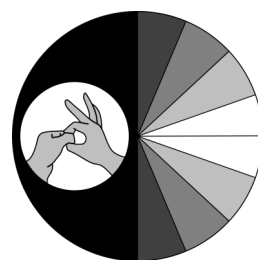


SYNHØR BLADET



LSHDB

Landsforbundet for Kombinert
Syns- og Hørselshemmede / Døvblinde



34 ÅRGANG

#3 2025

SynHør bladet er LSHDB sitt medlemsmagasin og blir utgitt seks ganger i året i trykt form, som punktskrift, på CD og er tilgjengelig på nett på www.lshdb.no

Holmenkollstafetten med Jonas Gahr Støre

En lur tur til Torghattan

Klikke og tikke, ekkolokaliseringens kunst

MEDLEMSSKAP

MELD DEG INN I LSHDB

Www.lshdb.no
eller
Kontakt kontor@lshdb.no

KONTAKT OSS

Landsforbundet for kombinert syns- og
hørselshemmede / døvblinde

Epost: kontor@lshdb.no
Nettside: www.lshdb.no
TLF: 22 41 34 24
Mobil: 95 94 93 57

BESØK OSS

ADRESSE:
Skippergata 33
0154 Oslo

DAGLIG LEDER:
Karin Andvig

ÅPNINGSTIDER:

Kontoret er åpent annenhver onsdag, og
hver torsdag og fredag.
Kontoret ligger i 5. etasje.

BLADET

TILGANG:

Kontakt kontor@lshdb.no for å få tilgang på
bladet i punkt, ren tekstfil eller på CD.

TRYKK:

Rycon AS
Opplag 280

REDAKTØR:

Kaisa Markhus
Tlf: 97151746
E-post: kaisa@lshdb.no

FORSIDEBILDE:

Feigefossen, Norges fjerde høyeste
loddrette fossefall i bakgrunnen av Nes
kirke i Lustrafjorden, Sogn og fjordane.
Tatt av Kaisa Markhus

STYRET

LEDER

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

NESTLEDER

Sissel H. Markhus
Tlf: 934 96 277
E-post: sism@online.no

STYREMEDLEM

Kari Kristine Engan
Tlf: 413 34 244

E-post: ka-k-eng@online.no

STYREMEDLEM

Marius Aasand Larsen
Tlf: 406 35 621
E-post: ml1004@icloud.com

STYREMEDLEM

Ståle Hatlelid
E-post: staalehk@hotmail.com

1. VARAMEDLEM Karianne Havsberg

2. VARAMEDLEM Juliane Eftevåg

Innhold

Redaktøren	4
Styrets hjørne	5
Teleslynge - favoritt eller mareritt?	6
Forskjellige praksiser i Nederland og Norge	7
Holmenkollstafetten - med Jonas Gahr Støre	8-11
Ressurskontorets informasjonsspalte	12-13
Tur til Torghatten	14-15
En tur med mange sanseinntrykk	16-19
Klikke og tikke, ekkolokaliseringens kunst	20-21
Årsmøte og 20-års jubileum	22
Nyhetsbrev fra fellesoppdrag	23
Tips og nyheter	24-25
Til Neste Gang	26

TIPSET:



**Gode nyheter til dere mellom 18-30 år som er meldt på Nordic Youth event i Danmark i juli;
Eventet har mottatt støtte slik at prisen for å delta blir redusert, i tillegg til at deltakere får refundert en del av reiseutgiftene.**

**For deg som ikke rakk å melde deg på i tide;
Neste Nordic Youth event blir arrangert i Nederland, mer presist i Efteling theme park resort, den 28.-29. oktober 2025.**

**Ta kontakt med simon.allison@sense.org.uk
for å melde din interesse.**

Redaktøren



Kjære leser av SynHør bladet!

Årets høydepunkt nærmer seg med stormskritt...

Snart er det sommerferie, og da arrangeres også LSHBD sitt sommertreff!! I tillegg til likepersonskurs og årsmøte, byr det på en reise til et nytt sted i Norge, og ikke minst gjensyn med alle de andre hyggelige medlemmene fra i fjor og kanskje noen nye. Og det er alltid like gøy.

Imens mine venner «alltid» var på hytta, er mine barndoms sommerminner fra at vi skulle reise på sommertreffet, og det var alltid et nytt sted i Norge. Det var spennende å skulle dra, både å lure på hvilke ting vi skulle få se og gjøre, å se igjen venner fra i fjor sommer som vi skulle møte igjen, og å få snike meg nysgjerrig bakerst i salen på likepersonskursene og smugkikke på hva tolkene holdt på med da de var på pause. Selv om jeg trodde ingen så meg, var det alltid gøy da de oppdaget meg.

Nå er det blitt et eget opplegg for barna og ungdommene, så dere slipper en hel haug med snikende barn rundt omkring, og i stedet kan fokusere fullt og helt på innholdet i møtene og kursene, og ikke minst bli bedre kjent med hverandre i pauser og på kveldene.

Men jeg vet at det som er likt nå som da jeg var liten, er hvor mange som gleder seg til å møtes igjen.

Jeg gleder meg til allerede til neste nummer av SynHør-bladet hvor jeg håper på å få tilsendt mange fine artikler fra hva dere har opplevd.

Men først; for-sommerens utgave av bladet inneholder blant annet: vårens vakreste eventyr, leserinnlegg, flotte og minnerike opplevelser med lokallag og nytt fra kontorene som er på jobb for oss. Håper dere finner noe av interesse.

