



LHL i Buskerud

"Bladet vårt" Nr. 3 - 2017





Rolf B. Haukland

Leder LHL Buskerud

Det har vært en turbulent høst for fylkesutvalget i Buskerud. Inntekter som var ment å komme inn, uteble, og det var inntekter fra Bladet vårt og som var helt nødvendig for å drifte som planlagt. Det måtte derfor vurderes tiltak, og i ekstraordinært årsmøte ble de vedtatt å avvikle nåværende modell for fylkesutvalget, og videreføre et fylkesutvalg uten egen økonomi. Det er for så vidt slik de fleste fylkesutvalg er organisert. Men for LHL Buskerud fikk det de konsekvenser at vi måtte avvikle kontordrift, ansettelsesforhold og andre inngåtte avtaler. Jeg fikk den tvilsomme ære å lede et avviklingsstyre, og det har i hvert fall holdt meg i aktivitet. Utgivelsen av høstnummeret av «Bladet vårt» ble også rammet, og dette er grunnen for at bladet nå kommer ut senere enn vanlig.

Det er i det hele tatt et spørsmål om «Bladet vårt» kan videreføres, og det ser jeg på som meget uheldig. Bladet har vært og er ment å være en kommunikasjonsbærer mellom de ulike LHL lokallag i fylket. Det kan ikke erstattes, selv med moderne elektroniske løsninger. Selv om et fylkesutvalg, uten egen økonomi, ikke kan drive med økonomiske transaksjoner, må det finnes andre knytninger slik at en redaksjonskomite for «Bladet vårt» kan drive videre.

Det har også vært avholdt Landsmøte i LHL, og det er mye positivt som har hendt i LHL den

siste perioden. Medlemstallet har økt til nå godt over 50 000 medlemmer, og øker fortsatt. Økonomien er bra, aktivitetene i lokallagene har gått opp, og medlemsundersøkelser viser at det er høy tilfredshet blant medlemmene med tilbud og aktiviteter. Imidlertid er det noe uro og skepsis til om LHL nå går for fort frem, og at fokus nå blir mer på kommersiell drift fremfor fokus på grasroten. Det ble da tenkt på sykehusbygging og oppkjøp av by- klinikker.

Generalsekretær Frode Jaren beroliget landsmøtet om at både administrasjonen og sentralstyret på ingen måte har mistet fokus på det som er røttene i LHL. Han tok videre i sin tale et sterkt oppgjør med de som forbandt LHL med privatisering av helsetilbudet i Norge. LHL er og skal være en ideell pasientorganisasjon som arbeider for et sterkt offentlig helsevesen, men kan og bør bygge opp kompetanse og kapasitet til å kunne supplere det offentlige der hvor det offentlige har behov. Dette er tvert imot et alternativ til å privatisere helsevesenet. Det er ikke galt å tjene penger, så lenge overskuddet brukes på å bedre pasientens behov og ikke på å bygge opp private formuer. Han avsluttet med at vi bør være stolt av organisasjonen LHL; hva den har fått til, og hva den vil få til, og ikke så tvil om at LHL er og fremdeles vil være en ideell pasientorganisasjon.

Som jeg nevnte tidligere kan dette være siste utgave av «Bladet vårt». Men vi arbeider med

å finne en løsning. Jeg vil derfor takke for alle fine tilbakemeldinger om bladet. Jeg vil også takke annonsørene for bidraget som har gjort det mulig at gi ut bladet. Jeg håper at når vi har funnet en løsning at dere vil være med å støtte oss videre.

Det er ikke sikkert at det blir gitt ut et nummer

til før Jul, så selv om det er noe tidlig vil jeg derfor på vegne av fylkesutvalget benytte anledningen til å ønske alle medlemmer en fin julehøgtid, og et riktig godt nyttår.

Med hilsen Rolf B. Haukland

Fylkesutvalgsleder LHL-Buskerud



LHL

Møt oss på facebook

Stadig flere av lokallagene i Buskerud møtes på nettsamfunnet Facebook. Opprinnelig var FB laget for universitetsstudenter og -ansatte i USA. Siden har det spredt seg til andre bruksområder, inkludert venner, skoler og geografiske områder. Det er et sosialt nettverk, der brukeren kommuniserer ved at en profil blir opprettet. Nettsamfunnet har mer enn 600 millioner aktive brukere på verdensbasis, og over 1,5 millioner norske brukere.



LHL Ringerike
LHL Nes
LHL Røyken
LHL Hemsedal
LHL Hole
LHL Kongsberg
LHL Øvre Eiker
LHL Drammen og Lier



LHL

Buskerud

Redaksjonen ønsker alle
en riktig god jul
og et godt nytt år.



LHL Buskerud

ISSN 1892-0799

Utgiver: LHL Buskerud

Torgeir Vraasplass 5, 3044 Drammen
Tlf. 95 70 28 37 • E-post: lhl.buskerud@lhl.no

Årgang 25 – Nr. 3–2017 **Opplag: 2700**

Layout: Ola Tom Evje, olatom@amn.no

Trykk: HG Media AS

Ansvarlig annonser: Outsiders AS

Distribusjon: Postverket

REDAKSJONSKOMITÉ:

Jan Arne Dammen, epost: arnedam@online.no
Roald Adolfsen, Svein Olav Tovsrud
og Vera Jagland.

