



Norges
Handikapforbund
Oslofjord Vest

grenseløst

01/2024 * Vestfold og Telemark og Buskerud * Norges Handikapforbund



Går hjelpemiddel- formidlingen i revers?

-Åpning av ny hjelpemiddelsentral i Larvik

Side 06

*Ridderrennet 60 år • Vi markerer kvinnedagen 8. mars • Funkisdagen 2023
• ALF Buskerud på glassblåsing • Invitasjon til fellessamling 2024*



Regionleder

Gro Rohde
ansvarlig redaktør

Hei på dere alle

Godt nytt år til dere alle sammen!

Snøkaos og utfordringer

Det nye året startet med et snøkaos som ga veldig mange store utfordringer. Det var ikke bare oss funksiser som slet, men alle, både brøytemannskap, hjemmetjenester, eldre og unge. Noen steder ble vi satt litt tilbake til Covid tid med stengte skoler, fritidstilbud og butikker. Det var tilbake til digital skole osv.

Noen kommuner har dessverre ikke hensyntatt i sine budsjetter at vinteren er veldig uforutsigbar og at brøyting blir satt på vent til det er både 7, 10 og 12 cm snø før de starter. Og flere kommuner har allerede brukt opp brøytebudsjettet sitt på de første dagene i året, noe som gir dem store utfordringer for resten av året og tilleggsbevilgninger må på plass til tross for en veldig slunken kommunekasse.

Det er mange hensyn å ta om vinteren også for oss som har bevegelsesutfordringer, vi skal komme frem vi også, men vi må også gjøre som alle andre, «sko oss etter været», vi må som mange andre finne oss i at ting tar lenger tid, det er vanskeligere å komme frem osv. Det kan være vanskelig og vi må gå ei runde med oss selv, kanskje vi har brukt for en rullestol til, en utestol som kan ta seg frem litt lettere enn en stol med små og tynne hjul? Kanskje man må vurdere om man har behov for litt tilleggsutstyr til stolen sin som gjør at den blir lettere å håndtere i vintervær. Det er mange hensyn vi må ta som andre ikke tenker over. En utestol tar jo for eksempel mye mere plass enn et par tykke støvletter eller piggsko, det er vurderinger som funksjonsfriske ikke har. En annen ting er at kommuner og fylkeskommuner må bli flinkere til å brøyte fortau og fotgjengeroverganger slik at vi har en reell mulighet til å kom frem. Selv om man føler på utfordringene med ekstrem vær og annet dårlig vær, så er det en ting jeg ikke har noe som helst forståelse for. Det er at HC- parkerings plasser blir brukt som snødeponi, eller at de brøytes så dårlig at man ikke har en mulighet å få ut en heis. En annen utfordring er de HC- plassene som bare er merket i bakken slik vi ser på veldig mange kjøpesenter, butikker osv.

Snøen gir ikke bare utfordringer da, den gir også glede, det finnes jo flotte hjelpemidler som gjør at vi kan være med på ski, kjøre slalåm, pigge på kjelke osv om potten til AKT 26 (aktivitetshjelpemidler for personer over 26 år) ikke hadde blitt så forbaska fort tom!

Vi i regionen er kjempetolte over Arne Mjøland leder av LFS Vestfold sitt engasjement og aksjonen han dro i gang i høst som medførte tilleggsbevilgning, men nå er også denne brukt opp dessverre.

Mot lysere tider og forhåpentligvis bedre tider?

15. januar kan vi kalle en form for merkedag, det var dagen

da kultur og likestillingsministeren mottok ekspert-utvalgets utredning om CRPD. (FN's konvensjonen om rettigheter for mennesker med nedsatt funksjonsevne) Regjeringen satt ned et ekspertutvalg i desember 2022 som skulle utrede hvordan konvensjonen skulle innlemmes i norsk lov. Konklusjonen var at funksjonshindredes menneskerettigheter skal inn i menneskerettighetsloven. Det vil bety at konvensjonen overstyres norsk lov, når norske lover er for dårlige! Hvis ikke Stortinget velger å overse ekspertutvalget da. Tenk at det har tatt så lang tid å forstå at vi med funksjonsnedsettelse også har menneskerettigheter på lik linje med andre! Men vi er ikke i mål, for nå er det opp til regjeringen og Stortinget å gjøre det til virkelighet, jeg lurer på hvor lang tid det kommer til å ta!

Siden nyttår

Vi startet året med å avholde to digitale likepersonskurs som vi åpnet opp for flere enn bare vår region. Vincent Hagrup var foredragsholder og har på begge sine kurs fått kjempegode tilbakemeldinger! Kursene var både for de som er erfarne likepersoner, og for de som vurderer om de vil bli likepersoner. Nå skal vi i gang med å få på plass en sertifisering av likepersoner. Det er viktig å huske at selv om man har gjennomført et kurs, må man også ha en klarering fra sitt lokallag. Det er også viktig at vi vet hvem som er / vil stå oppført som likeperson, så send en mail til kontoret@nhfoslofjordvest.no for å gi beskjed slik at vi kan få oppdatert listene våre!

Vi har også gjennomført 2 digitale dialogmøter med våre lokallag. Tema der var årsmøterapportering, fellesskapssamlingen som kommer i juni og ønsker fra lokallag om tema til neste dialogmøter. Vi vil skryte litt av NHF Røyken som kom med et veldig godt tips, nemlig samle hele styret på et sted slik at man kan delta, spesielt viktig er dette der man sliter litt med digitale møter.

Fellesskapssamlingen

Vi har en lang tradisjon for å ha en fellesskapssamling, i år blir den på Hotell Fritidsparken i Skien i Telemark fylke. Datoen er 21-23 juni, du kan lese mer om den lenger bak i bladet. Det blir aktiviteter og fart, kanskje noen tørr våge seg i Zip lina?

Til slutt i dag vil jeg ønske alle lokallag som skal ha årsmøte i år lykke til med årsmøtene deres, husk å send oss noen ord om møtene og aktivitetene dere har så vi kan få et aktivt og flott medlemsblad!

Pass godt på dere selv til vi ses eller høres neste gang!

Hilsen Gro



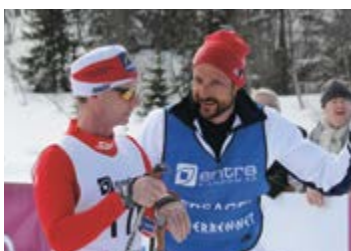
Norges
Handikapforbund
Oslofjord Vest

Innhold:



Åpning av ny hjelpemiddelsentral i Larvik

s 06



Ridderrennet 60 år

- H.K.H. Kronprins Haakon besøker Ridderrennet og Beitostølen Helse- og idrettsenter i anledning Ridderrennets 60 årsjubileum og åpningen av det nye familiehuset ved Helse- og idrettsenteret.

s 07



Vi markerer kvinnedagen 8. mars

- Vi inviterer til en digital samling på kvinnedagen 8. mars kl 13.00 -14.00.

s 31



Funkisdagen 2023

- Det har i flere år være en kjær tradisjon at NHF Grenland, LARS Oslofjord Vest og NHF Vestfold har samarbeidet om å lage et arrangement for våre medlemmer. I år var intet unntak.

s 12-15

ELLERS: ALF Buskerud på glassblåsing - Invitasjon til fellessamling 2024 - NHF Vestfold

Grenseløst

Medlemsblad for Norges
Handikapforbund Oslofjord
Vest (Buskerud, Telemark
og Vestfold) - 36. årgang
Utkommer 4 ganger pr. år

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

Redaksjonen avsluttet
05. februar 2024

Manusfrist neste utgave
01. mai 2024

Kontakt Grenseløst:
Skogergata 1,
3112 Tønsberg
Tlf 913 03 738
kontoret@nhfoslofjordvest.no

Nettside
oslofjordvest.nhf.no

Ansvarlig redaktør:
Gro Rohde
regionleder
@nhfoslofjordvest.no

Redaksjonen:
Anna-Lisbeth Mikalsen
anna-lisbeth@nhf.no

Birgitte Kristiansen
birgitteh05@gmail.com

Design/Layout:
Steinar Zahl
studiozate.com

Annonser:
Bell Media
Tlf. 48 00 54 24

Trykk:
RK Grafisk AS
Tlf. 99 21 42 00

ISSN 189-3971

Forsidefoto:
Jan Arne Dammen



Anna-Lisbeth Mikalsen
Regionkontorleder

Går hjelpemiddelformidlingen i revers?