God lesing og god sommer rett rundt hjørnet!

Vennlig hilsen

KAISA MARKHUS | kaisa@lshdb.no

STYRETS HJØRNE

Av Sissel H. Markhus

Kjære lesere og medlemmer

Nå er vi allerede godt i gang med sommeren – det føles som det nettopp var 1. juni! Snart er det tid for LSHDB sitt sommertreff, som i år arrangeres i Bodø fra 23. til 29. juni. Mange har meldt seg på – det er ny rekord! Scandic Havet Hotel ble helt fullt, og det var dessverre ikke plass til alle tolkeledsagere der. Heldigvis fant vi et hotell like ved, hvor flere av tolk-ledsagerne skal bo.

Programmet for uka består blant annet av én dag med landsmøte, to dager med likepersonkurs, og én dag med utflukt – da drar vi på busstur til Kjerringøy.

Jeg er kontaktperson for barne- og ungdomsgruppa, og har fått på plass passere: Anne Marie Storhaug og Brage Wright Mehlum. Gruppen består av totalt 9 barn og ungdommer i alderen 5 til 16 år. Jeg er veldig takknemlig for at Anne Marie og Brage stiller opp som passere. De vil ta med barna på ulike opplevelser mens foreldrene deltar på landsmøte, likepersonkurs og utflukt.

Målet med barne- og ungdomsgruppen er å skape et trygt og sosialt rom hvor de kan være sammen med andre i lignende situasjon – der en forelder har nedsatt syn. Det er et viktig tilbud for familier, og barnepass-ordningen gjør det mulig for foreldrene å delta i programmet samtidig som barna blir godt ivaretatt.

Dette blir en spennende uke, og jeg tror mange gleder seg til turen!

Ellers har LSHDB vært involvert i flere saker. Noen fra styret har deltatt på ulike møter, slik Åshild Johansen skrev om i «Styrets Hjørne» i årets første nummer. Vi fortsetter arbeidet med ulike oppgaver, møter og representasjon. LSHDB samarbeider nå med FNDB og LMKST for å diskutere felles mål som er viktige for framtiden –

med håp om at vi etter hvert kan slå oss sammen til én organisasjon. Jo flere vi er samlet, jo sterkere står vi. Vi har mange felles saker å jobbe for, som for eksempel frilanstolker, TT-kort og mer – noe Karianne også skrev om i SynHør-bladet nr. 2.

Vi har nå opprettet en arbeidsgruppe bestående av to styremedlemmer fra hver organisasjon. Gruppen er delt i to, med ett styremedlem fra hver organisasjon i hver undergruppe, som skal jobbe mer i dybden. Vi ønsker å bruke god tid på sammenslåingsprosessen, slik at det blir en trygg og ryddig prosess for alle involverte. Som vi sier: Sammen er vi sterke. En felles organisasjon vil gjøre det enklere å nå fram til myndighetene.

Nå er det bare to uker igjen til mange av oss møtes på sommertreffet i Bodø – jeg gleder meg, og håper vi sees der!

Med vennlig hilsen
Sissel H. Markhus



TELESLYNGE – FAVORITT ELLER MARERITT?

Skrevet av Cor van der Lijcke
med hjelp av kunstig intelligens (KI)

Hva er en teleslynge?

En teleslynge er et hjelpemiddel for mennesker med hørselsutfordringer som bruker høreapparat eller cochlea implantat (CI).

Systemet hjelper til med å overføre tale eller musikk direkte til høreapparatet. Dette uten bakgrunnsstøy eller etterklang.

På de 2 siste årsmøtene i LSHDB var det helt umulig å bruke teleslynge. Dette skyldtes en teknisk feil og et «bomskudd» med bruk av mobiltelefon. Men ved hjelp av bildebeskrivelse og min taleforsterker kunne jeg forstå alt.

Nye teknologier som erstatter tradisjonelle teleslyngesystemer med digitale løsninger har nå blitt utviklet. Et eksempel på dette område er partnerskapet mellom Ampetronic og Listen Technologies, som i fellesskap har utviklet et lyttesystem. Dette er en ny standard

som gjør at lyd kan sendes til et ubegrenset antall mottakere og høreapparater uten behov for tilkobling til en sender.

I tillegg har selskapet Williams introdusert Digi-loop-serien. Disse digitale teleslyngesystemene kobles sammen med nettverkkontrollerte installasjoner, og er derfor egnet for ulike rom.

I Nederland jobbes det også med en rekke nye standarder, som for eksempel WI-HI. Dette er et initiativ fra European Instrument Manufacturers Association (EHIMA). Dette er en digital variant av de tradisjonelle teleslyngene. Målet er at de skal erstatte de gamle systemene. Dette for å forbedre tilgjengeligheten og brukervennligheten.

Jeg håper at denne utviklingen kan bidra til at teleslynge i fremtiden kan bli en favoritt og ikke et mareritt!

FORSKJELLIGE PRAKSISER I NEDERLAND OG NORGE

Skrevet av Cor van der Lijcke

Jeg har jobbet 30 år på sosialkontor i Nederland. Jeg var sekretær for diverse komitéer og skrev referater fra møtene.

Først på neste møte med møtedeltakerne til stede, ble referatet godkjent, med eller uten bemerkninger.

I Norge har jeg erfart at det blir skrevet referat under møtet av en protokollfører.

Denne protokollen blir gjennomgått av 2 protokollunderskrivere. Når referatet, med eller uten forandringer/merknader blir godkjent og signert disse 2 protokollunderskriverne, er referatet gyldig.

