



Arve H. Nordahl

Leder NHF Trøndelag



TRØNDERNYTT

Leder



Arve H. Nordahl
ahara@online.no

Nestleder



Frode Hermansen
kakkas@online.no



Steinar Mikalsen
steinar.mikalsen@ntebb.no



Birgith Berg
birgith.berg@gmail.com



Laila Bakke
laila1bakke@gmail.com



Anita Bråten
stanita@online.no



Kirsti Stenersen
kirstistenersen@hotmail.com

Varamedlemmer:



Øystein Forr
o_forr@hotmail.com



Brynjulf Flasnes
brynjulf.flasnes@
naroy.kommune.no



Gunnbjørg Lambertsen
ol-mla@online.no

Ansatte:



Regionkontorleder
Ragnhild Urdshals Høyem
ragnhild.hoeyem@nhf.no



Seniorkonsulent
Kristian Lian
kristian.lian@nhf.no

Igjen skriver vi februar, og nå med 2015 bak – utrolig hvordan denne tiden flyr avgårde

Håper at alle ansatte og medlemmer fikk feiret et godt nytt år, slik at batteriene er ladet for igjen å brette opp armene for å bidra til godt organisasjonsarbeid 2015.

Felles for alle lag og organisasjoner, denne tiden av året er at vi alle skal avholde medlems-års og landsmøter innen mars/april. Mange av oss vil i den forbindelse få en eller flere telefoner fra valgkomiteene rundt om. De gjør en viktig og flott jobb – så oppfordringen får bli at de som føler for det sier ja til valgkomiteen. På den politiske arena er det uten tvil diskusjonen om ny uføretrygd som skaper usikkerhet for mange. Utfra mange tilbakemeldinger er det tydelig at den nye uføretrygd-ordningen gir uheldige konsekvenser for mange, da enkelte rett og slett får mindre og rutte med enn tidligere. For de som har minst fra før er dette dramatisk – og det kan se ut som om dette, kommer som en stor overraskelse for de som har bidratt til denne nye ordningen. Derfor må alle som blir berørt at denne nye ordningen gi tilbakemeldinger til NAV eller NHF – slik at man får dannet seg et riktig bilde av hvordan situasjonen virkelig er.

Når det gjelder vår egen organisasjon NHF, vil jeg bare få oppfordre alle medlemmer til å gå inn på NHF's nye hjemmeside – en side som jeg personlig synes er blitt meget bra. Her vil Dere kunne lese

om det som skjer innen organisasjonen – bla. Norsk Tipping sitt nye spill Nabolaget, som gir av sitt overskudd til bla. NHF – Brukerstyrt Personlig Assistanse BPA, som ble gjeldende fra og med første januar 2015 og de siste endringene av tilgjengelighetskravene i byggforskriften TEK 10.

NHF Trøndelag, hadde allerede i februar sitt første regionstyre møte – og neste avholdes tidlig i mars. Aktiviteten er som vanlig stor, og Ragnhild og Kristian styrer som vanlig flott på kontoret. Brenner dere inne med forslag til Regionstyret – gi oss gjerne forslag til saker som Dere ønsker at vi skal jobbe videre med. NHF Trøndelag avholder sitt årsmøte 25. og 26. april.

Også her på Vikna, fikk vi oppleve uværet Ole og dennes lillebrødre. Kan ikke si at jeg liker slikt uvær noe mere enn sånn passe – men ikke noe ble ødelagt, så da så.

I januar/februar var jeg på rehabilitering hos Rehab Høylandet – og det er bare og si det med en gang, fantastisk! Så bra at vi i Norge har slikt tilbud.

I april er det nok en gang klart for ny rygg operasjon – noe som rett og slett bare er helt nødvendig. Da helsen har vært uvenn med meg i lang tid nå. Denne operasjonen gjør og at jeg dessverre har måttet si nei til gjenvalg som regionleder. Synd men sant

Ikke ødelegg hjelpemiddel- formidlingen

Norges Handikapforbund Trøndelag frykter for at fremtidens tilgang til riktige hjelpemidler står i fare.

Ekspertutvalget for ny kommune- struktur mener bl.a. at ansvaret for tekniske hjelpemidler kan overføres til kommunene. Da dette spørsmålet var på høring i 2010 møtte det stor motstand fra både organisasjoner, fagmiljøer og kommuner. Tilgangen til riktige hjelpemidler blir i så fall avhengig av kommunens økonomi og hvilken kommune du bor i. Dette vil gi et uforutsigbart tilbud med store konsekvenser for funksjonshemmedes muligheter til å leve et selvstendig liv og delta i samfunnet.

NHF Trøndelag mener hjelpemidler fortsatt må ligge til folketrygdloven, knyttet til et nasjonalt formidlingssystem og med statlig finansiering. Dette er i tråd med politiske mål om et likeverdig tilbud - uavhengig av alder, bosted og økonomi. Dagens ordning sikrer hjelpemidler på alle livsområder, både i hjem, arbeid, skole og fritid. Lik finansiering av hjelpemidler sikres best gjennom

folketrygden med statlig finansiering. Det må være behovet som avgjør tilgangen til hjelpemidler og ikke den enkelte kommune sin økonomi og kompetanse.

Hjelpemiddelsentralene i fylkene har spesialkompetanse på hjelpemiddelformidling. Sentralen er svært viktig for at kommunene kan utføre sine oppgaver innen rehabilitering og hjelpemiddelformidling. Denne kompetanse kan ikke deles opp og overføres til kommunene, dersom man fortsatt ønsker å ha et godt formidlingssystem med spesialkompetanse framover.

I diskusjonen om kommunenes oppgaver oppfordrer vi alle politikere og andre til å støtte NHF Trøndelags syn, slik at hjelpemidler forblir i folketrygden, som en individuell rett og med statlig finansiering. Dette er en god ordning for både kommuner og for innbyggere som trenger hjelpemidler. Dagens hjelpemiddelformidling må bestå og videreutvikles gjennom et samarbeid mellom NAV sentralt, hjelpemiddelsentralene, kommuner og funksjonshemmedes organisasjoner.



TrønderNytt

Nr. 1-2015

Ansvarlig redaktør:

Annonsesalg:

Sats: Ola Tom Evje

NHF Trøndelag

Kvenildmyra 4, 7072 Heimdal

Tlf. 72 900 720

Opplag: 2000

Arve H. Nordahl

Bell Media AS

Trykk: HG Media AS

e-post: nhf.troendelag@nhf.no



Ambisjonene overgår funksjonshemmingen

Mohamad Awad Al-Arabi (35) fra Gaza vant nylig en høythengende pris for sitt enestående arbeid for funksjonshemmede kvinner og barn, og for utviklingen av solcelledrevne rullestoler. Men utreisetillatelse for å motta prisen, fikk han ikke.

Den 35-årige palestineren Mohamad Awad Al-Arabi, utfører ikke bare prisbelønnet nyskapende arbeid. Han er også ansatt i en offentlig palestinsk organisasjon, er styreleder for den største og mest velfungerende idrettsforeningen i Gaza, Al-Salam Sports Club og er midt i et universitetsstudium. Det er imidlertid engasjementet hans i Al-Salam Sports Club, en forening med utøvere innenfor sju idrettsgrener som deltar i flere nasjonale og internasjonale konkurranser, som danner rammen rundt intervjuet vi nå skal fortelle om. Intervjuet ble utført av NHFs og Diakonias palestinske ansatte Haneen Al-Sammak på arabisk og oversendt NHF i en engelsk tekstversjon, som her er oversatt og bearbeidet av NHFs kommunikasjonsrådgiver Karen Kvam.

