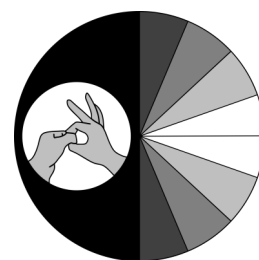


SYNHØR BLADET



LSHDB

Landsforbundet for Kombinert
Syns- og Hørselshemmede / Døvblinde



35 ÅRGANG

#3 2026

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

Achilles international i Holmenkollstafetten

2026

-
Arkitektur for alle sanser

-
Lek som åpner verden

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 6. 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:

Bilde fra berøringstur i botanisk hage. Cor
strekker armen ut og kjenner på en høy og
avlang kaktusplante. Rommet er frodig og i
bildet er det også to damer som smiler.

Tatt av: Ellen Henriette Suhrke

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
Fakta om Achilles International	6-7
Achilles i Holmenkollstafetten 2026	8-9
Ressurskontorets informasjonsspalte	10
Ny ansettelse på Eikholt	11
Arkitektur for alle sanser	12-13
Lek som åpner verden	14-15
Årsmøtet LSHDB Oslo / Akershus og Østfold	16-17
Bildereportasje fra berøringstur	18-19
Helsevesenet vårt på godt og vondt	20
Minneord om Per Jonassen	21
Nytt fra lokallagene	22-23
Tips og Dikt	24-25
Til Neste Gang	26



TIPSET

Tatum Robotics har utviklet en robot-hånd kalt Tatum1. Dette er verdens første kommersielt tilgjengelige robot-hånd som oversetter tekst til taktilt tegnspråk og gir døvblinde tilgang til informasjon uten tolk.

Foreløpig støtter løsningen engelsk og formidler innhold gjennom taktil ASL, fingerstaving og et begrenset antall tegn.

www.tatumrobotics.com

Redaktøren



Kjære leser av SynHør bladet!

Velkommen til en ny utgave av medlemsbladet vårt!

Denne gangen har vi et blad med stor variasjon i innholdet. Her finner du både reportasjer fra aktiviteter og arrangementer, faglige perspektiver, informasjon fra organisasjonen og personlige historier fra medlemmer og miljøet vårt.

Det er flere som har vært nysgjerrige på hva Achilles International egentlig er og hvorfor vi alltid skriver om Holmenkollstafetten. Vel, i denne utgaven kan du i tillegg til å lese om hvordan det gikk i Holmenkollstafetten også lese litt bakgrunn om Achilles International. I tillegg har jeg tatt meg friheten til å gjengi en artikkel jeg kom over om hvordan lek kan åpne verden for barn med døvblindhet, og du kan lese om Eikholt sitt arbeid om arkitektur som tar hensyn til flere sanser. Vi har også med en dobbeltsidig bildereportasje fra berøringstur i botanisk hage for våre lesere som leser bladet fysisk eller digitalt med bilder. Til slutt har vi som alltid nytt fra lokallagene, og

denne gangen avslutter vi med et minneord om ett av våre mangeårige medlem Per Jonassen som dessverre har gått bort.

For mange av oss er SynHør mer enn bare et medlemsblad. Det er også en måte å holde kontakt med miljøet på, dele erfaringer og løfte fram saker som kanskje ellers får lite plass. Når du er ferdig å lese denne utgaven er det tid for å hoppe på toget og komme seg til Trondheim - der kan du fortsette kontakten med miljøet og engasjementet eller bare nyte litt trøndersk sommer og sosial omgang på årets sommertreff for LSHDB!

Takk til alle som har bidratt med tekst, bilder, tips og innspill til denne utgaven.

God sommer og god lesning!

Vennlig hilsen
KAISA MARKHUS | kaisa@lshdb.no

STYRETS HJØRNE

Av Karin Andvig

Dessverre ble det plutselig sykdom, derfor dukker jeg, Karin Andvig opp i styrets hjørne.

Vi går en spennende tid i møte, både med tanke på sommertreff og felles likepersonskurs med FNDB til høsten

Det har vært en hektisk periode, der vi har fått flere henvendelser ang bestilling av tolk-ledsager, hvor tolketjenesten ber om mange flere detaljer og har gitt avslag eller delvis avslag.

Rettighetene for bruk av tolk-ledsager har ikke blitt endret, men praksisen virker noe endret og det prøver FNDB og vi å finne ut av.

