



PORTRETTET
**Med et
ekstra gir
for andre**
Se side 10

TOLV HISTORIER OM CP
**Hva skulle du
ønske folk visste
om CP?**
Se side 6

NY BROSJYREPAKKE
**Om veien til
voksenlivet**
Se side 16

Innhold

ARTIKLER

- 4** Landsmøtet i 2020
- 6** Tolv historier om CP: Hva skulle du ønske folk visste om CP?
- 8** Informasjonsfilm om å bli eldre
- 10** Tor-Ove Gjærde:
Med et ekstra gir for andre
- 16** Ny brosjyrepakke om veien til voksenlivet
- 17** Ni nye og nyttige filmer
- 20** Julestemning på Kastvollen
- 24** Besteforeldresamling:
Har du barnebarn med CP?
- 26** Leserinnlegg:
Om å leve med krypto-CP
- 28** Storsamling 2020:
Velkommen til årets største nasjonale medlemsarrangement

FASTE SPALTER

- 4** Generalsekretæren har ordet
- 34** Hva skjer?

FAG

- 32** Overvåking av cerebral parese i Norge

CPU

- 18** Fem om CPU

FRA FYLKESAVDELINGENE

- 36** Agder
- 38** Hedmark & Oppland
- 38** Trøndelag
- 39** Rogaland
- 40** Oslo og Akershus
- 40** Hordaland Sogn & Fjordane
- 42** Nordland

KONTAKTINFORMASJON

- 44** Sekretariatet
- 44** Fylkesavdelinger
- 45** Sentralstyret
- 46** Likepersoner

God
lesning!



CP-bladet – Tidsskrift for
Cerebral Parese-foreningen
Nr. 1– 2020 – 66. årgang

UTGIVER

Cerebral Parese-foreningen
Bergsalléen 21, 0854 Oslo
Tlf: 22 59 99 00
Faks: 22 59 99 01
E-post: post@cp.no
Hjemmeside: www.cp.no
Redaktør: Charlotte Åsland Larsen

Forsidefoto: Charlotte Åsland Larsen
Grafisk design: www.aasebie.no
Trykk: BK Grafisk
Opplag: 3300
ISSN: 0801-4752
ISSN: 1893-6245 (digitalutgaven)

STOFF TIL CP-BLADET

Henvendelse til CP-foreningen
Frist for nr. 2–2020:
8. mai 2020
CP-foreningen forbeholder seg
retten til å publisere innsendt og
bestilt stoff på cp.no, enten i direkte
eller bearbeidet form.

ANNONSER

Kontakt CP-foreningen
Tlf: 22 59 99 00

ANNONSEPRISER

Helside: 8500
Halvside: 5500
Tospalter: 6500/3500
Enspalter: 3500/2000
Bakside: 10 500
Rabatt ved flere innrykk
av samme annonse:
25 % på alle etter første innrykk.

Artikler, innlegg og annonser i
bladet representerer nødvendigvis
ikke Cerebral Parese-foreningens
offisielle syn. Artikler og innlegg
står for forfatternes egen regning.



Vi jubilerer!

Når du får dette bladet i postkassen, har vi allerede tatt et stort steg inn i jubileumsåret 2020 og er godt i gang med både spennende og viktige oppgaver. CP-konferansen og landsmøtet er like rundt hjørnet, det samme er nye brosjyrer, podkaster og informasjonsfilmer. Nyhetene poster vi fortløpende på Facebook og i nyhetsbrevet vårt, så her er det bare å følge med. Nyhetsbrevet kan du melde deg på via nettsiden vår, cp.no. En av nyhetene du kan lese om i dette bladet, er brosjyrepakken «På vei til voksenlivet», som tar for seg bolig, BPA og rettigheter for deg som ønsker å flytte hjemmefra.

Vi fyller som kjent 70 år i år, du har kanskje lagt merke til en liten endring i logoen vår på bladets forside? Jubileumsåret markerer vi på ulike måter gjennom hele året, først og fremst ønsker vi å løfte frem dere, medlemmene våre. Vi har fått midler fra Stiftelsen Dam til å lage en fotoutstilling med tittelen «Tolv historier om CP». Utstillingen skal belyse ulike sider ved det å leve med CP og bidra til å fjerne stigmatisering og bekjempe fordommer. Nå søker vi deltakere som har en historie de ønsker å fortelle, det kan være både stort og smått. Mer om prosjektet og hvordan du kan melde din interesse finner du på side 6.

CP-bladet har også vært en tur til Ørnes i Nordland for å prate med Tor-Ove Gjærde. Han møter du på side 10. 25-åringen forteller om en ungdomstid preget av mobbing og tøffe tak, som har gitt ham et brennende ønske om å hjelpe andre unge med CP. Nå ønsker han å bruke egne erfaringer til å forhindre mobbing og bidra til et romsligere samfunn.

Vi har også besøkt Kastvollen Rehabiliteringssenter på Inderøy i Trøndelag for å høre om tilbudet deres til voksne med cerebral parese. Da vi var på besøk tidlig i desember, var senteret pyntet til jul, det var sirkeltrening med juleaktiviteter og julegrøt med mandel til lunsj. Reportasje fra besøket finner du på side 20.

I oktober i fjor disputerte Sandra Julsen Hollung med avhandlingen «Surveillance of cerebral palsy in Norway; a national registry-based study». Hun har skrevet fagartikkel om overvåking av CP i Norge på side 32. På fylkessidene kan du lese om noe av det som har skjedd ute i fylkene den siste tiden. Videre kan du lese om den nye arbeidsgruppa i CPU, den tredje beste-foreldresamlingen i rekken som arrangeres i Trondheim i juni og mye mer!

Charlotte Åsland
Larsen, redaktør



Et nytt år

I CP-foreningen er fylkesavdelingene i gang med årsmøtene sine. Det aller nyeste er at Vest-Agder og Aust-Agder har slått seg sammen som en konsekvens av regionreformen. Vi har nå 11 fylker i landet, og dette reiser spørsmålet om organisering også i de frivillige organisasjonene. Vi gratulerer den nye fylkesavdelingen i Agder med godt utført arbeid. De andre årsmøtene i fylkesavdelingene kommer nå på rekke og rad. Vi takker alle våre tillitsvalgte og frivillige for godt utført arbeid. Vi er stolte over det arbeidet som gjøres ute i organisasjonen.

Etter årsmøtene får vi med oss nye tillitsvalgte. Gratulerer til alle dere som blir med oss videre i det viktige arbeidet vi driver. Alle tillitsvalgte får tilbud om opplæring, i år skal hele det nye sentralstyret være med på samlingen. Vi må jobbe sammen skal vi løse oppgavene.

CP-foreningen skal ha landsmøte 25. og 26. april på Lillestrøm. Dette er foreningens høyeste organ, som skal vedta planer framover.

Programkomiteen er godt i gang med arbeidet og har lagt opp til at et gjennomgående tema blir likestilling for vår gruppe. Likestilling er kommet høyere opp på den politiske agendaen. Vi har nå mer oppmerksomhet på FN-konvensjonen for rettigheter for personer med funksjonsnedsettelse (CRPD) og FNs bærekraftsmål, der ett av målene er at ingen skal bli latt igjen. I Norge har regjeringen vedtatt en egen likestillingsstrategi for mennesker med funksjonsnedsettelser: «Et samfunn for alle 2020-2030». Handlingsplanen til strategien kom i fjor. Vi mener handlingsplanen ikke er konkret nok og ikke inneholder kraftfulle nok tiltak til å likestille funksjonshemmede.

Våre medlemmer kjenner bare så altfor godt til dette. Det er ulikhet mellom kommunenes tilbud, og rettigheter innfris ikke i praksis.

CP-foreningen arbeider videre med å få etablert CPOP for voksne. Vi samarbeider tett med oppfølgingsprogrammet og CP-registret nasjonalt. Sammen har vi hatt møte med departementet, og samarbeidet med Sunnaas sykehus og voksenhabiliteringstjenestene videreføres. Vi ønsker å komme videre med prosessen, fordi voksne trenger bedre tjenester og fordi vi har kunnskap om hvordan voksne kan få bedre oppfølging. Ved å arbeide systematisk får vi også ny kunnskap. CP-registret har nå nylig fått høyeste kvalitetsvurdering. Ikke mange andre registre kan vise til så gode resultater. Foreløpig har ikke departementet uttalt seg konkret om CPOP for voksne. Da CPOP ble innført for barn, var saken omtalt og prioritert i statsbudsjettet. Nå er saken inne i hjernehelsetestategien, der brede omtaler av en stor og mangfoldig brukergruppe gjør det vanskeligere for én enkelt diagnosegruppe å komme til orde. I denne strategien er det lagt inn lite penger, noe som heller ikke gjør det lettere å finne fram.

Vi vet at vi har våre medlemmer med oss og kommer derfor til å arbeide videre. I Sverige kom oppfølgingen for voksne gradvis i gang, nå er den omfattet av hele landet. Det er en mulighet for oss også.

Eva Buschmann, generalsekretær



PROGRAMKOMITÉEN: Første møte i programkomiteen ble gjennomført på Thon Hotel Arena i Lillestrøm. Fra venstre: Stine Dybvig, Lene Urhaug, Marte Broderstad Sandvik, Kjetil Haraldseid og Kristin Benestad. Siw Vestengen og Ann Myrbakk Andersen var ikke til stede da bildet ble tatt.

Landsmøtet i 2020

Helgen 25. og 26. april avholdes landsmøtet i CP-foreningen på Thon Hotel Arena på Lillestrøm. Landsmøtet arrangeres annethvert år og er foreningens øverste myndighet. Her behandles og vedtas alle våre strategiske dokumenter og nytt sentralstyre velges. Sentralstyret og sekretariatet er godt i gang med forberedelsene.

TEKST: KRISTIN BENESTAD
FOTO: EVA BUSCHMANN

interessepolitiske programmet endelig skal behandles og vedtas. I skrivende stund arbeider vi med å få en nasjonal politiker til å innlede i forkant av vår politiske debatt.

Programkomiteen

Programkomiteen består av Marte Broderstad Sandvik (sentralstyret), Stine Dybvig (Oslo og Akershus), Lene Urhaug (Hordaland og Sogn og Fjordane), Kjetil Haraldseid (Vest-Agder), Ann Myrbakk Andersen (Nordland), Siw Vestengen (Oslo og Akershus). Eva Buschmann og Kristin Benestad bistår fra sekretariatet.

Regionreform og ny fylkesinndeling

En annen sak som trolig vil engasjere på landsmøtet er sentralstyrets forslag om å følge regionreformen og dagens fylkesinndeling. Sentralstyret vil konkret legge fram forslag til dette gjennom forslag til vedtektsendringer og ny organisasjonsstrategi for 2020-2022.

Dersom sentralstyrets forslag blir vedtatt av landsmøtet, vil det innebære at CP-foreningen til enhver tid vil følge den politiske og geografiske vedtatte fylkesinndelingen – også dersom nye endringer skulle bli politisk vedtatt i framtida. Et slikt vedtak vil også innebære at de fylkesavdelingene som pr. i dag ikke følger regionreformen, må starte arbeidet med å planlegge sammenslåinger.

Det er naturlig nok ulike oppfatninger om fylkessammenslåinger i foreningen, men enkelte er allerede i gang. Aust-Agder og Vest-Agder vedtok på sine respektive fylkesårsmøter i 2019 å utgjøre en pilot i det nasjonale arbeidet med regionreform og fylkessammenslåinger. Det ble satt ned et interimsstyre med tre personer fra hver fylkesavdeling som fikk i oppgave å forberede saksgang for sammenslåing. Disse har diskutert organisering, økonomi, fremtidig strategi og

administrative forhold. I desember 2019 la interimsstyret fram en prosjektrapport som ble utgangspunktet for at styrene i henholdsvis Aust-Agder og Vest-Agder forslo sammenslåing fra og med årsmøtene i 2020. CP-foreningen i Agder har formelt trådt i kraft den 8. februar 2020.

Jubileum

På landsmøtet vil vi også markere at CP-foreningen er 70 år og har blant annet invitert alle tidligere styreledere til en jubileumsmiddag. På denne middagen vil vi ta et tilbakeblikk på historien og feire vår lange levetid som forening. ■

FAKTA

Fakta om Landsmøtet

Landsmøtet er CP-foreningens høyeste organ og arrangeres annethvert år.

Sentralstyret og valgte delegater og observatører fra fylkesavdelingene og CPU vil delta.

Foreningens strategiske dokumenter behandles og vedtas her. Nytt sentralstyre velges.

Karin Andersen, lederen av kommunal- og forvaltningskomiteen på Stortinget har takket ja til å innlede.

På lørdagskvelden vil det bli festmiddag for inviterte, der 70-årsjubileumet vil bli markert.

Når

25. og 26. april

Hvor

Thon hotell Arena på Lillestrøm



TOLV HISTORIER OM CP

Hva skulle du ønske folk visste om CP?

Vil du hjelpe oss å bekjempe fordommer mot CP og samtidig øke kunnskapen i samfunnet? CP-foreningen søker nå deltakere til prosjektet «Tolv historier om CP». Høsten 2020 lager vi en fotoutstilling som skal belyse ulike sider ved cerebral parese.

TEKST: SEKRETARIATET

Torsdag 12. desember ble vi overrasket av Stiftelsen Dam, som kunne fortelle at vi får 645 000 kroner i støtte til prosjektet «Tolv historier om CP».

I år fyller CP-foreningen 70 år, og vi ønsker å markere jubileumsåret 2020 ved å løfte frem medlemmene våre. Ved å presentere personlige historier og budskap for et større publikum vil vi vise at det er viktig å lytte til enkelt-individets erfaringer med det samfunnet vi lever i. Vi vil lage en fotoutstilling som skal røske litt i fordommer og overraske publikum. Prosjektet skal opplyse, spre kunnskap og vise at personer med nedsatt funksjonsevne har en betydningsfull stemme i samfunnsdebatten.