Viktig rettighetsarbeid

- Vi ser at det betyr mye for mange funksjonshemmede å bryte en isolert tilværelse, komme seg ut av huset og treffe andre, forteller Mohamad Awad Al-Arabi. - Og vi tilbyr ikke bare sportslige aktiviteter. Det viktigste arbeidet vårt, dreier seg om å bevisstgjøre funksjonshemmede om hvilke rettigheter de har sosialt og kulturelt, slik at de kan kjempe for å få rettighetene innfridd, sier han.

Forholdene for funksjonshemmede i Gaza er særs vanskelige. Konfliktsituasjonen de siste sju årene har skapt et stort antall funksjonshemmede, og skole- og helsetilbudet er alvorlig svekket. Arbeidet som drives av frivillige organisasjoner er derfor helt avgjørende for den palestinske befolkningen i Gaza. Dette er grunnen til at NHF, gjennom et lokalt samarbeid



Prisvinner Mohamad Awad Al-Arabi

med svenske Diakonia, gir støtte blant annet til de aktivitetene som Al-Arabi driver. Det av prosjektene hans som NHF støtter, har som mål å inkludere kvinner i idretten. Dette arbeidet har ikke bare stor betydning for kvinnenens situasjon, men er også viktig for å bedre situasjonen for funksjonshemmede barn og unge.

Inkludering av barn og unge gjennom opplæring av kvinner

Gjennom dette prosjektet, som er det første av sitt slag i Gaza, får 25 kvinner trenerutdanning og 25 kvinnelige trenere og lærere opplæring i å forholde seg til funksjonshemmede barn og unge. Erfaringene skal de i ettertid bruke til å mobilisere og lære opp enda flere kvinner, slik at rekkevidden blir stor og ringvirkningene varige. I tilknytning til dette arbeidet, har Mohamad Awad Al-Arabi utviklet et opplæringshefte. Heftet er en av grunnene til at han ble tildelt den prestisjetunge prisen.

- Jeg fikk ideen til heftet da jeg så hvordan barna ble hindret i å delta i idrettsaktiviteter på grunn av funksjonshemmingene de hadde. Jeg ville hjelpe lærere og trenere med å forholde seg til barna og finne gode treningsopplegg.

Stabil strømtilførsel med solceller

Al-Arabi kunne heller ikke la være å tenke kreativt da han så hvor utsatt rullestolbrukere med elektriske stoler var på grunn av de hyppige strømbudene i Gaza. Han fikk ideen om å bruke solcelleenergi til å drive stolene og kontaktet eksperter på området for å teste ut ideen. Det som begynte som en sped ide, ble satt i produksjon ikke lenge etter. Per nå finnes det 21 solcelledrevne rullestoler i Gaza, og planen er at tallet skal være 100 innen kort tid. - Stolene passer veldig godt her i Gaza, hvor strømmen stadig blir borte, men været alltid er bra, forteller han.

Sendte slektning på prisutdeling

Både rullestolproduksjonen og rettighetsarbeidet for funksjonshemmede barn og unge lå til grunn for at han fikk tildelt den prestisjetunge prisen «The Palestine International Award for Excellence and Creativity», fritt oversatt til den internasjonale palestinske prisen for enestående innsats og kreativitet. Prisen skal fremme innovasjon og utvikling i hele den arabiske verden innenfor ulike kategorier, og et stort antall nominerte kjemper om topplasseringene. Mohamad Awad Al-Arabi vant i kategorien knyttet til funksjonshemming. Prisutdelingen foregikk i Ramallah, med både statsministeren og andre prominente gjester i salen. Al-Arabi måtte imidlertid sende en slektning på Vestbredden for å ta imot prisen på sine vegne. Han fikk ikke utreisestillatelse fra Gaza.

- Jeg er glad for å ha vunnet prisen, men også trist, fordi situasjonen er så vanskelig for funksjonshemmede i Palestina, og spesielt i Gaza, avslutter han.

Hele intervjuet kan sees på youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=m7pGZF9sMvs>.

Det foregår på arabisk og samtalen er dermed ikke så lett å forstå, men hvis du spoler litt fram får du se både klipp fra kvinneprojektet som NHF støtter og de solcelledrevne rullestolene – som virkelig er verdt å se.

Grasrotandelen

Du som spiller hos Norsk Tipping kan velge ett lag eller én forening som skal motta inntil fem prosent av det beløpet du spiller for. I tillegg til flere lokallag er også NHF Trøndelag med.

Du blir ikke belastet noe for å være grasrotgiver og mottakeren får sin andel uavhengig av om du taper eller vinner. Har du for eksempel spilt for 100 kroner på Lotto gir Norsk Tipping fem kroner, som går direkte til den mottakeren du selv har knyttet til deg.

Mange organisasjoner på jakt etter nye inntektskilder. Dette gjelder også NHF Trøndelag.

For å kunne opprettholde vårt interessepolitiske engasjement, drive påvirkning og gi veiledning er vi helt avhengig av at så mange som mulig støtter

opp om vårt arbeid. Bl.a. ved å gi grasrotandelen til NHF Trøndelag.

Vi har i dag 35 spillere som til sammen genererte 18 000,- til oss i 2014. Dette er svært kjærkomne midler.

Vi håper at mange flere av TrønderNytts lesere blir med og støtter arbeidet til NHF Trøndelag med sin grasrotandel. Ta kontakt med tippekommisjonæren din og be om at Grasrotandelen skal tilknyttes Norges Handikapforbund Trøndelag.



E-mail: sandmoen.kro@dialogus.no
www.sandmoenkro.no
Tlf. 72 59 61 80
Sandmoflata 3, 7072 Heimdal

Alle er velkommen til en koselig og sosial atmosfære på Sandmoen Kro.
Alltid et godt tilbud til alle typer arrangement.
Alltid hjemmelaget mat av beste kvalitet.
Velkommen skal dere være. Ta kontakt med oss.

Krovert Ove Hanssen

TRONDOS

Haakon VII's gt.9, 7041 Trondheim

Tlf: 400 01 290

- Støtter NHF Trondheim



SØR TRØNDELAG

FYLKESKOMMUNE

Støtter NHF i deres arbeide

DNV·GL

 STATSBYGG

UNIVERSELL UTFORMING AV OFFENTLIGE BYGG

«Bygg for alle» er Statsbyggs nettsted med informasjon om universell utforming av over 700 av våre offentlige bygg som høyskoler, museer, trafikkstasjoner med mer. Nettstedet kan hjelpe besøkende å velge bygning, se detaljer om de enkelte lokaler og mulige hindringer på veien til besøksmålet.

Statsbygg ønsker å vise samfunnsansvar ved å gjøre våre bygg brukbare for alle!

Prøv selv på www.byggforalle.no

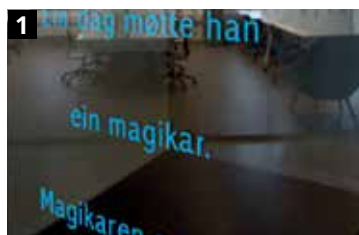


Foto: Trond Isaksen

Bilde 1: Kunstnerisk utsmykning brukt som glasskontrastering, Handelshøyskolen i Bergen. Kunstner: Kurt Johannessen. **Bilde 2 og 3:** Trapp som blir til løfteplattform i Eidsvollbygningen.

Trådløs pedal

Effektpedaler har definert lyden av moderne musikk siden den første ble brukt av Rolling Stones i "I can't get no satisfaction" på 60-tallet, og har senere blitt brukt av artister som Beatles, Jimi Hendrix og Pink Floyd. Det brukes på en rekke forskjellige instrumenter, spesielt gitar, for å endre lyden til instrumentet på forskjellige måter. Kjente effekter er Ekko/Delay (ref. Pink Floyd) og Overdrive/Fuzz (ref. Deep Purple).

