

Rehabilitering

UTGITT AV STIFTELSEN SOFIENLUND OG SOFIENLUNDS VENNER

NR. 2 2022 26. 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 har planlagt og bygget CatoSenteret i samarbeid Veidekke. Stiftelsen har også finansiert senteret i samarbeid med Husbanken og Vestby kommune. I fagmiljøene er senteret omtalt som et av Norges beste Rehabiliteringssentre.

Takket være de hundretusener av loddkjøpere i stiftelsens eget lotteri og innsamlede midler, samt 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-, behandlings- og treningssenter med selveierleiligheter og boliger for seniorer på Sofienlund, Fjellstrand, Nesodden.

Stiftelsen Sofienlunds styre:

Styreleder
Pål Breen

Stifter
Daglig leder
og styremedlem
Thor Bjørn Lie

Styremedlemmer
Truls Thv. Falkenberg
Tore Henning Larsen
Roar Sand

Sofienlund Helse Fjellstrand - Nesodden



- Da vi planla og bygget CatoSenteret i Son var rehabilitering av ulykkes- og trafikk-skadde vår primære målgruppe, sier Thor Bjørn Lie.
- Nå skal vi, sammen med Scandinavian Propert Group, skape et nytt og fremtidsrettet tilbud på Nesodden. Med sin bakgrunn som sivilingeniør og erfaring med driften av Nesodden Swim & Trim, planla og bygget Thor Bjørn Lie CatoSenteret, og sto for driften i senterets første leveår.

Sofienlund Helse - vår visjon

Rehabiliteringspyramiden

I rehabiliteringspyramiden vil Sofienlund Helse befinne seg mellom spesialisert rehabilitering/rehabilitering i kommunal institusjon, og rehabilitering i hjemmet. I tillegg vil prehabilitering bli et sentralt satsningsområde, sier den ustoppelige gründeren, som har brukt mesteparten av sitt liv på å etablere gode behandlingstilbud.

Sofienlund Helse blir et privat behandlingstilbud rettet mot brukere som er «ferdigbehandlet», og til brukere som skal inn i det offentlige behandlingstilbudet. På sikt har Sofienlund Helse ambisjon om å opparbeide seg tjenesteytelsesavtale med Helse-Sørøst.

En slik avtale tar mange år å bygge topp, CatoSenteret brukte 14 år.



- Våre erfaringer med planleggingen, byggingen og driften av CatoSenteret i Son vil komme godt med når Sofienlund Helse skal bygges, sier CatoSenterets gründer, sivilingeniør Thor Bjørn Lie.

<p>Utgiver: Stiftelsen Sofienlund, Ommenveien 18 1458 Fjellstrand</p> <p>Redaktør: Tore Henning Larsen mobil 908 66 705 e-post: thl@sofienlund.no</p> <p>Utforming: Original - Else Britt Tufte</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 delar av Ås kommune</p> <p>Redaksjonen avsluttet 3. juni 2021</p>
---	---

<p>SOFIENLUND FOR REHABILITERING OG VITALISERING AV MENNESKER</p>		
<p>Stiftelsen Sofienlund Ommenveien 18, 1458 Fjellstrand www.sofienlund.no post@sofienlund.no Foretaksnummer: 961340195 Bankgiro: 8380 08 53462</p>	<p>Stiftelsens styre: Styreformann Pål Breen Daglig leder Thor Bjørn Lie Styremedlemmer Truls Thv. Falkenberg Tore Henning Larsen Roar Sand</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 Minnefond Bankgiro: 8380 40 09941</p>



Fremtidsrettet rehabilitering

– Med økt befolkningsvekst, høyere gjennomsnittsalder og dermed mer sykdom og skader, er ikke dagens offentlige rehabiliteringstilbud tilstrekkelig, sier styreleder Pål Breen i Stiftelsen Sofienlund.

– Derfor har vi solgt deler av Stiftelsens eiendom til, og inngått et samarbeid med, Scandinavian Property Group (SPG). Sammen skal vi bygge et senter for fremtiden, og et unikt bomiljø. Sofienlund Helse vil fokusere på forebygging og egeninnsats som løsning på fremtidens rehabiliteringsutfordringer.



Pål Breen

Ø Økt befolkningsvekst og høyere gjennomsnittsalder gir mer sykdom og skader.





Knut Herrem var en av de første brukerne på CatoSenteret. Knut ble utsatt for et alvorlig trafikk-uhell, og mistet et ben. Han hadde lest om etableringen i Son, og valgte å reise rett fra Akershus Universitetssykehus til rehabilitering på CatoSenteret. Resultatet ble oppsiktsvekkende. På bildene er han tilbake i Son, sammen med to, og fribente venner. Fremtidsrettet rehabilitering vil stå sentralt i Sofienlund Helse.

E et «gyllent triangel»: Sunnaas, Nesodden kommune og Sofienlund Helse

– Sofienlund Helse skal bistå brukerne med å kickstarte og restarte egeninnsats på vei inn – og ut – av et behandlingsløp. Vi mener at egeninnsats er kritisk for å sikre et vellykket behandlingsløp. Vi skal skreddersy pakkeopphold innen prehabilitering og rehabilitering hvor brukerne får mulighet til å kunne fokusere på seg selv og styrking av funksjonsnivå.

Vi mener flere og flere nordmenn fokuserer på egen helse og er villige til å betale privat for slike pakkeopphold.

Denne tankegangen innen helse og habilitering er innovativt og inspirert av behandlingstankegangen til Aktiv mot kreft, og pågående pilotprosjekt innen rehabilitering ved Akershus universitetssykehus (Ahus).