– Det er viktig for oss å støtte prosjekter som bidrar til deltakelse, aktivitet og mestring, og dette er et glimrende eksempel på et prosjekt som ikke bare bidrar til å løfte deltakerne i prosjektet, men som også kan bidra til å fjerne stigmatisering og fordommer. På den måten vil prosjektet bidra til mestring for alle CP-foreningens medlemmer og helt sikkert for mange andre også. Det er vi glade for å kunne bidra til, sier Hans Christian Lillehagen, generalsekretær i Stiftelsen Dam.

Søker deltakere fra hele landet

Nå søker vi de gode historiene som kan være med på å røske litt i folks fordommer. Sammen med deltakerne skal vi presentere tolv historier som belyser ulike sider ved det å leve med en CP-diagnose. CP-foreningen ønsker å fremme mangfold. I utvelgelsen av deltakere vil vi legge vekt på å speile ulike aldersgrupper, vise spennet i alvorlighetsgradene av CP-diagnosen og belyse historisk utvikling og forskning.

– Vi ønsker å vise variasjonene og mangfoldet i CP-diagnosen og at mennesker med CP ikke er en ensartet gruppe, men lever ulike



liv, sier prosjektleder Anita Hanken, som skal gjennomføre prosjektet sammen med fotograf Charlotte Åsland Larsen.

Vi ønsker også geografisk spredning, personer fra hele landet er velkommen til å søke. Vi stiller ikke krav om medlemskap i CP-foreningen, men det er en forutsetning at du eller noen i nær familie har cerebral parese. Du kan for eksempel være forelder eller søsken.

De nære historiene

Prosjektet skal løfte fram de nære historiene. Vi leter etter stemmene som ikke nødvendigvis kommer til orde i samfunnsdebatten eller får den oppmerksomheten de fortjener. Du trenger ikke å ha utrettet store ting. Kanskje har du nådd et mål du satte deg selv – og som alle andre tar for gitt? Sammen kan vi forme det budskapet du ønsker å formidle.

Sitter du med en erfaring du ønsker å dele, kan du være aktuell som en av de tolv deltakerne i prosjektet. Vi ønsker at du søker deltakelse ved å sende oss noen ord om hvem du er, hvor gammel du er, hvor du bor og hvilket budskap du vil formidle gjennom din historie.

Selve fotoutstillingen vil finne sted i Oslo. Vi ønsker også å bruke

1 OVERRASKELSE: I desember ble vi overrasket med gavesjekk og blomster på kontoret av Stiftelsen Dam. Foto: Hege Bjørnsdatter Braaten, Stiftelsen Dam

2 PROSJEKTMEDARBEIDERE: Prosjektleder Anita Hanken (til venstre) skal gjennomføre prosjektet sammen med fotograf Charlotte Åsland Larsen. Foto: Margaretha Nicolaysen

tekst og bilder i ulike kanaler for å være vise hvem vi jobber for. Historiene vil blant annet bli publisert på nettsiden vår og i et jubileumsbilag til siste utgave av CP-bladet i 2020. ■

SØKNAD

Søknadsfrist snarest, senest fredag 20. mars!

Søknad sendes på e-post til Charlotte Åsland Larsen, charlotte@cp.no eller Anita Hanken, anita@cp.no

Film om å bli eldre med CP

Sammen med CP-foreningen har Nasjonal kompetansetjeneste for aldring og helse fått midler fra Stiftelsen Dam til å lage en informasjonsfilm om det å bli eldre med cerebral parese. Onsdag 15. januar var det duket for filmpremiere på Aker sykehus.

TEKST OG FOTO: CHARLOTTE ÅSLAND LARSEN

– Bakgrunnen for å lage en slik film er at vi anser voksne med CP for å være en litt oversett gruppe. Det er få undersøkelser som er rettet mot den eldre gruppen med CP, og informasjon om emnet aldring med CP er mangelvare, bortsett fra det arbeidet CP-foreningen gjør, sa forsker Magnhild Nicolaisen i Nasjonal kompetansetjeneste for aldring og helse da hun ønsket velkommen til premiere.

På premieredagen var det ett år siden arbeidet med filmen startet.

– Vi ville lage en film om hvordan det er å leve med senfølger av CP og hvordan personer med CP håndterer utfordringene som følger med slike senfølger, sa Nicolaisen.

Personlige historier

I den nye informasjonsfilmen får seerne møte Ewy Halseth (69), Inger Bille (59), Terje Olav Eriksen (73) og Kjetil Korbu Nilsen (48), som forteller om sine liv med CP og senfølgene de har fått i voksen alder. De fire lever forskjellige liv og har ulike historier, men har til felles at de opplever senfølger knyttet til sin CP-diagnose.

– Vi har vært så heldige å bli invitert med hjem til fire flotte og reflekterte mennesker, med fine historier og lang erfaring med det å leve med cerebral parese, sa Nicolaisen.

Det var flere spente sjeler som satt i publikum for å se det endelige resultatet. En av dem var Inger Bille, som er med i filmen.

– Jeg sa ja til å bli med, fordi det kan være til nytte for andre, sa hun. 59-åringen forteller i filmen om senfølger som kom veldig plutselig allerede i 30-årene. Hun ble mye sliten og slet med balansen.

Professor og forsker Reidun Jahnsen har deltatt i filmprosjektets referansegruppe og var også invitert til premieren for å fortelle om forskning på voksne med CP i et historisk perspektiv.

– Det er behov for mer kunnskap om og systematisk oppfølging av voksne med CP. Det å følge systematisk med og gjøre noe før det blir alvorlig, er kjempeviktig, sa hun.

Mål om å øke kunnskapsnivået

Forsker Magnhild Nicolaisen tror at filmens målgruppe vil ha god nytte av den.

– Vi håper at filmen skal bidra med gjenkjennelse hos voksne og eldre med CP, som opplever senfølger. Vi håper også at den kan forberede og gi informasjon til unge som ikke er der riktig ennå, sa hun.

Filmene er også ment som en ressurs for personer som jobber i helse- og omsorgsykker. I tillegg til forskning driver Aldring og helse også med undervisning og opplæring av helsepersonell.

– Det er mange som går på kurs i regi av oss rundt om i landet. Vi har derfor en slags direktekanal for å styrke kompetansen om dette temaet hos helsepersonell, sa Nicolaisen og la til at filmen derfor vil brukes aktivt i undervisning.

Til stede på premieren var også Eva Buschmann, generalsekretær i CP-foreningen.

– Vi må få budskapet i denne filmen ut til fagpersoner. Det er et liv som skal leves, og det er viktig at det blir best mulig, og at voksne og aldrende med CP får delta mest mulig på lik linje med andre. Det handler om likestilling, sa hun.

Filmene ligger tilgjengelig på nettsidene til Nasjonal kompetansetjeneste for aldring og helse og CP-foreningen. På cp.no finner du filmene under «tilbud til deg» og «våre filmer». ■

1 ET LIKESTILLINGSSPØRSMÅL:

Eva Buschmann, generalsekretær i CP-foreningen, sa etter å ha sett filmen at det å følge opp voksne og aldrende med CP og la dem få muligheten til å delta på lik linje med andre på alle samfunnsområder, handler om likestilling.

2 FØRSTE GANG PÅ FILM: For Inger Bille var en ny og spennende opplevelse å være med på filminnspilling.

TOR-OVE GJÆRDE:

Med et ekstra gir for andre

– De minste handlinger kan få de største utslag, sier Tor-Ove Gjærde (25). En tøff skoletid preget av mobbing, har gitt ham et hjerte som brenner for inkludering og et ønske om å jobbe for at andre skal få slippe å kjempe den kampen han har kjempet selv.

TEKST OG FOTO: CHARLOTTE ÅSLAND LARSEN

CP-bladet møter Tor-Ove på «Den lille Café» i Ørnes sentrum, en knapp totimers kjøretur langs kysten, sørover fra Bodø. 25-åringen har nylig kjøpt seg leilighet i nabo-bygda, er på flyttefot og forteller om tilstander i hjemmet som bærer preg av det. Veien inn til familie-gården på Innøy er visst heller ikke noe å anbefale for en journalist i leiebil, som ikke er vant til å ferdes på nordnorske sideveier vinterstid.

– Jeg kom meg nesten ikke ut i dag – og jeg kjenner veiene her godt, sier Tor-Ove for å understreke det.

Med seg til Ørnes har han barn-domskameraten Sebastian Fagerli. Kameratene har stått sammen i medgang og motgang siden de først møttes i sandkassa i barnehagen. Begge har de nemlig opplevd at livet ikke alltid spiller på lag, og vennskapet dem imellom har vokst seg sterkere og sterkere med årene.

– Familie er familie, men venner blir familie til slutt de også, når man er mye sammen. Vennene mine har vært gode støttespillere for meg opp igjennom årene. Uansett hvilken vending diagnosen har tatt, om det er for det bedre

VIKTIG VENNSKAP: Tor-Ove og kameraten Sebastian har støttet hverandre i tykt og tynt siden de først møttes i barnehagen.



eller det verre, så har vennene mine alltid vært der, sier Tor-Ove.

– Stakkars lærere! kommer det fra Sebastian, og kameratene bryter ut i latter.

– Du sier noe der, vi fant på mye sprell i skoletida!

Tøffe tak

Han forteller om sprell og fanteri med kameratene, gode minner å se tilbake på, men skoletiden ble etter hvert tøff. Det var på ungdomsskolen at det begynte å gå galt, og skoledagene til Tor-Ove ble preget av mobbing og stygge ord.

– De årene var et helvete. Det legger jeg ikke skjul på, de var et reint helvete, sier han. Ansiktet får et alvorlig drag, og han blir stille et øyeblikk før han fortsetter:

– Mobbingen gikk så langt at det gikk utover familien min også.

Han tror mange var redde for konsekvensene av å hjelpe til, at de ikke turte å kjempe imot. Han tror også at mobbere ikke alltid forstår hvilke utfall handlingene deres kan få.

– Mange forstår nok ikke konsekvensene av det de har gjort før det har gått for langt og de har ødelagt et menneske.

Etter tre vonde år på ungdomsskolen, så det ut som det verste var over. Tiden på videregående skole begynte bra, men det tok ikke lang tid før hakkingen startet der også. Etter å ha fullført det første året på naturbruk, bestemte Tor-Ove seg for at det var på tide med en pause. Han ville bort og oppleve noe nytt.

– De gjorde livet surt for meg. Jeg var lei av å være her på grunn av all mobbinga, så jeg dro på folkehøyskole og ble der i to år. Jeg har alltid vært veldig eventyrlysten, likt å reise og oppleve nye ting, sier han. Øynene lyser opp når han snakker om tiden på folkehøyskole og levner liten tvil om at valget han tok, gjorde ham godt. Han fikk den pausen han så sårst trengte.

– Det å føle seg så mobbet at man



måtte forlate kommunen, det ble for dumt. Men jeg lærte mye på folkehøyskolen, jeg vokste utrolig mye på de to årene. Vi gjorde så mye gøy, vi fant på alt mulig rart. Det er så mye som sitter igjen oppi her, av minner og av folk, sier han med en håndbevegelse mot hodet.

– Men jeg kan ikke si at jeg har lagt mobbingen bak meg, det har jeg ikke, men jeg må videre. Nå kan jeg bruke mine erfaringer til å gjøre andre klar over hvilke konsekvenser mobbing kan få.

Drømmen om fast jobb

Da tiden var inne for å fullføre videregående, ble det allmennfaglig påbygging etterfulgt av service og samferdsel som privatist. Det siste året tok han i Bergen etter anbefaling fra NAV.

– Da jeg først ble anbefalt å ta allmennfaglig påbygging, ble jeg sint. Jeg følte meg overkjørt, men jeg har nok skjont i ettertid at det kanskje var det riktige, at jeg ikke ødela meg selv mer enn nødvendig, sier han. Videregående fullførte han til slutt med glans, men legger ikke skjul på at det var tungt arbeid. Da eksamenstiden nærmet seg, satt han med forberedelser hver eneste dag, fast bestemt på å gjøre sitt aller beste.

– Da eksamensoppgaven kom, gikk jeg på hybelen og satte meg – og der satt jeg til oppgaven var levert. Det var kun ut av hybelen for å spise, sier han.

Da skoletiden på Vestlandet var over, flyttet Tor-Ove hjem til nord igjen. Han trivdes godt i Bergen, men det var særlig én grunn til at

1 BILENTUSIAST: Tor-Ove eier to biler og bruker mye tid bak rattet og i verkstedet.

2 TØFF UNGDOMSTID: Flere år med mobbing har satt sine spor, men erfaringene har gjort Tor-Ove sterkere.



GOD STEMNING: Kameratene har funnet på mange sprell sammen opp igjennom årene.

han flyttet tilbake til Inndyr og har blitt i nord siden:

– Og det var den eneste grunnen jeg trengte for å flytte fra Bergen. Det var at jeg skulle bli onkel. Et stort smil former seg, mens han forteller om nevøen.

– Tiden har gått fort siden. Det eneste jeg har igjen nå, er lærlingetida. Med CP er det vanskelig å få en lærlingeplass. Anleggsbransjen er tung, også for de som er funksjonsfriske, men jeg har aldri klaget over en tung arbeidsdag. Det har jeg aldri gjort, sier 25-åringen som har prøvd ut en rekke yrker siden han var 16 år gammel. Mye av arbeidet er sesongbasert, og for tiden er han arbeidsledig. På spørsmål om hvilken jobb som står høyest på ønskelista, svarer han:

– Jeg er ute etter noe innenfor transport, logistikk og anlegg. Det

er der jeg trives best, gjerne med frakt av gods.

– Om ti år ser du ham med caps, kulemage og langt skjegg, fleiper Sebastian.

Et ekstra gir

Allerede i barndommen vokste bilinteressen frem, og Tor-Ove tilbringer mye tid bak rattet og i verkstedet.

– Jeg tror de erfaringene jeg har gjort meg, helt fra barnehagen og frem til i dag, har gjort meg ganske sterk, sier Tor-Ove. Den styrken ønsker han å bruke til å hjelpe andre: – Du må ha vært mellom steinen og en hard plass for å forstå, for å si det sånn.