Anvarlig redaktør: Rolf Haukland.

Forside: Madonnaen i Sigdal, Jan Arne Dammen

På kontoret: Vera Jagland

Mobil LHL Buskerud 475 08 952

Brukermedvirkning i spesialist helse tjenesten

Av Lillemor Sandberg
Foto Jan Arne Dammen

Som bruker medvirker i Vestre Viken HF har jeg blitt bedt om å sette ned noen ord til Bladet Vårt om dette vervet.

De fleste av oss kjenner jo helsevesenet ganske godt sett fra «ryggeleie posisjonen» eller som kroniker og det er en meget viktig og nyttig erfaring å ha med seg.

En brukermedvirkers viktigste oppgave er å være brukernes (pasientenes/pårørendes) tale-rør inn i helsevesenet. Helt essensielt er pasientsikkerhetsprinsippet og Helsevesenets 13 punkter.

Disse to er vår viktigste rettesnor. Som brukermedvirker tar vi ikke opp enkelt saker, men har saken almen interesse kan det bli en sak for BU.

Dette er et verv som krever ganske mye. Masse å sette seg inn i og ta stilling til. Om man regner timer blir det nok opp mot et trekvart årsverk.

For fem år siden møtte jeg for første gang i Brukerutvalget i Vestre Viken HF. Vårt BU består av 10 personer valgt fra FFO, Safo og Kreftforeningen, og man velges for to år, maksimum seks år. Siden jeg var ute et år og var vikar under langvarig

sykdom, har jeg nå startet på en ny seksårsperiode.

Vi har 10 utvalgs møter pr år pluss at vi følger to klinikker hver og har en del andre fora vi også deltar i. I utvalgsmøtene deltar også to spesialrådgivere fra VV- HF, den ene som vår sekretær. Direktør Wisløff eller en av hans stedfortredere, deltar ved leilighet i møtene. Videre har vi fast med oss, Pasientombudet for Buskerud og en del ganger også Pasientombudet fra Akershus, i alle utvalgsmøtene i BU. Dette fordi vi har Bærum sykehus med i VV HF og av samme grunn kommer to av utvalgets medlemmer fra FFO Akershus.

For å bli brukermedvirker, må man ha ett Modul 1 kurs gjerne også en Erfarings konferanse (som holdes i regi av FFO) og ikke minst må man ha tid og krefter. Vi har selvfølgelig taushets plikt! Et krevende verv.

Videre følger vi Blakstad sykehus og har en del møter der. En av BUs medlemmer kommer fra RIO som er rusmisbrukernes organisasjon så vi har med både fra somatikken, psykiatrien og rus.

Personlig følger jeg Klinikk Kongsberg sykehus – kvalitetsutvalgets møter og utvidet ledermøter. I tillegg er det endel andre oppgaver, da det skulle opprettes smerteklinikk, arealplan Kongsberg sykehus, Hjem til Hjem KOLS prosjektet. Nå er vi to fra BU og klinikk direktør Agledal som jobber med å få til bruker kontor også på Kongsberg sykehus for å nevne noen få.

Gjennom disse fem årene har jeg også hatt oppgaver på Bærum sykehus, blant annet et lærings nettverk for helse personell. En veldig spennende oppgave var å sitte i skisse utvalget for nytt sykehus med tre forskjellige grupper – kjøkken/kantine, LMS/bruker kontor, prehospitaltjenester.

I prehospitaltjenester som omfatter ambulans, AMK, og luftambulansene har det også vært mange oppgaver. Som f, eks. dagambulans Røyken/Hurum, en god del møter i forbindelse med hvordan framtidens PHT skal være. Jeg satt i styrings gruppe strategi og selvfølgelig deltatt i alle ordinære møter.

Av mer generelle oppgaver kan nevnes – område plan rehabilitering, habilitering - barn

med spesielle behov Ringerike sykehus, hustavla, visitt stolen, dialog møter LMS.

Denne vår /sommer har en oppgave vært å være brukermidvirker i Helse Sørøst - midlertidig utvalg spesielle øyensykdommer. Dette er en veldig spennende oppgave som også berører Drammen sykehus og øye avd. Drammen sykehus har en fantastisk netthinne kirurgi og med internasjonalt kjent kirurg som har gjort et stort forbedrings arbeid med netthinne kirurgien. Ullevål sykehus sender di vanskeligste kasusene til Drammen for operasjon her.

Delvis som følge av mange innleggelser på hjerte avd. og som brukermidvirker er jeg også med i en spesiell forskningsstudie i Skandinavia som går på hjertesyke etter infarkt. Dette i regi av overlegene Elise Sverre og John Munkhaugen



ved Drammen sykehus og som vil ende i flere doktorgrader. Dette er en veldig spennende oppgave.

Vestre Viken HF får ros i alle fora fordi helseforetaket ligger langt framme faglig sett, har gode rutiner og et dyktig personale. VV HF er meget flinke til å ta med og å bruke sine brukermidvirkere, i alle utvalg og tiltak er det en selvfølge at det er med brukermidvirkere. Vi er også selvfølgelig med på

årlige samlinger i FFO regi og LHL sine. LHL har dessverre ikke hatt samling på over to år, hvilket er meget trist. Det å kunne møte andre brukermidvirkere og utveksle erfaringer og lære av hverandre er meget viktig og i LHL er vi vel 20 – 30 personer på landsbasis.

