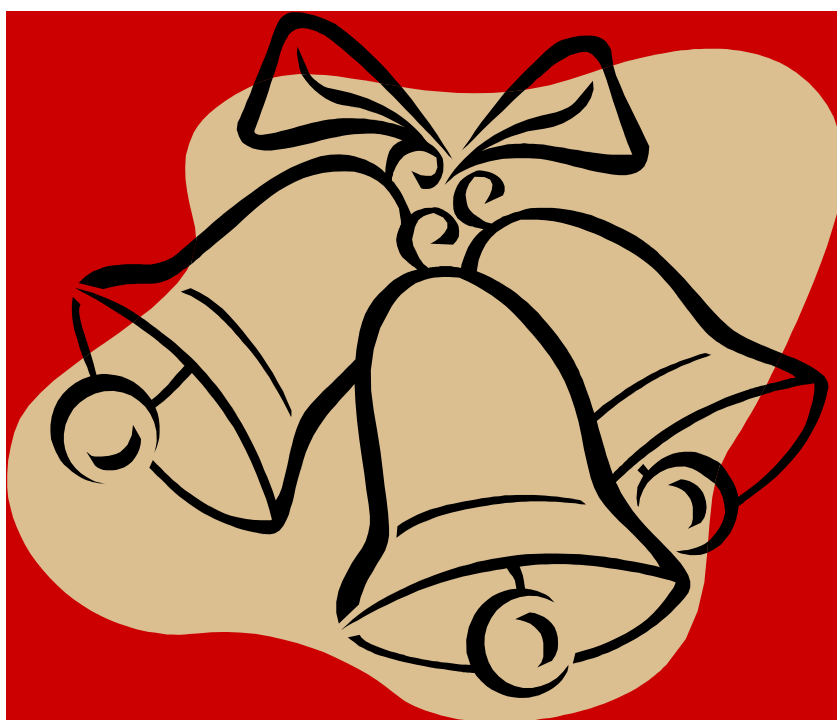


LSHDB

SynHør-bladet

19. årgang

Nr 6 - 2010



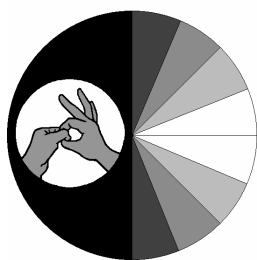
God Jul

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

Innhold

Styrets hjørne	3
Julehilsner	4
Extra - midler 2010	5
Holmenkollstafetten 2011	6
Mine erfaringer å bo i omsorgs bolig	7
Sjakk - nytt fra NSDS 2010	9

Fra nakenbadeforening til sjokoladedronning	11
Maraton i New York City 2010	12
LSHDB likemannskurs 5. - 7. november 2010	15
Ikke slik, men slik!	18



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



**Av Åshild Johansen,
forbundsleder**

Kjære medlemmer og lesere.

Nå nærmer vi oss slutten av 2010. Det er en stund siden jeg har skrevet i styrets hjørne. Jeg syns det er veldig bra at også styremedlemmer skriver innlegg i bladet.

Så hva har hendt gjennom året? Jeg må jo si at det har vært et ganske tøft år for LSHDB. Det har vært mange møter om omorganiseringen av kompetansesentrene, endring og utredning av tolk/ledsager, tolkestudiet i Universitetet Oslo og andre interne møter.

LSHDB har hatt et vellykket sommertreff, diverse likemannskurs og Haptisk signal/beskrivelseskurs for døvblinde instruktører.

Sommertreffet ble holdt på Beitostølen med landsmøte, likemannkurs og forskjellige aktiviteter. Medlemmene var veldig aktive og gjennomførte nesten alle aktiviteter som ble satt opp og tilrettelagt for oss. Dette må vi gjerne gjenta fordi deltakerne ble veldig engasjert. Det er et savn for de som ønsker å komme seg ut og trene og ha fysisk aktivitet.

Det ble også et godt gjennomført landsmøte. Stor takk til daglig leder

på kontoret som gjorde en kjempejobb med å sende ut alle papirene i god tid før møtet slik at alle som kom var godt forberedt, og ikke minst møtelederen under landsmøtet.

Likemannskurset som ble holdt i Asker november 2010 ble en suksess. Vi fikk vi besøk av folk fra Norges Blindeforbund og Norges Døveforbund. Temaet var erfaringsutveksling mellom NBF, NDF og LSHDB angående arbeid, utdanning og uførhet. Vi tenkte på kombinasjonen da vi hørte på dem siden vi har kombinert syns og hørselstap. Det er ikke lett og tenke seg hvordan vi skal forholde oss til dette når man kommer seg ut i arbeidslivet. Noen få av våre medlemmer som er aktive i arbeidslivet, de trives. Men av og til kan det også være tøffe dager for dem som må bruke mye krefter for å komme gjennom en hel arbeidsdag.

I det kommende nye året får vi et klart svar fra Helse og omsorgsdepartementet om Eikholt blir det hovedsenteret for landets døvblinde. Etter alle møtene LSHDB hadde med Koordineringsenheten for døvblinde, Helse Sør-Øst og Helsedirektoratet har vi fått vårt ønske oppfylt. Det gjenstår bare et klart svar fra HOD og det får vi vite i det neste SynHør bladet.