Og det er blant annet gjennom sin lidenskap for bil at Tor-Ove ønsker å hjelpe andre.

– Jeg er medlem av en bilklubb,

hvor vi har nulltoleranse for mobbing, noe som gjør at jeg føler meg trygg sammen med de andre og kan si med stolthet at den regelen håndheves. Vi har fått en del forespørsler om medlemskap etter at jeg ble medlem, fordi jeg har vist at du ikke blir diskriminert uansett hvilken bil du kjører eller om du går skjevt. Du er velkommen uansett. Du tar ikke mer plass enn oss andre. Vi tar til oss alle som ønsker å komme, forteller han, men understreker at de naturligvis stiller samme krav til dem som blir medlemmer.

Tor-Ove har også vært engasjert i CP-foreningen lokalt i mange år, og det er særlig de unge han brenner for.

– Det viktigste for meg er at de som er unge i dag får den hjelpen de trenger og at de får den med en

gang. Og ikke sånn som meg, som har måtte kjempe med nebb og klør for det jeg har i dag. Det ødelegger en person. Det går utover både psyken og fysikken. Det har vært min hjertesak siden dag én. Ingen-ting er umulig, det umulige tar bare lengre tid. Jeg har ikke tenkt å legge meg ned og slutte å slåss, sier han. Han forteller at han har vokst opp med en oppfinnsom far og en mor som aldri gir seg og at det nok er der han har disse trekkene fra.

– I væremåten kan jeg kanskje være litt brysk, men det er fordi jeg har et mål.

Han innrømmer at han har brent lyset i begge ender ved enkelte anledninger og at det kan være vanskelig å finne energi til å fortsette kampen. Når det kommer til motivasjon, er det derimot enkelt. Da kommer svaret kjapt:

– Det er bare å møte ungdommen, det, og se at de smiler når det skjer noe. ■



En tur i skiløypa, klar og deilig luft, iskrystaller og kulde – det er *det* som skal til for å få kropp og hode klart for en krevende hverdag. Uten personlig assistanse ville dette ikke vært mulig!

Ulobas BPA handler om at det er du som bestemmer hvem som skal assistere deg, hva assistansen skal gjøre, hvor og når assistansen skal finne sted.

Ta kontakt med oss på telefon: 32 20 59 10 så hjelper vi deg videre!

For mer informasjon se våre nettsider: www.uloba.no

ULOBAS
INDEPENDENT LIVING | NORGE

I BOLIGBROSJYREN:

Judith Blücher og sønnen Felix Andersen (21) forteller hvordan de kom fram til en vellykket boligløsning med høy trivselsfaktor.



Ny brosjyrepakke om veien til voksenlivet

«På vei til voksenlivet» tar for seg bolig, BPA og rettigheter for deg som snart skal flytte hjemmefra.

TEKST: SEKRETARIATET / ANITA HANKEN
FOTO: ANITA HANKEN

«På vei til voksenlivet» er den siste i rekken av CP-foreningens overgangspakker. Fra før er barnehagepakken og skolepakkene blitt svært populære.

– Denne overgangspakken er for ungdom som nærmer seg voksenlivet og deres foreldre. I boligbrosjyren har vi intervjuet unge mennesker som forteller om sine boligløsninger, mens BPA-brosjyren handler om å få på plass assistansen man trenger for å leve selvstendige liv. Vi har også med tre mammaer som forteller hvordan de opplevde

at ungdommene deres flyttet hjemmefra, sier rådgiver i CP-foreningen Anita Hanken.

Deler fra hjertet

Prosjektet «På vei til voksenlivet – bolig og BPA» er støttet av Stiftelsen Dam.

– Jeg er veldig imponert over dem som har delt sine erfaringer, slik at andre kan få en lettere vei å gå. De har virkelig delt fra hjertet. Og vi har hatt en arbeidsgruppe bestående av unge medlemmer i CP-foreningen. De har gitt innspill

til hvordan brosjyrene burde bli og har lest og kommentert utkastene. Også andre medlemmer, foreldre, Husbanken og FFOs rettighetssenter har gitt nyttige innspill. De fortjener alle en stor takk, sier Anita.

Brosjyrene gir informasjon om hvordan unge skal komme videre med planlegging og forberedelser til voksenlivet. De kan leses fra perm til perm eller brukes til å få oversikt over det man lurer mest på. Planlegging, boligløsninger, lån og tilskuddsordninger har fokus i boligbrosjyren. Organisering og

søknadsprosess står sentralt i BPA-brosjyren. Rettighetsbrosjyren tar for seg rettigheter, klageadgang og oversikt over viktige paragrafer knyttet til BPA og bolig.

– Målet har vært å lage oversikt og gjøre det enklere å orientere seg i rettigheter og muligheter. Vi har også forsøkt å balansere teori og praksis, som ikke alltid henger sammen, sier Anita.

Laget nytt bofellesskap

Felix Andersen (21) og moren Judith Blücher er blant dem som forteller sine historier i boligbrosjyren. Felix bor i et nytt bofellesskap som ble til etter initiativ fra flere foreldre. Trivselsfaktoren har vært høy fra første dag.

– Det er viktig for meg å ta egne valg og bestemme selv. Nå bor jeg alene og kan legge meg når jeg vil. Jeg husker den første kvelden jeg skrudde av nattbordslampa og skulle sove i eget hjem. Det var fantastisk, forteller Felix.

– Alle som forteller sine historier, tar opp ulike problemstillinger som vår målgruppe kan kjenne seg igjen i. Samtidig viser de hvordan de selv løste utfordringer som dukket opp underveis. Det er inspirerende å se hvordan de har fått det til. Denne erfaringsdelingen tror jeg mange vil sette pris på, sier Anita.

Bestilles via nettsiden

Selv om brosjyrene er skrevet for mennesker med cerebral parese, vil de også kunne være nyttige for personer med andre funksjonsnedsettelse.

«På vei til voksenlivet – bolig og BPA» vil være klar i månedsskiftet februar/mars.

Pakken er gratis for medlemmer i alderen 16–30 år, og kan bestilles via CP-foreningens nettside. Her er det også mulig å kjøpe pakken.

Brosjyrene vil dessuten finnes i en gratis elektronisk versjon på nettsiden. Denne vil til enhver tid være oppdatert på det nyeste innen regelverk og retningslinjer. ■

Ni nye og nyttige filmer

Nå finner du ni helt nye og korte informasjonsfilmer om CP på nettsidene våre.

TEKST OG FOTO: MARIT HELENE GULLIEN

I februar ferdigstilte CP-foreningen ni nye, korte informasjonsfilmer om ulike temaer knyttet til CP-diagnosen. I filmene møter du sju av våre fremste fagpersoner, som alle tar for seg spesielle tema som er relevante for alle med CP, men også pårørende, venner, medelever og kolleger. Ideen fikk vi fra barnelege Kjersti Ramstad, som selv står for en av filmene i prosjektet. CP-foreningen søkte Helsedirektoratet og fikk midler til å lage i alt ni filmer.

Hver film varer mellom to og fire minutter og viser fagpersoner som formidler konkret og nyttig kunnskap på et lettfattelig språk, noe som har vært en utfordring for disse som har så mye kunnskap de gjerne vil dele og formidle. Vi synes resultatet har blitt svært bra. Nå håper vi at mange vil se filmene og dele dem med andre som kan ha nytte av å vite litt mer om ulike utfall som ofte følger med CP-diagnosen. ■



SMERTER HOS BARN: Barnelege Kjersti Ramstad snakker om smerter hos barn med CP i en av CP-foreningens nye og korte informasjonsfilmer om CP-diagnosen.

TEMA I FILMENE

- Hva er CP?
- Mulige årsaker til CP
- Hvorfor blir jeg så sliten?
- Håndfunksjon og hverdagsaktiviteter
- Kognisjon hos barn med CP
- Smerter hos barn med CP
- Kommunikasjon og ASK
- Hva er ortoser?
- Kognitive utfordringer

Fem om CPU

I forrige nummer av CP-bladet presenterte vi forslaget fra deltakerne på høstens ungdomssamling til ny arbeidsgruppe i CPU. Det endelige vedtaket ble fattet av sentralstyret på fjorårets siste sentralstyremøte.



Vi har stilt medlemmene fem spørsmål, for at du skal bli litt bedre kjent med dem som jobber for å få saker som angår unge med CP på dagsorden, både i CP-foreningen og i samfunnet generelt.

TEKST: SOFIE ØSTERBØ JANSEN
FOTO: PRIVAT

Sofie Østerbø Jansen (24)

Leder

1. Kan du beskrive deg selv med tre ord?
– Positiv, engasjert og sporty
2. Hvis du hadde en superkraft, hva skulle det ha vært?
– Tiden min strekker sjelden til, så da ville jeg kunne stoppe tiden og helst ha 48 timer i døgnet i stedet for 24.
3. Hvem er du i familien?
– Jeg er den målbevisste og litt egoistiske.
4. Har du en funfact eller morsom historie?
– Da jeg var liten, «tvang» jeg brødrene mine til å ha konsert og skuespill med meg for mamma og pappa, med kostyme, sminke og full musikk.
5. Hvorfor er du med i CPU og hva ønsker du at CPU skal jobbe med?
– Jeg er med i CPU for å kunne gjøre en forskjell. Jeg vil være med på å bidra inn i arbeidsgruppa og være en stemme for de unge, både interessepolitisk og sosialt. Samtidig vil jeg være en person som baner vei og viser at det er lov å gjøre som en vil – og ikke følge alle andre. Jeg vil jobbe for saker jeg brenner for – som universell utforming og likestilling.

Even Hodne Valaker (17)

Medlem

1. Kan du beskrive deg selv med tre ord?
– Engasjert, positiv og interessert
2. Hvis du hadde en superkraft, hva skulle det ha vært?
– Kanskje det å kunne fly?
3. Hvem er du i familien?
– Jeg er nok familiens politikk guru.
4. Har du en funfact eller morsom historie?
– Ikke det jeg kommer på.
5. Hvorfor er du med i CPU og hva ønsker du at CPU skal jobbe med?
– Jeg har hørt om CPU gjennom sommerleiren på Risøya, og det virket veldig spennende å kunne bidra. Fra før av er jeg engasjert i ungdomsrådet i Bærum, noe som jeg tror er relevant erfaring å ta med seg inn i CPU. En sak jeg håper vi får jobbet med, er en skole der alle har like muligheter til å delta.

Camilla Stenersen (24)

Medlem

1. Kan du beskrive deg selv med tre ord?
– Tålmodig, sosial og samfunnsengasjert
2. Hvis du hadde en superkraft, hva skulle det ha vært?
– Superkraften jeg ville hatt, er å ha ørneblikk / kunne se langt.
3. Hvem er du i familien?
– Jeg er den minste, men har sterke meninger og et varmt hjerte.
4. Har du en funfact eller morsom historie?
– Jeg har deltatt i en danseoppvisning der jeg var bilen grease lightning.
5. Hvorfor er du med i CPU og hva ønsker du at CPU skal jobbe med?
– Jeg føler at jeg har mye å bidra med inn i CPU, siden jeg er opptatt av aktivitet for unge voksne i CP-foreningen. Jeg gleder meg til å ta fatt på nye prosjekter og være med på å styrke felleskapet.

Torstein Torheim (21)

Medlem

1. Kan du beskrive deg selv med tre ord?
– Sosial, energisk, positiv
2. Hvis du hadde en superkraft, hva skulle det ha vært?
– Skulle ønske jeg hadde vært superrask.
3. Hvem er du i familien?
– Jeg er den pratsomme.
4. Har du en funfact eller morsom historie?
– I 2010 ble jeg kåret til Norges yngste fotballtrener.
5. Hvorfor er du med i CPU og hva ønsker du at CPU skal jobbe med?
– Jeg ble med i CPU fordi jeg ønsket å fremme saker til ungdommer med CP og ønsker å bidra med saker som kan gjøre ungdom med CP trygge på seg sjøl.

Noomi Alexandersen (20)

Medlem

1. Kan du beskrive deg selv med tre ord?
– Økonomisk, ansvarsfull og ærlig
2. Hvis du hadde en superkraft, hva skulle det ha vært?
– Jeg ønsker å kunne teleportere.
3. Hvem er du i familien?
– I familien er jeg den som aldri lar samtalen ta slutt.
4. Har du en funfact eller morsom historie?
– Da jeg var åtte år, satte jeg meg fast i søppelbøtta i svømmehallen og trengte hjelp til å komme meg opp.
5. Hvorfor er du med i CPU og hva ønsker du at CPU skal jobbe med?
– Jeg er med i CPU fordi organisasjonsarbeid virker spennende og lærerikt. I tillegg gir CPU muligheter for å utvikle seg som menneske, bli kjent med andre og bygge et større nettverk. ■

1 SIRKELTRENING MED JULETEMA:

Under dagens sirkeltrening ble gulvet vasket, juletreet pyntet og gaver pakket inn.

Det er ingen tvil om at det er jul på agendaen når CP-foreningen er på besøk. For å toppe det hele, serverer kjøkkenet risgrøt med mandel og gløgg til lunsj.

– Det er ikke sånn som dette hver dag, men når vi har slike temadager er det viktig for oss at alle er med, både ansatte og brukere. Det er en felles dag, sier Bente. Kontoret hennes bærer også preg av at det nærmer seg juletider.

– Her må vi låse kontordørene på kveldene, hvis ikke er det overpynta når vi kommer på jobb neste morgen, ler hun.

En tverrfaglig vei mot mål

Kastvollen rehabiliteringssenter tilbyr døgnbasert spesialisert rehabilitering for personer med ulike nevrologiske og nevromuskulære diagnoser, deriblant cerebral parese. Gjennom avtale med Helse Midt tilbyr Kastvollen, som en del av spesialisthelsetjenesten, både gruppeopphold og individuelle opphold på fire uker for voksne over 18 år fra hele landet. Tilbudet fungerer som et supplement til det kommunale tilbudet brukerne får av helsetjenesten i sine hjemkommuner.

