta kontakt med en advokat som kan vurdere saken, og det kan være lurt å ta kontakt med advokat allerede før avslag blir gitt, selv om man skulle velge å følge opp saken selv mens NPE/Helseklage behandler saken.

Det er vanskelig å si noe generelt om når man har et erstatningskrav, men har man blitt utsatt for en skade eller sykdom i et av de tilfeller som er nevnt ovenfor, kan det være god grunn til å foreta nærmere undersøkelser.

**I forsikringsammenheng** er det ingen grenser for hva som kan omfattes av forsikringer. Både det å vite hvilke forsikringer man har, og hva de omfatter, er overraskende komplisert. De fleste vet hvilke forsikringer de selv har tegnet, men vet du hva arbeidsgiver har tegnet? Gjennom jobben kan man ha en rekke forsikringsrettigheter, for eksempel ved uførhet, ulykker etc. Disse gjelder vanligvis ikke bare den ansatte selv, men også ektefelle eller samboer.

Hva en forsikring i hovedsak omfatter, følger gjerne av navnet (husforsikring, reiseforsikring etc.). Det er imidlertid mange ting man kan være forsikret for som ikke er like opplagt. Mange blir overrasket når de får høre at deres reiseforsikring kan gjelde fra det tidspunkt de går ut av døra, selv om de bare er på vei til på jobb eller henter barna i barnehagen. Dekningsområdet for forsikringer er utvidet kraf-

tig de siste årene. Ved tingskade er de fleste flinke til å følge opp skader, men ved personskade kan mange dekninger gå på tvers av hverandre – glemmer man en forsikring kan det koste deg dyrt!

Hva en forsikring dekker fremgår i utgangspunktet av forsikringsvilkårene, men selv de fleste advokater opplever forsikringsvilkårene som unødvendig kompliserte.

**Advokatforsikring (retts-hjelpsdekning)** er en svært praktisk og viktig forsikringsdekning man bør være kjent med. I nesten alle typer forsikringer er forsikring for dekning av advokatutgifter hvis det oppstår en tvist. Fra det tidspunkt to parter er uenige (tvist har oppstått), dekker forsikringen ca 80 % av dine advokatutgifter oppad begrenset til 100 000 kroner eller tvistesummens verdi. De fleste advokater vil gratis kunne gi deg svar på om saken din er omfattet av rettshjelp. De aller fleste økonomiske tvister omfattes. Praktisk viktige unntak er familie/arv og barnefordelings-spørsmål.

Trenger man advokat til å følge opp sitt krav? Ideelt sett ikke, men vår erfaring er at mange opplever at det er tungt kjempe mot en skadevolder eller forsikringsselskapet alene. Avslag som er uriktige blir ofte endret raskt når det kommer advokat på banen. Forsikringsselskaper og eks. eierskifteforsikringer har egeninteresse i utfallet. Man bør derfor ikke ta for gitt at et avslag er korrekt.

Når mange advokater tilbyr en uforpliktende og kostnadsfri konsultasjon har du lite å tape på å sjekke om du har en sak. Beskriv situasjonen åpent og ærlig, også på de punkter som taler imot din sak. Da vil du kunne få et klart råd om det er verdt å bruke tid på saken eller ikke. Kjetil Sandnes er advokat i Advokatfirmaet Norman & CO ANS. Firmaet har flere spesialister innen erstatning- og forsikringsaker.

*Kjetil Drolsum Sandnes er advokat i Advokatfirmaet Norman & CO ANS. Firmaet har flere spesialister innen erstatning- og forsikringsaker.*

# Er dine rettigheter ivaretatt?

**V**i som jobber med erstatning- og forsikringsaker, opplever ofte at mange har begrenset kunnskap til hvilke rettigheter de har hvis man har blitt utsatt for en ulykke eller en skade.

være lett å gi opp. Andre venter for lenge og opplever at kravet bortfaller på grunn av den lange tiden som har gått (foreldelse). I forsikringsaker gjelder det en streng meldefrist på ett år, den er det mange som oversitter.