Så gi beskjed om dere opplever det vanskeligere å få tolk med henvisning til konkrete bestillinger og fortsett å bestille til tur, løping etc.!

Vi sees på sommertreffet.

God sommer!



FAKTA OM ACHILLES INTERNATIONAL

Skrevet av Elin L. Stavnes



Visste du at...

Organisasjonen ble grunnlagt i løpebyen over alle løpebyer. Det var amerikaneren Dick Traum som startet det hele i 1983.

Han ble historisk da han i 1976 ble den aller første som fullførte New York City Marathon med amputert fot. Han ønsket at andre med funksjonsnedsettelse skulle få oppleve samme

mestring gjennom løping.

I dag har Achilles medlemmer i over 18 land. Deriblant Tyskland, Mongolia, Japan, Sør-Afrika, Panama, Ecuador og Australia.

Ketil Moe, med lungesykdommen cystisk fibrose, brakte Achilles-ånden til Norge. Han døde på vei hjem fra sitt siste maratonløp. Han ønsket å fullføre selv om det var for tøft for kroppen hans.

Han ble et symbol på viljestyrke. Han hadde med seg legen Johan Stanghelle, som fortsatt er en viktig støttespiller for Achilles Norway.

Johan Stanghelle har skrevet en bok om Achilles sin historie i Norge. Den anbefales. Du finner den som e-bok i Tibi-appen.

Bedir Yiyit registrerte Achilles Norway i Brønnøysundregisteret i januar 2013. Bedir har vært primus motor for Achilles siden da.

Oppsummert:

Achilles International handler om å fjerne barrierer. Ved hjelp av frivillige ledsagere sørger de for at alle, uansett funksjonsnedsettelse, får oppleve gleden ved å være i aktivitet og nå sine mål.

I Norge er Holmenkollstafetten det største arrangementet, og her er samholdet og gleden stor. Vi håper at du også blir med neste år!

Bilde 1: I 2016 fikk vi møte Dick Traum personlig. Hvert år mens han var president kom han alltid til lunsjen med alle Achilles - deltakerne. Han hadde god humor. Da jeg sa jeg var visuelt og hørselsmessig, sa han at han var hørselsmessig og viste til at han ikke hadde hår på hodet.

Bilde 2: Dick Traum som ung maratonløper. Her løper han med protese.



ACHILLES INTERNATIONAL OF NORWAY I HOLMENKOLLSTAFETTEN 2026



Skrevet av Unni Mortensen

Lørdag 9. mai kl 13:45 smalt startskuddet for vår pulje.

Achilles International Norway var igjen klar for en spesiell løpsopplevelse gjennom Oslos gater sammen med mer enn 75 000 andre påmeldte fordelt på 5 000 lag.

Vi samlet oss på Thon Hotell Storo fredag ettermiddag og kjente på gleden ved å møtes med gjengen igjen. Vi kom fra tredemøller, grusveier og løpebaner. Noen med flere maraton i beina, andre med gode opplevelser fra turer i nærmiljøet. Men her er plass til alle og tid er ikke det viktigste, men at vi gjør så godt vi kan.

Achilles avholdt årsmøte og deretter var det mulig å spise middag.

Lørdag møttes vi på en restaurant på Tøyen. Det var god tid for nydelig tyrkisk lunsj, praktisk informasjon og lagbilde. Vi fikk på oss startnummer og gjorde oss

kjent med hvem vi skulle veksle med. Tolker og ledsagere deltok ivrig i planene. Ledsagerteknikk, oppmøtesteder og vekslingsstrategi ble avklart.

Så tok vi på en ekstra jakke og dro av sted til respektive etapper.

Det oppstår en usynlig, intens spenning idet stafettpinnen forlater startstreken. Hvordan vil det gå rundt i løypa? Har alle nådd fram? Vil vi finne hverandre? Så begynner ting å skje i UltimateLive-appen hvor vi kan følge med løperne underveis. Nå har vi vekslet på Vindern! Nå er vi på vei opp mot Besserud! Oi, vi er ferdige med Frognerparken allerede!

Sakte men sikkert - steg for steg - tråkler vi et gult Achilles-bånd rundt hele løypa på 18,4 km. Og etter 1:40:42, kan de som har rukket fram til Bislett juble for målgang. Vi samler oss på gressmatta og er boblende fornøyd med at vi klarte det!