Jeg håper med dette at andre også vil se at dette er en spennende og givende oppgave å påta seg.

Buskerud RØR AS

Hageveien 2
3370 Vikersund

Tlf: 911 40 755

E-post: buskerudror@outlook.com

GOL Campingsenter Apartment AS
★★★★ HELÅRS CAMPING · HYTTET · KRO · FRILUFTSBAD

GoI Campingsenter Apartment AS

Tlf: +47 32 07 41 44
Vi er på Facebook!



Av Jan Arne Dammen

Regnet bøtta ned da vi forlot Kongsberg med retning Langedrag Naturpark. Det ble en liten stopp i Vikersundbakken før vi fikk en deilig frokost på Krøderen Kro. Humøret var som vanlig på topp og det var kanskje det som gjorde susen. For da vi nærmet oss Langedrag lysnet det opp. Her ble vi tatt i mot av dyreansvarlig Anne Grethe som ga oss historien om Edvin Thorsen, helse-trøya og Langedrag, før vi fikk en guidet tur i parken.

På gården er ca. 300 dyr fordelt på rundt 20 arter. Mange av dyrene er særnorske slik som elg, reinsdyr, moskus, fjording og telemarksku. Andre er stamfar for våre norske husdyrraser slik som mouflonsau og bankiwahøns. På gården finnes også truede og sårbare dyrearter som ulv, fjellrev og gaupe. Nærkontakt fikk vi med elgene som vi foret med gulrøtter.



Jan Arne Dammen

Etter en lærerik tur i vakre omgivelser ble vi servert en aldeles nydelig lapskaus med hjemmebakke rundstykker i spisestua. Tida går fort i godt

selskap og gode og mette var det tid for hjemreise. Vi takker Terje og Aina Grimnes i Grimnes Reiser for en fin og behagelig tur.



Jan Arne Dammen





Av Jan Arne Dammen

Tradisjonen tro arrangerte LHL Kongsberg sommertur for sine medlemmer i juni. Med full buss gikk ferden fra Kongsberg via Sandefjord til Strømstad. Byen var utgangspunktet for båtturer ut i den svenske skjærgården. Himmelens sluser åpnet seg da vi gikk om bord i MS Koster-skjær, men været la ingen demper på humøret. Målet var øya Nord Långø og anlegget «Alaska» som ble bygget av Hilma Svedahl. Et fantastisk byggverk av sement og stein og en vakker blomsterhave. Spesielt Golden Gate brua som ble bygget 2 år før den virkelige Golden Gate Bridge, dvs. ferdigstilt i 1935.

Ny dag og med sol og frisk vind satte vi kursen til Koster. Her fikk vi omvisning på museet før vi krysset øya med El-busser, drevet av solenergi. Og i høy sjø fikk vi en uforglemmelig tur tilbake på Kosterfjorden.

Tredje og siste dag på denne



Foto Jan Arne Dammen

fine sommerturen gikk til Fjällbacka, krimforfatteren Camilla Läckbergs rike. Her ble vi møtt av en usedvanlig engasjert og trivelig guide. Åsa som hun het, satte oss inn i stedets historie og ikke viste vi at emballasjen "Tetra pak" hadde sin opprinnelse her. Stedet var også Ingrid Bergmanns favorittsted. Ingrid's første besøk i Fjällbac-

ka var i mars 1958. Her trivdes hun så bra at hun var her nesten hver sommer til hun døde i 1982.

I godt selskap går som sagt tiden fort og nå var Norbysenteret siste stopp på ferden før vi var tilbake i Kongsberg. Takk til LHL Kongsberg med turgeneral Bjørn Thorsdalen i spissen for en flott sommertur.



Foto Jan Arne Dammen



Foto Jan Arne Dammen



Foto Jan Arne Dammen





Av Kari Torgersen

Da vi ikke lenger kunne være på FFO-huset ved Ringerike sykehus, måtte vi på leting etter lokaler til årets sommeravslutning. Etter en befarings til "Tony's" nyoppussede lokaler av den gamle kafeen på Røsshholmstranda, falt valget på sommeravslutning 12. juni ved Tyrifjorden. Her var trappeløs adkomst, nye toaletter, stor spisesal og utvidet fjordterrasse under tak i tilfelle regn.



Nina og Kari fra Styret startet dagen med storinnkjøp av grillmat med tilbehør. Noen forberedelser ble gjort hjemme og mat og utstyr fraktet til Røsshholmstranda. LHL Ringerike ordnet også med skyss utover til de som trengte.

Som vanlig denne sommeren var været variabelt, med både sol og regnskur. Leder var den eneste som stilte i shorts, og det sier noe om temperaturen. Omlag 40 personer møtte frem og hygget seg ute på terrassen, mens Nina og Kari forberedte spising inne sammen med Tony. Asbjørn og Raymond fra Styret sto for grilling på medbragte griller, som Asbjørn hadde fraktet utover.