Problemet med dagens effektpedaler er at musikeren må trykke effektpedalen av og på med foten, og bøye seg ned til effektpedalens posisjon på gulvet for å gjøre endringer. Dette setter store begrensninger på musikerens kreative frihet og er hemmende for alle musikere, og da spesielt gitarister som sitter i rullestol eller eldre gitarister som ofte sitter i stol og spiller.

Aalberg Audio fra Trondheim består av de tidligere NTNU studentene Rune Aalberg Alstad, Aleksander Torstensen og Torkild Indstøy. De løser dette problemet med å utvikle trådløse og universelt utformede effektpedaler. M.a.o. utvikles det en fjernkontroll til effektpedalene som settes på gitar, belte eller reim. På denne måten kan alle innstillinger til effektpedalene, inkludert av/på, gjøres uten kontakt med effektpedalene på gulvet. Visjonen er å utvikle morgendagens musikkutstyr og skal på sikt utvikle flere trådløse løsninger til musikk og instrumenter.

Det er utviklet en fullt fungerende prototype av denne effektpedalen



Rune Aalberg Alstad, Aleksander Torstensen og Torkild Indstøy

og kontrolleren. Denne har blitt demonstrert på verdens største instrumentmesser i California og Frankfurt, og forhandlere og gitarister uttalte at dette var et av de mest innovative produktene i bransjen. Selskapet og produktet har fått dekning og blitt rangert som "topp utstyr" i både nasjonal og internasjonal presse.



Trådløs kontroll festes på gitaren

Produktet beskrives godt av begrepet: "design for alle". Løsning

gen er nyttig for alle musikere som ønsker mer frihet og løsrivelse fra effektpedalene på gulvet. Funktionshemmede gitarister ønsker å bruke akkurat det samme utstyret som sine idoler, for eksempel Keith Richards i Rolling Stones, når de spiller favorittsangene sine. Med trådløs effektstyring på gitaren, i tillegg til styringen fra gulvet, kan alle bruke det samme utstyret på en selvstendig og likeverdig måte.

NHF Trøndelag søkte sammen med AalbergAudio om Extra midler for utvikling av prosjektet, men fikk ikke tilslag. Vi ønsker likevel prosjektet lykke til og håper at produktet blir å finne i butikkene om ikke lenge.



Gitaristen kan styre lyden fra gitaren og slipper pedaler

Nyttige telefonnumre

NHF Trøndelag	72 900 720
Norges Handikapforbund	24 10 24 00
NAV	55 55 33 33
Hjelpemiddelsentralen Sør-Trøndelag	73 43 84 00
HMS Vakttelefon Sør-Trøndelag	99 51 86 00
Hjelpemiddelsentralen Nord-Trøndelag	74 73 30 30
HMS Vakttelefon Nord-Trøndelag	908 68 453
Pasientombudet Sør-Trøndelag	73 89 78 00
Pasientombudet Nord-Trøndelag	74 11 14 60
Pasientreisekontoret	055 15
NSB assistansetjeneste Trondheim	916 72 895

Gi beskjed ved adresseforandring

Mange av våre medlemmer og lesere flytter på seg i løpet av et år. Posten har gått over til maskinell sortering og da kommer bladene i retur ved den minste feil i adressen.

Derfor er det viktig at du gir oss beskjed ved adresseforandring.

Ta kontakt med regionkontoret på telefon 72 900 720, dersom du har feil i adressen din på bladet eller vet du snart skal flytte.



Skattefrie gaver

NHFs organisasjonsledd kan motta gaver skattefritt opp til 12.000. kr. For at gaver skal få fratrukk på skatten må fødselsnummer eller organisasjonsnummer opplyses. Vi trenger disse opplysningene for innberetning til skattevesenet.

Gaver til NHF Trøndelag kan settes inn på konto nr. 8380 08 06014. Alle gaver mottas med takk og vil bli brukt til vårt interessepolitiske arbeid og styrking av organisasjonen.



HUSEBYBADET

Saupstadringen 13, 7078 Saupstad

Tlf. 952 63 688

www.trondheim.kommune.no/husebybadet

Husbanden

Husbanden kan gi tilskudd til installering av heis i eksisterende boligeiendommer med minst tre etasjer.

Husbanden kan både gi tilskudd til konsulentbistand til prosjektering av heis og kostnadsoverslag for installering av heis, samt tilskudd til installering av heis.

Ved behandling av søknad om tilskudd til prosjektering og installering av heis, legger Husbanden vekt på om heisen tilrettelegges for rullestolbrukere og på antallet leiligheter som vil kunne betjenes av heisen.

Husbanden gir tilskudd til inntil 50 prosent av kostnadene til prosjektering eller installering av heisen.



Klart det er mulig!

- for funksjonshemmet ungdom i Sør-Trøndelag
å ta fagutdanning

Vil du lære et fag trenger ikke din funksjonshemming være noen hindring.
Forholdene kan legges til rette i lærebedriftene ved hjelp av offentlig tilskudd!
Ta kontakt - vi gir nærmere informasjon om mulighetene!

SØR-TRØNDELAG FYLKESKOMMUNE OPPLÆRINGSAVDELINGEN

7004 Trondheim
Tlf. 73 86 60 00

- Kontraktverksted Toyota, garanti og service
- Godkjent Bosch innsprøytningverksted
- Topp moderne karosseri- og lakkverksted

Ørland Bil AS

Fjæraveien, Brekstad • Telefon 72522750
www.orlandbil.no • www.mecacarservice.no



MOTOR-TRADE AS

Din Mercedes-Benz spesialist

Motor-Trade AS, Sundlandsveien 2, 7032 Trondheim, tlf. 73 82 01 00. www.motortrade.no

Kort ventetid for røntgen!

Vi har offentlig kvote på MR, CT, klinisk mammografi, røntgen og BMA.
Vi utfører også ultralyd selvbetalt eller finansiert via helseforsikring.

Bestill din time hos oss. Vi tar deg på alvor!



Kjøpmannsgt. 17 - Tlf. 73 92 45 00 - www.curato.no - trondheim@curato.no



NHO-prosjekt tetter CV-hull

Med prosjektet Ringer i vannet ønkser NHO å styre kontakten mellom atfføringsbedriftene og NHO-bedriftene for å få flere inn i arbeidslivet. Målet for Ringer i Vannet-prosjektet er et arbeidsliv med plass til alle.

- Vi jobber for å få personer som av ulike årsaker har falt ut av arbeidslivet, tilbake til lønnet arbeid, sier Janne Krohn-Hansen, prosjektleder for Ringer i Vannet i NHO Trøndelag.

De NHO-bedriftene i Trøndelag som ønsker å delta i Ringer i Vannet-prosjektet, blir med på prosjektet ved å signere en rekrutteringsavtale. Arbeidskraften hentes fra de 7 atfføringsbedriftene fra regionen, som er medlem av NHO Service.

-Jeg fungerer som en døråpner mellom NHO-bedrifter og atfføringsbedriftene, men det er atfføringsbedriftene som inngår avtaler med de som ønsker å rekruttere via Ringer i Vannet, opplyser Krohn-Hansen.

Alle har noe å bidra med

Felles for atfføringsbedriftene er at de ser etter ressurser og kompetanse som den enkelte kandidat kan bidra med. Her letes det ikke etter feil og mangler. Alle har noe å bidra med, og motivasjon, kompetanse og erfaring er i fokus. Det gjøres mye for å finne gode tilpassede løsninger for personer

med funksjonsnedsettelse for å komme i arbeid. I samarbeid med Nav sees det på løsninger for å kunne benytte de tilskudd og ordninger som er mulig. Dette kan være gradert uføre, kombinert med jobb (lønn) og delvis lønnstilskudd. Vi har også benyttet hjelpemidler som er nødvendige for å kunne utføre jobben.

