Norges Handikapforbund
Oslofjord Vest

grenseløst

01/2019 * Vestfold, Buskerud og Telemark * Norges Handikapforbund

Toget er ikke for alle

Side 8

FN-dagen for funksjonshemmede • Heder og ære • NHF Nesten Voksen • Tilgjengelighetsutvalget i Sande • Slagforum etablert • Gondolheis i Bjørneparken

Regionleder

Gunvor Hegni
ansvarlig redaktør

Hei alle sammen!

Vi er kommet godt i gang med aktiviteter i hele regionen. Det er tid for årsmøter og vi ser tilbake på ett arbeidsår med mange viktige oppgaver. Personlig hadde jeg en lang sykeperiode, med fire måneder på sykehuset. Dette var en tøff tid og jeg tenkte mye på de oppgavene jeg hadde sagt ja til i NHF, både lokalt og i regionen. Vil spesielt takke Stein Wilmann som var fungerende leder i ett år. Når jeg kom meg litt kunne jeg være på nett, dette hjalp og tiden gikk fortere. Når en kommer i en slik situasjon er det godt med solide medarbeidere, venner og familie. Jeg fikk besøk, telefoner og meldinger på Facebook, det varmet. De oppgavene jeg skulle gjort ble utført bedre enn om jeg hadde gjort det selv. Takk til dere alle.

STRATEGI NHF 2017 - 2021 er viktig og her finner vi blant annet ett mål å jobbe mot, som har opptatt meg i alle år: Endre holdninger, Likestilling, være der folk er og delta i samfunnet der folk møtes. Tenker da på arbeid, fritid, kultur og politikk.

I 1981 var det funksjonshemmedes år, året hadde som motto: ” FULL DELTAGELSE OG LIKESTILLING” Når jeg leser det som vi sa og skrev den gang, har vi kommet ett stykke på vei, men det har gått sakte og det har vært mange motbakker og tilbakesteg. Det har kommet nye lover på mange områder og vi tenkte tidligere at snart er jobben gjort og vi kan legge ned arbeidet, om et samfunn for alle. Vi hadde kommet i mål og det er ikke mer å jobbe for. Alle kunne delta i samfunnet og være aktive på alle plan, adgang til offentlige bygg, skoler, uteområder, tog og buss. Slik ble det ikke og innenfor kommunale tjenester og NAV har det også vert tilbakesteg.

Personer med nedsatt funksjonsevne står bak i køen for arbeid om de har gode kvalifikasjoner og det kan bare være spørsmål om en rampe og noen mindre endringer for tilrettelegging. Det er oppnådd mye, men det står også mye igjen og der er mange oppgaver for NHF. Jeg håper at 2021 blir ett merkeår, da våre mål i NHF STRATEGI 2017 - 2021 er fullført.

For meg som har mange år bak meg i organisasjonen er det spesielt gledelig å se at de unge kommer, og det som skjer i vår ungdomsorganisasjon NHFU. ”Ambassadør i skoleverket ” gjør også ett viktig holdningsskapende arbeid. Barn er lette og forholde seg til, de spør om det er noe de lurer på. For barn er det at mye er forskjellig helt greit, at noen bruker rullestol, at andre har andre typer funksjonsnedsettelser er greit. Dette er utenpå, innvendig er vi like.

Til slutt vil jeg nevne ” NHF Nesten Voksen” som jeg har stor tro på, og vil ønske Birgitte Holmsen lykke til med koordineringsansvaret for dette. I tillegg ønsker jeg å nevne at det er mange der ute, som gjør en stor og viktig jobb rundt om i lokallag og i sine kommuner, som medlemmer i kommunale råd og er politisk aktive i forskjellige råd og utvalg.

Til høsten er det valg, vær aktive og kontakt de politiske partier lokalt, gi dem kortet: STØTT OSS! BLI MED OSS! Her er det ikke bare snakk om penger, men snu kortet og der finner du hva vi jobber for og hva vi ønsker å få våre politikkere med på å gjennomføre. Da kan vi få ett inkluderende samfunn der funksjonshemmede har like muligheter som andre.

Lykke til.
Gunvor.

Illustrasjon: colourbox.com

Innhold:

FN Dagen for funksjonshemmede
3 desember ble det fest og protest.

side 22

Heder og ære -
til Elias Nakken, Jorun Bergflødt og Solveig Kristiansen

side 16

Nesten Voksen -
NHF Nesten Voksen har hatt sin første landssamling

side 24

TU i Sande -
Tilgjengelighetsutvalget på befaring i Sande.

side 28

Norges Handikapforbund
Oslofiord Vest

Grenseløst

Medlemsblad for Norges Handikapforbund Oslofjord Vest (Buskerud, Telemark og Vestfold) - 31. årgang
Utkommer 4 ganger pr. år

Årsabonnement kr 150,-
for 4 utgaver.
Bankkonto: 8380.08.05964

Redaksjonen avsluttet
08. februar 2019

Manusfrist neste utgave
01. mai 2019

Kontakt Grenseløst:
Skogergata1,
3112 Tønsberg
Tlf 913 03 738
nhf.oslofjordvest@nhf.no

Nettside
oslofjordvest.nhf.no

Ansvarlig redaktør:
Gunvor Hegni
ghegni@online.no

Redaksjonen:
Birgitte Holmsen
bibbi@holmsen.no

Anna-Lisbeth Mikalsen
anna-lisbeth@nhf.no

Design/Layout:
Steinar Zahl
studiozate.com

Annonser:
Bell Media
Tlf. 48 00 54 24

Trykk:
BK Grafisk
Tlf. 33 48 59 00

ISSN 189-3971

Forsidefoto:
Anna-Lisbeth Milalsen

Anna-Lisbeth Mikalsen
Regionkontorleder

Vi er alle mer enn det som kan sees på utsiden

Det er få ting som berører meg mer enn personer som utfordrer meg i måten jeg ser verden på. Det å oppdage at noe jeg leser eller selv erfarer gjør at det virker som jeg plutselig ser ting bedre enn jeg har gjort tidligere, dette synes jeg er fascinerende og det er vel en naturlig del av det å bli eldre.

Jeg synes det er spesielt spennende å oppleve når personer utfordrer det som er å anse som samfunnets syn på det som er allment akseptabelt eller motsatt. Det er artig når folk tør å utfordre det som er allment akseptert. I den siste tiden er det spesielt en historie, som har gjort nettopp dette for meg.

Den sterkeste historien jeg har lest på en stund, er en historie som har berørt meg langt inn i hjerterota og mange med meg antar jeg, siden den har blitt spredd tusentalls ganger i sosiale medier. Du har kanskje selv også lest historien. Historien er fra en far som «sto frem» og fortalte om en sønn som tilbrakte det meste av sin våkne tid med å spille dataspill. I denne historien hadde sønnen en muskelsykdom, og han hadde derfor begrensede muligheter til andre fritidsaktiviteter. Faren var svært bekymret for at sønnen ikke hadde noe sosial omgang med andre mennesker, siden han tilbrakte så mye tid foran pc-en sin. Han forsto ikke at sønnen hadde skapt seg et liv i den virtuelle verden, og hadde fått seg mange venner over hele Europa gjennom spillingen. Faren forsto ikke innholdet av sønnens spilling - og liv - før etter sønnen var død. Han forsto det ikke før personer fra hele Europa møtte opp i sønnens begravelse og fortalte hvor mye hans sønn hadde betydd for dem.

Hva forteller egentlig denne historien oss og hvorfor berører den så mange?

Det kan nok være mange årsaker til dette. Jeg tror en av årsakene kan være fordi historien utfordrer oss, *både* i måten vi ser på den virtuelle verden på *og* på hvordan vi ser og opplever den virkelige verden. Den utfordrer hvordan vi aksepterer eller *ikke* aksepterer det vi ikke kan se. Den utfordrer oss også i, på hvilken måte det er akseptert at vi omgås andre mennesker, og hvordan omgang med andre mennesker enten via spill eller i den virkelige verden kan gi mening til eget liv. Historien utfordrer også helsevernet syn på dataspill, siden dagens foreldregenerasjon har blitt fortalt at spilling på nett, *det* er noe som man kan bli avhengig av og dermed må *det* begrenses. Om man spiller utover et visst antall timer pr dag, kan dette ifølge helsevesenet, være å anse som spilleavhengighet og en sykdom som må behandles!

For meg personlig berørte historien så sterkt fordi den minner oss om at vi alle er så mye mer enn hva man kan se på utsiden! Jeg tror at vi alle har et potensial til å gjøre det beste ut av egen livssituasjon, så lenge man får muligheten til å gjøre det. Mitt ønske er at alle i hele Norge skal få denne muligheten. Min erfaring etter snart 11 år i handikapforbundet, er at denne muligheten ikke er selvsagt for funksjonshemmede i dag.

En av de tingene vi i handikapforbundet jobber for, som handler om nettopp dette, er BPA (Brukerstyrt Personlig Assistanse). Denne rettigheten fikk funksjonshemmede med stort assistansebehov i 2015 og det er kommunenes ansvar å levere denne rettigheten i praksis. Dessverre er det slik at det er kommuner som ikke vet hva denne rettigheten innebærer for personer med assistansebehov *og* for kommunen i praksis. Hovedutfordringen er at man ikke får tildelt nok timer til assistanse og at assistansen ikke blir styrt av den som har assistansebehov, noe som er selve kjernen av hva BPA er.

Mitt budskap her og nå blir derfor: La funksjonshemmede selv definere sitt eget assistansebehov slik at man ikke bare får tildelt timer nok til å overleve, men også nok timer assistanse til å leve et helt liv. Dette er en av de grunnleggende menneskerettighetene vi har og som er nedfelt i FNs konvensjon for rettighetene til personer med nedsatt funksjonsevne (CRPD): Retten til et selvstendig liv!

- Anna-Lisbeth

Illustrasjon: colourbox.com

HAV A/S
Habilitet • Ansvar • Velvære
Brukerstyrt • Personlig • Assistanse

ER BRUKERSTYRT PERSONLIG ASSISTANSE (BPA) INTERESSANT FOR DEG?

Ta kontakt med en av HAV's rådgivere i dag!

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

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

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

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

DINE HJELPEMIDLER

HØR MED OSS OM FORDELSAVTALER OG SERVICE-AVTALER

ATTO
by Movinglife

Den perfekte scooteren på ferie, shopping eller andre tur-aktiviteter. Kom deg ut med ATTO og nyt dagene.

RAIZER
by Liftup

En ny patentert løftestol som er en rask, sikker og mobil løsning når en person har falt og trenger hjelp til å komme seg opp igjen.

GATSBY
by Vintage mobility

Scooter med personlig preg og egen sjarmerende stil, Sveitsisk kvalitet som går inntil 5 mil, toppfart er 9,9 km.

Bygdøy allé 23 • 0262 Oslo • Tlf. 45 21 21 52 • E-post: post@dinehjelpemidler.no • www.dinehjelpemidler.no

STATSBYGG

UNIVERSELL UTFORMING

Bygg for alle er Statsbyggs nettsted med informasjon om universell utforming i Statsbyggs arbeids- og publikumsbygg som høyskoler/universiteter, museer, trafikkstasjoner med mer.

Besøkende kan velge bygning, se detaljer om de enkelte lokaler og mulige hindringer på veien til eller i besøksmålet.
Prøv selv på: **byggforalle.no**

STATSBYGG.NO

BYGG FOR ALLE

BYGG MED ENHENING

Beste funksjon og livskvalitet for den enkelte!

teknomed
Ortopediteknisk senter

Teknomed AS, Postboks 1251, 3205 Sandefjord
e-post: info@teknomed.no, **www.teknomed.no**
Telefon 33 45 45 33, Faks: 33 45 45 34

Sandefjord: Skolmar 13
Porsgrunn: Storgata 118

Slagforum etablert

- fire organisasjoner går sammen

Av Jan Arne Dammen

De fire er Landsforeningen for Slagrammede (LFS), Norsk Forening for slagrammede (NFS), LHL Hjerneslag og Afasiforbundet i Norge.

Nå har de sammen dannet Slagforum for å gjøre det enklere for helsemyndigheter og helsepersonell å forholde seg til at det er flere aktører som representerer samme grupper.

- Heretter skal de som ønsker kontakt med oss som brukerorganisasjoner kunne ta kontakt med Slagforum, så skal vi selv sørge for koordineringen oss imellom, sier Tommy Skar generalsekretær i LHL Hjerneslag.

Selvstendige

Organisasjonene fortsetter som selvstendige organisasjoner med egne medlemmer, aktiviteter og informasjon.

- I første omgang tenker vi å avgi felles høringsuttalelse til pakkeforløp hjerneslag fase 2, jobbe felles med utvalgte interessepolitiske saker – slik som bedre rehabiliteringstilbud for slagrammede – bidra til å videreføre Helsedirektoratets symptomkampanje Prate, Smile, Løfte og ha noen større felles markeringer og arrangementer, sier Tommy Skar

Noen aktuelle kampsaker

- Øke kunnskapen om symptomer på hjerneslag.
- Bedre og mer helhetlig informasjon til slagrammede og pårørende.
- Styrke rehabiliteringstilbudet for slagrammede i spesialisthelsetjenesten og i kommunene.
- Styrke oppfølgingstilbudet for slagrammede og pårørende i kommunene.