Kari ledet arrangementet, som startet med orientering om styrets arbeid med flytteprosess. Nyttig informasjon om alt fra sommertur til Savalen i juni til nye lokaliteter i underetasjen på Ullerål kirke for medlemsmøter fra 11. september fikk vi også. Deretter kunne forsamlingen gjøre solid innhogg i grillmaten, samtidig som praten gikk livlig rundt langbordene. Innkjøperne fikk ros for godt beregnet matmengde, og ingen dro sultne hjem etter det foretrefelige grillmåltidet.

Uteaktiviteten var pilkast mellom regndråper, men likevel god oppslutning og stor munterhet blant deltakerne. Fine

premier vanket det også til de tre beste i dame og herreklasse. Det var godt å komme under tak og inn til Tony's nytraktede kaffe og Søgnis hjemmebakke russiske wienerbrød.

Leder kunne fornøyd konstatere at årets sesongavslutning på Røsshholmstranda ble en suksess, med god mat, fullsatt lokale og god stemning blant de fremmøtte. Takk til alle som bidro med hjelp til forberedelser og gjennomføring.

Med ønske om god sommer og forventning til årets sommertur 14 dager senere, ble deltakerne sendt på hjemvei med gode ord, håndtrykk og klemmer.



Av Solveig Stokke

LHL Ringerikes sommertur gikk i år til Savalen fjellhotell i Østerdalen.

Mandag 26. juni var det 36 forventningsfulle personer som reiste fra Hønefoss . Vi kjørte mot Roa via Gardermoen og videre langs Mjøsa hvor vi tok av mot Elverum. Ved Myklagard tok vi en kaffestopp og litt frukt. Så bar det videre oppover Østerdalen i lettskyet fint vær.

Ved Tiur'n tok vi en lunsjstopp hvor vi fikk servert nydelige karbonader. Så bar det videre forbi Rena, Storelvdal, Alvdal og til Aukrustsenteret. Her fikk vi en omvisning og det var veldig morsomt å se hvilken fantasi Aukrust har hatt og hvor svært dette senteret er blitt etter hvert. Så var det siste etappe igjen opp til Savalen. Hotellet har en fantastisk beliggenhet like ved vannet. Her ble vi møtt av uniformert personell, som tok bagasjen og bar inn. Så ble vi servert kaffe og kaker, og alle fikk sine rom etter hvert. Og da var det også litt deilig og slappe av etter bussturen.

Om kvelden ønsket vertene oss velkommen til en 3 retters middag, resten av kvelden var til egen disposisjon hvor noen prøvde



dansefoten i Kobbersalen.

Etter frokost neste dag møtte den lokale guiden oss og tok oss med på tur gjennom Nord-Østerdalen og til Røros. Vi passerte Tolga , hvor Egil Storbekken bodde, videre Os med Humlefjell før vi kom til Røros. Guiden var utrolig flink og veldig interessant å høre på. Vi besøkte gruvene som nå er nedlagt, men andre næringer har tatt over. Var også innom smeltehytta for kobber som nå er et museum. Her har det vært mye slit opp gjennom årene. Vi fikk selvfølgelig også en omvisning i Røroskjerka. Så ble det tid til en liten handle-runde, før vi fikk servert lunsj på Bergstaden Hotell.

Deretter bar det tilbake til Savalen hvor vi fikk kaffe og kaker i «Sommerhaven». Om kvelden ble det middag og

sosialt samvær, men mange var slitne etter dagens tur så det ble tidlig kveld.

Neste dag var det tid for hjemreise. Etter frokost tok vi farvel med Savalen for denne gang. Vi kjørte tilbake til Folldal og til Enden, hvor vi tok Rondenveien over Ringebufjellet. Det var en fantastisk tur over fjellet , solen strålte fra blå himmel og her måtte vi stoppe bare for å nyte den flotte naturen vi har i Norge.

Så fortsatte vi nedover Gudbrandsdalen , forbi Tretten og til Glomstad går hvor vi fikk servert en nydelig lunsjbufè. Etter det videre til Lillehammer, Biri, Gjøvik og tilbake til Hønefoss.

Alle ga uttrykk for at det hadde vært en fin tur, og vi takker Hallingby reiseservice A/S for et flott opplegg.



Av Tove Tajet

I strålende maivær ble medlemmene av Tyrstrand og Nakkerud tatt imot av guiden Jørgen Kirsebom. 15 medlemmer var med på denne turen som ble arrangert 23. mai 2017.



Litt forsinket kom vi til frokosten i Bestefarhuset hvor vi fikk servert kaffe og rundstykke på låven. Deretter kjørte vi til Slora Mølle, en av mange møller som var i distriktet. Dette er jo et stort jordbruksområde.

Så kjørte vi til Killingmo Alpakkagård og Frøken Fiber. Der ble vi møtt av eieren som kunne vise oss alpakaer. Fulle av ull og noe annerledes enn vanlig sau. Noe mellom vanlig sau og lamaer. Han advarte oss mot at de kunne spytte (men det gjorde de ikke). Han hadde klipt 2 stk., og de var da ganske små.