Ikke veldedighet

- De fleste bedrifter gjør ikke dette av veldedighet. De tenker drift og har behov for arbeidskraft. Samtidig er dette en måte å vise samfunnsansvar på, og få nye medarbeidere på en trygg og forutsigbar måte, påpeker Krohn-Hansen.

For NHO sentralt, er prosjektet en måte å jobbe med delmål 2 i intensjonsavtalen om inkluderende arbeidsliv på. (IA-AVTALEN delmål 2: Hindre frafall og øke sysselsetting av personer med nedsatt funksjonsevne.) Over 100 medlemsbedrifter har så langt sluttet seg til prosjektet. De ønsker å rekruttere nye medarbeidere som i dag står utenfor arbeidslivet. Kandidatene som atfføringsbedriftene får innsøkt fra NAV har både fysiske, psykiske og sosiale utfordringer.

Ekspert på arbeidsinkludering

Hver atfføringsbedrift har plukket ut en såkalt key account manager (KAM), som er ekspert på arbeidsinkludering, og som samarbeider tett med NHO-bedriften som trenger arbeidskraft.



Janne Krohn-Hansen

KAMene kartlegger bedriftenes behov og søker deretter etter personer som kan passe inn. Finner de ikke aktuelle kandidater i egen atfføringsbedrift, kontaktes de øvrige 6 bedriftene i Trøndelag.

- Denne måten å samarbeide på har vært en lang prosess. Tidligere så atfføringsbedriftene på hverandre som konkurrenter. Samarbeidet KAMene imellom har bidratt til en holdningsendring i bransjen. Nå ser de nytteverdien av å samhandle på tvers, påpeker Krohn-Hansen.

Personalkontor på kjøpet

Om lag 90 prosent av NHO-bedriftene er små og mellomstore bedrifter, med færre enn 100 ansatte.

En ansettelsesprosess er tidkrevende og koster penger, men ved å delta i Ringer i Vannet, får bedriftene nærmest et «personalkontor» med på kjøpet. KAMene

er eksperter på arbeidsinkludering og hva som kreves. De jobber med å finne rett person på rett plass til rett tid. Prosjektet gjør det mindre risikofylt for bedriftene å ansette en arbeidstaker som har vært lenge ute av arbeidslivet. KAMene følger både arbeidsgiver og potensiell arbeidstaker tett. Arbeidsgiver kan kontakte KAMene når de måtte ønske,

både før og etter ansettelse. Dette gir en trygghet og en forutsigbarhet for alle parter.

Fast stilling er målet

Kandidaten kan ha en praksisperiode eller hospitering av kortere eller lengre varighet.

-Men målet med Ringer i Vannet er fast stilling, poengterer Krohn-Hansen.

En praksisperiode vil danne grunnlag for å gå videre med opplæring og tilrettelegging for kandidaten.

I løpet av 2013-2014 har ca. 170 personer i begge trøndelagsfylkene fått jobb via denne rekrutteringskanalen og flere av disse har funksjonsnedsettelse.

Arbeids- og sosialminister Robert Eriksson (Frp) sier at en til nå har lykket for dårlig med å få flere funksjonshemmede i arbeid. Han varsler tiltak.

– Vi vil bruke mer penger på direkte tilrettelegging for den enkelte, seier Eriksson til Aftenposten.

Han skal bruke 210 millioner kroner på bedre tilrettelegging.

43 prosent av funksjonshemmede her i landet er i jobb, ifølge tall fra Statistisk sentralbyrå. 85.000 funksjonshemmede står utenfor arbeidslivet, men ønsker seg jobb. 15.000 funksjonshemmede er registrerte som arbeidsledige.

Står du på valg?

14. september 2015 går vi til urnene for å velge nytt fylkesting og kommunestyre. Det er mange saker som er viktige for medlemmene i NHF og SAFO. Dette er bl.a. transport, universell utforming av skoler og offentlige bygg, boligpolitikk, BPA osv.

Mange av organisasjonens medlemmer er politisk aktiv og stiller til valg i sin kommune eller fylke. Vi registrerer at våre medlemmer som er folkevalgte, uavhengig av parti, har fokus på likeverd og våre saker. I neste nummer av TrønderNytt ønsker vi å presentere medlemmer som er på valg til nye kommunestyre og fylkesting.

Dersom DU stiller på valg i 2015, ber vi deg gi oss beskjed slik at vi kan presentere deg i TrønderNytt. Send gjerne med et bilde og fortell oss hvilket parti og hvor du er på valg.

Fortell oss også noe om saker som opptar deg.



10 tips for bedre tilgjenge

1 Lytt til erfarne folk

Ta kontakt med det kommunale rådet for likestilling av funksjonshemmede eller brukerorganisasjoner både for å få innspill og for å kvalitetssikre planer.

2 Lag gode skilt og gi tilstrekkelig informasjon

Et godt tilgjengelig friluftsområde skal være lett å finne. Skilt er viktig. Kanskje kommer flere seg ut på tur om det også ligger informasjon på kommunens hjemmeside?

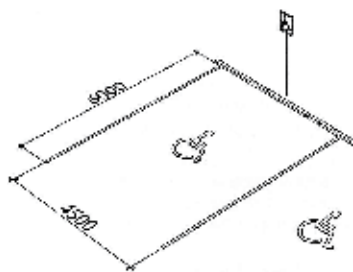
Vegmyndighetene er rette instans for skilt langs offentlig veg, men inne på området kan man lage egne skilt som forteller om fasilitetene.



Tips: Lettfattelig, lesbart, god fargebruk og tilgjengelig også for rullestolbrukere.

Kontaktinformasjon til vedlikeholdsansvarlig gjør det lett å melde fra om mangler/skader.

3 Dimensjoner minst én p-plass for forflytningshemmede



Er det bilveg til området trengs parkeringsplass. Minst en av p-plassene bør være en handikapplass. Denne bør ligge sentralt.

En «vanlig» p-plass er 2,5 meter bred og 5 meter dyp. Fordi forflytningshemmede behøver større plass for å komme seg ut og inn av bilen må en handikapplass være minst 4,5meter bred og 6 meter dyp. Husk skilt!

Tegning basert på NS 11005:2011

4 Lag stier og veger som det er lett å rulle på

Ikke alle stier og veger i naturen kan opparbeides slik at de er tilgjengelige for alle. Men mange kan. Om ikke *hele* området kan bli tilgjengelig for rullende kan kanskje *deler* av det blir det?

Faste overflater er gode både for gående og rullende. Asfalt kan være å foretrekke, men ofte passer det bedre med grus. Da er det viktig at topplaget består av tettpakka subus (fin grus med mye finstoff). Dette underlaget er lettere å komme seg fram på både med rullestoler, barnevogner og rullatorer. Subus holder gjerne lenger enn grus, og i tillegg er det rimeligere.

5 Slake bakker gjør det lettere å komme seg opp og fram

Hvis det blir for bratt er det vanskelig for rullestolbrukere å komme seg fram. 1:20 blir gjerne sett på som maksimal stigning. Det betyr at du behøver 20 lengdemeter for å komme deg opp en høydemeter. På kortere strekninger kan det være 1:12.

Turvegen må altså gjerne slynge seg gjennom landskapet heller enn å gå rett fram.



Et rekkverk/håndløper i litt bratte parti gleder mange.

ngelighet i uteområder

6 Brede stier er bedre enn smale stier

En god og tilgjengelig sti er ikke bare slak nok, men også bred nok. Stier som er minst 1,2 meter brede gjør at også turgåere med barnevogn og rullestolbrukere kan gå sammen med andre på tur, eller at folk du møter slipper å gå i grøfta. Det kan være både trygt og trivelig å gå to i bredden. Er stien bredere enn 1,8 meter kan to rullestoler eller to barnevogner gå sammen.