Samarbeidet starter med en felles studietur sammen med Helsedirektoratet og Frank Becker, klinikkoverlege ved Sunnaas sykehus, til Danmark for å se på hva som fungerer bra i dansk slagrehabilitering og hva som eventuelt kan overføres til Norge.

Signaleffekt

- Etaleringen av forumet har først og fremst en signaleffekt til helsemyndigheter og helsepersonell om at vi som representerer de slagrammede nå koordinerer oss på en helt annen måte enn tidligere. Vi anser formet som starten på en positiv utvikling for også å gjøre det enklere for de vi representerer; de slagrammede og pårørende, sier Tommy Skar.

Organisasjoner

Landsforeningen for slagrammede (LFS) har sin organisasjonstilhørighet i Norges Handikapforbund (NHF), mens LHL Hjerneslag – som er en del av LHL – Afasiforbundet i Norge og Norsk forening for slagrammede (NFS) er alle tre medlemmer i Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon (FFO). Samtlige fire organisasjoner er medlemmer i Hjernerådet.

Kontaktpersoner

Hogne Jensen, leder i Afasiforbundet i Norge, mobil 991 68 021

Tommy Skar, generalsekretær i LHL Hjerneslag, mobil 905 06 449

Roger Amundsen, leder i Landsforeningen for slagrammede, mobil 489 99 797

Kjell Inge Skarbø, leder Norsk forening for slagrammede, mobil 907 43 008

Landsforeningen for slagrammede slag.no

LHL Hjerneslag www.lhl.no/lhl-hjerneslag

Afasiforbundet afasi.no

Norsk forening for slagrammede www.slagrammede.org

Hjernerådet www.hjerneradet.no

Prate – smile – Løfte helsenorge.no/sykdom/hjerne-og-nerver/hjerneslag/slik-gjenkjenner-du-et-hjerneslag

Om lag 12 000 rammes av hjerneslag hvert år, og nå går Helsedirektoratet sammen med helseforetak, ulike fagmiljøer og frivillige organisasjoner om å videreføre symptomkampanjen Prate, Smile, Løfte som en nasjonal dugnad.

Toget er ikke for alle!

Den 28. november 2018 var Tilgjengelighetsutvalget i NHF Oslofjord Vest på befaring i Sande sentrum. Som endel av vår undersøkelse denne dagen, var reise med tog til og fra Sande. Det var Birgitte Holmsen (i rullestol) og Anna-Lisbeth Mikalsen som reiste med toget denne dagen fra henholdsvis Larvik og Tønsberg til Sande denne dagen.

Tekst og bilder Anna-Lisbeth Mikalsen

Togturen til Sande og befaringen i Sande sentrum, som du kan lese om et annet sted i bladet, ble en svært positiv opplevelse for oss, så det var derfor to muntre damer som entret togstasjonen i Sande denne sure og kalde ettermiddagen i november.

Togtypen som i hovedsak blir benyttet på Vestfoldbanen er relativt ny og av typen Flirt-tog (Fast Light Innovative Regional Train). Denne togtypen har i utgangspunktet lavgulv slik at det i teorien skal være samme høyde på perrongen og toget, men i praksis er ikke dette tilfellet, da alle perrongene langs vestfoldbanen ikke har samme høyde, derfor er det installert heis i disse togene. Dermed fungerer Flirt togene i utgangspunktet bra for alle passasjerer, så lenge heisen fungerer.

På enkelte avganger derimot, settes det inn en litt eldre togtype på vestfoldbanen. Disse eldre togene har hverken lavgulv eller heis, slik at de manuelle rampene på perrongene må benyttes på disse togene, dersom det er personer i rullestol som skal være med toget. I utgangspunktet, er dette en enkel sak å håndtere både for tog personell og passasjerer, men ikke denne kalde ettermiddagen i november på Sande stasjon.

Da toget nærmet seg stasjonen stilte Holmsen seg lett synlig på perrongen, rett ved rullestolrampen med lysene på, på rullestolen, slik at det skulle være enkelt for føreren av toget å se at det skulle være en rullestolbruker med toget. Men så enkelt skulle det ikke være.

Togføreren stanset toget feil på perrongen, slik at den manuelle rampen ikke kunne benyttes, fordi den kom i konflikt med de fastmonterte stolene på perrongen. Togpersonellet nektet å flytte toget og vi ble, etter høylytte protester fra oss, henvist til å vente på neste tog. Det var iskaldt på perrongen denne ettermiddagen og det var to frosne damer som pent måtte vente i en halv time på neste tog. Alle passasjerene kom med toget bortsett fra Holmsen som benytter rullestol.

Da neste tog kom var dette toget av typen Flirt, med heis. Da konduktøren kom ut av dette toget kunne hun fortelle at heisen dessverre ikke virket i dette togsettet, men at de hadde heis lenger bak i toget også. Så enden på visa ble at vi kom med toget på denne avgangen, heldigvis!

Undertegnede var svært sint og skuffet over NSB for behandlingen vi opplevde av deres personell på det første toget, og det ble derfor lagt ut bilde og et utrykk for dette på Facebook. Nyheter sprer seg fort i sosiale medier, og det tok ikke lang tid før lokalavisene fanget interesse for saken. Saken ble dekket i alle Vestfolds aviser og i Drammens tidene.

Da saken spredte seg i sosiale medier, var det dessverre svært mange som sendte meldinger til oss om at de har opplevd det samme, i betydningen: Når man sitter i rullestol kan man ikke forvente at man får være med toget hver gang. Dette synes vi at er svært urimelig holdning fra NSB sin side og vi synes derfor at saken har en prinsipiell karakter. Undertegnede sendte derfor samme kveld en skriftlig klage til NSB, i forhold til måten de behandler rullestolbrukere på.

Klagen er i skrivende stund ennå ikke besvart. Via avisene som dekte saken, uttaler pressesjef Åge-Christoffer Lundeby i NSB at de ikke hadde mulighet til å ta med rullestolen fordi Å flytte toget fram eller tilbake var en sikkerhetsrisiko.

Vi synes denne forskjellsbehandlingen av passasjerer i rullestol er diskriminering, og har derfor sendt saken til Diskrimineringsnemda. Dermed er nok ikke det siste ordet i denne saken sagt. Fortsettelse følger i neste nummer av Grenseløst.

KROSSOBANEN AS

For åpningstider og priser se:
www.krossobanen.no

Tlf.: 35 09 00 27

PIPELIFE

Tuven Bilservice AS
BilXtra verksted
Semsvegen 50, 3676 Notodden • Tlf: 35 01 82 80

SANNIDAL MINIBUSS
46 93 90 12
Skauenveien 16, 3766 Sannidal

NYTT RØR
Bjønnveien 23, 3962 Stathelle
Tlf : 970 04 866

Norges Handikapforbund
Oslofjord Vest

Quality Hotel Skjærgården
Tropisk Badeglede hele året
Besøk oss på www.badeparken.no

It's taker care of

QUALITY HOTEL
LANGESUND
BY NORDIC CHOICE

QUALITY HOTEL SKJÆRGÅRDEN | 35 97 81 00 | Q.badeparken@choice.no | choice.no

Persontransport 5 til 16 personer
Rullestolkjøring
Bryllups/selskapskjøring

Vakttelefon 90 15 15 55 / skientaxi.no

05210 skientaxibuss

- aktuelt

Møte med ordføreren i Drammen

Tekst og foto: Cathrine Bergan

Den 12.desember var Cathrine Bergan, nestleder i NHFU Oslofjord vest i møte med ordfører i Drammen kommune Tore Opsal Hansen om universiell utforming. Fra kommunen sin side, viste de frem en powerpiont om hvordan de tenker universiell utforming og hva de har tenkt på før de skal lage noe nytt. «Det koster ikke noe ekstra å heve bakkenivået for å unngå trapper, så for oss er dette en selvfølge» var deres budskap. Vi berømmer Drammen kommune for å være et godt eksempel på universiell utforming, og de er også veldig flinke til å inkludere Rådet for mennesker med nedsatt funksjonsevne som samarbeider godt med kommunen.

Det ble mest snakk og fokus på det nye kollektivknutepunktet på Bragernes som nå har blitt totalrenovert, der de har lagt på ekstra masse inntil butikkene slik at trappene som var der før nå er borte. Det er også blitt laget et veldig fin HC parkeringsplass på torget, der det er lagt varmekabler samt brukt brostein som er rullestolvennlig. Det betyr at man nå endelig kan parkere på torget på vinteren og kjøre på snøfritt område uten problemer. Dermed kan alle nå komme seg fritt overalt og kjøre rett inn i hver butikk på torget.

De har også rustet opp Drammens fineste fontene, og vi snakker da om selveste St. Hallvardsbrønnen som ikke har blitt pusset opp siden den ble bygget i 1952. Den er nå pusset opp, der hver eneste brostein er tatt opp og satt på plass rundt brønnen, samt eneste hjørne er senket slik at man som rullestolbruker endelig kan komme helt frem til vannet. Dette betyr at om sommeren kan alle nå sitte langs kanten og nyte en is med bølgebrus i bakgrunnen.

Prosjektleder Martine Eliasson

Vil du jobbe for en skole for alle i Norge og i Malawi?

Fikk du ikke dratt på utveksling til Malawi i fjor? Fortvil ikke; det er nå duket for ny utvekslingsrunde til høsten. NHFU har i samarbeid med vår søster-organisasjon FEDOMA i Malawi utviklet prosjekt med støtte fra Norec (tidligere Fredskorpset). Norec har ingen andre prosjekter hvor utvekslingen skjer mellom unge funksjonshemmede fra nord og sør – så dette er historisk! Det overordnede målet for prosjektet er å bryte barrierer, og jobbe mot diskriminering mot funksjonshemmede i begge landene, med fokus på en skole for ALLE.

Vi søker etter to deltakere som kan dra på utveksling og jobbe for likestilling i Malawi og i Norge.

På utveksling, vil du bli kjent med aktivister fra Malawi og lære om funksjonshemmedes rettighets-kamp i Malawi. Du vil kunne skape endringer i samfunnet, både i Norge og i Malawi. Du vil bo og jobbe sammen med to ungdommer fra Malawi. Første del av utvekslingen foregår i Trondheim, mens andre del foregår i Blantyre, i Malawi. Se egen boks med den foreløpige tidsrammen.

I fjor reiste Amir Hashani og Henriette Andreassen på utveksling. Les om deres erfaringer her: framtida.no/2018/10/15/ungdom-fra-malawi-overraska-over-kor-darleg-tilrettelagt-det-er

Praktisk info: Dersom du har med deg assistent(er), dekker vi deres reise og opphold.

Blir du gira av tanken på å møte og jobbe med mennesker fra en annen kultur, og å være en god representant for NHFU?

SØK HER! easyfact.no/reply/qrvxhlgcrz

For å søke må du være over 18 år og kunne engelsk. Søknadsfristen er 1.mars

Ikke nøl med å ta kontakt med prosjektleder Martine Eliasson på e-post Martine.Eliasson@nhf.no eller telefon 97146583 om du lurer på noe.

Foreløpig tidsramme:

Forberedelseskurs, 12. - 24. august, Oslo
Youth Camp i regi av Norec, 27. - 30. august
Utvekslingen i Norge, 2. september - 13. oktober (6 uker), Trondheim
Pause, 14. - 19. oktober
Utvekslingen i Malawi, 21. oktober - 15. desember (8 uker), Malawi
Hjemkomstseminar, 18. desember - 19. desember, Oslo
Juleferie, 19. desember - 1. januar
Etterutvekslingsarbeid (deltid, 15 %), 1. januar - 1. juli 2020 (6 måneder) Norge

NHFU Oslofjord Vest har årsmøte i Skien Fritidspark 8.-10. mars.

Ungdommene i NHFU Oslofjord vest blir også å delta på vinteraktivitetsdagen 9.mars i Skien fritidspark i regi av NHF Oslofjord Vest der NHFU Oslofjord Vest skal avholde sitt årlige årsmøte med overnatting fra fredag 8.mars til søndag 10.mars. Dette har tidligere vært stor suksess og vi gleder oss til årets happening.

Om du er interessert i hva vi driver med eller vil være en del av denne fantastiske gjengen så er du hjertelig velkommen. Ta kontakt med enten Styreleder Eva Henriksen (93 4938 15) eller nestleder Cathrine Bergan (45 42 78 83) om du skulle ha noen spørsmål.

På mestringstur med LFA Oslofjord Vest

Tekst Anne Johnsen Foto: Anna-Lisbeth Mikalsen

Landsforeningen for Amputerte (LFA) Oslofjord Vest var på mestringstur til Kiel 10-12 november 2018. Det var 18 medlemmer med på turen, i tillegg til foredragsholdere.

Geir Finnerud fra Alfimed AS, som har lang erfaring i arbeidet med ulike proteser, oppdaterte de reisende på ny utvikling innen proteser. Han hadde også med en liten utstilling med ulike proteser som deltagerne fikk anledning til å se og teste ut.