En fin sølvmedalje får vi også utdelt i vår lille paraklasse med tre lag.

Stafett er stafett og det er så godt å kjenne seg som en del av et lag som får til noe fint sammen.

Achilles har deltatt mange ganger tidligere - også med to lag. Jeg så for meg mange utøvere som har vært med på å bringe denne tradisjonen videre gjennom årene. Jeg tenker spesielt og med stor takk på Harald Vik som i flere år var vår ankermann. For noen er det ikke aktuelt å løpe lenger, for andre passet det ikke i år. Men nye og gamle er hjertelig velkommen i 2027!

Vi fikk oss en pust i bakken for å gjøre oss i stand til middag på hotellet. Her fortsatte praten livlig om dagens opplevelser, planer framover og mye mer.

Alt var godt planlagt og omsorgsfullt ledet av styret og Bedir. Tolker og ledsagere var

helt avgjørende for både praktisk gjennomføring og sikring av god og inkluderende kommunikasjon.

Vi takker for en flott helg med Achillesgjengen som løftet og inspirerte oss!



RESSURSKONTORETS INFORMASJONSSPALTE

Skrevet av Vemund Vasshaug

Jeg vil gjerne gi dere en kort oppdatering fra oss i Tolketjenesten Vest-Viken.

Vi har nylig lyst ut en ny stilling som fagressurs og rådgiver. Stillingen vil få en sentral rolle i å koordinere arbeidet ved ressurskontoret, og skal bidra til å styrke både oppfølging og samhandling.

Frem til vi får ansatt noen i stillingen, er det jeg som følger opp arbeidet ved ressurskontoret og svarer på henvendelser som kommer inn.

I tillegg har vi en ansatt som jobber med fellesoppdrag som snart skal ut i permisjon. Vi er derfor i gang med å rekruttere en vikar, og målet er å få dette på plass innen kort tid, slik at tilbudet til dere blir godt ivaretatt.

Vi jobber kontinuerlig for å sikre god kvalitet og stabile tjenester.

Etter sommeren vil vi komme tilbake med en oppdatering om hvordan sommerens arrangementer har vært. Vi håper også å kunne dele mer informasjon om stillingene på det tidspunktet.

Til slutt vil jeg ønske dere alle en riktig god sommer!

Vennlig hilsen

Vemund Vasshaug,
avdelingsleder
Nav hjelpemiddelsentral Vest-Viken



Gøril Fagerli er ansatt som administrasjonskoordinator på Eikholt

Skrevet av Tanja Teigum

Gøril har nå jobbet på Eikholt i tre måneder og har kommet godt i gang med sine arbeidsoppgaver. Gøril kommer fra Hurum, men har bodd i Drammen i mange år. Hun er utdannet økonom og har jobbet med økonomi- og administrasjonsoppgaver innen helse og rehabilitering siden 2001.

På Eikholt skal hun bidra med koordinering av oppgaver mellom avdelinger, samt være en støttefunksjon for ledere og fagpersoner i deres arbeidsoppgaver. Når du kommer til Eikholt vil hun være en av de første du møter. Gøril har kontor sammen med Kari Fretheim i resepsjonen. Hun gleder seg over å bli kjent med alle som besøker Eikholt, så slå gjerne av en prat når du møter henne.



ARKITEKTUR FOR ALLE SANSER

Skrevet av Eikholt



På bildet: Pål Kjetil Lyngstad, Svein Fossum, Mette Midtsetet, Karine Vassbotn Hestholm, Arne Kjeldstad, Karianne Havsberg, Rolf Lund, Ann-Britt Johansson og Ricard Cooper

Ny forskning viser hvorfor det er viktig å tenke på bruk av alle sanser i utforming av bygninger.

Vi opplever ikke bygninger bare med øynene. Lyder, lys, materialer, lukt og hvordan vi beveger oss i rommet påvirker hvordan et sted fungerer for oss. Ny forskning peker på at arkitektur som tar hensyn til hele menneskets sanseapparat kan skape mer inkluderende og tilgjengelige omgivelser for alle.

Hva gjør et bygg godt å være i?

Hva er det som gjør et bygg godt å være i? Handler det mest om hvordan bygget ser ut, eller handler det om hvordan mennesker opplever, bruker og beveger seg i omgivelsene sine?