Et tydelig skille mellom dekket på stien og omgivelsene rundt gjør det lettere for synshemmede å bevege seg trygt. I parti hvor det er lite fargekontrast kan det kanskje legges inn en ledelinje i form av stein, en stokk eller lignende?

7 Trinn og terskler? Nei takk!

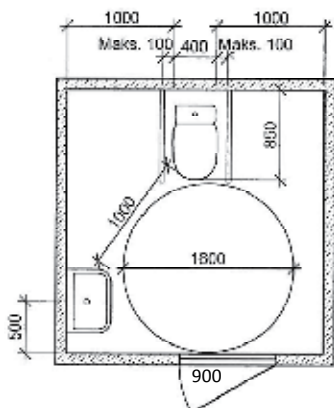
Trinn og trapper gjør det vanskelig å komme fram med rullestol, rullator og barnevogn. Unngå unødvendige trinn og terskler. En terskel på 2,5 cm kan være nok for å gjøre det uframkommelig for rullestolbrukere. Her er gjerne omtanken det viktigste redskapet!

8 Legg til rette for en pust i bakken

Flere kommer seg ut på tur om vi vet at vi kan ta en pust i bakken underveis. Dette er spesielt viktig for turområder som brukes av eldre. Plasser gjerne benker langs turstiene.

Tilgjengelige friluftsområder skal gi alle muligheten til naturopplevelse og sosial kontakt. Er stien til et utsiktspunkt tilgjengelig for rullestol bør selve utsiktspunktet også være tilgjengelig. Kan du rulle deg fram til en sitteplass med bord bør rullestolbrukere kunne sitte ved bordet.

9 Toalett og skifterom må være brukbart for alle



For at et toalett/skifterom skal fungere godt også for rullestolbrukere må det være lett å rulle inn. Inngangsdøra må være minst 90 cm bred. Mellom do og dør må det være fri gulvplass til en snusirkel med diameter på minimum 1,6 m. Fordi noen rullestolbrukere er sterkere i høyre enn i venstre side, og motsatt, skal det være minimum 0,9 m fri gulvplass på begge sider av toalett. Håndstøtte på begge sider gjør det mulig å løfte seg over.

Synshemmede vil ha nytte av at det er ulik farge på vegg og gulv. Det gjør det lettere å oppfatte rommet. Enda bedre blir det om fargen på vegg og gulv skiller seg fra fargen på toalett og evt. vask.

Tegning basert på NS 11005:2011

10 Sørg for godt vedlikehold

Hvis et friluftsområde skal være brukbart også i framtida er godt vedlikehold viktig. Mennesker med nedsatt syns- eller bevegelsessevne kan bli hindret av relativt små ujevnheter i dekket.

Det er lurt å tenke gjennom vedlikeholdsbehovet (gjern i en tidlig fase), lage vedlikeholdsplan og bli enige om hvem som har ansvaret for vedlikeholdet, både praktisk og økonomisk.

St. Olavs får pris for universell utforming

Sykehuset St. Olavs Hospital og dets uteområder Trondheim har vunnet i Innovasjonsprisen for universell utforming i kategoriene arkitektur og landskapsarkitektur. – Dette prosjektet har absolutt alt, lyder rosen fra juryen.



– Målet med prisen er å løfte fram nyskapende løsninger og arealer som alle kan bruke. Vi mottok totalt 48 søknader som tilfredstilte kriteriene for prisen, og nå har juryen kåret seks kategorivinnere. Disse er alle finalister til selve hovedprisen – Innovasjonsprisen for universell utforming – som vi deler ut 18. februar, sier Onny Eikhaug, programleder i Norsk design- og arkitektursenter.

Barne- likestillings og inkluderingsminister Solveig Horne som delte ut prisen trakk fram samarbeidet med NHF Trøndelag og lønnsomheten med universell utforming.

– Universelt utformede løsninger bidrar til økt inkludering, likeverd og like muligheter. Dette er både bedriftsøkonomisk og samfunnsøkonomisk lønnsomt. St. Olavs Hospital i Trondheim viser god universell utforming med stort brukerblikke i praksis, og jeg vil derfor gratulere med denne viktige prisen, sier statsråden.

Brukerne i sentrum for alt

St. Olavs Hospital vant to kategoriseire og selve hovedkonkurransen. I kampen om å vinne selve Innovasjonsprisen for universell utforming kjempet sykehuset mot Bybanen i Bergen, Høgskolen i Bergen, Skat-

teatens nettsider og en betalingsløsning utviklet av Melin Medical.

– Det unike med St. Olavs Hospital er at de har satt brukeren i sentrum for absolutt alt, sier Knut Hovland arkitekt i TUPELO. Han er både juryleder og kategorileder for arkitektur.

– Hensynet til pasienten, pårørende, ansatte og studenter har bestemt alt fra utformingen av bydelen og bygningssmassen, helt ned til den enkelte sengepost. Det er en prestasjon at man har klart å beholde et helhetlig brukerblikke i dette enorme prosjektet gjennom 15 år, legger han til.

Blitt del av Trondheim

I jurykjennelsen roses Helsebygg Midt-Norge for å ha lagt innovative føringer gjennom hele prosjektet, helt fra bestilling til realisering. Dette har vært avgjørende for at St. Olavs Hospital har blitt en suksess. Universell utforming har gjennomstyret prosjektet fra dag 1. Strategien har vært å involvere og vektlegge pasienter, pårørende og brukerorganisasjoner gjennom hele løpet.

– St. Olavs Hospital er blitt en del av byen Trondheim. Kvartalene er oversiktlige, noe som gjør at det er lett å finne fram. Alle bygningene har unikt utformede inngangspartier, det

er innført enkeltrom og alle rommene har utsikt. Sengeplassene er organisert i sengetun som gjør at pasientene lettere kan få kontakt med omgivelser og vaktrom, ramser Hovland opp.

Raskere behandling, mindre transport

Hver bygning er selvforsynt med tjenester og tilrettelagt for bedre oversikt, raskere behandling og mindre pasienttransport. Treverk og andre taktile materialer brukes gjennomgående i bygningenes interiør, noe som motvirker den kalde institusjonsfølelsen man gjerne får på et sykehus. Utenfor er samspillet med byens sentrum ivarett ved hjelp av innbydende grønne og blå arealer og kaféer på gateplan. Omgivelsene stimulerer til fysisk og mental helse, heter det i jurykjennelsen.

Resultatet er fornøyde pasienter, pårørende, studenter og personal ved St. Olavs Hospital. Sykehuset har vekket stor internasjonal oppmerksomhet både for sykehusdesign og som byutviklingsprosjekt. NHF Trøndelag har deltatt aktivt med over 30 brukermedvirkere i utviklingen av sykehuset og er rimelig fornøyd med resultatet.

Kilde: norskdetsign.no

Du vet best i ditt liv.

Vi er alle unike. Vi ønsker frihet og selvstendighet til å leve livet på egne premisser. Du som har behov for assistanse, vet bedre enn andre hvor mye det betyr. Vi i OptimalAssistanse forstår dette. Vi har gjort det til kjernen i vår BPA-filosofi.

Hos oss er dine ønsker og prioriteringer det aller viktigste. Uansett om BPA er nytt for deg, eller om du allerede har lang erfaring som arbeidsleder, vil OptimalAssistanse legge til rette for at du kan gjøre livet ditt enklere og bedre fremover.