Prehabilitering og rehabiliteringstilbud

Styrket funksjonsnivå før en behandling eller operasjon, vil være avgjørende for et vellykket behandlingsforløp. Det handler om å starte lærings- og mestringsundervisning, ernæringsveiledning og persontilpasset fysisk trening i system på tidspunktet fra diagnosen stilles til behandling starter. På dette området er Nesodden kommune en foregangskommune, sammen med Ahus.

Prehabilitering er satt i system for alle pasienter med nyoppdaget kreft i tykk-, endetarm og magesekk. Bruk av prehabilitering viser seg å ha ført til vesentlige

færre alvorlige komplikasjoner, kortere liggetid i sykehus og redusert ressursbruk for denne pasientgruppen. Kreft/palliativt team i Nesodden kommune har som den første kommunen i landet inngått et samarbeid med Ahus. Avtalen går ut på at deler av rehabiliteringen skjer i pasientens lokalmiljø.

– Sofienlund Helse vil styrke Nesodden kommunes posisjon som «Norges ledende rehabiliteringskommune», sier styrelederen. Et «gyllent triangel», sier han; «Sunnaas, kommunen og Sofienlund»!

PREHABILITERING:

Tilbud til brukere som skal gjennom operasjon/behandlingsløp. Hensikt er å forberede brukerne på påkjenningen, både fysisk og psykisk, som vil komme. Styrke funksjonsnivå og sikre hvile i forkant av behandlingsløp.

SEKUNDÆR REHABILITERING:

Tilbud til brukere som har vært gjennom operasjon/behandlingsløp og som burde bruke noe tid på å forberede seg på vanlig hverdag. Hensikt er å styrke funksjonsnivå, forberede mentalt og sikre god restitusjon før vanlig hverdag.

RESTART AV EGENINNSATS:

Tilbud til brukere som har stagnert og trenger en boost for å restarte egeninnsatsen. Hensikten er å sikre at trenings- og kostholdopplegget fortsatt er tilpasset brukeren, evt. gjøre justeringer, og bidra til motivasjonsboost.

Signalområde innen helse og bærekraft



Trehusene i skogen



Omsorg for naturen

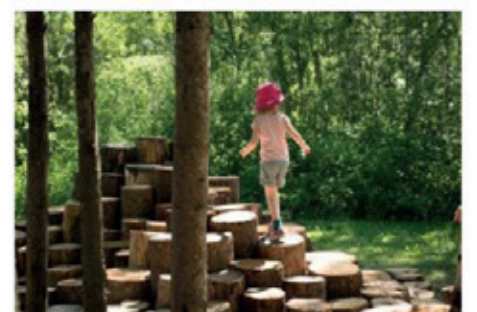
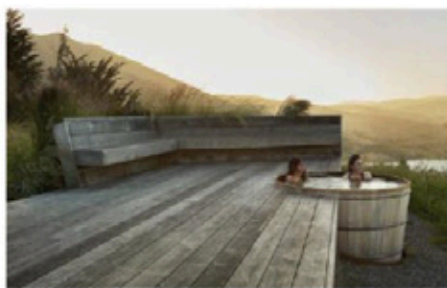
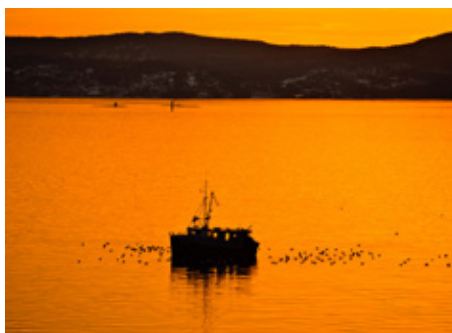


Naturbaserte møteplasser



Tid til å leve

Naturen på Ommen er en kilde til livskvalitet og rekreasjon. Naturtomten er en viktig kvalitet for helsetilbud. Terrenginngrepene reduseres til et minimum for å bevare naturverdiene på tomten.





Sofienlund Helse – fasiliteter

- Beboerrom og -fasiliteter av god kvalitet.
- Spafasiliteter med ulike badstuer, avslappingsareal og motstrømsbasseng/bevegelsesbasseng.
- Trenings- og behandlingsfasiliteter.
- Flerbruksarealer i 1. etg med hyggelig inngangsparti og møteroms- og kjøkkenfasiliteter, som også kan brukes av lokalbefolkningen til møtevirksomhet og sosiale samlinger.

K – Kan brukes av lokalbefolkningen til møtevirksomhet og sosiale samlinger..

Innendørs

I selve senteret vil man komme inn i et hyggelig inngangsparti med møte- og kjøkkenfasiliteter. Dette gir mulighet for flerbruk. Lokale foreninger og lag ønskes velkommen til å avholde møter, jubileer og andre sosiale sammenkomster. Et behov vi vet at det er stor etterspørsel etter på Nesodden.

I senterets 2. og 3. etg. finner vi spa-fasiliteter, med badstuer, avslappingsareal og motstrøms-/bevegelsesbasseng. Trenings- og behandlingsfasilitetene vil også

kunne benyttes utenom senterets egne åpnings- og behandlingstider, i samarbeid med trenings- og fysioterapiaktøren Akimi. På samme måte som Sunnaas sykehus har gjort sitt svømmebasseng tilgjengelig for Nesoddens befolkning.

