



Norges
Handikapforbund
Oslofjord Vest

grenseløst

01/2025 • Vestfold og Telemark og Buskerud • Norges Handikapforbund



Regjeringen vil ta CRPD inn i menneskerettsloven!

Side 04

80 årsjubileum i NHF Vestfossen • Kampen mot Poliomyelitt • Nytt fra NHFU
• Vinteraktivitetsdag 8. mars • Wilmanns pusleside • Stein informerer fra
sentralstyret • Mye moro i HBF



Regionleder

Gro Rohde
ansvarlig redaktør

Hei på dere alle!

Først og fremst, selv om det er på slutten av januar så vil jeg si på vegne av hele regionstyret GODT NYTT ÅR!

På tampen av fjoråret, mistet vi to bautaer i vår NHF familie, dere finner minneord om Arve Kristoffersen og Annie Granum lenger bak i bladet. Det er alltid trist når vi mister noen av våre.

Vi har mange flotte lokallag og mange av laga begynner å bli «godt opp i åra!» Jeg var så heldig at jeg fikk være med på å feire 80 års dagen til NHF Vestfossen. NHF Vestfossen er et lag som «alltid» har vært der, andre lag har kommet og gått, men NHF Vestfossen har bestått. NHF Vestfossen stiller trofast opp på årsmøter og lederkonferanser. De hadde i mange år sin egen mann, altså Jan Ronald Skogsrud, i regionstyret fra 2004 – 2011. 3 år som styremedlem og så 4 år som nestleder mens Kristian Sommerseth var leder. NHF Vestfossen har bidratt positivt i nabolaget sitt i alle år, noe Vestfossen-samfunnet nyter godt av. Ruth Vincent var leder i mange år, hun var en stor aktivist i en tid da holdningene i samfunnet var generelt mye dårligere enn det de er nå. Lenger bak i bladet, kan dere lese litt om det flotte laget!

Vår ryggrad

Det er lokallagene som er ryggraden i organisasjonen vår, der gjøres det så utrolig mye flott arbeid og aktiviteter. Noen lag har stor medlemsmasse noen har liten. Vi har også en stor del medlemmer som er direkte medlemmer i regionen, og til alle dere så vil jeg oppfordre dere til å ta kontakt med kontoret for å bli flyttet til et lokallag nær der dere bor. Det er der de fleste aktivitetene foregår, og det er noe med det å treffe folk i nærmiljøet, bygge nettverk og vennskap. Det er flere av våre lokallag, uavhengig om det er NHF lokallag eller lokallag av en av våre mange landsforeninger, som samarbeider på tvers av lag. Det er flott å se!

Du kan også lese om et felles arrangement mellom lokallag lenger bak i bladet. På selveste kvinnedagen 8. mars så har LFS Vestfold, LARS Oslofjord Vest og NHF Vestfold en vinteraktivitetsdag i det flotte anlegget som er på Storås i Stokke. Vi håper mange av dere tar turen dit, men husk å sende påmelding til Arne Mjåland!

Tid for årsmøter

På ekstraordinært landsmøte 25 januar ble det bestemt at ordinært landsmøtet blir flyttet fra 2025 til 2026. Det kan du lese mer om i spalten «Stein informerer fra sentralstyret» litt lenger bak i bladet. Der får du vite at det kan ha en helt praktisk konsekvens for dere og årsmøtene i lokallaget deres. Du kan også lese i spalten hans at vi blir flere! Det er så flott! Jo flere vi er, desto sterkere er vi!

Årsmøtet er organisasjonsleddets høyeste myndighet, og skal avholdes minst annethvert år og da samme år som det er landsmøte. Lokallag skal avholde årsmøte innen utgangen av mars. Med årsmøtet så følger det også en del oppgaver som må gjøres. Det må sendes inn en del papirer og rapporter til regionen så fort som mulig etter årsmøtet, og senest innen 1.mai. Dersom det ikke sendes inn så vil lokallaget miste bl.a. medlemskontingent og momskompensasjon. Og så er det

kjempeviktig at lokallagene husker å oppdatere opplysningene sine i Brønnøysundregisteret.

Et aktivt medlemsblad

For at vi skal kunne ha et aktivt og flott medlemsblad er vi avhengige av at dere sender inn stoff til bladet. Send inn fra aktiviteter dere gjør, reiser dere er på, ting som opptar dere. På side 2 finner dere en liten spalte, der står det når neste innsendelsesfrist er. Det du vil sende inn sendes til kontoret@nhfoslofjordvest.no

Blir du diskriminert?

NHF skal se på diskrimineringsvernet i Norge. Går du inn på nettsiden til NHF så finner du artikkelen «Blir du diskriminert?», men siden vi vet at mange av våre medlemmer ikke er digitale, så limer jeg inn det som står der:

Av rundt 1000 klager til Diskrimineringsnemnda fra oktober 2018 og frem til i dag, så har kun 128 fått medhold. De fleste klager blir enten henlagt, avvist, trukket eller avsluttet pga. manglende oppfølging fra klager. Av alle klagen på vårt område er det under 10% som omhandler manglende fysisk universell utforming.

Hvorfor er det så få personer som klager på diskriminering og hvorfor er det så få personer som får medhold?

Vi ønsker å intervju personer som har prøvd klageretten sin, samt personer som er utsatt for diskriminering, men som har valgt å ikke klage.

Med erfaringer og fakta vil vi utvikle en veileder for å motivere, bevisstgjøre og dyktiggjøre funksjonshindrede til å bruke diskrimineringsvernet mer riktig og aktivt.

Kan vi høre din historie? Ta kontakt med vår rådgiver Kristian Lian på epost: kristian.lian@nhf.no eller tlf 402 30 676. Din historie vil bli anonymisert.

En stor takk

Alle våre tillitsvalgte, uavhengig av om det er et NHF lokallag eller et landsforeningslag er fantastiske mennesker som tar av sin fritid for å være med på å påvirke og lage aktiviteter for at vi skal ha et tilbud. Det er ikke bare ute i lokallagene at tillitsvalgte er frivillige, det gjelder også oss som sitter i regionstyret og andre aktiviteter i regi av regionen. I tillegg har vi også alle som står på i forskjellige komiteer, utvalg og prosjekter uten at man nødvendigvis er blitt valgt på et årsmøte. Jeg er utrolig stolt av alle som gjør en så flott jobb. Takk for at du gir av din tid og takk for at du deler din kunnskap!

Frem til vi ses eller høres neste gang, ta godt vare på deg selv og dine!

Hilsen Gro

Innhold:



80 årsjubileum i NHF Vestfossen

s 12



Kampen mot Poliomyelitt

- I februar arrangerte Rotary et informasjonsmøte ang kampen mot poliomyelitt.

s 15



Nytt fra NHFU

- Oppdateringer fra NHFU

s 13



Mye moro i HBF

- Handikappede Barns Foreldreforening (HBF) Buskerud og Vestfold er et aktivt og sosialt lokallag som arrangerer ulike aktiviteter om lag en gang i måneden.

s 06-07

ELLERS: *Wilmanns pusleside, Stein informerer fra sentralstyret, Minneord*



Norges
Handikappforbund
Oslofjord Vest

Grenseløst

Medlemsblad for Norges
Handikappforbund Oslofjord
Vest (Buskerud, Telemark
og Vestfold) - 37. årgang
Utkommer 4 ganger pr. år

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

Redaksjonen avsluttet
05. februar 2025

Manusfrist neste utgave
01. mai 2025

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

Stein Wilmann

Design/Layout:

Steinar Zahl
studiozate.com

Annonser:

Bell Media
Tlf. 48 00 54 24

Trykk:

RKGrafisk AS
Tlf. 99 21 42 00

ISSN 189-3971

Forsidefoto:
NHF



Anna-Lisbeth Mikalsen
Regionkontorleder

Regjeringen vil fremme forslag om å ta CRPD inn i menneskerettighetsloven!