Å ha tilgang på et individuelt tilpasset hjelpemiddel er helt essensielt for at personer med funksjonsnedsettelse skal leve frie og selvstendige liv, og i Norge har vi hatt tradisjon for å ha verdens beste hjelpemiddelformidling. Men hva er i ferd med å skje med hjelpemiddelformidlingen i Norge? Er den i ferd med å gå i revers?

Grunnlaget for hjelpemiddelformidlingen, slik vi kjenner den i dag, startet med fremveksten av hjelpemiddelsentralene og landets første hjelpemiddelsentral ble etablert i 1979 i Skien. Med dette var Telemark det første fylket i landet med en egen hjelpemiddelsentral. Gjennom kunnskapsbasert praksis, i samarbeid med brukerorganisasjonene, utviklet Norge verdens beste hjelpemiddelformidling gjennom hjelpemiddelsentralene, som frem til midten av 90 tallet, ble etablert i alle landets fylker.

De politiske føringene på hjelpemiddelområdet gjennom årene, har vært å sikre at personer med funksjonsnedsettelse skal ha et likeverdig tilbud på hjelpemidler uavhengig av hvor man bor i landet, gjennom at alle fylker i landet skulle ha en hjelpemiddelsentral. Derfor er hjelpemiddelordningen forankret i Lov om folketrygd og den finansieres av staten.

Høsten 2023 stengte hjelpemiddelsentralen i Skien, og med det er Telemark nå det første fylket i landet, som ikke har en egen hjelpemiddelsentral. NAV lyttet ikke til brukerorganisasjonene i saken om nedleggelse av hjelpemiddelsentralen i Telemark. Slik de gjorde i andre steder i landet, da fylkessammenslåingene i Norge ble et faktum. Brukerorganisasjonene ropte høyt og lenge for at hjelpemiddelsentralen i Telemark skulle bestå, for å sikre nærhet for de personene som har behov for hjelpemidler som bor i Telemark. Men vi ble ikke hørt.

Den offisielle åpningen av den nye hjelpemiddelsentralen i Larvik, som skal dekke fylkene Telemark og Vestfold kan du lese om et annet sted i bladet. Vårt inntrykk er at NAV er svært fornøyd med å samlokalisere de to tidligere hjelpemiddelsentralene, men hva med de som er helt avhengige av hjelpemidler for å leve frie og selvstendige liv? Hva blir konsekvensen for dem?

Til tross for at saken har vært oppe i Stortinget ved flere

anledninger, har det ikke vært politisk vilje til å endre NAVs overkjøring av brukerorganisasjonene og de menneskene som er helt avhengige av hjelpemidler for å leve frie og selvstendige liv i Telemark. Så hvordan blir egentlig hjelpemiddelformidlingen i fremtiden? Er vi i ferd med å snikoverføre ansvaret for hjelpemiddelformidlingen til kommunene, for å sikre nærhet til de som er avhengig av hjelpemidler? Eller? Hva vil da etter hvert skje med finansieringen av hjelpemidler?

En sak jeg synes er underlig, er ordningen med fritidsaktivitetshjelpemidler for de over 26 år. Det er vel ingen som er i tvil om at når en person er fysisk aktiv, blir helsegevinsten stor både fysisk og psykisk. Dette gjelder selvsagt også de som har funksjonsnedsettelse og det er da uavhengig av om personen er over eller under 26 år. Det er da bra for alle i alle aldre å være fysisk aktiv, så hvorfor har man ikke lik rett på et aktivitetshjelpemiddel uavhengig av om man er over eller under 26 år?

Personer med funksjonsnedsettelse trenger ofte et spesialtilpasset hjelpemiddel for å være fysisk aktiv på fritiden, men dette hjelpemidlet er kostbart og dessverre dermed utilgjengelig for mange. Vi jobbet derfor i mange år for at de som trengte hjelpemidler for å være fysisk aktive etter de fylte 26 år, skulle få tilgang på spesialtilpassede hjelpemidler. Gleden var stor da ordningen ble innført, men ordningen ble ikke slik vi hadde ønsket oss den, som endel av det ordinære hjelpemiddelordningen, men den ble rammestyrte. Det vil si at det settes av en bestemt sum til ordningen i statsbudsjettet hvert år. Når rammen er brukt opp, vil man få avslag på søknaden og må vente til neste år for å kunne søke igjen. Dette har ført til at det har blitt et stort etterslep på søknadene. I år gikk pengene tom før vi hadde startet på februar, og dette til tross for at det ble bevilget 20 millioner ekstra til ordningen.

Hvordan er det egentlig mulig at pengene går tom før året knapt har kommet i gang? Kan det være at ordningen er så dyr å administrere at pengene ikke kommer frem til de som trenger tilrettelagte fritidshjelpemidler? Jeg undres.

- Anna-Lisbeth



www.mcdonalds.com

Restauranter:

McDonald's Flå
Bjørneparken kjøpesenter
Åpningstider:
Alle dager 09.00-23.00

McDonald's Åssiden
Ing. Ryebergsgt 56a
3024 Drammen
Åpningstider:
Alle dager 08.00-23.30

McDonald's Gulskogen
Gulskogen kjøpesenter
Åpningstider:
Alle dager 10.00-22.00
Lørdag 09.00-22.00

McDonald's Notodden
Tuvenbøygen 2
3676 Notodden
Åpningstider:
Alle dager 09.00-23.00

 STATSBYGG



UNIVERSELL UTFORMING I OFFENTLIGE BYGG

Bygg for alle er Statsbyggs nettsted med informasjon om universell utforming i våre offentlige bygg som universiteter, museer, trafikkstasjoner med mer.

Prøv selv på byggforalle.no

Foto: Trinnfri adkomst, studenthuset Granheim, Høgskulen på Vestlandet, Campus Stord
Statsbygg/Hans Fredrik Asbjørnsen





Åpning av ny hjelpemiddelsentral i Larvik

Tekst og bilder: Gro Rohde og Birgitte Kristiansen

Den mye omdiskuterte storsatsningen på ny hjelpemiddelsentral i Vestfold og Telemark, hadde sin offisielle åpning 5. desember 2023. Det var høye glass, kanapéer, inviterte gjester, store smil og Larviks ordfører Birgitte Gulla Løken klapte snor! Det var stor jubel fra de ansatte, for at de nå endelig var på plass i nye lokaler i Larvik.

Bak kulissene og veien hit, har ikke bare vært en glede. Mange av brukerne har reagert negativt på lange avstander og at det ikke er noen bussforbindelse til den nye hjelpemiddelsentralen i Larvik. Det er heller ikke noe fortau som man kan gå på, dersom man kommer med en buss som stopper i nærheten av Ravei 321. Man er dermed helt avhengig av bil for å komme til den nye sentralen, og selv om de som skal på utprøving kan få taxi via NAV Hjelpemiddelsentral, så hva med de gruppene som har mulighet for å komme på dropp inn timer? Da får man ikke taxi. Man kan faktisk ha flere funksjonsnedsettelse som gjør at man er i gruppen som kan få dropp inn timer.

Under åpningen fikk vi vite at lagerplassen allerede er altfor liten i den nye sentralen og at kommunene dermed må belage seg på å ha endel korttidshjelpemidler tilgjengelig, men har kommunene denne kapasiteten? Og er de varslet i god nok tid?

Vi registrerer at den nye hjelpemiddelsentralen er et flott, fancy og stort nytt bygg og at det er tilgjengelig etter målene. Det er et kjempeflott kontorlandskap med stort fokus på gjenbruk, utforming, trivsel og mange arbeidsplasser, og det er positivt. Men, brukerorganisasjonene har fortsatt en jobb å gjøre med å påvirke for å få dette stedet 100% brukervennlig ut ifra våre vurderinger.

En kjapp tur innom toalettet så kom undringen, hvor var den reelle brukermedvirkningen i byggeprosessen? HC toalettene er fine de, men rygger du rullestolen inntil toalettet for sideforflytning så knuser du den dårlig plasserte søppelbøtten, for slikt har de ikke tenkt på, og toalettet har dessverre armlenene festet til toalettet istedenfor vegg slik at for noen så vil sideforflytting være vanskelig.

