

LSHDB

SynHør-bladet

19. årgang

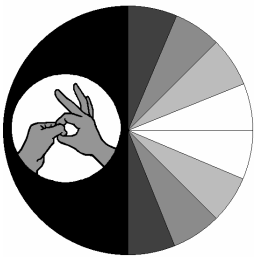
Nr 5 - 2010



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

Innhold

Styrets hjørne	3	NM i sjakk for synshemmede	13
LSHDBs landsmøteprotokoll	3	Høsttur til Vinstra	14
Sommertreff 2011 i Tromsø	8	Maraton i sol og regn 28. august	15
En strålende markering av		Fant den rette på nettet	16
Eikholts 30-årsjubileum	9	Ikke slik, men slik!	17
Rutinert landevegsryttar	9		
Norrlandskamp for			
Synshemmede	12		



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: kariengan@c2i.net

Styremedlem: Birgit Hagerupsen

Tlf: 949 88 030

E-post: bibbih@online.no

Styremedlem: John Sandell

Tlf: 915 45 424

E-post: john.sandell@getmail.no

Styremedlem: Hege Dahlen

Tlf: 934 95 905

E-post: hebedahl@online.no

1. varamedlem: Harald Vik

2. varamedlem: Nina Helene Skorge

SynHør-bladet

Redaktør: Birgit Hagerupsen

SMS. 949 88 030

E-post: bibbih@online.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

Kontorfullmektig: 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

Kjære medlemmer og lesere!

I skrivende stund sitter jeg her og nyter det strålende høstværet vi har i Oslo akkurat i dag.

Jeg er ny styremedlem i LSHDB sentralstyre og jeg har fått oppgaven å skrive i Styrets hjørne her i bladet.

Jeg heter Hege, sterkt syns- og hørselshemmet, og jeg bruker tegnspråk og talespråk. Jeg er utdannet førskolelærer og har i mange år jobbet i barnehage og skole.

Jeg håper jeg kan bidra som styremedlem, der jeg kan være med på å påvirke til det beste for LSHDB og medlemmer.

Nå nærmer det seg november og tid for likemannskurs og julebord med interessante og spennende temaer

vedr arbeid, utdanning og avklaring.

Jeg håper mange har lyst og mulighet til å komme, og det hadde vært veldig hyggelig.

En oppfordring til dere i lokallagene, dere som er aktive i idrett eller i andre ting, skriv ditt/deres artikkel/innlegg i SynHør-bladet..

Det er morsomt og interessant å høre hva dere gjør der ute i landet og i utlandet.

En varm høst hilsen fra
Hege Dahlen
Styremedlem

Protokoll fra LSHDBs landsmøte

PROTOKOLL FRA LANDSMØTET 2010 FOR LANDSFORBUNDET FOR KOMBINERT SYNS- OG HØRSELS- HEMMEDE/DØVBLINDE (LSHDB)

Møtet ble holdt på Radisson Blue hotell, Beitostølen.

Møtetid: 22. juni 2010 kl. 09.10 – 12.30.

Forbundsleder Åshild Johansen åpnet LSHDBs 8. landsmøte med å ønske alle hjertelig velkommen. Medlemmer som var gått bort siden forrige

landsmøte ble minnet med ett minutt stillhet.

Sak 1: Navneopprop og fastsettelse av stemmeberettigede

Ifølge navneopprop var 26 stemmeberettigede og 3 støttemedlemmer med tale- og forslagsrett tilstede.

Forbundsleder foreslo å gå direkte til valg av møteleder, noe landsmøtet vedtok enstemmig.

Sak 6: Valg a) møteleder

Kjell-Henrik Hendrichs var forespurt av Kari K. Engan på vegne av styret.
Vedtak: Kjell-Henrik Hendrichs valgt til møteleder v/akklamasjon.

Forbundsleder Åshild Johansen overlot den videre møteledelsen til Kjell-Henrik Hendrichs. Han takket for tilliten og regnet med et like godt landsmøte som de han hadde ledet tidligere. Deretter foreslo han å gå tilbake til sakslisten.

Sak 2: Godkjenning av innkalling til landsmøtet

Møteleder redegjorde for at landsmøtet var lovlig innkalt i henhold til vedtektene.

Vedtak: Innkalling enstemmig godkjent.

Sak 3: Godkjenning av dagsorden

Møteleder leste opp programmet og regnet med at landsmøtet ble ferdig innen kl 15.00.

Vedtak: Dagsorden ble enstemmig godkjent.

Sak 4: Godkjenning av sakslisten

Møteleder gjennomgikk sakslisten satt opp i henhold til vedtektenes § 4.

Vedtak: Sakslisten enstemmig godkjent.

Sak 5: Godkjenning av forretningsorden

Møteleder regnet med at det ville gå bra med god møteskikk. Dersom ordstyrer skulle komme i tvil, ville han spørre landsmøtet til råds.

Vedtak: Forretningsorden enstemmig godkjent.

Sak 6: Valg fortsetter

b) referenter

Åshild Johansen foreslo Karin Andvig og Kari Kristine Engan.

Vedtak: Karin Andvig og Kari K. Engan valgt til referenter v/akklamasjon.

c) 2 protokollunderskrivere

Møteleder foreslo Bibbi Hagerupsen og John Sandell.