Regionkontorleder i handikapforbundet Anna-Lisbeth Mikalsen fortalte om den nye strategien i Norges Handikapforbund og hva den betyr for våre medlemmer og lokallag.

LFA Oslofjord Vest fikk kr. 50.000 i støtte til turen fra Ekstrastiftelsen og Buskerud rehabilitering.

Det ble en superfin tur med leder i LFA Oslofjord Vest Leif Larsen som reiseleder og alle ønsket reprise på turen.

BAMBLE

Gulvlegger
Øyvind Nystein
Støtter NHF Bamble

DRANGEDAL

Betongentreprenør
Arne-Olav Tveit AS
Tlf. 958 15 445
aot@kebas.no

Vestmar
RegnskapsSenter AS
Drangedalsveien 3301, 3750 Drangedal
Tlf : 35997550

KRAGERØ

KIWI mini pris
KALSTAD • Tlf: 35 98 91 80
KRAGERØ • Tlf: 35 98 02 64

Sannidal Bilverksted og Bensinstasjon
Sannidalsveien 164, 3766 Sannidal
Tlf. 35 98 65 00
www.sannidal-bilv.no

Montér
Montér Kragerø
Kammerfossveien 1, 3770 Kragerø
Tlf. 35 98 84 49 • post@monterkragero.no

KRAGERØ

GRAVESERVICE KRAGERØ AS
GRAVING - FUSHUGGING - UTLEIE
TLF: 909 68 987

ADVOKAT
FRED ARNE HJETLAND
MNA
Vestre Braarudgate 2, 3181 Horten
Telefon 33 04 13 23

OLAF PAULSEN & SØNN
Nordre Kalstadvei 3, 3772 Kragerø
Tlf : 920 44 870

Steinar Bohlin
Storkollveien 3 B, 3770 Kragerø
Tlf : 97515463

NOME

Jensen Transport AS
Ajertangen 16, 3825 Lunde
Tlf: 35 94 73 74

MIDT-TELEMARK ENERGI
Vår kraft - din energi!
3830 Ulefoss
Tlf. 35 94 90 00 • www.mtenergi.no

PORSGRUNN

Franzefoss
Gjenvinning
Floodmyrvegen 22 B , 3946 Porsgrunn
Tlf : 35518134

SKIEN

Borgar Kittilsen Verksted AS
Hother Bøttgers gate 16, 3725 Skien
Tlf. 35 90 57 57

LØVENSKIOLD-FOSSUM
SKOGBRUK
JORDBRUK
KRAFT
FORVALTNING

Blikkenslager Kvelland AS
Din blikkenslager
Nensetbakken 35 , 3736 Skien
Tlf : 917 25 914 • mail: oivind@kvelland.net
www.blikkenslagerkvelland.no

TINN

TINN ENERGI AS

NOME

Egil Bøe Byggfirma AS
Skiensvegen 750, 3830 Ulefoss, tlf. 905 97 738

bk
bk.no

Et grafisk produksjonshus
Opplev trygghet og kvalitet ved å få alt på ett sted.

Trykksaker
Produktemballasje
Design/Foto/Web
Profilering/ Reklameartikler
Skilt/Dekor
Logistikk

Xpert

Xpert Installasjon AS er en totalleverandør av elektrotjenester. Vi er et Vestfoldbasert elektrikerfirma med hovedkontor i Tønsberg. Vi tilbyr et bredt spekter av tjenester både til privat- og næringskunder. Xpert Installasjon AS har i dag 40 ansatte og påtar seg både små serviceoppdrag og store prosjekter. Faglig dyktighet og gode løsninger er det som kjennetegner oss.

WWW.XPERT.NO

I Erling Stordahls ånd - Ridderdagene på Storedal

Tekst og foto; Jan Arne Dammen

Ridderdagene på Storedal er en videreføring av Erling Stordahls filosofi om økt livskvalitet gjennom friluftsliv, kultur og natur. Dette er blitt en populær aktivitetshelg for barn, unge og familier som i år arrangeres fra 23. til 25 august.

- Erling Stordahl bar på mange drømmer, en av dem var å få til en sommeraktivitet på Storedal Kultursenter som han grunnla i 1970. Erling var en ildsjel og foregangsmann gjennom sitt mangeårige arbeid for funksjonshemmede. Han grunnla Beitostølen Helsesportsenter, og ikke minst Ridderrennet. Han sto også bak Ridderrittet, som opprinnelig var et sykkelritt for synshemmede, forteller prosjektleder Diane S. Hanisch som i 23 år var generalsekretær for Ridderrennet.

På åpningsdagen blir det høytidelig markering ved Erlings grav der Norske Gardeveteraners Drillkontingent deltar. I tillegg til Erling Stordahls Minneritt er det et vell av aktiviteter, som f.eks. laserskyting, terapiridning, malerkurs for barn, grilling og hundeshow. Deltagere kan velge om de vil overnatte i teltleiren, noe som er veldig populært.

- Vårt mål er at deltagerne skal få oppleve glede, mestring og begeistring gjennom fysisk aktivitet og sosialt samvær. Gjennom hele helgen har vi mange aktiviteter med Erling Stordahls Minneritt på lørdag som dagens høydepunkt. På søndag er aktivitetene knyttet til sjøen med seiling og kanopadling som høydepunkt, i tillegg kommer hundeløpet «Dog Run» som er et sosialt løp med hund, sier Diane.

Søndagens aktiviteter foregår ved Vispen sjøsenter i Skjærviken der Skjærviken lokalsamfunnsutvalg tilrettelegger og stiller med kanoer og følgebåter. Seilbåtene er av typen Sonar og er de samme som ble brukt i Paralympics i Sydney i 2000 hvor Kongelig Norsk Seilforening (KNS) stiller opp med dyktige instruktører.

- Alle aktivitetene under Ridderdagene på Storedal er tilrettelagt for synshemmede og rullestolbrukere, sier Diane S. Hanisch som ønsker alle hjertelig velkommen til sommerens kuleste helg i august.

Arrangementet er tuftet på 100 % frivillighet.

Påmelding og mer informasjon: www.ridderdagene.no

Jorun Bergflødt

Solveig Kristiansen

Elias Nakken

Heder og ære

Tekst: Anna-Lisbeth Mikalsen Foto: Rolf Ejme og Stein Wilmann

På regionstyremøtet i juni 2018 ble det bestemt at Solveig Kristiansen fra NHF Nore og Uvdal, Sigrid Risdal fra NHF Gol, Elias Nakken fra LFPS Telemark og Jorun Bergflødt fra NHF Holmestrand skulle motta årets hedersnål i sølv. NHFs hedersnål i sølv deles ut til personer som gjennom en årrekke har jobbet for NHFs formål og prinsipper.

I NHF Oslofjord Vest kunngjøres- og deles sølvnålen ut hvert år, enten på regionens årsmøte eller på regionens lederkonferanse de årene det ikke avholdes årsmøtet. På fjorårets lederkonferanse var det dessverre ingen av de som ble tildelt sølvnål som hadde anledning til å være til stede. Sølvnålen har derfor vært overlevert ved andre anledninger.

Jorun Bergflødt ble tildelt NHFs hedersnål i sølv på Holmestrand fjordhotell i forbindelse med at nestleder i regionstyret holdt organisasjonskurs for lokallaget. Begrunnelsen for tildelingen er at hun har vært medlem i Landsforeningen for Polioskadde (LFPS) Vestfold siden 1989 og NHF Holmestrand siden 2002, Hun har vært sekretær i NHF Holmestrand siden 2002 og frem til i dag. Bergflødt er en av våre ildsjeler som fremdeles jobber aktivt i NHF Holmestrand.

Solveig Kristiansen fra NHF Nore og Uvdal ble tildelt NHFs hedersnål i sølv i forbindelse med lagets 30 årsjubileum på Rødberg Hotell. Begrunnelsen for tildelingen er at hun har vært medlem i forbundet i over 30 år, og gjennom sitt medlemskap har hun vært leder i lokallaget i tilsammen 16 år fordelt på to perioder. I tillegg har hun ett år som varamedlem. Hun gikk av som leder i 2018 på grunn av flytting. Gjennom sitt verv har hun stått opp for funksjonshemmede gjennom en årrekke.

Elias Nakken mottok NHFs hedersnål i sølv på julemøte i poliolaget i Telemark før jul i fjor. Begrunnelsen for tildelingen: Nakken har vært medlem siden 1998 og han har vært med i styret i LFPS Telemark i mange år som kasserer og økonomiansvarlig (fra 2003). Han har også stått på for laget utenom de oppgavene som naturlig følger med vervet.

KONGSBERG

www.kongsberg.com

EIKER
HUSBYGG AS

Anemonevn. 5
3050 Mjøndalen

Mob. 90 68 73 11

Fax. 32 87 70 11

epost: erik@eikerhusbygg.no

Totalleverandør
til proffmarkedet

Levante
INNREDNINGER A.S

SYSTEMVEGGER
GLASSVEGGER • HIMLINGER

Mob. 994 11 980

Faks. 32 75 27 70

E-post: post@levante.no

Gartneriv. 6, 3300 Hokksund

abacus

Abacus IT AS

Kundeservice: 400 01 850

support@abacus-it.no

www.abacus-it.no

TRYGG VEI

– veien til sikker trafikk

Steinspruten
BILGLASS

31012040 08810

VELKOMMEN TIL EN
HYGGELIG HANDEL HOS

APOTEK 1

Vår kunnskap - din trygghet

Apotek 1 Brakerøya.
Brandtenborggata 1,
3012 Drammen.
32 82 45 00

Apotek 1 Union Brygge.
Grønland 45,
3045 Drammen.
32 88 36 00

Apotek 1 Strømsø
Blichs gate 3,
3044 Drammen
31 00 52 00

Gamle Norge

Gamle Norge Pub AS

17. mai gata 4, 3611 Kongsberg

Besøk oss på facebook

Stiftelsen Thorolf Eriksens Minne:

Utdeling av midler 2019

Stiftelsen Thorolf Eriksens Minne deler ut midler til beste for mennesker i Buskerud fylke, med nedsatt funksjonsevne. Primært til lag og foreninger innen Norges Handikapforbund.

Lag, foreninger og enkeltpersoner kan søke midler fra stiftelsen til tiltak og prosjekt som kommer mennesker innen Buskerud fylke, med funksjonsnedsettelse til beste.

Herunder rekonvalesensreiser, konferanser med faglig innhold, ferieopphold/reiser, stønad til assistenter, spesielle hjelpemidler og lignende.

Det ytes ikke bidrag til tiltak som i sin helhet dekkes av det offentlige, eller som anses å inngå i foreningens ordinære drift. (Det kan i særskilte tilfeller ytes bidrag til søknader som gjelder enkeltpersoner.)

Etter gjennomført tiltak/prosjekt skal det rapporteres tilbake til stiftelsen.

Søknader som skal komme med i årets tildeling må være styret i hende innen 05. april 2019.

Søknad vedlagt beskrivelse av tiltaket/prosjektet med dokumentert kostnadsoverslag sendes Stiftelsen Thorolf Eriksens Minne v/Arnt Einar Litsheim, Bråtan 9. 3022 Drammen.

Eller på e-post arnt_e_litsheim@yahoo.no

DRAMMEN

DC-Renhold AS
3036 Drammen, Tlf. 47 02 87 26

Byggfag Drammen - Bærum
Buskerudveien 72, 3024 Drammen, Tlf. 90 71 10 00

KONGSBERG

Joker Darbu
Kongsbergveien 750, 3322 Darbu, tlf. 976 90 257

Heimevask.no
Krags gt. 12 b, 3616 Kongsberg, ltf. 908 06 911

Berget Bil AS
Høljeplassen 3, 3623 Lampeland, tlf. 926 15 443

HURUM

Hurum Mølle
3490 Klokkarstua, tlf. 32 79 80 06

Byggmester John Fjeldstad
3480 Filtvet, tlf. 93 09 93 24

YX Klokkarstua
3490 Klokkarstua, Tlf. 32 79 88 10

RINGERIKE

Hetor Regnskapsservice AS
3511 Hønefoss, tlf. 32 12 73 84

Buttingsrud Camping
Ådalsveien 690, 3525 Hallingby, tlf. 32 14 31 60

RØYKEN

elfag
Askestad-Aas Elektro AS
Spikkestadvn. 118. Pb. 87, 3431 Spikkestad
Tlf. 31 29 07 99 • Fax. 31 29 07 98

T.F. MASKIN AS
GRAVING, TRANSPORT,
DRENERING, SPRENGING OG
LEVERING AV JORD OG BARK
95 87 44 99

31 29 60 00
Røyken kommune
Katrineåsen 20
3440 Røyken
www.royken-kommune.no

WEAR MASKIN A/S
Hurumveien 19 B, 3440 Røyken
Telefon: 31 28 52 13 • Mob.: 412 57 634
post@wearmaskin.no • www.wearmaskin.no

RØYKEN

Røyken Eiendom AS
3441 Røyken, Tlf. 31 29 79 50

ØVRE EIKER

EIKER
Drammensveien 20, 3300 Hokksund
TLF. 32 75 59 59

mobile
Mobile Hokksund AS
Tlf. 32 75 80 20

Th. Line Turistbusser
Tlf. 32 75 19 22

NORDENGENVVS
Tlf. 930 30 205

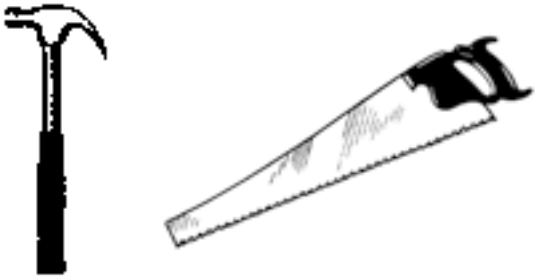
SIGDAL

Skare & Nes AS
3350 Prestfoss, tlf. 32 71 18 70

Sigdal Maskinforretning AS
3350 Prestfoss, tlf. 32 71 54 30

TØMRER

Arne Nålby



Øren Haveby 24
3023 Drammen

Tlf 99276596

jnaalby@frisurf.no

banda RINGERIKE

VI HAR SPESIALKOMPETANSE
OG GOD TID TIL DEG!