Jeg vil takke alle som har bistått og hjulpet oss gjennom denne prosessen og ikke minst alle de samarbeidspartnerne våre. Sammen med HLF, NDF og FNDB har vi jobbet meget godt sammen når det gjelder tolkesi-

tuasjonen. Denne saken er ikke helt ferdig, så vi skal jobbe videre med dette sammen også neste år.

Takk til dere som har bidratt med støtte og bidrag slik at vi kan gjennomføre kurs, sommertreff og likemannskurs. Dette er meget viktig for oss. Julen er like om hjørnet og alle er vel snart opptatt med juleforberedelser.

Jeg ønsker derfor dere alle
en riktig god jul.



Julehilsner

Tusen takk for all samarbeid
vedrørende SynHør-bladet i 2010!
En riktig GOD JUL og GODT NYTTÅR
ønskes av
redaktør Bibbi Hagerupsen

LSHDB, Avd. Buskerud
takker dere alle for et fantastisk år
som går og ønsker dere
en riktig GOD JUL og
GODT NYTTÅR!
Leder Harald Vik

Ja, nå nærmer det seg sakte med sikkerhet mot advent og julehøytiden. Jeg syns alltid at adventtiden er en koselig tid, der jeg alltid koser meg med julebakst og hjemmelagede julegaver. Det er også en fin tid å være inne og være sammen med familie og venner. LSHDB, avd. Oslo, Akershus og Østfold ønsker dere alle en fin julehøytid. GOD JUL og GODT NYTT ÅR
En julehilsen fra Hege Dahlen, leder

LSHDB Midt-Norge/Nordland ønsker

alle leserne av SynHør-bladet en vel-signet julehøytid. Takk for alt vi har hatt sammen i året som snart ebber ut og ønsker et like godt samarbeid og fremgang i 2011!

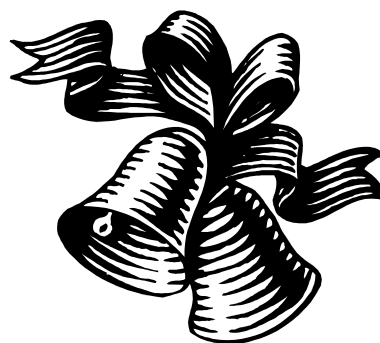
LSHDB, avd. Telemark ønsker dere alle en riktig GOD JUL og GODT NYTTÅR!
Vi ser frem til nye og spennende kurs og aktiviteter i året som kommer.
Julehilsen fra styret;
Odd Paulsen, leder
Per Jonassen, styremedlem
Bjørn Egil Hammerlund,
Sekretær/kasserer

Norges kombinert syns- og hørselshemmede/døvblinde sjakkforening (NSDS) ønsker lesere
en riktig GOD JUL
og
et GODT NYTT ÅR

Julehilsen på vegne av NSDS Styret
ved foreningsleder John Sandell

LSHDB, avd. Agder
ønsker lesere
en riktig GOD JUL
og
et GODT NYTT ÅR

Julehilsen fra leder John Sandell



Extra - midler 2010

Kilde: www.extrastiftelsen.no
Publisert 23. november 2010

Prosjekter som fikk Extra - midler i 2010.

557 store og små helseprosjekter fra 108 norske frivillige organisasjoner mottok Extra-midler fra ExtraStiftelsen i år 2010.

Ca 220 millioner kroner ble fordelt.

Av Bibbi Hagerupsen

LSHDB er en av de 108 organisasjonene som har fått tildelt prosjektmidler, og her er oversikten:

Innvilgede prosjekter innen forebygging - nye:

LSHDB - Døvblinde Holmenkollstafetten, kr 383 000,-, prosjektleder: Berit R. Øie

Målet ved prosjektet er: Å danne et lag med døvblinde pluss ledsagere

som skal fullføre Holmenkollstafetten mai 2011.

Innvilgede prosjekter innen forebygging år 2:

LSHDB - Nettsted for synshemmede, Braileebook, kr 600 000,-, prosjektleder: Ann-Britt Johansson

Målet ved prosjektet er å opprette et sosialt nettsted tilpasset svaksynte, blinde og døvblinde.

Ann-Britt Johansson jobber på Eikholt nasjonalt ressurscenter for døvblinde.

Innvilgede prosjekter innen rehabilitering år 2:

LSHDB - Punktopplæring for døvblinde, kr 575 000,-, prosjektleder: Line K. Gundersen Hovland som jobber på Eikholt nasjonalt ressurscenter for døvblinde.

Målet ved prosjektet: Tilrettelegge kurstilbud og kursmateriell i punkt-skrift for døvblinde, herunder frem-

medspråklige og tegnspråklige.

Jeg vil også fortelle at RP-foreningen får også prosjektmidler fra ExtraStiftelsen, på kr 318 000,-.

Målet for prosjektet: Døv og blind - felles stafettpinne. Idrettsglede og samarbeid mellom funksjonshemmede ved at 15 døve ledsager 15 blinde i Holmenkollstafetten.

Prosjektleder: Håkon Gisholt fra RP-foreningen.

Det blir morsomt at det stiller to lag i Holmenkollstafetten mai 2011, en fra LSHDB og en fra RP-foreningen.

Ellers gratulerer jeg Berit R. Øie og de andre med tildelt prosjektmidler!

Holmenkollstafetten 2011 ☺

av Berit R. Øie

Bli med på årets morsomste helg 13. – 15. mai 2011 i Oslo!