En ny artikkel fra Arkitektur- og designhøgskolen i Oslo (AHO) viser at gode bygninger handler om mye mer enn fasader og stil. Professor Beate Hølmebakk mener at god arkitektur først og fremst handler om hvordan bygninger påvirker oss i hverdagen. Det handler om hvordan vi beveger oss, finner fram, møter andre mennesker og opplever stedet vi er på.

Dette passer godt med arbeidet som skjer ved Eikholt gjennom prosjektene **Arkitektur for alle sanser**. I prosjektene undersøker vi hvordan bygninger og uteområder kan utvikles slik at de blir lettere å forstå og bruke for personer med døvblindhet.

Kjennetegn ved gode bygninger

I artikkelen beskrives flere egenskaper som ofte finnes i gode bygninger. Det handler blant annet om at bygninger bør passe godt inn i omgivelsene sine, ha gode overganger mellom ute og inne og rom som henger naturlig sammen. Det handler også om hvordan dagslys brukes, hvilke materialer som velges og at bygninger bør kunne tilpasses nye behov over tid. Mange av disse egenskapene er også viktige når vi ønsker å skape omgivelser som kan oppleves og forstås gjennom flere sanser.

Å oppleve bygg med hele kroppen

For personer med døvblindhet oppleves ikke et bygg bare med synet. Omgivelsene oppleves med hele kroppen. Lyd, berøring, lys, temperatur, bevegelse og rytme kan gi viktig informasjon om hvor man er og hva som skjer rundt en. Når et miljø blir lettere å forstå gjennom sansene, blir det også lettere å finne fram, delta i aktiviteter og være mer selvstendig.

Betydningen av erfaringskunnskap

Samtidig er det viktig å huske at vi ikke kan forstå alle behov bare ved å lese forskning eller bruke fagkunnskap. De som lever med døvblindhet hver dag, har erfaringer og kunnskap som er helt avgjørende. De vet hvilke løsninger som fungerer i praksis, hvilke utfordringer som oppstår, og hva som gjør at et sted oppleves trygt, forståelig og inkluderende.

Derfor har fem erfaringskonsulenter en sentral rolle i Eikholt prosjekt. De er nøkkelpersoner i arbeidet og bidrar med egne erfaringer gjennom møter, diskusjoner og vurderinger av løsninger. Erfaringene deres er med på å sikre at kunnskapen vi utvikler ikke bare blir teoretisk riktig, men også nyttig i virkeligheten.

Arbeidet ved Eikholt bygger på tanken om at bygninger ikke bare skal være tilgjengelige på papiret. De må også være enkle å forstå og bruke i praksis. Derfor kombinerer prosjektet forskning og fagkunnskap med brukernes egne erfaringer.

En endring i hvordan kvalitet vurderes

Artikkelen fra AHO viser også en viktig utvikling innen arkitektur. Kvaliteten på bygninger vurderes i stadig større grad ut fra hvordan mennesker faktisk bruker og opplever omgivelsene, og ikke bare ut fra hvordan bygninger ser ut.

Arbeidet med Arkitektur for alle sanser viser at universell utforming og det å skape omgivelser som kan forstås gjennom flere sanser ikke handler om spesielle løsninger for noen få. Det handler om å skape bedre omgivelser for alle.

Kilde:

Syv kvaliteter som gjør en bygning god for mennesker – Arkitektur- og designhøgskolen i Oslo (AHO)



LEK SOM ÅPNER VERDEN

I denne utgaven av SynHør løfter vi fram en artikkel fra Sense International, en organisasjon som arbeider internasjonalt med støtte, inkludering og rettigheter for personer med døvblindhet og deres familier. Artikkelen «How can play change the world for a child with deafblindness?» ble publisert på organisasjonens nettsider 17.04.26 og handler om hvordan lek kan være nøkkelen til kommunikasjon, læring og deltagelse for barn med døvblindhet.

Saken setter fokus på noe grunnleggende, men ofte undervurdert: at lek ikke bare handler om moro, men også om utvikling, relasjoner og muligheten til å forstå og påvirke verden rundt seg. Nedenfor følger en bearbeidet presentasjon av hovedinnholdet i artikkelen, sammen med noen refleksjoner rundt hvorfor temaet også er viktig for norske lesere.

Når lek blir læring, kommunikasjon og deltagelse

Hvordan kan lek forandre verden for et barn med døvblindhet?