Vedtak: Bibbi Hagerupsen og John Sandell valgt til protokollunderskrivere v/akklamasjon

d) Tellekorps

Vedtak: Bjørn Egil Hammerlund og Per Mehlum valgt til tellekorps v/akklamasjon.

Sak 7: Sentralstyrets beretninger for 2009

Årsberetningen var sendt ut på forhånd, og det ble ikke fremmet ønske om at den ble lest opp i sin helhet. Møteleder refererte årsberetningen punkt for punkt.

Det fremkom ingen kommentarer fra salen, møteleder ga uttrykk for en god, utfyllende årsberetning og mente styret fortjente en stor applaus.

Vedtak: Årsberetningen ble enstemmig godkjent v/akklamasjon.

Sak 8: Årsregnskap for 2009 med revisjonsberetning

Regnskapet var sendt ut på forhånd, og Kari K. Engan redegjorde for noen poster. Det fremkom ingen spørsmål, og møteleder leste opp revisjonsberetningen.

Vedtak: Regnskapet med revisjonsberetning ble enstemmig godkjent.

Sak 9: Innkomne saker til behandling

Det var sendt ut 3 saker til behandling.

Innkommet sak 1. Fra Representantskapsmøtet 2009:

Møre og Romsdal innlemmes i LSHDB Trøndelag/Nordland som endrer navn til LSHDB Midt-Norge/Nordland.

Vedtektsendring ad. obligatoriske poster i § 4 Landsmøtet: Post 6 Valg av møteleder(e), referent(er), 2 protokollunderskrivere og tellekorps flyttes opp til post 2. Postene 2, 3, 4 og 5 endres til 3, 4, 5 og 6.

Vedtektsendring ad. obligatoriske poster i § 5 Representantskapsmøtet: Post 1 Navneopprop og fastsettelse av antall stemmeberettigede. Post 2 Valg av møteleder(e), referent(er), 2 protokollunderskrivere og tellekorps. De andre postene rykker automatisk ned.

Vedtekter for distriktslag. LSHDB Telemark har utarbeidet en mal for vedtekter som skal erstatte de tidligere vedtekter for distriktslag godkjent i 2002. Distriktslagene henstilles til å godkjenne de nye vedtektene på sine årsmøter og sende dem til sentralstyret.

Vedtak: Forslagene ble lest opp av møteleder, behandlet og enstemmig godkjent punkt for punkt.

Innkommet sak 2. Forslag fra Berit R. Øie datert 27.04.10:

”Styret får fullmakt fra Landsmøtet til å opprette de utvalg styret mener LSHDB har behov for. Hensikten med disse utvalgene er:

- å avlaste arbeidsmengden hos styremedlemmene og evt. Kontorfullmektig
- å engasjere og aktivisere medlemmene
- å tilføre LSHDB verdifull kunnskap
- Utvalgets ansvar:
 - å formidle kunnskapen til styret og til medlemmene via SynHørbladet og LSHDBs webside
 - skrive en kort årsrapport som inngår i LSHDBs årsberetning.

Utvalgets størrelse: min. 3, maks. 5 personer.

Økonomiske forhold må styret ta en bestemmelse til i forhold til hvert utvalgs virksomhet.

Forslag på utvalg kan være:

- Barnas sommerkomite
- Utredningsutvalg for eksempel ved høringsuttalelser
- Døvblindes idrettsgruppe

Vedtak: Det fremkom ingen merknader, og forslaget ble enstemmig godkjent.

Innkommet sak 3. Fra Sentralstyret
Forslag på tillegg i vedtektenes § 5, etter obligatorisk post nr. 11, tilføye et eget avsnitt.

Retningslinjer til valgkomiteen:

Valgkomiteens medlemmer skal ha god kjennskap til LSHDB og forbundets mål og verdigrunnlag.

Styrets medlemmer og ansatte kan ikke velges til valgkomiteen. Hvis noen som sitter i valgkomiteen ønsker å være valgbare til styret, må en trekke seg fra valgkomiteen så tidlig

som mulig og før innstillingen fra valgkomiteen foreligger.

Valgkomiteen utfører sin egen sekretærtjeneste. Valgkomiteen innstiller til alle valg som Landsmøtet skal foreta. Valgkomiteen sonderer først om de som sitter i verv stiller til gjenvalg eller ikke.

Dernest gjør valgkomiteen kjent blant medlemmene hvilke verv som skal velges ved Landsmøtet og anmoder medlemmene å komme med forslag.

Til slutt foretar komiteen uhildet og etter en selvstendig vurdering hvilke kandidater komiteen mener er best skikket til å fremme forbundets interesser.

Den som foreslås, må ha sagt seg villig til å påta seg vervet. Komiteen kan begrunne sine forslag overfor Landsmøtet. Komiteen bør fremme flere forslag på kandidater enn det antall som skal velges.

Valgkomiteens forslag til kandidater skal gjøres kjent samtidig med at dokumentene til Landsmøtet sendes ut.

Møteleder leste opp forslag til retningslinjer i sin helhet. Det ble en del diskusjon om siste punkt under bokstav e., og det fremkom forslag på å endre fra "Komiteen *bør* fremme flere..." til "Komiteen *kan* fremme flere..."

