

LSHDB

SynHør-bladet

22. årgang

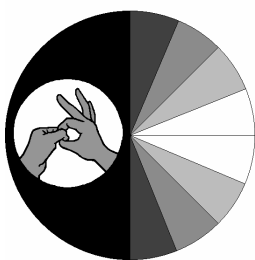
Nr 4 - 2013



**Landsforbundet for kombinert Syns- og Hørselshemmede/Døvblinde
(LSHDB)**

Innhold

Styrets hjørne	3	Helen Keller Center, Plovdiv	10
Minneord om Kari Marie	4	Sjakkfronten	11
Sommertreffet, Ålesund	5	Haptisk kommunikasjon	12
Likemannskurset, Ålesund	7	Sosial - haptisk kommunikasjon	13
Harald Vik 70 år	8	Vinteropphold i Albir, Spania	15
Skapte lys og håp for tusener	8		



LSHDB

Landsforbundet for kombinert Syns– og Hørselshemmede/Døvblinde

Leder: Åshild Johansen
Tlf: 402 34 452
E-post: aashild.lovise@ebnett.no

Nestleder: Kari Kristine Engan
Tlf: 72 88 94 01
E-post: ka-k-eng@online.no

Styremedlem: Birgit Hagerupsen
Tlf: 960 46 065
E-post: bibbihagerupsen@lshdb.no

Styremedlem: John Sandell
Tlf: 915 45 424
E-post: johnsandell44@gmail.com

Styremedlem: Hege Dahlen
Tlf: 970 01 093
E-post: hebedahl@online.no

1. varamedlem: Odd Paulsen
2. varamedlem: Harald Vik

SynHør-bladet
Redaktør: Birgit Hagerupsen
SMS. 960 46 065
E-post: bibbihagerupsen@lshdb.no

Adresse:

LSHDB
Skippergata 33
0154 Oslo

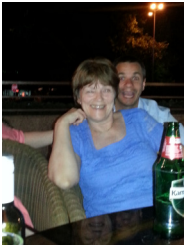
E-post: kontor@lshdb.no
Internett: www.lshdb.no
Tlf: 22 41 34 24
Mobil: 95 94 93 57
Daglig leder: Karin Andvig

Kontoret er åpent onsdager
(annenhver), torsdager og fredager.
Kontoret ligger i 5. etasje.

Trykk: Rycon AS
Layout: Birgit Hagerupsen

Opplag 330 stk

Styrets hjørne



**Kari Kristine Engan,
Nestleder**

Kjære medlemmer og lesere.

Jeg vil innlede "Styrets hjørne" med den viktigste kampsaken i LSHDBs historie.

Kalenderen viser 21. juli og det er gått ett år siden de nye retningslinjene for bruk av tolk/ledsager for døvblinde trådte i kraft. Retningslinjene har ført til mange avslag på tolkebestillinger og dermed en vesentlig reduksjon i døvblindes livskvalitet.

Siden august i fjor har LSHDB og FNDB arbeidet hardt for å få erstattet disse nye retningslinjene med de gamle. Mange arbeidstimer er gått med til møter, brev, e-post, kontakt med politikere og media, men dessverre har vi ennå ikke nådd målet. Denne kampen vil derfor måtte fortsette da vi ikke kan akseptere at døvblindes rett til tolk/ledsager reduseres.

Styret er svært glad for engasjementet medlemmene viser i denne saken. 18. juni gjennomførte døvblinde og støttespillere en markering utenfor Stortinget i forbindelse med at de nye retningslinjene ble tatt opp i spørretimen. Vi i styret takker alle som deltok i markeringen! En spesiell takk til Berit Rasmussen Øie og John Arne Torstensen som organiserte marke-

ringen.

Årets sommertreff i Ålesund er lagt bak oss, og styret har startet arbeidet med neste års treff. Mange medlemmer ønsker seg til Sørlandet. Styret innhenter tilbud fra egnede hoteller som har ledig kapasitet til ca. 100 personer. I løpet av høsten vil dere få beskjed om sted og tid.

I oktober skal styret ha idé-dugnad og skal bl.a. bestemme emner for likemannskursene neste år. Det er flott om dere kan sende forslag på emner til LSHDBs kontor!

20. – 21. august arrangerer Eikholt et spennende brukerkurs om Usher syndrom 1, 2 og 3. På programmet står bl.a. psykososiale konsekvenser av progredierende syns- og hørselshemming og forskningsnytt om Usher syndrom. Undertegnede er en av mange som har meldt seg på.

Styret ønsker å minne om vårt sjakkkurs 30. september – 4. oktober. Det skal som tidligere år finne sted på Eikholt. Egenandel er kr 500,- som dekker både reise og opphold. Kurset passer for både nybegynnere og andre, så nøl ikke, meld dere på innen 30. august! For mer informasjon viser vi til SynHør-bladet nr. 3.

Til slutt gjenstår å ønske dere en fortsatt fin sommer!