Jeg synes det er veldig rart at du, som deltaker på årsmøtet, ikke har mulighet til å lese/høre/se referatet før det er endelig.

Saker som er forhåndsmeldt og behandlet i møtet, er ikke mitt anliggende.

Men jeg mener det er viktig at ting som kommer opp under eventuelt, fri samtale og lignende, mens møtet fremdeles varer, bør komme med i referatet. Og hvis det da kommer fram ønske fra årsmøtedeltakerne

om at styret skal ta opp saker ved neste årsmøte, bør det bli protokollført.

Da kan vi unngå at forslag og idéer kommer opp år etter år uten at det blir faste rutiner.

Som et eksempel sa jeg under forrige årsmøte at det må være en fast prosedyre på årsmøtet når nye styremedlemmer blir ønsket velkommen at medlemmer som går ut av styret, blir takket av. Har ikke sett at dette er i protokollen, med en fare for at lignende pinlige episoder gjentas.

Det ble også snakket om, som veldig viktig, at i forhold der personer nevnes ved navn, må alle navn, som er tilknyttet situasjonen, nevnes. Her hadde vi også en episode under siste årsmøte.

Kanskje de to lands erfaringer og rutiner kan lære av det beste hos hverandre?

P.S.: Da jeg pensjonerte meg, fortalte kollegene at jeg sannsynligvis hadde skrevet referater som rakk 2 ganger rundt jordkloden! For mye eller for lite?



HOLMENKOLLSTAFETTEN 9.-11. MAI 2025

Skrevet av Ina Sannæs som debuterte på stafetten
Med innspill fra Elin Stavnes

Vårens vakreste eventyr blir det kalt, når Oslos gater fylles opp med over 70 000 løpere fordelt på 5000 lag. Achilles International of Norway var også med! Laget vårt bestod av femten løpere med deres tolker og ledsagere. Mange løp for første gang, noen gjorde comeback og atter andre stiller trofast opp år etter år. Gjerne med sin faste etappe, som vi kjenner ekstra godt. Ekstra gøy at det var så mange jenter med i år!

Noen reiste langt og bodde på hotell i Nydalen, mens andre bodde hjemme. Fredag kveld møttes vi for en sosial prat på Peppes pizza. Det var koselig å møtes, da flere ikke hadde sett hverandre på lenge.

Lørdag 10 mai, var den store dagen for alle, nemlig Holmenkollstafetten. Vi møttes til informasjon, foredrag og lunsj på Sagene samfunnshus. Her fikk alle

utdelt startnummer og noen fikk låne Achillestrøye. Etter praktisk informasjon om stafetten, mye logistikk for at alle skal treffe hverandre ved vekslingene, så holdt Bedir et foredrag. Han fortalte om sin reise som idrettsutøver fra han kom til Norge og fram til i dag. Han kom også med en del gode tips til oss som ønsker en aktiv hverdag, og kanskje utfordre oss selv til spennende sportslige eventyr? Etter en deilig pastasalat, helt perfekt før en tur i Oslos gater, gikk vi ut for å ta bilde av hele laget.

Da vi kom ut, oppdaget vi selveste statsministeren, Jonas Gahr Støre. Noen av oss benyttet sjansen til å invitere ham som ledsager neste år. Bedir fikk også sagt at tegnspråktolker som jobber frilans, må få bedre lønn og arbeidsvilkår, ellers mister vi mange tolker. Supert, Bedir!

Så dro vi til etappene våre. Klokken 14.15 smalt startskuddet og Unni Mortensen løp av gårde fra St.Hans haugen og leverte pinnen til Tonje på neste etappe. Vekslingene gikk nesten problemfritt. Julie løp fra ledsageren sin opp den tøffeste bakken, Besserud og måtte løpe gjennom hele vekslings-området før Elin endelig dukket opp og kunne fosse ned til Gressbanen. Noen stresset ved vekslings-området og løp ned sin egen lagkamerat. Det skjer alltid noe i en stafett og det er alltid noe å snakke om ved festmiddagen. Like herlig hvert år. Resten av etappene gikk greit og Cor kunne løpe med stafett-pinnen i mål på Bislett stadion. Vi kom på tredje plass.

SK Vidar Para som trener sammen hver onsdag vant, mens herrelaget til Team RP kom på plassen før oss. Så vi er fornøyde med resultatet. Det viktigste er at alle var





med og alle hadde sine egne mål for sin etappe uansett om man gikk eller løp. Alle prøvde litt raskere enn de pleier og det var moro. Dette klarte vi sammen!

Om kvelden møttes vi på Sagene samfunnshus igjen. Vi fikk servert deilig tyrkisk tapas og skravla gikk. Alle var superfornøyde med dagen. Mange ga uttrykk for at de vil være med neste år også, og vi motiverte hverandre til nye utfordringer. Plutselig ser du kanskje noen av oss på løp til høsten eller kanskje maraton om noen år? Tenk på hva vi kan oppleve om vi trener. Vi trener for å fullføre og oppleve!

Søndag morgen møttes noen av oss til en vandring langs Akerselva. Sissel H. Markhus kan mye om dette området, og stilte sporty opp som guide. Det var en fin avslutning på en helg som ga oss mange fine minner og opplevelser.



Neste år håper vi å bli enda flere, kanskje akkurat DU som leser dette nå, blir med? Kanskje vi får til to lag? Her er det plass til alle. Det er en herlig møteplass for alle oss som bor spredt rundt omkring i Norges langstrakte land. Det er godt å treffes, utveksle erfaring og mestre sammen. Her er det sosiale det viktigste!