- Sykepleieartikler på blå resept
- Hjelpemidler
- Støttebandasjer
- Kompresjonstøy
- Sårbandasjer
- Tempur

Vi leverer blåreseptvarer hjem til faste kunder gratis.

Flattumgate 4
Tlf. 32 12 60 00
www.bandaringerike.no

GUSTAVSEN
www.gustavsenas.no

Maskinleverandør og spesialforretning for den proffe og "gjør-det-selv"-entusiasten.

Treskjæring • Trefresing • Tredreiing

Brække Eiendom
Næringslokaler til leie - tlf. 32 81 66 00
E-post: info@brekke-eiendom.no
www.brekke-eiendom.no

KIWI mini pris
Kjøp kjapt, trygt og billig

SUBWAY

Kongsberg	Buskerud Storsenter	Drammen
Tlf: 45953180	Tlf: 40038024	Tlf: 45962944

Hurum kommune
- muligheter mellom to fjorder

Din leverandør av rørleggertjenester

Assemblin

Teglverksveien 1, 3413 Lier
+47 32 27 60 60 | www.assemblin.com

DRAMMEN

DRAMMEN FJERNVARME
www.df.no

Drammen Ortopediske Institutt as
Rosenkrantzg. 17, 3018 Drammen
Tlf. 32 83 04 15 www.doi.no

Drammens Tidende

Stærkeby Takst AS
- Din takstmann i Drammen
- Boligsalgsrapport, lånetakst & verditakst

DRAMMEN FOTHELSESENTER
Nedre Torggt. 9, Drammen
Telefon 32830682

European Recycling Platform

HURUM

SVELVIKSAND

BETONGFORM AS
Tlf: 415 70 399
post@betongform.no

KONGSBERG

QUALITY HOTEL
GRAND, KONGSBERG
Christian Augusts gate 2
+47 32 77 28 00
kongsberg@choice.no

LIER

LIER RØRSENTER AS

HV SERVICE AS
Vi utfører alt av snekker- og tømrerarbeid
Tlf.: 32 85 05 00
93 09 22 12
E-post: post@hvservice.no

NEDRE EIKER

KIWI mini pris
Arbeidergata 17, 3050 Mjøndalen
Tlf. 32 87 75 04 - Åpningstider: 07-23 (21)

NORSK SIGNODE AS
Emballeringssystemer
Ryghgt. 4B, 3050 Mjøndalen
Tlf: 32 23 18 80
Fax: 32 23 18 81

Elektriker Ost as
-Ladestasjon El-bil -Sjekk av el-anlegg
-Boliginstallasjoner -Design/planlegging
-Næringsinstallasjoner -Tele/data/TV/spredenett
-Internkontroll -Rehabilitering
Gamle Riksvei 49C, 3057 Solbergelva
Tlf. 900 54 965 E-mail: post@elektrikerost.no
www.elektrikerost.no

B-O Bakken Maling & Oppussing
Solvangen 7, 3057 Solbergelva
Tlf. 913 66 214

Mur og Pipeservice as
Mur og Pipeservice AS
- for bedre service!
www.stians-pipeservice.no
Tlf.: 90 86 06 67

RINGERIKE

MESTERBYGG RINGERIKE AS
3515 HØNEFOSS TLF. 32 12 03 20

RØGEBERG
Røgeberg Maskin AS
Ankersgt. 16, 3513 Hønefoss
Tlf. 32 18 18 80 • post@rogebergmaskin.no

RINGERIKE

Nyhus Transport As
Roaveien 6
3534 Sokna
Mob: 414 56 705

RR Maskin AS
Vestliveien 21
3511 Hønefoss
Tlf : 90020870

Bilco Hønefoss AS
Tlf: 32 17 05 70
www.bilcohonefoss.no

VIK ELEKTRISKE AS
Alt innen el-installasjon
Viksveien 89 , 3530 Røyse
Tlf : 915 43 866 / 32 16 04 88

NORSK FLID
HUSFLIDEN
Norsk Flid Husfliden Hønefoss AS
www.norskflid.no/hoenefoss
Tlf: 32121280

TØMRERMESTER G SÆTHEREN AS
Hensmoveien 32/34, 3516 Hønefoss
Tlf. 32 12 50 90

SIGDAL

SIGDAL KOMMUNE
3350 Prestfoss
Tlf. 32 71 14 00
www.sigdal.kommune.no

ÅL

ÅLHYTTA
DESIGN SOM STANDARD SIDEN 1966
3570 Ål
Tlf. 32 08 60 50
www.aalhytta.no

DIN LOKALBANK
SpareBank 1
HALLINGDAL VALDRES
www.sb1.no tlf. 03202

Norges Handikapforbund
Oslofjord Vest

HJELPEMIDDEL MESSEN
SØR / ØST

Vi har gleden av å invitere til
hjelpemiddelmesse i:

Kongstenhallen, Fredrikstad
Onsdag 24. april 2019, kl 10-15

Ekeberghallen, Oslo
Torsdag 25. april 2019, kl 10-15

Sørlandshallen, Kristiansand
Tirsdag 7. mai 2019, kl 10-15

Skien Fritidspark, Skien
Onsdag 8. mai 2019, kl 10-15

Drammenshallen, Drammen
Torsdag 9. mai 2019, kl 10-15

Her får du nyttig informasjon om et
stort utvalg av tekniske hjelpemidler

Enkel servering

Gratis adgang

Velkommen til en innholdsrik dag!

Hilsen
Hjelpemiddelleverandørene

Tekst: Vibecke Selliken Foto: Ida Freng

3. desember er det FNs internasjonale dag for mennesker med nedsatt funksjonsevne. I 2018 var det ti år siden FNs konvensjon om rettighetene til mennesker med nedsatt funksjonsevne trådte i kraft internasjonalt, og fem år siden Norge sluttet seg til den.

At man har rettigheter betyr likevel ikke at de automatisk blir innfridd! I 2018 feiret Norges Handikapforbund at vi har fått rettighetene- men vi protesterer fordi vi ikke får dem innfridd!

Det ble fest og protest....

For en dag, og for noen fantastiske mennesker. Vi må bare ta av hatten for firmaene i Grenland og Vestfold som virkelig gjorde dagen til ett perfekt bursdagsselskap! Derfor er det firmaene som bidro til festen, som står i mitt fokus her.

Vi startet opp planlegging av 3. desember 2018 allerede i slutten av august, da NHF Oslofjord Vest hadde en samling på Merket i Valdres. Planene gikk først og fremst ut på at vi måtte lage ett arrangement som fanget opp ungdommen. Vi kontaktet derfor en videregående skole for å høre om de hadde et passende lokale å låne oss til feiringen av FN Dagen den 3 desember. Sandefjord videregående skole sa ja umiddelbart, det var kjempeflott. Vi leide kantina og den var jo perfekt for dette formålet.

Vi bestemte oss deretter for at det skulle være en fem års bursdagsselskap, og da måtte vi jo ha pølser, brus og kaker, og for ikke å glemme godtepose …. Vi startet med å ringe rundt til forskjellige større firmaer, noe som ikke først var så fruktbart. SÅ tok det helt av, det var ikke måte på, hvor stor givergleden var. i Grenland ble vi helt overveldet av hvor snille noen firmaer var med oss… Vi fikk nydelige pølser fra *Spar Kjørbekk, Den stolte Pølsemaker* og *Tomi`s –kjøtt og pølsespesialisten*. Vi fikk pølsebrød fra: *Tinholt Kafe`* og *Meny Herkules* stilte med lomper og ALT tilbehør. Brusen fikk vi fra *Grans Bryggeri* og kaker fra *Milba AS*. Men ingen bursdag uten godteposer, de var litt avanserte siden det var ment til ungdommen, men de inneholdt nydelig sjokolade fra *Saga Chokoladefabrikk*. Litt overraskelser måtte vi jo putte oppi posene også, så nyåpnede *Rituals* bidro med noen deilige kroppskremer og *The Body Shop* kunne jo ikke være dårligere, så flere deilige prøver ble puttet oppi posene som vi fikk av *Rema 1000* på Gjemsø. **Tusen takk alle sammen!**

Det offisielle programmet ble også veldig bra, det var ca. 50 frammøtte som fikk en fin velkomst av Fylkesordfører Rune Hogsnes. Alle gruppelederne i fylkestinget var invitert, men det var kun Liv Margit Karto (gruppeleder i Høyre) som hadde anledning til å delta, og å holde et innlegg denne kvelden.

Leder i NHF Søndre Vestfold Gro B Rohde holdt innlegg om FN dagen og rettighetene våre, Andreas Henden fra Uloba holdt et innlegg og deretter ble det «åpen mikrofon» hvor deltagerne kunne si sin mening. Praten gikk ivrig rundt bordene i mange timer og i det store og hele ble dagen svært vellykket i alles øyne, vi fikk til og med nye medlemmer den dagen. Vi gikk hjem stappmette av deilige pølser og godis, og lykkelige for at budskapet vårt ble godt mottatt og at noen flere forstår at vi må aldri slutte å kjempe for våre rettigheter som mennesker og medmennesker.

Bilde til venstre: *Regionkontorleder Anna-Lisbeth Mikalsen sammen med fylkesordfører i Vestfold Rune Hogsnes.*

Under: *Markering av FN Dagen for funksjonshemmede på Hvaltorvet i Sandefjord på dagtid og på Sandefjord Videregående skole på kvelden*

Fra venstre: *Guri Anne Nesdal Egge, Marius Korsell, Inger Svenning, Petter Naustvik og Birgitte Holmsen (Foto: Ivar Kvistum Handikapnytt)*

NHF NESTEN VOKSEN

– VIL ENDRE FORDOMMER OG HOLDNINGER

NHF Nesten Voksen er et nettverk i Norges Handikapforbund (NHF) med tilbud til de mellom 25 og 45 år og blir ledet av Birgitte Holmsen. Prosjektet ble startet opp høsten 2018 fordi flere medlemmer i den aldersgruppen følte seg litt for gamle i ungdomsorganisasjonen NHFU og litt for unge for NHF.

Tekst: Jan Arne Dammen

Samfunnsengasjert

Prosjektet blir ledet av Birgitte Holmsen fra Larvik der hun bor sammen med sin forlovede. Birgitte er samfunnsengasjert og har vært aktiv på flere plan i NHF i mange år, bl.a. styreverv og skribent i bladet Grenseløst. For tiden jobber hun med NHF Nesten Voksen prosjektet i en 20 % stilling og på den hjemlige fronten skal det skje store ting til høsten.

- Dette blir et spennende år med to store ting på gang. For til høsten skal Ole-Paulo og jeg gifte oss og bryllupet skal være i Lyskapellet på Beitostølen. Det gleder vi oss til. Men tilbake til prosjektet, så er det utrolig givende og utfordrende. Nå er jeg så heldig at jeg får veldig god støtte av samboeren og min bestevenninne Silje Ludvigsen. For ikke å glemme alle de frivillige og ansatte NHF, de er helt fantastiske sier Birgitte med et smil.

Endre holdninger

Prosjektgruppen skal jobbe for å få gjennomslag for saker som er spesielt viktige for aldersgruppen i tillegg til å arrangere temamøter. Spesielt viktig vil det bli å endre fordommer og holdninger i samfunnet.

– Vi så at mange sluttet å være aktive etter NHFU-tiden. Med NHF Nesten voksen ønsker vi å lage møteplasser der vi kan dele erfaringer på mange områder, da vi er i en fase der noen av oss er nyetablert og på vei inn i voksenlivet. Temaer kan være f.eks. nedsatt funksjonsevne og barn, kosthold, helse og mosjon, sier Birgitte.

Regionleder

Regionkontorleder Anna-Lisbeth Mikalsen i NHF Oslofjord Vest er glad for at Birgitte har takket ja til denne jobben og kommer til å følge opp og bistå der det trengs hjelp.

- Jeg ser fram til og gleder meg til å samarbeide med Birgitte og de andre i arbeidsgruppen i NHF Nesten Voksen. Dette arbeidet med NHF Nesten Voksen er en virkelig vitamininnsprøytning i hverdagen her på kontoret, sier Anna-Lisbeth.