Der ble vi servert kaffe og kringle som smakte godt. Det var òg et utsalg hvor vi kunne få kjøpt forskjellige ting bl.a. plagg av alpaka ull. Så kjørte vi tilbake til Bestefarhuset og fikk servert middag. Dette var et nytt opplegg i Sørum kommune.

Vi besøkte også Blaker Skanse hvor en kar kledd i gammel uniform satte oss inn i historien. Blaker Skanse var den første hindringen svenskene møtte når de kom for å ta Norge. Her var det lett å stanse dem, for det var bare ett

sted de kunne krysse Glomma. Et fint område, men litt slitsomt da det ikke var noe å sitte på.

Før vi satte kursen hjemover kjørte vi til Rånåfoss bru, som er en Norges største hengebru. Den var tidligere trafikkert av biler, men nå var den kun for gående og syklende. Litt nedenfor lå kraftverket. Det hadde vært en fin dag, og vi hadde sett nye steder og fått mange opplevelser, hvor mange av oss aldri hadde vært. Takk til Askeladden m/ sjåfør for en fin tur.





Av Kjell Torgersen

Årets langtur starta med buss tysdag 27. juni. Reisa gjekk nordover gjennom Gudbrandsdalen til Trondheim med opphald på Thon Hotell Gildevangen.

Ein heil dag hadde me så til å sjå oss om i byen. Det var hyggeleg då det synt seg at guiden vår i byen – Gunn Skjøstad Solberg – hadde budd og arbeid på Ål i fleire år.

Torsdag morgon gjekk me ombord i sørgående hurtigrute – som denne dagen var MS Lofoten. Båten var ny i 1964 og er den einaste att av dei gamle båtane i drift. Den er restaurert og er i topp stand. Dette er i høgste grad ei nostalgisk reise.

Dette vart ei fantastisk tur sørover langs kysten. Ei varm og god sol gjorde til at me kunne kose oss ute på dekk heile turen.

I Kristiansund venta bussen på oss, og me tok så kortaste turen – Krifast – og vegen ned til Hotel Alexandra i Molde.



Heile fredagen skulle me bruke til å sjå oss om ute på Atlanterhavsvegen. Den er kåra til verdens finaste bilveg der den svingar seg langsmed Hustadvika.

På Bryggja i Bud fekk me servert Havets buffe – eit flott utval av kortreist mat fra havet.

Verten på Bryggja hadde ei fengande forteljing om livet ved sjøen. Om liv og busetjing på alle dei flotte fiskeværa – Grip – Ona – Bjørnsund, som alle meir og mindre vart tvangsfråflytta på 70-tallet.

Frå Molde gjekk reisa med ferje over Romsdalsfjorden til Vestnes og vidare til Ålesund. Der var det by vandring og lang stopp på Aksla.

Så var det ny ferje over Storfjorden og vidare forbi Sykkylven og Stranda til Hellesylt.

Her kom ferja som tok oss inn Geirangerfjorden.

Så fekk me på nært hald sjå fossane Brudesløret – Syv Søstre og Friaren. Dei fråflytta gardane – Skageflå – Blomberg – Knivsflå som klamrar seg fast i fjellsida. Innerst i fjorden skulle me ha siste natta på Hotel Geiranger. Sondag - som var siste dagen – bar det opp svingane mot Dalsnibba – ned Ottadalen – over Flya og heim.

Dette var ein tur som hadde det meste – fra høg fjell til fjord. Når sumarveret også kom med oss, vart dette ein flott tur.



Madonnastatuen i Eggedal

- Sherpaer steinsatte stien



Av Jan Arne Dammen

Det var etter å ha lest Svein Olav Tovsruds artikkel i «Bladet Vårt» vi fikk vite om Madonnastatuen og den steinsatte stien i Eggedal.

1020 meter over havet på en fjelltopp i Eggedal, finner vi statuen «Madonna med barnet». Stien dit er steinsatt av Sherpaer fra Nepal og er en opplevelse i seg selv. Madonnastatuen ble satt opp i 2009 etter et ønske fra Anne Margrethe Bugge, som i 1989 skjenket en stor skogeiendom til Sigdal kommune. Hun hadde et ønske om at det skulle settes opp en Madonna i området, som skulle være et symbol for fred. Hun døde i 1995, men hennes ønske ble ikke glemt. "Madonna med barnet" er hugget i lys granitt av Turid Angell Eng.



Eneste i Norden

Det ryktes at mange synes ideen om en Madonnastatue inne i villmarka var rimelig sprø. I katolske land er det vanlig med Madonna-statuer både i parker og ute i naturen. Men ingen andre steder i hele Norden er det statue av Madonna ute i naturen, så da passet det jo fint her i Eggedal.

Etter at Madonnastatuen kom opp ble det økt trafikk og den

gamle stien var som en potetåker og noe måtte gjøres. En av de som tok tak var den pensjonerte legen Gunbjørn Aasand. Han ble også prosjektleder for restaureringen av stien i naturreservatet.

200 tonn skifer

I 2016 ble stien til Madonnaen steinsatt av sherpaer fra Nepal. For en jobb de har gjort, det er virkelig imponerende og turen





var en sann fornøyelse. Over 200 tonn skifer er fraktet fra Dovre og hit til Eggedal. Herfra er det fraktet inn i terrenget med helikopter hvor fire sherpaer har bygget denne flotte stien. For noen år siden ble landsbyen i Nepal rammet av jordskjelv og for pengene sherpaene tjener her er de med på å bygge opp landsbyen igjen.