Minneord om Kari Marie



Vår kjære medlem, Kari Marie Myrhol sov fredfullt inn torsdag 25. juli, etter 2 års kamp mot kreften. Ho var med på LSHDBs årlige sommertreff i Ålesund i juni i år, tross sykdommen, og vi var glade at ho var sammen med oss noen dager på sommertreffet.

Kari Marie Myrhol, 62 år gammel, har vært med på starten fra av da LSHDB (tidligere NUF) ble stiftet 22. september 1989 på Frambu, og ho satt i interimsstyret i de første årene og senere i styret i flere år, som sekretær. En dyktig og verdifull sekretær for oss i LSHDB. Ho bidro mye med sine kunnskaper for LSHDB.



Ho og Inger Kristin har laget mange fotoalbum for LSHDB gjennom årene,

som ble vist på LSHDBs 20 års jubileum for 4 år siden, og ho hadde gjort en kjempejobb med fotoalbumene som er verdifulle for LSHDB.

Ho fikk kreftdiagnosen i 2011 og kjempet gjennom det de to siste årene og ville absolutt leve, og ville ikke gi seg etter og sto på sitt hele tiden og deltok på LSHDBs julebord de to siste årene og sommertreffet i Ålesund.

Ho vil bli dypt savnet, og at vi lyser fred over hennes minne og tar med hennes ånd videre i LSHDB, at vi ikke vil glemme hennes alltid positive smil som lyser opp et rom når ho kommer inn til oss. Det vil bli dypt savnet.

Hvil i fred, Kari Marie Myrhol

Hilsen LSHDB-sentralstyret



Bildene er fra sommertreffene i Langesund 2007, Galdhøpiggen 2005 og Håholmen 2004.

Sommertreffet i Ålesund

Av Åshild Johansen

Mandag den 24. juni på ettermiddagen ankommer vi Ålesund og Radisson Blu Hotell. Hotellet ligger ved brygge-kanten og vi hadde god utsikt mot ha-vet fra frokost via lunsj og middags-bordet. Vi var til sammen 98 personer, medlemmer, barn og tolker.



Ålesund er en flott og koselig by ved kysten og har mange spennende his-torier å by oss, som blant annet den store bybrannen i 1904.

Tirsdag dro vi på båttur med båten «Ålesund». Vi fikk oppleve fuglefjellet Runde med et yrende liv av mange slag sjøfugler. Det var en fantastisk tur der vi fikk oppleve å se forskjellige steder, været, fugle- og sjølivet rundt



Ålesund.

Etter lunsj guidet Kirsti Fylling oss rundt i Ålesund by, fortalte oss om by-ens smaleste hus og om et tre som heter «Apens Skrekk». Videre gikk vi gjennom byparken og vi gikk 418 trappetrinn opp til Fjellstua. Derfra kunne vi se hele Ålesund panorama og skue utover mange fjell og øyer. Videre gikk vi tilbake til hotellet sam-me vei og spiste en god middag. Onsdag og torsdag hadde vi like-mannskurs, et meget godt gjennom-ført kurs som vi kan lese mer om inne i bladet.



Fredag var det sjørafting for noen vå-gale og handledag for andre. I Lange-våg lå Devold fabrikkutsalg hvor de fleste handlet klær fra Moods of Nor-way, sportstøy fra Bergans, Skomax og Norrøna som alle lå i denne fabri-ken.

Lørdag var det som vanlig rebusløp rundt hotellet. Til tross for regn og litt vind klarte alle å gjennomføre 9 pos-ter til stor tilfredshet for store og små. På kvelden hadde hver lokallag sin underholdning, til både latter, spen-ning og glede. Etterpå fortsatte de

fleste utover kvelden med sosialt samvær over et glass drikke.



Hotellmaten var veldig god og det ble servert mange forskjellige fiskeretter til middag, blant annet bacalao. Jeg tenker på barna som spiste all den fiskematen som ble servert, ble jeg imponert. Har ikke hørt noen særlige klager eller noe annet, så dette må være spesielle «englebarn» vi hadde med oss.



En meget bra og vellykket sommertreff, bra hotell og kjempekoselig by. Det blir spennende å se hvor neste sommertreff blir og det vil publiseres i den neste utgaven av bladet.

Noen bilder fra sommertreffet for barna i Ålesund 24. - 30. juni:



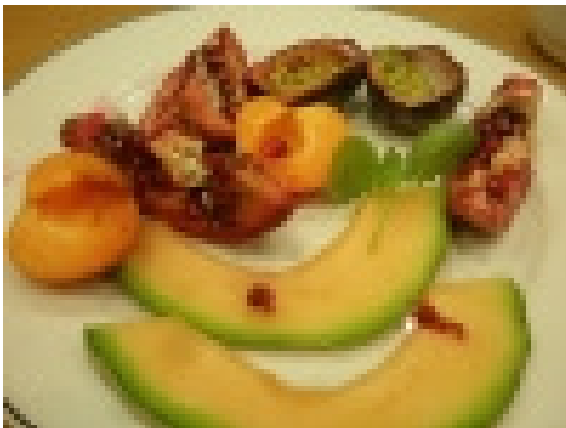
Likemannskurset, Ålesund

Av Bibbi Hagerupsen, LSHDB

Likemannskurset onsdag 26. og torsdag 27. juni ble avholdt i forbindelse med sommertreffet.