Det spørsmålet står sentralt i en ny artikkel fra Sense International. Artikkelen presenterer prosjektet P.O.W.E.R. (Play Opportunities for Wellness and Education Resource) en samling med 100 lekbaserte aktiviteter utviklet for å støtte læring, trivsel og utvikling hos barn med døvblindhet og andre funksjonsnedsettelse.

Ressursen er utviklet i samarbeid med Right To Play og støttet av LEGO Foundation. Målet er å gi foreldre, lærere og omsorgspersoner konkrete verktøy for å bruke lek som en del av barnets utvikling og kommunikasjon.

Lek er mer enn aktivitet

I artikkelen beskrives lek som noe langt mer enn tidsfordriv eller underholdning. For barn med døvblindhet kan lek være en av de viktigste inngangene til kontakt med verden rundt dem.

Gjennom gjentakelser, berøring, bevegelser, rytmer og sanseopplevelser kan barnet gradvis lære:

- at egne handlinger skaper reaksjoner,
- at samspill med andre kan være trygt og meningsfullt,
- og at kommunikasjon kan foregå på mange forskjellige måter.

Aktivitetene i P.O.W.E.R.-ressursen er laget nettopp med dette i tankene. Mange av dem krever lite utstyr og kan tilpasses barnets funksjonsnivå, interesser og lokale omgivelser.

Utviklet for familier og nærpå personer

Et viktig poeng i artikkelen er at ressursen ikke bare er laget for fagpersoner. Den er utviklet for at foreldre, søsken, lærere og andre omsorgspersoner lettere skal kunne delta aktivt i barnets lek og utvikling.

Sense International peker på at mange familier til barn med døvblindhet mangler tilgang til spesialiserte tjenester. Derfor ønsker organisasjonen å gjøre aktivitetene enkle å forstå og bruke også i områder med begrensede ressurser.

Små øyeblikk kan ha stor betydning

Artikkelen beskriver hvordan noe så enkelt som vibrasjoner, vannlek, rytmer, berøring eller repeterende bevegelser kan bli viktige byggesteiner for læring og kommunikasjon.

Når voksne lærer å observere barnets reaksjoner og følge barnets initiativ, kan lek bli et felles språk.

Som artikkelen understreker:

“Play is not a luxury. It is essential for learning, development and wellbeing.”

Også relevant i Norge

Selv om prosjektet er internasjonalt, er temaet høyst relevant også for norske familier og fagmiljøer.

Barn med døvblindhet trenger ofte mer tid, mer tilrettelegging og mer individuelt tilpasset samspill for å kunne utforske verden rundt seg. Samtidig viser erfaring og forskning at nettopp lek og trygge relasjoner kan være avgjørende for utvikling av kommunikasjon, trygghet og selvstendighet.

Kanskje er det nettopp dette som gjør prosjektet så interessant: Det minner oss om at lek ikke er noe ekstra man gjør når alt annet er på plass. For mange barn er leken selve veien inn i verden.

LES ORIGINALARTIKKELEN PÅ SENSE INTERNATIONAL SINE NETTSIDER:

<https://www.senseinternational.org.uk/how-can-play-change-the-world-for-a-child-with-deafblindness/>

Årsmøtet fra distriktslaget LSHDB Oslo/Akershus og Østfold

Skrevet av Sissel H. Markhus

LSHDB Oslo/Akershus og Østfold har avholdt sitt 23. ordinære årsmøte. Det møtte opp 8 stemmeberettigede hovedmedlemmer, 15 støtte-medlemmer og 9 tolker/ledsagere.

De fleste kom direkte fra jobb eller andre aktiviteter, så det var godt å få servert varm mat. Jeanette Hoff laget en nydelig middag med nybakte, hjemmelagde rundstykker som tilbehør. Vi startet med middagen rundt klokken fem, og alle ble gode og mette.

Etter middagen startet årsmøtet klokken 18. Leder Sissel H. Markhus åpnet årsmøtet og ønsket medlemmene velkommen. Vi holdt deretter ett minutt stillhet for Hege Beate Dahlen, som hadde gått bort.

Videre overtok Knut Bjarne Kjøde som møteleder. Vi gikk gjennom sakene punkt for punkt, og han ledet møtet frem til valgkomiteen overtok.