Oppholdet starter alltid med en individuell kartleggingssamtale. Løpet legges opp for den enkelte, uavhengig om det er gruppeopphold eller individuelt opphold.

– Vi tar imot dem som kommer som de individene de er og tar utgangspunkt i det. Det er målet brukeren setter seg, som er vårt oppdrag, forteller Bente. Ved siden av henne sitter Randi Dalen, som er leder for rehabiliteringen ved Kastvollen.

– Du har ofte noe du ønsker å få til, men som du har utfordringer med, og det er det vi fokuserer på.

Julestemning på Kastvollen

På Inderøy, litt sør for Steinkjer i Trøndelag, ligger Kastvollen Rehabiliteringssenter. I desember var CP-foreningen på besøk for å høre om tilbudet til personer med cerebral parese.

TEKST OG FOTO: CHARLOTTE ÅSLAND LARSEN

– Velkommen til Kastvollen! En ansatt smiler til oss i forbifarten, idet vi kommer inn dørene i et flunkende nytt rehabiliteringssenter. Det romslige nybygget som møter alle kravene til universell utforming, sto ferdig høsten 2018.

– Det nye bygget gir oss mange flere muligheter, forteller daglig leder Bente Oldren.

Senteret ligger idyllisk til med

Beitstadfjorden som nærmeste nabo. Utenfor graves og sveises det, nå er det uteplassen som skal ferdigstilles. Inne lyser adventstjerner i vinduene. Vi møter ansatte og brukere med hodepyrd i form av nisseluer i ulike former og fasonger, hårbøylor med reinsdyrhorn og juletrær. En av postene på dagens program er pepperkakebaking, en annen er dompapverksted.

Uansett hva diagnosen din er, handler det om å finne tiltak som kan hjelpe deg mot målet ditt, legger hun til. Begge understreker viktigheten av å se hele mennesket som det er, å ikke fokusere ute-lukkende på det fysiske, men også på den psykiske og sosiale biten.

– Det jobbes i tverrfaglige team rundt brukeren for å finne ut hvordan målene skal nås, forteller Bente. Alle faggruppene på huset settes inn og bidrar ut ifra de målene brukerne har satt seg for å finne ut hvordan de kan nås på best mulig måte.

Brukerne får individuell oppfølging av ergoterapeuter og fysioterapeuter. De får også tilbud om gruppetrening og gruppebasert undervisning i ulike temaer, som kosthold og trening eller andre temaer som etterspørres. Senteret har også avtaler med andre fagpersoner som psykolog og logoped.

– Vi kaller det for eksempel «psykologens time» eller «nevrologens time». I stedet for å prate om et bestemt tema, spør de hva brukerne lurte på og svarer på det, sier Marit Melgård Strand, nestleder ved Kastvollen.

– Denne gruppedynamikken setter i gang en del prosesser, sier Bente og fortsetter: – Det er mange tanker og utrolig mye som deles. Det kan være starten på en videre diskusjon eller samtaletemaer som fortsetter rundt kaffekoppen etterpå. Jeg tror det er veldig fint med den undervisningen vi har, men det er klart vi følger med og fanger opp de som har behov for individuell oppfølging også.

Et sosialt fellesskap

I forbindelse med dagens juletema har fysioterapeutene planlagt sirkeltrening med juleinspirerte aktiviteter. Under omvisning på huset er brukerne godt i gang med å pynte juletreet, pakke inn gaver og moppe gulvet. En fysioterapeut tar tiden og gir beskjed når det er på tide å bevege seg videre til neste



1

aktivitet. Stemningen er munter, og konsentrerte ansikter bryter opp i smil og latter når vi kommer innom.

– Det er nok mange som er over snittet glad i jul på huset her, sier Bente.

Idet vi nærmer oss kjøkkenet, kommer pepperkakebukta snikende. Ved spisebordet sitter en bruker ikledd en fargerik julegenser for anledningen.

– Jeg pakket den med, sånn i tilfelle jeg skulle få en mulighet til å bruke den, og det fikk jeg i dag, smiler hun.

På benken ligger nystekte pepperkaker og serinakaker, rett fra stekeovnen. På kanna er det gløgg. I naborommet har en gjeng samlet seg for å lage julekort og dompaper. Lærling Ingrid Erichsen Holmsve er godt i gang med dompapedemonstrasjon.

– De sosiale aktivitetene, slik som juleverksted i dag, kan også tilpasses og være en del av den fysiske treningen. Har man for eksempel

utfordringer med grovmotorikk, kan man bruke kjevla, forklarer rehabiliteringsleder Randi.

Damene skryter av en omsorgsavdeling bestående av sykepleiere, hjelpepleiere, helsefagarbeidere og vernepleiere, som også er pålogget med tanke på rehabilitering og målene til brukeren. Det planlegges aktiviteter i helger og på kveldstid, og aktivitetene legges opp etter hvilken gruppe som er på opphold og hva de ønsker seg.

– Det startet egentlig som et prosjekt. Avdelingen ønsket selv å ta mer aktivt del i det å nå brukerens mål. Vi har en ansattgruppe som er helt unik når det kommer til å by på seg selv. Det skaper mer arbeid, men det er aldri noe problem, de synes det er utrolig morsomt og får så mye tilbake, sier Bente.

«Rehabiliteringsbobla»

Under CP-foreningens besøk er vinterens fireukers gruppeopphold



2

for personer med CP akkurat over, og en ny brukergruppe har inntatt lokalene. På besøk kommer derfor Julie Saursaunet (36) og Linn Beate Kippe (39), som begge har CP og har vært på individuelle opphold på Kastvollen.

For å få opphold må brukerne ta kontakt med lege eller spesialist, som sender søknad til regional vurderingsenhet. Når søknaden er innvilget, oversendes den til rehabiliteringssenteret som setter dato for oppholdet.

– Det gode humøret til de ansatte smitter over på oss som er her på opphold, sier Linn Beate. Hun skryter av dyktige fagfolk og gode turmuligheter rett ved senteret. En landlig beliggenhet sørger for mange turstier i nærområdet, både asfalterte og skogsterreng.

– Vi prøver å være mye ute med brukerne og utnytte området rundt, både terapeutene og omsorgsavdelingen, sier Bente. På vinteren drar de ut for å lage

engler i snøen, om sommeren er det bademuligheter.

Julie, som i dag sitter i Kastvollens brukerråd, forteller at hun har vært på individuelt opphold to ganger i 2017, og igjen i 2019. Hun beskriver det som å være i en boble, en pause fra hverdagen, med fokus kun på egen helse. – Jeg var veldig spent den første gangen, men trivdes veldig godt. Jeg gikk inn i bobla, og den var veldig behagelig å være i, i en måned, sier hun.

Julie er en aktiv sjel som trives ute i naturen. På spørsmål om hvilket mål hun satte seg ved siste rehabiliteringsopphold, svarer hun:

– Målet var å bli bedre på å gå i ulendt terreng. Jeg går en del toppturer, og i august var jeg på en ganske strabasjøs fjelltur. Samme turen gikk jeg for to år siden, og da trengte jeg hjelp stort sett hele veien. I år gikk jeg selv og trengte bare hjelp der det var klatreetapper, så jeg vil absolutt si at jeg nådde målet mitt. ■



3

1 PROGRAM: Daglig leder Bente Oldren forklarer hvordan en typisk dag kan se ut på Kastvollen.

2 JULEVERKSTED: Lærling Ingrid Erichsen Holmsve hjelper brukerne med blant annet dompapproduksjon.

3 DELTE ERFARINGER: Både Julie Saursaunet (til venstre) og Linn Beate Kippe har hatt gode erfaringer under rehabiliteringsopphold på Kastvollen.



BESTEFØRELDRESAMLING

Har du barnebarn med CP?

I juni arrangerer CP-foreningen sin tredje kurshelg for besteforeldre til barn med CP. I år flytter vi samlingen til Trondheim. Har du lyst til å delta?

TEKST OG FOTO: MARIT HELENE GULLIEN

Alle besteforeldre til barn med cerebral parese kan delta på CP-foreningens besteforeldresamling. Det er plass til 30 personer, enslige og par. Besteforeldre fra hele landet er velkomne. Men husk, det er prinsippet «først til mølla» som gjelder, så det er viktig å melde seg på raskt.

Stedet for årets besteforeldresamling er Hotell Augustin, som ligger svært sentralt i Midtbyen i Trondheim. Opplegget er i grove trekk det

samme som for de to foregående samlingene. Det starter med at vi møtes fredag ettermiddag til en presentasjonsrunde, der vi blir litt bedre kjent med hverandre, før vi spiser middag sammen. Programmet lørdag varer fra ti til fire og på søndag fra ti og frem til lunsj.

Lørdag

Lørdagen starter med foredrag om CP-diagnosen. Det vil handle om utfall, mulige årsaker, oppfølging og

behandling. Det er Espen Lien fra St. Olavs hospital i Trondheim, med spesiell kompetanse på og klinisk erfaring fra oppfølging og habilitering av barn med CP, som innleder. Neste tema er kognisjon, kommunikasjon og ASK (alternativ og supplerende kommunikasjon). Her får vi innledning av nevropsykolog og spesialpedagog, begge med lang erfaring fra arbeid med barnehabilitering.

Det blir god anledning til å stille

fagpersonene spørsmål og svar, og erfaringene våre viser at denne muligheten utnytter besteforeldrene svært godt.

Etter felles lunsj vil deltakerne bli delt inn i mindre grupper. I gruppene deles erfaringer, og det tenkes høyt rundt spesielle temaer knyttet til det å være besteforeldre til et barn med cerebral parese. Etterpå deler gruppene sine erfaringer og tanker i plenum.

Søndag

På søndag, samlingens siste dag, møter vi to flotte tenåringer med CP som vil fortelle hva de ønsker seg og trenger fra sine besteforeldre og hva bare besteforeldrene kan være for dem og gi dem. De vil også snakke om de første barnedomsårene, skolestarten, annerledeshet og andre utfordringer. Besteforeldrene får også klar

beskjed om hva barnebarna ikke vil ha noe av, så det er bare å åpne ørene og ta med seg ny kunnskap hjem. De to tenåringene har også med seg hver sin forelder, som i sin tur vil dele med dere hva de trenger sine foreldre til i den krevende hverdagen familiene ofte står i.

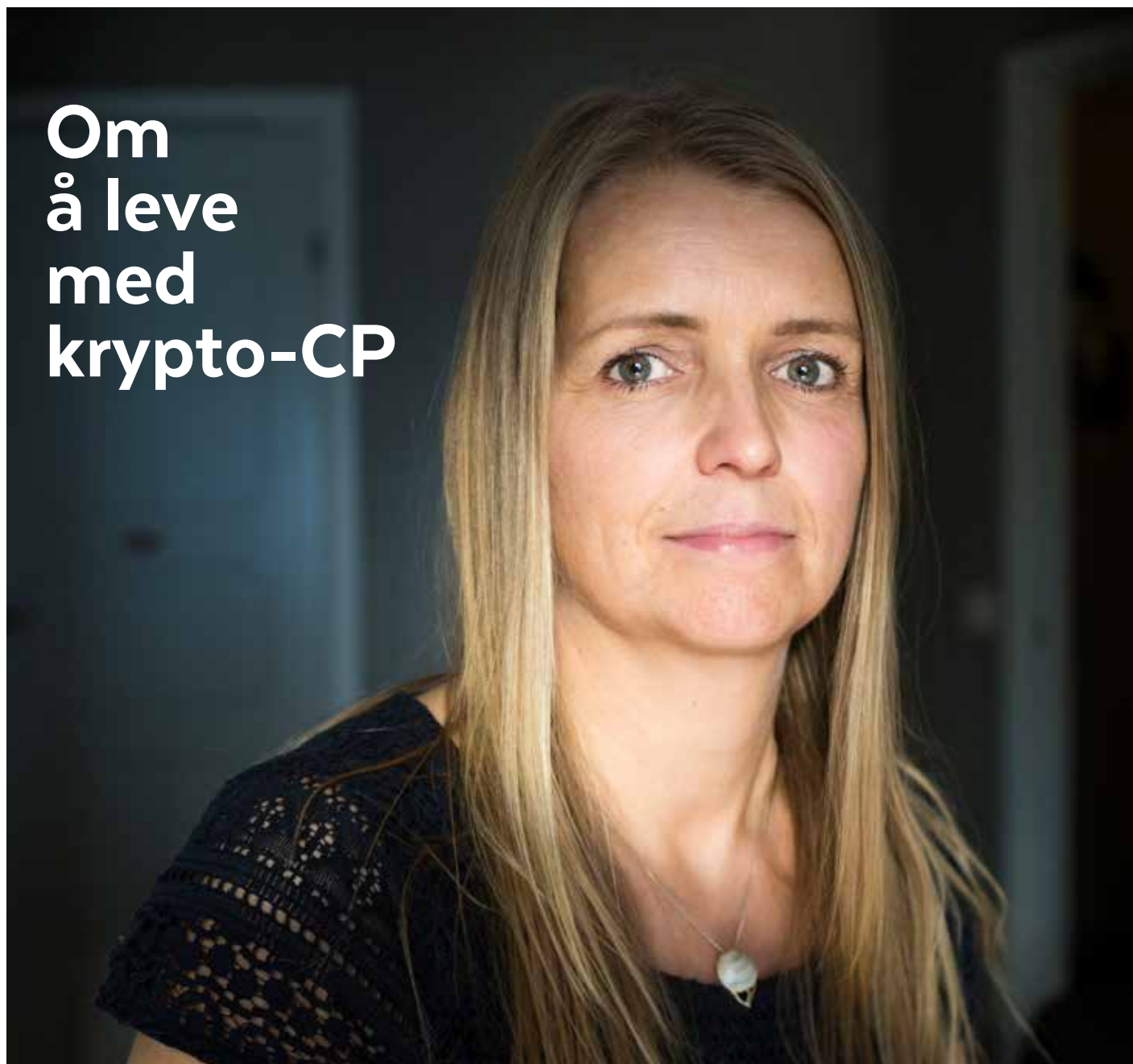
Meld deg på

Hvis du eller dere ønsker å være med og møte andre besteforeldre i samme situasjon, dele tanker og opplevelser og få nyttig kunnskap om CP-diagnosen, finner du mer informasjon og priser på www.cp.no. Vi vil også dele informasjon på Facebook og i nyhetsbrevet.