LSHDB har fått penger fra Extraspiilet til å samle minst 20 personer med døvblindhet – kombinert syns- og hørselshemmede og deres løpeledsagere.

Det er 15 etapper, så vi trenger 15 deltakere som løper eller GÅR Holmenkollstafetten lørdag ettermiddag. Det viktigste er å delta og å føre stafettpinnen fra start til mål.

Ingen krav om god form, bare ha et mål denne våren om å løpe eller gå en bestemt distanse, noen er fra 390 meter og opp til 2.800 meter.

Stor fest på kvelden!

Si ifra til Berit R. Øie på e-post b-r-oie@online.no eller mobil 46 789 248.

Mer informasjon i neste nummer av SynHør-bladet med fornyet påmelding ☺



Mine erfaringer med å bo i omsorgsbolig

Av Liv Finnestad

Stavanger Døvesenter består av Døvekirke, Døves hus og omsorgsboliger.

Stiftelsen Stavanger Døvesenter styrer i flere år til 1.februar 2010, og Stavanger kommune overtok og styrer nå. Døves Hus ble bygget i 1936. Fra 1947 startet yrkesskole for døve jenter, senere Kongstein Videregående Skole, senere nedlagt.

Døvesenteret har nå blitt oppusset. Det er bygget 7 leiligheter i 3.etasje, og aktivitetsal med kjøkken er nypusset og utformet etter universell utforming. Vi har også en scene i aktivitetsal. Aktivitetsalen og 5 kontorer og klosett er i 2.etasje. 3-4 kontorer og et møterom og klosett er i 1.etasje.

Døves hus er innlagt heis slik at det blir mye lettere for funksjonshemmede medlemmer som vil komme inn.

Alt er blitt lyst og fint

Døves hus holder åpent for tegnspråk kafé hver torsdag kl.18. Ellers er det ulike aktiviteter er åpent på ulike dager. Og private folk kan også leie forsamlingslokale med kjøkken.

Omsorgsboligene var aldershjem for døve med vaktmester med tilsyn. I 1998 ombygget aldershjem til omsorgsboligene med 8 leiligheter, heis, trapper med rekke fra kjeller til 3.etasje.

I underetasje er boder som leieboerne

har sine lager, vaskerom, hobbyrom og klosett. I 1.etasje er to leiligheter, et kontorrom med ei seng, fellestua med kjøkken og klosett. I fellesstua har vi en massasjestol som beboere og ansette kan bruke etter behov. I 2-etasje er tre leiligheter og en felles veranda og i 3.etasje 3 leiligheter. Det er 8 leiligheter hvorav 2 døvblinde, 2 døve og 4 hørende.

De to hørende bor i 1.etasje, to hørende eldre menn bo og døvblind Åse Berntsen bor i 2.etasje. I 3 etasje bor en ung døv mann, en eldre døv mann og en døvblind dame Liv Finnestad.

Det er ca 9 ansatte hvorav 3 døve her. Den ene døve ansatte ble ansatt her etter påske med 3 måneders prøvetid, og hun fikk fast ansatt fra den 16.august Hun jobbet her en periode i 2006- Den andre døve ansatt er sommerjobb som begynte en måned etter påske. Hun studerer nå ved universitetet og jobber her hver 3. helg. Den siste døve ansatten begynte i oktober. Hun går på videregående skole og jobber her hver 3. helg.

De tre døve ansette er til god hjelp for de døve og døvblinde boerne, spesielt for meg til lesehjelp og andre ting jeg trenger hjelp. De hørende ansette kan bra tegnspråk. Vi døve kan kommunisere godt med dem. Alle ansettene bruker vi til å handle matvarer, gå turer, hjemmehjelp med vask og støvsuger. Også hjelper med å besøke noen døve i nærheten.

Beboere får middag ved å lese meny

på veggen i gangen for uken. De skriver navn hvilken middag de vil ha, de ansatte leverer meny til Petri sykehjem i nærheten og middag kommer og ansatte serverer middag til beboere som de bestiller.

Jeg bor i 3.etasje. leiligheten er 48.kvm, med verandaen, kjøkken, stua, soverom, bad med vaskerom og entre. Jeg flyttet inn her før jul. Jeg trives bra, har det fint og jeg føler trygg her. Jeg får god hjelp når jeg trenger. Jeg har trygghetsalarm på armen. De døve ansatte fikk vibrator i lommene. Jeg trykker alarm på armen og de døve mottar alarm.

Jeg har trimsykkel som står ved siden av boden min o underetasje, og jeg sykler noen ganger når jeg vil Når jeg sykler, drømmer jeg om jeg skaffer meg en tandemsykkel med to små støttehjul bak hjulet og jeg sykler sammen med piloten. Drømmen min blir til virkelighet vet jeg ikke.

Jeg har kjøpt vaskemaskin, mini stekeovn og liten dypfrysing som passer bra for blinde. Jeg er fornøyd med dem. Jeg har kjøpt mye til leiligheten og litt igjen jeg skal ha her.

Omsorgsbolig på Stavanger Døvesenter ligger 100-200meter over havflaten og 5-10 minutters spasertur til sentrum. Innredning og bygging i leiligheten er snart ferdig. Sønnene mine var og er god hjelp for meg med innredning.