Landssamling

Sin første landssamling hadde de i november 2018 og Birgitte forteller at spenningen var stor i arbeidsgruppa på hvordan dette ville bli mottatt. De hadde tross alt jobbet i flere måneder med dette og uten den helt store erfaringen.

- Jeg kan røpe at vi i arbeidsgruppa var utrolig spente. Selv hadde jeg aldri hatt så stort ansvar. Men det gikk veldig bra og vi lærte utrolig mye og vi traff mange engasjerte og hyggelig medlemmer. I tillegg fikk vi flere nye medlemmer. Dette var utrolig gøy og gir masse inspirasjon i det videre arbeidet, sier en engasjert Birgitte som kan treffes på e-post birgitteh@nhf.no

Landsomfattende

Sammen med Birgitte i prosjektgruppen sitter også Inger Kassig Svenning fra Alta, Marius Korsell fra Oslo, Petter Naustvik fra Ottestad i Hedmark og Guri-Anne Nesdal Egge fra Bergen. Gruppen kan bli utvidet med en person til, forteller Birgitte.

- Vi jobber godt sammen og hjelper og støtter hverandre så godt vi kan. Så må jeg også få nevne kontorleder i NHF Oslofjord Vest Anna-Lisbeth Mikalsen som er en fantastisk støttespiller, samtalepartner og nå også kollega, rett og slett ei rå dame, sier Birgitte som stortrives på kontoret i Tønsberg.

VI organisasjon

NHF Nesten Voksen samarbeider tett med NHF, NHFU og andre organisasjoner når det gjelder kampanjer/temamøter/prosjekter. I februar/mars vil de avholde kurs om kosthold og helse i Oslo. Og utover våren vil vi høre mer fra dem og ikke minst før valget i september.

- Det er utrolig viktig med samarbeid for å få gjennomkraft og NHF er en VI organisasjon der alle skal stå sammen avslutter Birgitte som legger til at de har det veldig gøy når de samles.

Kunne du tenke deg å være med eller har spørsmål, ta kontakt med prosjektleder Birgitte Holmsen på e-post birgitteh@nhf.no De kan også treffes på Facebook NHF Nesten Voksen. Sammen om en ny tid facebook.com/groups/350625478706933
NHF: nhf.no/

SAFO er et samarbeidsforum mellom organisasjonene Norges Handikapforbund (NHF), Norsk Forbund for Utviklingshemmede (NFU) og Foreningen Norges Døvblindfødte (FNDB). SAFO TVB er den delen av SAFO som dekker Telemark, Vestfold og Buskerud.

SAFO

Siste nytt

Direktør i Husbanken Osmund Kaldheim.

NHFUs Sadia Iqbal.

Likestillingsminister Trine S Grande med representanter fra SAFO TVB.

Siste helgen i januar arrangerer SAFO sentralt en konferanse for organisasjonene i SAFO. Årets SAFO konferanse gikk av stabelen 26.-27. januar 2019 og det var den ferske likestillingsministeren Trine Skei Grande, som sto for åpningen av konferansen. Hun holdt et engasjerende og bra innlegg, som gav undertegnede troen på at vår likestillingskamp er i de beste hender. Selv om onde tunger vil ha det til at kulturministeren fikk likestillingen, fordi den nye familieministeren ikke ville ha dette feltet, ble dette raskt satt på plass av ministeren. Temaet Kultur- og Likestillingsministeren tok utgangspunkt i var: Regjeringens strategi for likestilling av personer med funksjonsnedsettelse 2020-2030.

Andre temaer på konferansen var: Forandrings-fabrikken – Når barns kunnskap påvirker nasjonale systemer, som var et interessant innlegg av fabrikkleder Marit Sanner. Videre holdt direktør i Husbanken Osmund Kaldheim innlegg om: Hvordan skaffe gode boliger til alle? Innlegget inneholdt både endringer i ansvar og bruk av virkemidler. Et tema med stor relevans for tilhørerne.

Fra NHFs ungdomsorganisasjon NHFU, snakket Sadia Iqbal om prosjektet: Ikke mitt når det er blendahvitt, som er et prosjekt om mangfold og inkludering.

Det ble tid til et videointervju om folkevalgt-programmet i kommunene, og kommunale råd sin plass der, og Kristine Vierli fra Bufdir, holdt innlegg om Bufdirs arbeid med FN-konvensjonen om rettighetene for mennesker med nedsatt funksjonsevne (CRPD). Dermed ble det bredt faglig påfyll til deltagerne også på årets konferanse.

Som seg hør og bør ble det i tillegg tid til gruppevis arbeid om brukermedvirkning, om viktige saker for SAFO i kommunale råd og om SAFOs engasjement i NAV og i spesialisthelsetjenesten. Mot slutten av konferansen var det nytt fra SAFO organisasjonene FNDB, NHF og NFU som sto på agendaen, og det var anledning til plenumsdiskusjoner og viktige saker for SAFO organisasjonene i 2019 ble løftet frem.

Fra SAFO TVB deltok leder Åse Synnøve Jakobsen (NHF), styremedlem Elisabeth Eri Røland (NFU) og Randi Stenerud (NFU) og koordinator Anna-Lisbeth Mikalsen. Regionleder i NHF Oslofjord Vest hadde ikke anledning til å delta på årets konferanse, slik at nestleder i regionstyret Stein Wilmann deltok i stedet.

flexiruter

Et kollektivtilbud til alle i Telemark!

Bestill transport fra hjemmet til sentrum og hjem igjen for kun kr 35 per vei!

Mer informasjon og hvordan du bestiller tur på **flexiruter.no.**

Flexiruter er dør-til-dør-transport og tilbys i alle kommunene i fylket.

TELEMARK fylkeskommune

farte.no

BVT BYGG AS

Bjørn Viggo tlf: **46 83 69 05**

Torbjørn tlf: **91 11 64 26**

VI HAR KUNDEN I FOKUS!

Vi leverer kvalitet til konkurransedyktige priser

Nybygg
Tilbygg
Restaurering
Betong

Kontakt oss for en uforpliktende prat!

Norges Handikapforbund
Oslofjord Vest

GRENLAND TAXI
03536

EKplantesalg

Raveien 291 , 3220 Sandefjord

Tlf : 954 34 340 • ekplantesalg.no

Vi hjelper deg å lykkes!

✓ Elektrofag ✓ Påbygg til generell studiekompetanse
✓ Service og samferdsel ✓ IKT-servicefag

Har du psykiske eller fysiske utfordringer?

Trenger du ekstra oppfølging for å fullføre en videregående opplæring?

Vi gir elever fra hele Norge en unik mulighet i et trygt miljø.

www.krokeide.vgs.no

Krokeide videregående skole

GRANS
GRANS BRYGGERI
SANDEFJORD

Montér
Tønsberg

Måkevn. 1,
3112 Tønsberg

Tlf. 480 73 000
Fax. 33 35 81 01

Tekst: Atle Haglund Foto: Anna-Lisbeth Mikalsen

NHF (Norges Handikapforbund) Oslofjord vest har et tilgjengelighetsutvalg som reiser rundt i våre 3 fylker for å undersøke hvordan tilgjengeligheten er for rullestolbrukere. Noen ganger gjøres dette ut fra tips og ønsker vi får inn til kontoret, andre ganger ved at vi uvilkårlig plukker ut en plass eller sted som vi undersøker nærmere.

Vi sjekker tilgjengeligheten i Sande

Vår konklusjon er at Sande sentrum er et sted som er tilgjengelig for alle.

Bilde til venstre viser at det er trinnfri adgang til Sande kirke

Bilde til høyre viser tilretteleggingen utenfor Stasjonsgaarden

Bilde under viser representantene fra NHF som deltok på befaringen: Anne B Stokken, Camilla Thorsen, Atle Haglund, Birgitte Holmsen og Anne Johnsen.

En litt høy billettautomat gjør det vanskelig å kjøpe billett på Sande stasjon.

Bilde over:
Tilgjengelig prøverom hos Brutus klær og interiør.

Bilde til høyre:
Tre trinn inne i kirken gjør det vanskelig for bevegelseshemmede å nå altret, om man kommer inn hovedinngangen i kirken.

20. november 2018 hadde utvalget befaring i Sande sentrum. Målet med befaringen var å undersøke hvordan personer i rullestol kan benytte fasilitetene i sentrum. Dette går på hvor bratte hellinger det er opp ramper til butikker eller hvordan det er å åpne en dør når man kommer på noe med hjul. Det vi legger til grunn er at kommer vi med rullestol inn eller frem så gjør også de med barnevogn eller rullator det også.

Ofte får vi kontakt med innehavere av de ulike stedene vi besøker slik at vi kan gi dem gode tips til forbedringer eller ros om de har et sted som er tilgjengelig for alle. Andre ganger er det behov for å ta kontakt med eiere av gårder og også kontakten med kommunen om det er relevant. Slik at vi kan bygge forståelse for våre utfordringer.

Sande er et av de stedene innenfor kategorien småsteder som ses på som best når det gjelder tilgjengelighet for bevegelseshemmede, men utvalget ser likevel nytten med å få kontakt med overnevnte kilder for å fortelle hvor bra det er og også får å bevisstgjøre noen av våre behov for å være selvstendige i hverdagen.

Vi hadde små detaljer å plukke på når det gjaldt inne i kirken, der var det tre trinn som gjorde at kirken ikke var tilgjengelig for bevegelseshemmede. Driftsleder Vidar Mikalsen som viste oss rundt i kirken, var ikke den som var motvillig til å gripe fatt på disse trinnene, men riksantikvaren er den som har det siste og lengste ordet i slike saker for å få det både sikkert, trygt og tilgjengelig for alle mennesker.

Øverst i Bjørneparken i et fantastisk landskap på 28 mål og bak et 1100 m langt gjerde har tre ulvebrødre sitt rike. Ingo, Isak og Iglo kom i sommer til Bjørneparken i Flå fra Orsa dyrepark i Sverige.

Ønsker Gondolheis i Bjørneparken

Av Jan Arne Dammen

- Ulvene er kongene i parken og de trives i det som er den flotteste ulvehegna i verden, sier direktør i Bjørneparken Kees Oscar Ekeli.

Ønsker gondolheis

Bjørneparken i Flå er et eldorado og utbedringene som er gjort med gangbruer og HC toaletter flere steder har gjort den langt mer tilrettelagt enn for noen år siden. Men opp til setra og ulveinnhengningen kan det for bevegelseshemmede være en utfordring å komme.

- Det er en tilrettelagt gangvei, men det er lang og bratt og på ønskelisten til parken står en gondolheis. Det ville lette adkomsten for alle for å komme seg helst øverst og opp til setra, sier Kees Oscar Ekeli.

Ulven en attraksjon

Bjørneparken har hatt ulv tidligere også, men de hadde bare et lite område og boltre seg på. Rovdyransvarlig Frank Andre Soma som har stelt med ulv i 21 år kan fortelle at dette har vært en drøm. Han begynte på Langedrag i 1997 og ble rovdyransvarlig her i bjørneparken for to år siden.

- Disse ulvene er brødre og vi har bevist valgt ikke å ha hunndyr. Dette for å unngå krangling og vi ønsker heller ikke ulvevalper. For hvor skulle vi gjort av dem, sier Frank Andre.

I hele vinter og i meterhøy snø ble det jobbet med gjerder for å få innhegninga ferdig til ulvene skulle komme og spenningen var stor. Endelig var dagen her og i radio og TV ble det meldt at parken har fått en ny attraksjon, men ulven er sky og det skulle ta noen dager før de kom til foringsplassen.

- Etter at Kees hadde vært i media og fortalt om ulvene, strømmet folk til. Og her sto jeg i 10 dager uten ulv, det var ikke artig. Slik er det heldigvis ikke i dag, nå kommer de ned i god tid før foring, sier Frank Andre der han fordeler elgkjøtt til de tre flotte ulvene.