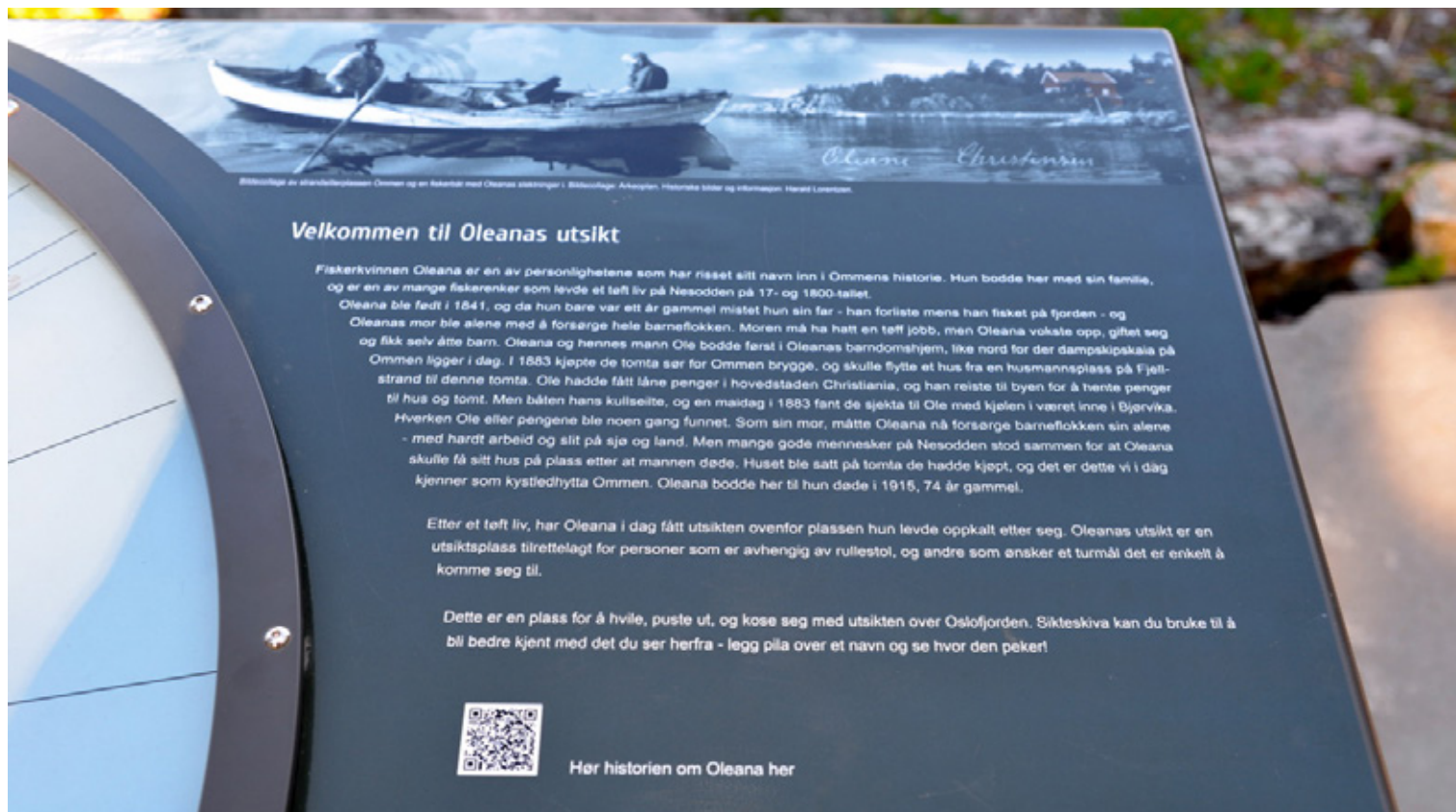
I 4. etg. finner vi beboerrom og beboerfasiliteter av god kvalitet. Som bruker vil man bo i avslappende, moderne og behagelige omgivelser. Bispising skal skje i regi av beboerne, som en del av den «sosiale rehabiliteringen».

Utendørs fasiliteter

Alle som har besøkt området Ommen og Vestli vet at det er som skapt for rekreasjon i avslappende omgivelser. En tur ned til Oslofjordens Friluftsråds kystledhytte på Ommen er riktignok en utfor-

dring, men turen er en opplevelse, og utsikten er formidabel. Roen finner man på Oleanas utsikt, et utsiktspunkt til minne om fiskerkvinnen Oleana som bodde sør for Ommen brygge.

A Alle som har besøkt området vet at det er som skapt for rekreasjon.



Det var Statens Husbank som finansierte CatoSenteret i Son. Sikkerheten for lånet var Stiftelsen Sofienlunds eiendom Sofienlund på Nesodden, og saksbehandler i Husban-

ken var fagdirektør Roar Sand. Han har fulgt Stiftelsen Sofienlund i alle år, og sitter i dag i Stiftelsens styre. Her er hans tanker rundt offentlig finansiering av helse- og omsorgstjenester.

Kan vi påregne investeringstilskudd til omsorgsboliger og sykehjem fra staten i framtida?

HURDALSERKLÆRINGEN

«Vi vil ha en offentlig helse- og omsorgstjeneste i verdensklasse.

Fellesskapets helse- og omsorgstjeneste skal være tilgjengelig for alle, uavhengig av adresse og størrelse på lommeboken. Vi skal ha fagfolk i front, prioritere forebygging og lytte til pasientene. Etter åtte år med kutt og knappe budsjetter er en sterk kommune- og sykehusøkonomi kritisk for å øke grunnbemanningen og bedre tilbudet til eldre og syke. I kjølvannet av koronapandemien trengs et krafttak for å ruste opp det psykiske helsevernet.»

Når man leser ovennevnte utdrag fra den nåværende AP og Senterpartiregjeringens tiltredelsesdokument, Hurdalsplattformen må svaret være **ja**.

Vi som har levd en stund husker sikkert Handlingsplanen for eldreomsorgen (1997-2013) hvor det ble etablert nesten førtitusen omsorgsboliger og sykehjemsplasser med en prislapp på 40 milliarder kroner.

I 2008 kom Omsorgsplan 2015 hvor det ble bygget 12.000 omsorgsboliger og sykehjemsplasser i løpet av disse sju årene.

I 2015 lanserte Regjeringen Solberg Omsorg 2020. I løpet av disse 5 årene fikk vi ytterligere ca. 12.200 omsorgsboliger og sykehjemsplasser.