Vedtak Retningslinjer for valgkomiteen ble enstemmig godkjent med ovennevnte endring i bokstav e, siste punkt.

Sak 10: Arbeidsprogrammet 2010 – 2012

John Arne Torstensen la fram styrets forslag til arbeidsprogram og poengterte at punktene var satt opp i tilfeldig rekkefølge og at alle punktene er like viktige, men at styret må stå fritt til å velge hvilke saker det arbeides med underveis i perioden.

Fjerning av § 10 – 7, bokstav g. i folketrygdloven. Denne bokstaven gir rett til dekning av reise- og oppholdsutgifter for tolk/ ledsager i utlandet til dagliglivets gjøremål dersom bruker er 18 år eller yngre. LSHDB ønsker fjerning av bokstaven slik at alle døvblinde uansett alder har samme rettighet.

Fokusering av døvblinde og arbeid – synliggjøring overfor arbeidsgivere at personer med døvblindhet er en ressurs som arbeidstaker.

Opplæring av døvblinde i å bruke tolk/ledsager, fokus på samarbeid/samspill mellom tolk og bruker.

Opprette et chatterom-program til bruk for unge med kombinert syns- og hørselshemming.

Styrke og videreutvikle det gode samarbeidet med andre brukerorganisasjoner, spesielt i forhold til politiske saker av felles interesse. Dette blir stadig viktigere i arbeidet med å beholde rettigheter og goder.

Arbeidsprogrammet ble behandlet pkt. for pkt. Det ble en livlig diskusjon med stort engasjement.

Pkt. 1. ad dekning av tolk i utlandet: fremkom følgende endringsforslag til tekst:

”LSHDB ønsker at døvblinde uansett alder skal ha rett til dekning av reise- og oppholdsutgifter for tolk/ledsager i utlandet ved dagliglivets gjøremål”

Vedtak: Arbeidsprogrammet 2010 – 2012 ble enstemmig godkjent med ovennevnte endringsforslag.

Sak 11: Budsjett for 2010

Budsjettet ble opplest av møteleder, og det framkom ingen spørsmål eller kommentarer.

Vedtak: Budsjettet enstemmig godkjent.

Sak 12: Valg av sentralstyre

Leder i valgkomiteen, Kjell R. Johnsen startet med å si hvem som satt i valgkomiteen; foruten ham selv, besto den av Aslaug Kibsgård og Bedir Yiyit, Bibbi Hagerupsen hadde trukket seg ut av komiteen.

Deretter orienterte han om hvem som var på valg, la frem valgkomiteens innstilling, takket valgkomiteen for godt samarbeid og avsluttet med å ønske lykke til med valget.

Valgkomiteens innstilling:

forbundsleder: Åshild Johansen
gjenvalg for 2 år
styremedlem: Hege B. Dahlen
ny for 4 år
styremedlem: Bibbi Hagerupsen
ny for 4 år
1. varamedlem: Nina H. Skorge
ny for 2 år
2. varamedlem: Harald Vik
gjenvalg for 2 år

Møteleder Kjell-Henrik Hendrichs ledet valget. Han informerte om vanlig praksis ved valg; dersom det forelig-

ger bare 1 kandidat, velges de v/ akklamasjon. Er det 2 eller flere, skal det være skriftlige valg. Det fremkom ingen benkeforslag.

Vedtak: Samtlige av valgkomiteens forslag på kandidater ble valgt v/ akklamasjon.

Andre valg:

f) Autorisert revisor

Vedtak: Styret gis fullmakt til å velge revisor ut fra pris, kompetanse på frivillige og tilskuddsberettigede organisasjoner.

Møteleder overlot ordet til den gjenvalgte forbundslederen. Åshild Johansen takket for tilliten. Deretter takket hun Kjell-Henrik Hendrichs for en utmerket møteledelse og ønsket ham tilbake som møteleder om 2 år og overrakte en påskjønnelse for jobben.

Han takket for gaven og syntes LSHDB er en interessant organisasjon som det er spennende å følge med i utviklingen. Han avsluttet med å ønske hver og en i forsamlingen lykke til videre.

Deretter takket forbundslederen Karin Andvig for den gode jobben hun gjør som kontorfullmektig og fikk overrakt en oppmerksomhet.

Til slutt takket Åshild Johansen for et godt møte og erklærte LSHDBs 8. landsmøte for hevet.

Sommertreff 2011 i Tromsø

Invitasjon til LSHDB sitt sommertreff 2011 i Tromsø

Til alle medlemmer i LSHDB,

Styret i LSHDB har bestemt å holde sommertreffet i Tromsø på Rica Ishavs hotell fra mandag 27. juni til SØNDAG 3. juli i 2011.

Da vi har fått mange tilbakemeldinger om at medlemmene ønsket et litt eksotisk sted, falt valget først på Lofoten, som viste seg å bli umulig, der nest på Tromsø, hvor vi har bestilt hotell for overnevnte tid.

Både opphold og reise er vesentlig dyrere enn tidligere år, derfor har vi kuttet oppholdet med en dag, egenandel vil være kr. 3 000, LSHDB dekker reise OPPTIL kr. 1000,-, barn er fortsatt gratis.