Temaet ved kurset var ”Kosthold og fysisk aktivitet”. Målet bak kurset er å øke motivasjonen for riktig kosthold og fysisk aktivitet i hverdagen hjemme.

Oddrun Kristiansen holdte et glimrende flott foredrag om kosthold. Hvordan vi spiser, påvirker vår kropp mye, av protein, karbohydrater og fett. Ho fortalte også om antioksidanter, de viktigste stoffene som påvirker øyne, hår og annet i kroppen. Vi fikk også smakt på ulike grønnsaker og frukt/bær.



Berit Rasmussen Øie holdte et glimrende flott foredrag om fysisk aktivitet. Vi fikk prøvd ulike øvelser i salen, som vi kan bruke hjemme, med hjelp av stol, tom flaske osv, så vi slipper å gå på treningsstudio for å trene. Vi kan godt gjøre det hjemme også. Torsdag var vi ute på en gressbane, der vi hadde hatt to morsomme lek;

sisten og hauk & due. Vi klarte oss helt fint tross ulike grad av våre syn, takket være de gode tolke- og ledsagere.



Etterpå var vi delt to og to, der vi skulle løpe eller gå 10 runder hver, og det var utrolig tøft. Det overrasket oss mange at vi klarte å løpe hele 10 runder på en ujevn gressbane. Likemannskurset ble vellykket gjennomført, takket være to flotte forelesere.

Fra havrafting i fjorden, Ålesund:



Harald Vik, 70 år



Vår kjære medlem og varamedlem, Harald Vik, er blitt hele 70 år på søndag 28. juli.

Han feiret sin store dag med sin amerikansk slekt i USA på hans ferie.

Du, Harald, er et stort forbilde for oss i døvblindemiljøet. Du åpnet døren for oss ute i det store samfunnet, at ordet døvblind får folks øyne oppe, takket være deg, som sprengte hindringen.

Du viser tydelig at ingenting skal hindre en som er døvblind, man kan bryte grenser samme hva, med hjelp av de gode tolke- og ledsagere eller ved egen hjelp.

Gratulerer med dagen, du kjære Harald!

Hjertelig hilsen fra LSHDB - sentralstyret

Skapte lys og håp for tusener

Kilde: Drammens Tidende, 26. juli 2013

Nesten år er det 30 år siden livet til Harald Vik tok en helt ny vending. Et liv i mørke og ensomhet ble byttet ut med et liv der han har skapt lys og håp for tusener. Søndag fyller han 70 år.

Som døvblind har Harald Vik vist at det nytter. Alvorlige handikap er ingen hindring for livsutfoldelse. Han har reist rundt i mange land, møtt blinde og døve, møtt øvrighetspersoner og opplevd at en gruppe mennesker er

hentet fram fra mørke og gitt håp.

Reddet av idretten

Idrett ble redningen for Harald. Hvor mange renn, løp og ritt han har deltatt i, vet han ikke eksakt, men 25 Ridderrenn, 19 ganger Trondheim–Oslo på sykkel og 19 ganger New York Marathon er bare noe av det Harald kan vise til.

70 år til tross, han har på ingen måte tenkt å gi seg. I disse dager sykler han fra Denver i Colorado, USA til Lincoln i Nebraska, en strekning på 800 km. Vel framme i Lincoln skal dagen

feires sammen med slektninger. Tilbake i Drammen skal han 11. august sykle Drammensfjorden Rundt for 30. gang. Utover høsten venter Drammen halvmaraton, Harald Viks mosjonsløp, Oslo halvmaraton, New York Marathon for 20. gang og i januar Ski for Light, det amerikanske ridderrennet. Selv om Harald regner seg selv som en glad, munter og omgjengelig kar uten særlige bekymringer, har ikke livet alltid smilt til ham.



Mistet synet

Harald Vik vokste opp i Jondalen, Hardanger som yngst i en søskenflokk på sju. Harald er født døv, og mistet etter hvert synet. Som 40-åring var han helt blind. To av søstrene hans er født med samme syndrom som Harald, Usher syndrom, en arvelig sykdom som innebærer medfødt hørselstap og blindhet i løpet av tenårene. Han kom tidlig til Oslo, der han gikk på døveskole. Etter hvert dro han til Stavanger, utdannet seg til skred-

der, og fikk etter mange forsøk jobb på en fabrikk i Oslo der han ble i sju år. Da var synet så dårlig at han så ingen annen utvei enn å slutte. Via attføring ble han uføretrygdet. Men så møtte han Bente, de giftet seg i 180 og flyttet til Konnerud. Men lykken varte ikke lenge. På grunn av svulst hadde Bente mistet syn og hørsel, og etter at paret hadde vært gift i fire år døde Bente plutselig. Angst og depresjon ble en stor del av hverdagen for Harald. Men en invitasjon til Beitostølen av Erling Stordahl ble et vendepunkt. Her fikk han se hva trening tross ulike handikap kunne utrette. Harald ble både sterk, kom i god form og fikk godt humør. Med idretten gikk starten for et eventyrlig liv som har ført Harald over store deler av verden. Han har møtt enormt mange mennesker, tent lys og håp, og ikke minst pekt på hva en kan bruke livet til tross handikap.