Til stede fra regionstyret i Norges Handikapforbund (NHF) Oslofjord Vest var regionleder Gro Rohde og Birgitte H Kristiansen og fra styret i SAFO TVB (Samarbeidsforumet av funksjonshemmedes organisasjoner i Telemark, Vestfold og Buskerud) Line Mau Vegum.



H.K.H. Kronprins Haakon til Ridderrennet og Beitostølen Helsesportsenter

Foto Jan Arne Dammen

H.K.H. Kronprins Haakon besøker Ridderrennet og Beitostølen Helsesportsenter i anledning Ridderrennets 60 årsjubileum og åpningen av det nye familiehuset ved Helsesportsenteret.

– Vi er svært takknemlige for at H.K.H. Kronprinsen vil glede deltagerne, Foreningen Ridderrennet og alle på Beitostølen Helsesportsenter med sitt nærvær, sier direktør ved Beitostølen Helsesportsenter, Astrid Nyquist.

– Dette er en annerkjennelse av vår kompetanse og den betydningen vi har i arbeidet mot et samfunn hvor alle skal delta. Det 60. Ridderrennet går av stabelen 16. mars 2024. Samme dag foretas den offisielle åpningen av «Det nye Beitostølen Helsesportsenter», - med nytt «familiehus» og gjenåpning av bygningsmassen som ble totalskadet i brann sommeren 2023.

Sterke bånd

Kongehuset har alltid hatt sterke bånd til Ridderrennet og Beitostølen Helsesportsenter. Kong Olav V åpnet det første Ridderrennet for 60 år siden, i 1970 åpnet daværende Kronprins Harald, Beitostølen

Helsesportsenter, og representanter fra Kongehuset har vært gjester på Beitostølen Helsesportsenter og Ridderrennet ved flere anledninger. Prinsesse Märtha Louise har gjennom en årrekke hatt fast beskytterskap for Ridderrennet, inntil beskytterskapet ble overført til H.K.H. Kronprins Haakon våren 2023.

60-års markering

H.K.H. Kronprinsen vil i forbindelse med besøket bidra inn i markeringen av Ridderrennets 60 årsjubileum, delta som ledsager for en utøver under selve skirennet, samt foreta den offisielle åpningen av «Det nye Beitostølen Helsesportsenter».

– Ridderrennet har hatt en fantastisk støtte fra kongehuset helt siden Erling Stordahl tok initiativ til det første rennet i 1964. Vi er svært takknemlige for at H.K.H. Kronprins Haakon vil være med oss på Beitostølen i år. Dette betyr mye for alle deltakere og oss som arbeider med Ridderrennet, sier styreleder i Foreningen Ridderrennet, Tom Bratlie i en pressemelding.



Velkommen til fellessamling 21.-23. juni 2024 i Skien fritidspark

Adresse: Moflatvegen 59, 3733 Skien.

Tradisjon tro, inviterer NHF Oslofjord Vest også i år alle våre medlemmer til Fellesskapssamling! For første gang er denne likepersonsamlingen lagt til Hotel Fritidsparken som ligger midt i Skien Fritidspark, som er et av Norges største opplevelses- og aktivitetsanlegg. Hovedfokuset i år er som alltid likepersonsaktivitet, men i tillegg vil vi ha temaene: Media, kost, ernæring og aktivitet. Og som alltid blir det også mulighet for å prøve seg i ulike aktiviteter og masse kos og hygge. Vi ser frem til å se flest mulig av våre medlemmer til en hyggelig helg!

Foreløpig program

Fredag 21. juni:

- 18.00 – 19.00 Middag i spisesalen
- 19.30 – Velkommen og bli kjent. Quiz og sosialt samvær

Lørdag 22. juni:

- 08.00 – 10.00 Frokost serveres i spisesalen
- 10.00 – 11.00 Rigmor læringsprogram. **Parallell sesjon:** Aktiviteter på drop-in basis, se eksempler nedenfor
- 11.00 – 12.00 Mediekurs med Tor Andreas Bremnes. **Parallell sesjon:** Rigmor læringsprogram
- 12.00 – 12.30 Informasjon om InClue ved daglig leder.
- 13.00 – 14.00 Lunsj
- 14.30 – 16.30 Kosthold og aktivitet (innleder ikke bekreftet). Matens innvirkning på kropp og vår psykiske helse
- 14.30 – 16.30: Parallel sesjon:** Bading/vann trening i terapibasseng med instruktør (påmelding) eller andre aktiviteter på drop-in basis, se eksempler nedenfor.
- 19.00 – 20.00 Middag i spisesalen
- 20:30 - Quiz og sosialt samvær etter middag

Søndag 23 juni:

- 08.00 – 10.00 Frokost serveres i spisesalen
- 10.00 - 12.30: Tilrettelagt Zipline (12 plasser med påmelding, de første starter 09.30), Curling i ishallen (påmelding) eller andre aktiviteter på drop-in basis, se eksempler nedenfor
- 13.00 – Lunsj og vel hjem

Aktiviteter på Drop-in basis: Bading/svømming i svømmehallen. Utendørs aktiviteter som: Padel og Klatrepark (tid må bookes når man er der), Beach-volleyball, Frisbee, Trampoliner, Bordtennis, Turgåing (Trollets hjerte), Natursti (rundt stadion, trillevennlig), Minigolf, Sjakk, Shuffleboard (på bakken), Cornhole (erteposer på hull i plate), Stigegolf.

Påmeldingsfrist 10. mai.

Påmelding (og evt. spørsmål) sendes til kontoret@nhfoslofjordvest.no. Gi beskjed om allergier og andre behov ved rommet når du melder deg på.

Hotellet har 32 universelt utformede rom og flere av disse har takheis med forbindelse til toalett/bad.

Mer informasjon om hotellet finner du ved å følge lenken: <https://skienfritidspark.no/hotell-fritidsparken>. De som bor i Grenland kan godt bo hjemme og fortsatt være med på alle måltider og all aktivitet.

Vi jobber med å få dekket helgens kostnader fra eksterne bidragsytere. I tillegg setter vi svært stor pris på om de av våre lokallag som har anledning, kan gi et bidrag til samlingen slik at deltagerne slipper egenandel på samlingen.



Norges artigste stedsnavn

Av Jan Arne Dammen

Skrukkefyllhaugen i Vassfaret, er det artigste stedsnavnet i Norge. Kåret av Kartverket sin uoffisielle navnekonkurranse.

Skrukkefyllhaugen har fin beliggenhet på en haug ved vannet Skrukkefylla. Dette vannet har alltid vært et godt fiskevann. Slik har stedet fått navnet sitt. En av de siste beboerne på haugen var Berte Skrukkefyllhaugen (1854–1950). Hun levde der mot slutten av 1800-talet. Berte røykte pipe og var god til å fortelle historier.

Hytta Skrukkefyllhaugen brant ned etter fraflyttinga. I dag er hytta gjenreist og brukes til aktiviteter og overnatting. Om sommeren ligger det både båt og kano i Skrukkefylla.

Jeg traff Berte i Bjørneparken i Flå og fikk høre noen av historiene.



Førjulstur med glassblåsing

Tekst og foto Jan Arne Dammen og Knut Aga

I slutten av november arrangerte A.L.F. Buskerud en førjulstur til Magnor og Charlottenberg. På Magnor ble vi møtt av en hyggelig guide som fortalte historien om glassverket, samtidig som vi fikk bli med gjennom produksjonen.

Her i de dype grenseskogene på Magnor i Eidskog kommune har de produsert glass siden 1896. De store skogene gav brensel til de varmeslukende smelteovnene. Det produseres alt fra rimelige bruksglass til eksklusive kunstglass og premier. Siden rundt 2010 har Magnor knyttet til seg en rekke unge, habile designere og glassblåsere. Mer enn 120 års tradisjon og erfaring innen håndlaget glass har kommet

godt med og gitt verdifull kunnskap og erfaring.