Alle mann til Svarttjern

Nå er det i gang med neste etappe, som vil bli en rundløype til Madonnastatuen. Til dette prosjektet som de har kalt "Alle mann til Svarttjern!" fikk de gjennom LHL Sigdal og Eggedal Turlag 390.000 kroner fra Extrastiftelen nå i juni.

- Prosjektet som er et samarbeid mellom Eggedal Turlag og LHL Sigdal, skal tilrettelegge en sti for rullestolbrukere i nedre del av terrenget tilknyttet Madonnastien i Trillemarka i Eggedal Vestfjell. I tilknytning til stien som skal tilrettelegges skal det også opparbeides en

rasteplass ved Svarttjern, med steinbord og benker med muligheter for grilling. Når stien er ferdig vil vi ha en rundløype som kobler sammen stier. Dette vil bidra til at flere kommer seg ut i naturen og i fysisk aktivitet, og at rullestolbrukere/bevegelseshemmede kan legge ut på tur fra Utvollane parkering og helt fram til Svarttjern, forteller Gunbjørn Aasand.

De sju blåner

På turen nyter vi det fine landskapet over naturreservatet Trillemarka- Rollagsfjell. Utsikten er gedigen i alle retninger og i vest ser vi Gaustadtoppen. Madonna ser vi konturene av mot himmelen der hun sitter på sin sokkel på Bjonneskortanatten 1021 meter over havet og skuer utover Trillemarka og de sju blåner.

Med det været vi har hatt kunne vi likevel gå i joggesko helt til toppen. At denne steinsatte stien har gjort turmålet til en turistmagnet med flere tu-

sen besøkende i året, er lett forståelig.

- Det har vært en eksplosiv økning av besøkende, noe som er veldig hyggelig. Med dette stiprojektet bidrar vi til at flere kan ta del i turopplevelsene og være i fysisk aktivitet. Dette gir god psykisk og fysisk helse og økt livskvalitet, sier Gunbjørn Aasand som ønsker alle en riktig fin tur.



Dronning Sonja på tur til Blektjern - med innvandrerkvinnene i DNT Drammen

Av Jan Arne Dammen

DNT Drammen har hatt stor suksess med sine turer for flerkulturelle. Torsdag 24. august var Dronning Sonja på tur med en gruppe innvandrerkvinner på skogstur til Blektjern. Bakgrunnen for besøket er DNT Drammen sitt arbeid med turer for flerkulturelle.



Jan Arne Dammen

- Det er veldig gøy at Dronningen viser engasjement for vårt inkluderingsarbeid. Vi har de siste årene jobbet hardt for å inkludere flerkulturelle til friluftslivet, og da spesielt innvandrerkvinner som kanskje står utenfor arbeidslivet og samfunnet, sier daglig leder i DNT Drammen og Omegn, Simon Torgersen.

Fin dag

Det ble en fin dag i skogen



mellom Konnerud og Fjell i Drammen for Dronningen og de som fulgte henne på turen. Vel oppe på Blektjern ble det en omvisning i den gamle damvokterboligen som nå er overtatt av Drammens Turistforening og er blitt et aktivitetssenter/nærmiljøanlegg i byen. Ordfører Tor Opdahl Hansen og leder av DNT Simon Torgersen skrøt av samarbeidet de har for å a tilrettelegge turområder i kommunen.



Mat må man ha

På tur må man ha mat og i dag serverte innvandrerkvinnene retter fra sine hjemland. Spennende og helt annerledes enn det vi er vant med; pølser og brødsriver med brunost. Dronningen var i sprudlende humør og koste seg rundt bålet sammen med innvandrerkvinnene.

Viser vei ut i naturen

DNT Drammen og Omegns



turer for flerkulturelle blir stadig trukket frem som et eksempel på godt integreringsarbeid, og dette engasjerer også hele Norges Turdronning.

- Vi synes det er flott at Dronningen blir med oss på tur, og på den måten synliggjør arbeidet vi gjør. Friluftsliv er en svært god arena for å bli kjent med andre, å lære om Norge og aller viktigst – det gjør godt, både mentalt og fysisk. Dronningen,

som selv sier at naturen er en livsnødvendighet for henne, er en strålende ambassadør for å inspirere andre, sier styreleder i DNT, Berit Kjøll.

Fra fersking til turleder

Prosjektet flerkulturelt friluftsliv startet i 2013, og har i løpet av få år blitt en stor suksess. Hundrevis av flerkulturelle har deltatt på alt fra ferskingkurs og turer spesielt for innvandrere, til internasjonale turer med

både etnisk norske og flerkulturelle.

- Mange starter med egne turer eller ferskingkurs, og tar etter hvert hele familien med på fjelltur. I sommer hadde vi 50 deltakere av ulike nasjonaliteter med oss i Aurlandsdalen. Vi ser at folk kommer langveisfra for å delta på turene våre, og noen har til og med blitt turledere selv, sier Simon Torgersen.