Velkommen!

Utøvere som var med i år;

Unni Mortensen, Tonje Wright, Charlotte Emelie Skogsholm, Jens-Olav Johannesen, Ina Sannæs, Hans Joakim Riise, Julie Garsiot, Elin Lippe Stavnes, Sissel H. Markhus, Bedir Yiyit, Johakim Lindgren, Harald Vik, Juliane Eftevåg, Aslaug Kibsgård, og Cor Lijcke.

Vi vil også takke alle de spreke tolkene og løpeguidene våre!
Det er supergodt å ha dere med på laget.



RESSURSKONTORETS INFORMASJONSSPALTE

Skrevet av Lene Karin Mittet

En liten hilsen fra Fellesoppdrag og Ressurskontoret for tolke- og ledsagertjenester

Vi tenke vi skulle presentere oss litt nå som vi har fått et nytt ansikt hos oss. Som mange av dere kjenner til så har Elisabeth og Anette sittet på Fellesoppdrag i et godt år, og nå er det Tone og Turid som har tatt over. Turid er tilbake fra mamma permisjon og jobber sammen med Tone som er ny på tolketjenesten i Vest-Viken. Hun startet i februar 2025 og jobber 50% på fellesoppdrag og 50% på tolketjenesten sin formidling.

Vi har blitt invitert til å komme til årets sommertreff i Bodø for å snakke litt om oss og vårt arbeid. Bestillingen er at vi

skal fortelle om hvordan formidlingen og fellesoppdrag jobber, hva trenger vi av informasjon og hva bruker vi den til, samt om samarbeid med tolkebrukere, bestiller og tolker. Vi tar også imot spørsmål fra salen i egen spørretime. Dette gleder vi oss veldig til og håper å møte mange av dere denne dagen for å bli mer kjent.

Vi ønsker dere alle en riktig god sommer!

Med vennlig hilsen
Ressurskontoret for tolke- og
Ledsagertjenester

Lene Karin Mittet og Turid Moseng

NAV Hjelpemiddelsentral Vest-Viken
Tolk // Rådgiver // Ressurskontor for
tolke- og ledsagertjenester

Tlf: 480 16 799



TUR TIL TORGHATTEN



**Skrevet av Sissel H. Markhus
med innspill fra Erling Kvalsund**

Vi var med på en tur med Hurtigruta, arrangert av Norges Døveforbund i april. Totalt deltok rundt 100 personer, inkludert cirka 20 deltakere fra de nordiske landene – Sverige, Island, Danmark og Finland.

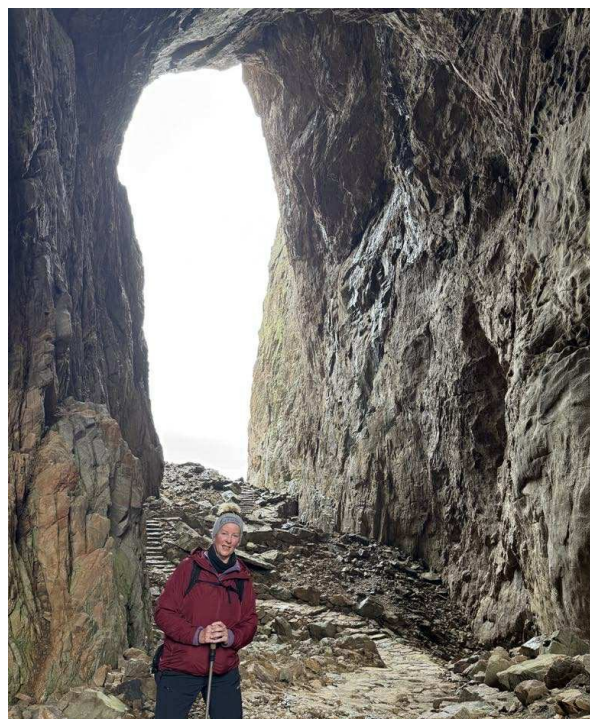
Båten startet fra Bergen 2. påskedag og gikk nordover med stopp flere steder, blant annet i Molde, Rørvik og Lødingen. Underveis kunne vi se Torghatten ved Brønnøysund på avstand fra båten. Da vi passerte, tenkte vi at vi gjerne ville ta turen opp dit på vei sørover, selv om båten kun hadde et opphold på fire timer der. Vi fikk virkelig lyst til å prøve!

Turen gikk videre nordover til Alta, og deretter videre til Honningsvåg. Den

dagen hadde vi strålende vær og masse snø – en fantastisk opplevelse! Vi var ekstra glade for det fine været, for det var den dagen vi skulle på busstur til Nordkapp.

På vei sørover igjen, besøkte vi Tromsø, Stokmarknes, Svolvær og Brønnøysund. Og i Brønnøysund bestemte vi oss for å gjennomføre det vi hadde planlagt – å gå opp til Torghatten. Vi tok taxi fra kaia sammen med tolkeledsager. Vi ble enige med sjåføren om at han skulle vente på oss i omtrent to timer for en fast pris.

Torghatten er et fjell på øya Torget sørvest for Brønnøysund. Hva er spesielt med



det? Jo, fjellet har et stort hull – 160 meter langt, 35 meter høyt og 20 meter bredt. Dette hullet ble dannet under istiden, da is og vann gravde ut de mykere bergartene, mens de hardere steinene på toppen ble stående igjen. Resultatet ble et hull stort som en mektig katedral!