Etter en interessant omvisning smakte det med nystekte vafler og kaffe før vi satte kursen mot Charlottenberg. Etter ett par timer med shopping kjørte vi til Skarnes og Slobrua Gjestegård. Her var juletreet pyntet og julestemningen seg inn. Bordet var pyntet og vi fikk servert en nydelig julemiddag med riskrem og kaffe. Gode og mette var det mange som tok en høneblund på veien hjem.

En kjempetrivelig tur med Svidal Minibusser og Turbilservice. Selskapet har nå anskaffet en ny turbuss med rullestolheis.



En egen ordning gir personer over 26 år mulighet til å søke om hjelpemidler de trenger for å kunne delta i fysisk aktivitet. Ordningen er rammestyrkt. Det betyr at det settes av en bestemt sum til ordningen i statsbudsjettet hvert år. Når rammen er brukt opp, vil du få avslag på søknaden og må vente til neste år for å kunne søke igjen. Denne ordningen blir ofte kalt AKT 26.

Klarte det umulige

Tekst og bilder: Arne Mjåland

Rett før jul kom gladmeldingen: Vi klarte det umulige å snu stortinget! Gleden var stor da stortinget bevilget 20 millioner ekstra til aktivitetshjelpemidler.

Landsforeningen for slagrammede (LFS) og Norges Handikapforbund (NHF), satte seg et mål, å bevisstgjøre politikerne på Stortinget hvor viktig det er å kunne få muligheten til å søke på og få tildelt et aktivitetshjelpemiddel. Dette ble gjort gjennom en storaksjon foran stortinget sist høst, som vi skrev om i sist nummer av Grenseløst.

Men ikke lenge etter at vi hadde startet det nye året kom beskjeden om at pengepotten var tom igjen.

Behovet for å ha et tilgjengelig sted hvor en kan søke på et aktivitetshjelpemiddel, tross

de 20 millionene ekstra gikk dessverre AKT 26, tom igjen, både LFS og NHF kommer til å jobbe aktivt med å få til en ekstra bevilgning.

Det å få muligheten til å drive fritidsaktiviteter gjennom tilrettelagte aktivitetshjelpemidler, er helt avgjørende for mange. Vi oppfordrer derfor alle til å bruke sine tildelte hjelpemidler! Det er dessverre sånn at det står alt for mange aktivitetshjelpemidler ubrukte i garasjer, rundt om her i landet, derfor ønsker vi å oppfordre alle til å bruke sine hjelpemidler, når en er så heldige å få et aktivitetshjelpemiddel.



Bilde av deltagere som jobber med quiz.



Norges Handikapforbund
Oslofjord Vest

3. desember

FN's internasjonale dag for mennesker med nedsatt funksjonsevne

Tekst og foto: Gro Rohde og Stein Wilmann



Oversiktsbilde med noen av deltagerne på 3. desember

Det har i flere år være en kjær tradisjon at NHF Grenland, LARS Oslofjord Vest og NHF Vestfold har samarbeidet om å lage et arrangement for våre medlemmer. I år var intet unntak. Selv om dagen falt på en søndag så valgte vi å ha arrangementet den dagen. Vi er alltid spente på hvordan været er den dagen, for desember kan gi oss en del utfordringer, men i går gikk det fint.

I år hentet vi inn en ung ergoterapeut, Selma Licina, som har en mastergrad i ergoterapi rettet mot hverdagsrehabilitering. Hennes masterprosjekt ble nylig publisert i en artikkel i Journal of Multidisciplinary Healthcare, og omhandler virkninger av hverdagsrehabilitering for personer med brudd og personer med svimmelhet og balanseutfordringer.

Til daglig jobber Selma med hjemmeboende personer fra 18 år og oppover som er i behov av fagspesifikk og tverrfaglig rehabilitering grunnet nylig endret funksjonsnivå, traume, sykdom, infeksjoner, skade eller planlagte operasjoner.

Selma holdt et flott foredrag om småhjelpemidler hvor hun tok oss gjennom hele søknadsprosessen, hva som var viktig å tenke på ved søknad, nettsider man kan finne hjelpemidler på osv. og hvordan man søker om dette.

Tilskudd til småhjelpemidler er et tilskudd som kan dekke ekstra utgifter du har til rimelige hjelpemidler (småhjelpemidler) som ikke er en del av hjelpemiddelsentralens sortiment og ikke er særlig egnet til resirkulering. Tilskuddet kan brukes til å kjøpe



Oversiktsbilde tatt fra baksiden av lokalet mot foredragsholder



Deltagere ved lunch bilde

fikseringsbrett, bestikk med ergonomisk grep, sklikke, utstyr til personlig hygiene (f.eks. hårbørste med langt skaft osv). Det handler altså om små hjelpemidler som kan gjøre at du kan mestre hverdagen din bedre.

Du kan selv søke NAV om dette tilskuddet som er en fast sum. Du trenger ikke gå om ergoterapeut for å søke, noe som er fint, for det er store forskjeller fra kommune til kommune på hvor lenge man må vente for å komme til en ergoterapeut. Tilskuddet man da kan få fra NAV er et kronebeløp, og man kan søke hvert fjerde år. Satsen for 2024 er 2 210,- kr.

Etter foredraget var det praktisk utprøving med forskjellige hjelpemidler som fikseringsbrett, kniv med ergonomisk håndtak og boksåpner. Man fikk prøvd hjelpemidlene mens Selma veiledet og gav tips på hva den enkelte burde prøve.

Etter foredraget til Selma var det tid for en god varm lunch mens skravla gikk rundt bordene. Så var det tid for litt mer sosialt, neste bolk var nemlig quiz.

Stein Wilmann fra NHF Grenland, som også sitter i regionstyret og i sentralstyret er vår quizmaster og ledet oss gjennom en fiffig quiz med spørsmål av

svært varierende vanskelighetsgrad fra relativt enkle til supervanskelige oppgaver. Deltagerne ble delt inn i lag og når man var ferdig med å svare ble arkene med svarene rullert slik at lagene rettet hverandres svar. Det er alltid spennende!

Vinnerlaget fikk sine premier, de fikk spisebrikker med nisser på, og trøstepremie til alle andre var tre candysticks som var bundet sammen.

Det ble en dag fylt med både alvor, humor og latter. En god dag med mange gode samtaler, en dag som våre medlemmer ga gode tilbakemeldinger på og som de setter stor pris på.

Nå starter planleggingen til hva vi skal finne på i desember '24.





Stein informerer fra Sentralstyret

I forrige nummer av Grenseløst startet jeg denne spalten hvor jeg informerer litt om noe av det som rører seg i Sentralstyret, og saker det jobbes med sentralt. Meningen er at det skal være en fast spalte, så her kommer andre utgave av den.

Aktivitetshjelpemidler

NHF sentralt har jobbet mye med påvirkning av våre sentrale politikere, og det ble en påplussing på årets bevilgning på 20 millioner. I den store sammenhengen er det kanskje ikke så mye, men det er akkurat så mange flere som kan få det aktivitetshjelpemidlet de ønsker seg. Men som de foregående årene er potten tom allerede nå, så beløpet som bevilges er fortsatt altfor lite. Til forskjell fra i fjor har de holdt av litt penger slik at det fortsatt er mulig å få service og reparasjoner og å søke om reservedeler til utstyr du allerede har fått.

Parkeringstillatelse for forflytningshemmede (eller HC-kort som vi ofte kaller det)

Statens Vegvesen har kommet med nye retningslinjer, og vi i NHF er både skuffet og skremt over de skjerpede dokumentasjonskravene som, ligger i dem. Og på toppen av det hele så prøver Vegvesenet å antyde at vi står bak de nye retningslinjene. Det gjør vi ikke og NHF sentralt har sendt brev til Statens Vegvesen hvor vi forlanger at påstanden om at de er laget i samarbeid med Norges Handikapforbund fjernes, samtidig som vi ber om flere endringer i retningslinjene.

CRPD – "FN-konvensjonen om rett til menneske med nedsett funksjonsevne"

For et drøyt år siden satte daværende Likestillingsminister Anette Trettebergstuen ned ekspertutvalget som skulle utrede inkorporeringen av CRPD i norsk lov. I midten av januar kom rapporten deres, og flertallet der var enige med oss i NHF og andre funksjonshemmedeorganisasjoner om at konvensjonen må plasseres i menneskerettsloven. Der ligger også FNs barnekonvensjon og kvinnekonvensjon. Disse konvensjonene trumfer derfor norsk lov i de tilfellene hvor lovverket og konvensjonen motsier hverandre. Vi venter nå på Regjeringen skal gi signaler om hva de tenker å gjøre med det rådet. Statens kvern fortsetter å male sakte.