Her ønsker vi å belyse noen praktiske områder hvor det kan være en fordel å være klar over sine mulige rettigheter.

Tre områder hvor skadelidte står sterkt, er ved skader som oppstår i trafikken, på arbeidsplassen eller i forbindelse med medisinsk behandling (pasientskader). I slike tilfeller står man overfor en skadevolder som har økonomi til å gjøre opp kravet. Erstatningsansvaret omfatter også dine utgifter til advokat.

bagasje) og eiendom har man normalt dekning for. I trafikken har også både trikk- og jernbane et rent objektivt ansvar. Ved trikkeulykker tenker mange kanskje at trafikanten får skylden, men skadelidte er uansett dekket delvis. Områder hvor ansvarsforsikring normalt ikke er aktuelt, er ulykker mellom trafikanter og syklistene. I slike tilfeller kreves det at den ene parten kan bebreides.

**Arbeidsplassen** er et også et sted man erstatningsrettslig er godt vernet. Man ønsker selvsagt å unngå at ulykker oppstår, men når sykdom eller skader oppstår som har sammenheng med arbeidet, er arbeidstakere dekket av en obligatorisk ansvarsforsikring (yrkesskadeerstatning) hos arbeidsgiver. Man trenger altså ikke påvise skyld



# Takk for oss!

I 23 år har jeg hatt ansvaret for Stiftelsen Sofienlunds medlemsaviser, under vekslende navn.

I de siste 20 årene har jeg hatt gleden av å samarbeide med Knut Frøyhaug, som etter en lang yrkeskarriere som art direktør og kreativ leder innen flere reklamebyråer, trakk seg tilbake i 1991, og som sekstiåring engasjerte han seg med å videreutvikle seg innen billedkunst og da i senere tid særlig det som kalles digitalgrafikk.

Det er med vemod vi nå trekker oss tilbake, men alder og familiære forhold gjør dette nødvendig.

Vi takker alle lesere og håper vi har kunnet gi dere kunnskap om smått og stort om hva Stiftelsen Sofienlund har arbeidet med, og om hva vi ønsker for fremtiden.

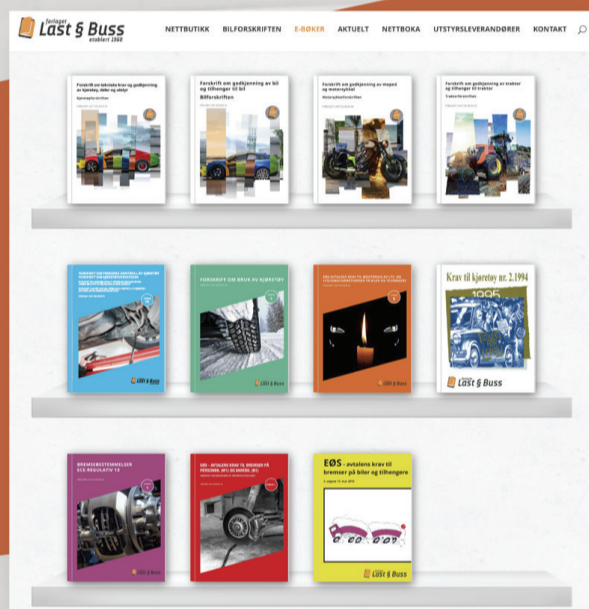
Den største takken retter vi til alle våre annonsører. Uten dere hadde det ikke blitt noe blad.

Likevel kan ikke denne tanken slippe meg: «Åh, den som bare var åtti igjen!»

forlaget  
**Last & Buss**

Trenger ditt verksted et søkbart regelverk hvor dere kan legge inn egne bokmerker og notater?

Alle våre bøker og hefter er nå tilgjengelig som e-bøker på vår hjemmeside!



Bestill "Verkstedpakka" på [www.lastogbuss.no](http://www.lastogbuss.no) og få tilgang til din digitale bokhylle!