Jeg hadde hatt vondt og vanskelig tid etter min mann Arne døde i fjor. Jeg bodde alene i avsideliggende sted, 200 meter til nabo, 400 meter til post-

kasse og 950 meter til søppel. jeg hadde hatt det fint sammen med Arne, men da jeg bodde alene i 9 måneder, hadde jeg vondt og angst og jeg er blind og dårlig helse, følte jeg lite trygg der. Min sønn Stein passet på meg gjennom mail hver dag.

Hanna Taranger fra Statped Vest var til god hjelp og støtte for meg gjennom den vanskelig tid. Hanna hjalp meg med avlastningsperiode samarbeid med kontaktperson fra NAV Ann Kristin Pedersen og leilighet her. Hanna søkte om plass på Hurdalsenteret og fikk time hos psykolog på Aker sykehus i fjor.

Sønnene mine hjalp meg veldig mye med flytting og innredning her i leiligheten.

Jeg ønsker dere alle GOD JUL og GODT NYTT År.

Takk for god kontakt i det gamle året 2010. Jeg ser frem til å fortsette i det nye året 2011 også.

Julehilsen fra Liv Finnestad, Stavanger

Sjakk - nytt fra NSDS 2010

Av John Sandell

NM i sjakk 2010.

Det 2. norgesmesterskap i sjakk for syns- og hørselshemmede/døvblinde ble avviklet i tiden 07. – 09.09, på Eikholt. Det var 8 spillere som deltok dette mesterskapet. Det ble spilt 5 runder. Kjell R. Johnsen forsvarte sin NM-tittelen fra 2008 og ble norgesmester for 2. gang i dette mesterskapet. Turneringsleder var Tormod Prytz.

Resultat:

1. og NM: Kjell R. Johnsen	4 ½ poeng
2. John Sandell	4 poeng
3. Kari Kristine Engan	3 ½ poeng
4. Erik Korneliussen	3 poeng
5. Aslaug Kibsgård	2 poeng
6. Hege Dahlen	1 ½ poeng
7. Bergvin Syslak	1 ½ poeng.

Kurs i sjakk, Eikholt, september.

LSHDB arrangerte kurs i sjakk for syns- og hørselshemmede/døvblinde, i tiden 06.-09.09, på Eikholt, parallelt med NM i sjakk, for 4.gang.. Kurset var oppfølging fra kurset i fjor, oktober. Det var 8 påmeldte deltakere. Kjell R. Johnsen var kursleder og Tormod Prytz var foreleser.

Kurset ble holdt hele mandag ettermiddag og de andre dagene ble avviklet om kvelden etter man hadde spilt nm i sjakk på dagtid.

På kurset ble det gjennomgang av ulike åpningstrekk, videre plan i spillet og avslutningsfasen. Videre analyse-

ring av spilte partiene fra nm og da var det nok mange som fikk kommentarer fra kurslederen over diverse trekkene som ble utført. Han var flink til å forklare, hvorfor det er bra trekk, eller dårlig trekk osv. Han var veldig tålmodig. Det var en nyttig lærdom.

Siste kurs dagen hadde vi stimulanssjakk. Det gikk ut på at Tormod spilte alene mot 7 spillere. Skikkelig utfordring for ham også for oss spillere. Syns det var givende, spennende og man har jo i grunnen ikke lange betenkningstid på seg før neste trekk av Tormod. Et spennende spill.

På slutten av kurset, hadde vi evaluering. Mest positivt. Ønskelig ved neste kurs om å dele i to gruppe, en som har lang fartid og den andre som er i begynnelse fasen, som trenger litt lenger tid på seg. Ønskelig å få inn tegnspråkbrukere i dette sjakk-miljøet.

På vegne av LSHDB, ved Kari Kristine Engan, fikk både Tormod og Kjell R. gave for vel gjennomført og vellykket kurs.

I samme slengen ble det foretatt premieutdeling ved leder John Sandell. Alle spillere fikk premie.

Takk for et vellykket kurs, selv om det gikk parallell med nm, så hadde man rimelig med pauser. Men neste år skal det avvikles kun kurs, om høsten 2011.

Årsmøte 2010.

Det 2. ordinære årsmøte for Norges kombinert syns- og hørselshemmede/ døvblindes sjakkforening (NSDS) ble holdt på Eikholt 10.09.10 Alle i styret ble gjenvalgt for 2 år. Møte ble greit avviklet.

Styret for perioden 2010-2012

Leder: John Sandell

Nestleder: Bedir Yiyit

Styremedlem: Aslaug Kibsgård

Styremedlem: Camilla Hansen

Varamedlem: Hege Dahlen.



Kari Kristine, John og Kjell Reidar



Deltakere på sjakk - kurset



Fra nakenbadeforening til sjokoladedronning

Av Cor van der Lijcke

Kommunikasjonskurs uke 33 på Eikholt

Kommunikasjon er et språk som for-
binder.

Derfor er det veldig viktig for oss som
er syns- og hørselshemmet /døvblind
å lære å kommunisere med tegn. Mu-
lighet for det kan du få på nasjonalt
ressurssenter 'Eikholt' i Drammen.

Jeg har vært deltager på kommunika-
sjonskurs og har vært svært godt for-
nøyd med faglig innhold.