For aller første gang vil en sittende regjering legge frem et forslag for Stortinget om å ta FNs konvensjon for mennesker med nedsatt funksjonsevne (CRPD) inn i menneskerettighetsloven. Denne viktige nyheten ble delt av statsminister Jonas Gahr Støre på en pressekonferanse i handikapforbundets lokaler, i samarbeid med kultur- og likestillingsminister Lubna Jaffery, arbeids- og inkluderingsminister Tonje Brenna og justis- og beredskapsminister Astri Aas-Hansen. Dette er et steg i riktig retning for et mer inkluderende Norge, og en stor seier for funksjonshemmedes menneskerettigheter.

Vi i Handikapforbundet har i mange år arbeidet for å gjøre dette til virkelighet. Dette forslaget er en mulighet til å sikre at funksjonshemmede får de samme rettighetene som alle andre. Det er et mål som støttes av mange politiske partier, og vi håper at forslaget får et solid flertall når det behandles i Stortinget. Vi oppfordrer alle folkevalgte i alle partier til å vurdere spørsmålet prinsipielt: Er personer med funksjonsnedsettelse sine menneskerettigheter like mye verdt som barns eller kvinners rettigheter? Hvis svaret er ja, bør de støtte dette forslaget.

Hvorfor er dette så viktig? Selv om funksjonshemmede i Norge i dag har de samme rettighetene som andre, så møter vi fortsatt barrierer som hindrer oss i å nyte disse rettighetene på lik linje med resten av befolkningen. CRPD ble skapt for å adressere denne urettferdigheten – for å vise hva som trengs for å sikre like rettigheter i praksis, ikke bare på papiret.

CRPD ble vedtatt av FN i 2006, og Norge signerte konvensjonen i 2007 og ratifiserte den i 2013. Men fordi CRPD ikke er en del av norsk lov på samme måte som barnekonvensjonen og kvinnekonvensjonen, er våre rettigheter i realiteten svakere. I 2019 ble Norge kritisert av FN for systematiske brudd på menneskerettighetene, blant annet for ikke å ha tatt CRPD inn i norsk lov.

Å ta CRPD inn i menneskerettighetsloven er et viktig skritt for å sikre at funksjonshemmede i Norge får fullt

utbytte av sine rettigheter. Dette vil gi funksjonshemmede den samme beskyttelsen som andre grupper, og bidra til å skape et mer inkluderende samfunn. La oss sørge for at mennesker med funksjonsnedsettelse får de samme mulighetene og rettighetene som alle andre. Jeg oppfordrer alle der ute som har en mulighet til å påvirke politikerne i en positiv retning, til å hjelpe oss med å få lovforslaget vedtatt av Stortinget i år.

I 2025 står vi overfor en historisk mulighet for funksjonshemmedes menneskerettigheter i Norge. Jeg håper virkelig vi kommer i mål denne gangen.

Godt nytt menneskerettighets år!

- Anna-Lisbeth







Mye moro med HBF

Handikappede Barns Foreldreforening (HBF) Buskerud og Vestfold er et aktivt og sosialt lokallag som arrangerer ulike aktiviteter om lag en gang i måneden.

Tekst: Lillian Nagel Bilder: HBF

I oktober var vi i Dyreparken i Kristiansand. Helgen var siste helg i høstferien for Buskerud og første helg i høstferien for Vestfold. 99 deltakere koste seg sammen og ble kjent med hverandre, det var mange nye medlemmer med. Været var på vår side og det var fint å gå rundt i parken, med litt mindre folk og støy enn det er i sommerferien. Noen av attraksjonene var dessverre stengt for sesongen, for eksempel båtturer med Den Sorte Dame, men vi fikk heldigvis en tur likevel da det var en del av sjørøverfrokosten. Dessverre hadde Kaptein Sabeltann reist på tokt, men Langemann møtte opp og tok ansvar. Hver familie bodde i sjørøverkåker i Abra Havn og vi spiste middag sammen om kveldene. Denne turen var så vellykket at vi allerede har bestilt ny tur høstferien 2025.

I desember var det ca 50 medlemmer og så Juleskurken i Drammens Teater og i februar var ca 60 medlemmer i Oslo og så Disney On Ice.

Innimellom er det også aktiviteter på Lekeland

i Drammen (90 deltakere), bowling, og Rush trampolinepark.

Nylig hadde vi også foreldretur på Kiel-ferga med 24 deltakere som hygget seg i lag.

Aktivitetsnivået i Vestfold tar seg også opp, der har vi hatt bowling, teater og utedag i snøen.

Vi opplever at vi får flere og flere medlemmer og at det er et "generasjonsskifte" i foreningen. Det synes vi er veldig hyggelig. Vi har for tiden et aktivt og engasjert styre som tar tak og svinger seg rundt sånn at små og store finner glede og fellesskap på tvers av familie- og livssituasjoner.





HJELPEMIDDEL MESSEN

SØR - ØST

Vi har gleden av å invitere
til hjelpemiddelmesse 2025

Skien Fritidspark, Skien

tirsdag 6. mai kl. 10:00 -15:00

Drammenshallen, Drammen

onsdag 7. mai kl. 10:00 -15:00

Sørlandshallen, Kristiansand

torsdag 8. mai kl. 10:00 -15:00

Ekeberghallen, Oslo

tirsdag 13. mai kl. 10:00 -15:00

Kongstenhallen, Fredrikstad

onsdag 14. mai 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

Vinteraktivitetsdag - Lørdag 8. mars

- langrenn og aking for hele familien



Vi inviterer alle med funksjonsnedsettelse til en **GRATIS** vinteraktivitetsdag – ta gjerne med hele familien!

Vi har skilator og piggekjelker til utlån, men **ta med egne akebrett og ski!**

Stokke IL - ski vil være med og ha enkel instruksjon på ski og «skisprell» for de minste.

Det vil være mulighet for å være sosial rundt bålpanna. Vi server kyllingpølser/wienerpølser og kake til kaffen.

Arrangører;

LFS Vestfold, LARS Oslofjord Vest og NHF Vestfold med praktisk hjelp fra Vestfold og Telemark Idrettskrets og Stokke IL - ski

Tid:

lørdag 8. mars kl 12:00-15:00

Sted:

[Storås Langrennsarena, Stokke](#)

Påmelding:

Arne Mjåland tlf 90 19 83 05 eller firehjuling@gmail.com

Påmeldingsfrist:

5. mars



Norges
Handikappforbund



NORGES
IDRETTSFORBUND
Vestfold og Telemark idrettskrets

Bli med på en fin dag i et flott anlegg!



To fluer i en smekk - Mestringstur til Kiel

Tekst & Foto: Jan Arne Dammen

Det var 3. februar A.L.F. Buskerud arrangerte mestringstur til Kiel for 25 medlemmer. «Mestringstur med Color Fantasy».

Sammen med Svanhild Gustavsen Sollid informerte jeg om 113appen og hvordan finne nærmeste hjertestarter. Vi er begge opptatt av at alle hjertestartere skal være registret.

Knut Aga som også var Quiz master viste den spektakulære filmen fra Norsk Natursenter.

Appen «Hjelp113»

Det er solgt over 80.000 hjertestartere i Norge.

Men kun 11.000 er registrert i det offentlige hjertestarterregisteret.113.no. Fordelen med å registrere den i er at man da vet hvor hjertestarten er og at den virker.

Appen «Hjelp 113» er utviklet av Stiftelsen Norsk Luftambulans i samarbeid med Helsedirektoratet, og har allerede blitt lastet ned over 1,6 millioner ganger. Hver dag foretas cirka 200 nødsamtaler fra appen. Du kan ringe både 113 (helse), 110 (brann) og 112 (politi) direkte fra appen.





Den viktigste appen på telefonen

Tekst Tove Kretz Foto: Jan Arne Dammen

Det var 25 forventningsfulle medlemmer som reiste fra Eknes og til mestringsstur til Kiel. Ved ankomst Color Fantasy slapp vi kø og gikk vi rett om bord i båten. Dette var en stor lettelse for oss alle, med de utfordringen vi har på forskjellig vis. I konferanseavdelingen fikk vi servert bagetter, frukt og drikke.