Sissel ble gjenvalgt som leder for ett år, og Helle H. Hammerlund hadde ett år igjen av sin periode. Inger Kristin ble gjenvalgt som kasserer for to år.

Vi ønsket også Elin velkommen inn i styret.

Årsmøtet varte i én time.

Etter møtet koste vi oss med kake, kaffe, te og hyggelig prat.





Bilde 1:
Styret: Elin Stavnes,
Helle Heidi
Hammerlund, Inger
Kristin Hauge og
Sissel H. Markhus

Bilde 2:
Møteleder: Knut
Bjarne Kjøde

Bilde 3:
Spiser middag







I SynHør nummer 5/25 skrev Cor van der Lijcke om sin tur til Botanisk hage med berøringsomvisning.

Fotoene er tatt av kunstner Ellen Henriette Suhrke, utdannet ved Kunsthøyskolen i Bergen og har hatt flere separatutstillinger og offentlige utsmykninger.

Hun var med da vi har tur til Botanisk hage med Blindeforbundets lokallag i september 2025.

Bildene er tilsendt og trykket med tillatelse fra henne.

Cor skriver:

“Jeg var så heldig at jeg kunne være med i 2 prosjekter sammen med Ellen Henriette, på Nasjonalmuseet og Villa Stenersen. Jeg fikk oppleve bilder og skulpturer taktilt og via synstolking. Det var utrolig spesielt og sterkt å få lov til å berøre skulpturer som var laget lenge før vår tidsregning.

Prosjektene har resultert i videoer. Èn er innkjøpt av Trondheim kunstmuseum og vil være i utstillingen der i 5 år framover.”.



Helsevesenet vårt på godt og vondt

Skrevet av Margrethe og Cor van der Lijcke

Det siste året har vi samlet masse erfaringer fra personlige opplevelser innen helsevesenet vårt.

Vi har møtt veldig mange kunnskapsrike, trygge og omsorgsfulle folk innen helsevesenet, noe som gjør utrolig godt, og som er helt avgjørende for hvordan livet ditt blir i en alvorlig sykdomsfase. Mange, de aller fleste, har stor empatisk klokskap og en egen evne til å sette seg inn i pasientens situasjon. Flere strekker seg mye lengre enn vi antar at stillingsinstruksen tilsier at de skal gjøre. Noen jobber som sykepleiere, andre er sykepleiere i kraft av den de er. De jobber fra hjerte til hjerte. Det var også påfallende å oppleve så my god humor og godt humør på en avdeling for alvorlig syke.

Vi har også opplevd med takknemlighet at mange takler syns- og hørselsutfordringer med mye kunnskap.

Dette er ikke en selvfølge. Vi har opplevd sykepleiere som bare peker på navneskiltet sitt eller på en skjerm for å fortelle hvem de er eller gi deg svaret på et undersøkelsesresultat.

«... helt avgjørende for hvordan livet ditt blir i en alvorlig sykdomsfase.»

Den verste opplevelsen er likevel å få presentert en svært alvorlig diagnose når du er alene, har hørselsproblemer og ikke har norsk som morsmål. Samtidig sier legen sier at hen har veldig dårlig tid og må videre til et møte. Dette reagerte vi sterkt på og har selvfølgelig gått videre med det. De beklager så mye. Det hjelper ikke oss, men det er å håpe at andre slipper å oppleve det samme.

Hovedopplevelsen vår er likevel veldig positiv. Innen helsevesenet vårt jobber utrolig mange kompetente, kunnskapsrike, varme og tålmodige mennesker som fortjener all mulig anerkjennelse for den viktige jobben de gjør.

MINNEORD OM PER JONASSEN

Skrevet av Odd Paulsen



Det var med tungt hjerte vi mottok beskjeden om at mangeårig medlem i LSHDB, Per Jonassen, gikk bort fredag 24. april. Han ble 78 år gammel.

Per var født og oppvokst i Porsgrunn. Han gikk på Skådalen barneskole for døve, deretter to år på Alm framhaldsskole og senere to år på jern og metall ved Bergen yrkesskole for døve. Det var på yrkesskolen i Bergen i 1966 jeg ble kjent med Per.

Etter endt skolegang jobbet han i Trosvik og ved Porsgrunn Mekaniske Verksted i mange år, før han ble uføretrygdet på grunn av sviktende syn som følge av ushers syndrom type 1.