Ekstraordinært årsmøte

Torsdag 5. oktober ble det avholdt et ekstraordinært årsmøte i LHL Buskerud. Det er på bakgrunn av den økonomiske situasjonen i LHL Buskerud møte ble holdt. Det sittende styret trakk seg fra sine verv. Møte ble avholdt i Drammen med 32 delegater hvorav 16 var stemmeberettigede.



Møte ble ledet av Kjell Torgersen og forslaget om å legge ned kontoret og fortsette uten egen økonomi ble vedtatt. Et nytt fylkesutvalg ble valgt og dette skal fungere som et avviklingsstyre fram til årsmøtet mars 2018. Avviklingsstyret skal



gjøre de nødvendige avsetninger for å ivareta fylkesutvalgets forpliktelser. Dette medfører avvikling av kontorleie og arbeidsgiveransvar med mer. Videre drift av LHL Buskerud etter årsmøtet mars 2018 organiseres uten egen økonomi.



Det nye fylkesutvalget ble Rolf Haukland, Nina Tronerud og Håkon Skjolden med Gunhild Personbråten som vara. Rolf takket for tilliten, men understreket at dette var en oppgave han ikke gledet seg til.



**LHL Drammen/Lier**

May Kværnstuen
Nøstevn. 2, 3400 Lier
Tlf. 41 63 24 23
lhl.drammen-lier@lhl.no

LHL Gol

Jan Nordahl
Steintrøa 16, 3550 Gol
Mob: 91 35 76 80
lhl.gol@lhl.no

LHL Hemsedal

hansborge@hotmail.com

LHL Hol

Kjell Persson
Brusletto. 23 B, 3580 Geilo
Tlf. 32 09 08 89
Mob: 41 30 27 25
lhl.hol@lhl.no

LHL Hole

Grethe Hagen
Viksvn. 2, 3530 Røyse
Tlf. 41 61 91 34
lhl.hole@lhl.no

LHL Kongsberg

Rolf Haukland
Harriet Backers gt. 6a
3615 Kongsberg
Tlf. 92 82 33 51
lhl.kongsberg@lhl.no

LHL Krødsherad

Björg Rimjorde
Krødsherad, 3536 Noresund
Tlf. 41 56 58 95
lhl.krodsherad@lhl.no

LHL Modum

Lise-Lotte Hovde
Tomtavegen 6, 3360 Geithus
Tlf. 47 03 25 39
lhl.modum@lhl.no

LHL Nedre Eiker

Tlf. 95 70 28 37

LHL Nesbyen

Aasta M. Teigen
Eggedalsvn. 214, 3540 Nesbyen
Mobil 45 60 55 86
lhl.nesbyen@lhl.no

LHL Nore og Uvdal

Olav Julius Deinboll
Brekke Gård, 3632 Uvdal
Tlf. 99 36 22 33
lhl.noreoguvdal@lhl.no

LHL Ringerike

Kari Torgersen
Svingveien. 1c, 3515 Hønefoss
Tlf. 98 42 24 45
lhl.ringerike@lhl.no

LHL Røyken og Hurum

Håkon Skjolden
Heimannsåsen 11,
3470 Slemmestad
Tlf. 31 28 97 89
Mob: 90 67 34 03
lhl.royken@lhl.no

LHL Sigdal

Svein Olav Tovsrud
Bergrud, 3350 Prestfoss
Tlf. 91 35 70 63
lhl.sigdal@lhl.no

LHL Øvre Eiker

Solfrid Andersen
Øvre Skistad vei 59,
3300 Hokksund,
Tlf. 95 86 32 26
lhl.ovreeiker@lhl.no

LHL Ådal

Harald Hømanberg
hhoman@online.no

LHL Ål

Kjell Torgersen
Nersetvegen 35, 3570 Ål
Tlf 32 08 20 35
lhl.al@lhl.no

Fylkesutvalget i LHL Buskerud:

Rolf Haukland

Harriet Backers g. 6 A,
3615 Kongsberg
Mob: 92 82 33 51
rolf.haukland@ebnett.no

Nina Tronerud

Ekornveien 7B, 3413 Lier
Mob: 911 74 878
chrtrone@online.no

Håkon Skjolden

Heimannsåsen 11,
3470 Slemmestad
Mob 90 67 34 03
haabri@online.no

1. vara:**Gunhild Henriette Personbråten**

Hallingdalsvegen 6217
3570 Nesbyen
Mob: 45 61 24 96
gpersonbraaten@yahoo.no

Slagkafe i Kongsberg om hukommelse og syn

Tekst og bilder: Roald Adolfsen

Den 15. september avholdt LHL Kongsberg den tredje slagkafen for året. Interessante temaer denne gang var «Hukommelsesvansker etter hjerneslag» og «Synsforstyrrelser etter hjerneslag». Oppmøtet kunne vel vært større (ca. 15-20 personer), men det skyldes nok uheldig valg av tidspunkt (fredag ettermiddag) og manglende omtale i lokalpressen. Men de som møtte opp fikk veldig nyttig informasjon og kaffe på kjøpet.