Vi gikk hele veien opp – det var lagt trappetrinn oppover fjellet. Til slutt kom vi frem til selve hulen, og vi måtte selvfølgelig ta noen bilder. Det var utrolig å se hvor stort hullet faktisk er – fra båten så det så lite ut, men i virkeligheten er det enormt!

Etterpå gikk vi ned trappene på den andre siden, mot sjøen – som dere kan se på bildet vi tok fra båten på vei nordover. Vi gikk gjennom små hull i fjellet, og nedstigningen var litt lang, så vi måtte konsentrere oss godt.

Til slutt kom vi ned til bakken. Der var det en veldig fin sti og flott natur med utsikt mot sjøen. Vi fulgte stien bort til der taxien ventet på oss. Vi rakk det tidsnok, og ble kjørt tilbake til kaia.

Vi ble så glade for at vi gjennomførte turen – det var virkelig en flott opplevelse å komme seg opp til Torghatten!



EN TUR MED MANGE SANSEINNTRYKK

Skrevet av Elin Lippe Stavnes
Bilder: Anne Margrethe Langseth

Torsdag 5 juni reiste distriktslaget til LSHDB Oslo/Akershus og Østfold på en nydelig tur til Signo Andebu og Edvards Munchs hjem på Åsgårdstrand. Bildene i denne artikkelen er fra Åsgårdstrand, fra Munchs hus og fra keramikk bildene du skal få lese om. I tillegg til et bilde av hele gjengen som var med på turen.

Torsdag morgen møttes 24 spente deltagere, både medlemmer, støttemedlemmer og tolk/ledsagere, på Oslo S. Der stod bussen og ventet på oss. Første stopp var Sukke på Andebu, Signo kompetansesenter for døve og døvblinde. Der ble vi tatt i mot av presten til Signo,

Marco, som viste oss rundt i kirken og fortalte om dens historie. Kirken er unik, nemlig verdens første sanse-kirke. Vigslet til kirkebruk i 2012. Her kan man ta på alt og mye av inventaret er laget av beboere eller ansatte, som for eksempel tronstolene som kongen har sittet i. Da vi vandret rundt i rommet kunne vi kjenne på bilder av keramikk, som for eksempel Jesus måltid med disiplene sine. Vi fikk også kjenne på vann som rant nedover en del av veggen og engler som hang ved utgangen. Vi la oss ned på gulvet, fikk en pute til å legge hodet på, og kjente vibrasjoner av musikk. Noen av oss tittet opp på taket og så fargerike lys skinne i ulike rytmer, mens andre fikk beskrevet dette haptisk. Vi fikk også vite bakgrunnen for navnet til kirkens navn, Tomas-kirken: om disippelen Tomas som



ikke ville tro at Jesus hadde stått opp igjen tredje påskedag, før han fikk kjenne det med egne hender.

Under lunsjen i Tomas-kafeen, fikk vi høre om historien til Andebu, som er en privat stiftelse. Det startet først som "Hjemmet for døve" på Conrad Svendsen senter i Oslo i 1898. i 1931 utvidet de med en tomt på Sukke gård i Andebu. Dette ble et

arbeidshjem for døve, med fokus på opplæring og arbeid på ulike yrkesfelt. De produserte også mat og varer til selvforsyning. Bare noen få år etter, kom de første døvblinde hit.

Vi fikk en kort omvisning på kompetansesenteret, før vi besøkte bo-området. Det er laget slik at alle kan finne fram uten hjelp innendørs. Blant annet er panelet

utformet på ulike måter, vannrett, loddrett og på skrå, slik at man til enhver tid kan kjenne hvilken del av området man befinner seg i. Snakk om universell utforming! Tiden fløy fra oss og vi skulle så gjerne ha sett mer, men programmet måtte holdes og vi kjørte videre til sentrum, til Vevkroken. Vevkroken, en tilrettelagt arbeidsplass, bestod av et bygg med to etasjer. Øverst var verkstedet, der de hadde vev og symaskiner. Det var veldig hyggelig å få hilse på noen av de som jobbet der. Nede var det kafe og en liten butikk. Mange av produktene de lager blir solgt her. Undertegnede, og sikkert flere med meg, ble fascinert av veskene som var laget i oksehud. Jeg klarte ikke å gjøre et så stort impuls kjøp, men vurderer sterkt å

komme tilbake! Jeg fikk imidlertid kjøpt en fin vevet løper, som selv mannen i huset syntes passet helt perfekt på stuebordet. Det er så koselig med varer med slik sjel. Utenfor var det en liten sansepark. Ulike steiner av ulike bergarter med ulik tekstur og form. Tenk at alle bergartene er så ulike!

Høydepunktene stod i kø denne dagen, og enda flere inntrykk skulle vi få! I Åsgårdstrand fikk vi besøke Edvard Munch hus. Vel, han ble født på Løten og vokste opp i Oslo, men som voksen fikk han tilbud om å kjøpe dette huset. Her var atmosfæren og lyset helt perfekt til å male i, nesten som i Skagen, så mange kunstnere tilbrakte mange somre her. Vi ble vist steder der mange av maleriene hans ble



produsert, som for eksempel Pikene på broen. Gøy å kjenne igjen motivene. På vei bort til huset hans, så vi Finn Schjøll i sin idylliske hage. Han så vettskremt ut og med et smil lurte han på om vi var på vei til hans hage. Det hadde vi ikke tid til denne gangen, men vi kommer svært gjerne tilbake og tar en titt! Edvard Munchs hjem var ikke stort, men idyllisk. Vi fikk høre om familien hans, kjærlighets-historiene, ganske så stormfulle, og deler av bohemlivet både inne og ute i hagen. Vi kunne observere skuddhull i veggene. Bedre plass var det i atelieret i hagen, med et vindu mot havet. Munch var opptatt av å leve i pakt med naturen. Her kunne han ha på seg løse og ledige klær, kanskje så lite som mulig. Han kunne dyrke både bær, frukt og grønnsaker i hagen sin. Selv om han reiste mye og bodde flere steder, er det her man kan sanse en stor del av hans kunst-produksjon. Ser du måneskinn på maleriet, så er det stor sannsynlighet for at det ble malt her.