Hvis du er forelder til et barn med CP må du gjerne tipse barnets besteforeldre om tilbudet. Husk bare at det er de 30 første påmeldte som får plass, forutsatt at de ikke har deltatt på tidligere samlinger. ■

■ **MANGE SPØRSMÅL:** 30 engasjerte besteforeldre var på helgesamling i fjor for å lære mer om barnebarns CP-diagnose og ulike motoriske og kognitive utfall. Spørsmålene var mange, men foreleserne ga seg god tid til å svare på spørsmål og undringer fra tilhørerne.

Om å leve med krypto-CP



Den kampen jeg kjemper hver dag, er det ingen som ser. Når jeg våkner om morgenen, utslitt, med en følelse av konstant jetlag og smerter som truer med å overta livet mitt, må jeg gjøre et valg. Enn så lenge har det å gi opp ikke vært et reelt alternativ. Heldigvis.

TEKST: JENNY HOLTE
FOTO: WANDA NATHALIE NORDSTRØM

For jeg er beintøff, og det har jeg vært hele livet. Fra den dagen legene tilgodeså meg med diagnosen CP, og omgivelsene tok det for gitt at familien hadde fått et

barn med nedsatt funksjonsnivå som mest sannsynlig ikke ville være i stand til å gå på egne bein. Heldigvis er jeg velsigna med fire store-søstre som aldri gav meg opp og

som pushet meg og lærte meg at selv det umulige kan være mulig. Bare du er sta nok og har pågangsmot.

Og pågangsmot det har jeg; i

bøtter og spenn! Hele livet har jeg håndtert motgangen med et smil og nedturene med enda mer pågangsmot. Jeg har kjempa meg fram til et liv, der jeg tillot meg å være «normal». Jeg har vært en mester i å skjule skavankene mine til de grader at jeg av og til har klart å lure min egen hjerne. Snakk om å være letturt!! Og samfunnet rundt meg har jeg ikke hatt noen problemer med å forføre. Som en storsvindler har jeg manipulert omgivelsene mine. Og gjett om det har føltes godt, som i lykkerus har jeg surfet videre og valgt bort diagnosen min så ofte som overhodet mulig. Også når det egentlig ikke har vært mulig.

Kroppen nekter

Og det er dette jeg straffes for i dag. Dette og pågangsmotet som har gitt meg gleden over livet og alt som er mestret og gjennomført, det fortryllende og forfriskende. Og det å ha maktet å holde det ut. Hit, men dessverre ikke lenger! Nå nekter kroppen å være med på mer misbruk. Nå er energilagrene umulig å fylle opp. Nå er musklene slitne og leddene tynnslette etter overanstrengelsene. Etter feilstiltingene, feilbelastningene, uendelig mange fysioterapibehandlinger og timevis med utrettelig pågangsmot. Og jeg har ennå ikke fylt 44.

Kunne stått på pallen

Hadde jeg vært frisk, skal du ikke se bort ifra at jeg hadde stått der på pallen, med Marit Bjørgen og Bjørn Dæhlie ved min side. Jeg er beintøff og tør vedde på at jeg har brukt mye mer energi på å komme dit jeg er nå enn skiheltene våre noen gang har gjort. Ikke engang da de trente som mest for å forberede seg til neste NM, VM eller OL tror jeg de har

ofret like mye som meg. Det er virkelig et stort gap mellom mengden energi jeg er nødt til å investere i et prosjekt, en aktivitet eller en bevegelse og det resultatet jeg høster i den andre enden. Energien strekkes og tøyes etter alle CP-viterenes regler, men det er allikevel aldri nok av den. Jeg blir aldri uthvilt, om jeg hviler aldri så mye. Det å oppleve å ha overskudd, lever kun som en svak erindring fra fortiden.

Byråkrati

Nå er jeg nødt til å klore sammen krefter til å kjempe min aller største kamp hittil. Nå når jeg egentlig ikke orker mer, straffes jeg for pågangsmotet i møte med det sikkerhetsnettet som jeg har hatt tiltro til og som jeg bestemt trodde skulle fange meg i tide. Jeg motarbeides og det settes spørsmålsteget. Epikriser, attester og bekreftelser dekonstrueres og marginaliseres på bakgrunn av mitt visuelle jeg. Jeg ser jo så forbaska frisk ut! Utfordringene jeg har, bagatelliseres, og jeg må forklare og forsvare i det uendelige. Systemet preges av et byråkrati som er så innvikla at de som er satt til å håndtere det, sjøl ikke evner å henge med. Denne kampen er nesten verre enn diagnosen min og gjør meg sykere og svakere. Denne kampen skulle jeg gjerne ha vært foruten.

Men – jeg er beintøff og skal nok klare denne utfordringen også. Jeg er en mester i å aldri gi opp, en mester i å pushe meg og jeg vet at selv det umulige kan være mulig. Bare jeg er sta nok og har pågangsmot. Å gi opp, er heldigvis fortsatt ikke et alternativ.

Jeg kunne ha vært Marit Bjørgen! ■

Erfaringer
å dele?

Send oss
gjern e-post til
post@cp.no



Haugland Rehabiliteringssenter

Røde Kors Haugland Rehabiliteringssenter

Gruppeopphald
for Cerebral Parese

06.05.20 - 27.05.20

www.rkhr.no

Røde Kors Haugland Rehabiliteringssenter AS
Hauglandsvegen 308 • 6668 Flekke • Tlf. 57 73 71 00 • www.rkhr.no

■ **VERDIEN AV Å DELE:** Det å snakke med andre i samme situasjon og utveksle erfaringer er for mange en viktig del av det å være på Storsamling.



STORSAMLING
11.-13. september
2020

STORSAMLING 2020

Velkommen til årets største nasjonale medlemsarrangement!

Er du klar for en helg med kunnskapspåfyll, erfaringsutveksling og sosialt samvær? I år fyller Storsamlingen ti år, og vi slår på stortromma med kursnyheter og et solid fellesprogram.

TEKST OG FOTO: CHARLOTTE ÅSLAND LARSEN

Datoen er spikret, så nå er det bare å begynne og glede seg! Storsamlingen 2020 blir arrangert helgen 11.-13. september, og finner også i år sted på godt tilrettelagte Thon Hotel Arena i Lillestrøm. Ikke bare er samlingen årets største nasjonale

medlemsarrangement i CP-foreningen, men det er også årets viktigste møteplass for mange av våre medlemmer fra både fjern og nær. For mange er det rett og slett årets høydepunkt. Noen har vært med i en årrekke, mens det for andre er

en helt ny opplevelse. Vi håper å se både kjente og nye ansikter på det som blir den tiende Storsamlingen i rekken.

Samlingen starter fredag ettermiddag, med registrering, fellesprogram og sosialt samvær. Lørdag



SMIL OG LATTER: Kom som du er, smil, le, lær og ha det gøy!

er det tid for kurs etterfulgt av festmiddag, før vi avslutter med fellesprogram og lunsj på søndagen.

Variert kurstilbud

Lørdag er altså den store kursdagen, hvor deltakerne får mulighet til å velge mellom en rekke ulike kurs. Kursene er rettet mot ulike målgrupper, og vi jobber for å få til noe som kan være nyttig og lærerikt for både unge og voksne, foreldre til barn med CP og du som selv har CP. Hvert år jobber vi for en best mulig samling for flest mulig. Vi har som mål at alle medlemmer skal kunne få et godt tilbud på Storsamlingen, men det er ikke mulig å etterkomme alle ønsker hvert eneste år.

– Tilbakemeldingene vi får fra medlemmene våre, er derfor viktige og vi tar dem alltid med når vi planlegger Storsamlingene, sier Margaretha Nicolaysen, som er

seniorrådgiver i CP-foreningen og ansvarlig for Storsamlingen på tiende året.

Allerede nå kan vi røpe at det i år blir kurs for foreldre til barn i ulik alder med CP, og kurs for både unge og voksne med CP. «Sexprat med sexologene», «Samtalegruppe for deg som ønsker å bli forelder eller er forelder» og egne kurs for både unge og voksne med «usynlig CP» er populære tilbud.

Noe helt nytt

Noen nyheter er vi også stolte av å presentere.

– Vi utlyser blant annet et kurs i sosiale medier for unge. Hvordan kan vi ufarliggjøre og synliggjøre CP i sosiale medier? Det er et kurs for deg som ønsker å bli god på sosiale medier, samtidig som du tør å stikke deg frem, sier Margaretha. Heidi Østhus Erikssen, redaktør av

CP-bladet, er kursansvarlig for dette tilbudet.

Er du glad i å synge eller har lyst til å prøve det sammen med andre? En annen spennende, og kanskje litt annerledes nyhet er sangkurs med Anders Rogg, skuespiller, regissør og musiker. Deltakerne får komme sammen og synge, sanggleden vil være i fokus.

– Her er det rett og slett bare å ta med deg den stemmen du har og ha det gøy, sier Nicolaysen. Kanskje blir det også en egen jubileumssang i anledning CP-foreningens 70-årsjubileum og Storsamlingens tiårsjubileum?

Hvilke kurs som blir gjennomført, bestemmes av hvor mange som melder seg på.

Sosiale aktiviteter

For mange deltakere er den sosiale siden ved samlingen viktig, og det arrangeres flere aktiviteter i løpet av helgen.

– Det aller beste med samlingen er å møte igjen folk en ikke ser så ofte samt gode venner. Det er ei helg med latter, smil, glede, læring, inspirasjon og nye bekjentskap, sa Sofie Jansen (24) etter Storsamlingen i fjor, som var hennes fjerde gang som deltaker og første gang som kursleder.

Etter fjorårets suksess er musikkbingo med Sunna allerede booket til årets samling. Et gjensyn med stand up-komiker Dan Are Lykke Larsen blir det også. Tradisjonen tro blir det også treretters festmiddag etter endt kursdag på lørdagen – og alkoholfritt diskotek for ungdommen.

Kursplanen er ennå ikke helt spikret når dette bladet går i trykken, men Nicolaysen forteller at fullt program vil være på plass i starten av april. Da vil også påmeldingen åpnes. Vi gir beskjed på Facebook og på nettsiden vår så fort alt er klappet og klart. Plassene fylles raskt opp, så det er lurt å være tidlig ute for å sikre seg en plass på årets hyggeligste samling! ■

FAKTA

Fakta om Storsamlingen 2020

For hvem

Alle medlemmer i CP-foreningen

Når

11.–13. september 2020

Hvor

Thon Hotel Arena Lillestrøm

Påmeldingsfrist

20. mai, via www.cp.no

Dersom du ikke har tilgang til internett, kan du ringe CP-foreningen på telefon: 22 59 99 00, så kan vi hjelpe deg med påmeldingen.

Bindende påmelding

Deltakeravgiften blir ikke refundert ved avmelding etter 5. august.

OBS Vi tar forbehold om at ikke alle kursene blir arrangert. Dette avhenger av hvor mange som melder seg på hvert enkelt kurs. Vi oppfordrer deg til å melde deg på så tidlig som mulig. Det er begrenset antall plasser på hvert kurs.

Pris

1500 kroner per person.

Det inkluderer overnatting og alle måltider fra fredag ettermiddag til lunsj søndag, forelesninger, kurs og aktiviteter.

Dersom du har behov for assistent, dekker CP-foreningen reise og opphold for denne. Du må selv skaffe assistent.

Reiseutgifter over 500 kroner per deltaker dekkes av CP-foreningen etter reiseregning med originale kvitteringer og billetter.

Pris for deltakelse kun på kurs lørdag er 500 kroner per deltaker. Dette inkluderer lunsj og kurspakke. Ingen refusjon av reiseutgifter.

Spørsmål

Kontakt oss på post@cp.no eller telefon: 22 59 99 00

Overvåking av cerebral parese i Norge

I oktober 2019 disputerte Sandra Julsen Hollung fra Institutt for klinisk og molekylær medisin ved NTNU i Trondheim med avhandlingen «Surveillance of cerebral palsy in Norway; a national registry-based study».

Avhandlingen dreier seg om hvordan forekomsten og alvorlighetsgrad av CP i Norge har endret seg over tid samt hvordan den totale sykdomsbyrden hos personer med CP er sammenlignet med jevnaldrende uten CP. Studien ble gjennomført over tre år og under kyndig veiledning fra Guro L. Andersen, leder av Cerebral pareseregisteret i Norge.

TEKST: SANDRA JULSEN HOLLUNG

Cerebral pareseregisteret i Norge ble etablert tidlig på 2000-tallet og godkjent som nasjonalt medisinsk kvalitetsregister i 2006. Det betyr at vi har kunnet samle data fra barn og unge med CP i nesten 20 år. Det har gitt oss en unik mulighet til å studere forekomsten av CP over tid, noe som også var et av formålet med registeret da det ble etablert. Vi har også kunnet studere årsaker, diagnostisering, kliniske manifestasjoner og behandlinger/tiltak.

Registerbasert studie

Den aktuelle studien er en nasjonal registerbasert studie av personer med CP født i årene 1996 til 2010, registrert i Cerebral pareseregisteret i Norge (CPRN) og Norsk pasientregister (NPR). Data fra

begge registre ble brukt for å sikre at studiene var populasjonsbasert. Dette ble utført ved å koble CPRN til NPR og validere alle CP-diagnosekoder registrert i NPR, men ikke i CPRN. Den første delen av studien beskriver resultatene av valideringsstudien og konsekvensene en komplett og korrekt populasjon kan ha på beregning av forekomstestimer. Den nøyaktige forekomsten av CP for personer født i Norge i denne perioden er 2,4 per 1000 levendefødte.