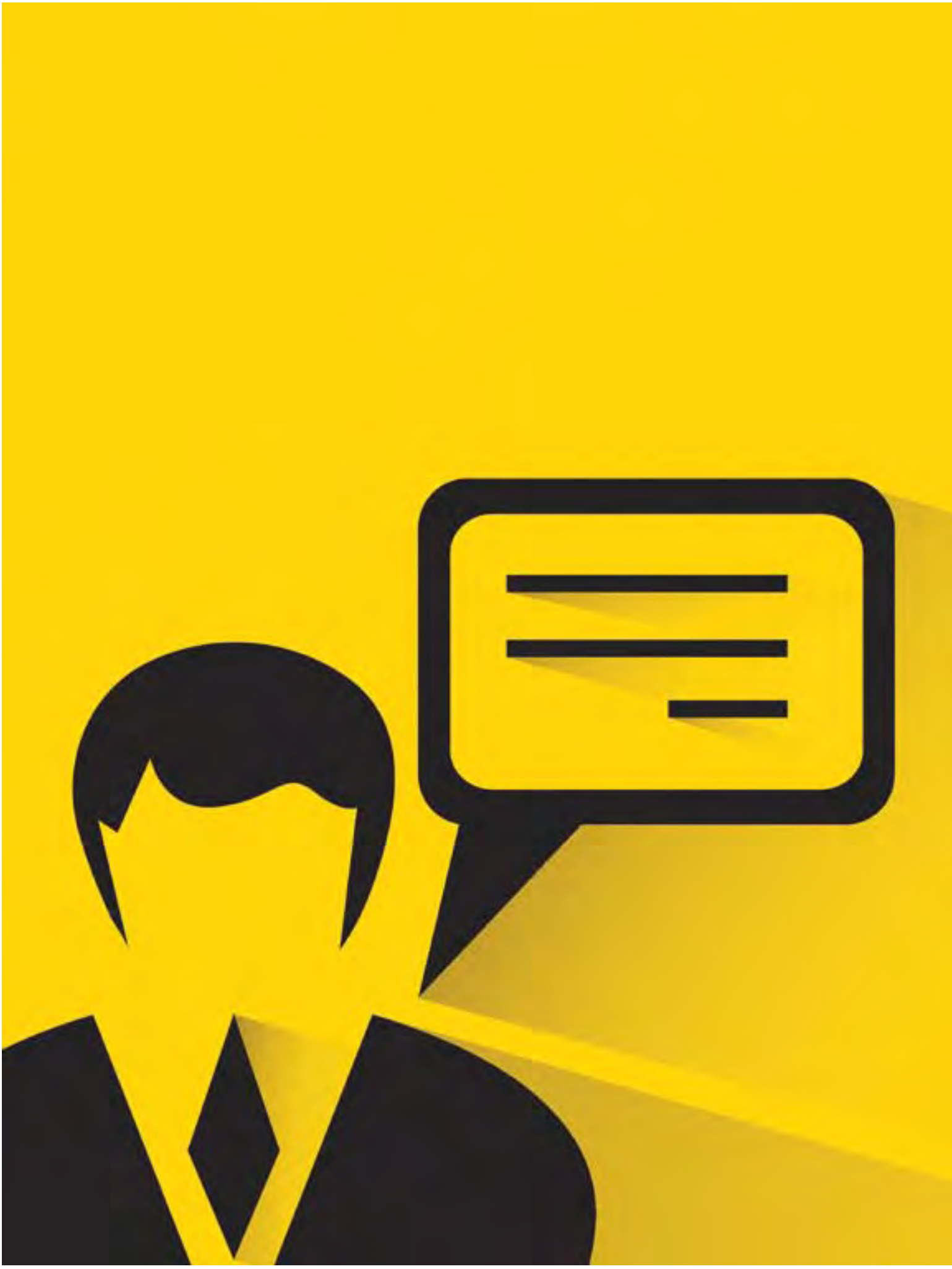
Varm sommer

Bjørneparken er den største turistattraksjonen i Hallingdal med rundt 80. 000 besøkende i fjor.

- Denne sommeren ble spesiell. Vi hadde rekordbesøk på forsommeren og nå i høst, men juli ble for varm og vi hadde vi en nedgang i besøkstallet. Det var vel bare badeland som hadde økning den måneden i sommer, sier Kees Ekeli.

Bjørneparken har som mål og komme med en ny attraksjon annet hvert år. Hva som kommer neste år vil ikke direktøren røpe, men at det har noe med vann og vannaktiviteter er et godt tips.

I Bjørneparken kan man se foruten bjørner, krokodiller, slanger, skilpadder, gauper, ulver, elg, hjort, rådyr, geiter og pinnsvin.



Illustrasjonsfoto: colourbox.com

Trenger du noen å snakke med?

Kanskje kjenner du noen som har vært gjennom en alvorlig sykdom, vært utsatt for en ulykke og fått livet endret på dramatisk vis? Det som før var en normal dag med arbeid og familieliv er blitt snudd helt på hodet!

I Norges Handikapforbund Oslofjord Vest har vi et nettverk av erfarne medlemmer som selv har fått livet snudd på hodet etter en alvorlig sykdom, ulykke eller fått barn med en funksjonsnedsettelse, eller er pårørende. Vi kaller disse personene for likepersoner. Disse personene har møysommelig gått gjennom sin egen situasjon og har dermed fått erfaring i hvordan de skal få «livet i gang igjen.» Rådene disse faglig dyktige personene kan gi er basert på prinsippet om hjelp til selvhjelp. Deres viktigste rolle er å være et medmenneske med egne erfaringer.

En likeperson

Når livssituasjonen endres på dramatisk vis, viser det seg at det å kunne snakke med noen som har vært gjennom noe lignede kan være svært nyttig. Leger og andre fagfolk gir gode råd om selve behandlingen, men en likeperson kan gi råd om hvordan man kan få tilbake hverdagen. Kanskje ikke alltid slik den var før, men med ulike virkemidler kan dette bli mindre utfordrende enn man fryktet.

Til en likeperson kan du prate om din situasjon uten at du trenger å forklare deg eller unnskylde deg. Våre landsforeninger har utdannet mange likepersoner. Ta kontakt med disse så kan de gi deg råd og bistand (oversikt annet sted i Grenseløst).

Hvilke rettigheter har man!

Etter hvert som man har kommet i gang med behandling og rehabilitering møter man av og til nye utfordringer. Kanskje må boligen bygges om, kanskje klarer ikke familien selv å bidra, hvilke tjenester kan familien da få hjelp til, hvilke hjelpemidler kan være til hjelp og nytte og hvordan skal vi skaffe disse. Mange og vanskelige spørsmål som man aldri har hatt anledning til å forberede seg på.

Tekst: Torleif Støylen

Ta gjerne kontakt med våre rettighetshjelpere!

Bilsaker, NAV og Husbanken
Arve Kristoffersen
Tel.: 481 27 001
Epost: arv-kr@online.no

Brukerstyrt personlig assistanse (BPA) og kommunale tjenester
Inger Kvennodd
Tel.: 915 97 021
Epost: v-kvenno@online.no

Rettigheter og hjelpemidler for barn. Tilpasning for hjemmeboende barn og unge med funksjonsnedsettelser. Husbanken
Merete Bergan
Tel.: 911 01 625
Epost: merete@foreldrehjelpen.com

Skole og spesialundervisning
Gro Børresen Rohde
Tel.: 917 35 963
Epost: borresen.gro.rohde@lf-nett.no

Øvrige henvendelser kan rettes til:
NHF Oslofjord Vest
Tel.: 913 03 738
Epost: nhf.oslofjordvest@nhf.no

Sofakroken

KARISMA

Ordet karisma dukket opp i omtalen av en forfatter av en bok jeg fikk til jul, og som så mange ganger før i livet stoppet jeg opp ved dette ordet. Karisma. Hva er karisma? Det har de prøvd å finne ut av i flere land i verden enn Norge, uten konkret resultat. Det eneste en med sikkerhet vet er at det ikke kan læres. De som har karisma fikk det med seg inn i verden den gangen de ankom den, og det blir der oftest livet ut, men det har hendt en sjelden gang at det blir borte etter sterke opplevelser.

Som så mye annet fører det oss tilbake til gresk, som har så lang oldtids- historie om kunst, kultur, gude-lære og skriftlige samlinger om alt dette. Der finner en ord om karisma som nådegave, hellig gunst, lederegenskaper, og personlig tiltrekning. Vi har i tillegg lagt til ord som overnaturlig, ekstrem sjarme, magnetisk tiltrekning, og evne til å kommunisere på flere plan samtidig. En føler det straks personen som har karisma kommer inn i rommet.

Vi forveksler det aldri med kjendiseri – f.eks. hylende ungdom, foran en scene hvor idolet deres står og synger og spiller gitar. Det er ikke det vi snakker om.

De fleste av oss godt voksne har gjennom livet møtt noen som har denne karismaen. Jeg husker godt mitt første møte med en av dem. Alt jeg vet om henne, også i dag, var at hun het frøken Aannerød. Hun hadde nok et fornavn også, men det kjenner jeg ikke. Hun fortryllet små rosa jenter i 9 til 11 års alderen bare hun viste seg smilende og strålende i den blomstrete kjolen sin. Hun var brukt som underholder for barn, og ble hun bedt om å besøke ett eller annet barnelag så kom hun uansett hvor «laget» hadde tilhørighet. Frøken? – kanskje var hun en «skole-frøken», det var jo en yrkestittel den gangen, eller bare hadde sivilstatusen ugift. Hun er så ung, tenkte jeg - ikke så ung som mamma, bare på en annen måte. Hun slang seg ned ved pianoet straks og sang, og melodien kan jeg av og til høre unger synge i dag også, men med en annen tekst. Den teksten jeg hører nå er slik:

«En ekte Lofot-torsk jeg er, og jeg er født i Henningsvær» , didderallala, didderi, didderu, diddera.»

Men frøken Aannerød hadde en annen tekst:

«En riktig deilig Juni-dag - det skulle være dyre-lag»,
- didderallala, didderallala, didderi, didderu, diddera.»

«Og første mann som troppet opp - var hanen med sin røde topp,
- didderallala, didderallala, didderi didderu diddera.»

Og mange flere vers.

Flere ti-år senere falt det seg slik at en gjeng «gamle jenter» fra området her vi bor, etter en dugnad til inntekt for det vi drev med da, tok en kopp kaffe sammen før vi dro hjem. Det var da jeg kom til å si at jeg hadde vært så ekstremt betatt av frøken Aannerød da jeg var 9 år. Alle sammen i munnen på hverandre: *«Ja, frøken Aannerød dere! husker dere også henne! Hun var vel fin!». «Jeg prøvde å ta på kjolen hennes, jeg»* sa Grete, og de hadde et minne alle sammen om frøken Aannerød. Hun hadde avgjort karisma. Anne måtte gå først den kvelden, og hun småsprang og småsang bortover stien:

«Og så var dette bryllup slutt, og gjøken kysset ømt sin brud»,
- didderallala, didderallala….» Hun stoppet et øyeblikk og ropte til oss»:

«Hørte dere det? Brudgommen var en gjøk, litt av en brudgom det om en skal tro ryktene», og vekk var hun.

Fornavnet? spurte noen. Det får vi aldri vite tenkte jeg, og det stemmer, jeg vet det ikke i dag heller – hun er bare frøken Aannerød fortsatt.

Vi skulle i barneårene, da vi var ca. 13 år, møte en lærer som også som eide dette udefinerbare. En som gjestet skolen vår noen timer i et fag han var utlånt til, slik det var vanlig ved små skoler. Kort fortalt så ble alle «forelska i lærer`n», til tross for at han var en godt voksen mann med voksne barn. Han fylte rommet med ekstrem sjarme, hadde denne utstrålingen, og snakket med flere elever samtidig uten at det ble rot av det. Klinkende klart alt sammen. Og jentene som glodde, det taklet han nok også.

I voksen alder husker vi noen som avgjort hadde karisma. Vi møtte dem kanskje aldri fysisk, men fikk se dem gjennom TV-ruta: Russeren Mickail Gorbatsjov, En museumsdirektør, det var to med samme navn, far og sønn som begge het Ole Henrik Moe, som kåserte, og det spesielle var det faren som representerte. Trollbant publikum både med foredragene og pianospillet.

Men tilbake til innledningen, frøken Aannerød. Kanskje vi en gang får vite hvem hun var, det drives så mye slektsgransking nå for tiden. Didderu, didderi, diddera.

Hilsen gamle A.L.F-jenter i Telemark v/Else.

AMBASSADØR I SKOLEVERKET

Et prosjekt i regi av NHF Oslofjord Vest

Illustrasjonsfoto: colourbox.com

Hva er Ambassadør i skoleverket?
Norges Handikapforbunds prosjekt Ambassadør i skoleverket er et tilbud til skoler og skoleklasser i Telemark Vestfold og Buskerud om å få besøk fra Norges Handikapforbund for å belyse temaet funksjonshemming.
Skolebesøkene retter seg i første rekke mot barne- og ungdomstrinnet, men kan også tilpasses den videregående skolen.

Hvorfor driver vi ambassadørvirksomhet?
Ambassadørvirksomheten er et ledd i NHFs holdningsskapende arbeid for et samfunn hvor funksjonshemmede kan delta på lik linje med alle andre, og mot diskriminering av funksjonshemmede. Gjennom skolebesøkene vil vi synliggjøre de hindringene funksjonshemmede møter til daglig og samtidig vise at man lever rike og spennende liv også om man har en funksjonsnedsettelse. En viktig målsetting med besøket er å bevisstgjøre elevene om at samfunnet blir tilgjengelig for alle gjennom tilrettelegging og universell utforming.

Hva skjer på et skolebesøk?
I forkant av et skolebesøk kommer en eller flere representanter fra NHF til skolen for å presentere opplegget.

Før skolebesøket kan skolen få tilsendt et kartleggingsskjema som elevene kan bruke til å kartlegge tilgjengeligheten på skolen og /eller i området rundt skolen.

Kartleggingen vil kunne være en del av grunnlaget for dialogen med elevene om hvordan det er og være funksjonshemmet i dagens samfunn.