Likemanskurset vil ha tema: Samarbeid / samspill mellom tolk og bruker, fokus på etikk. Kurset blir en dag inne og en dag ute, da vi har fått mange tilbakemeldinger på at dette var populært.

Vi bestemte å annonsere dette tidlig, da det er viktig at flybilletter bestilles så raskt som mulig!

Så bestill flybillett NÅ! Husk alt over kr. 1000,- må dere dekke selv.

Vi bestiller rom til både tolker og deltagere!

Vanlig invitasjon og påmeldingsskje-

ma blir sendt ut etter jul, men som sagt måtte være tidlig ute slik at alle får muligheten til å bestille billige flybilletter, samt søke på eventuelle legater. Då håper vi å se mange av dere i midnattssolbyen 27. juni til 3. juli.

Karin Andvig
daglig leder for LSHDB.



Rica Ishavshotel, Tromsø



Ishavskatedralen

En strålende markering av Eikholt's 30-årsjubileum

Kilde: www.eikholt.no

Eikholt feiret sin 30-årsdag med foredragsholdere som tross store funksjonshemninger har utført utrolige prestasjoner. Under festmiddagen den 24. august delte Prinsesse Martha Louise ut Eikholt'sprisen til døvblinde Tare Teksum og Lars Monsen.

Jubileumskonferansen på Eikholt stod i mulighetenes og skaperkraftens tegn og ble til stor inspirasjon for alle som deltok. Vi fikk blant annet høre om døvblinde Arne Berntzen som bygget sin egen soveromsfløy, døvblinde Tare Teksum som tilbakela femti mil sammen med Lars Monsen i villmarken, døvblinde Femke Krueger fra Nederland som blant annet brukte linedans som bilde på hvordan det er å leve som døvblind og svenske Mikael Andersson, bevegelseshemmet, som holdt foredraget "Armløs, benløs, men ikke håpløs". Ingen deltakere

forlot konferansen upåvirket av de sterke møtene med brukernes sterke historier.

Prinsesse Martha Louise var til stede under festmiddagen den 24. august. Prinsessen delte ut Eikholt'sprisen for 2010 til døvblinde Tare Teksum og Lars Monsen. Prisen ble opprettet for fem år siden for å hedre personer som har gjort en innsats for å bedre livskvalitet og muligheter for døvblinde.



Rutinert landevegsryttar

Kilde: Hordaland Folkeblad
Publisert 3. august 2010

Harald Vik frå Jondal har vore verda rundt på sykkelsetet, han har sprunge New York marathon fleire gonger enn Grethe Waitz, og sykla Trondheim–Oslo 18 gonger. At 67-åringen korkje kan sjå eller høyra er inga hindring.

Camilla Kvamme

– Eg har reist verda rundt i snart 30 år. Har sykla i 50 forskjellige land. Når eg legg ut på tur, går det som regel på

autopilot. Eg treng ikkje å planleggja så mykje, fortel Harald Vik.

7. juli la 67-åringen i veg igjen. Berre ei og ei halv veke etter at han og piloten hans, Alf Wilhelmsen, hadde fullført styrkeprøven Trondheim–Oslo (540 kilometer) for tolvte år på rad, var duoen klar for ein ny etappe. På 32 dagar skal Vik og Wilhelmsen innom alle Noregs 19 fylke. Startskotet gjekk i Kirkenes.

– Me hadde kanskje tronge litt resti-

tusjon etter å ha delteke i Trondheim–Oslo, men Harald er ein viljesterk mann. Ingenting kan stoppa han. Det er berre å stilla opp, seier Wilhelmsen og ler.

Endeleg heime

Frå Kirkenes gjekk turen via Troms til Lofoten og Svolvær. I Namsos måtte den ti år gamle tandemsykkelen reparerast, og då karane kom til Trondheim var sykkelen kaputt.

– Me vart sterkare og sterkare, medan sykkelen vart svakare og svakare, fortel Wilhelmsen.

Heldigvis var den nye sykkelen som Vik hadde bestilt frå USA for tre månader sidan, klar. Dermed vart det berre éin ekstra kviledag i Trondheim, før sykkelentusiastane tråkka vidare til Åndalsnes, Ålesund, Florø, Førde og Bergen.

Om kvelden 27. juli var Vik og Wilhelmsen framme i Norheimsund. Her tok duoen seg tid til ein liten matbit, før dei hasta vidare til Tørvikbygd og Jondal.

– Me har hatt ein veldig fin tur. Fine landskap, og ingen store problem. Eg har aldri sykla på Vestlandet før, men terrenget i Tørvikbygd minte meg mykje om drammensområdet, der eg bur, seier Vik, som er fødd og oppvaksen i Jondal.

– Det er godt å koma heim. Eg flytta til Oslo for å gå på døveskule då eg var ni, men eg hugsar framleis oppveksten i Jondal. Besteforeldra mine hadde ein liten gard med ei ku, femti sauer, tre grisar og femti høner. Om somrane budde me på ei sæter på

fjellet. Eg var veldig glad i blåbær, og var alltid blå rundt munnen, fortel Vik og smiler.

Fridagen i Jondal – som tilfeldigvis er den spreke syklisten sin 67-årsdag – skal Vik bruka saman med familien. Deretter går ferda vidare til Odda og Haugesund, før Sør- og Austlandet står for tur.