Temaet vi hadde var hvordan 113 appen fungerer, bl.a. hvordan finne nærmeste hjertestarter. Flere var det som delte sine egne historier og det var både sterkt og lærerikt.

Vi hygga oss med god mat og drikke og fine show begge veier. Det er godt å dra på tur med A.L.F. Buskerud, vi føler oss trygge og ivaretatt. Noen var det som fortalte at de ikke hadde kommet på tur om det ikke var for foreningen. Så tusen takk til Jan Arne og styret for en kjempefin tur. Gleder oss allerede til neste tur. Takk også til Per-Olav Svidal som fraktet oss trygt fram og tilbake.

Sterke historier

Tekst Randi Burud Foto: Jan Arne Dammen

Ut på tur med den fine gjengen fra A.L.F. Buskerud. Godt var det å kunne gå rett ombord uten kø. Jan Arne fortalte om bruk av 113 appen og hvordan man finner nærmeste hjertestarter. Svanhild Gustavsen fortalte om da dattera fikk hjertestans på håndballbanen og hjertestarteren reddet hennes liv. Jan Arne og Svanhild hjalp til slik at alle fikk lastet ned den livsviktige appen. Begge var glødene opptatt av hvor viktig det er at hjertestarteren er registrert i Hjertestarterregisteret. Dette var et meget vellykket kurs.

Color Fantasy er en fin båt med kafeer, butikker og restauranter med god mat. Det medførte nok litt strammere livsmål for noen av oss.

Med utvendig lugar, kunne vi våkne til fin havutsikt som gav ro i sjela. Nå var det ikke alle som gikk i land i Kiel, men vi som gjorde det fikk vært på pub og handlet litt.

Nesten akteruteilt.

Løvenbraun var målet for noen, mens jeg måtte innom de mange butikkene. Det tok sin tid og fem minutter etter tidsskjema ble jeg etterlyst over høyttaleren. Fint å erfare at besetningen har oversikt over hvem som gikk i land og de som kom om bord. Vel, det gikk fint og alle kosa seg med show og hyggelig samvær. Har en god følelse med gode minner fra en flott tur med gladgjengen.



NHF Vestfossens 80 års jubileum

Leder av NHF Vestfossen Jan Ronald Skogsruds ord i anledning 80 årsfeiringen

Kjære gjester, kjære NHF venner.

Det er stort å få lov til å lede dette laget og ønske velkommen til markeringen av at det har bestått i 80 år, og med stolthet tenke tilbake på de som dro det hele i gang.

Det har egentlig aldri vært mitt ønske å være leder, jeg har alltid trives bedre med å være en «arbeidshest» som er med å dra lasset. Men iblant oppstår det situasjoner hvor man må ta ansvar, og det var en slik situasjon som fikk meg til å påta meg å lede laget.

Det er ikke bare å påta seg et lag som har bestått i så mange år, og med den historien laget har.

NHF Vestfossen har gjennom de 80 årene vært en aktør til beste for mennesker med funksjonsnedsettelse, og gjennom denne tiden har laget i tråd med trender i samfunnet skiftet navn flere ganger, men gjennomgående er at navnet hele tiden har vært knyttet til tettstedet Vestfossen.

Det opprinnelige navnet som ble fastsatt på lagets stiftelsesmøte 17. november 1944, var Vestfossen Vanføreforening. At laget ble stiftet nettopp i krigsåret hvor myndighetene på enkelte steder ikke tillot større forsamlinger, er et vitnemål om at man ikke godtok undertrykkelse verken på grunn av funksjonsnedsettelse, eller av okkupasjonsmakten.

Den tiden laget har eksistert har det vært skiftende formålgrunnlag for virksomheten. Ved oppstarten var sosial velferd for «vanføre» hovedmålet for lagets arbeid. En var også tungt engasjert i driften av Vanførehjemmet på Geithus, som senere ble til Buskerud rehabiliteringssenter og opprettelsen av det som nå heter Modum industri. Det kan i den sammenheng vises til NRKs film reportasje «Vist går det» som omhandler Thoralf Eriksen og hans engasjement for funksjonshemmedes ve og vel.

Som digresjon blei jeg kjent med Eriksen gjennom mitt yrke som bilmekaniker, lenge før jeg ble engasjert i handikaplaget.

Etter hvert som den allmenne levestandard bedret seg endret målsettingen seg til kamp om rettigheter og likeverd.

At jeg kom med i handikaparbeidet, har sin bakgrunn i politisk virke. Som kommunestyret og formanskapsrepresentant fikk jeg plass ved siden av funksjonshemmedes ressursperson og leder av laget gjennom mange år, Ruth Vincent og ble ganske snart overtalt til å bli medlem av Handikapforbundet og Vestfossen handikaplag.

Man kan lese i beretningene at laget har engasjert seg i det kommunale rådet for mennesker med nedsatt funksjonsevne, og det er å beklage at vi i denne perioden ikke er representert, men det var ingen som ønsket å stille seg til disposisjon, og etter 20. år mente jeg at jeg har gjort mitt. Arbeidet i rådet har vært krevende, men også interessant. Det har gitt grunnlag for god kommunikasjon med administrasjon og tjenesteledere, men det har ikke alltid vært lett å få gjennomslag for våre argumenter. Men man har erfart at det lyttes og smått om sen kom det endringer. I mange saker kunne vi brukt pressen mer aktivt, men man skaper ikke konflikter for konfliktens skyld. Det bærer sjelden fram til et bedre samarbeidsklima.

Det er skrevet noe i jubileumsskriftet om hendelser i relativt nyere tid som Vestfossen Handikaplag har vært engasjert i, men en prosess det ikke er skrevet noe om er omdanningen av kretser til fylkeslag. Det medførte oppløsning av det eksisterende Buskerud Handikaplag, som var knyttet opp mot driften av vanførehjemmet og Industrien på Geithus. Men dette er et kapittel for seg selv og kommer egentlig ikke inn under NHF Vestfossens virke.

Vi har sett at handikaplagen rundt oss etter hvert har måtte kaste inn håndkleet, og i de aller fleste tilfeller beror det på at man etter hvert går tom for krefter og at det er liten mulighet for nyrekruttering av yngre. Det er derfor med et håp om at noen fra de yngre generasjoner ser nødvendigheten av å drive laget videre, vi kan nå legge de 80. årene bak oss.

Gratulerer med dagen!



Nytt fra NHFU ved Andreas

Tekst: Andreas Melby Bilde: NHFU

Vår ungdomsorganisasjon NHFU hadde landsmøte fra 8.-10.november 2024 på Scandic Asker. Der vedtok vi mye ny og god politikk, blant annet et nytt arbeidsprogram som skal gjelde frem til neste landsmøte i 2026.

Årets storbyweekend ble lagt til Trondheim fra 29.november til 1.desember, og der var vi totalt 12 stk. Vi bodde på Scandic Nidelven, og vi gjorde litt forskjellig gjennom helgen. Blant annet var det en tur til Pir-badet for en del av oss, og deretter en litt tidlig markering av 3.desember på sirkus shopping.

NHFU øst arrangerte julebord med overnatting på the Hub i Oslo 14.-15.desember. Vi spiste først middag på

Fridays akker brygge før vi så på «Putti plutti pott» i Oslo spektrum søndagen.

Nå i februar skal vi i NHFU Øst ha sosiale medlemstreff i Hamar og Fredrikstad, der vi begge steder har booket bord på restauranter for en hyggelig middag og samvær med våre medlemmer.

Region Øst har sitt årsmøte 14.-16.mars på Kiel-båten, der selve møtet foregår før avgangstid og det er lagt opp til mye sosialt samvær etterpå. Blant annet skal vi se båtenes show begge veier og selvfølgelig få litt tid for å utforske Kiel når vi ankrer der.