Etter omvisningen gikk vi ut baksiden av eiendommen gjennom Edvard Munchs gate, som er en del av et koselig bomiljø med lave trehus og smale gater. Vi endte opp på Grand hotell, med nydelig utsikt mot havet. Belysningen var god og lyd-miljøet dempet. Sittende rundt runde bord var det lett å skravle og nyte en deilig laksemiddag med eplekake og is til dessert. Vi avsluttet turen med et gruppe-bilde ved havna der selveste regnbuen kom og viste seg fram! Like fargerik som dagen, og som prikken over i'en med Pridemåneden vi er i!

Tusen takk til lokallaget for en interessant tur! Det er spennende med norsk kunst og kultur. Ofte er det å møtes og gjøre noe sammen det viktigste, men denne dagen var vi kanskje mest imponert over Signo på Andebu. Her lærte vi mye om hvordan man kan tilrettelegge for mennesker med ulike behov. Hvordan de kan skape seg trygge hjem, være mest mulig selvstendig og ikke minst kunne bidra i samfunnet. Dette burde flere få se, oppleve og bli inspirert av!



KLIKKE OG TIKKE – EKKOLOKALISERINGSENS KUNST I MITT DAGLIGE LIV

Skrevet av Cor van der Lijcke

Artikkelen er skrevet med hjelp av ChatGPT

Hva er ekkolokalisering?

Ekkolokalisering er en teknikk der du gjennom hørselen lærer å gjenkjenne hvordan lyder mot gjenstander i miljøet ditt kommer tilbake som ekko. Du kan for eksempel lage klikkelyder med tunga, knipse med to fingre eller tappe med mobilitetsstokken. Lytt da nøye til hvordan ekkoet høres.

Disse refleksene gir informasjon om:

- Avstand til et objekt
- Form og størrelse på et objekt
- Forstå om gjenstanden er myk eller grov, åpen eller lukket

Hva kan du gjøre med dette?

- Oppdage hindringer som vegger, smale passasjer, dører, biler, trær og lignende
- Finne ut størrelse på et rom
- Bevege deg mer selvstendig i ukjente og store rom.

Hva er nytten?

- Du blir mindre avhengig av følelsens din og andre mennesker

- Du orienterer deg raskere i ukjente og travle miljøer
- Du oppnår større sikkerhet i bevegelse og navigasjon.

Jeg lærte å bruke ekkolokalisering på et orienterings- og mobilitetskurs på Eikholt (nasjonalt ressurscenter for døvblinde). Det var under kyndig veiledning av Thomas Tvedt. Daniel Kish fra USA er hans store forbilde. Han er verdenskjent og en stor forkjemper for å spre kunnskap om ekkolokalisering. Daniel Kish bruker metoden mye, og han sykler og spiller basketball selvstendig!

Ekkolokalisering var ikke så lett for meg i begynnelsen, det ble bedre med øvelse, og til slutt var det gøy! Nå bruker jeg ekkolokalisering for eksempel på treningsstudio for å finne apparater og for å gå utenom gjenstander som ligger utenom sin faste plass. I løpet av kurset fikk lagt inn et mobilitetsprogram i høreapparatet mitt.

I en verden som mye dreier seg om å se og høre har jeg funnet min egen vei.

Med syns- og hørselsutfordringer har jeg funnet en måte å se omgivelsene mine bedre på. Jeg har gjort teknikken ekkolokalisering, som er kjent fra flaggermusenes og delfinenes verden, til min egen. Verden blir mindre som en labyrint for meg.

En ekkolokaliseringshistorie fra virkeligheten:

**En dag kom jeg sent hjem med bussen. Det var bekmørkt. Jeg går hjem fra buss-
holdeplassen. Det er bare 100 m. Jeg tapper hardt i asfalten med mobilitetsstokken min for å få størst mulig respons. Da kommer naboen løpende ut. «Kan jeg hjelpe deg? Har det skjedd noe med deg?» spurte han. Ekkolokalisering er nok ikke allment kjent.**

Lovsang «Ekkolokalisering»

En liten juvel av håp
som plystrer der øynene ikke kan se.
Der stillhet råder, gir du retning.
Der veggene er tause, lar du rommet høres.
For de som mangler syn
og for de som lyd bare er en skygge av hva det var.

er du ikke bare et enkelt verktøy, men en guide, en stemme, en refleksjon.

Ekkolokalisering: Du fanger verden slik flaggermusen lytter til natten.

Du får trapper til å snakke, stolper til å synge.

Åpninger puster sin form.

Det du gir er frihet.

Ikke bare til bevegelse fra A til B, men sikkerhet til at man ved egen kraft og med hevet hode kan navigere gjennom livet.

Du gjør hvert skritt til en triumf.

Hvert skritt til et møte med rommet.

For deg med dobbelt sansetap er du en bro mellom stillhet og lyd.