Vakre landskap

I fjor sykla Vik og Wilhelmsen frå Lindesnes til Nordkapp – ein tur på til saman 2.500 kilometer. I år har duoen lagt bak seg 2.500 kilometer på sykkelsetet allereie. Framleis gjenstår over halvparten av fylka. Paret sykklar mellom ti og 18 mil kvar dag.

Langs landevegen har Vik og Wilhelmsen ein heilt spesiell måte å kommunisera på.

– Om eg stryk Harald oppetter armen, tyder det at me har ein bakke framføre oss. Når eg klappar han på skuldra, er me komne til topps. Eg varslar kommande tunnelar ved å klemma han i armen. Det er viktig å førebu seg på lange og kalde tunnelar på førehand, forklarar Wilhelmsen.

67-åringen har òg med seg ein tolk som fortel om kven og kva dei møter undervegs.

– Tolken skildrar mellom anna terrenget. I tillegg hentar eg fram bilete frå hukommelsen, fortel Vik, som mista synet i vaksen alder.

Sjølv om han har vore verda rundt på sykkelsetet, trivst Vik aller best i heimlandet.

– Noreg har det finaste landskapet, seier han.

– *Kva er det beste med å vera på vegen?*

– Å treffa folk. Det er ikkje alltid me har like god tid, me har eit strengt tidsskjema å følgja, men det er utruleg kjekt å stoppa og prata med folk langs vegen, seier 67-åringen.

Ingen grenser

Vik har alltid vore svært aktiv. 67-åringen er ikkje i tvil om at idretten har tydd mykje for livskvaliteten hans.

– Heilt sidan eg var liten, har eg vorte oppmoda til å driva med idrett. Fotball og skiskyting var berre noko av det eg heldt på med som barn. I vaksen alder er det syklinga og springinga som tyder mest for meg.

7. november deltek eg i *The Ing New York City marathon* for 18. gang. Når ein korkje ser eller høyrer, er det viktig å koma seg ut og treffa folk slik at ein ikkje vert heilt isolert, meiner han. Berre éin gong har den spreke jondø-

lingen måtta gje tapt før målet var nådd. Men då var det ikkje hans eiga form det stod på...

– Det var på byrjinga av 1990-talet. Sykkelen min vart øydelagd. Det er einaste gongen eg har måtta avbryta ein tur. Det året bestemde eg meg for å gå på Besseggen i staden, fortel han.

7. august reknar Vik og Wilhelmsen med å vera tilbake i Drammen. 32 dagar på sykkelsetet har nok ein gong gjeve meirsmak for 67-åringen frå Jondal. Til neste år planlegg han å ta ein nærare kikk på fylka han berre fekk ein snarvisitt innom i år.

– Mange meiner eg er gal, men eg synest berre det er morosamt. Ideen om å besøka 19 fylke på éin månad var min eigen, seier Harald Vik nøgd.

kvamme@hf.no



Norrlandsmesterskap for synshemmede

Det åpne Norrlandsmesterskap for synshemmede 2010, Sverige.

Skrevet av John Sandell

Det åpne Norrlandsmesterskap for synshemmede 2010 som ble arrangert på hotell Åre Fjällsätra i Undersåker, Sverige, i tiden 30. juli - 3. august 2010.

Det var 13 norske og 3 svenske synshemmede, blinde, spillere som deltok i dette turneringen. Fra LSHDB var Kari Kristine Engan, Kjell R. Johnsen og jeg var blant de spillere, og hadde med oss våre tolkere.

Vi tok "Nabotoget" fra Trondheim over Storlien til Undersåker om fredagskvelden. Der ble vi mottatt av vertskapet til Åre Fjellstua.

Etter innsjekking og sen middag, ble det foretatt loddtrekning til parsammensetning. Det spilles 7 runder, og betenkningstiden var 30 trekk på 90 minutter og deretter en halv time for resten av partiet pr. spiller. Turneringsleder var Lennart Burman, Östersund.

De tre første dagene ble rundene spilt etter frokost og etter middagen om kvelden. Og den siste 7. runde spilte den 4. dagen. Mellom lunsj og middag hadde spillene fri til egen disposisjon. Hotellet ligger idyll til i praktfull natur. Gode turmuligheter. Andre benyttet å ta turen til Åre. Jeg benytter i 3 dager til løpeturer. Det har vært flott vær under hele turneringen. Siste spilledag var det litt dårlig vær og dels regn.

Under turneringen ble det mange harde, lange og korte partier. Det hendte det varte lenge opptil 3 ½ time til 4 timer. Det ble også mange overraskende utfall. Både til glede og sorg. Man opplever spenning, nervøsitet, lange betenkningstid for neste trekk, tabbetrekk, glede og skuffelse, Ja, det kom mange ulike følelser etter spillet slutt.

Det siste 7.runden, tirsdag, etter lunsj, var det utlodning, mange flotte gevinster. Deretter var det premieutdeling. Vinneren var Kai-Roger Johnsen, som vant 7 poeng av 7 mulig
Øvrige resultater av oss tre ble:
12. Kjell R. Johnsen
14. Kari Kristine Engan
16. John Sandell

Utover kvelden ble servert nydelig festmiddag. Deretter sosialt samvær i salongen. Koselig. Neste dag, onsdag, reiste vi norske spiller, med morgentoget, "Nabotoget" til Hell, og Trondheim. Så videre til de enkelte hjemsted.