En liten hilsen fra oss i NHF Vestfold

Som tiden flyr, er ikke lenge siden vi satt sammen på jurdebordet vårt på Tunsberg Mathus og skravlet og koste oss. Det var en veldig koselig kveld, maten var god og selskapet var topp!

Så kom det nye året, som startet med snø og vanskelig fremkommelighet både for rullende, gående og hjemmesykepleie. En burde tro at kommunene lærte litt av starten på 2024, men nei, det virker som snøen kommer like overraskende hvert år, noe som i grunn er ganske merkelig.

Vi er godt i gang med planleggingen av dette året, den 20. februar starter vi opp med bowling. Med oss på laget som arrangør har vi invitert med oss LFS Vestfold. Vi er de som sender ut invitasjonene og tar påmeldingene og så deler vi på ansvaret for gjennomføringen. Vi møtes kl 17.45 og spiser pizza kl 18 før vi bowler. Om det er noen som ikke vil eller kan bowle så kan de enten se på eller

sitte inne på rommet vi spiser i og prate. Det er veldig koselig å samarbeide med andre lag. Vi blir flere til å dele på oppgaver og det er koselig.

LFS Vestfold har invitert oss til å bli med som medarrangør på deres Vintersportsdag den 8. mars, det gleder vi oss veldig til!

Den 20 mars er det tid for årsmøte, det blir på Torp Hotel. Etter årsmøtet blir det middag.

9. April skal vi ha foredrag og kveldsmat, det også på Torp Hotel. Det er Lena Solberg som skal ha foredraget for oss. Det gleder vi oss veldig til!

Har du en aktivitet du tenker kunne vært noe vi kunne gjennomført? Så ta kontakt med oss.

Hilsen fra Styret i NHF Vestfold

L F P S



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

Likepersonkonferanse torsdag 22. mai

LFPS Vestfold inviterer medlemmer i LFPS Telemark og Buskerud til felles likepersonkonferanse på Torp Hotel, Fokserød, Sandefjord, torsdag 22. mai.

Foreløpig er det bare datoen som er fastsatt. Denne gangen vil vi sette søkelyset på TT-ordningen i fylket/kommune. Denne ordningen fungerer forskjellig i fylker og kommuner og vi vil vite mer om kriteriene for å få tilskudd gjennom TT-ordningen.

I tillegg til TT-ordningen, vil vi også sette fokus på ordningen med parkeringsstillatelse og ledsagerbevis. Vi vil gi mer informasjon når vi har en avtale i orden. Allerede nå ønsker vi at dere merker dere datoen. 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 91193461, innen 15. mai.

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

Årsmøte LFPS Vestfold

Styret innkaller til årsmøte i LFPS Vestfold torsdag 27. 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 20. 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!

LFPS.NO

Kampen mot Poliomyelitt



Torsdag 06.02.25 arrangerte Rotary som har base i både Skien, Porsgrunn og Stathelle et informasjonsmøte ang kampen mot poliomyelitt. Målet deres er å utrydde polio i hele verden. De mener at dette kan skje så raskt som i 2029. Det som trengs for å få til dette er: penger, vilje, kunnskap og fakta, lav vaksinemotstand, teknologi og metoder.

For å holde foredrag på dette informasjonsmøtet hadde de invitert Bjørn Olav Rosseland som er leder i Oslo poliolog og medlem i Kolbotn Rotary Klubb. Han er også professor emeritus i økotoxikologi. En mann med mange verv og talenter. Han har også hatt polio selv da han var liten.

Foredraget han holdt var om mange ting som er ganske kjent for oss som har lest om polio, som at dette er et virus og at det ikke finnes en kur, men gode vaksiner. Han fortalte om våre to vaksiner mot polio. Salks vaksine som vaksineres med sprøyteinjeksjon (dødt virus) og Sabines vaksine som vaksineres som dråpevaksine (levende virus). Det er dråpevaksinasjon som blir brukt under massevaksinasjon. Grunnen til dette er fordi når det er levende virus som kan overføres til andre, uten at sykdommen får utslag, så vil det bli høyere vaksinedekning i verden.

Han forklarte på en forståelig måte hvordan dette viruset jobber. Han forklarte at det er tverrmuskulaturen som blir ødelagt ved at viruset ødelegger kjernen, og derved overgangen nerve\muskel (synapsen). En forklaring som gjorde det mer forståelig er: «Viruset trenger inn i en nervecelle, på et skadested eller synapse, og vandrer mot cellekjernen sammen med «reparasjonsvev». Kjernen dør, og muskellammelse fører til atrofi av muskel.»

Dette gjorde at jeg som ikke har hatt polio selv kunne forstå litt bedre hvordan dette viruset ødelegger for de som får det.

Det var også en del fakta som ble lagt frem som kan leses i diverse tidsskrifter og brosjyrer, men som jeg følte var veldig nyttig å høre om. Dette med at polio viruset etablerer seg i tarmsystemet og kan være der i opptil 4 mnd uten at du blir syk. At du kan smitte andre uten å

bli syk selv. Og det jeg synes var ganske skremmende er at 96% av de med polioinfeksjon har ingen symptomer.

Det første polio tilfellet man vet om i Norge var i 1842, der personen sannsynligvis ble smittet i 1820, det vil si at man fant det ut via post-polio. Post-polio er at man utvikler skader som følge av sykdommen man hadde for 20-30 år siden. I 1868 var verdens første beskrevne epidemi i Sør-Odal med 14 akutt syke, der 5 døde. Dette var i Norge, og den første beskrevne i USA var i Vermont i 1894 med 18 døde og 132 med permanente lammelser. Nyttig historie å ta med seg når man først skal lære om en sykdom.

Han gjorde oss oppmerksom på statistikk ang hvor langt vi har kommet i å utrydde polioviruset. Det ville polioviruset (WPV1) finnes nå kun i Pakistan og Afghanistan, og dette viruset finnes i vannkildene.

For å få dette viruset utryddet må alle land ha vaksinedekning på 95% på alle barn på 1 år. Det vil si at det er mange land som ikke har nådd dette målet. Så mye som 114 av 160 land har ikke nådd dette målet. Dette viser at vi fremdeles er veldig sårbare når det gjelder polioviruset.

Det er derfor viktig at alle vaksinerer barna sine i vaksinasjonsprogrammene, og at alle voksne tar ansvar for å vaksinere seg hvert 10. år. Dette kan sjekkes på helsenorge.no. Det er også viktig å huske på at selv om du har hatt polio så kan du få det igjen, derfor er det viktig å vaksinere seg uansett.

Jeg snakket litt om post-polio tidligere, hvor jeg forklarte at dette er skader som viser seg 20-30 år etter sykdommen. Bjørn Olav Rosseland forklarte at det er så mye som 20-87% av de som ble rammet uten skade, som ender opp med post-polio. Det er også personer med «stabiliserte skader» som blir verre.

Dette kan såklart leses om i «Polio- og senskader» som er veilederen for polioskadde og fagfolk. Men denne veilederen er ikke noe alle som ikke er berørt av polio setter seg ned for å lese. Jeg har lest igjennom denne, men å sette seg inn i dette kan være mye, da det blir mye fakta. Derfor synes jeg det er godt å reise på foredrag så jeg kan forstå denne sykdommen og senfølgene på en bedre måte. Noen av senfølgene er da lammelser, respirasjonsvansker, smerter, trøtthet, søvnproblemer m.m.

Jeg synes dette var et veldig nyttig informasjonsmøte og selv om det kom veldig mye mer frem i dette foredraget så har jeg skrevet litt om det jeg synes var viktig å få sagt noe om. Det viktigste rådet jeg kan komme med er: husk å revaksinere deg hvert 10. år. Kan sjekkes på helsenorge.no

Tekst og bilde: Nancy Therese Botan Aadalen



Norges Handikapforbund
Oslofjord Vest

Stein informerer fra Sentralstyret

DET ER SKUDDÅR I ÅR!!