Avhengig av tolk

Alle aktiviteter og reisevirksomhet til tross, ingen ting av det hadde vært mulig uten tolker. Så da sentrale myndigheter sist vinter truet med å redusere denne tjenesten, reiste Harald bust, og fikk myndighetene til å snu. – Tolkene er mine øyne og ører, understreker han.

Helen Keller Center, Plovdiv, Bulgaria

Av Kari Kristine Engan

Helen Keller Center, Plovdiv, Bulgaria
- rehabiliteringssenter for bulgarske døvblinde.

Den europeiske døvblindeunion (EDBU) arrangerte konferanse og generalforsamling 21. – 24. mai i Plovdiv, Bulgaria. Plovdiv er landets nest største by, ca. 14 mil sørøst for Sofia.

Dagen før vi reiste hjem ble Åshild Johansen og jeg invitert til å besøke bulgarernes rehabiliteringssenter for døvblinde, som drives av den bulgarske døvblindeforeningen (NADIR).

Sammen med Dimitar Parapanov, leder i NADIR, og hans sønn dro Åshild og jeg med tolkene våre til senteret. NADIR leier lokaler i et dårlig vedlikeholdt bygg. I første etasje er møte- og kontorlokaler, mens rehabiliteringsrommene befinner seg i annen etasje.

Oppe i annen etasje kom vi først til tre rom hvor det foregår opplæring i ADL (dagliglivets gjøremål), punktskrift, data og andre tekniske hjelpemidler. Alt utstyr var svært gammeldags sammenlignet med det vi bruker her hjemme. For døvblinde som kom utenbys fra, var det noen få overnattingsrom.

Som sagt var bygget dårlig vedlikeholdt. Murpussen i taket hang i store flak så sengene ble plassert slik at

flakene ikke falt ned i dem. Toalettet var et hull i gulvet, og på badet var det kun en servant – ikke dusj.

Bare ett av rommene hadde aircondition, så det var kvelende varmt. På veien opp beskrev tolkene våre store kakerlakker.

Etter omvisningen satt vi en stund i Parapanovs kontor. Han fortalte at den offentlige støtten NADIR får for å drive rehabilitering, er for liten. Lærere og spesialpedagoger står for undervisningen, og mellom 50 og 60 døvblinde får opplæring av ulik art hvert år. Parapanov kom også inn på problemet med korrupsjon og håpet at det ville bli bedre etter valget .

Det var mange tanker som svirret i hodene våre etter dette besøket. Det er himmelvid forskjell mellom dette senteret og Eikholt. Det gjelder både standard på hjelpemidler, universell utforming og fasiliteter.

Under konferansen hadde vi også fått høre at Bulgaria i likhet med flere europeiske land ennå ikke har statlig tolkeutdanning og døvblinde har heller ingen rett til tolk/ledsager.

Vi har nok trukket vinnerloddet vi som er født i Norge...

Sjakkfronten

Av John Sandell

Landsturnering, NM i sjakk 2013 på Radisson Blu Lillehammer Hotel. Nm-hotellet ligger noe ovenfor Lillehammer sentrum. Hotellet lå mellom Maihaugen og Lillehammer Olympiapark med Håkonshallen. Turneringen skjedde i tiden 29.juni – 6.juli. Det ble spilt 9 runder. En dag ble det spilt 2 runder. Det var nær 490 spillere i stort og smått. Og det ble spilt i flere klasser.

Fra Norges syns- og hørselsehemmede/døvblindes sjakkforening deltok 4 deltagere og var debutanter i dette turneringen. Kari Kristine Engan og Kjell Reidar Johnsen i kl.4 og Erik Korneliussen og John Sandell i kl.5. Det var et stort og vellykket arrangement.

Resultatet ble følgende:

Kl.4:

27. pl. Kari Kristine Engan 3 poeng
30. pl. Kjell Reidar Johnsen 1,5 poeng (7 runder)
32 spillere i denne klassen.

Kl.5.

24.pl. John Sandell 4 poeng
35 pl. Erik Korneliussen 2 poeng
35 spillere i denne klassen.