## Son Blikk & Ventilasjonsmontasje AS

Borgermester Aases gate 22, 1526 MOSS  
Tlf. 918 66 303



**Borge Begravelsesbyrå**

Ellen Margareth Bye

Biv. 21, 1658 TORP - Tlf. 69 34 53 35

## Søndre Brevik Gård AS Brevik Kattepensjonat

Brevikveien 228, 1555 SON  
Tlf. 920 83 469

## Møller Bil Orkdal

Bårdshaug Vest, 7300 ORKANGER  
Tlf. 72 47 11 00 - [www.orkdalbil.no](http://www.orkdalbil.no)



Hensmoveien 46, 3516 HØNEFOSS  
Tlf. 32 17 97 50 - [www.hro.no](http://www.hro.no)

## Valter Jensen & Sønn A/S Valter Jensen Eiendom ANS

0207 OSLO  
Tlf. 22 12 46 60 - [www.vje.no](http://www.vje.no)

Dekkhjelp?



## TTS bil og dekkcenter as

Vi håndterer og lagrer dine dekk, -last og personbil

Ring 75 01 81 70  
Lastebilavd/Salhus

Din verkstedpartner på Sør Helgeland



## GJØVIK VULK DEKKSENTER A/S

Telefon: 61 17 19 16 - 61 17 48 92  
[www.fagdekk.no](http://www.fagdekk.no), e-post: [gjovikvulk@fagdekk.no](mailto:gjovikvulk@fagdekk.no)



## Toyota Drammen

avd Lier

Sankt Hallvards vei 10  
Tlf. 32 22 95 95

[www.toyotadrammen.no](http://www.toyotadrammen.no)



Solstad Gruppen



Solstad Gruppen

Slemdalsveien 70 A - Tlf. 22 51 62 00  
[www.solstadgruppen.no](http://www.solstadgruppen.no)



**Advokatfirmaet Norman & Co** har behandlet erstatnings saker siden det ble etablert i 1878.

Trafkkulykke

Pasientskade

Fritidsulykke

# PERSONSKADE?

Yrresskade

Yrkesykdom

Voldsofferskade

Ta kontakt for gratis vurdering av din sak!

Nettadresse: [www.norman-co.no](http://www.norman-co.no) | Tlf: 22 12 11 80 | E-post: [advokatfirmaet@norman-co.no](mailto:advokatfirmaet@norman-co.no)