Det var et trivelig opphold, flott atmosfære, trivelig vertskap og samt det fine naturen i nærmiljøet. Fin kombinasjon med turneringen og som sommerferie.

NM i sjakk for synshemmede 2010

LSHDB medlemmer deltok NM i sjakk for synshemmede 2010.

Skrevet av John Sandell

I tiden 13.-15. mai arrangerte Norges synshemmede sjakkforbund (NSSF) 41. norgesmesterskap i sjakk for synshemmede i Norges Blindforbundets Hurdal læring og mestrings-senteret. (Kristi himmelfartshelgen). Søndag 16.mai var det årsmøtet for NSSF

Det var 4 medlemmer fra LSHDB som hadde meldt seg til dette sjakkturneringen. Kjell R. Johnsen, Kari Kristine Engan, Erik Korneliussen og jeg. Nå er vi blitt mer erfaren og var nok mer avslappet forhold til å deltatt i en vanlig sjakkturnering.

Nesten alle kom med felles buss fra Oslo S og plukket de andre på Gardermoen tidlig på torsdags formiddagen. Etter innsjekkingen, samlet vi på spille salen. Det var påmeldt 21 spillere. Kari Kristine var eneste kvinnelige spiller blant de mannlige spillere. Godt gjort av henne å stille opp.

Forbundsleder Ivar Viken ønsket alle velkommen til det 41.NM i sjakk for synshemmede. Så ble det foretatt trekning for par sammen setning. Det var inndelt i 3 klasser, A,B og C, 6 spillere i A og B klassen. Mens i C klassen 9 spillere.

Både Kjell R. Erik, Kari Kristine og jeg havnet i C klassen. Det spilles 5 runde. 1.runden ble spilt allerede ettermiddagen, etter vi hadde spist en deilig lunsj. 2 runder på fredag og 2 siste runder på lørdag.

Spilleregelen er: Hver spiller har sitt eget Brett. Vi annonsere trekket og motspilleren gjentar det samme og flytter brikkene på hver sitt Brett. Samtidig er sjakkuret, som vi alltid må huske å trykke på når vi har gjort vårt trekk. Både Kjell R. Erik, Kari Kristine og Jeg hadde våres tolk ledsager, som bland annet skrev notasjonene for hvert trekk.

Uansett for mye man har spilt sjakk, var det alltid spenning, nervene var på høykant. Ergrer seg over tabbe-trekk, uoppmerksomhet osv. Da det var 9 spillere i C klassen, ble det walk over for den ene spilleren, som får 1 poeng for det.

Været har vært variabel, med skyet, dels regn og få solglimt. Under turneringen, kunne vi kommentere, analysere om spillet utfall, hva galt man gjorde med det paritet og hvorfor ikke ta det trekket osv. Noen var fornøyd og andre var litt skuffet over sitt spill, men det er det som er hele sjarmen ved dette spillet, spenning, gøy og nervepirrende, det er gi og ta, form for krig, å få motstanderen i sjakk matt.

På senteret serverte de deilig middag hver kveld. De på kjøkkenet var flinke til å lage mat. Etterpå samlet vi fleste inne på det nye salongen, som ble bygget et nytt fløy. Koselig lokal, lyse, flere sofagrupper og en lang bardisk med mange barstoler. Det var sosialt samvær og livlig samtaler om sjakk, turneringer osv og alt annet.

I de ledige stundene spaserte man flere turer rundt senteret og nede ved

Hurdalsjøen, for å lade opp "hjernen", man blir litt utkjørt etter et parti spill. Etter siste runden på lørdagen og ha spist en deilig middag, samlet vi på spillesalen til premieutdeling. Alle spillere fikk premie. NM ble vunnet av Per Ivar Norum.

Resultater for oss fra LSHDB.

C kl.

2.pl. Erik Korneliussen

4.pl. Kjell R. Johnsen

6.pl. John Sandell

7.pl. Kari Kristine Engan

Etter det var det sosialt samvær i salongen.

Søndag hadde NSSF sitt årsmøte. Selve årsmøtet gikk fort unna. Oddvar

Øyan ble vagt som leder og Kari Kristine Engan rykket opp fra varamedlem og ble nestleder. Etter lunsj kjørte turbussen deltagerne til Gardermoen for dem som skulle videre med fly og resten ble kjørt videre til Oslo S.

Det viser seg at det var ikke bare vi 4 fra LSHDB som hadde syns- og hørselshemmede/døvblinde, Det var 4 andre spillere som hadde samme diagnosen som oss. Vi håper å få dem som medlem eller delta i vår Norges kombinert syns- og hørselshemmede/døvblindes sjakk-forening sine arrangementer.

Ha en god sjakk-høst.

Høsttur til Vinstra

Distriktslaget Oslo, Akershus og Østfold har vært på en fin høsttur til Vinstra der vi holdte til på Fefor Høyfjellshotell, et veldig koselig sted med flott natur omkring oss. Vi hadde fine aktiviteter ute lørdag og søndag.