De som ønsker se resultatene fra denne turneringen kan man gå på denne webadr.:

<http://turneringsservice.sjakkclubb.no/standings.aspx?TID=LandsturneringenNMisjakk2013-NorskSjakkforlag>

På de to bildene er fra selve store spillesalen. Den andre er av John Sandell like før spillestart



Haptisk kommunikasjon

Endelig en norsk håndbok for døvblinde om haptisk kommunikasjon



«Haptisk kommunikasjon»

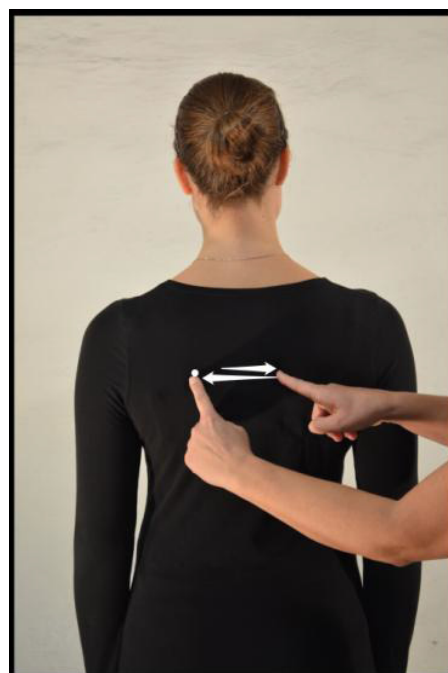
Hildebjørg Karlsen Bjørge | Kathrine Goborg Rehder | Magni Øverås

Bokens hovedfokus er å forklare og beskrive grunnleggende teknikker i haptisk kommunikasjon. Den henvender seg kombinert til syns- og hørselshemmede, døvblinde, synshemmede, og nettverket rundt disse. Familie, venner, fagpersoner, tolker og ledsagere vil også kunne dra nytte av boken.

Forfatterne har samlet og systematisert materiell om haptisk kommunikasjon slik at det fremstår som ett språk. Boken er brukervennlig og gir et helhetlig inntrykk av hva haptisk kommunikasjon er og hva det brukes til. Bruken av haptisk kommunikasjon er avhengig av hva som er hensiktsmessig i hver enkelt situasjon.

Haptisk kommunikasjon kan brukes uansett bosted, uavhengig av om brukerne kjenner hverandre fra før eller

ikke. Alle elementene hører sammen, og få signaler brukes alene. Ved hjelp av denne håndboken lærer man å forklare, beskrive og benytte de grunnleggende teknikkene i haptisk kommunikasjon.



For ytterligere informasjon kontakt:

ABSTRAKT FORLAG
v/Rannveig Larsen
larsen@abstrakt.no
Telefon: 23 31 12 20
www.abstrakt.no

Bokens pris 345,-.

Sosial - haptisk kommunikasjon verden over

Av Cor van der Lijcke og Helen Witte Hartog

"Haptisk" er utledet av det greske begrepet Haptikos som vedgår berøringssansen. Sosial-haptisk kommunikasjon er basert på å 'skrive og tegne' på rygg, skulder, arm, bein eller hånd.

Første gang haptisk kommunikasjon ble nevnt, var under verdenskongressen for døvblinde i Ørebro (Sverige) i 1991. Den første artikkelen om sosial- haptisk kommunikasjon ble offentliggjort under den europeiske konferansen i Potsdam i 1993.

Haptisk kommunikasjon kan defineres som berøringsmeldinger mellom to eller flere personer i en sosial sammenheng, ofte kombinert med lingvistisk kommunikasjon.

Situasjoner, atmosfære, ansiktsuttrykk og andre former for kommunikasjon som ikke blir uttalt muntlig, kan bli videreført ved haptisk kommunikasjon. Dette gir ekstra informasjon.

Det kan også være den eneste måten å formidle korte beskjeder på, slik at den døvblinde får med seg hva som foregår i omgivelsene. Det gir trygghet å vite hva som skjer, hvordan andre føler seg, osv. Haptisk kommunikasjon oppleves som kremen på kaka! I Norge arrangerte LSHDB et tre dagers seminar rundt emnet på Lillehammer (1999) for 40 unge deltagere. Det ble en stor suksess, og flere ville

delta på slike kurs etterpå. Men det oppstod raskt problemer: Da kursdeltagerne kom hjem, fant de ingen tolk som kunne haptisk kommunikasjon. I de siste årene har denne formen for kommunikasjon utviklet seg enormt. Både når det gjelder kurstilbud til brukere, og når det gjelder tolkeopplæringen på Høyskolene i Oslo, Trondheim og Bergen.

Det er heldigvis blitt obligatorisk pensum i opplæringen og dermed også standard brukt kommunikasjonsmetode av tolkene i Skandinavia. Norge, Sverige, Danmark og Finland ligger foran i forhold til andre land i verden. I 2007 hørte jeg at det ble organisert en haptisk kommunikasjon workshop i Belgia, og jeg fikk en utrolig flott DVD fra dette seminaret.

I 2009 hadde jeg mitt første haptisk kommunikasjonskurs på Eikholt. Kurset var i samarbeid med Hapti-Co. Jeg lærte mye, og litt seinere var jeg aktør på tolkeeksamen ved Universitetet i Oslo. Veldig kjekt!

På 30-års jubileumskonferansen på Eikholt 24. - 25. august 2010 traff jeg Femke Krüger fra Nederland. Jeg kommer selv opprinnelig fra Nederland. Femke er kombinert syns- og hørselshemmet og engasjert i døvblindesaken. Hun holdt et interessant foredrag med tittelen: Dynamisk døvblindhet, en vedvarende utfordring av kreativitet, kompetanse og trygghet. Femke var kjent i Norge fra en konferanse i Italia høsten 2009 hvor hun begeistret alle med sin annerledes måte

å beskrive det å være døvblind på. Hun innførte metaforen "å være linedanser".