«HÆ??», tenker du kanskje. «Det er da ikke skuddår i år?» Nei, det er ikke det sånn i vanlig forstand, men i NHF er året i år på mange måter et skuddår. På et vanlig skuddår setter man inn en ekstra dag (29. februar), men vi i NHF setter inn et ekstra år i år. Jeg tenker da på landsmøteperiodene. De er vanligvis to år, men akkurat denne landsmøteperioden som vi er inne i nå blir utvidet med et ekstra år og blir tre år. Og grunnen er ganske enkel: Vi går over fra å ha landsmøter i oddetallsår til å ha landsmøter i partallsår. Det vedtok vi på et ekstraordinært landsmøte lørdag 25. januar i år.

Og hvorfor gjorde vi det? Jo, grunnen er ganske enkel. Oddetallsår er valgår! Og siden en stor del av vår jobb handler om å påvirke politikerne, er valgår de årene vi burde ha det mest travelt med nettopp det. Men så er vi opptatt av interne ting som politisk program, strategier, lover og andre interne ting i organisasjonen. Ved å flytte landsmøtene til partallsårene kan vi ha fullt fokus på politikken og politikerne oddetallsårene, og så kan vi drive med interne ting de årene imellom.

Konsekvensen av den endringen var at enten måtte vi hatt landsmøte både i år og neste år for å komme i gjenge med landsmøter i partallsår, eller vi kunne hoppe over i år og ha bare neste år. Og når man vet at det å avholde et landsmøte er svært ressurskrevende, både rent økonomisk og ellers, syntes vi i sentralstyret det mest forsvarlige var å utvide den perioden vi er inne i nå med ett år.

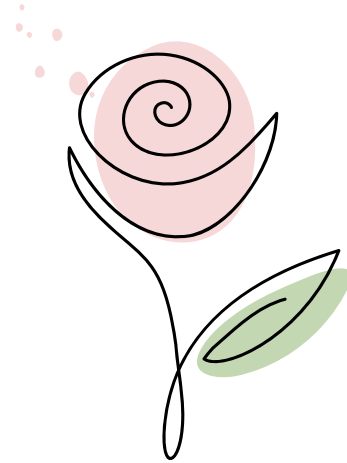
«Men har det da noen konsekvens for meg?», tenker du kanskje. Muligens ikke, men det kan ha det. Alle regionene, landsforeningene og lokallagene har anledning til å ha sine årsmøter bare annethvert år hvis de ønsker det, men da skal det følge landsmøteårene. Som en del av vedtaket om å bytte landsmøteårene og konsekvensen av det, vedtok det ekstraordinære landsmøtet at siden vi sentralt øker landsmøteperioden fra to til tre år akkurat denne perioden, så kan også resten av organisasjonen gjøre det samme hvis dere normalt har toårig årsmøteperiode. Har dere årsmøte hvert år så gjør ikke det noen forskjell.

Ny landsforening

Fra 1. februar er NHF-familien utvidet med en ny Landsforening. På sin facebookside presenterer de seg som «en støttegruppe for mennesker som er utsatt for en uønsket hendelse i norsk helsevesen», og det er det nok mange av dere som er medlemmer i NHF som kan kjenne seg igjen i.

Sist vi utvidet NHF-familien var da «Landsforeningen for skeive funkiser» ble etablert. Den hadde grodd frem internt i NHF og var en nyetablering. Denne gangen er det en eksisterende forening som tok kontakt med oss med et ønske om å bli med som en egen landsforening hos oss.

Etter grundige samtaler og praktiske avklaringer ble vedtaket om å innlemme dem i NHF-familien fattet på sentralstyremøtet den 16. januar, med virkedato fra 1. februar. Hvis du har lyst til å vite mer om denne foreningen, så kan du lese mer om dem her: pasientskadeforeningen.no/om-oss



- Minneord

Arve Kristoffersen

Arve var en person som etterlot seg et sterkt avtrykk i både sitt lokalsamfunn og i arbeidet han gjorde for Norges Handikapforbund (NHF). Han var en dedikert leder og aktiv i flere deler av organisasjonen, både lokalt, regionalt og på fylkesnivå. Fra han var lokallagsleder i NHF Kongsberg fra 1992 til 1998, til hans rolle som leder av fylkestyret i NHF Buskerud i flere år, og videre som regionstyremedlem i NHF Oslofjord Vest – Arve viste et lidenskapelig engasjement for å bedre livene til mennesker med funksjonsnedsettelse.

Han var også medlem og leder i rådet på Flesberg fra 2012 til 2023, og en viktig brukerrepresentant ved NAV i mange år. Gjennom sitt arbeid som erfaringshjelper i NHF Oslofjord vest og likeperson for Landsforeningen for Ryggmargsskade (LARS), hjalp han utallige mennesker som sto i lignende situasjoner som ham selv, og delte gjerne sin enorme kunnskap og erfaring.

Arve var en mann med humor og et smil som kunne lyse opp et rom. Han var alltid tålmodig, og hans evne til å møte folk med varme og forståelse gjorde ham til en person mange satte stor pris på. Han hadde en spesiell evne til å se det beste i folk, men kunne også være bestemt og skarp i ordet når det trengtes – særlig når det gjaldt saker han brant for, som for eksempel NAV-biler og saksgangen rundt søknader. Hans engasjement og vilje til å utfordre systemer var en inspirasjon for mange.

Arve satte stor pris på utviklingen han fikk være vitne til, spesielt hvordan flere unge mennesker ble

engasjert i organisasjonsarbeid. På NHF Vestfossens jubileum, hvor han var toastmaster, mimret han om hvordan ting hadde utviklet seg, og han var tydelig på at ungdommen var fremtiden. Han var også opptatt av de store forskjellene som eksisterer rundt BPA i kommunene, og jobbet kontinuerlig for å gjøre hverdagen lettere for andre.

Arve hadde en egen evne til å finne glede i livet, og han satte pris på de enkle tingene. Da han flyttet fra Lampeland til Kongsberg, fortalte han at det ble lettere å komme seg rundt i rullestolen, og han kunne fortsette å nyte livet på sine egne premisser. På Facebook delte han ofte visdomsord og oppfordringer om å ta seg tid til å ringe noen, et lite tiltak som betydde så mye for dem som følte seg alene.

Arve har berørt utallige liv, og hans lune og blide vesen vil bli savnet av mange. Det var et sjokk for oss alle da vi fikk høre at han var gått bort, for han var alltid full av liv da vi sist snakket sammen. Arve vil bli husket for sitt varme smil, sin store kunnskap og sin utrettelige godhet.

Vi lyser fred over Arves minne.

NHF Oslofjord Vest

Gro Rohde (regionleder)

og Anna-Lisbeth Mikalsen (regionkontorleder)



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

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



Changing Places er et toalett som tilbyr fasiliteter utover et vanlig handikaptaolett. Her finner du blant annet takheis, stellebord som kan håndtere voksne personer og ekstra plass til rullestol og assistenter. Når disse fasilitetene er på plass åpnes det for deltagelse og inkludering av alle.



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





KONGSBERG

www.kongsberg.com



Engros AS

*Avdeling Kongsberg
Bandasje*

Kirkegata 9, 3616 Kongsberg

Tlf: 32 73 63 75

kundeservice2@kongsberg-bandasje.no

XPND [®]



Member of  **MIDROC**

Verdens viktigste avis
er den som skriver om det som skjer
der DU bor.