KS spurte kommunene i 2015 om behovet for antall omsorgsboliger og sykehjemsplasser fram mot 2030. Tilbakemeldingene fra kommunene viste et behov på 60.000 plasser.

Det vil si at kommunene ligger noe etter planen ved utgangen av 2021.

Det må være grunn til å anta at statsbudsjettet for 2023 er et unntaksbudsjett, da Husbanken har fått 0 kroner til omsorgsboliger og sykehjemsplasser. Skulle imidlertid denne trenden videreføres i 2024, kan hele omsorgssektoren i landets kommuner på sikt bryte sammen.

Roar Sand

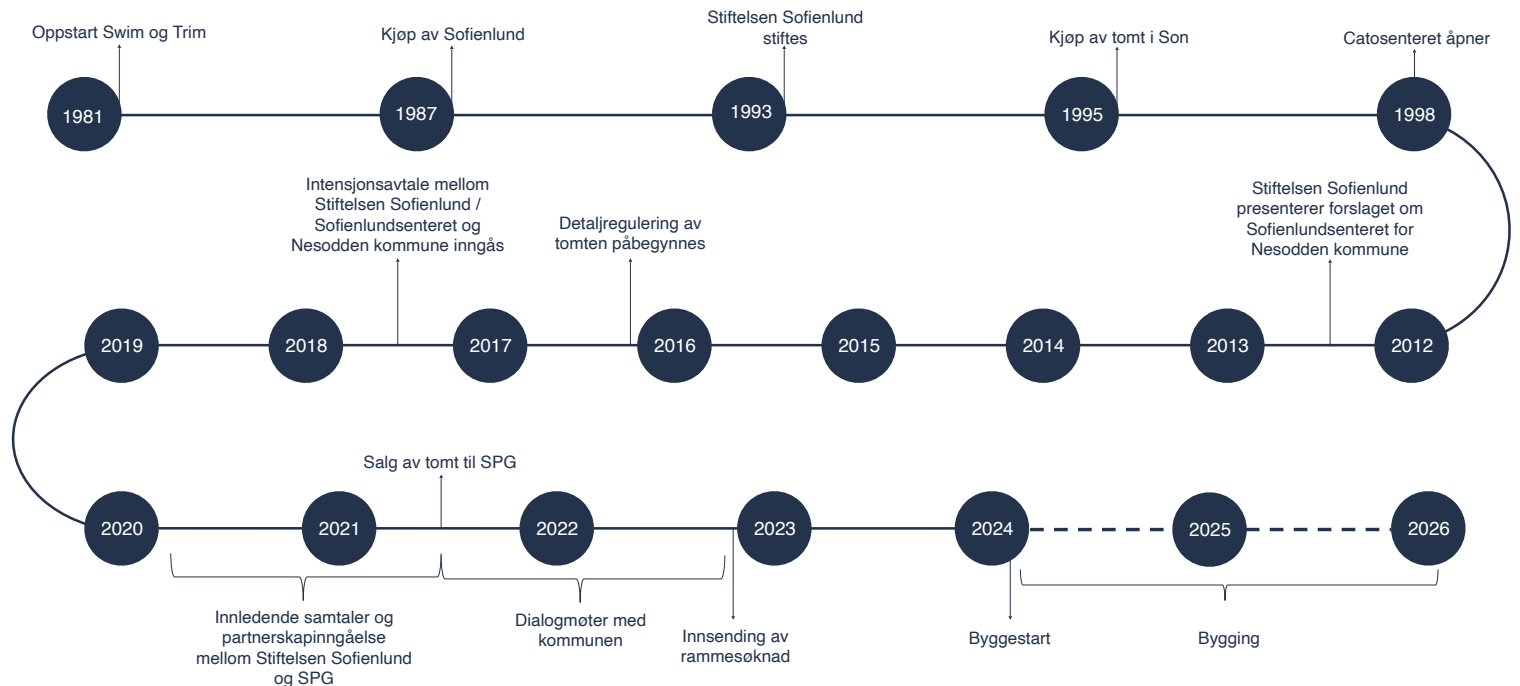
V Vi vil ha en offentlig helse- og

omsorgstjeneste i verdensklasse.



CatoSenterets «gründer» Thor Bjørn Lie, og Husbankens fagdirektør Roar Sand.

Tidslinjen



Tidslinjen viser med all tydelighet at ting tar tid.

Da ekteparet Bente og Thor Bjørn Lie etablerte Nesodden Trim og Swim i 1981 var det ingen som så for seg et rehabiliteringssenter på Fjellstrand eller i Son.

At Son kom først skyldes handlekraftige politikere i Vestby kommune og en visjonær helseminister, men ikke minst ovennevnte ektepar som pantsatte hus og hjem for å realisere prosjektet.

Uten Bente og Thor Bjørn Lie hadde CatoSenteret i Son aldri blitt bygget, og Sofienlund Helse ville aldri sett dagens lys.

Nå er det endelig lys i tunnelen, og med rammetillatelsen på plass, settes spaden i jorden våren 2023.

Faktum er at trefelling på tomten allerede er i gang. Thor Bjørn Lie er observert med motorsag og verneutstyr. Ikke dårlig for en pensjonist, som har rundet 80, og går for 100!

T Tidslinjen viser med all tydelighet at ting tar tid.







Torgeir Koteng i Hagespesialisten AS har stått for opparbeidelsen av turområdet «Oleanas utsikt». Her nyter han og Thor Bjørn Lie utsikten.