Siden haptisk kommunikasjon var totalt ukjent i Nederland, bestemte vi oss der og da for å organisere en trening i haptisk kommunikasjon i hjemlandet Nederland. Dessverre mistet jeg kontakten med Femke Krüger.

Men "Når fjellet ikke kommer til Mohammed, er Mohammed nødt til å gå til fjellet". Tilfeldigvis kommer jeg i kontakt med Stiftelse OTwee i Nederland. Dette er en organisasjon som gir praktiske tjenester til kombinert syns- og hørselshemmede/døvblinde.

Etter en lang forberedelsesstid klarte de 18. og 19. april 2013 å legge til rette for et treningskurs i haptisk kommunikasjon i Groningen.

Instruktørene var fra Hapti-Co. Kurset ble en stor suksess. Ifølge deltakerenes mening er haptisk kommunikasjon en vesentlig del av den totale kommunikasjonen med kombinert syns- og hørselshemmede/døvblinde. Og også for synshemmede/blinde. Det gir de involverte en viktig "innsikt" i deres kontakt med omverden. Deltagerne er overbevist om at haptisk kommunikasjon fortjener å bli kjent over hele Nederland. Etter kurset fikk jeg kontakt med Femke Krüger igjen.

Hun hadde hørt fra flere kanter om seminaret. Alle var veldig entusiastiske, både fagfolk og brukere. Femke håper at haptisk kommunikasjon også kan bli standard kommunikasjonsform i

Nederland. Hun sier at hun ikke lenger er aktiv i døvblinde-nettverket. Hun har startet med å lære "shiatsu", Østens massasje. På den måten lærer hun sin egen "haptics".

Ritta Lahtinen (Finland), Russ Palmer (England) og Trine Næss (Norge) har vært pådrivende krefter i haptisk kommunikasjon-sammenheng. Spesielt har Trine Næss vært et "ikon" i Norge når det gjelder oppbygning og utvikling av haptisk kommunikasjon. Dessverre møtte jeg Trine bare én gang. Hun døde for noen år siden, alt for ung. Dette var et stort sjokk og tap for hele døvblinde-verden. Når jeg skriver dette, tenker jeg at Trine fortjener en "ære og minne-arena". Gode minner slites aldri ut!

Kan det være en idé at LSHDB på sitt årlige sommertreff deler ut en hederpris/ærespris til noe eller noen som har gjort veldig mye for døvblinde-samfunnet.

Trines livsmotto var: Å våge er å miste fotfestet et lite øyeblikk. Å ikke våge er å miste seg selv! (Søren Kirkegaard)

Kilder:
History of Social-Haptic Communication av Russ Palmer, Maud Tjerpst og Ritta Lahtinen, PhD, Communication reseacher.

Haptisk kommunikasjon - en strategi for kommunikasjon og tilnærming av miljøbeskrivelse og kontekstuell respons for døvblindblitte. Et kompendium basert på forelesning rundt emnet (2004) av Trine Næss.
DVD social haptic communication-

workshop (Belgia med Ritta Lahtinen og Russ Palmer) av Stiftelse Anna Timmerman (2007). DVD'en kan bestilles på: www.annatimmerman.be DVD er på engelsk og med nederlandsk teksting.

Grunnleggende tegnhefte i haptisk kommunikasjon. Utarbeidet av Hildebjørg K. Bjørge og Frode Gravningsmyr. Støttet av LSHDB (Landsforbundet for kombinert Syns- og Hørselshemmende/døvblinde) 2008 .

Program for kurs Haptisk Kommunikasjon på Eikholt 25. - 27. mai 2009. Kursansvarlig: Elin Haugland. Fagansvarig: Magnhild Rød Michalsen. Instruktører: Frode Gravningsmyr og Hildebjørg K. Bjørge (Hapti-Co).

Program for 30 årsjubileumkonferansen på Eikholt 24. - 25. august 2010.

Referat av Jan de Kort fra trening i haptisk kommunikasjon 18. - 19. april 2013 i Groningen, Nederland). Instruktører: Hildebjørg K. Bjørge og Kathrine G. Rehder (Hapti-Co).

PS! Nå har det kommet en ny opplæringsbok om haptisk kommunikasjon fra Hapti-Co.

Boken kan du bestille i en bokhandel eller i en nettbokhandel.

ISBN 978-82-7935-346-1. Veiledende pris er 325,-. Løp og kjøp!

Vinteropphold i Albir, Spania

Av Odd Henry Skovdahl

Mørketid, vinter og kulde. Og masse snø her i Gudbrandsdalen. Jeg var lei det hele, det er ikke alltid så lett når man er døvblind. Men så en dag lå det et brev fra Blindeforbundet i postkassa mi. Hurra, jeg har fått legattildeling. Nå vil jeg reise til et varmere land. Min kone skulle være med som tolk og ledsager, noe som fungerer fint.