Skolebesøkene er vanligvis tre delt:

1. En samtale med elevene /klassen, der man snakker om funksjonshemming og funksjonshemmedes situasjon.
2. En rullestolløype hvor elevene får prøve vanlige hindringer som en rullestolbruker møter.
3. Et aktivitetsopplegg med eksempel rullestoldans, rugby, volleyball eller liknede aktiviteter.

Opplegget er fleksibelt og kan tilpasses ressursene på hver enkelt skole. Lengden av besøkene varierer med antall elever og klasser, men et vanlig besøk varer i ca. 4 timer

Ønsker du mer informasjon?
Ta kontakt med Norges Handikapforbund Oslofjord Vest (Telemark, Vestfold, Buskerud)
Telefon: 91 30 37 38, Epost: anna-lisbeth@nhf.no

Norges Handikapforbund
Oslofjord Vest

Oversikt regionstyret, lokallag og landsforeninger

Regionstyret 2017 – 2019

Leder:
Gunvor Hegni
Tel: 35 05 22 95 / 90 95 22 95
ghegni@online.no

Nestleder:
Stein Wilmann
Tel.: 90 62 85 04
stein.gorgonvaktmester.net

Styremedlemmer:
Atle Haglund
Tel.: 93 05 42 44
atle@atlesiden.no

Åse Synnøve Jakobsen
Tel.: 90 63 10 46
asesynjakobsen@hotmail.com

Birgitte Holmsen
Tel: 98 84 22 21
bibbi@holmsen.no

Varamedlem:
Inger Kvennodd
Tel.: 91 59 70 21
v-kvenno@online.no

Vibecke Selliken
Tel.: 98 82 27 76
vibeckesel@msn.com

Leder for ambassadørene
Inger Kvennodd
Tel.: 91 59 70 21
v-kvenno@online.no

Regionskontoret

Regionkontorleder:
Anna-Lisbeth Mikalsen
Tel.: 91 30 37 38
anna-lisbeth@nhf.no

NHFU Oslofjord Vest

Leder: Eva Henriksen
nhfuoslofjordvest@gmail.com

NHF Nesten Voksen

Leder: Birgitte Holmsen
birgitteh@nhf.no

Lokallag

NHF Drammen og omegn
Kontakt regionskontoret

NHF Gol
Marie Hoftun Treverket
Tel.: 41 42 21 34
mtreverk@online.no

NHF Grenland
Anne Iversen,
Tel.: 99 42 93 22
nhf.grenland@nhfoslofjordvest.no

NHF Holmestrand
John Arild Svensen
Tel.: 47 26 87 50
johnsvensen14@gmail.com

NHF Hovet
Magda Lerberg
Tel.: 95 21 26 44

NHF Hurum
Kassiani Zissis Eriksen
Tel.: 32 79 46 15
kassianizissis@gmail.com

NHF Kongsberg
Anne Marie Vike
Tlf: 48 36 20 61
vike.am@hotmail.com

NHF Nome
Kari Dahl
Tel.: 97 16 37 88
karigdah@online.no

NHF Nore og Uvdal
Inga Haugen
Tel.: 98 61 29 89
ingakravik@gmail.com

NHF Ringerike
John Åge Corneliussen
Tel.: 46 13 30 19
john.age.corneliussen@gmail.com

NHF Røyken
Lisbeth Larsen
Tel.: 91 31 66 86
lisbetl2@online.no

NHF Søndre Vestfold
Gro Børresen Rohde
Tel.: 48 39 44 16
nhf.sondre.vestfold@nhfoslofjordvest.no

NHF Vestfossen
Jan Ronald Skogsrud
Tel.: 92 61 37 94
jaskogs@online.no

NHF Vest Telemark
Gunvor Hegni
Tel: 35 05 22 95 / 90 95 22 95
ghegni@online.no

Arbeidsmiljøskaddes Landsforening:

ALF Buskerud
Jan Arne Dammen
Tel.: 90 59 31 53
arnedam@online.no

Handikappede Barns Foreldreforening:

HBF Buskerud og Vestfold
Ulrika Kirudd Letmolie
Tel.: 98 69 34 33
ulrika.kirudd.letmolie@hbf.no

HBF Notodden
Tone Margit Ø Steinhaug
Tel.: 90 63 01 17
ton-stei@online.no

AMC

Kontaktperson: Berit Evensen
Tel.: 35 51 01 30 / 92 02 63 17
beritev@online.no

Landsforeningen for Ryggmargsskadde:

LARS Oslofjord Vest
Leif Helge Svae
Tlf.: 917 56746
leif.svae@lars.no.

Landsforeningen for Amputerte:

LFA Oslofjord Vest
Leif Larsen
Tlf.: 48 28 49 01
le-l2@online.no

Landsforeningen for Nakkeskadde:

LFN Telemark
Hanne Kristin Tuvnes
Tel.: 94 17 60 30
hetuvnes@sf-nett.no

LFN Buskerud
Kontaktperson: Vidar Holst
Tel.: 95 87 45 97
vidhols@online.no

Landsforeningen for Polioskadde:

LFPS Buskerud
Wera Fjeld
Tlf: 41 51 88 48
wera.fjeld@ebnett.no

LFPS Telemark
Jan Ivar Hennum
Tel.: 41 33 88 48
jan-henn@sf-nett.no

LFPS Vestfold
Torunn Jacobsen
Tel.: 91 19 34 61
toru-jac@online.no

Landsforeningen For Slagrammede:

LFS Buskerud
Kontakt regionskontoret

LFS Telemark
Tron Tofsland
Tlf.: 45 63 21 02
ttofslan@online.no

LFS Vestfold
Arne Mjåland
Tel.: 90 19 83 05
firehjuling@gmail.com

Landsforeningen for kvinner med Bekkeløsningsplager:

LKB Buskerud
Astrid Torgersen Lunestad
Tel.: 41 10 65 56
astrid@lunestad.com

LKB Telemark
Inga Lill Gabrielsen
Tlf.: 92 65 30 11
telemark@lkb.no

LKB Vestfold
Sol-Hege Nathalie Kotte
Tel.: 41 23 29 33
vestfold@lkb.no

ANDEBU

Vidaråsen Landsby

Kontortid: 9-13
Tlf. 33 44 41 00 Fax. 33 44 41 01
office@vidaraasen.no • www.vidaraasen.no

HOLMESTRAND

TEB TRANS A/S Holmestrand

Klavenes Gård & Gartneri AS
Bruserudveien 165
3083 Holmestrand
Tlf. 33 06 11 90

LKC BOLIG AS
Bentsrudveien 14, 3083 Holmestrand
Tlf: 951 83 000 • www.lkc.no

godt og hjemmelaget

HORTEN

MENY
BORREVEIEN
Tlf. 33 08 49 00
ÅPNINGSTIDER 08-22 | LØRDAG 0800-2100
Følg oss på facebook: @MenyBorreveien

HORTEN

Astrids Naturterapi
Mellom Keisemark 12, 3183 Horten
Tlf.: 915 31 014

LARVIK

SPAR – du kjenner oss

KANDA

LARVIK GRANITE AS
Storgata 128
3262 Larvik
Tlf. 33 13 82 00
www.larvik-granite.no

iVekst

Vimax
Vimax Sprosser
Granveien 8, 3268 Larvik

SANDEFJORD

Bygg og Maskin as
ENTREPRENØRFORRETNING
Nordre Kullerød 8, 3241 Sandefjord
www.byggogmaskin.no

master regnskap as
Tlf. 33 48 03 20
Nygårdsveien 84
3221 Sandefjord
www.masterregnskap.no

Rasmussen & Skjelbred a.s
MESTERHUS – det blir som avtalt
tlf. 90 99 64 32

MALER FIRMA
BJØRVIK & HAUGEN AS
Nordre Kullerød 17C, 3241 Sandefjord
mesterfarge Tlf. 33 47 91 10

TØNSBERG

MURMESTER
DAG ARNE NILSEN AS
Tel: 33 36 91 69 - www.dagarnenilsen.no

Norges Handikapforbund
Oslofjord Vest

L F P S

Informasjon fra Landsforeningen for Polioskadde
- Vi har lokallag i Vestfold, Buskerud og Telemark.

LFPS Buskerud

LFPS Buskerud minner om årsmøte den 27. mars.

Det ble annonsert i forrige Grenseløst. Påmelding på grunn av bevertningen innen 18. mars. Vårt jubileum blir feiret på Sundvollen Hotell 28.-30.juni.

Hvis du ønsker å feire sammen med oss kan du melde deg på til Anne-Lise Bekkevold, tlf. 480 96 818 eller til Wera Fjeld, tlf. 415 18 848 **innen 10. mai.** Påmeldingen er bindende, og prisen pr. person er kr. 1200.-.

LFPS.NO

Bassengtrening i Tønsberg svømmehall

Mandag 17. desember var det slutt med bassengtrening i Tønsberg svømmehall for LFPS' sine medlemmer. Det er veldig beklagelig at dette gode tilbudet nå er avsluttet, men Friske Tønsberg som har hatt ansvaret for tilbudet, måtte si stopp. De fikk ikke tak i ny instruktør etter hun som nå skulle ut i svangerskapspermisjon. I tillegg til det, var gruppen dyr å drifte. Det gikk dessverre ikke «rundt», fortalte de oss.

LFPS Vestfold fikk i gang tilbud om trening i varmtvannsbasseng med Friske Tønsbergs fysioterapeuter som instruktører i 1994 og siden det har vi hatt tilbudet til våre medlemmer hver mandag fra kl. 14.45.

Men LFPS Vestfold har fortsatt tilbud om trening i varmtvannsbasseng på Kysta og på Sjølyst, Nøtterøy, hver onsdag fra kl. 16.00 til kl. 1700. Vil du være med så møt opp der. Trening i varmt vann er den beste form for trening for oss med polio senskader.

Årsmøte LFPS Vestfold

Vi minner om at årsmøte i LFPS Vestfold holdes torsdag 14. mars på Torp Hotel (tidligere Sandefjord Motor hotel), Fokserød. Vi starter kl. 1700 med servering av to retters middag.

Etter middagen blir det vanlig årsmøtesaker. Vennligst meld deg på til Torunn Jacobsen innen 7. mars enten på telefon 911 93 461 eller epost toru-jac@online.no.

Varsel om årsmøtet er sendt til alle medlemmene. Årsmøtepapirer vil bli utdelt på årsmøtet, men kan også sendes på e-post før møtet hvis det er ønskelig.

Ta gjerne med en gevinst for det blir utlodning Du er hjertelig velkommen.

Invitasjon Likepersonkonferanse for LFPS Buskerud, Telemark og Vestfold.

Tema:
Pust og pusteproblemer ved senskader etter polio

Vi har gleden av å invitere alle medlemmer og andre interesserte til konferanse på Torp Hotel (tidligere Sandefjord Motor Hotel), Fokserød, fredag 10. mai kl. 10.00

Foredragsholder er Ove Fondenes, senterleder ved Nasjonal kompetansetjeneste for hjemmerespirator, Haukeland universitetssykehus. Han har med seg både sykepleier og fysioterapeut. Fondenes vil prate om pusteproblemer/pustesvikt, hvordan det arter seg, og hva en kan gjøre. Spesialsykepleieren vil vise masker og forklare hvordan de fungerer, og fysioterapeuten vil snakke om sekretmobilisering.

Våre foredragsholdere kommer med fly fra Bergen kl. 08.30 og skal fly hjem igjen kl. 15.50, derfor må vi starte denne konferansedagen tidligere enn vi pleier.

Til tross for en tidlig start på konferansen, håper vi mange setter av denne dagen. Rekker du ikke fram til start kl. 10 00, så kom når du kan. Selv om du ikke tror du har behov for pustehjelp, bør du komme på konferansen og høre hva fagpersonene har å fortelle.

Kjenner du noen som ikke er medlem av poliolagene, prøv å få dem med til konferansen. Din partner er også hjertelig velkommen.