 <p>STUDIO SIGDAL DRAMMEN</p> <p>Borgan Kjøkken og Bad</p> <p>Tordenskiolds gate 26 3044 DRAMMEN Tlf. 32 88 88 90</p>	<p>Grefsen Eiendom AS</p> <p>Henrik Bulls veg 48 2069 JESSHEIM Tlf. 63 98 64 00</p>	 <p>Kirkegata 9 A 3616 KONGSBERG Tlf. 32 73 63 75</p>	<p>Son VVS AS</p> <p>Elgveien 2 1555 SON Tlf. 934 48 809</p>	 <p>Smedstadgrenda, 2133 GARDVIK Tlf. 62 97 42 82</p>
 <p>TTS bil og dekkcenter as</p> <p>Vi håndterer og lagrer dine dekk, - last og personbil</p> <p>Ring 75 01 81 70 • Lastebilavd/Salhus</p> <p>Din verkstedpartner på Sør Helgeland</p>	 <p>Raufoss - 930 99 760</p> <p>Oslo - 930 99 765</p>	 <p>TURHUS</p> <p>MASKIN AS 3550 GOL</p> <p>Tlf.: 32 07 52 10 - 90 59 23 22 - 90 97 05 78</p>		

<p>Sørlandets Bilsenter A/S Skibåsen 1 4673 KRISTIANSAND S Tlf. 24 03 47 30</p>	<p>Trond Hovland AS Hvalsveien 7 3370 VIKERSUND Tlf. 32 78 86 64</p>	<p>LUNDEVOLL MASKINSTASJON AS 9060 LYNSEIDET Tlf. 906 59 786</p>	<p>AS Elektro Skeivegen 49 6650 SURNADAL Tlf. 71 66 23 52</p>	<p>BAGGERØD Nedre vei 8 3183 HORTEN Tlf. 33 03 56 80</p>	<p>Asbjørn Næss Transport AS Holmfossveien 12, 3282 KVELDE Tlf. 33 15 65 00</p>
<p>Malermestrene BMV AS Gammelseterlia 7 6422 MOLDE Tlf. 71 20 13 50</p>	<p>Åsane Trafikkskole Arnatveitvegen 137 5262 ARNATVEIT Tlf. 55 19 92 00</p>	<p>Viking Stårheim v/Stårheim Bilverksted AS 6777 STÅRHEIM Tlf. 57 86 37 30</p>	<p>Vatnesenteret AS Sentrum 6265 VATNE Tlf. 70 21 31 01</p>	<p>Karde AS Teknologi for livsmestring www.karde.no www.mylifeproducts.no</p>	<p>Refsland Transport AS Marknesvingen 9 4052 RØYNEBERG Tlf. 918 30 961</p>
<p>Kråkstad Bilverksted Askimveien 145 1408 KRÅKSTAD Tlf. 64 86 35 15</p>	<p>HELGE R. OLSEN & SØNNER Verkstedveien 52 3516 HØNEFOSS Tlf. 32 17 97 50</p>	<p>UniProtect Reinsvegen 50 5643 STRANDVIK Tlf. 56 58 16 49</p>	<p>Knut Kjørslevik Erlevegen 15 6723 SVELGEN Tlf. 905 06 929</p>	<p>Finn's Vareekspress AS PB 1004 2312 OTTESTAD Tlf. 62 57 82 46</p>	<p>Kristiansen as BETONGPUMPING - SKIEN Rødmyrsvingen 94, 3735 SKIEN Tlf. 901 85 868</p>
<p>PEC Elektro Tønsberg Halldan Wilhelmsens alle 48 3117 TØNSBERG Tlf. 33 37 70 00</p>	<p>BRB Bygg AS Hellebergveien 35 3960 STATHELLE Tlf. 906 18 673</p>	<p>Julius Grøtjorden Tur og Taxi Borgegrendvegen 272 3630 RØDBERG Tlf. 900 20 725</p>	<p>Guriby Elektroentreprenør AS Løxaveien 11 1351 RUD Tlf. 67 17 78 50</p>	<p>Johansen Skogsdrift A/S Vestsidvegen 269 2411 ELVERUM Tlf. 995 27 327</p>	<p>Kristian Sørby AS Vangsjordet 28 1811 ASKIM Tlf. 905 50 356</p>
<p>LARSNES Larsnesvegen 119 6084 LARSNES Tlf. 70 02 64 00</p>	<p>Stordal Autosenter as Service - Reparasjoner - EU-kontroll Vi reparerer alle bilmerker Spar oss også om service og reparasjoner på BOBIL</p>	<p>NOF ORTOPEDISK KLINIKK Fredrikstad - Halden - Sandvika - Tønsberg - Lillestrøm - Førde - Stavanger</p>			
<p>Clean Service AS Tollbugata 105 3041 DRAMMEN Tlf. 982 63 849</p>	<p>Romerike Maskin AS Nedre Hagaveg 19 2150 ÅRNES Tlf. 63 90 91 42</p>	<p>Vestby Elektro Service A/S EST. 1962 Vestbyveien 29, 1540 VESTBY Tlf. 64 98 30 40</p>			
<p>SKL PB 24 5401 STORD Tlf. 53 49 60 00</p>	<p>takspesialisten as blikkenslager & taktekker Nyåskaiveien 1 4374 EGRSUND Tlf. 51 46 35 80</p>	<p>bil-huset a.s Eidskogveien 48 2211 KONGSVINGER Tlf. 62 82 14 60</p>			
<p>Sæther Elektriske A.S Prost Stabells vei 8 2019 SKEDSMOKORSET Tlf. 404 94 992</p>	<p>Bil-Spesialisten AS Bakkane 4 6220 STRAUMGJERDE Tlf. 908 56 801</p>	<p>Bilbransjens Opplæringskontor AS Midtunheia 22 5224 NESTUN Tlf. 905 39 593</p>	<p>Jans Bilbergning Grandev. 21 6783 STRYN Tlf. 970 82 373</p>		
<p>Fineide Transport AS Nordsjøvegen 27 8642 FINNEIDFJORD Tlf. 75 19 51 45</p>	<p>Rua bygg & Takst Nordre Ruavei 7 3614 KONGSBERG Tlf. 916 93 669 www.ruabyggogtakst.no</p>	<p>Mostad Bil AS Gjerstadveien 143 4993 SUNDEBRU Tlf. 37 15 71 13</p>	<p>Vondt i føttene? Ring oss for en time! Vi har 30 års erfaring med å hjelpe.</p>		
<p>Norheimsund Servicesenter AS Hardangerfjordvegen 63 5600 NORHEIMSUND Tlf. 907 84 005</p>	<p>Tak-leverandøren AS Rødmyrli 2 3735 SKIEN Tlf. 35 91 52 50</p>	<p>Vi lager sko, såler og ortoser etter dine behov.</p>			
<p>Trollheimen Turbuss Smivegen 3 7340 OPPDAL Tlf. 905 50 617</p>	<p>REMA 1000 Flekkefjord Tlf. 38 32 47 00</p>	<p>NORSK ORTOPEDISK FOTTØY AS • Pb. 483 • 1601 Fredrikstad Tlf. +47 69 30 00 10 • Org. nr. NO 920 770 983 MVA www.nof-as.no • epost: post@nof-as.no</p>			