Jeg valgte meg Albir, Spania som ligger på Solkysten. Gjennom Solgruppen i Trondheim bestilte vi et sentralt leilighetshotell for 5 uker. Og jeg må rose Solgruppen for en fantastisk tilrettelegging, og at de alltid stilte opp

på kort varsel. Mine beste anbefalinger. Allerede etter tre dager kom jeg i kontakt med Costa-Blanca klinikken. Her fikk jeg opptrening tre ganger i uka så lenge vi oppholdt oss i Spania. Jeg har forsøkt å lage noen reisebrev, som kanskje lesere og andre kan ha glede av.

Reisebrev nr. 1. 3. februar 2013. Nå har vi hatt vår første natt her. Vi var helt utslitt i går kveld, så vi sluknet ganske kjapt. Våknet med blå hoftekuler igjen, akkurat som i Thailand i fjor. Hvordan dette vil gå lurer jeg litt på. Føler meg litt som prinsessen på erten.

Leiligheten er veldig koselig, lys og

pen. Har et ekstra soverom med 2 senger. Men det er lite sengetøy. 2 dyner til 4 senger.

Turen i går gikk greit. Litt venting her og der, men flyet var i rute. Vi hadde en voldsom turbulens da vi skulle lande. Det var ubehagelig. Vi fikk god hjelp. Ble hentet i flydøren og loset inn i en diger bil. Rene svartemaja. Bare mye større. Der satt vi sammen med flere rullestolbrukere. Vi hadde havnet på lukket avdeling.. Haha...nok om det.

Nå har vi vært ute og proviantert, butikken er 20 meter unna, så det er lett-vint. Akkurat nå titter solen inn på terrassen. Men det blåser litt, så palmerne utenfor huset svaier i vinden. Her er veldig pen natur. Fra terrassen ser vi så vidt ned på stranden. Fra det minste soverommet ser vi ned på golfbanen. Nå sitter vi her å venter på en representant fra Solgruppen, som skal ta oss med på informasjonskurs. Etterpå er vi invitert på Bok-cafeen på 3 retters lunsj. Skriver mer i ettermiddag.

Det har vært en flott dag så langt. Vi traff mange hyggelige folk og fikk en fantastisk 3 retters middag. Først spekieskinke med melon. Nydelig. Så var det kylling i soppsaus med norske poteter. Til dessert fikk vi iskake som de tømte whisky over. Det smakte fantastisk. Til maten fikk vi rød/hvitvin eller øl/brus, så mye vi ville ha. Det var kjempekoselig, Etterpå ble vi kjørt hjem til hotellet.

Nå sitter vi på terrassen og nyter sola. Vinden har stilnet og temperaturen er

veldig fin. Kan man ha det bedre.. Tankene går til dem som sitter i Norge og fryser... Men nå gir jeg meg for denne gangen.

Reisebrev nr. 2. 9. februar 2013
Så er første uka over. Den har gått som en vind. Skjønner ikke hvor dagen blir av. Men vi er jo veldig aktiv. Mye ute å går. Det er jo så godt å ferdes her for en døvblind. Brede fortau og ingen fortauskanter. Her har Norge mye å lære.

Her er mange turmuligheter. Allerede 2 dagen merket min kone forskjell på pusten. Hun har Kols. Hun gikk opp en bratt bakke uten å tenke over det. Helt utrolig. Det er veldig lenge siden hun klarte noe slikt.

Vi har hatt mange fine opplevelser denne uken. Onsdag var vi på buss-tur. Vi besøkte flere jordbruksområder, og små typiske spanske landsbyer. Mandelblomstene lyste rosa overalt. Det var utrolig vakkert. Appelsintrærne og clementinene sto fulle av frukter. Det var bare å plukke.

Vi reiste inn i vindistriktene, og besøkte en Bodega, hvor vi prøvesmakte mange forskjellige viner.. Det ble en del lystige mennesker etter hvert.

Ferden gikk så til fiskelandsbyen Calpe hvor vi spiste 3 retters middag. Musling, grillete sardiner, blekksprut og hel stekt sjøtunge (flyndre). Nydelig. Og masse god drikke, av alle slag.

I går kveld var vi på Flamenco-show, det var moro. Vi spiste tapas og hadde en ganske livlig kveld. De som jobber for Solgruppen her nede er bare

helt fantastiske. De kjører og bringer oss hit og dit om vi trenger det. Ordner opp i alle ting. Kommer på døra med post mm. Kan ikke rose dem nok.

I dag skal vi ta det litt rolig. Bare rusle en tur langs stranden. I morgen er det marked i Albir, det er det hver søndag, så det blir nok en tur dit. Gleder meg til det.

Reisebrev nr. 3, 14.2.2013

Nå har jeg endelig funnet et nett, så da får jeg passe på å sende en epistel. Uken som har gått har vært vindfull og sur. Innevær. Men vi har vært standhaftig, og gått lange turer uansett. Vi begynner å bli godt kjent i Albir nå.