Valg 2025

Sist skrev jeg litt om hva som er NHFs prioriterte saker vi skal jobbe med inn mot valget neste år. Nå er de politiske partiene i gang med å skrive sine partiprogram, og vi skal gi dem innspill til hva de bør mene i forhold til våre grupper. Det har vi delt inn i fire bolker som det er svært vanskelig å være uenige i:

- Like rettigheter
- Retten til å bevege seg fritt skal sikres
- Retten til å delta aktivt skal sikres
- Økonomisk likestilling

Under disse hovedoverskriftene har vi lagt inn våre forslag til hva de bør skrive i programmene sine. Innholdet vil være det samme til alle partiene, men hva vi vektlegger mest og hvordan vi presenterer budskapet vil variere litt avhengig av hvilket parti det er snakk om.

Bytte av Landsmøteår

Dette er en sak som mange har tenkt på lenge, og nå tar vi tak i det for alvor. Vi har som målsetting å bytte fra oddetallsår til partallsår for Landsmøtene, og hovedårsaken til det er å komme bort fra at vi har årsmøter i regionene og Landsmøte i valgår, slik at det spiser opp verdifull tid vi heller burde brukt på arbeidet med politikken vår opp mot politikerne. Som sagt er dette en målsetting. Det er ikke noe vi i sentralstyret kan vedta, men vi kommer til å utrede hva som må til for å få dette til og hvordan dette praktisk kan gjøres, og så vil saken bli lagt frem for organisasjonen gjennom høringer i løpet av året før den til slutt behandles på neste landsmøte.





Digitale likepersonssamlinger

Tekst: Birgitte Holmsen Foto: Anna-Lisbeth Mikalsen

Likeperson = Stille seg til disposisjon – Lytte - Gi håp - Være en medvandrer - Skape en god relasjon – vise en ny vei ved å være en likeperson.

Likepersonnettverket i region har gjennomført 2 digitale samlinger med Vincent Hagerup i vintermånedene januar. Vincent Hagerup har et engasjement for medmennesker i vårt samfunn som trenger hjelp og støtte, enten de er rammet av alvorlig sykdom, en annen større utfordring eller en krise i livet. Han arbeider i dag innen kreftomsorg, men har tidligere arbeidet innen psykiatri- og rusbehandling og vært prest noen år.

Han er utrolig god til å bruke av sin kunnskap og erfaringer til å vinkle det inn mot likepersonsarbeidet. Gi oss mer kunnskap på hvordan vi kan formidle våre egne erfaringer inn i en likepersonsamtale uten og uten å bli for personlig. Hvordan vi kan hjelpe og veilede andre uten å ta valget for den vi samtaler med. Han ga oss en del verktøy vi kan bruke i ulike samtaler og møter med andre. De som møtte opp var veldig fornøyde. Det er godt for gamle og nye likepersoner å få påfyll av kunnskap og lære ulike erfaringer i forhold til likepersonsarbeidet. Likepersoner gjør en kjempegod og meningsfylt jobb.



Deltagere på vår julesamling

Hilsen og oppsummering fra årets siste aktivitet i NHF Vestfold

I friskt snøvær den 8 desember i fjor, 2023 samlet lokal laget NHF Vestfold seg på den kjente og kjære Torp Hotel, i selskapslokalet der. Vi kom til flott juledekket langbord, men fin plass til både stol sittere og rullestol sittere. Flere av oss forståelig nok bekymra over eventuell vanskelig rullestol vær med snø og hjul som setter seg fast. Men alle kom etterhvert fint på plass.

Praten gikk løst og fast, slik som det pleier og det satte seg en julekoselig stemning over de to lang bordene. Da spesielt også når varm maten kom på plass. Til manges håpefulle forventning virket folk fornøyd. De fleste valgte tradisjonell julemat, imens noen av oss valgte kyllingsnadder og annet godt. Det var store og gode porsjoner. Stillheten senka seg noe, da de første bitene ble konsumert og deretter gikk praten om små og store hendelser i året som har vært. Vi skravla og lytta og latteren og smila satt løst.

Mange av oss har en felles forståelse av utfordringene det er med for eksempel HC parkering i kommunene vi dekker og TT-kort ordningen og jeg tenker at det føles fint å sette av noen timer til å komme sammen, før julestria har senka seg og det nye året ringes inn. Noen av oss treffes nå og da på digitale møter, men det blir noe annet å ses fysisk iblant. Vi skålte med brus, imens mørket senket seg utafør.

Det var spesielt hyggelig å få treffe på noen nye NHF fjes og jeg håper de vil komme på ting som vi arrangerer, i det nye året som kommer. Tankene gikk til hyggelige opplevelser som vi kan finne på sammen i 2024. Vi håper da at vi kan få med mange nye og unge engasjerte medlemmer, som har friske ideer og kan være med på å legge uopptråkka stier for lokal laget og for NHF generelt.

Da vi gode og mette etter riskrem med rød saus, fikk sagt God Jul til hverandre og kavet oss ut i snøværet hvert til vårt, for å komme hjemover, ble det riktig fin snø stemning. -Snøen danset ned rundt bilen på hver sin kant og det ble noen refleksjoner for meg selv, om året som har vært. Med snøen og alle julelysa rundt omkring i hager og husvegger, tenkte jeg på at vi er en fin gjeng. Og medlemmene spiller en stor rolle for organisasjonen på hver sin måte. Bare det å dukke opp og hilse på oss på julebordet vårt, betyr mye for lokallaget og for jobben vi ønsker å gjøre. Den vi alle skal gjøre sammen. Jeg tenker at året som kommer i NHF skal bli interessant.

Med masse gode ønsker for det nye året til alle i hele NHF familien fra alle oss i styret i NHF Vestfold

Kristina Jernstørm Lysebo
sekretær



Deltagere på vår julesamling

L F P S



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

LFPS Vestfolds aktivitetsplan for 2024

- 15. februar** Kafe treff Furulund Kro, start kl. 1200
- 21. mars** Årsmøte Torp Hotel, Fokserød, start kl. 1700 med middag
- 18. april** Kafe treff Furulund Kro, start kl. 1200
- 24. mai** Likepersonskonferanse Torp Hotel, Fokserød. Felleskonferanse med LFPS Telemark og Buskerud, start kl. 1100.
- 22. august** Lunsj treff Kokeriet, Sandefjord
- 12. september** Kafe treff Furulund Kro, start kl. 1200
- 17. oktober** Medlemsmøte Torp Hotel, Fokserød, start kl. 1700 med middag
- 28. november** Julemøte, bare dato bestemt foreløpig

Årsmøte LFPS Vestfold

Styret innkaller til årsmøte i LFPS Vestfold **torsdag 21. mars** på Torp Hotel, Fokserød.

Vi starter kl. 1700 med servering av middag.

Fra klokken 1800 blir det vanlig årsmøtesaker.
Vennligst meld deg på til Torunn Jacobsen innen
13. mars enten på telefon 911 93 461 eller epost
torunnjac@gmail.com

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.

Likepersonskonferanse fredag 24. mai

LFPS Vestfold inviterer medlemmer i LFPS Buskerud og Telemark til felles likepersonskonferanse på Torp Hotel, Fokserød, Sandefjord, fredag 24. mai.

Temaet vil være om smertemestring

Smerter er vi godt kjent med, men kanskje vi likevel vil ha nytte av å sette søkelyset på temaet av en fagperson som har erfaring med hvordan mestre smerter. Vi tar i hvert fall sjansen på at dette vil være et interessant tema for vår gruppe.

Vi har fått anbefalt spesialist i fysioterapi, Mathilde Myklebust, til å formidle sin kunnskap om

temaet smertemestring. Hun jobber til daglig ved smerteklinikken på Drammen sykehus.

Vi vil formidle mer informasjon når avtalen er i orden og hun kan fortelle hvordan hun legger opp konferansen.