Trender i forekomst og alvorlighetsgrad

Den andre delen av studien gir også en grundigere beskrivelse av trender i forekomst og alvorlighetsgraden av CP ved bruk av kliniske

data fra CPRN, supplert med data fra NPR. Vi fant en signifikant nedgang i forekomsten av CP fra 2,6 per 1000 levendefødte i 1999 til 1,9 i 2010.

Utviklingen i forekomst av CP per 1000 levendefødte blant barn født i Norge 1999–2010. Hvert punkt viser den faktiske forekomsten. Den heltrukne linjen representerer en statistisk modell for CP-forekomst basert på disse dataene. Det skyggelagte området angir usikkerheten i modellen.

Dette var hovedsakelig tilskrevet en nedgang i den mer alvorlige subtypen bilateral spastisk CP (karakterisert av spastisk muskulatur på begge sider av kroppen). Vi fant også en nedgang i andelen personer med CP og alvorlig motorisk funksjonsnedsettelse, epilepsi, utviklingshemning og svært utydelig eller ingen tale. Dette er første gang en reduksjon i forekomsten og alvorlighetsgraden av CP har blitt rapportert i Norge. Nedgangen skyldes mest sannsynlig forbedringer i svangerskaps-, fødsels- og nyfødtomsorg i Norge de siste tiårene. For å støtte disse funnene undersøkte vi også helsetilstanden til alle barn født i Norge i tiden rundt fødselen i løpet av den samme perioden ved hjelp av statistikkbanken til Medisinsk fødselsregister. Vi fant da en nedgang i forekomsten av barn født prematurt, mødre med preeklampsi (svangerskapsforgiftning) under graviditet og av flerlinger, som alle er kjente risikofaktorer for CP. I tillegg var det også en nedgang i antall barn som var dødfødte eller døde kort tid etter fødsel (perinatal dødelighet).

Høyere sykdomsbyrde

Samtidig fant vi at personer som fikk diagnosen CP i løpet av studieperioden har en betydelig høyere sykdomsbyrde sammenlignet med jevnaldrende uten CP. Nesten alle

personer med CP ble registrert i NPR med en eller flere diagnoser i tillegg til CP, fra mild til alvorlig og forbigående eller kronisk. Sammenlignet med risikoen i befolkningen for øvrig, hadde personer med CP en økt risiko for å ha flere medisinske, nevrologiske og psykiske/atferdsrelaterte diagnoser. Som forventet var mange av disse tilstandene forbundet med den samme skaden på den umodne hjernen som forårsaket CP eller som komplikasjoner til CP. Imidlertid fant vi også at mange av tilstandene ikke var intuitivt relatert til CP.

Betydningen av kontinuerlig overvåking

Denne studien viser betydningen av kontinuerlig overvåking av CP-populasjonen i Norge. Ved å overvåke variasjoner i forekomst og kliniske manifestasjoner av CP over tid kan vi gi oppdatert informasjon til helsepersonell og støtte deres arbeid for å forebygge eller minske alvorlighetsgraden av CP. ■



Sandra Julsen Hollung PhD er helseinformatiker ved Cerebral pareseregisteret i Norge, Sykehuset i Vestfold.

Epost: sandra.julsen.hollung@siv.no
Mobil: 915 76 563

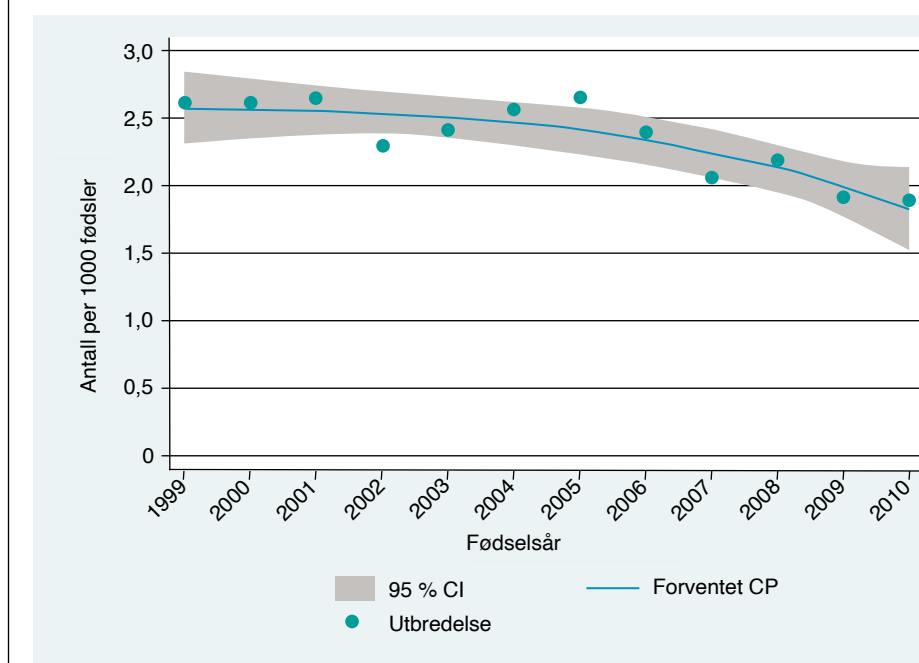
Philosophiae doctor i medisin og helsevitenskap, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, Institutt for klinisk og molekylær medisin.

Veiledere: Guro L. Andersen, Torstein Vik og Inger Johanne Bakken

Finansieringskilde: Sykehuset i Vestfold

Referanse

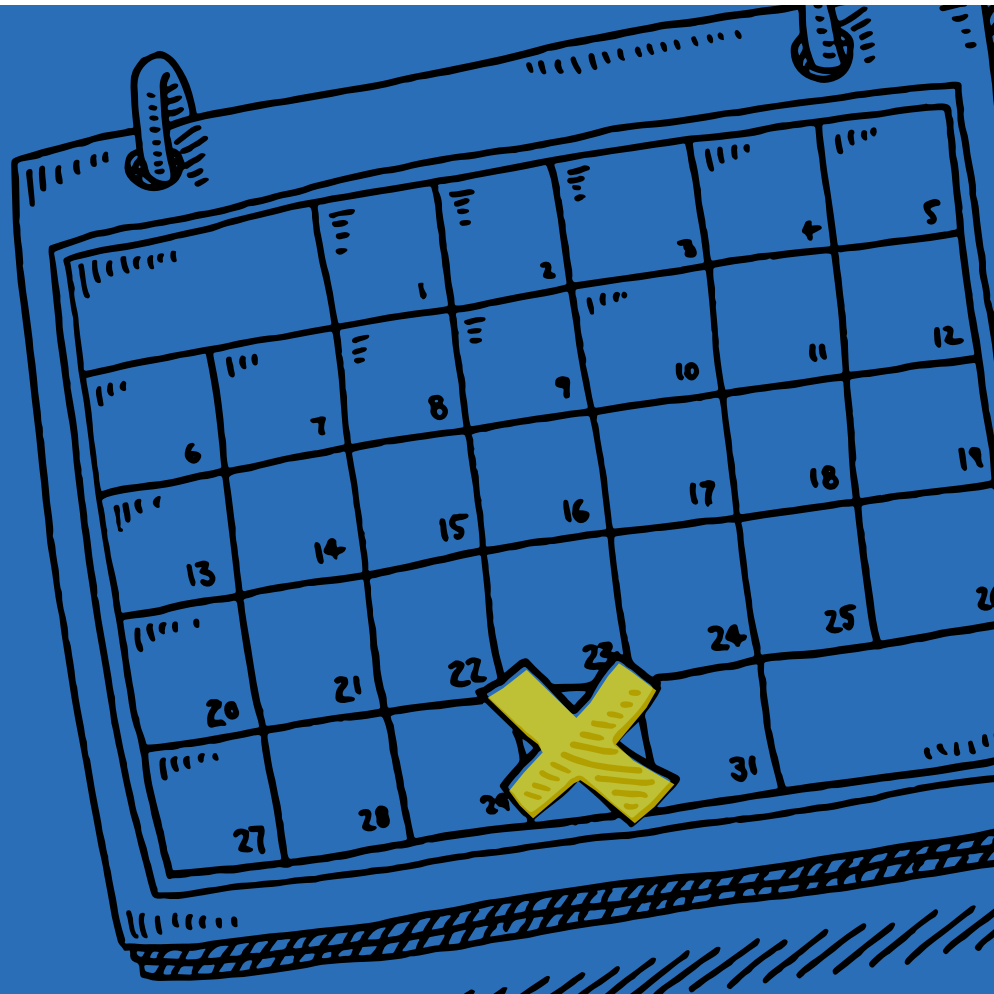
Hollung, S. J. (2019), Surveillance of cerebral palsy in Norway; a national registry-based study (Doctoral dissertation). Norwegian University of Science and Technology, Trondheim, Norway <http://hdl.handle.net/11250/2629784>.



Utviklingen i forekomst av CP per 1000 levendefødte blant barn født i Norge 1999–2010. Hvert punkt viser den faktiske forekomsten. Den heltrukne linjen representerer en statistisk modell for CP-forekomst basert på disse dataene. Det skyggelagte området angir usikkerheten i modellen.

HVA SKJER?

Dette skjer rundt om i landet de nærmeste månedene. Vet du om et arrangement, kurs, konferanse eller et annet relevant tilbud som vi bør skrive om på disse sidene? Send dine tips til post@cp.no innen 8. mai så omtaler vi tilbudene i CP-bladet nummer 2-2020.



Beitostølen Helseportsenter

Sommeropphold 2020 for unge voksne (18-30 år)

27. mai-16. juni
17. juni-14. juli
8.-28. juli
15. juli-4. august

Målgruppen er unge voksne med fysiske, psykiske og/eller kognitive funksjonsnedsettelse i alderen 18 til 30 år som fysisk og sosialt kan gjøre seg nytte av et tilbud tilrettelagt i gruppe.

Nærmere opplysninger

Mer informasjon om gruppeoppholdene finnes på hjemmesiden: www.bhss.no

Unicare Steffensrud Rehabiliteringssenter

Vi har gruppeopphold for personer med CP følgende datoer dette året:
25. mai-16. juni 2020 og
13. oktober-3. november 2020
I tillegg er det mulighet for individuelle opphold.

Nærmere opplysninger

For nærmere informasjon om tilbudet – se vår hjemmeside <https://unicare.no/>

SKATTEFRADRAK PÅ GAVER

Husk at gaver til Cerebral Parese-foreningen kan trekkes fra i inntekten på selvangivelsen. Gaver til CP-foreningen kan gi fradrag i inntekt og dermed lavere skatt. Inntektsfradrag kan kreves når gave-beløpet utgjør minst 500 kroner i året gaven er gitt, maksimum 30 000 kroner pr. år. Bidrag kan betales til bankgiro 1607.40.25157. Bidrag kan nå også betales med Vipps til nummer 97339. OBS! Personnummer til giver MÅ opplyses – ellers faller grunnlaget for fradraget bort!



Barnas Fysioterapisenter

Intensivt habiliteringsopphold våren 2020

Barnas Fysioterapisenter i Bergen er en ideell organisasjon, som er godkjent som leverandør av spesialisthelsetjenesten intensiv rehabilitering. Tilbudet er et supplement til det ordinære habiliterings-tilbudet i spesialisthelsetjenesten og rettes mot ulike sider hos barnet (motorikk, kommunikasjon og egenledelse). Vi har nært samarbeid med barnets kommunale hjelpeapparat.

Barn og foreldre som kommer hit, kan søke Pasientreiser om dekning av reise og opphold og om opplæringspenger fra NAV for den tiden foreldre er her med barnet sitt.

Målgruppe

Barn i alderen 0 til 16 år med cerebral parese eller annen vesentlig nedsatt funksjonsevne som skyldes medfødt eller tidlig ervervet hjerneskade.

Våren 2020 har vi foreløpig planlagt to grupper, i april og juni. Oppholdet varer i tre uker, mandag til og med torsdag, med

hjemreise i helgene. Nytt tilsvarende opphold etter ca. ½ år.

Henvisning og inntak

a) Barn som allerede er i habiliteringstjenesten og som dermed mottar spesialisthelsetjeneste: Foreldre snakker med habiliteringstjenesten, som kan henvise videre til Barnas Fysioterapisenter.

b) Barn som ikke mottar spesialisthelsetjenester fra før: Henvisning fra fastlege til regional vurderingsenhet, som kan rettighetsvurdere barnet og sende henvisning til oss.

I henvisningen må det stå at barnet er vurdert til å ha rett til spesialisthelsetjeneste i form av intensiv rehabilitering.

Foreldrene bestemmer selv hvor de ønsker at barnet skal motta intensiv rehabilitering, dersom barnet er vurdert til å ha rett på dette (jfr. reglene om fritt behandlingsvalg).

Nærmere opplysning

55 32 05 10 eller
post@bfsnett.no
Se for øvrig www.bfsnett.no

Turbo for ungdom og unge voksne

Turbo Treningssenter,
Solheimsgaten 9, 5058 Bergen

kyndig veiledning av fysioterapeut. Mulighet for klatring og gruppetimer.

Målgruppe

For unge mellom 14 og 35 år med funksjonsnedsettelse

Nærmere opplysning

Ring 55 32 05 10 eller
kontakt post@bfsnett.no
for detaljert program.

Våren 2020

Mandag, onsdag og torsdag hver uke, fra kl. 16.00: Egentrening i stor og rikholdig apparatsal med

DESEMBER
JANUAR
FEBRUAR
MARS
APRIL
MAI
JUNI
JULI
AUGUST
SEPTEMBER
OKTOBER
NOVEMBER
DESEMBER
JANUAR
FEBRUAR
MARS
APRIL

Har du tips om ting som skjer? Send gjerne e-post til post@cp.no

AGDER

Vest-Agder og Aust-Agder blir Agder



Lørdag 8. februar gikk landsmøtet til fylkesavdelingene i Vest-Agder og Aust-Agder av stabelen, og sammenlåingen av de to avdelingene ble enstemmig vedtatt. ■

Send oss
fylkesnyheter på
post@cp.no

AGDER

Funky Fox Kids Club har hatt spennende besøk!