Vi har vært på markedet. Der var det litt for en hver smak. Vi handlet ikke så mye, men vi kjøpte ny koffert. Det sier vel det meste. Vi har også besøkt den norske butikken, der får en bare norske matvarer. Det er en del dyrere pga. frakten, så vi handler ikke så mye der. Vi har en liten butikk rett utenfor hotellet som har nesten alt vi trenger. Skal vi handle noe ekstra drar vi på Lidl. De har veldig bra utvalg.

Nå sitter vi på Den Norske Bokkafeen. Vi har spist kokt torsk med stekt bacon, gulrot og poteter.

Men jeg må fortelle om dagen i går. Da var vi på en flott busstur inn til Alicante. Vi hadde en fantastisk guide, så det ble interessant. Vi stoppet ved Spanias største borg, St. Barbara. Enten dere tror det eller ei så gikk vi helt til topps. Det var veldig bratt, men

opp kom vi. Utsikten var fantastisk. Etterpå var det lunsj. Ikke verdens beste mat. Men pilsen var god.

I formiddag gikk vi en tur, før vi solte oss i hagen en times tid. Solen er så skarp så vi må være forsiktig. Det er den fineste/varmeste dagen vi har hatt siden vi kom. Men nå er maten fortært og vi skal innom kontoret en tur for å hente post. Etterpå er det fysioterapi kl 17.00. Må ha litt massasje.

Reisebrev nr. 4, 20.2.13

Tenk nå er det snart gått 3 uker av ferien vår allerede. Skjønner ikke hvor dagene blir av. Men vi har det veldig fint, og opplever masse hver dag. Vi går mange (og lange) turer langs strandpromenaden. I går gikk vi til nabobyen Altea og tilbake. Så formen bedrer seg.

Vi har også begynt med fysioterapi. Jeg trener og frua får massasje. Vi var hos den norske legen i dag for å få rekvisisjoner. En ganske pussig opplevelse. Han hadde salong og legekontor i samme rom. Og var forøvrig bergenser. Ikke skulle han ha betalt heller.

Fortalte jeg at her er så dårlig data-nett at vi må rundt på hotellene å låne nett? I dag hadde vi installatører her, så nå har vi fått installert egen ruter. Det er helt fantastisk å slippe det problemet. Det var slitsomt og stressende.

Må ta med en liten kommentar fra fru- en før jeg gir meg. Dere husker kanskje fra 1. brevet at jeg sa vi var havnet på lukket avdeling da vi kjørte fra

flyet til terminalen? Vi hadde så mye gjennomtrekk i leiligheten da installatørene drev på, at det kom kontant fra Turid: Nå er vi kommet på åpen soning.

Reisebrev nr. 5, 2.3.2013.

Nå er vi ferdig med den 4 uken, bare en uke igjen her i Albir. Tiden har gått veldig fort. De siste 14 dagene har det blåst og regnet. Skikkelig surt altså. Men vi har gått våre turer og hatt vår trening. på fysioen. Men i dag skinner sola, og det må vi benytte oss av.

Jeg har allerede hatt min første gå-tur - alene. Det er jeg litt stolt av. Har gått to runder rundt golfbanen som ligger like ved leiligheten vår. Det er deilig å klare noe på egenhånd.

Denne uken var vi på borgtur. Det er utrolig mange borger i dette landet. De kan dateres tilbake til Romertiden. Ganske unikt. Har ikke tall på alle borgene vi har sett. Vi har jo reist på kryss og tvers i hele Valencia (fylket), og spist på de merkeligste steder. Vi skulle vært i dyreparken på torsdag, men da var det sånt uvær at det er utsatt til neste torsdag.

Ellers er det ganske "spennende" å være her. Det er så mye tyverier og ran at det er utrolig. Vi har hatt innbrudd i huset her 2 søndager på rad. Og tirsdag ble en dame forsøkt ranet rett foran øynene på oss. Ikke noe moro. Men men. En får ta sine forhåndsregler, så går det bra.

I dag skal vi på Den Norske Bokkafeen å spise risengrynsgrøt. Koselig sted. Etterpå skal vi finne oss en plass i solen. Bør jo helst få litt farge i

ansiktet. Neste uke blir det ny fjelltur. Da skal vi besøke landsbyer som driver med forskjellig håndverk. Og så er det dyreparken, og fredag er det stor fest på Bok-cafeen. Kanskje rekker jeg et brev til før vi reiser hjem på lørdag. Vi får se.

Resten av reisebrevene kommer i neste nummer (oktober).



Returadresse:

LSHDB (Landsforbundet for kombinert Syns- og Hørselshemmede/Døvblinde, Skippergata 33, 0154 Oslo

LSHDB-sentralstyre 2012 - 2014

<i>Forbundsleder:</i>	<i>Åshild Johansen</i>
<i>Nestleder:</i>	<i>Kari Kristine Engan</i>
<i>Styremedlemmer:</i>	<i>Birgit Hagerupsen</i>
	<i>Hege Dahlen</i>
	<i>John Sandell</i>
<i>Varamedlemmer:</i>	<i>Odd Paulsen</i>
	<i>Harald Vik</i>

LSHDBs hjemmeside: www.lshdb.no (stadig oppdatert)