På kurset var vi 4 brukere, og det var
spesielt at døvblindekonsulent fra
hjelpemiddelsentralen Oslo/Akershus
også var med. Det er viktig at ansette
i denne bransjen lærer seg tegnspråk
for å kunne kommunisere med kunde-
ne sine. Som sagt var kurset fagmes-
sig utrolig bra.

Instruktøren sa: 'Det er lov å ikke vite
før du vet. Du behøver ikke å ha pres-
tasjonsangst'.

Noen kan mye, andre mindre, men når
alle gjør en innsats, blir vi sterke sam-
men.

Vi hadde bl.a. rollelek. På en av rolle-
lekene var jeg leder på nakenbadefo-
rening. Jeg måtte ha en samtale med
nestleder for å forberede årsmøtet.
Nestlederen, som kom på møtet, sa til
meg: 'Jeg er splitter naken'. Så svarte
jeg: 'Det spiller ingen rolle for meg,
jeg er blind!'. Og tilførte: 'Da kan vi
bruke taktilt..... tegnspråk!'

En av kursdeltagere hadde med seg
masse sjokolade. Vi utvidet rollele-
ken, og kronet henne på slutten av
kurset til sjokoladedronning.

Jeg anbefaler alle sterkt å delta på
sånne kurs! Samaranch sa på Lille-
hammer OL at det var 'Best games
ever'. For meg var dette kurset 'beste
kurs noensinne'.

PS! For tiden har vi bare 2 medlem-
mer i nakenbadeforeningen. Vi treng-
er flere medlemmer, støttemedlemmer
og sponsorer.

Maraton i New York City 2010

Av Berit R. Øie

Endelig kunne Bedir Yiyit, Harald Vik og Berit R. Øie slippe løs sine løpebein i New York Citys gater og bruer. Sammen med sine tolker og løpeledsagere, var det 44.829 mennesker som fullførte maratonløpet på 42 km denne dagen. Håkon Gisholt (RP) kunne ikke løpe på grunn av en skade i kneet. Det var solskinn, men 4 plussgrader og kald motvind, så det gjaldt å holde seg varm med riktig klær!

Harald gjennomførte sitt 18. maratonløp i New York på tiden 6 timer og 50 min (6.50) – samme tid som i fjor. Helt fantastisk av Harald å gjennomføre løpet, fordi det ble noe dramatisk underveis. Han skulle stoppe for å hilse på publikum fra Norge, men da han snudde seg, falt han og fikk en av ledsagerne oppå seg! Det gjorde vondt i ribbena og armen, men han klarte å fullføre sitt historiske løp. Harald hadde med seg sine tre faste tolker (Ivar, Torben og Robert). Når Harald løper, holder han og hans ledsager i en rund og hard plastikk som ser ut som en hesteko. Den er tapet, og er god å holde i. Slik løper de mil etter mil. Underveis traff Harald på flere døve som ledsaget andre personer med funksjonshemming. Han traff også en amerikansk döv venn, John Planta som har ledsaget andre funksjonshemmede hele 24 ganger i 24 år! Fantastisk! ☺

Bedir løp sitt 5. maratonløp på sterke 3.37 som er 15 minutter bedre enn i fjor! Dette var han svært fornøyd med! Første gang han løp, brukte han

4.55! Kanskje han var en av de raskeste nordmennene den dagen - sammen med ledsager Rune Holtze Jensen selvsagt ☺. Rune løper foran Bedir, og de holder begge i den hvite stokken med f. eks høyre hånd, og bytter side etter ca 15 minutters løp. Bedir bruker også FM-utstyr, med hodedtelefon i stedet for høreapparater (som ikke tåler svette) og Rune har mikrofon og forteller underveis. I tillegg hadde Bedir to amerikanske ledsagere som løp hver sin halvdel av løypa. Deres oppgave var å gjøre plass i løypa og gi Bedir drikke underveis.

Berit løp sitt aller første maraton, og jeg var jo selvsagt veldig spent! Min tid ble på 6.23 og er svært fornøyd. Mitt mål var 5 timer, men når alt er ukjent og uvant, så må en være åpent for at alt kan skje. Og det gjorde det. Jeg klarte ikke å drikke det kalde vannet som ble servert underveis, og energidrikken stoppet bare i halsen. Min norske ledsager Anita Toftner måtte tvangsfore meg da vi hadde løpt ca 23 km, fordi hun så jeg ble sliten. Jeg fikk ikke lov å løpe et skritt til før jeg fikk i meg vann og en banan. Det gjorde godt ☺ Underveis ble Anita plutselig borte, og Jeff – min amerikanske ledsager og jeg ble bekymret for hvor hun ble av? Vi løp videre i ca 10 km før vi fant hverandre igjen – heldigvis! Men ca 9 km før mål, sa mitt kne "stopp!" og jeg måtte halte/gå resten av løypa. Når jeg løper, holder ledsager og jeg i en liten ring av solid tøystoff eller en buff. Jeg er nøye på at vi skal ha samme løperytme med bein og armer.

Før vi kom til New York City maraton tenkte vi at Berit var den første døvblinde kvinnen som løp der, men det er ikke riktig. I 1999 var det Maricar Marquez som fullførte sitt første og eneste maraton i NYC på tiden 6.30. Hun kommer opprinnelig fra Fillipipene, men er bosatt i USA og arbeider ved Helen Keller National Center. Vi møtte henne der fredagen før løpet. Hun fortalte at hun slet veldig med vonde knær i 1999. En imponerende dame med fallskjemhopping og allsidige aktiviteter J Hun er født døv og har RP (Usher 1), og ser svært lite nå. Mer om besøket på Helen Keller sentret i neste nummer av SynHørbladet.