<b>REX MARKISER</b> Industriv. 5, 1825 TOMTER Tlf. 69 92 49 49 www.rex.no	<b>BERGE &amp; CO</b> ★ SIDAN 1954 ★ www.berge.no	<b>Høyanger Bil A/S</b> Einar Ramsli's g 29 5900 HØYANGER Tlf. 57 71 32 77	<b>AUTOMAT GEAR</b> Cato Ystrøm ☎ 907 83 528 Alt i service og rep av automatgir	<b>mobile</b> Mobile Moss AS Buen 5, 1528 Moss Tlf. 69 23 57 57 www.mobile.no	<b>SKEDSMO BILOPPHOGGING</b> Brukte bildeler – vrakpant Tlf. 63 87 05 50	<b>Yri Sand AS</b> 6789 LOEN Tlf. 57 87 60 40
<b>Vy Buss AS</b> Vestlivegen 3, 3570 AL Tlf. 32 08 60 60	<b>WIST</b> Wist Last & Buss AS 7725 STEINKJER Tlf. 74 16 05 10 www.wistlastbuss.com	<b>mobile</b> Mobile Sarpsborg AS Herbergveien 15, 1710 Sarpsborg Telefon 69 15 89 89 • www.mobile.no	<b>Mirawa Restaurant</b> Schwenckegata 1 3015 DRAMMEN Tlf. 32 83 65 85	<b>vikørsta</b> 6893 VIK I SOGN Tlf. 57 69 86 50 www.vikorsta.no	<b>Toyota Sør AS</b> Sørlandsparken www.toyotasor.no	<b>Stian Røyset Transport AS</b> Snopenesvegen 25 6017 ÅLESUND Tlf. 930 82 402
<b>moss</b> snøryddingskompani as Saltboveien 39, 1560 LARKOLLEN Tlf. 911 15 254	<b>BYGGMESTER TRULSEN AS</b> NYBYGG - RESTAURERING - TOTALENTRIS Lågaveien 1 A, 3262 LARVIK Tlf. 907 57 780 www.trulsen.as	<b>Øyvind's Trafikkskole</b> Sverres gate 4 7800 NAMSOS Tlf. 911 28 430	<b>Christensen &amp; Jensen Transport AS</b> 8063 VÆRØY Tlf. 932 07 298	<b>Østfold Trafikkskole</b> Storgata 2 1890 RAKKESTAD Tlf. 69 22 22 53	<b>RPT Production AS</b> Orstadveien 114 4353 KLEPP STASJON Tlf. 51 78 66 00	<b>IP Huse AS Mek. Verksted</b> 6487 HARØY Tlf. 71 27 57 00
<b>Mjelde Sveis og Montasje AS</b> Granittåsen 72 3480 FILTVET Tlf. 906 04 254	<b>abacus</b> Sletta Næringspark 1555 SON Tlf. 400 01 850 www.abacus-it.no	<b>Lakk-Spesialisten AS</b> Råbekkvingen 4 1617 FREDRIKSTAD Tlf. 69 30 10 43	<b>Edgar Berthelsen AS</b> Elveveien 54 3262 LARVIK Tlf. 33 13 79 00	<b>Framo Flatøy AS</b> Flatøyvegen 24 5918 FREKHAUG Tlf. 55 99 94 00	<b>bay auto as</b> Tel. 38 10 76 00 www.bayauto.no	<b>Furnes Anlegg og Transport ANS</b> Geilevika 6055 GODØYA Tlf. 905 52 438
<b>Maskin &amp; Autoservice A.S</b> Tomeroseveien 9 4315 SANDNES Tlf. 51 63 73 72	<b>Presterud &amp; Riiser Elektro AS</b> Brandstadveien 460 1540 VESTBY Tlf. 64 98 27 70	 Hvorfor kjøpe brukt når du kan kjøpe Dacia? Dacia Duster fra kun kr 199 900,- (inkl. GARANTI)	<b>viva</b> 3412 LIERSTRANDA Tlf. 32 22 58 00 www.viva-iks.no	<b>Jon Kaulum Transport AS</b> Hagenhaugv. 18 B 2613 LILLEHAMMER Tlf. 907 75 044	<b>Bil og Anleggssupport AS</b> Sjåheiveien 34 8209 FAUSKE Tlf. 906 73 779	<b>BILU Kjøreskole</b> Johan Valstads vei 18 B 2020 SKEDSMOKORSET Tlf. 922 63 434