Etter at han ble uføretrygdet, var han en svært reiseglad mann. Han reiste til mange ulike land, og jeg mener han fortalte at han hadde vært i rundt 40 land! Han deltok også på flere bussturer arrangert av Telemark Døveforening, og var med på mange sommertreff og julebord arrangert av LSHDB.

Telemark Døveforening hadde tidligere feriehjemmet Solbøe på Oksøya utenfor Brevik. Per var ofte der, og han var veldig glad i feriehjemmet. Han elsket å fiske og satte ofte garn i fjorden. Jeg husker spesielt en gang han fikk en laks på 2–3 kilo i garnet. Da var han en veldig glad mann! Han fanget også mye krabber, som var favoritten hans.

Da Telemark Døveforening solgte feriehjemmet i 1987, snakket Per ofte om stedet og hvor mye han savnet det.

Han etterlater 2 voksne barn Pernille og Marius. Mange av oss sitter igjen med gode minner om Per, og vi savner deg og det gode humøret ditt.

Hvil i fred, Per <3

Siste hilsen fra
Inger Britt og Odd Paulsen

NYTT FRA LOKALLAGENE

ÅRSBERETNING 2025 - LSHDB's lokallag Agder



Årsberetning 2025

Styremøter 2025:

30. januar 2025

8. mai 2025

4. september 2025

17. oktober 2025 (kombinert med markering av 1-årsjubileum)

Årsmøte

Årsmøtet i lokallaget ble avholdt 23. april 2025.

Arrangementer

Lokallaget har i løpet av året gjennomført følgende sosiale arrangementer:

- **Sommerfest: 12. mai 2025**
- **Julebord: 20. desember 2025**

Arrangementene har vært viktige møteplasser for sosialt samvær og for å styrke fellesskapet i lokallaget.

Styrets arbeid i 2025

I løpet av 2025 har styret hatt fokus på å bli bedre kjent med hverandre og på å drøfte hvordan vi ønsker å utvikle og forme lokallaget videre. Som et relativt nytt lokallag har det vært viktig å bruke tid på å etablere gode samarbeidsrutiner i styret, samt legge et grunnlag for videre aktivitet og utvikling. Styret har også hatt dialog om hvordan lokallaget kan bidra til aktivitet og fellesskap for medlemmene i området.

Rekruttering

Som en del av arbeidet med å utvikle lokallaget har styret hatt fokus på rekruttering. Det er blitt sendt ut e-post til alle på medlemslisten som lokallaget har mottatt fra hovedstyret, med informasjon om lokallaget og invitasjon til aktivitet og deltakelse.

Samarbeid med andre organisasjoner

Lokallaget har dialog om samarbeid med Norges Døveforbund i Kristiansand, særlig med tanke på arrangementer og sosiale sammenkomster. Styret ser



dette som en positiv mulighet til å skape flere møteplasser og aktiviteter i lokalmiljøet.

Lokaler

Styremøter og enkelte aktiviteter har foreløpig blitt gjennomført hjemme hos Anne Guri.

Styresammensetning

Styresammensetningen fortsetter i hovedsak som tidligere. Kai har meldt seg skriftlig ut av styret. Det er derfor et ønske om å få inn en vararepresentant i styret.

Prosjekt – trening

Prosjektet knyttet til trening videreføres uten endringer.

Kurs i prosjektmidler og økonomi

Styret planlegger å delta på kurs om søknad om prosjektmidler og økonomi i april 2026. Kurset arrangeres av LSHDB.

Følgende styremedlemmer planlegger å delta:

- **Anne Guri**
- **Juliane**

Handlingsplan 2026

Styret ønsker i 2026 å rette mer fokus mot å bli bedre kjent med medlemmene som ønsker å være en del av lokallaget, samt legge til rette for aktivitet og sosialt fellesskap.

Planer for 2026:

- **Jevnlige styremøter avtales internt i styret**
- **Årsmøte: 11. mars 2026**
- **Sommerfest: 3. juli 2026**
- **Økonomikurs for to styremedlemmer: 10.–12. april 2026**
- **Julebord: dato ikke fastsatt**
- **Arrangementer og sosiale treff: foreløpig ikke fastsatt**



TIPS



Eva Randi og Carl Johan Nilsens legat 2026

Eva Randi og Carl Johan Nilsens legat for døvblinde deler ut økonomisk bidrag til døvblinde med lav inntekt/svak økonomi.