Det spesielle for oss løpere som har en funksjonshemming, er at vi har på oss gule trøyer med navnet "Achilles internasjonal". Når publikum ser dette, så heier de ekstra på oss, noe som varmet godt i disse kalde timene. Men Harald hadde på seg en rød trøye med norsk flagg og teksten "Achilles Norway deafblind N.Y. marathon 18 times!". Det var mange som var imponert over Harald! ☺

Achilles er en internasjonal organisasjon som hjelper funksjonshemmede med ledsagere til ulike aktiviteter. Den har hovedkontor i New York, og Bedir Yiyit er Norges kontaktperson i Achilles. Han kan fortelle at de i år har hjulpet 80 funksjonshemmede fra 24 land, og skaffet dem 220 ledsagere til New York Marathon. Bedir forteller at han ble leder for Achilles Norge i 2009 og jobber for å få flere deltakere fra Norge til å være aktive, både i Norge og i utlandet. Bedir hjelper til med å skaffe ledsagere, med trening og informa-

sjon om reise og overnatting. Hvis vi får flere deltakere som er aktive, kan vi få dekket hele reise og opphold av Achilles. Vi må bevise at vi er aktive og vi må bruke Achilles logo og navn. Bedir tenkte å trykke noen t-skjorter med Achilles logo på. Det blir mer info om Achilles Norge på Facebook, så dere kan ta kontakt med ham der for mer info.

For interesserte forteller Harald at løypa gikk gjennom fem bydeler. Start er på Staten Island, og første broen heter Verazzano Brigde som er 4 kilometer lang, og broen har to etasjer, hvor eliten løp i den første "etasjen" og vi løp i "øverste" etasje J Helt fantastisk! Vi løp over til Brooklyn og videre til Queen. Her kom vi til Queens Brigde som er 23 kilometer fra start. Deretter til Bronx og til slutt Manhattan. Hvor mange bruer vi løp over, vet vi ikke.

Til slutt en ettertanke fra Berit om mangel på tolk når en løper en maraton. Når en bruker så mange timer på å gjennomføre en slik aktivitet, så er det mye som skjer. Det er slik at vi må stå opp i 4 – halv 5 tiden på søndags morgen for å forberede oss til løpet, med klær og utstyr, ta felles buss til startområdet, og vente der et par timer før startskuddet går i 9 – 10 tiden, så deretter løpe. Alle som blir med i bussen, må løpe, slik at mine tolker jeg hadde med, kunne ikke bli med meg til startområdet. Heldigvis kunne jeg låne en av tolkene til Harald før start, slik at jeg fikk med noen samtaler og beskrivelser, men underveis var jeg prisgitt mine løpe-ledsagere. De forsøkte så godt de kunne, og gjorde en kjempeinnsats for at jeg skulle kla-

re å gjennomføre løpet, og få oppleve stemningen. De brukte haptiske signaler for "smil" og "klapping" fra publikum, og "toalett" om jeg trengte det, men de kunne ikke taktilt tegnspråk, så det å være et sosialt menneske for samtaler, var ikke mulig for meg. Etter løpet, spurte jeg Haralds tolker hvordan det var sånn og sånn, og fikk god ettertolkning. Jeg sier dette, av to grunner:

- som kjent for dere koster det penger å ta med tolker til utlandet, fordi en må betale for tolk nr 1 når det gjelder fritidsreise. I hele 2010 jobbet jeg ganske mye for å få inn penger til tolk nr 1, men fikk ikke så mye inn i forhold til kostnadssummen.

- det andre er beskrivelse av hva som skjer og å være et sosialt menneske under et slikt løp. Det var utrolig mange hyggelig mennesker å snakke med, men jeg kom ofte til kort fordi jeg ikke forstod hva de sa. Når en løper, kan en ikke bruke høreapparat eller ci, og jeg har forsøkt å bruke hodetelefonen til Bedir, men hørselen min er for dårlig til å bruke dette dessverre. Jeg – med flere – har sterke ønsker om tolker som kan ledsage meg og andre døvblinde en (halv-) maraton, så jeg håper virkelig at det melder seg tolker som kan løpe noe eller hele løypa. ☺



Bedir Yiyit, Berit R. Øie og Harald Vik



Bedir, John Planta, Berit og Harald

John Planta har deltatt på NYC Maraton 24 ganger!!!!

LSHDB Likemannskurs 5. - 7. november 2010

Av Nina Helene Skorge

Temaet for årets likemannskurs var “Felles sansetap, felles utfordringer, felles strategi?”

Til dette likemannskurset inviterte LSHDB representanter fra Norges Blindforbund og Norges Døveforbund til erfaringsutveksling. Temaet var “Felles sansetap, felles utfordringer, felles strategier?”

LSHDB er en liten organisasjon og for å få større gjennomslagskraft for våre saker, har vi begynt et samarbeid med Hørselshemmedes Landsforbund (HLF), Norges Døveforbund (NDF) og Foreningen Norges Døvblinde (FNDB).