Mellom det indre og det ytre.

Så synger vi din lovsang!

En liten helt i øret for de som kjemper for uavhengighet.

Du er ikke bare teknologi.

Du er tillit.

Du er fremtiden.

Du er uavhengighetsmelodien!

ÅRSMØTE OG 20-ÅRS JUBILEUM

Skrevet av Arne Olav Løvik

Den 18. februar var det årsmøte og 20-års jubileum for LSHDB Rogaland, på tegnspråksenteret i Stavanger.

Det hele begynte med pizzaspising og brusdriking. Deretter ble årsmøtet gjennomført.

Erling Kvalsund ble gjenvalgt som styreleder i LSHDB-Rogaland. Aud Kristin Røstad og Bjarte Bø-Sande ble gjenvalgt som styremedlemmer i LSHDB-Rogaland.

Etterpå feiret vi 20-årsjubileet med marsipankake og brus. LSHDB-Rogaland ble stiftet den 18. februar 2005.

Det ene bildet viser styret i LSHDB-Rogaland i 2005, med styreleder Erling Kvalsund, styremedlem Aud Kristin Røstad og styremedlem Arne Olav Løvik. Det andre bildet viser styret i 2025, med styreleder Erling Kvalsund, styremedlem Aud Kristin Røstad og styremedlem Bjarte Bø-Sande.

Erling Kvalsund har vært styreleder i LSHDB-Rogaland i alle de 20 årene.

Årsmøtet ble vellykket, og det samme ble 20-årsjubileumsfeiringen.



NYHETSBREV FRA FELLESOPPDRAK

Skrevet av Turid og Tone

Epost-adresse:
nav.tolk.fellesoppdrag@nav.no

Telefon: 940 37 864

Åpningstider: Mandag – fredag: 09:00 –
14:30

Nyhetsbrev fra fellesoppdrag og
ressurskontor for tolk/ledsagertjenester
som sendes ut fire ganger i året, med
oppdateringer om hva vi jobber med og
informasjon som kan være nyttig.

Ønsker du å få nyhetsbrevet tilsendt direkte?
Send en e-post om det til oss!

NYHETSBREV FRA 11 APRIL 2025

Hei alle sammen!

En liten hilsen fra vår kant.

Tone er godt etablert på Fellesoppdrag nå og
Turid er tilbake i 100% stilling. Vi skal gjøre vårt
beste for å fortsette den gode jobben Elisabeth
og Anette har gjort det siste året. Tone fortsetter
å jobbe 50% på fellesoppdrag og 50% på tolke-
tjenesten sin formidling i Vest-Viken.

Under årets sommerstevne til LSHDB skal vi to
reise til Bodø og snakke litt om samarbeid
mellom alle parter og hvordan vi jobber med
bestillingene vi får inn. Vi tar også imot spørsmål
fra salen.

Vi vil være til stede på dagtid 26. juni før vi retter
snuta sørover igjen. Dette gleder vi oss til og
håper å møte mange av dere denne dagen.

Ønskede tolker:

Vi fortsetter rutinen med å lyse ut alle oppdrag
og registrere ønskede tolker i forbindelse med de
nye retningslinjene vi har fått. Det ser ut til å
fungere bra, og de ønskede tolkene får beskjed

med en gang, og kan gi rask tilbakemelding på
om de kan ta på seg oppdraget eller ikke.

Informasjon fra Eikholt:

Eikholt vil i større grad satse på tegnspråklige
foredragsholdere enn tidligere. Med det følger
en forventning om at tolkene kan oversette både
fra norsk til tegnspråk og fra tegnspråk til norsk.
Det er nødvendig at tolkene som er der, er
komfortable med alle tolkemetoder.

Husk å krysse dere av for måltider når dere
ankommer slik at kjøkkenet lager mat til riktig
antall personer.

Gi beskjed til Eikholt om det er behov for å
tilrettelegge for allergier

Vennlig hilsen fellesoppdrag og
ressurskontor for tolk/ ledsagertjenester

TIPS OG NYHETER

RETTELSE FRA SYNHØR BLAD NUMMER 2

I forrige nummer ble det feil dato i artikkelen innsendt av Cor van der Lijcke om Ridderrennet.

Artikkelen ble skrevet da Cor og Margrethe gikk deres siste Ridderrenn for 10 år siden. Årets ridderuke var 30.mars- 5. april 2025. Dermed skulle det stå 8.-15. mars 2015.

DELTA I BRUKERUNDERSØKELSER MED FFO

FFO har inngått et samarbeid med Useit om å bidra i to av deres prosjekter. Derfor sender vi ut to undersøkelser:

- Informasjon om at Useit ønsker kontakt med personer som har erfaring med inkluderende brukertesting for mulig deltakelse i intervju og ber dere ta direkte kontakt med Linn Forberg på e-post: linn@useit.no.
- Informasjon om en spørreundersøkelse angående digitale banktjenester til FFOs medlemsorganisasjoner. Det blir god tid til å svare – Useit holder den åpen til minst over sommeren.

Informasjon om inkluderende brukertesting-prosjektet:

Har du erfaring med brukertesting av digitale løsninger?

Useit Norge utvikler en veileder for inkluderende brukertesting med støtte fra Bufdir, og ønsker å snakke med personer som har vært med på, eller kjenner til, brukertesting av digitale løsninger for personer med funksjonsvariasjoner.