Konferansen starter kl. 11.00. Dagen avsluttes rundt kl. 15.00. Det vil bli servert lunsj.

Meld deg på til Torunn Jacobsen, e-post
torunnjac@gmail.com eller mobil 911 93 461,
innen 15. mai.

Medlemmer i LFPS Telemark og Buskerud melder seg på til sin leder.

HJELPEMIDDEL SØR / ØST MESSEN

Vi har gleden av å invitere til
hjelpemiddelmesse i:

Skien Fritidspark, Skien

tirsdag 16. april 2024, kl 10:00-15:00

Ekeberghallen, Oslo

onsdag 17. april 2024, kl 10:00-15:00

Kongstenhallen, Fredrikstad

torsdag 18. april 2024, kl 10:00-15:00

Sørlandshallen, Kristiansand

tirsdag 23. april 2024, kl 10:00-15:00

Drammenshallen, Drammen

onsdag 24. april 2024, kl 10:00-15:00

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

Enkel servering

Gratis adgang

Velkommen til en innholdsrik dag!

Hilsen
Hjelpemiddelleverandørene

www.hjelpemiddelmessen-sorost.no

ST. HALVARD KVARTALET



Innflyttingsklare leiligheter

sthalvard.no

usbl



**Røyken & Hurum
Trafikkskole A/S**

Telefon 32 79 14 00
www.rh-trafikkskole.no

ALENTO



«Vi gjør hverandre gode»

Alento er en handlekraftig bygg- og anleggsentreprenør, hvor kundefokus, entreprenørskap og tillit står sentralt. Kunnskap og kompetanse er vårt viktigste verktøy. Vi ønsker å gjøre hverandre gode gjennom tett samarbeid med kunder og leverandører.

Tlf: 474 50 630 | post@alento.no | www.alento.no

 **asplan viak**


Sundrejordet 4,
3570 Ål

Tlf. 417 99 417

www.asplanviak.no

Stua-Fjeld Blomster

Man-ons:	0900-1600
Torsdag:	0900-1700
Fredag:	0900-1600
Lørdag:	0900-1500

Besøk oss på Facebook! 

 **EXTRA**
Extra Klekken

Øvre Klekkenvei 53
3514 Hønefoss

Tlf: 32 13 25 90

Laagendalsposten

Vi gir deg det som skjer der du bor | Les mer på www.laagendalsposten.no

VI GIR OSS ALDRI PÅ PRIS!



KIWI mini pris

Kjøp kjapt, trygt og billig

KIWI'S PRISLOFTE
"VI GIR OSS
ALDRI
PÅ PRIS!"

D R A M M E N

Grimsrud Anlegg AS

SE-2117 TRONDHEIM TLF. 73 50 11 11

www.grimsrud-anlegg.no



www.kirkengeiendom.no



ANTONAS BYGG

antanas@antonasbygg.no
 Gundesøhagen 78, 3039 Drammen
 Tlf: +47 454 79 006



LOTHE & MOTZFELDT
 MALERMESTERE • INTERIØRSENTER
 FARGERIKE



Drammen: Tlf. 32 83 16 88
 Avd. Kongsberg: Tlf. 32 76 43 00
 www.dkf.no Mail: magne@dkf.no

H O L E



HOLE KOMMUNE
 - tiltak for funksjonshemmede

H U R U M

Helle og Jonsson AS

Navarhaugen 3, 3475 Sætre
Telefon: 917 29 735

H U R U M

Ravnsborg
 Gartneri og Hagesenter
 3484 Holmsbu
Tlf. 908 79 486

WEAR MASKIN AS

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

BYGG- OG TØMRERMESTER
HANS PETTER KRANE

Berglibakken 14, 3484 Holmsbu
Tlf. 97 09 84 82
 25-årsjubileum

Elektroforum

Åsveien 9 – 3475 Sætre
 Mobil: 916 51 094

K O N G S B E R G

KCT
KONGSBERG
 CONTAINERTRANSPORT AS
 Tlf. 464 70 000

L I E R

REMA 1000
LIERSTRANDA

Lierstranda 93
 Åpningstider: 7-23 (7-23)



ACCEPT ✓
 SERVICEPARTNER

M O D U M

BERGAN
 SMIE OG VERKSTED

3340 Åmot • Tlf. 32 78 41 09
 Epost: post@bergansmie.no

M O D U M

FRODE LIEN
TRANSPORT AS
 Sponeveien 23
 3370 Vikersund

SPAR

- du kjenner oss

EUROSPAR VIKERSUND
 GRANDPLASSEN • 3370 VIKERSUND
Tlf. 32 78 17 80

blå bolig Vikersund
 Entreprenør AS

N E D R E E I K E R

price

Price - Nybruveien 7 - 3055 Krokstadelva
 price@lagerbutikk.no - www.lagerbutikk.no
 Tlf. 32 23 10 80



EIKER HUSBYGG AS
 NYBYGG - TILBYGG - REPARASJON

Tlf. 910 02 292
 www.eikerhusbygg.no

R I N G E R I K E

Bratvold
Boligventilasjon AS
 90 19 75 54



bilia

Bilia Personbil as
 Asbjørnsens gate 21, 3515 Hønefoss
 www.bilia.no

SVERRE *Haugli* Bilforretning AS



Storgata 26
 3510 Hønefoss
 www.sverre-haugli.no



RINGO

Kong Rings gate 1, 3510 Hønefoss
Tlf. 466 65 714

Barman Hansen AS

Hvervenmoveien 45, 3511 Hønefoss
 Telefon: 31 09 30 00 | Mobil: 959 31 318
 Epost: support@barman-hanssen.no | www.barman-hanssen.no

RINGERIKE

XPND [®]

ØVRE EIKER

Nils Ivar Braathen AS
 Transport
 Horgenveien 37, 3300 Hokksund
 Tlf. 913 94 618

SIGDAL

BLINK HUS Sigdal

Tlf: 32 71 14 90
www.blink-hus.no

RVS AS

ACLIMA [®]

DNB
 Fra A til Å

PowerTech

Member of  **MIDROC**

TRYGG VEI

– veien til sikker trafikk

SVANSTUL – *ditt nærmeste hytteparadis!*

www.svanstul.no / tlf. 904 77 871

RØRLEGGER

THOMAS WESTGÅRD AS

* VANN
 * VARME
 * SANITÆR

930 05 181 - 35 53 46 02

Engros AS
 Avdeling Kongsberg
 Bandasje

Kirkegata 9, 3616 Kongsberg
 Tlf: 32 73 63 75
kundeservice2@kongsberg-bandasje.no

KONGSBERG

www.kongsberg.com

TELEMARK TAXI 03500

Maxitaxi
 Persontransport fra fem til 16 personer, transport av funksjonshemmede i rullestol, bryllups- og selskapskjøring, samt annen gruppetransport.

Neste gang dere skal på tur med foreningen, vennegjengen eller bedriften, så be om en pris fra oss.

BAMBLE



Strandgt. 1, 3960 Stathelle,
Telefon 915 59 475

BRB BYGG AS

Hellebergvn. 37, 3960 Stathelle
Bygg • Byggetegninger • Murer tjenester
Tømrere og tømrertjenester
Tlf. 35 96 27 70

KRAGERØ

KIWI mini
pris

KALSTAD • Tlf. 35 98 91 80

Ørvik Plantemarked AS

Dalanev. 2 A, 3770 Kragerø
Tlf. 35 98 36 00

NOME



ULEFOS
CAPPLEN GROUP

NOTODDEN

Bohus
NOTODDEN

Tlf. 35 02 94 40

PORSGRUNN



Kollskjeggveien 1, 3917 Porsgrunn
Tlf. 35 55 88 66

nr1 Trafikkskole
PORSGRUNN

Jernbanegata 7, 3916 Porsgrunn
nr1trafikkskole.no

SELJORD



Seljord kommune

3840 Seljord
Tlf. 35 06 51 00 • www.seljord.kommune.no

Seljord Rekneskapservice AS

Nyv. 3A, 3840 Seljord
Tlf. 35 05 80 00

www.seljordregnskap.no

SKIEN

FARGERIKE
f. Christoffersens

Porsgrunn, Skippergata 12 – 415 34 707
Skien, Rødmyrsvingen 53 – 41534 701
www.cchristoffersens.no

A.L. HØYER
RÅDGIVENDE INGENIØRER BYGGETEKNIKK

LARVIK

Elektro
Arild Andersen Elektro AS
Tlf. 33 13 55 90 Mob. 915 53 232

Asbjørn Næss
Transport AS

Holmfossveien 12, 3282 Kvelde | Tlf. 33 15 65 00
www.asbjorn-ness.no

Maskinentreprenør
Stensvold
Anlegg AS

BYGGMESTERFIRMA
MARTINSEN & ØSTBY AS
Ulav. 135, 3280 Tjodalyng Tlf. 900 70 372
E-post: haavard@martinsenostby.no

RE



NØTTERØY

Til deg som skal bygge!