Vi har bestemt oss for å tenke BPA på nytt, i hvert enkelt tilfelle. Vi skreddersyr din BPA-løsning, så mulighetene i ordningen blir best mulig utnyttet for deg, med dine unike prioriteringer og aktiviteter. Kreative løsninger, individuell tilpasning, og personlig oppfølging gjør at våre kunder gir oss toppscore i brukerundersøkelser.*

* Beste leverandør, 5,4 av 6,0 mulige poeng i den offisielle brukerundersøkelsen for Bærum kommune 2013/2014.

OptimalAssistanse jobber utelukkende med BPA. Hos oss møter du dyktige og dedikerte medarbeidere, med mye erfaring og kunnskap.

Vårt mål er å yte deg den beste rådgiving og service du kan få. Vi har personlig oppfølging av både arbeidsledere og assistenter, og er alltid lett tilgjengelig ved alle typer behov og spørsmål.

Husk at det er enkelt å bytte BPA-leverandør hvis du ikke er helt fornøyd i dag. Ta kontakt for en prat om mulighetene med BPA hos oss.



www.optimalassistanse.no
post@optimalassistanse.no
Tlf: 69 12 96 00

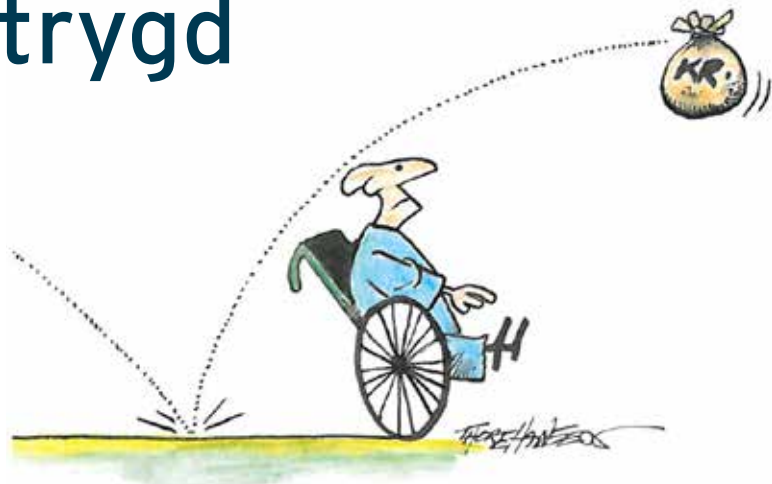

OptimalAssistanse
Bedre og mer personlig BPA

Ny uføretrygd

Ved omlegging til ny uføretrygdordning vil brutto utbetaling fra NAV øke og du blir trukket mer i skatt.

Dette skyldes at uføretrygden fra NAV og uføreytelser fra andre ordninger skal skattlegges på samme måte som lønnsinntekt. Hensikten er at det skal bli enklere å sammenlikne og kombinere lønn og trygd, slik at det blir tilsvarende enkelt å forutsi både inntekt, skattetrekk og eventuelt reduksjon av trygdeutbetalingen.

Skatten din i 2014 var fordelt på 11 måneder fordi det ikke trekkes skatt i desember. I 2015 er det halv skatt i desember og ingen skatt i juni. Det vil si at det blir mindre utbetalt i de andre månedene. For



å sammenlikne skattetrykket må du gange opp skattesatsen i november med 11 og skattesatsen i januar med 10,5.

Du må også sjekke om skattegrunnlaget er riktig. Det er ikke sikkert at Skatteetaten har riktig informasjon. Dette kan dreie seg om fradrag, gjeld, formue osv. Det gis ikke særfradrag for mottatt uførepensjon (ca. 32.000,-) lenger.

Dette må ikke forveksles med særfradrag for store sykdomsutgifter (3.5.4) som mange fortsatt kan ha rett på. Dette må du påføre/rette selv på ligningen neste år. Dersom inntekten din er svært lav, kan du kanskje få skattebegrensning. Merk også at trygdeavgift på 4,8% er økt til ca. 8% for alle lønnstakere i 2015. Dette påvirker også noe.

Jobbe ved siden av uføretrygden?

NAV har lansert en selvbetjeningsløsning for personer som mottar uføretrygd, der man kan melde fra om hvor mye man forventer å tjene ved siden av uføretrygden.

Ved å tidlig melde fra om endring i inntekten, sikrer man en riktig justering av uføretrygden gjennom året. I selvbetjeningsløsningen for uføretrygd kan man

* melde fra hvor mye man forventer å tjene i året

* se hvordan inntekt påvirker størrelsen på uføretrygden

* se hvor mye man får i uføretrygd og inntekt til sammen, før skatt

I tillegg får man oversikt over utbetalinger, saksdokumenter og elektronisk kontakt med NAV.

Du finner på løsningen ved å logge deg inn på nav.no.



Lesing er viktig, og i biblioteket finner du bøker.
Men bibliotek er mye mer enn det!

Fylkesbiblioteket arbeider for at bibliotekene i Nord-Trøndelag skal bli viktige møteplasser for mennesker som trenger informasjon, kunnskap, kultur - og hverandre.

lesegjede
læreyst
deltakelse



Nord-Trøndelag fylkesbibliotek
- et ansvar for FYLKESTINGET

TRØNDELAG ORTOPEDISKE VERKSTED

Trøndelag Ortopediske Verksted

Tlf: 73 84 56 30

E-post: post@tov.no

Web: www.tov.no

Trondheim: Elgesetergate 10

Namsos: Sykehuset Namsos

Ålesund: Ålesund sjukehus



BYGGMAKKER

Namsos • tlf. 74 21 63 50

Kolvereid • tlf. 74 39 52 70

Rørvik • tlf. 74 36 06 50

Gråmyra • tlf. 74 01 91 60

Verdal • tlf. 74 07 50 10

Levanger • tlf. 74 05 60 28

Steinkjer • tlf. 74 16 00 50

**Alt i byggevarer, trelast, maling,
kjøkken og interiør**



**Terrengrullestolen som gir deg frihet,
uavhengighet og umiddebar nærhet med
naturen.**

Mountain Trike er aktivitetshjelpemiddelet som tar deg fram på ulike underlag i naturen, sommer som vinter.

Mountain Trike har et fremdriftssystem med høy utveksling, samt grove MTB dekk for en bedre fremkommelighet.

Innovasjonen må oppleves. Kontakt oss for en demonstrasjon eller utprøving i dag!



Tlf: 66 81 60 70 - Fax: 66 81 60 71 - firmapost@hm-spes.no - www.hm-spes.no

Hjelpemiddelspesialisten as



Lokallag NHF Trøndelag pr. 01.03.15

NHF Agdenes
v/ Torill Bendiksen
Nygård
7318 Agdenes
Mobil: 901 92 703
E-post: krbendi@online.no

NHF Bjugn og Ørland
v/ Trude Brandvik
Midtrommet 9
7130 Brekstad
Tlf. 72 52 54 16
Mobil: 480 60 978

NHF Flatanger
v/ Inger Vedvik
7777 Nord-Statland
Mobil: 918 71 862

NHF Frosta
v/Janne Viktil
Vigtil Øvre
7633 Frosta
Mobil: 901 24 793
E-post: janne58viktil@gmail.com

NHF Frøya og Hitra
v/ Ruth S. Johansen
7273 Norddyrøy
Mobil: 995 39 900
E-post: rutjo@online.no

NHF Grong
v/ Ann Mari Haugen
Høgbakken, 7870 Grong
Mobil: 926 46 635
E-post:
ann.mari.haugen@me.com

NHF Hemne
v/ NHF Trøndelag
Tlf: 72 900 720

NHF Høylandet
v/ Johannes Okstad
7977 Høylandet
Mob: 922 69 986
E-post: kjokstad@online.no

NHF Klæbu
v/ Karin M. Solheim Tillerbakk
Ordfører J. Nerviksv. 17a
7540 Klæbu
Mobil: 924 47 725
E-post: karintillerb@gmail.com