For å utvikle samarbeidet med andre organisasjoner ønsket vi på årets likemannskurs en erfaringsutveksling med representanter fra Norges Blindforbund (NBF) og Norges Døveforbund (NDF).

Norges Døveforbund

Kurset startet med Bjørn Kristiansen fra NDF som første foreleser. Han arbeider som prosjektkoordinator og er ansvarlig for prosjektvirksomhet, likemannsarbeid og arbeidslivsspørsmål. NDF jobber for et samfunn der døves rett til deltakelse er selvsagt. Den nye diskriminerings- og tilgjengelighetsloven er svært viktig. Fravær av tolk defineres som et diskrimineringsgrunnlag. NDF og lokallagene overvåker aktivt loven og melder fra til Likestillings- og diskrimineringsombudet ved

mistanke om lovbrudd.

Videre arbeider NDF med at FNs konvensjon om rettigheter for mennesker med nedsatt funksjonsevne skal ratifiseres (dvs at Norge underskriver på at de blir med på denne avtalen).

NDF har etter årelang kamp fått anerkjent tegnspråk som et offisielt språk i Norge og språkrådet skal bidra til å følge opp dette i praksis. Dette gjøres ved at språkrådet styrkes med en egen ansatt med tegnspråkkompetanse.

Ellers arbeider NDF med å sikre god tolkeutdanning og gode tolkerettigheter. Endringene som foreslått i tolkeutredningen 2008 må gjennomføres. Det innebærer at retten til tolk 24 timer i døgnet, som fastslått i Lov om folketrygd § 10-5 til 10-7 gjøres reell. Videre at tolketjenesten må være døgnåpen med turnusordning og at retten til tolking i utlandet må fastslås.

NDF ønsker at døve skal kunne delta i arbeidslivet på samme måte som hørende. Man ønsker kartlegging av hva som er reell yrkesdeltakelse blant døve og finne ut årsaker til at døves yrkesdeltakelse er lavere enn for hørende. Det finnes lite forskning på dette. Det ser ut som det er vanskeligere for døve å få arbeid nå enn tidligere. Dette kan sammenheng med at tidligere var det mer industri og lagerarbeid. Nå er det flere stillinger som krever mer kommunikasjon.

Norges Blindforbund

Gry Berg fra Norges Blindforbund var neste foreleser. Hun er nylig ansatt som rehabiliteringskonsulent for folk i yrkesaktiv alder. Hun fortalte at Blindforbundet har ca 12-13.000 medlemmer og gjennomsnittsalderen er 73 år. NBF har mellom 250 – 300 ansatte.

Det er de tillitsvalgte synshemmete som har ansvaret for det interessepolitiske arbeidet. En stor og viktig del er å arbeide for god tilgjengelighet. Under utdanningen er det viktig at byggene der undervisningen gis har god tilgjengelighet. Videre at innholdet i undervisningen er tilgjengelig og at nødvendig materiell er klart til undervisningsstart.

Man er opptatt av å få til de gode overgangene både i utdanning og arbeidsliv og ønsker at fagpersoner med kompetanse på syn må komme tidlig inn i prosessen.

Videre arbeider man for at arbeidsmarkedsbedrifter skal være tilgjengelige for synshemmete.

Nå er det bare studenter som har såkalt "produksjonsrett", dvs å få undervisningsmateriell tilrettelagt for punktskrift. Vanlige arbeidstakere har det ikke og sliter derfor med få deltatt på obligatoriske kurs og etterutdanning i forbindelse med arbeidsliv. Dette ønsker man å få til en endring på.

NBF ønsker bedre muligheter for å kombinere tilrettelagt arbeid og trygd. Nå må man arbeide minst 50 % for å få tilrettelagt med hjelpemidler på arbeidsplassen.

NAV tall viser at det er ca 30 – 40 % av synshemmete i yrkesaktiv alder er i arbeid. NBF arbeider for å få flere over fra lønnstilskudd over i vanlig arbeidsforhold.

NBF har lese- og sekretærordning som organiseres via hjelpemiddel-sentralen. Man har krav på 30-40 timer per år til dagliglivets aktiviteter. NBF ønsker å få til at dette kan kombineres med ledsaging. Per i dag har synshemmete ingen ledsagerrettigheter. Videre ønsker man å sikre medlemmene rett til brukerstyrt personlig assistent, BPA, for å bedre den enkeltes mulighet til å klare å jobbe.

NBF arbeider også for at man skal forske mer på synshemmete og arbeid. Man ønsker spesielt å se på hva som er suksesskriteriene for å få en jobb og hva som er skal til for å holde på en jobb.

“Å pusle seg inn i jobb”

Neste mann ut var John Arne som fortalte sin utrolig spennende historie om den lange og kronglete veien til en fast jobb. “Det har vært som et puslespill, med biter som har falt på plass etter hvert.”

Han er utdannet førskolelærer, og etter 3 år med praksisplass i administrativt arbeid hos Fylkesmannen i Finnmark, fant han ut at han ønsket å jobbe med det han var utdannet for. Han sjekket hvor det var størst mangel på førskolelærere og undersøkte samtidig at klimaet var brukbart. Dermed endte han opp i Ålesund!!