Vi har lenge hatt et ønske om å få til et godt og velfungerende samarbeid med Habilitering for barn og unge (HABU), Kristiansand, Sørlandet sykehus. De fleste av våre barn i CP-foreningen har tett oppfølging ved HABU fra tidlig i livet sitt, og

har enten deltatt eller deltar på CP-skolen ved HABU. Takket være noen ildsjeler av målbevisste foreldre er dette samarbeidet nå godt i gang. For barna våre har HABU til alle tider vært et godt sted å være. De blir ønsket velkommen,

blir sett, hørt og møter fagteam med bred, faglig kompetanse.

Søndag 24. november var det barna våre som ønsket HABU velkommen til besøk på Funky Fox Kids Club. De fleste av barna er under fast oppfølging ved HABU og gjesten, psykologspesialist Kristian, ble tatt varmt og hjertelig imot av kjente venner. Kristian hadde en fin samtale med barna om det å ha en funksjonsnedsettelse. Tema var rettet mot dette om de er annerledes enn andre barn og gjør det egentlig noe? Barna var nysgjerrige, aktive i samtale og trygge omgivelser og det var mye glede.

Kristian snakket om skole, det å ha venner, hjelpemidler og dialogen med den enkelte var strålende.

Dette gjør vi igjen. Funky Fox Kids Club er gull verdt! ■

AGDER

Julefest med besteforeldre er alltid en suksess!



Så var det desember med førjulstid og igjen tid for å samle små og store i Agder-CP-familien til vår tradisjonelle julefest med besteforeldre. Tiden går jo så fort i godt fellesskap, og mange av oss synes ikke det var lenge siden sist julefest.

Søndag 15. desember var hele 94 små og store i verdens beste familie samlet på Dvergsnes skole i Kristiansand. Vi startet julefesten med en presentasjon på storskjerm med masse koselige bilder med tilbakeblikk og gode minner fra 2019. Deretter var det tid for å nyte deilige hjemmelagde smørbrød og kaker, takket være våre flinke kjøkkenmammaer. Så fortsatte vi med loddsalg, underholdning, gang rundt juletreet og som alltid til slutt, som mange hadde ventet på hele kvelden, kom vår egen rullestol-julenisse med godteposer til alle de snille barna!

Tidlig på høsten i fjor fikk vi i CP-foreningen Agder en veldig hyggelig henvendelse fra Margaretha på Berg Gård. Hun fortalte at Stiftelsen Dam (tidligere Extra-

Stiftelsen) ønsket å besøke et fylkeslag i CP-foreningen for å se hvordan prosjektmidler skaper aktivitet for våre medlemmer. Så ønsket de å komme på et prosjektbesøk til oss på Sørlandet, og heldige var vi! Sammen med Margaretha deltok derfor generalsekretær Hans Christian Lillehagen og kommunikasjonssjef Hege Bjørnsdatter Braaten ved Stiftelsen Dam på julefesten. Det var et kjempekoselig besøk for oss med noen svært trivelige gjester!

Stiftelsen Dam har i etterkant takket oss for veldig hyggelig mottakelse og lærerikt møte med CP-foreningen og de vil gjerne komme igjen til oss. Det er nå lagt ut bilder fra alle de viktigste prosjekttiltakene CP-foreningen Agder har arrangert gjennom 2019 i Stiftelsen Dams prosjektbibliotek – så stolte er vi og ekstra glad for at vi startet årets julefest nettopp med presentasjonen «tilbakeblikk fra 2019». Vi håper at vi i Agder var en god representant for alle våre fylkeslag, slik at mange av våre



fylkeslag kan dra nytte av muligheten vi alle har til å søke om økonomisk støtte fra Stiftelsen Dam.

Ta gjerne kontakt med oss hvis dere ønsker mer informasjon fra våre erfaringer. Vi er til rådighet! ■

HEDMARK OG OPPLAND

Førjul på Maihaugen



En søndag i desember var vi 24 store og små samlet på Maihaugen museum på Lillehammer for førjulshygge. Vi bakte pepperkaker, hadde en hyggelig eventyrstund og avsluttet med å spise julegrøt rundt langbordet. Etterpå fikk vi muligheten til å se utstillingen både innen- og utendørs på Maihaugen. ■



ROGALAND

Kongeparken

Vi hadde førjulsarrangement i Kongeparken 8. desember. Vi var 40 personer, både små og store, som deltok på arrangementet. ■



TRØNDELAG

Nyttårsfest 2020 for voksengruppa



11. januar 2020 hadde vi nyttårsfest for voksengruppa på Scandic Lerkendal. Dette er det andre året vi har festen her. Nyttårsfesten erstatter det tradisjonelle julebordet vi har hatt på Royal Garden i mange år. Vi har rett og slett vokst oss ut av lokalene, og sikkerheten måtte tas hensyn til. Derfor flyttet vi festen til en litt roligere utelivstid og til nye og mer egnede lokaler.

I San Siro-lokalene på Lerkendal møtte 98 feststemte deltagere. Selv med 32 rullestoler hadde vi god plass å boltre oss på. Etter registrering fikk alle en velkomstdrink utenfor lokalet, før vi samlet gikk inn og fant oss en plass rundt de store, runde bordene de hadde dekket opp

til oss. Vi fikk servert buffet med mat for enhver smak. Dessert og kaffe hørte også med til menyen. Egen bar og egne servitører hadde vi i lokalet hele tiden.

Jesse og Lasse sto for det meste av underholdningen, men vi hadde også en del gjestearterister fra salen. Erlend stilte opp med slagverk og hjalp Jesse med spillingen. De fleste sangene ble vist med tekst på storskjerm, slik at alle som ønsket,

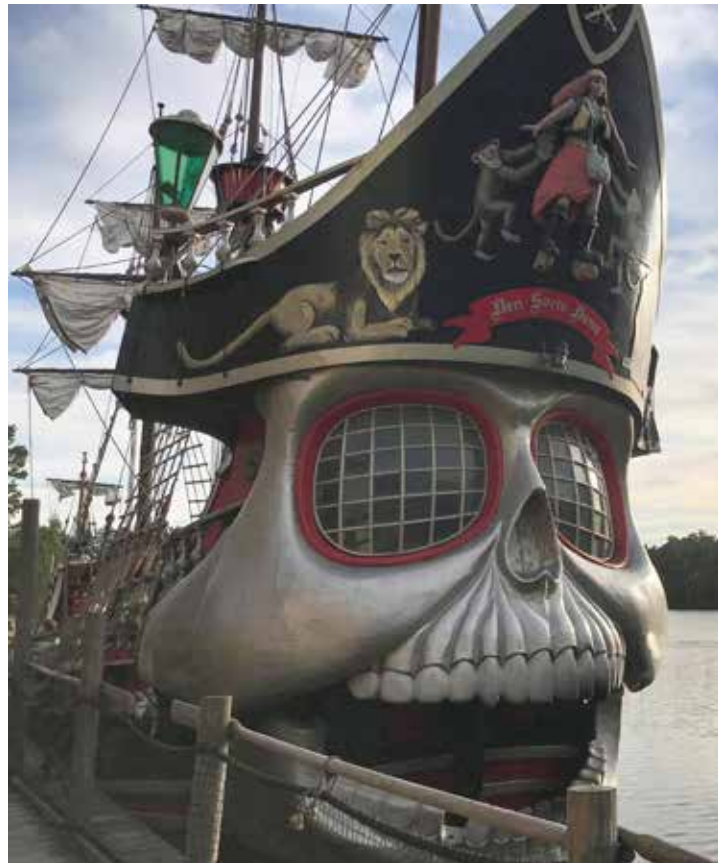
kunne synge med. Lennart, Øystein, Lene og Mads var gjestearterister med hver sine sanger. Jesse annonserte åpen mikrofon, og da ble noen ivrigere enn andre. Vår egen musikkvideo ble også vist frem på storskjerm. Det var god plass til å danse for dem som ønsket det. For dem som hadde mest lyst på litt roligere omgivelser og mest lyst til å prate, var det flere sittegrupper for dette utenom lokalet. Skybaren

på hotellet kunne også benyttes for dem som ønsket det.

Vi avsluttet festen i San Siro ved midnatt. De som fortsatt var i feststemning, forflyttet seg til skybaren. ■

OSLO OG AKERSHUS

Glimt fra 2019



Nå er vi allerede godt inne i år 2020, i 2019 hadde vi de faste aktivitetene: I juni dro vi på tur til Tusenfryd og i september til Kristiansand dyrepark.

I desember hadde vi en knallfin juletreffest med 80 fremmøtte på Siemens i Oslo.

Vi har årsmøte onsdag 4. mars på Berg gård kl. 18, velkommen dit skal dere være. ■

Hilsen oss i styret i CP-foreningen i Oslo og Akershus

HORDALAND SOGN OG FJORDANE

Førjulsfest for familier



Søndag 15. desember kl. 15 stilte 49 personer på førjulsfest på hotell Scandic på Kokstad.

Vi ble servert deilig gryterett og pølser til dem som ønsket det. Til dessert/kaffe fikk vi kaker, som vi selv hadde tatt med. Det er alltid

gøy å smake på så mye forskjellig. Etter middagen kom Roar Finsås med gitaren og underholdt for oss. Det var veldig kjekt. Alle som ville, fikk velge sang, og mange sang med. Etterpå gikk vi rundt juletreet og sang julesanger. Til alt hell kom

nissen i år også, og det var faktisk to nisser! Så da ble det utlevert gaver til alle barna og noen voksne. Det var kjempekjekt. ■

Skrevet av Bente Heggø Olsen

HORDALAND SOGN OG FJORDANE

Julebord for voksne



Lørdag 7. desember 2019 inntok 35 feststemte deltakere SAS-hotellet på Bryggen i Bergen. Hotellet hadde reservert godt tilrettelagte lokaliteter til oss.

Det ble servert juletallerken med

mulighet for påfyll, valgfri drikke samt riskrem, multekrem og kaffe, til de som ønsket det, til dessert. Det smakte fortreffelig. God service fra to servitører gjorde det hele komplett. Vi kom til nydelig pyntede bord og praten gikk lett rundt bordene. Vi hadde taffelmusikk under måltidet fra to innleide musikere.

Etter maten hadde vi utlodning av middag for to på SAS-hotellet og utlodning av en ukes opphold på hytten på Furuneset i Sveio. Så var det tid for dans til fengende musikk fra musikerne. Dansegulvet ble flittig besøkt av glade festdeltakere, som sang og danset. Julebordet ble avsluttet ca. ved midnatt. Det var bare gode tilbakemeldinger fra de som deltok! ■

Skrevet av Kari Anderssen

HORDALAND SOGN OG FJORDANE

Likepersontreff for voksne med CP



Lørdag 23. november 2019 ble det arrangert likepersontreff på SAS-hotellet Bryggen i Bergen. Denne gang med overnatting til søndag 24. november, slik at personer med lang reisevei hadde mulighet til å melde seg på.

Vi begynte med presentasjon av deltakerne, forfriskninger og samtalegruppe rundt kvalitetsreformen «Leve hele livet». Vi tok også opp kommunale hjemmehjelpstjenester kontra private. Hva er vilkårene for BPA ordningen, hva er ULOBA? Vi hadde erfaringsutveksling rundt «hvordan mestre

hverdagslivet?» og tipset hverandre om gode ideer og erfaringer som forenkler hverdagslivet og opphold i Syden for aldersgruppen 50+. Helseeffekten rundt dette ble diskutert.

Vi spiste middag sammen lørdag kveld. Praten gikk lett, og stemningen var god. Middagen smakte også godt.

Etter frokost søndag snakket nevropsykolog Rita Skavhellen om psykisk helse og aldring, samt hvordan vi kan trene og passe på hjernen i voksen alder. Vi spiste lunsj sammen før vi avsluttet likepersontreffet klokken tre søndag ettermiddag. ■

Skrevet av Kari Anderssen og Anne Ingebjørg Takvam

NORDLAND

Familiejulebord



7. desember arrangerte Nordland CP-forening årets tradisjonelle familiejulebord på SAS Royal hotell i Bodø. Vi var 25 deltagere fra fem år og oppover.

Vi møttes lørdag ettermiddag på Royal bowling og bowlet noen runder. Dette var veldig gøy og engasjerende. De to yngste deltagerne, Even på fem år og Andreas på seks år, var veldig ivrige. Guttene vant ikke selve bowlingen, men vant utvilsomt på engasjement og sjarm. Det var full klaff på kjemien mellom dem, og vi som voksne kunne virkelig se verdien i å bli kjent med andre som sliter med de samme utfordringene knyttet til CP-diagnosen. Vi ser det jo godt når ungdommen møtes, at livslange vennskap knyttes gjennom deltagelse på medlemsarrangementer.

Even og Andreas fikk julestrømpe med masse godterier i. Alle hadde en fin opplevelse på bowlingen og ungdommen tok noen ekstra runder, mens praten satt løst mellom de voksne.

Litt senere på ettermiddagen, da finstasen var kommet på, møttes vi på tre av hotellrommene. Ungdommen på ett rom, og damer og menn på hver sine rom. Det ble litt sosialt på rommene, før vi gikk ned til festsalen, hvor vi hadde vårt eget rom, der vi ble servert nydelig julemat; en nydelig buffet med alt en kan tenke seg av julemat og desserter. Buffeten og dansegulvet var felles for alle foreninger og bedrifter som hadde julebord. Det ble et hyggelig julebord for både små og store. ■



Skrevet av
Ann Myrbakk Andersen

FØLG OSS PÅ FACEBOOK

Se våre Facebook-sider
«Cerebral Pareseforeningen i Norge»



NORDLAND

Ungdomstreff



I mange år har vi snakket om at vi ønsket et tilbud til ungdommene i Nordland. I mars 2019 sendte vi inn søknad til ExtraExpress, og vi var spente på om vi ville få penger til vårt formål. Vi fikk 30 000 kroner, og dermed var det bare å begynne å planlegge et treff.