Lastebilcenteret AS Moen Industriområde 38 3622 SVENE Tlf. 32 70 05 19	TOTAL RØRSERVICE AS RØRLEGGERMESTER Verkstedveien 25A 1400 SKI Tlf. 64 87 67 00	 BILDELER Lørenfaret 1 B 0580 OSLO Tlf. 23 18 08 80	 Tonstad Bakeri AS Tonstadveien 20A 4440 TONSTAD Tlf. 38 37 01 22	Graving - Sprengning - Transport - Belegningstein Samuelsen Maskin AS 6445 Malmefjorden Tlf. 71 26 88 00 E-post: trje@samuelsenmaskin.no Fax. 71 26 88 01 Hjemmeside: www.samuelsenmaskin.no
 speira Weidemans gate 8 3080 HOLMESTRAND Tlf. 33 05 42 00	O. K. Andersen Byggautomasjon AS Fjellveien 18 1470 LØRENSKOG Tlf. 469 16 236	 Råde Grøveservice AS Mosseveien 112 1580 RYGGE Tlf. 69 28 05 50	Byggmester Øyvind Bakkevold AS Birkedalsveien 57 4640 SØGNE Tlf. 38 05 19 41	Lars E. Strand Malermester og Entreprenørforretning AS Hvamsvingen 11B 2013 SKJETTEN Tlf. 901 26 631
 AFB EIENDOM Vangsvæien 10 1814 Askim Tlf. 69 81 75 00	Ekra Gartneri og Hagesenter AS Melhusvegen 82 7083 LEINSTRAND Tlf. 72 59 42 20	Kulelagerhuset AS Teglverksveien 9 B 3413 LIER Tlf. 32 24 41 80	 NYBAKTE LOMPER OG LEFSER! 3057 SOLBERGELVA • Tlf. 32 23 60 60	 Sivig Trond Amundsen Rådgivende ingeniør i byggeteknikk www.sivingamundsen.no
Akershusgartneren AS Dyrskuveien 9 2040 KLØFTA Tlf. 976 98 108	Angravli Hyttegrend AS Rjukanvegen 1210 3864 RAULAND Tlf. 970 31 517	Bærum Eltek AS Gruvemyra 61 1354 BÆRUMS VERK Tlf. 67 56 37 38	H Trans og Anl Power K-A Nicolaisen Backers gate 5 3080 HOLMESTRAND Tlf. 959 35 949	 7288 SOKNEDAL Tlf. 917 47 410
Enter Kompetanse AS Tømmerkrana 20 3048 DRAMMEN Tlf. 32 27 61 00	Ola Flateland Transport Ytre Lauvrak 4830 HYNNEKLEIV Tlf. 957 32 118	 AGDER VEGMERKING AS 99 27 81 65 Jomåsveien 1047 4820 FROLAND Tlf. 992 78 165	 Anleggsgartner Bjørn-T. Bjerknes Mob. 918 67 504	Andreas Bottolfs Verksted AS  Heggveien 9, 3370 VIKERSUND Tlf. 32 78 84 81 • post@bottolfs-verksted.no
 OLAV ALVHEIM MASKINSTASJON A.S. Øyaveien 25 6524 FREI Tlf. 71 52 86 53	Gudbrandsdal Frakt AS Dahlmoen 39 2670 OTTA Tlf. 61 23 10 29	Hallingsag AS Nordbygdvegen 713 3570 AL Tlf. 970 78 501	 EVJE LANDBRUKSREGNSKAP AS Nils Heglands veg 41, 4735 EVJE Tlf. 957 13 200	
 REGNBUEEN - en del av GJENVINNING AS Follo Truckutleie CONTAINERUTLEIE Din lokale avfallspartner Tlf: 64 86 31 03 follotruckutleie.no	 HAMAR PUKK&GRUS Rudshøgda Pukkverk as Tlf. 62 53 69 70 www.hamarpukkoggrus.no	Hermansen Maskin AS Brekka 4 3077 SANDE I VESTFOLD Tlf. 33 77 92 69	Lars Tore Hulinder Johannessen Jørstad 7760 SNASA Tlf. 908 83 358	 Mekonomen Bilverksted Åsen Servicesenter AS Stasjonsvegen 5, 7630 ÅSEN Tlf. 74 40 52 55
	 DekkTeam Stickler Nordre Foksrød 21 3241 SANDEFJORD Tlf. 33 47 08 10	 Hustvedt & Skeie Transport AS 5585 SANDEID Tlf. 52 76 49 00	Optimera AS Monter Stormarked Forus Maskinveien 7, 4033 STAVANGER Tlf. 476 03 300	 Norges Trafikkskoleforbund Leif Tronstads plass 6, 1337 SANDVIKA Tlf. 22 62 60 80
 IKM IKM Inspection AS Elveveien 28 LARVIK Tlf. 33 13 24 50	 IRBY ELEKTRO Loe bruk 14 3300 HOKKSUND Tlf. 915 49 789	 GLASSMESTER KVAMME AS Vemmelsvikvegen 47 6713 ALMENNINGEN Tlf. 400 05 939	Reisa Bilsenter as Hovedvegen 45, 9152 SØRKJOSEN Tlf. 77 77 02 80	 BILSKADESENTERET AS www.bilskadesenteret-as.no • post@bilskadesenteret-as.no   Skade, lakk og glasverkstad på Hafstadflata i Førde Åpent: 07:30 – 16:30 ☎57 83 72 50
	 ALERMESTER LUNGGUUST AS Gamle Bæreiavegen 23 B 2208 KONGSVINGER Tlf. 488 84 200	Nils Ivar Braathen AS Horgeneveien 37 3300 HOKKSUND Tlf. 913 94 618	Advokatfirmaet Jon Reidar Aae AS Orkdalsveien 53 7300 ORKANGER Tlf. 72 48 79 90	