Det kan søkes om generell stønad til livsopphold. Legatet fastsetter størrelse på beløpet. Søknaden må inneholde personopplysninger, et kontonummer og en e-postadresse søker kan nåes på. Det må vedlegges skatteoppgjør som viser søkers inntekt og formue

Det kan også søkes om spesifikt beløp til spesielle formål. Søknaden må da i tillegg gi en kort beskrivelse av hva pengene skal brukes til.

Søknadsfrist er 30 juni.

Søknad sendes til Eva Randi og Carl Johan Nilsens legat for døvblinde v/ Olav Chr. Myhr
E-post: olav@advokatkontoretmyhr.no
Eller postadresse Lidarende 23 1395 Hvalstad.



INNSENDT DIKT

Fra Cor van der Lijcke



Det er egentlig ikke deg jeg savner.

Det er oss.

*Men når det kun er meg igjen her
er det i all hovedsak du som mangler.*

- Trygve Skaug -

Tekst:

Det er egentlig ikke deg jeg savner.

Det er oss.

Men når det kun er meg igjen her
Er det i all hovedsak du som mangler

- Trygve Skaug -

FRIST FOR INNSENDING AV STOFF TIL

NESTE NUMMER:

14. AUGUST (OG GJERNE LITT FØR)

TIL NESTE GANG



8.-14. JUNI

Heddadagene i Oslo - Norges teaterfestival med forestillinger på mange ulike scener, også Teater Manu

11. JUNI

Verdens dag for lek - spesielt at barn i hele verden kan trives og leke for å nå sitt fulle potensial

21. JUNI / 23. JUNI

Sommersolverv / St.hans aften

22.-28. JUNI

LSHDB's landsmøte og sommertreff

27. JUNI

Internasjonal dag for døvblindhet

20. JULI

Verdens sjakkdag - inkludering og gjensidig toleranse gjennom et spill som er kjent over hele verden

Ca 21. AUGUST

Neste nummer av SynHør bladet havner i postkassa



**Signo
Rycon AS**

Ryensvingen 15
0680 OSLO
Tlf. 23 24 45 20



Tlf. 32 09 12 30/50

interoptik
Weggensen

Tlf. 32 78 88 99
Sentrumsgården, 3370 Vikersund

Signo Vivo

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

Signo

Solveien 119 E, 1112 OSLO
Tlf. 23 16 75 50

TAXI 03550
ROMERIKE

**Granitor
Electro AS**

Gråterudveien 5
3036 DRAMMEN
Tlf. 995 76 937

Norspray AS

Maskinveien 10
4033 STAVANGER
Tlf. 51 22 07 00

— SIDEN 1959 —
LAUVLAND
OPTIKK

Bendiksklev 2 | 4836 ARENDAL | Tlf. 37 05 21 21



Ringtrostveien 11, 2032 MAURA
Tlf. 63 99 77 90

**RPT
PRODUCTION**

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

Specsavers® Optikk

Specsavers Lillestrøm
Storgata 12, 2000 LILLESTRØM
Tlf. 63 80 15 90

Fagernes Optiske AS

Jernbanevegen 6 • 2900 Fagernes
61 36 02 86 • fagernes.optiske@allianceoptikk.no

a*

**VULKAN
SKANDINAVIA AS**

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

**Rådgivningskontoret
for hørselshemmede**

Kabelgt. 2, 0581 OSLO
Tlf. 23 47 85 00
SMS: +47 91157575

NAPIER

Hovlandsvegen 18
5443 BØMLO
Tlf. 53 42 44 00



Bakketeigen 51
3570 ÅL
Tlf. 32 08 26 00

Specsavers® Optikk

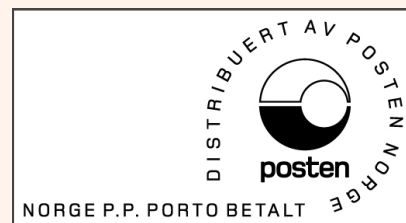
Specsavers Horten
Vognmannsgata 5, 3187 HORTEN
Tlf. 33 80 48 00

BRB Bygg AS

Hellebergveien 35
3960 STATHELLE
Tlf. 906 18 673

Røn VVS AS

Lundesbogen 9
2960 RØN
Tlf. 61 34 44 15



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