Ring 32 17 95 00 eller send e-post
til abonnement@amedia.no

Ringerikes Blad



Fellesforbundet avd 600 Bygningsarbeidernes fagforening



Øvre Klekkenvei 53
3514 Hønefoss

Tlf: 32 13 25 90

asplan viak 

Sundrejordet 4,
3570 Ål

Tlf. 417 99 417

www.asplanviak.no

Vi har alt av slanger, kuplinger,
drift- og vedlikeholdsprodukter



Tlf.: 32 84 40 00
Postboks 1540 - 3007 Drammen
E-post: tess@tess.no
www.tess.no

TESS
TEKNISK FAGHANDEL



ACLIMA [®]

HOLMESTRAND



speira

Speira AS

Avdeling Holmestrand

HORTEN

Entreprenørene

Firing & Thorsen AS



LARVIK



www.bjerkemat.no



Arild Andersen Elektro AS

Tlf. 33 13 55 90 Mob. 915 53 232

Specsavers

Specsavers Larvik

Torget 7, 3256 Larvik, Telefon: 33 18 20 52

www.specsavers.no

Maskinentreprenør

Stensvold
Anlegg ASBERGENE
HOLM AS

Tel: +47 33 15 66 66 | www.bergeneholm.no

SANDEFJORD

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

www.fjordenelektro.no



Tlf. 32 48 52 00

www.fatland.no

Vidaråsen Landsby
ET CAMPBILL-FELLESKAP, 3158 ANDEBU

Kontortid: 9-13

Tlf. 33 44 41 00 Fax: 33 44 41 01

office@vidaraasen.no • www.vidaraasen.no

TJØME

BYGGMESTER

Reidar Solheim AS

Nybygg - Tilbygg - Reparasjon

911 60 400 tor-henrik@reidarsolheim.no

www.reidarsolheim.no

Din lokale
byggmester
på øya

TØNSBERG



BYGGELEMENTER

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

Vestfold Antirust

Raveien 320, 3184 BORRE

Tlf: 33 33 25 99 | vestfoldantirust.no



Vi tilbyr de beste foredragsholderne

Tlf. 911 16 989

www.athenas.no



McDonald's Vestfold og Telemark



Tlf. 99 21 42 00 | www.rkg.no

FARRIS
BAD

Spa og velvære
- en nydelig pause fra hverdagen!

Se våre opphold på farrisbad.no

DNB

Fra A til Å

NORDISK
FJELLSIKRING

Vi sikrer Norden!

E-post: post@nordisk-fjellsikring.no
Tlf: + 47 400 03 780
Web: www.nordisk-fjellsikring.no

VISINOR GF GJERDEN
FJELLSIKRING

DRAMMEN

granitor | TOGETHER
TO GET THERE

PowerTech Engineering AS

solli

arkitektur & landskap

Solli arkitektur & landskap AS 32 83 07 80
Grenland 61, 3045 Drammen arkitekt@solli.no



LOTHE & MOTZFELDT

MALERMESTERE • INTERIØRSENTER

FARGERIKE

HURUM

Helle Og Jonsson AS

Navarhaugen 3, 3475 Sætre
Telefon: 917 29 735

Ravnsborg
Gartneri og Hagesenter
3484 Holmsbu
Tlf. 908 79 486

WEAR MASKIN A/S

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
Autorisert elektroentreprenør

Åsveien 9 – 3475 Sætre
Mobil: 916 51 094

KRØDSHERAD



Krødsherad
kommune

www.krodsherad.kommune.no

LIER

REMA 1000
LIERSTRANDA

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

LIER



ACCEPT ✓
SERVICEPARTNER

MODUM



EBA SERVICE AS
EIENDOM • BYGG • ANLEGG

Øvre Bergsvei 47, 3370 Vikersund
979 60 613 / 901 44 594
post@ebaservice.no

Vi bygger på tillit!



- du kjenner oss

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



BERGAN
SMIE OG VERKSTED

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

FRODE LIEN
TRANSPORT AS

Sponeveien 23
3370 Vikersund

NEDRE EIKER

NFI Norsk
Formular
Industri AS
32 27 44 40

NEDRE EIKER

Bratvold
Boligventilasjon AS
90 19 75 54

RINGERIKE

Barman Hanssen AS

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

SIGDAL

BLINK HUS Sigdal

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

ØVRE EIKER



Tlf. 32 25 27 00
www.hellik-teigen.no

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



Vestfossen Tlf 327 00 222

RVS AS



Skanem

Hos Skanem er våre ansatte vår viktigste ressurs. Vi er stolte av å ha et kunnskapsrikt og erfarent team på tvers av virksomheten vår. Vi tror på å gi mennesker muligheter, ansvar, utfordringer og frihet. Vi tror at de beste organisasjonene er bygget på entreprenørskap, eierskap, teamarbeid, nysgjerrighet og åpenhet.

skanem.com

NC-SPECTRUM

NC-Spectrum støtter arbeidet til Norges Handikapforbund med å sikre et samfunn for alle

SOMMEREN 2025

JUNI
 LØRDAG 21. ASTRID S
 FREDAG 27. STAVANGERKAMERATENE // LOVESHACK
 LØRDAG 28. CC COWBOYS

JULI
 ONSDAG 02. ODD RENÉ ANDERSEN
 FREDAG 04. ROTLAUS // BYTING (EN KVELD, 2 KONSERTER!)
 LØRDAG 05. DI DERRE // SILENT DISCO
 SØNDAG 06. BARNEFORESTILLING: MAGIENS VERDEN (GRATIS INNGANG)
 ONSDAG 09. CARINA DAHL // HAGLE // HALVA PRISET (EN KVELD, 3 KONSERTER!)
 FREDAG 11. POSTGIROBYGGET
 LØRDAG 12. POSTGIROBYGGET (18 ÅR)
 SØNDAG 13. BARNEFORESTILLING: PIPPI LANGSTRØMPE (GRATIS INNGANG)
 ONSDAG 16. BJØRN EIDSVÅG MED BAND
 TORSDAG 17. OSLO ESS/VALENTOURETTES/BRENN
 FREDAG 18. SIGRID
 LØRDAG 19. SEPTEMBER WHEN // SILENT DISCO
 SØNDAG 20. BARNEFORESTILLING: MAGIENS VERDEN (GRATIS INNGANG)
 ONSDAG 23. STEIN TORLEIF BJELLA MED BAND
 FREDAG 25. VINNI // FAGERNES YACHT CLUB (EN KVELD, 2 KONSERTER!)
 LØRDAG 26. HELLILLIES
 SØNDAG 27. BARNEFORESTILLING: PETER PAN & KAPTEIN KROK (GRATIS INNGANG)
 ONSDAG 30. THOMAS DYBDAL MED BAND

AUGUST
 FREDAG 01. TRANG FØDSEL // LOVESHACK (EN KVELD, 2 KONSERTER!)
 LØRDAG 02. MATOMA
 LØRDAG 09. MARIA MENA

WRIGHTEGAARDEN
 FOR MER INFORMASJON OG BILLETTER SE WWW.WRIGHTEGAARDEN.NO

Eurobus Nordic AS, Kjørholtveien 23, N-3940 Porsgrunn
 +47 35 50 58 00 post@eurobusnordic.no

Gode strømavtaler i Tinn, Hjørtedal, Midt-Telemark, Seljord og Vinje kommune
 Storgata 4, 3560 Rjukan, 35 08 09 09 | www.tinnenergifiber.no - kundeservice@tinnenergi.no

Norges Handikapforbund
 Oslofjord Vest

Bor du i et område der det sjeldent går buss eller det er langt til holdeplassen?

Transport mellom hjem og sentrum for bare 35 kroner.

farte.no/flexiruter

- et kollektivtilbud til alle i Telemark

BAMBLE

**BRB BYGG AS**

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



Strandgt. 1, 3960 Stathelle,
Telefon 915 59 475

B Ø



DRANGEDAL



KVITSEID



KRAGERØ



KRAGERØ



Loudspeakers



NOME



3830 ULEFOSS - Tlf. 995 17 966
e-post: vhoeglid@online.no

NOTODDEN



NOTODDEN BIL
& SPEEDSHOP A/S



Tlf. 35 02 94 40



PORSGRUNN

Down Town

PORSGRUNN



Kollskjeggveien 1, 3917 Porsgrunn
Tlf. 35 55 88 66



En meningsfull hverdag mot jobb eller utdanning
www.grepgrenland.no



Telemarks største bilhus

SAUHERAD



www.aarneskafeeria.no

Kjærlighet til god mat i over 50 år

SELJORD

Seljord Rekneskapservice AS

Nyvn. 3A, 3840 Seljord

Tlf. 35 05 80 00

www.seljordregnskap.no

SKIEN



ONE ACCOUNTING



Redmyrsvingen 92, 3735 Skien
Tlf: 35 50 93 00
www.thoresenglass.no
post@thoresenglass.no



For critical gas and fluid systems



RÅDGIVENDE INGENIØRER BYGGETEKNIKK



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.