NHF i Leksvik
v/ Monica Berget
Vollavegen 4
7125 Vanvikan
Mobil: 481 74 040
E-post: monica@wessels.no

NHF Lierne
v/ Ann-Kristin Støvik
7882 Nordli
Mobil: 976 67 649
E-post: astoevik@online.no

NHF Malvik
v/ Tone Wiig
Naustanv. 24
7560 Vikhammer
Mobil: 957 26 165
E-post: tone.wiig@vegvesen.no

NHF Melhus
V/ NHF Trøndelag
Tlf: 72 900 720

NHF Meråker
Ivar Arne Olsen
7530 Meråker
Mobil: 46661794
ivarnols@hotmail.com

NHF Midtre Gauldal
v/ Trine Anita Korsgat
Spjeldbakkan 17 e
7290 Støren
Mobil: 952 30 635
E-post:
trineanitakorsgat@yahoo.no

NHF Mosvik
v/Aino Nyeng
Øverbygdvegen 140
7690 Mosvik
Mobil: 482 94 167

NHF Namdalseid
v/Mariann Gladstø
Mellomvegen
7750 Namdalseid
Tlf. 74 278 807
Mobil: 995 64 598
E-post: magald@online.no

NHF Namsskogan
v/ NHF Trøndelag
Tlf: 72 900 720

NHF Nærøy
v/ Brynjulf Flasnes
7970 Kolvereid
Mobil: 901 52 184
E-post: brynjulf.flasnes@
naroy.kommune.no

NHF Oppdal
v/Eirik Lien
Bjerkehagen 7a
7340 Oppdal
E-post: eirik.lien@oppdal.com

NHF Orkladal
v/ Jan Morten Almli
Håggåveien 5a
7320 Fannrem
Mobil: 992 50 895
E-post: j.m.almli@loqal.no

NHF Rennebu
v/Gun Aune
Løkkjvn. 16, Berkåk
7391 Rennebu
Mobil: 992 66 599
E-post: gunaune@yahoo.no

NHF Rissa
v/ Randi Dyrendahl
7100 Rissa
Tlf. 988 04 501
E-post: dyrenda@online.no

NHF Roan og Osen
v/ Eva Nygård
7180 Roan
Mobil: 992 28 990
E-post:
brittiren_hopstad@hotmail.com

Lokallag NHF Trøndelag pr. 01.03.15

NHF Røros
v/NHF Trøndelag
Tlf: 72 900 720

NHF Selbu
v/Ingar Lien
Innbygda
7580 Selbu
Mobil: 412 15 208
E-post: ingarli@neanett.no

NHF Skaun
v/Morten Handegard
Håggåveien 6, 7353 Børsa
Mob: 456 30 927
E-post: morten.handegard@loqal.no

NHF Steinkjer og omegn
v/Bente Berg Lydersen
Molovegen 13, Leilighet 506
7714 Steinkjer
Tlf. 74 14 92 55
Mobil: 400 16 169
E-post: benteberg36@hotmail.com

NHF Trondheim
v/Kari Dragsnes
Boks 3093 Lade
7441 Trondheim
Tlf. kontoret: 73 92 24 55
E-post: nhfrondheim@nhf.no

NHF Verdal og Levanger
v/Odd Steinkjer
Reinsholmen 1 F
7654 Verdal
Mobil: 413 34 469
E-post: odd.steinkjer@vktv.no

NHF Vikna
v/Arve Nordahl
Karl Furrev. 1
7900 Rørvik
Mobil: 958 50 770
E-post: ahara@online.no

NHF Ålen og Haltdalen
v/Marit Ingeborg Hegseth
Hessdalsvegen 793, 7380 Ålen
Mobil: 944 99 452
E-post: marit.hegseth@gauldalen.no

NHF Åfjord
v/Björg Hansen
Strandaveien 31, 7170 Åfjord
Mobil: 909 63 037
E-post: bjorg.kr@online.no

NHF Stjørdal
v/NHF Trøndelag
Tlf: 72 900 720

LFA Trøndelag
v/Olaf Baardsgaard
Meisev. 1
7022 Trondheim
Mobil: 918 82 612
E-post: olaf@baardsgaard.com

LARS Trøndelag
v/Siv Jorunn Fossum
Haakon Odd Christiansens vei 27
7048 Trondheim
Mobil: 996 38 146
E-post: sjfossum@online.no

LKB Trøndelag
v/Marthe Kristin Haugan
Nytrøa 3
7657 Verdal
Mobil: 907 68 205
E-post: mkh@vktv.no

LFPS Trøndelag
v/Gunnbjørg Lambertsen
Sunnlandsv. 52a
7032 Trondheim
Mobil: 980 59 169
E-post: ol-mla@online.no

A.L.F. Trøndelag
v/Marit Rokkones
Mariannestien 2
7105 Statsbygd
Mobil: 905 69 718
E-post: marokko@online.no
<http://www.alf-trondelag.no>

LFS Trøndelag
v/Hilde Andresen
Boks 4188 Valentinlyst
7451 Trondheim
Mobil: 960 17 389
E-post: lfs.trondelag@hotmail.no

NASPA i Trøndelag
v/Anne Berit Nilsen Alstad
Okkenhaugveien
7604 Levanger
Tlf. 47 26 03 58
E-post: an_neb@live.no

HBF Sør-Trøndelag
v/Vigdis Fagerheim
Kristianstenbakken 13
7014 Trondheim
Tlf 99 1630 25
E-post: post@hbfst.no

HBF Nord-Trøndelag
v/Sunniva Marie Leirfall
Ligaardveien 3
7500 Stjørdal
Mobil: 908 94 233
E-post: sunniva.marie.leirfall@ktv.no

LFN Trøndelag
v/Randi S. Gilles
Snauan
7074 Spongdal
Mobil: 932 49 831
E-post: lfnrandi@gmail.com



Handle i matvarebutikker

Å handle matvarer med rullestol er ikke alltid like lett. Heldigvis finnes det gode løsninger som er til hjelp, og dessverre blir noen ganger gode løsninger byttet ut med verre.

Handlevogner

Alle importører av handlevogner har også egne vogner som kan festes på rullestolen. Disse er relativt enkle å bruke, selv om de ikke rommer så mye. Butikkene kan kjøpe slike der hvor de kjører sine andre vogner. Prisforskjellen er heller ikke stor. Dersom du har behov for en slik, oppfordrer vi deg til å ta kontakt med butikksjefen og spør om de kan anskaffe en eller flere slike.



Handlekurver

For noen år siden hadde alle butikker små kurver som man kunne sette i fanget. Nå har flere og flere butikker byttet ut disse med en større kurv som man må dra etter seg og som ikke er like enkel å ha i fanget. Også her oppfordrer vi alle til å ta en prat med butikksjefen sin og be dem om å fortsatt beholde den lille typen. Den store typen har også en tendens

til å samle seg opp ved starten på kassen og hindre atkomsten til båndet for neste kunde.

Hindringer

Diskriminerings- og Tilgjengelighetsloven forutsetter at alle skal kunne betale ved egen hjelp. Vi oppdager at flere og flere butikker har produkter helt inn ved kasse slik at man ikke kommer til. Dette er ikke lov i følge DTL.



Diskriminerings- og tilgjengelighetsloven §9 slår fast at manglende universell utforming er diskriminering, og dermed forbudt. En dagligvareforretning skal utformes universelt, både når det gjelder parkeringsplass, atkomst, inngangsparti, og selve lokalene. De fysiske forholdene omfatter også utformingen og plasseringen av innredningen, slik som plassering av hyller, ferskvarer og frukt- og grønt-disker, samt kasseområder. Utforming av hyller, diskur, handlekurver og liknende omgivelser som skal benyttes av kundene, er omfattet av plikten til universell utforming.