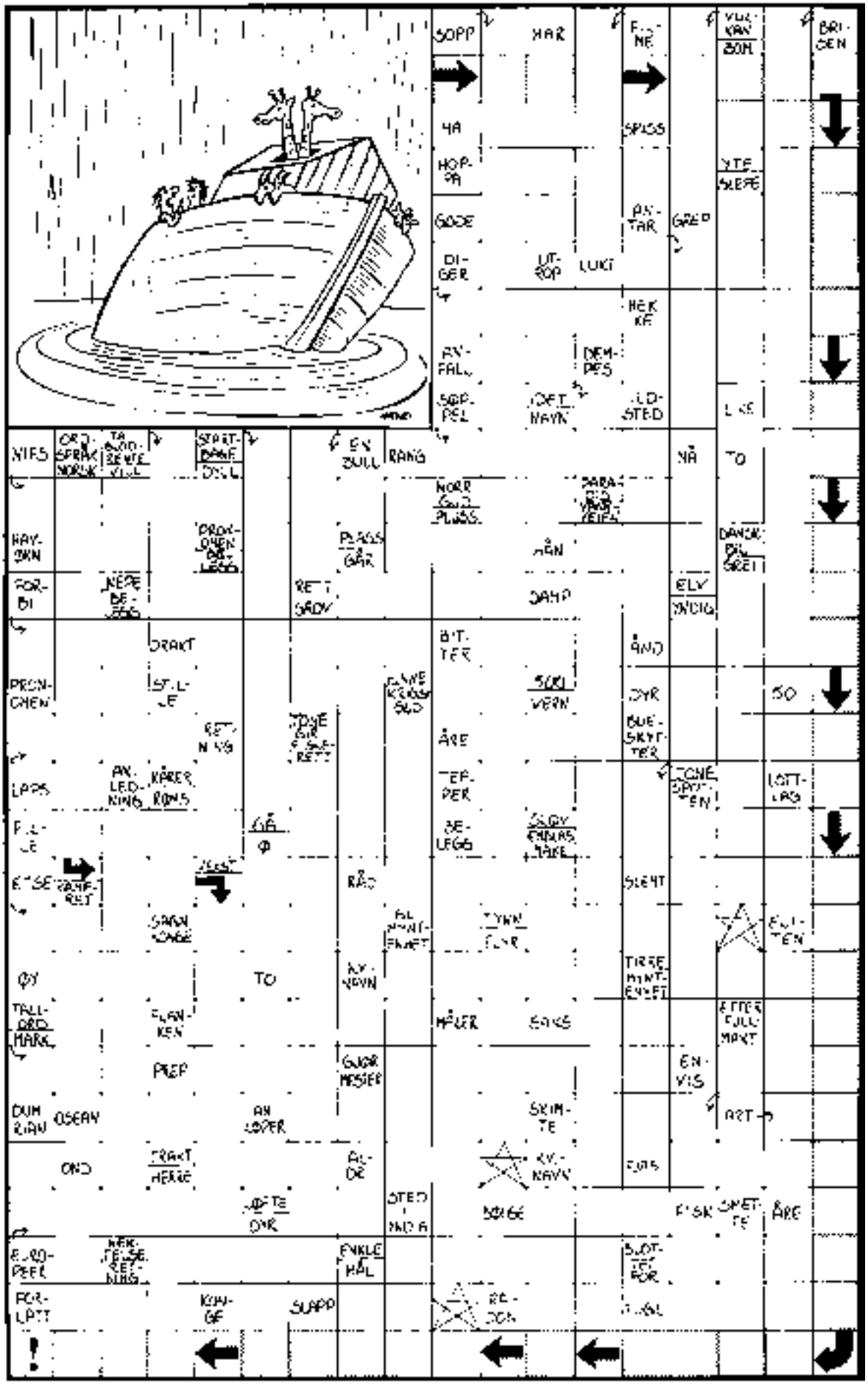
Egenandel for konferansen er kr 100,–
som inkluderer lunsj.

Påmelding innen 3. mai til leder i ditt lokallag.

LFPS.NO

Kryssord

Se løsning på side 42



Lokallagskalender 2019

- Vår aktivitetskalender er også på nett http://aktivitetskalender.nhfoslofjordvest.no/

FEBRUAR

07 LFPS lagene i regionen
- Møte på regionkontoret

11 NHF Vestfossen - Medlemsmøte

11 ALF Buskerud - Årsmøte

21 NHF Grenland - Årsmøte

26 NHF Gol - Årsmøte

MARS

04 NHF Vestfossen - Årsmøte

06 NHF Vest Telemark - Årsmøte

09 Vinteraktivitetsdag i Skien Fritidspark for alle som vil.

11 SAFO TVB - Styremøte

12 Regionstyremøte NHF Oslofjord Vest

13 NHF Søndre Vestfold - Årsmøte

13 NHF Holmestrand - Årsmøte

14 LFPS Vestfold - Årsmøte

26 LKB Telemark - Årsmøte

26 NHF Gol - Medlemsmøte

27 LFPS Buskerud - Årsmøte

29-30 LFPS Telemark - Årsmøte

APRIL

23 NHF Gol - Medlemsmøte

25 NHF Grenland - Medlemsmøte

26 Regionstyremøte NHF Oslofjord Vest

27.-28. Regionårsmøte NHF Oslofjord Vest

MAI

03 SAFO TVB - Styremøte & årsmøte

10 LFPS Vestfold, Buskerud og Telemark: Konferanse

10-12 NHF Gol - Sommertur

14 NHF Grenland - Medlemsmøte

24.-25. SAFO Sørøstsamarbeidets vårkonferanse

JUNI

03 SAFO TVB - Styremøte

13 LFPS vestfold - Lunsj i Brekkeparken

14.-16. NHF Landsmøtet 2019

22 NHF Grenland - Sommeravslutning

28.-30. LFPS Buskerud 30 årsjubileum

Faste aktiviteter:

ALF Buskerud
Turgruppe onsdager fra Kilen ved Steinberg kl. 0945

ALF Buskerud
Kafètreff på Solbergsenteret hver onsdag kl. 1200

NHF Kongsberg
Bading hver mandag på Skinnarberga mellom kl. 1130 – 1300

LFS Telemark
Pårørendetreff. Andre mandag hver måned. Kontakt LFS Telemark

LFS Vestfold
Medlemssamling onsdager. Vi spiller Shuffelboard. Hver tirsdag er det treningsgruppe kl. 11.00 – 13.00 for slagrammede i Sandefjord, ledet av fysioterapeut.

LFPS Vestfold
Hver onsdag fra kl. 1600 – 1700 (varmtvannstrening) på Kysthospitalet i Stavern.

LFPS Vestfold
Hver onsdag fra kl. 1600 – 1700 (varmtvannstrening) på Sjølyst, Nøtterøy.

HBF Notodden
El-bandy hver tirsdag fra kl. 16.30 – 18.00. Kontakt lokallaget om dere vil være med.

LKB Telemark
Badedag torsdager kl. 2000 – 2130 på Stridsklev.

NHF Søndre Vestfold
El innebandy og ledsagerstyrt el innebandy i Bugårdshallen tirsdager fra kl. 17.00 Kontakt lokallaget for mer informasjon.

NHF Nome
Trening i oppvarma basseng torsdager fra kl. 15.00 – 16.00

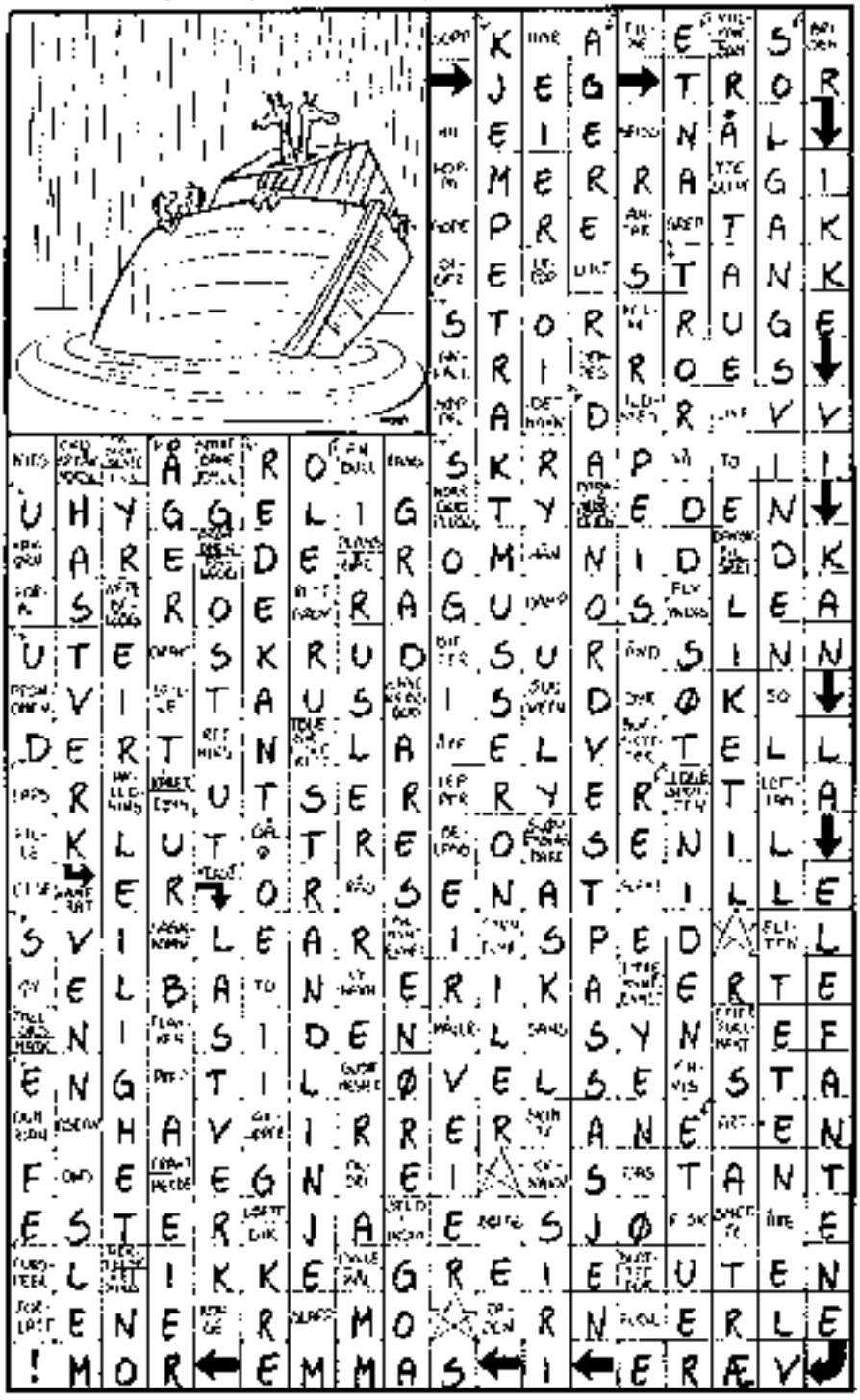
Sudoku

Se løsning på side 42

						4	5	3
		2	9					
				3				1
	9					7		
	1		5					4
					8		2	
					3		6	8
	2			6	4	3		
		1			5			

Løsning kryssord og sudoku

Løsning kryssord fra side 40



Løsning sudoku fra side 41

1	6	9	8	2	7	4	5	3
3	4	2	9	5	1	6	8	7
5	8	7	4	3	6	2	9	1
8	9	5	3	4	2	7	1	6
2	1	6	5	7	9	8	3	4
4	7	3	6	1	8	5	2	9
7	5	4	2	9	3	1	6	8
9	2	8	1	6	4	3	7	5
6	3	1	7	8	5	9	4	2

Norges Handikapforbund
Oslofjord Vest

VI ØNSKER NYE MEDLEMMER – FUNKSJONSHEMMEDE, PÅRØRENDE ELLER VENNER!

Som medlem av Norges Handikapforbund (NHF) og våre landsforeninger har du tilgang på en rekke medlemsfordeler som kommer deg til gode. Spør oss om vår individuelle veiledningstjeneste eller våre medlemsrabatter på mobiltjenester, fasttelefoni, Internett ADSL, drivstoff, forsikring m.m. Gi gjerne denne kupongen til en i familien eller en venn, som du mener vil ha glede og nytte av å stå som medlem i Norges Handikapforbund.

Innmelding i Norges Handikapforbund

Medlemstype (velg én)

- ☐ Hovedmedlemskap kr 350,-
- ☐ Husstandsmedlemskap kr 175,-*
- ☐ Juniormedlemskap kr 75,-*
- ☐ Sidemedlemskap kr 40,-

* For husstands- og juniormedlemskap forutsettes et hovedmedlem i husstanden. Medlemsnummer til hovedmedlem: _____

Det gis 50 % studentmoderasjon på hoved- og husstandsmedlemskap. Det kan ikke tegnes æres-medlemskap, eller andre former for medlemskap som ikke betales av det enkelte medlem.

- ☐ Jeg ønsker ikke medlemskap i NHFU (gjelder de under 30 år)
- ☐ Mitt medlemskap gjelder følgende lands-forening av NHF _____

_____

Navn: _____

Adresse: _____

Postnummer: _____ Poststed: _____

E-post: _____

Telefon/mobil: _____

Fødselsdato og år: _____

Kategori:

☐ Funksjonshemmet ☐ Pårørende ☐ Interessemedlem

Sted/dato: _____

Underskrift: _____

Når jeg melder meg inn i Norges Handikapforbund (NHF) samtykker jeg i å motta informasjon fra organisasjonen gjennom alle kanaler. Innmeldingsopplysninger behandles sensitivt og etter Datatilsynets retningslinjer. Medlemskapet følger kalenderåret fra 1.1 til 31.12 samme år.

Adressaten betaler for sending i Norge

Distribueres av Posten Norge

Norges Handikapforbund

Norges Handikapforbund
Svarsending 0047
0090 Oslo

Returadresse:
Norges
Handikapforbund
Oslofjord Vest
Skogergaten 1
312 Tønsberg

KLIMANØYTRAL DISTRIBUSJON
Levert av Posten

NORGE P. P.
posten

Husk belte – også i bussen.

Det er påbudt å bruke belte når det er montert.
Om du glemmer det, kan det koste deg 1 500 kroner.

It is compulsory to fasten the seat belt when seated.
Forgetting to obey this rule could cost you 1 500 kroner in fines.

vegvesen.no/beltebuss

Statens vegvesen