Reiserebus:

Det er lenge siden jeg hadde en reiserebus på puslesiden. Da var det reiser rundt i våre tre fylker. Denne gangen tar vi turen ut av fylket, men vi starter på et sentralt sted innen regionen vår. Rebusene er skrevet i kursiv i teksten nedenfor. Som vanlig er noen steder vanskelige mens andre lette. **Tips:** Følg turen på et kart og følg med i teksten for øvrig. Den kan også gi noen hint til hvor vi skal.

Bussturen startet ved jernbanestasjonen i *Drinken*. Bussen manøvrerte seg ut på E18 retning østover, men den kjørte ikke veldig lenge før den tok av ned til *Fiskeoljestad*. Derfra ble kursen satt temmelig rett nordover til vi kom til turens første stoppested som var på *Adjøstat*. Etter et stopp med både litt mat og handling av gaver der kjørte bussen litt tilbake samme veg som vi kom til *Eggleggervannfall*, hvor kursen ble satt nokså rett nordover igjen. Målet for denne første dagen var på *Pen odde*.

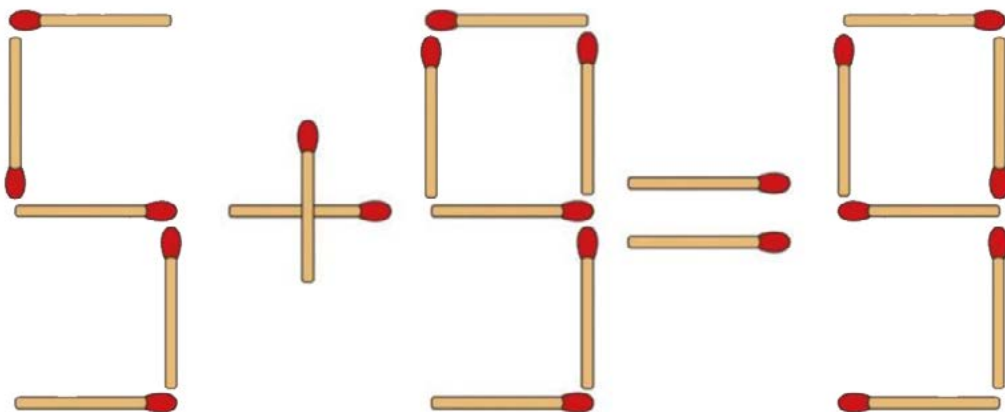
Dag to ble kursen satt mot et sted mange hadde vært flere ganger, nemlig *Tygde påleggdrinken*, men i dag kjørte vi bare forbi og fjellet til *Tørelv*. Der brakk vi rett vest til vi kom til dagens første stopp som var på *Fugleart pinnegudshus* hvor vi fikk en guidet omvisning. Da vi kom tilbake i bussen var det noen som var sikre på at vi nå skulle over *Tilhøre nuten*, men de tok feil for vi fortsatte gjennom nabokommunen videre vestover, før vi brakk nordover og ned til *Guttenavn fortrydelse*. Her var det tid for å få seg litt mat. Som vanlig var det fullt med folk overalt, men si hadde bestilt på forhånd, så det gikk greit. Etter å ha spist fortsatte turen opp igjen, denne gangen var det opp *Rovfuglkurvene* og over til *Landtangefordypning*. Her måtte vi vente litt på ferga over fjorden. På andre siden fortsatte vi opp på fjellet enda en gang. Det er ikke så bratt på denne siden, men på andre siden når vi skal ned igjen er det bratt ned *Eventyrfigurtrappen*. Vel nede var det ikke langt igjen til *Sjel edel måleenhet* hvor vi skulle overnatte til neste dag.

Dag tre startet vi med å kjøre opp *Værelsesfordypningen* opp til *Idiotisk sted for ei ku*. Nå må vi sette kursen sørover og hjemover igjen og herfra gikk det radig ned til *Sjøpattedyr*. Her ble det et kort stopp før vi fortsatte sørover til *Drikk stasjon solgud*. Vi er fortsatt langt hjemmefra så vi måtte bare fortsette sørover. I rask rekkefølge passerte vi *Motta jordstykke*, *Ulykestall* og *Motta fjell*, før vi kom til *Ikke stort verktøy*. Her hadde vi et litt lengre stopp på *Månedshøyningen*, hvor vi først spiste før vi fikk en lang og god omvisning. Det ble en liten etappe til i bussen før vi kom til *Draktmåleenhet*, hvor vi hadde siste overnatting.

Siste dag var det strake vegen sørover til *Den lille fordypninga*, og videre til *Elvemunning flirte*. Og da var det ikke langt igjen til vi var tilbake der vi startet. Og alle var enige om at det hadde vært en fin tur.

Flytt en fyrstikk:

Dette enkle regnestykket jeg har laget med fyrstikker er feil. Men ved å flytte bare en fyrstikk blir det riktig. Hvilken fyrstikk må flyttes?



Lokallagskalender 2025

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

Slik ser kalenderen ut i øyeblikket:

Februar 2025

27. Årsmøte NHF Grenland

Mars 2025

01. Årsmøte LFN Telemark

01. Innedørs skyting, LARS OFV

04. Årsmøte NHF Gol

08. Vinteraktivitetsdag for alle, Storås
Langrennsarena Stokke

10. Årsmøte LKB Buskerud

10. Årsmøte NHF Vestfossen

11. Årsmøte NHF Ringerike

11. Årsmøte NHF Røyken

12. Årsmøte HBF Buskerud & Vestfold

13. Årsmøte LFS Vestfold

15. Årsmøte LARS OFV

15.-16. Fagdag LARS OFV

17. Digitalt dialogmøte SAFO TVB

19. Regionstyremøte

20. Årsmøte NHF Vestfold

27. Årsmøte LFPS Vestfold

27. Medlemsmøte NHF Grenland

28. Årsmøte LKB Vestfold

April 2025

04.-05. Fellessamling Regionstyrene

05.-06. Lederkonferanse

10. Sentralstyremøte

23. Regionstyremøte

24. Kaketreff LFPS Vestfold

24. Medlemsmøte NHF Grenland

Faste aktiviteter:

ALF Buskerud

- Kafetreff på Årbogen hver onsdag kl. 12.00

LFS Telemark

Det er 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.

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



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

Andreas Melby
Norges Handikapforbunds
Ungdom (NHFU)s
representant i regionstyret
andreas-melby@live.no

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

NHF Ung Voksen

Kontaktperson:
Birgitte Holmsen Kristiansen
Birgitteh05@gmail.com

Lokallag

NHF Gol

Marie Hoftun Treverket
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
lisbetl2@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

AMC

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

Landsforeningen for

Ryggmargsskadde:

LARS Oslofjord Vest

Leder: Oksana Kodenchuk
Tlf.: 908 09 123
leder.oslofjordvest@lars.no

Landsforeningen for

Amputerte:

LFA Oslofjord Vest

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

Landsforeningen for

Nakkeskadde:

LFN Telemark

Kimmie Skarbø
lfntelemark.kas@yahoo.com

LFN Buskerud

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

Landsforeningen for

Polioskadde:

LFPS Buskerud

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

LFPS Telemark

Jan Ivar Hennum
Tlf.: 41 33 88 48
jan-hennum@outlook.com

LFPS Vestfold

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

Landsforeningen For

Slagrammede:

LFS Buskerud

Leder: Roger Amundsen
Tlf.: 489 99 797
leder@slag.no

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.: 62 65 30 11
telemark@lkb.no