På lørdagen hadde vi femkamp, der fikk vi praktiske oppgaver og teori oppgaver, morsom og utfordrende.

Etter lunsj var det en del av oss som gikk tur til toppen med flott utsikt og noen av oss andre gikk tur ved vannet. Det var forfriskende og herlig!

Så grillet vi pinnebrød, det smakte godt med syltetøy og varm kaffe.

På kvelden var det vin kurs for de som ønsket det og masse sosialt samvær i peisstua, og det var koselig.

Søndag var det balanse trening og leker med Bedir, og vi fikk fine tips. Vi kan øve på hjemme med balanse-trening, og det er bare flott!

Det har vært en fin helg med masse aktiviteter og sosialt samvær. Det var en flott gjeng å være sammen med.

Vi planlegger en liknende høsttur neste år og håper mange kommer på turen!

Med vennlig hilsen
Leder for distriktslaget
Oslo, Akershus og Østfold
Hege Dahlen



Maraton i sol og regn 28. august 2010

Kilde: www.sdif.net

Deltakerne fikk virkelig oppleve variable forhold under dagens Stavanger maraton.

Det var forholdene de nesten 800 deltakerne fikk oppleve i dagens Stavanger maraton. Men det så ikke ut til at det samme noen som helst demper på innsatsen underveis.

Håkon Bollestad og Arne Olav Løvik, fullførte Stavanger maraton 42 km i går.

Håkon løp sin første maraton og kom på 2.plass, 20-22 år. Han fikk 4.46.25. Han sprakk etter 20 km. Mye hardere

enn han har ventet. Flott gjort, Håkon!!

Arne Olav Løvik kom på 4.plass på sin klasse, 55-59 år. Han fikk 3.53.46. Arve Helgesen, sykkel ledsager for Arne Olav.



Fant den rette på nettet

Kilde: Allers nr 28 - 12. juli 2010

Det var aldri for sent for kjærligheten! Turid var ensom og følte at livet sto stille. En datamaskin ble redningen - der sa det klikk med Odd Henry.

Tekst: Gry Thune

De lyser av forelskelse og stadig søker den enes hånd til den andres.

- Vi har det så godt sammen, det sier vi til hverandre hver dag. Man tror det bare er ungdommen som kan bli helt borte vekk, men slik er det jo ikke, sier Turid Bruerø Skovdahl (65).

- Å møte kjærligheten i så voksen alder, er noe av det beste som har holdt meg. Livet har fått ny mening, sier Odd Henry (72). I sommer er det tre år siden paret fant hverandre på internett. På den tiden var Turid uføretrygget som følge av kols, singel på andre året og følte at livet hadde stoppet litt opp. Da sønnen ga henne en datamaskin, åpnet det seg en helt ny verden.

- Jeg fant fram til datingnettsiden "match.com". I begynnelsen torde jeg ikke skrive noe, men flere ganger ble jeg sittende og se på bildet av Odd Henry. Han så veldig snill ut, forteller Turid.

Så kvinner hun seg opp. Hun sendte Odd Henry en blunk, som det heter på nettdating—språket, og får raskt et tilbake. De skriver til hverandre på e-post, men det er mest små, hverdagslige utvekslinger det går i. Fart i sakene blir det først når de etter en måneds tid ringer hverandre. Turid faller pladask for Odd Henrys gode tele-

fonsstemme. I opptil fem timer av gangen kan de bli sittende og snakke.

- Vi fant raskt ut at vi var veldig like. Vi tenker likt og har møtt mange av de samme problemene, forteller Turid. - Det var en spennende tid. Å føle seg fram til den andres personlighet, å nærme seg hverandre følelsesmessig, supplerer Odd Henry.

Med eskalerende telefonutgifter, avtaler paret å dra på cruise med danskebåten. Før de drar, skal Turid møte Odd Henry hjemme hos ham i Halden. - Han ga meg en kjempeklem. Alt var som det skulle være med en gang. Han hadde kjøpt en stor rosebukett og vi skålte i champagne. Vi var knapt utenfor døren de dagene.

- Hver dag var en sann glede. Jeg var helt bergtatt, humrer Odd Henry. At han er såkalt døvblind, har aldri vært til noe hinder for paret, snarere en berikelse. Odd Henry er svært velfungerende og med høreapparat hører han det meste. Han kan også kjenne igjen et ansikt, hvis personen står nærme. Sammen har de hatt mange opphold på Eikholt, et nasjonalt kompetansesenter for døvblinde. Her har blant annet Turid lært seg tegnspråk, ja det var sågar her, midt i tegnspråkkurset, at Odd Henry fridde!

"Vil du gifte deg med meg" spør Odd Henry på tegnspråk.—Jeg tenkte: Dette må være det rette tidspunktet. Midt i en skoletime, med spenning og håp om et ja. Turid forsto språket mitt, og til min egen og klassens glede svarte hun ja, sier en leende Odd Henry. På

hans 70-årsdag i april 2008, forlovet paret seg i København. Et år senere flyttet Odd Henry til Turid i Ringebu. Og en vakker maidag i 2009, giftet de seg i sjømannskirken i København.