<b>Buer AS</b> Trippedadveien 44 1814 ASKIM Tlf. 69 88 86 30	<b>Rogaland Bilverksted AS</b> Midtbergv. 2 4313 SANDNES Tlf. 51 80 07 90	<b>TAXI 03550</b> ROMERIKE	<b>Eidsvoll Trafikkskole A/S</b> Lars Tønsagers v 2 2080 EIDSVOLL Tlf. 63 96 47 20	<b>APOTEK 1</b> Vår kunnskap - din trygghet <b>Hjorten Fredrikstad</b> Stortorget 1 1607 FREDRIKSTAD Tlf. 69 36 85 85	<b>Lastebiltransport O. Westad &amp; Sønner AS</b> Langbakken 22 1430 AS Tlf. 908 70 775	<b>BYGGMESTER MODALEN AS</b> Indre Årsnes, 4770 HØVAG Tlf. 950 82 025
<b>NMCU</b> NORSK MOTORCYKLEUNION Skoggata 5, 1502 MOSS Tlf. 908 37 374	<b>Jostein Lobben Kran og Transport</b> Åsterudveien 154 3340 AMOT Tlf. 913 28 575	<b>PROZO</b> LIVE LIFE YOUR WAY Tuneveien 10 1710 SARPSBORG Tlf. 69 15 39 00	<b>Telemark Dekksenter AS</b> Moen 17 3948 PORSGRUNN Tlf. 35 93 35 50	<b>Reinholdtsen Maskin AS</b> 8430 MYRE Tlf. 76 13 46 33	<b>DYNATEC</b> Rakkestadv 1, 1814 ASKIM Tlf. 69 83 80 10	<b>NOAH</b> Langgaten 48 3080 HOLMESTRAND Tlf. 33 09 95 00 www.noah.no
<b>Helle og Jonsson AS</b> Navarhaugen 3 3475 SÆTRE Tlf. 917 29 735	<b>Skagen Trafikkskole AS</b> Kannikgata 22 4008 STAVANGER Tlf. 51 56 73 10	<b>Skalleberg Graveservice</b> Gokstadryggen 17 3217 SANDEFJORD Tlf. 942 99 420	<b>mobile</b> Mobile Jessheim AS Energiveien 14 2069 JESSHEIM Tlf. 63 97 94 00	<b>AUTOVERN-montasje-as</b> www.autovern.no Lautjønneveien 16 4580 LYNGDAL Tlf. 38 34 50 90	<b>Matjordprodusenten A/S</b> 1960 LØKEN Tlf. 924 82 808	<b>Haugesund Lakkcenter AS</b> Hemmingstadvegen 25 5535 HAUGESUND Tlf. 52 71 55 14
<b>Motorsenteret Heidal AS</b> Ysterivegen 5 2676 HEIDAL Tlf. 61 23 34 00	<b>Nittedal Karosseriverksted AS</b> Gamleveien 134 1482 NITTEDAL Tlf. 67 07 27 84	<b>Ørland Bil AS Toyota</b> Fjæraveien 2 7130 BREKSTAD Tlf. 72 52 27 50	<b>Sulland Tromsø</b> Alkeveien 12 9015 TROMSØ Tlf. 77 60 99 00	<b>MCA</b> <b>Elite Bil AS</b> Storgata 79, 2830 RAUFØSS Tlf. 61 19 19 30	<b>Brdr. Hansen</b> Svaddeveien 119 3660 RJUKAN Tlf. 911 03 063	<b>Hellestad Bil og Maskin</b> Granstuv 1, 1185 OSLO Tlf. 976 50 223
<b>Mekonomen Bilverksted</b> <b>Klokkarstua</b> Asheimveien 32 3490 KLOKKARSTUA Tlf. 992 74 977	<b>Autobjørn A/S</b> Cecilie Thoresens v 7 1153 OSLO Tlf. 23 03 10 20	<b>Maskinservice Bøhnsdalen</b> Størnervegen 80 2212 KONGSVINGER Tlf. 971 47 165	<b>nordicCrane</b> 4064 STAVANGER Tlf. 51 44 41 00	<b>Salten Dekk &amp; Bilpleie AS</b> Bergverksveien 5 8208 FAUSKE Tlf. 481 12 300	<b>OMNIA BILOMBYGGING</b> Midtunlia 17, 5224 NESTTUN Tlf. 920 48 420	<b>Hemsedal Begravelsesbyrå DA</b> 3560 HEMSEDAL Tlf. 974 14 100