LKB Vestfold

Sol-Hege Nathalie Kotte
Tlf.: 41 23 39 33
vestfold@lkb.no

Norsk Forening for

Arvelig -Spastisk

Paraparese/ -Ataksi

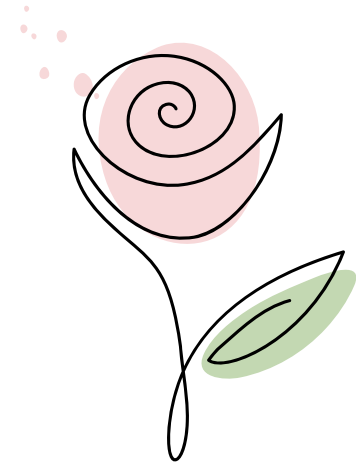
(NASPA):

NASPA (kontaktperson)

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



Norges
Handikapforbund
Oslofjord Vest



- Minneord

Anni Granum

Anna Maria Granum, kjent som Anni, var en dame med et tydelig preg av humor, skarpe meninger og en uforglemmelig personlighet. Hun var et kjent ansikt i Norges Handikapforbund (NHF), og hennes mangeårige engasjement i både Landsforeningen for Ryggmargsskadde (LARS) og NHF Ringerike satte varige spor. Anni var en person som visste hva hun ville og som alltid sto fast i sine meninger, men samtidig hadde en smittende latter og et glimt i øyet. Hun visste hvordan hun skulle utfordre, og hennes diskusjoner var aldri kjedelige. Det var alltid litt vanskelig å vite om hun mente alvor eller om det var en spøk – men uansett endte det gjerne med et smil og en god latter, etterfulgt av en klar beskjed om at magesfølelsen din som regel har rett.

Anni var en sterk og tydelig stemme for funksjonshindredes rettigheter. Hun var økonomiansvarlig i NHF Ringerike i en årrekke frem til 2023, og i tillegg satt hun i regionstyret i NHF Oslofjord Vest i flere perioder. Hun var også aktiv i andre viktige roller, blant annet som varamedlem i LARS Oslofjord Vest og som vara i kommunalt råd for mennesker med nedsatt funksjonsevne i Ringerike kommune. Hennes engasjement strakte seg også over i

flere av regionens utvalg og prosjekter: Erfaringshjelp/veiledningstjenesten, likepersonsarbeid og prosjektet ”Ambassadør i skoleverket”.

Anni var til stor hjelp for mange gjennom sitt arbeid i NHF, og hennes dedikasjon til å støtte og veilede andre var en gave for fellesskapet. Hennes innflytelse på organisasjonen og de rundt seg var uvurderlig, og det er mange som har hatt glede og nytte av hennes arbeid og klokskap gjennom årene.

Anni vil alltid bli husket for sitt sterke engasjement, sin humor og sin uforbeholdne vilje til å stå opp for det hun trodde på. Hun var en kvinne som gjorde inntrykk på alle hun møtte, og hennes bidrag vil leve videre gjennom alt det arbeidet hun etterlot seg.

Vi lyser fred over Annis minne.

NHF Oslofjord Vest

Gro Rohde (regionleder)

og Anna-Lisbeth Mikalsen (regionkontorleder)

Løsning pusleside fra side 26

Løsning på «Reiserebus»:

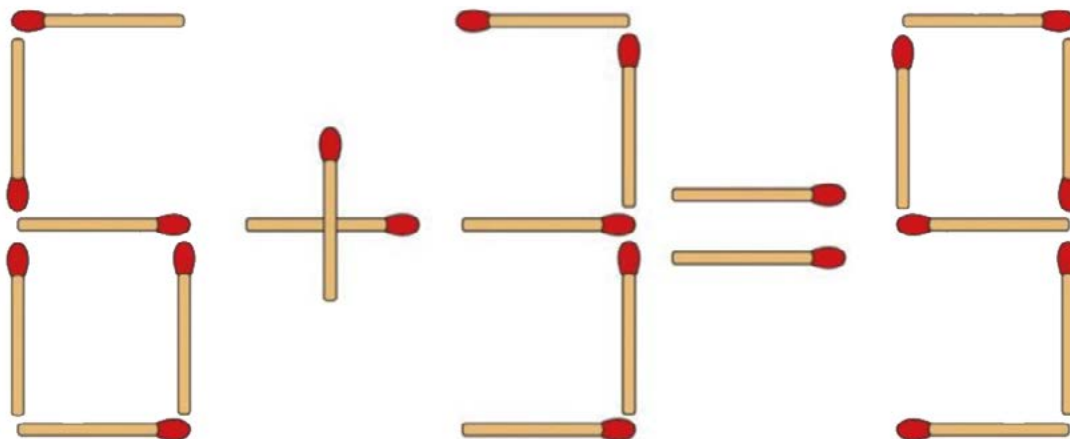
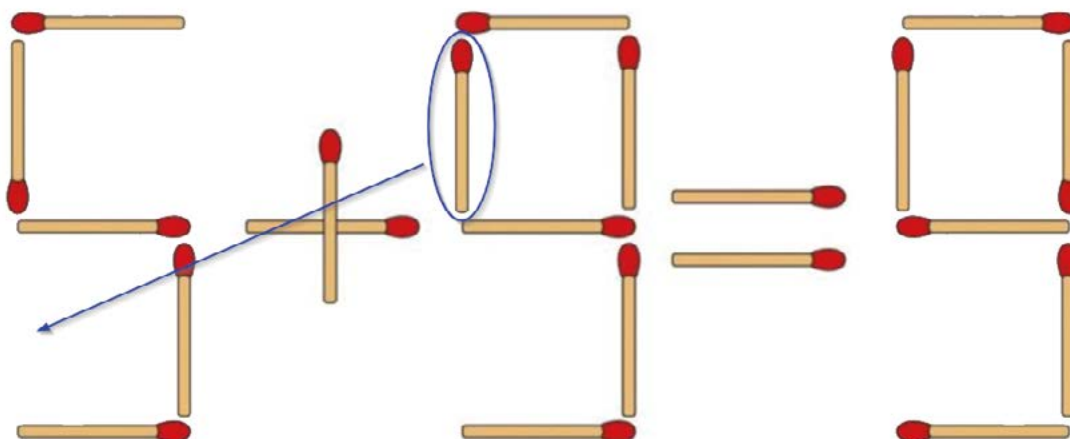
Dag 1: Drammen, Tranby, Hadeland, Hønefoss, Fagernes

Dag 2: Beitostølen, Vågå, Lom stavkyrkje, Sognefjellet, Geiranger, Ørnesvingene, Eidsdal, Trollstigen, Åndalsnes

Dag 3: Romsdalen, Dombås, Sel, Vinstra, Fåvang, Tretten, Fåberg, Lillehammer, Maihaugen, Hamar

Dag 4: Kløfta, Oslo

Løsning på «Flytt en fyrstikk»:





PDF

Ønsker du å motta vårt medlemsblad Grenseløst kun elektronisk?

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

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 fasttelefoni, drivstoff 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 Interessesmedlem

Sted/dato: _____

Underskrift: _____

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

Adressaten betaler for sending i Norge



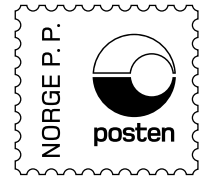
Distribueres av Posten Norge



Norges Handikapforbund

Norges Handikapforbund
Svarsending 0047
0090 Oslo

Returadresse:
Norges
Handikapforbund
Oslofjord Vest
Skogergaten 1
3112 Tønsberg



SJØ
PARKEN
STAVERN

Litt ferie hver dag...

Finne din drømmebolig
i Sjøparken Borettslag
på Agnes ved Stavern

— sjoparken.no —

Møller Bil

Tønsberg

mollerbil.no/finn-forhandler/tonsberg

Kjærlighetsstien 28, 3112 Tønsberg | Tlf: 24 03 12 00



Nyttkjøretøy



SOPHIES  MINDE

TEKNO
MED

Ortopediteknisk senter i
Vestfold og Telemark

Beste funksjon og
livskvalitet for den enkelte!

teknomed.no