En ny hverdag har gjort seg gjeldende for Turid, borte er det stillestående livet. Turids datter, Linn Hege, ser en tydelig forandring etter at Odd Henry kom inn i bildet.

- Jeg synes mamma er blitt mye livligere etter at de møttes. Sammen med Odd Henry har hun endelig mulighet til å få reist. Alle i familien synes dette

er kjempekoselig. Odd Henry er bare snill og god, omgjengelig og omtenk-som. Barnebarna er også blitt veldig glade i ham.

- Hver dag er en stor gave. Å kunne oppleve hverandre, og gi hverandre kjærlighet, nærhet, trygghet og ikke minst omsorg. Jeg er lykkelig med min Turid, fastslår Odd Henry. Til andre som vurderer å bevege seg ut på internett for å finne sin drømmepartner, har Turid følgende ord med på veien: - Det er ingen som finner den rette om de ikke prøver!

Ikke slik, men slik!

Tips for omgang med blinde og synshemmede

Det er om lag 130 000 synshemmede i Norge, hvorav ca. 1000 er helt blinde. Disse har daglige ulemper p.g.a. dårlig syn, enten de er helt blinde (de som ikke kan orientere seg ved hjelp av lys/mørke) eller sterkt synshemmede (de som kan orientere seg på lys/mørke, men som ikke ser tydelig hva som befinner seg der).

Mange mennesker uten synshemming synes ofte at det er vanskelig å omgås synshemmede, fordi de ofte ikke helt vet hvordan de skal oppføre seg.

I 1971 skrev Herman van Dyck fra Belgia, selv blind, en brosjyre med tips for omgang med blinde og svaksynte. Brosjyren ble oversatt til mange språk, spredt over hele verden, bl.a. på norsk.

I 2009 kom det en ny utgave, skrevet av Harold van der Voort, for blindeforbundets fellesorganisasjon i Neder-

land.

Vi har oversatt denne utgaven til norsk for deg og alle som du kjenner.

Guardian Angel

For blinde og svaksynte er det ofte ikke så lett å finne veien når de er på gata, eller f. eks. på togstasjonen. Mange seende oppdager at de gjerne vil hjelpe dem. Men svært ofte tør de ikke, fordi de ikke vet hvordan eller fordi de tviler på om hjelpen vil bli vurdert positivt. Noen følger den svaksynte ganske nært som en slags "guardian angel" for å unngå eventuelt kræsje mot en eller annen gjenstand. Disse mener dette veldig bra, spesielt dersom de tror at den svaksynte ikke merker noen ting av deres nære tilstedeværelse.

Det motsatte er sant!

Et menneske oppfatter ikke bare med øynene, det bruker også hørsel, luktesans og 'følelser'. Svaksynte er ekstra trent til dette.

Den svaksynte oppdager "gardian angel" øyeblikkelig. Det forstyrrer hans evne til å oppfatte området og den blinde blir sannsynligvis nervøs! (tenker at en potensiell lommetyv er i nærheten...).

Altså: Husk å ikke være den usynlige Guardian Angel!

Krysse gata

Spesielt i travel trafikk er det vanskelig for synshemmede å krysse gata selvstendig ved hjelp av blindestokken. Dersom du tror at han eller hun trenger hjelp, er det best å spørre! Det hender at en synshemmet blir tatt under armen og dratt til andre siden av gata mens han eller hun står og venter på fortauet på at bussen eller trikken

skal komme. På vei til den andre siden av gata er han eller hun nødt til å forklare denne fremmede hjelperen at han eller hun bare står der uten tanke på å krysse gata!

Det beste er å spørre synshemmede om de trenger hjelp til å krysse gata. Takker de ja, så kan du lede dem til andre siden av gata.

Blinde eller svaksynte kan spørre selv, de også!

Hvordan leder du?

Når en synshemmet ber deg om å hjelpe seg å krysse gata, å finne veien

til bordet på en restaurant eller finne fram i en bygning, tilbyr du armen din eller eventuelt skulderen. Gå litt foran den synshemmede, dette er lettest for deg som ledsager og gir den synshemmede trygghet.

Fortauer og trapper.

Dersom svaksynte eller blinde bruker blindestokken, leter han etter fortaukanten.

Du som ledsager behøver ikke å være redd trapper og fortaukanter. Hvis du sier på det riktige øyeblikket at den svaksynte må gå opp eller ned et eller flere trinn, kan dere gå videre sammen uten problemer. Varselet når dere nærmer en trapp er: "Vær oppmerksom, her er det en trapp som går ned/oppover" eller "Nå skal vi gå ned/opp trappa". Spør om den synshemmede vil bruke rekkverket, og legg hånden hans/hennes på rekkverket.

Fortell om trappen er lang eller kort, og husk i hvert fall å varsle når han er på siste trinn!

Om dere velger rulletrapp eller vanlig trapp må bestemmes av den synshemmede. I rulletrappa er det enda viktigere å være tydelig med beskjeder!

Flere tips kommer i neste nr i desember.

Returadresse:

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

LSHDB-sentralstyre 2010 - 2012

Forbundsleder: Åshild Johansen
Nestleder: Kari Kristine Engan
Styremedlemmer: Birgit Hagerupsen
Hege Dahlen
John Sandell
Varamedlemmer: Harald Vik
Nina Helene Skorge

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