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



**Kristiansen as**  
BETONGPUMPING - SKIEN

Øvre Damsted 2, 3740 SKIEN  
Tlf. 901 85 868 - [www.betongpumping.com](http://www.betongpumping.com)

**KNUT LANGAAS AS**

BYGGMESTER  
BROMSVEIEN 23, 3183 HORTEN, Tlf. 33 04 59 87  
[post@knutlangaas.no](mailto:post@knutlangaas.no) [www.knutlangaas.no](http://www.knutlangaas.no)

BRATTLI BYGG  
Alt innen bygg og reparasjoner  
ANDERS WOIE  
Snekker og daglig leder  
Tjvæ 85  
4857 Grimstad  
Tlf. 90768447  
[andwoie@gmail.com](mailto:andwoie@gmail.com)  
[www.brattlibygg.no](http://www.brattlibygg.no)

**Car Craft**  
Bilverksted AS  
Østre Rosten 4 A  
7075 TILLER  
Tlf. 72 88 00 80

**Mekonomen**  
Bilverksted  
**Bremsnes**  
Bilverksted AS  
6530 AVERØY  
Tlf. 71 51 11 90

**Rival**

SKYVEDØRER  
& INNREDNINGER  
Støttumveien 7, 1540 VESTBY  
Tlf. 64 95 63 80  
[www.rival.no](http://www.rival.no)

**HØREAPPARATETS  
ENERGISENTER**

Bregnev 3, 8680 TROFORS  
Tlf. 484 68 168 mlm. kl. 10-14  
[post@energisentret.no](mailto:post@energisentret.no) - [www.energisentret.no](http://www.energisentret.no)  
Batteri og produkter til høreapparat

**EIKER VEKST**  
Mennesker og løsninger

Ryghgata 6, 3050 MJØNDALEN  
Tlf. 32 23 68 80  
[www.eikervekst.no](http://www.eikervekst.no)

**son  
spa**

Hollandveien 30  
1555 SON  
Tlf. 64 98 48 00  
[www.sonspa.no](http://www.sonspa.no)



**Møre og Romsdal fylkeskommune**  
Samferdselsavd.

Fylkeshuset, 6404 MOLDE  
Tlf. 71 28 00 00  
[www.mrfylke.no](http://www.mrfylke.no)

**JAG**

*Jeg - Assistanse - Godt liv*

Schweigaardsgate 14, 0134 OSLO  
Tlf. 962 09 666 - [www.jagassistanse.no](http://www.jagassistanse.no)

**Storm**  
VVS AS

1521 MOSS - Tlf. 69 21 08 20  
[www.stormvvs.no](http://www.stormvvs.no)

**DALE RØR AS**  
VARME OG SANITÆR  
Comfort


Flovegen 4  
6800 FØRDE  
Tlf. 57 72 55 90  
[firmapost@dale-ror.no](mailto:firmapost@dale-ror.no)  
[www.comfort.no](http://www.comfort.no)

## Raskere tilbake

 Øygarden kommune  
Oppvekst  
[oygarden.kommune.no](http://oygarden.kommune.no)

 Roan  
kommune  
[roan.kommune.no](http://roan.kommune.no)


 SEL  
KOMMUNE  
[sel.kommune.no](http://sel.kommune.no)

 Hyllestad kommune  
[hyllestad.kommune.no](http://hyllestad.kommune.no)

 Flekkefjord  
kommune  
[flekkefjord.kommune.no](http://flekkefjord.kommune.no)

 Hammerfest  
kommune  
[hammerfest.kommune.no](http://hammerfest.kommune.no)

 Ørland  
kommune  
[orland.kommune.no](http://orland.kommune.no)

 Aurland kommune  
[aurland.kommune.no](http://aurland.kommune.no)

 Iveland kommune  
[iveland.kommune.no](http://iveland.kommune.no)

 Halden  
kommune  
[halden.kommune.no](http://halden.kommune.no)

 Båtsfjord  
kommune  
[batsfjord.kommune.no](http://batsfjord.kommune.no)

 Oppegård  
kommune  
[oppegard.kommune.no](http://oppegard.kommune.no)



**Oslo kommune**

Fri Rettshjelp

Åpningstid:

Mandag - Fredag: 0800-1535

Mandag - Torsdag: 1630-1900

Storgata 19, 0184 OSLO - Tlf. 23 48 79 00

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

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

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

Enkel elektrodeplassing

Ingen hælensor i skoen - 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](mailto:service@cypromed.no) [www.cypromed.no](http://www.cypromed.no)