Vi ser etter deg som:

- Har deltatt i brukertester
- Har bistått noen i en test (f.eks. som pårørende, rådgiver eller ansatt i en organisasjon)
- Har erfaring med hvordan slike tester gjennomføres – bra eller dårlig

Intervjuene tar ca. 30–45 minutter, kan gjennomføres digitalt eller på telefon, og handler

om dine erfaringer, ønsker og råd til hvordan slike tester kan bli bedre for alle parter.

Vil du bidra eller vite mer? Ta kontakt med prosjektleder Linn Forberg på linn@useit.no

Takk for at du bidrar til å gjøre digitale løsninger mer tilgjengelige for alle!

Informasjon om spørreundersøkelse om digitale banktjenester:

**Er du bruker av nettbank, mobilbank eller BankID – og har en funksjonsvariasjon?
Da vil vi gjerne høre fra deg!**

Useit Norge gjennomfører med støtte fra Bufdir en nasjonal kartlegging av hvordan bank- og finanssektoren ivaretar universell utforming og digital tilgjengelighet. Vi ønsker å lære mer om hvordan personer med funksjonsvariasjoner opplever dagens digitale banktjenester – hva som fungerer bra, og hva som kan bli bedre.

Undersøkelsen handler om:

- **Bruk av digitale banktjenester som nettbank, mobilbank og BankID**
- **Tilgjengelighet og brukeropplevelse**
- **Eventuelle barrierer du har møtt**
- **Hva du ønsker deg for fremtiden**

Undersøkelsen tar 5–10 minutter å svare på og er universelt utformet. Alle svar er anonyme.

Svar her: https://docs.google.com/forms/d/1XE76BWz4s1kd-1QqHn_rpi3Rjk49AX-ZJtD8-R7PGRY/edit

FRIST FOR INNSENDING AV STOFF TIL

NESTE NUMMER:

15. AUGUST (OG GJERNE LITT FØR)

TIL NESTE GANG



21. JUNI

Sommersolverv - årets lengste dag

23.-29. JUNI

LSHDB's sommertreff!

12.-19. JULI

Nordic Youth event i Danmark

30. JULI

Den internasjonale vennskapsdagen, mellom mennesker, land, kulturer og samfunn.

19. AUGUST

Verdens humanitære dag - hedring av folk som jobber i humanitære kriser

Ca 25. AUGUST

Neste nummer av SynHør bladet
havner i postkassa

REGNBUEEN - en del av
GJENVINNING AS Follo Truckutleie

CONTAINERUTLEIE

Din lokale
avfallspartner

Tlf: 64 86 31 03
follotruckutleie.no

ØIE

Jernbanegata 8
2004 LILLESTRØM
Tlf. 917 47 262

Signo Vivo

Andebu Sentrum 1, 3160 ANDEBU
Tlf. 33 43 88 00

Våler kommune

valer.kommune.no

Norspray AS

Maskinveien 10
4033 STAVANGER
Tlf. 51 22 07 00

TAXI 03550

ROMERIKE

Hole kommune

hole.kommune.no

RPT

Orstadveien 114, 4353 KLEPP STASJON
Tlf. 51 78 66 00

BRB Bygg AS

Hellebergveien 35
3960 STATHELLE
Tlf. 906 18 673

interoptik
Weggensen

Tlf. 32 78 88 99
Sentrumsgården, 3370 Vikersund

Kristiansen as
BETONGPUMPING - SKIEN

Rødmyrsvingen 94
3735 SKIEN
Tlf. 901 85 868

Tømrer Martin Langerud A/S

Østsideveien 1040
3277 STEINSHOLT
Tlf. 917 23 993

Lars E. Strand
Malermester og
Entreprenørforretning AS

Hvamsvingen 11B
2013 SKJETTEN
Tlf. 901 26 631

VULKAN
SKANDINAVIA AS

Byfogd Motzfeldts gate 6
6413 MOLDE
Tlf. 71 24 59 90
Mobil 905 37 665
www.vulkan.no

Specsavers® Optikk

Erland Hansen AS

PB 69
3901 PORSGRUNN
Tlf. 35 55 16 19

eikholt

Eikholt Senter for Døvblinde

Helen Kellers vei 3, 3031 DRAMMEN
Tlf. 456 14 404

Specsavers

Specsavers Skien

Herkules Senter Tlf. 35 53 48 90

Graving - Sprengning - Transport
Beleggingstein - Grøntanlegg

Samuelson Maskin as

6445 Malmefjorden
Avd. Fræna : Tlf. 71 26 88 00
Avd. Molde : Tlf. 71 21 17 02
www.samuelsonmaskin.no
e-post: firma@samuelsonmaskin.no

interoptik
Optiker Ramstad

Din leverandør av merkevarer

adidas
OAKLEY
Ray-Ban

8400 SORTLAND | Tlf. 76 12 21 62

JAG
er som du.

Schweigaardsgate 14
0134 OSLO
Tlf. 962 09 666
www.jagassistanse.no

Specsavers® Optikk

Specsavers Horten

Vognmannsgata 5
3187 HORTEN
Tlf. 33 80 48 00

RETURADRESSE

LSHDB (Landsforbundet for kombinert
Syns– og Hørselshemmede / Døvblinde),
SKIPPERGATA 33
0154 OSLO

LSHDB
SENTRALSTYRE
2024-2026

FORBUNDSLEDER

Åshild Johansen

NESTLEDER

Sissel H. Markhus

STYREMEDLEMMER

Kari Kristine Engan
Ståle Hatlelid
Marius Aasand Larsen

VARAMEDLEMMER

Karianne Havsberg
Juliane Eftevåg