Nå kommer Nabolaget!

Nå har Norsk Tipping lansert sitt nye spill Nabolaget, som har trekning hver fredag i beste sendetid på TV2. Norges Handikapforbund er en av flere organisasjoner som vil få glede av overskuddet.



									x-fugl. BO		↓ DANSE- STEDET STIRRE	IDÉ	I FRI- LUFT NYN. PRON.		FUGL- ENE
									→						
									ER ET PINNSVIN HIT						
									→				KROPPS- DELEN	✳	
									TRÆR KAN REGLER VÆRE		STIGER	FUGL FUGLEN			
															KV- NAVN
	EN BIL ER ET SLIKT	MERKE- LIG	↓	PLAS- SERTE	✳	KOKE- KAR	IGJEN FISK								
	→			↓	REGNE- HJELPE- MIDDEL										
	VINTER- SAK STREIFE												IKKE		SMARTE
	→				PLAGG- DELER PADLE								VETO DYR		
	FOTTØY	GREVE VARSEL					ART.				MUSIKK- PRO- SJEKT		KOMMER BORTI	BØNN	
	→		VASKE				KAN EN SYNDER VÆRE				LA MERKE TIL KJEMME				
	OVER LARVE					OKSYGEN	TRIO	→							
	→			PLANTE- DEL VOKSTE			↓	SKRYTE ADVERB							LITE GODT
	ANTALL AV 20					UNDER- LIGE VEKST							KRYDDER		
	→		ROM- MENE										FOR- NEMMET	LEDELSE	
	KONJ.	OKSE					DEN NEST SISTE	RUTINER VEL- STÅENDE							ODDE
	→											✳		FASE GRØSSER	
	LEDER- EN	MYNTER	NR. 11 EN AL		FUGLE- MUNN	RENKE- SPILLET DANNE BELEGG									
	DAG- DRIVER											✳	LAND- STRIPE BAND		
	AMORIN- ER						MAN					BLOMST- ER- STAND			MATT
	→				→							→			BELGIA
	DRESSER	KOM- MUNE			RAKE								KAN TRENING VÆRE		

Navn:..... Vinner forrige nummer:
 Leif Eriksen, Trondheim
Adresse:..... Løsning sendes innen
 1. februar 2015 til:
Postnr/sted:..... NHF Trøndelag
 Kvenildmyra 4, 7072 Heimdal
 Riktige svar er med i trekningen av 2 Quick-lodd.

Forfatter: Trude Stenvik

Snø- og isfritt hele vinteren igjennom

IsFritt

-Livet er enklere med Isfritt-

– Livet er bedre med Isfritt-
Isfritt AS leverer varmematter og
varmeklær, produkter som gjør
hverdagen lettere for mange.

– Både kreftpasienter, rullestol-
brukere og en rekke andre
mennesker vil ha godt av våre
produkter.



Vi tar gjerne en befaring hos deg!

følg oss på facebook



isfritt.no

IsFritt

Isfritt AS

Åserødveien 32, 1747 Skjeberg

Ring oss nå:

+47 404 02 404 eller + 47 451 28 328

E-post: post@isfritt.no

www.isfritt.no



TRONDHEIM

Idrettsveien 2, 7072 Heimdal Tlf 72 89 43 00
prima@prima-as.no www.prima-as.no



SYKEHUSAPOTEKENE I MIDT-NORGE
Sykehusapoteket i Trondheim

MELHUS

Bygger'n Midttømme
7236 Hovin i Gauldal, Tlf. 72 85 20 00

MIDTRE GAULDAL

Trønderbladet AS
7290 Støren, Tlf. 72 87 83 70

SELBU

Røset AS
7580 Selbu, Tlf. 73 81 01 90

TRONDHEIM

Jakobsgrenda Barnehage
7059 Jakobsli, Tlf. 944 99 473

Falkanger Sko AS
7486 Trondheim, Tlf. 73 54 01 80

Fremstad & Rokseth AS
7472 Trondheim, Tlf. 74 84 67 75

En stor takk
til alle våre
annonsører

MELHUS**H-Bygg**

Korsvegen Næringshage,
7212 Korsvegen
Tlf. 72 87 98 85

OPPDAL

Trondheimsvn. 10, 7340 Oppdal
Tlf. 72 40 04 40
post@oppdal-maskinkompani.no
www.oppdal-maskinkompani.no

**OPPDAL KOMMUNE**

Inge Krokannsv. 2
7340 Oppdal

NAMSOS**Namsos kommune****NÆRØY****NÆRØY KOMMUNE**

7970 Kolvareid
Tlf. 74 38 26 00 • Fax. 74 38 27 00

DNB

Bank fra
A til Å

LEKSVIK

Leksvik kommune
støtter NHF's arbeid

LEVANGER

**Levanger
kommune**

STEINKJER

Bunnpris Guldbergaunet A/S
Svedjanv. 2, 7716 Steinkjer
Tlf. 74 16 16 44
Fax 74 16 71 18

LEVANGER**Mesterrør AS**

7600 Levanger, Tlf. 74 08 26 88

STJØRDAL**Bratås Maskin AS**

7520 Hegra, Tlf. 74 80 51 85

VERDAL**Elman AS**

7650 Verdal, Tlf. 74 07 84 00

VERDAL

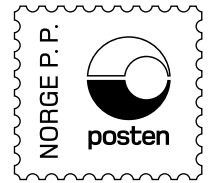
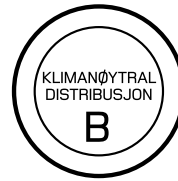
Verdal kommune



Russervn. 4, 7650 Verdal
Tlf. 95 07 73 00
Fax. 74 07 04 05
www.byggmesteran.no



Tlf. 74 02 88 40
innherred.renovasjon@ir.nt.no



Returadresse:
NHF Trøndelag
Kvenildmyra 4
7072 Heimdal

ParaGolfer

Paragolfer er et motorisert aktivitets-hjelpemiddel som kan løfte spilleren fra en sittende til en stående posisjon. NHF Trøndelag har sett på stolen og synes den virker svært lovende.



Vi tok med Geir Arne Skogstad for å prøve ut stolen. Selv om Skogstad har mange års erfaring på toppnivå innen kjelkehockey og Curling, var det lite som kunne overføres til golf. Når stolen stopper ved ballen, går det raskt å heve den til stående posisjon. Selv om det er ingen fare for å falle over, er det utfordrende å stole på dette i starten. Spilleren festes til stolen med magebelte og belte over knærne.

Paragolferen er designet slik at den kan brukes på «greenen» (området rundt hullet). Her kan ellers hverken golfbiler eller golftraller brukes. Skogstad opplevde stolen som litt uvant å styre i starten, siden den har tre hjul og svinghjulene bak. Stolen har kjørelengde på 4-5 mil.

Selv om fotplaten går helt ned i bakken, klarer man ikke å få samme «knekk» i knær som andre golfspillere. Derfor blir ordinære golfkøller litt for kort, og man må bruke en litt lengre type. Alt i alt var Skogstad godt fornøyd med Paragolferen, men usikker på om dette var sporten for han.

Selv om stolen er utviklet for golf, kan den også være nyttig hjelpemiddel for bueskyttere og fiskere. Stolen brukes i dag av 5 aktive golfspillere i Norge. Men når denne må kjøpes for egne midler, vil den gjøre et stort innhogg i økonomien. Det er nå mulig å søke om aktivitetshjelpemidler for de over 26 år. Dersom man får innvilget en slik stol vil egenandel på denne stolen være kr 4000,-



Med fotbrettet plantet i bakken, lang kølle og belter over knær og mage har man et stødig utgangspunkt.