Om det gjelder nybygg, tilbygg, rehabilitering eller modernisering.
Fra det minste til det største. Med dyktige fagfolk garanterer vi resultatet.

E-post:
joachim@andersenbakke.no



SANDE



SANDEFJORD



Vidaraasen Landsby
ET CAMPBILL-FELLESKAP, 3108 ANDERBY



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

Fjorden
Elektro
www.fjordenelektro.no

Istrail
Nordre Kullerød 17, 3241 Sandefjord
Tlf. 35 94 87 50 • www.istrail.com

Fatland

Tlf. 32 48 52 00
www.fatland.no

TØNSBERG

Vestfold
Liftutleie AS
Kopstadveien 519, 3178 Våle
Tlf. 33 06 03 38 / 480 28 816 | post@vestfold-liftutleie.no

Vestfold Antirust
Raveien 320, 3184 BORRE
Tlf. 33 33 25 99 | vestfoldantirust.no

1-2-Tre
BYGGELEMENTER
Bispeveien 1526, 3178 Våle
Tlf. 33 06 17 70 • www.1-2-tre.no

Wilmanns pusleside *Løsning på side 30*

I denne spalten finner du litt forskjellige oppgaver. Det kan være alt fra tradisjonell Quiz til litt mer finurlige oppgaver. Dette er ikke en konkurranse, den eneste du konkurrerer mot er deg selv for facit finnes et annet sted i bladet.

Lek med kort:



På dette bildet ser du en ramme lagt ut av kort fra en kortstokk. Summen av kortene både vannrett og loddrett er 22.

Din oppgave er å ta to kort til fra den samme kortstokken og legge dem oppå to av kortene i rammen slik at summen både vannrett og loddrett blir 23. Kortene du legger ut skal være av samme type (spar hjerter/ruter/kløver).

Hvilke to kort legger du ut?

Jonas Gahr Støres tidligere statsråder:

Det er vanlig at det i løpet av en regjeringperiode er en viss utskifting av statsråder i en regjering, men i de siste regjeringene har det vært en økende trend at statsråder må gå på grunn av uregelmessigheter av et eller annet slag. (Solberg-regjeringene hadde f. eks 7 justisministre.) Denne oppgaven går ut på å koble avgått statsråd i den nåværende regjeringen med årsak til at de gikk av.

I listen nedenfor ser du alle statsrådene som har gått ut av regjeringen til Jonas Gahr Støre (før 1. februar 2024) og en rekke med årsaker. Årsakene er bare satt inn hulter til bulter. Din oppgave er å bytte rundt på dem så riktig årsak kommer bak den enkelte statsråd. Klarer du å få riktig årsak på alle?

Statsråd	Årsak
Anniken Huitfeldt	Inhabilitet i utnevning av personer til viktige verv
Hadia Tajik	Handel med våpenaksjer (Inhabilitet)
Marte Mjøs Persen	Plagiat i masteroppgave
Sigbjørn Gjelsvik	Ingen kjent årsak, ble bare byttet ut
Anette Trettebergstuen	Urettmessig bruk av pendlerbolig
Ola Borten Moe	Ektefelles handel med aksjer (Inhabilitet)
Sandra Borch	Ingen kjent årsak, ble bare byttet ut
Bjørnar Skjæran	Varslingssaker
Odd Roger Enoksen	Ingen kjent årsak, ble bare byttet ut

Trenger du **noen** å snakke med?

En samtale med forståelse og tid!

Likepersonsarbeidet i vår region er og blir en stor satsning. Likepersoner er der for deg når du kjenner du trenger noen å snakke med og som forstår deg, uten at du trenger og unnskyldte deg. Alle samtaler er like viktige.

Gjennom vår likepersonstjeneste vil vi gi deg trygghet og støtte når du står i en livskrise eller du befinner deg i en utfordrende livssituasjon. Det kan være at du eller noen du står nær har vært gjennom alvorlig sykdom, utsatt for ulykke å må starte et annerledes liv enn det du så for deg. Eller at du har levd med funksjonsnedsettelse hele livet, men føler kroppen og energien har blitt forandret etter hvert som årene går. Det kan også være pårørende som trenger en å dele sine tanker med til noen som forstår.

I Norges Handikapforbund Oslofjord Vest har vi et nettverk av erfarne medlemmer som selv har opplevd å få livet snudd på hodet etter en alvorlig sykdom, en ulykke, fått barn med en funksjonsnedsettelse, har medfødte 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 har fått opplæring og har taushetsplikt.

En likeperson

Når livssituasjonen endres på ulike måter og kan bli mer krevende, viser det seg at det å kunne snakke med

noen som har vært gjennom noe lignende 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 unnskyldte deg. Tersklene for å ta kontakt med en likeperson skal være lav. Alle nye livssituasjoner kan være krevende å stå i alene. Ikke nøl med å kontakte oss. Vi ønsker å være der for deg. Våre landsforeninger har utdannet mange (hovedsakelig diagnoserettet) likepersoner. Ta kontakt med disse så kan de gi deg råd og bistand (en oversikt finnes et annet sted i Grenseløst). I tillegg har regionen erfaringshjelpere, som kan vise vei om du trenger erfaringsbasert rettighetshjelp.

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 med alt, hvilke tjenester kan familien da få hjelp til? Hvilke hjelpemidler kan være til hjelp og nytte og hvordan skal vi skaffe disse? Det kan være små eller store spørsmål som man ikke har hatt anledning til å forberede seg på.

Ta gjerne kontakt med våre *erfaringshjelpere!*

Regionens likepersonskontakter er:

Gro B. Rohde

Tlf.: 483 94 416

Epost: regionleder@hfoslofjordvest.no

Birgitte Holmsen Kristiansen

Epost: birgitteh05@gmail.com

Bil, hjelpemidler og øvrige spørsmål:

Atle Haglund

Tlf.: 930 54 244

Epost: atle@atlesiden.no

Bilsaker, NAV og Husbanken

Arve Kristoffersen

Tlf.: 481 27 001

Epost: arv-kr@online.no

Brukerstyrt personlig assistanse (BPA)

Petter Schupp

Epost: BPA@nhfoslofjordvest.no

Øvrige henvendelser kan rettes til:

NHF Oslofjord Vest

Tlf.: 913 03 738

Epost: kontoret@nhfoslofjordvest.no

Oversikt regionstyret, lokallag og landsforeninger

Regionstyret 2023-2025

Leder:

Gro Rohde
Tlf.: 48 39 44 16
regionleder@nhfoslofjordvest.no

Nestleder:

Stein Wilmann
Tlf.: 90 62 85 04
stein@gorgonvaktmester.net

Styremedlemmer:

Birgitte Holmsen Kristiansen
Tlf.: 98 84 22 21
birgitteh05@gmail.com

Franck Tore Larsen
Tlf.: 90 82 21 75
franck-l@online.no

Abdirahim Mohamed Botan
Tlf.: 97 19 02 84
abdirahimbotan@gmail.com

Varamedlem:

Lillian H Nagel
Tlf.: 94 17 27 87
lillian.nagel@hbf.no

Cathrine Bergan
Tlf.: 45 42 78 83
bergan.cathrine@gmail.com

Regionkontoret

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

NHFU Oslofjord Vest

Kontaktperson:
Julie Bløchlinger
juliesmart87@gmail.com

NHF Ung Voksen

Kontaktperson:
Birgitte Holmsen Kristiansen
Birgitteh05@gmail.com

Lokallag

NHF Drammen og omegn
Kontakt regionskontoret

NHF Gol

Marie Hoftun Treverk
Tlf.: 41 42 21 34
mtreverk@online.no

NHF Grenland

Heidi Skare Kristiansen
Tlf.: 99 38 41 94
nhf.grenland@nhfoslofjordvest.no

NHF Hovet

Magda Lerberg
Tlf.: 95 21 26 44

NHF Hurum

Inger Marie Nilsen
Tlf.: 46 95 11 46
roge-n2@online.no

NHF Nome

Fung leder: Ruth Vetne
ruth@vetne.com

NHF Nore og Uvdal

Inga Haugen
Tlf.: 98 61 29 89
ingakravik@gmail.com

NHF Ringerike

Harald Mælingen
Tlf.: 90 13 96 72
harmaeli@online.no

NHF Røyken

Lisbeth Larsen
Tlf.: 91 31 66 86
lisbet2@online.no

NHF Vestfold

Gro B. Rohde
Tlf.: 48 39 44 16
nhf.sondre.vestfold@nhfoslofjordvest.no

NHF Vestfossen

Jan Ronald Skogsrud
Tlf.: 92 61 37 94
jaskogs@online.no

NHF Vest Telemark

Gunvor Hegni
Tel: 35 05 22 95 / 90 95 22 95
gunvorhegni@gmail.com

Arbeidsmiljøskaddes Landsforening:

ALF Buskerud

Jan Arne Dammen
Tlf.: 90 59 31 53
arnedam@online.no

Handikappede Barns Foreldreforening:

HBF Buskerud og Vestfold

Leder: Lillian H Nagel
Tlf.: 94 17 27 87
lillian.nagel@hbf.no

HBF Notodden

Kontakt regionkontoret

AMC

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

Landsforeningen for Ryggmargsskade:

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 Nakkeskade:

LFN Telemark

Kimmie Skarbø
lfntelemark.kas@yahoo.com

LFN Buskerud

Kontaktperson: Vidar Holst
Tlf.: 95 87 45 97
vidhols@online.no

Landsforeningen for Polioskade:

LFPS Buskerud

Leder: Anne-Lise Bekkevold
Tlf.: 48096818
annelise.bekkevold@gmail.com

LFPS Telemark

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

LFPS Vestfold

Torunn Jacobsen
Tlf.: 91 19 34 61
torunnjac@gmail.com

Landsforeningen For Slagrammede:

LFS Buskerud

Kontakt regionskontoret

LFS Telemark

Leder: Vibecke Selliken
Tlf.: 98 82 25 76
vselliken@outlook.com

LFS Vestfold

Arne Mjåland
Tlf.: 90 19 83 05
firehjuling@gmail.com

Landsforeningen for kvinner med Bekkenleddsmerter:

LKB Buskerud

Leder:
Lenny Moholt
Tlf.: 93420970
buskerud@lkb.no

LKB Telemark

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

LKB Vestfold

Sol-Hege Nathalie Kotte
Tlf.: 41 23 29 33
vestfold@lkb.no

Norsk Forening for Arvelig -Spastisk Paraparese/ -Ataksi (NASPA):

NASPA (kontaktperson)

Rune Johansen
Tlf.: 94 32 43 90
naspa@nhf.no



Norges
Handikapforbund
Oslofjord Vest

Lokallagskalender 2024

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

Slik ser kalenderen ut i øyeblikket:

Februar 2024

- 14. Regionstyremøte
- 15. Kafetreff LFPS Vestfold
- 20. Årsmøte NHF Gol
- 21. Styremøte SAFO TVB
- 22. Årsmøte, NHF Grenland
- 26. Årsmøte LFN Telemark
- 28. Årsmøte LFA Oslofjord Vest

Mars 2024

- 07. Årsmøte LKB Buskerud
- 07. Sentralstyremøte
- 08. Markering av kvinnedagen, tema: Vold og overgrep mot funksjonshemmede kvinner
- 12. Årsmøte NHF Røyken
- 13. Dialogmøte SAFO TVB medlemmer i kommunale- og fylkeskommunale råd

13. Årsmøte NHF Vestfold

- 13. Dialogmøte SAFO TVB medlemmer i brukerutvalg ved helseforetak
- 16.-17. Årsmøte LARS Oslofjord Vest
- 20. Regionstyremøte
- 21. Årsmøte LFPS Vestfold
- 21. Medlemsmøte NHF Grenland

April 2024

- 13. Likepersonsamling for våre ungdommer Alle medlemmer under 30 år i regionen
- 18. Kafetreff LFPS Vestfold
- 24. Regionstyremøte
- 25. Medlemsmøte NHF Grenland
- 25. Sentralstyremøte

Mai 2024

- 03. Deadline Grenseløst 2 2024
- 13. Styremøte SAFO TVB
- 13. Årsmøte SAFO TVB
- 13. Styremøte SAFO TVB
- 24. Likepersonkonferanse LFPS Vestfold, LFPS Buskerud og LFPS Telemark
- 29. Regionstyremøte
- 30. Medlemsmøte NHF Grenland

Faste aktiviteter:

ALF Buskerud

- Kafetreff på Årbogen hver onsdag kl. 12.00

LFS Telemark

Fra august blir det faste møter første torsdag hver måned kl 18 på Lærings- og mestringssenteret, bygg 70.

LFS Vestfold

SLAGKAFF: Hver 1. torsdag i måneden. Shuffelboard annenhver uke.

LFPS Vestfold

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

HBF Notodden

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

LKB Telemark

Badedag torsdager kl. 20.00 – 2130 på Stridsklev.

NHF 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 (Dagsrud) torsdager fra kl. 15.00 – 16.00

Løsning pusleside fra side 26

Løsning på «Lek med kort»:

Du må legge kløver 8 over hjerter 7, og kløver 6 over ruter 5.

Løsning på «Jonas Gahr Støres tidligere statsråder»:

Statsråd	Årsak
Anniken Huitfeldt	Ektefelles handel med aksjer
Hadia Tajik	Urettmessig bruk av pendlerbolig
Marte Mjøs Persen	Ingen kjent årsak, ble bare byttet ut
Sigbjørn Gjelsvik	Ingen kjent årsak, ble bare byttet ut
Anette Trettebergstuen	Inhabilitet i utnevning av personer til viktige verv
Ola Borten Moe	Handel med våpenaksjer (Inhabilitet)
Sandra Borch	Plagiat i masteroppgave
Bjørnar Skjæran	Ingen kjent årsak, ble bare byttet ut
Odd Roger Enoksen	Varslingssaker



Ønsker du å motta vårt medlemsblad Grenseløst kun elektronisk?

Dette kan du få ved å sende en e-post til kontoret@nhfoslofjordvest.no



Markering av kvinnedagen 8.mars

Vi inviterer til en digital samling på kvinnedagen 8.mars
kl 13.00 -14.00.

Tema for samlingen er vold og overgrep mot funksjonshemmede kvinner.

Vold mot kvinner er dessverre et høyst aktuelt tema i dagens samfunn, fordi man ser en alvorlig utvikling, spesielt i nære relasjoner. Vi ønsker derfor å rette fokus mot funksjonshemmede kvinner og være med i kampen om å bekjempe vold og overgrep mot kvinner!

Ønsker du å være med å markere kvinnedagen sammen med oss digitalt, så meld deg på til anna-lisbeth@nhf.no

Velkommen på skjermen!!

Vi ønsker dere en god kvinnedag og bruk din stemme!

Hilsen Anna-Lisbeth og Birgitte

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 æresmedlemskap, 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 landsforening 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.

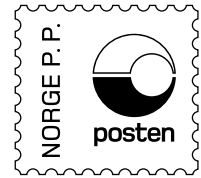
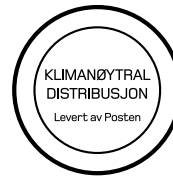
Adressaten betaler for sending i Norge



Norges
Handikapforbund

Norges Handikapforbund
Svarsending 0047
0090 Oslo

Returadresse:
Norges
Handikapforbund
Oslofjord Vest
Skogergaten 1
3112 Tønsberg



Beste funksjon og livskvalitet for den enkelte!

Ortopediteknisk senter
i Vestfold og Telemark

teknomed.no