 JAG er som du. Schweigaardsgate 14 0134 OSLO Tlf. 962 09 666 www.jagassistanse.no	 abacus Abacus IT AS Sletta Næringspark Breivikbråteveien 9 1555 SON Tlf. 400 01 850	 Brattli Bygg Anders Woie - 90768447	 LØNSEN SJÅFØRSKOLE Vestvollv 30 B 2019 SKEDSMOKØRSET Tlf. 64 83 62 62
--	---	--	--

Raskere tilbake

 Våler kommune valer-of.kommune.no	 Fitjar kommune fitjar.kommune.no	 Halden kommune halden.kommune.no
	 Gjerdrum kommune gjerdrum.kommune.no	 Krødsherad kommune krodsherad.kommune.no

 <p>MELHUS TRAFIKKSKOLE Melhusvegen 432 7224 MELHUS Tlf. 72 87 03 89</p>	 <p>Storm VVS AS 1524 MOSS Tlf. 69 21 08 20</p>	 <p>Toyota Drammen Sankt Hallvards vei 10 3414 LIERSTRANDA Tlf. 32 22 95 95</p>	<p>Grefsen Eiendom AS Henrik Bulls veg 48 2069 JESSHEIM Tlf. 63 98 64 00</p>	 <p>Asbjørn Næss Transport AS Holmfossveien 12 3282 KVELDE Tlf. 33 15 65 00</p>	 <p>Norges Trafikkskoleforbund Leif Tronstads plass 6, 1337 SANDVIKA Tlf. 22 62 60 80</p>
<p>Pam Refrigeration AS Flatebyveien 8 1792 TISTEDAL Tlf. 69 19 05 55</p>	 <p>TF TRANSPORT - FORMIDLINGEN Østre Aker vei 255 0976 OSLO Tlf. 22 90 75 00</p>	 <p>HØNSEN SJØFØRERSKOLE Vestvollv 30 B 2019 SKEDSMOKORSET Tlf. 64 83 62 62</p>	<p>Furnes Anlegg og Transport ANS Geilevika 6055 GODØYA Tlf. 905 52 438</p>	<p>Norvest trafikkskole AS Spjelkavikvegen 9 6011 GISKE Tlf. 930 64 064</p>	 <p>SKEDSMO BILOPPDRETT Brukte bildeler - vrakpant 2020 Skedsmokorset Tlf. 63 87 05 50</p>
<p>Stian Røyset Transport AS Snopenesvegen 25 6017 ALESUND Tlf. 930 82 402</p>	<p>Terje Rustand Transport AS Seterv 11 3623 LAMPELAND Tlf. 902 09 822</p>	 <p>Avd. Molde Gammelseterlia 4 6422 MOLDE Tlf. 71 24 93 00</p>	<p>Mirawa Restaurant Schwenckegata 1 3015 DRAMMEN Tlf. 32 83 65 85</p>	<p>Hurum Bilsenter AS Åsveien 14 3475 SÆTRE Tlf. 454 73 090/95875033</p>	 <p>Brattli Bygg Anders Woie - 90768447</p>
<p>TRAFIKKSKOLEN Dahlsveen-Olsen AS Fåberggata 115 2615 LILLEHAMMER Tlf. 61 25 74 36</p>	 <p>NORSK Epoxy Lillestrømveien 892 1912 ENEBAKK Tlf. 64 92 92 10</p>	<p>Nettec AS Kolbotn 14 1410 KOLBOTN Tlf. 66 81 06 40</p>	<p>Utne Transport AS Statsmin Torps v 49 1722 SARPSBORG Tlf. 69 13 72 30</p>	<p>Multiconsult Storgata 35 1607 FREDRIKSTAD Tlf. 69 38 39 00</p>	<p>REMA 1000 LIERSTRANDA Tlf. 32 84 94 90</p>
<p>MotorForum Follo Teglveien 16 1400 SKI Tlf. 64 97 69 69</p>	<p>Bilskadesenteret Østfold AS Moreneveien 20 1859 SLITU Tlf. 69 89 00 13</p>	<p>Nyhus Transport AS Roaveien 6 3534 SOKNA Tlf. 414 56 705</p>	<p>Presterud & Riiser Elektro AS Brandstadveien 460 1540 VESTBY Tlf. 64 98 27 70</p>	<p>Raa Skogdrift AS Rokkeveien 794 1763 HALDEN Tlf. 995 87 202</p>	 <p>TrafikkDirigering SAFEROADY company Valhallavegen 12, 2060 GARDERMOEN Tlf. 400 46 000</p>
 <p>KOLT SAG Lars Wisur Børtevnansveien 353 1730 ISE Tlf. 950 21 949</p>	 <p>BIOSIRK Smiuhagan 25 2323 INGERBERG Tlf. 917 71 400</p>	<p>T Fjeld Biltransport AS Engaveien 6 3425 REIStAD Tlf. 913 67 126</p>	<p>Takstpartner AS Njorunsvei 3 1920 SØRUMSAND Tlf. 414 40 341</p>	 <p>TURHUS MASKIN AS 3550 ØØL Tlf. 32 81 61 10 - 00 58 23 22 - 00 87 85 78</p>	<p>KONGSBERG BANDASJE HELSEARTIKLER Kirkegata 9 A, 3616 KONGSBERG Tlf. 32 73 63 75</p>