John Arne tok opp problemstillinger

mange av oss kan kjenne oss igjen i. Hvordan komme seg over barrieren å være på tiltak (praksisplass) over i vanlig arbeidsforhold? Hvordan finne den arbeidsgiveren som vil ha en god og positiv holdning til deg og din funksjonshemning? Hvor åpen skal man være i søknaden om sin funksjonshemning? John Arne har selv gjort mange erfaringer. Han har møtt alle slags type holdninger. I foredraget sitt kom han med gode og konstruktive eksempler på det han mente var suksesskriterier for å få seg en jobb.

Han mener det er lurt å bytte praksisplass med jevne mellomrom for å bygge nettverk og få flere gode referanser. Videre hadde han gode erfaringer med å bruke sin kontaktperson i "Arbeid med bistand" (NAV) i prosessen med å søke jobb. Vedkommende var med på jobbintervjuer for å bidra til at det ble en konstruktiv dialog og at man ikke ble diskriminert. Kontaktpersonen kan også passe på at du ikke blir gående for lenge i en praksisplass, men at du får tilbud om vanlig arbeid hvis det samtidig er ledige stillinger i bedriften.

Jeg tror alle som hørte foredraget til John Arne, ble kjempeimponert over hvordan han har stått på. Men som han selv oppsummerte: "Folk kan være skeptiske, men kan bli veldig positive når de først blir kjent med deg!"

Synshemmede Akademikers Forening - SAF

Neste mann ut var Magne Bolme fra SAF. SAF ble stiftet i 1983 og er en liten, men aktiv medlemsorganisasjon

med ca 100 medlemmer. Deres formål er å ivareta synshemmede akademikers interesser i høyere utdanning og på arbeidsmarkedet. De er svært aktive i interessepolitisk arbeid og driver mye med lobbyvirksomhet. De gir innspill til offentlige myndigheter, læresteder, arbeidsgiver- og arbeidstakerorganisasjoner. De samarbeider også med andre organisasjoner av funksjonshemmede og andre diskriminerte grupper.

SAF arbeider for å få fjernet flest mulig av de hindringene synshemmede møter i studiehverdagen og arbeidslivet. Dette gjør de ved å arbeide for:

- Lovfestet vern mot diskriminering på alle samfunnsområder for personer med nedsatt funksjonsevne.
- Tilgang til faglitteratur for studenter og yrkesaktive.
- Tilgang til all offentlig informasjon.
- En mer fleksibel og forutsigbar hjelpemiddelformidling
- Studiefinansiering
- Styrket lovgivning om lærestedenes ansvar for full tilgjengelighet til bidra
- Utvikling av statlig arbeidsmarkedspolitikk for kvalifiserte arbeidssøkere med nedsatt funksjonsevne (en traineeordning).

Magne Bolme påpekte at for en del kan overgangen fra en lang utdanning til arbeidsliv være trøblete. Derfor ønsker SAF at det skal utvikles flere "trainee" plasser. Dette kan gjøre at man får en mer naturlig overgang fra studie til arbeidsliv og sikre at man raskt får seg yrkeserfaring.

Gruppearbeid

Resten av tiden brukte vi på gruppearbeid. Vi diskuterte hvordan vi trodde de andre brukerforeningene kan bidra for oss. Hvordan vi kan bruke hverandres erfaringer og om vi kan lære noe på tvers av våre handikap. Hvordan vi kan tilrettelegge der vi ferdes og hvordan LSHDB som organisasjon kan bidra til å bygge broer framover.

Avslutning

Det var et lærerikt seminar og takk til Bibbi og Hege som sammen med Karin sørget for at kurset gled knirkefritt! Hotellet er flott med god telefonynde og kjempegod mat. Tradisjonen tro hadde vi kanskje årets første julebord (?) og fråtset i deilig og variert julemat. Noen "på kanten" historier ble det plass til også...

IKKE SLIK, MEN SLIK!

Av Cor von der Ljicke

Fortsettelse fra SynHør-bladet nr 5 - 2010

Kollektivtrafikk

Blinde og svaksynte får mest hjelp ved på- og avstigning i buss, trikk, tog eller T-bane. Så lenge de ikke blir trengt til side i rushtiden, noe som heldigvis ikke skjer ofte.

Men det skjer at den synshemmede blir dratt inn i stedet for at han går inn selv. Uansett hvor godt det er ment, er dette ikke nødvendig! Det holder at han blir vist døren og handtaket eller rekkverket. Synshemmede har bein, og de kan stige på helt selv! Det samme gjelder avstigning.

Er du ledsager, så går du foran. Det er lurt å fortelle om trinnet er høyt eller lavt.

Påstigning i en bil er ikke vanskelig heller, det holder å legge hånden til svaksynte på åpen dør. Gjelder det avstigning, så er det lurt å fortelle hvordan døren åpnes.

Alt på plass

En meget viktig regel for blinde og svaksynte er at alt bør ha faste plasser. Ellers så finner de ingenting igjen! Så legg alt på plass igjen etter bruk! Spesielt blinde eller svaksynte som reiser eller som bor alene, må være meget flinke til å rydde alt.

Pass på dører til rom og skap. Disse bør enten være helt åpne eller lukket. Dør til skap bør lukkes. Og husk at sekker, sko, bøtter eller søppeldunker ikke bør stå eller ligge rundt omkring.

Det er ikke så vanskelig å forestille seg at disse gjenstander fører til uforventede krasj.

Returadresse:

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

LSHDB-sentralstyre 2010 - 2012

<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>Harald Vik</i>
	<i>Nina Helene Skorge</i>

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