9.-10.oktober i år møttes fem gutter og to arrangører til ei helg med både faglig og sosialt påfyll.

Temaet for helga var utdanning og arbeid. Maiken Dahl fra Bodø videregående skole fortalte litt om rettighetene ungdommene har som studenter. Hun fikk mange gode spørsmål og innspill fra deltakerne.

Etter lunsj var det medlem Tor-Ove Gjærde sin tur til å fortelle om sine erfaringer med det å jobbe. Han holdt et engasjerende foredrag. Etterpå fikk ungdommene selv fortelle litt om sine erfaringer og ønsker for fremtida.

Resten av dagen ble brukt til sosiale aktiviteter. Vi dro først på bowling. Her fikk vi også selskap av søskenbarnet til Tor-Ove som ble med oss resten av helga. Bowling var en aktivitet alle mestret, fordi bowlinghallen hadde hjelpemidler for dem som ikke klarte å kaste kula selv. Alle storkoste seg og heiet på hverandre.

På kvelden dro vi på Orion for å spise middag. Der fikk alle bestille det de ønsket, og vi koste oss med god mat og drikke.

Etterpå dro vi tilbake til hotellet. Der hadde vi leid et rom ungdommene kunne være på, spille spill og prate. Vi hadde også kjøpt inn brus og potetgull som de kunne kose seg med. Ungdommene storkoste seg til langt på kveld.

Etter frokosten søndag dro vi på lasertag, et spill med laserpistoler. Dette var en aktivitet vi var spente på om alle ville mestre, men det ble stor suksess. Responsen etter helga var at vi måtte arrangere et nytt ungdomstreff gjerne med lasertag som aktivitet.

Mange av ungdommene fikk denne helga testet ut det å mestre å være alene uten en mamma eller pappa til stede, og det fungerte kjempebra. ■

Send oss
fylkesnyheter på
post@cp.no

CP-foreningen

Telefon sentralbord: 22 59 99 00
Adresse: Bergsalléen 21, 0854 Oslo
E-post: post@cp.no
Webside: www.cp.no



Sekretariatet



Eva Buschmann
 Generalsekretær
 E-post: eva@cp.no
 Telefon: 979 94 652



Margaretha Nicolaysen
 Seniorrådgiver
 E-post: margaretha@cp.no
 Telefon: 979 94 654



Charlotte Åsland Larsen
 Redaktør og
 informasjonsrådgiver
 E-post: charlotte@cp.no
 Telefon: 400 94 116



Marit Helene Gullien
 Informasjonsrådgiver
 E-post: marit@cp.no
 Telefon: 922 01 214



Kristin Benestad
 Organisasjonsrådgiver
 E-post: kristin@cp.no
 Telefon: 930 62 084



Helle Benedicte Aasheim
 Rådgiver
 E-post: helle@cp.no
 Telefon: 413 60 819



Anita Hanken
 Rådgiver
 E-post: anita@cp.no
 Telefon: 976 69 046

Fylkesavdelinger

Avdeling Agder

Leder: Monica Myhre
 Rona 10, 4638 Kristiansand
 Telefon: 907 45 738
 E-post: monica.myhre@nav.no

Avdeling Buskerud

Leder: Øyvind Bråthen
 Temtemoveien 46, 3053 Steinberg
 Telefon: 32 87 32 88 / 916 75 206
 E-post: oyvind.brathen@ebnett.no

Avdeling Finnmark

Kontaktperson: Fred Gjøran Einvik
 Telefon: 900 17 938
 E-post: fred@einvik.net

Avdeling Hedmark og Oppland

Leder: Katrin Austnes
 Telefon: 920 94 960
 E-post: katrinaustnes@hotmail.com

Avdeling Hordaland og Sogn og Fjordane

Leder: Bente Heggø Olsen
 Kråkeneslien 29, 5153 Bønes
 Telefon: 911 50 011
 E-post: bente.heggo.olsen@gmail.com

Avdeling Møre og Romsdal

Kontaktperson: Petter Sortevik
 Telefon: 954 79 474
 E-post: sortevik@gmail.com

Avdeling Nordland

Leder: Kristin Gjerde
 Forstranda, 8140 Innøyr
 Telefon: 970 25 145
 E-post: kgjaerde@start.no

Avdeling Oslo og Akershus

Leder: Andre Berg
 Telefon: 920 15 574
 E-post: styreleder@cpoa.no

Avdeling Rogaland

Leder: Irene Hovland
 Havnevegen 11, 4056 Tananger
 Telefon: 988 50 450
 E-post: irenehovland69@gmail.com

Avdeling Telemark

Leder: Frank Robert Hübenbecker
 Havevegen 4 A, 3725 Skien
 Telefon: 907 37 337
 E-post: frhuben@online.no

Avdeling Troms

Leder: Tanja Steen
 Maskinistveien 10, 9014 Tromsø
 Telefon: 922 01 006
 E-post: tansteen@gmail.com

Avdeling Trøndelag

Leder: Lise Løkkeberg
 Solvangen 85, 7027 Trondheim
 Telefon: 901 47 929
 E-post: liseloekkeberg@hotmail.com

Avdeling Vestfold

Leder: Ingrid Lang
 Tolsrødveien 17, 3158 Andebu
 Telefon: 913 96 317
 E-post: i.lang@online.no

Avdeling Østfold

Leder: Hanne Stangeboe Petersen
 Telefon: 924 20 632
 E-post: hanne@sadu.no

Smågrupper tilsluttet CP-foreningen

Gruppe Hunter/Hurler (MPS)

Kontakt: Rita Hausken Barkhodaee
 Constitutionensvei 10
 4085 Hundvåg
 Telefon: 932 56 278

Gruppe Ataxia Teleangiectasia (AT)

Kontakt: Bent Are Rønstad
 Telefon: 934 83 594
 E-post: beronsta@bbnett.no

Ålesund og Sunnmøre hjelpelag for cerebral parese

Kontakt: Roy Fylling
 Gåseidstien, 6015 Ålesund
 E-post: roy@saetremyr.no

Gruppe MLD Norge

Kontakt: Arvid Bredesen
 Telefon: 988 33 516
 E-post: arbredes@online.no

Sentralstyret

Leder

Tor Helge Gundersen
 Hordaland Sogn og Fjordane
 Epost: tor-helge@dagen.no

Styremedlemmer

Ken Gøran Skar,
 Møre og Romsdal
 Epost: KenGoranBlakstad.Skar@fmcti.com

Marte Broderstad Sandvik
 Troms
 Epost: martebsandvik@gmail.com

Tanja Leegaard
 Vestfold
 Epost: tanja.leegaard@hotmail.com

Monica Myhre
 Vest-Agder
 Monica.Myhre@nav.no

Varamedlemmer

Sigrun Bjerke Fosse,
 Oslo og Akershus



Følg oss på Facebook:
 Cerebral Parese-foreningen
 i Norge

LYTT TIL CP-BLADET

Ønsker du CP-bladet innlest? Norsk lyd- og blindeskriftbibliotek (NLB) produserer og låner ut CP-bladet i lydform.

Meld deg inn på www.nlb.no,
 eller ved å ringe 22 06 88 10.

Tjenesten er gratis.



Vil du ha en annonse i bladet?

Ta kontakt på 22 59 99 00 eller post@cp.no

CP-bladet utgis fire ganger i året. Opplaget er på 3500, og bladet sendes til alle medlemmer. Medlemsmassen omfatter både privatpersoner og sentrale fagmiljøer innenfor helse- og skolesektoren. Bladet er et aktualitetsmagasin med en blanding av reportasjer fra fylkesavdelingene og fagmiljøene, presentasjoner fra seminarer og fagkonferanser, leserinnlegg, bokomtaler og fagartikler.

En som forstår hva du snakker om

Unge med CP

Stine Dybvig
Bosted: Oslo
Født: 1991
Student
Telefon: 952 56 511
E-post: stinebdy@online.no

Caroline Hoel Sæther
Bosted: Sarpsborg, Østfold
Født: 1989
Telefon: 928 13 367
E-post: caro.likemann@gmail.com

Joakim Løberg
Bosted: Skien, Telemark
Født: 1989
I arbeid
Telefon: 934 62 757
E-post: joakim.loberg@icloud.com

Marte Broderstad Sandvik
Bosted: Tromsø, Troms
Født: 1990
I arbeid
Telefon: 988 60 375
E-post: martebsandvik@gmail.com

Snorre Spilling Øvereng
Bosted: Kristiansand, Vest-Agder
Født: 1989
Student
Telefon: 975 84 361
E-post: snorreov@gmail.com

Marthe Schikora-Rustad
Bosted: Vennesla, Vest-Agder
Født: 1990
I arbeid
Telefon: 916 08 091
E-post: marthe_rustad@hotmail.com

Voksne med CP

Mari Svartveit Hansen
Bosted: Kinsarvik, Hordaland
Født: 1984
Gift og har to barn
I arbeid
Telefon: 476 20 708
E-post: marisvart@hotmail.com

Helle-Viv Magnerud
Bosted: Bergen, Hordaland
Født: 1964
Ett barn
I arbeid
Telefon: 971 18 191
E-post: magnerud@online.no

Ewy Halseth
Bosted: Oslo
Født: 1949
Pensjonist
Telefon: 901 87 847
E-post: ewy@halseth.no

Ann-Inger Mortensen
Bosted: Dønna, Nordland
Født: 1978
Gift
I arbeid
Telefon: 412 45 174
E-post: anninger@hotmail.no

Maiken Lovise Kvåle
Bosted: Trondheim, Trøndelag
Født: 1963
Ikke i arbeid
Telefon: 970 71 176
E-post: maikenk@online.no

Pål Gabrielsen
Bosted: Oslo
Født: 1968
Samboer og ett barn
I arbeid
Telefon: 958 50 318
E-post: p.gabrielsen68@gmail.com

Mari Mosand
Bosted: Trondheim, Trøndelag
Født: 1964
To barn
I arbeid
Telefon: 911 12 974
E-post: mosandcp@gmail.com

Inger Eline Bille
Bosted: Bærum, Akershus
Født: 1960
Ikke i arbeid
Telefon: 67 13 31 44/ 958 86 691
E-post: billeinger@gmail.com

Jenny Holte
Bosted: Kragerø, Telemark
Født: 1976
Gift og har to barn
Telefon: 986 72 547
E-post: jenny@kebas.no

En likeperson i CP-foreningen har gått på likepersonkurs i foreningen og skrevet under på en taushetsavtale. En likeperson har lyst til å gjøre en innsats for andre. Likepersonen prøver å skille mellom egne og andres problemer og vet at det er viktig å kunne håndtere fortrolige opplysninger. Du kan ringe en av dem når du lurer på hva du skal gjøre, når du trenger tips og råd om hva som nytter eller rett og slett når du trenger å prate med en som forstår hva du snakker om. For å lese mer om våre likepersoners kompetanseområder, besøk vår nettside www.cp.no

Foreldre til store barn med CP (over 18 år)

Charlotte Wesenberg
Bosted: Kristiansand
Mor til jente født i 1991
Telefon: 481 77 721
E-post: arlotte2000@yahoo.no

Anita Sjøstrøm
Bosted: Oslo
Mor til jente født i 1988
Telefon: 924 09 435
E-post: anita_sjostrom@hotmail.com

Eva Alvilde og Ole Alfred Larsen
Bosted: Alta, Finnmark
Foreldre til gutt født i 1986
Telefon: 412 52 848 (Eva)/ 918 73 732 (Ole)
E-post: eva.larsen@kraftlaget.no

Foreldre til små barn med CP

Camilla Kløgetvedt
Bosted: Oslo
Mor til jente født i 2010
Telefon: 938 72 175
E-post: cammyk6@hotmail.com

Deeqa Muse Yusuf
Bosted: Bærum, Akershus
Mor til gutt født i 2016
Telefon: 406 37 005
E-post: deeqa176@hotmail.com

Gunn Marit Berglund
Bosted: Lyngen, Troms
Fostermor til gutt født i 2007
Telefon: 478 94 639
E-post: gunn_m66@hotmail.com

Ingvald Skarsem Jonassen
Bosted: Froland, Aust-Agder
Mor til jente født i 2005
Telefon: 932 46 793
E-post: ingvald.skarsem.jonassen@gmail.com

Liv Elin Moldekleiv
Bosted: Bergen, Hordaland
Mor til gutt født i 2005
Telefon: 986 53 343
E-post: emoldekl@online.no

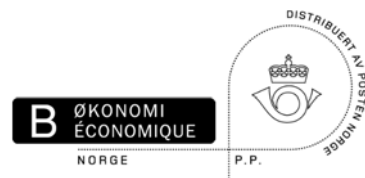
Camilla Sagbakken
Bosted: Lillehammer, Oppland
Mor til tvillingjenter født i 2014
Telefon: 476 43 782
E-post: milaba@live.no

Katrin Austnes
Bosted: Lillehammer, Oppland
Mor til jente født i 2004
Telefon: 920 94 960
E-post: katrinaustnes@hotmail.com

Ingrid A. Lien
Bosted: Ski, Akershus
Mor til jente født 2010
Telefon: 934 22 275
E-post: netta73@live.no

Vil du vite mer om
likepersonsarbeid?

Kontakt
CP-foreningen på
telefon 22 59 99 00



Returadresse:
CP-foreningen
Bergsalléen 21
0854 Oslo



**Smidig BPA
tilpasset ditt liv**

BPA = frihet + selvstendighet

Mennesker med et langvarig assistansebehov har rett til å være sjef i eget liv. Vi i Stendi Assistanse brenner for å levere tilpasset og smidig BPA.

Våre medarbeidere har mer enn 10 års erfaring med å skreddersy gode BPA-løsninger for våre kunder.

Finn ut mer på stendi.no/BPA

Har du spørsmål om BPA?

Våre rådgivere kan gi deg veiledning 24 timer i døgnet, 365 dager i året.

Kan vi svare på alt? Ja, det vil vi ydmykt påstå. Er det noe vi kan, så er det BPA.

**Ring BPA-telefonen
974 80 800**

stendi
assistanse