 <p>AL-trac Bråteveien 159 2013 SKJETTEN Tlf. 67 90 22 29</p>	 <p>Birkeland Elektro A.S. Støget 74 4760 BIRKELAND Tlf. 37 27 61 08</p>	<p>Digerud Varmeservice AS Kongevegen 5 2211 KONGSVINGER Tlf. 62 81 46 11</p>	 <p>JÆREN FOLKEHØGSKULE Søren Øvretveits veg 9 4350 KLEPPE Tlf. 51 78 51 00</p>	<p>Rs Bilservice AS Sørbyveien 603 3178 VÅLE Tlf. 33 06 02 13</p>	<p>Active Services AS Sagaveien 66C 1555 SON Tlf. 930 04 146</p>
<p>Kåre Ekrene Trafikkskole AS Ludolf Eides gate 6 5525 HAUGESUND Tlf. 52 71 75 66</p>	<p>Helle og Jonsson AS Navarhaugen 3 3475 SÆTRE Tlf. 917 29 735</p>	 <p>exacta Autorisert regnskapsførerforening Dyrmyrgata 4 3611 KONGSBERG Tlf. 926 30 300</p>	<p>Th A Abrahamsen AS Kongegata 18 3256 LARVIK Tlf. 33 18 11 45</p>	<p>Multiconsult Kvaløyvegen 156 9013 TROMSØ Tlf. 77 60 69 40</p>	<p>Franzefoss Gjenvinning AS Hareid Brandalsvegen 204 6060 HAREID Tlf. 70 03 94 00</p>
<p>Motorsenteret Heidal AS Ysterivegen 5 2676 HEIDAL Tlf. 61 23 34 00</p>	 <p>NIDAROS Sparebank Tlf. 72 83 00 00</p>	<p>Mr. Pukk AS avd Høland Nyveien 797 1963 FOSSER Tlf. 22 64 64 00</p>	<p>Myrvollen Transport AS Nordre Sønset 20 3158 ANDEBU Tlf. 951 99 470</p>	 <p>BILiNORD 9308 FINNSNES Tlf. 77 85 23 10</p>	<p>Son VVS AS Elgveien 2 1555 SON Tlf. 934 48 809</p>
 <p>Snøkerne 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</p>	 <p>VIKING INTERNATIONAL TRANSPORT OG SPEDITION Viulsrødletta 9 3185 SKOPPUM Tlf. 33 03 07 50</p>	<p>AKTIVA Aktiva AS Sjøgata 5 9300 FINNSNES Tlf. 77 84 10 80</p>	<p>All-tjeneste AS Tønsvikvegen 164 9023 KROKELVDALLEN Tlf. 77 61 50 50</p>	 <p>AN Bygg Ringrostveien 11 2032 MAURA Tlf. 63 99 77 90</p>	 <p>Opplæringskontoret for service og samferdsel Gneisveien 12, 2020 SKEDSMOKORSET Tlf. 22 25 75 03</p>
<p>Apex Fysioterapi Sandvågshaugen 1 9180 SKJERVØY Tlf. 918 03 315</p>	 <p>BONDHUS TRAFIKKSKOLE Ivar Aasen gata 4 6150 ØRSTA Tlf. 70 06 82 82</p>	<p>Båt & Motor Senteret AS Langgrunn 3186 HORTEN Tlf. 33 04 30 00</p>	<p>Moss Elektro A/S Årvollskogen 10 1529 MOSS Tlf. 69 23 34 00</p>		
<p>Einar Dalaker Øvste Skogen 139 6854 KAUPANGER Tlf. 57 67 86 72</p>	<p>El Ringen AS Torsbyveien 1 3370 VIKERSUND Tlf. 918 07 918</p>	 <p>HallingKonsult as Austsidevegen 72 3539 FLÅ Tlf. 32 05 38 10</p>	<p>Heum Skogservice Lyngrothveien 1 4820 FROLAND Tlf. 412 62 779</p>	<p>Høybråten Glasservice AS Micheletveien 54 1053 OSLO Tlf. 920 23 503</p>	 <p>DRAMMEN KJØL OG FRYAS AS KULDEENTREPRENØR Drammen: Tlf.: 32 83 16 88 • www.dkf.no Avd. Kongsberg: Tlf.: 32 76 43 00 • magne@dkf.no</p>
 <p>NIOS NIOS INDUSTRI OG OFFISER SERVICE Vi tilbyr • Mekanisk vedlikehold • Automasjon • Hydraulikk • Konsulenttjenester 90 63 47 90 espen.pedersen@nios.no</p>	 <p>Audi quattro Gumpens Auto Øst AS 4636 KRISTIANSAND S Tlf. 24 03 47 50 www.audi.no</p>	 <p>VIKØRSTA Strandgata 59, 6150 ØRSTA Tlf. 57 69 86 50</p>	<p>Rustad Transport AS Storfjellveien 16 8530 BJERKVIK Tlf. 76 96 38 80</p>	<p>Birger N. Haug AS Drammen Vestre Linnestveien 7 3414 LIERSTRANDA Tlf. 32 24 15 00</p>	