Det var overlege Ragnhild Munthe-Kaas fra Kongsberg sykehus som hadde et særst interessant innlegg om hukommelsesvansker og hvordan dette kan føre til demens i etterkant av et slag. Hun har over lang tid forsket på dette bla. Ved Bærum sykehus, men nå foregår det forskningsprosjekter også i Kongsberg på dette. Veldig opplysende. Så hadde vi fått forsker Helle K. Falkenberg fra Synsklinikken ved Høgskolen i Sør-øst Norge

til å snakke om synsforstyrrelser. Også dette var et meget interessant tema. Helle er bla. engasjert i forskning på dette feltet ved Synsklinikken i Kongsberg. Synsklinikken har nå fått status som «Nasjonalt senter for optikk, syn og øyehelse» og her kan enhver få hjelp med synsproblemer. Alle med synsproblemer kan kontakte Synsklinikken i Kongsberg på telefon 31 00 81 00, og man kan også bestille time på synsklinikken@usn.no.



Ragnhild Munthe-Kaas



LHL

Følg oss på LHL sine nettsider:

<http://www.lhl.no/>

TUBFRIM går motstrøms - åpner frimerkebutikk

Av Jan Arne Dammen



Selv om frimerkebruken går ned, Posten Norge legger ned kontorene, frimerkebutikker forsvinner, samlere går ut på dato, så fortsetter TUBFRIM! Nå har de åpnet frimerkebutikk i egne lokaler på Nesbyen.

Delte ut 650.000 kroner i 2017

Tubfrim er en organisasjon som i snart 90 år har samlet inn brukte frimerker, prospektkort og telekort. Dette videreselges til frimerkehandlere, privatper-

soner og samlere i Norge og mange andre land. Beløp til utdeling i 2017 ble fastsatt til kr 650.000,- og ble fordelt våren 2017 av eieren, Nasjonalforeningen for folkehelsen. Midlene går til helse- og trivselsfremmende tiltak for funksjonsfriske og funksjonshemmede barn og unge i Norge, og til bekjempelse av tuberkulose.

Går motstrøms

Mandag 18. september åpnet de sin nye butikk i Stasjonsvegen på Nesbyen. Åpningstider er fra mandag til fredag fra kl. 8.00 til 16.00.

- I tillegg til alt som ligger på vår nettbutikk vil man her finne frimerkesamlinger som vi har fått, enten fra dødsbo eller fra frimerkesamlere som har av-

sluttet samlingen, forteller Kåre Myro.

Her finner vi en mengde innstikks bøker, som Norske frimerker, utenlandske frimerker, «glansbilder» og mye mere.

- Vi har valgt å ikke sortere frimerkebøkene, da det er en nesten en umulig oppgave. Vi har i stedet satt frem alt sammen i priskategorier fra kr 10,- til 300,- pr album. Ingen av albumene er gjennomgått så her kan det ligge mange godbiter for en samler, sier Kåre Myro.

Mye spennende

Det støttes av frimerkesamleren Conrad Kustner fra Hokksund som stadig finner noe interessant.

- Jeg har vært innom her tidli-



gere og fant mye spennende, derfor tok jeg turen opp til Nesbyen i dag også, forteller han.

Forundringspakker

For de som bor langt unna butikken kan TUBFRIM tilby forundringspakker med ett antall frimerkebøker til avtalt pris.

- Det er bare å ta kontakt så finner vi alltid løsninger som

passer for deg, varene sender vi gjerne i posten. Priskategori på frimerkebøkene er fra 10.- og opp til 300.- kroner, sier han.

Åpningstilbud

TUBFRIM kan friste med et åpningstilbud på 500 gram Norge, vaska merker, blått segl.

- Vi har fått ett parti norske vaska frimerker. Dette består av løse merker, merker i kon-

volutter og noen bunter. Pakken kan også inneholde litt utenlandske frimerker.

Noen tjenestemerker er observert, men det er ikke gjennomgått av TUBFRIM, og selges som de har kommet inn, forteller Kåre, som legger til at her blir det første mann til mølla.

TUBFRIM, Postboks 1 - 3541 Nesbyen. Tlf. 32 07 10 94 www.tubfrim.no



dikt 2017

livets kraft

*alt rundt
meg blir
borte*

*sommeren
legger du
under*

*en dyne
av dødt
løv*

*aleine
står jeg
og ser*

*din kulde
kveler min
sommerspust*

m.j.k

Personlige seire - Ridderdagene 2017

Av Jan Arne Dammen

Ridderdagene 2017 ble en drømmehelg for alle som var med. Norske Gardeveteraners Drillkompani sørget for en stilfull åpning av Erling Stordahls Minneritt og 5-årsjubileet til Ridderdagene. Seremonien fant sted i skulpturrommet "Ode til Lyset" på Storedal Kultursenter. Fylkesordfører Ole Haabeth holdt åpningstale, og ordfører i Sarpsborgs ordfører Sindre Martinsen Evje fikk æren av å klippe snoren som markerte starten på Erling Stordahls Minneritt 2017.

Og deltagerne kom fra alle steder i Norge og fra alle verdens hjørner: fra Tromsø til Flekke, Sverige, Afghanistan, Thailand, Kambodsja og Nepal, for å nevne noen.

Innsats og tæl

En av de som gjorde inntrykk på oss var Axel Willums Karp fra Asker, nå bosatt i Porsgrunn. For tre år siden ble han utsatt for en alvorlig trafikkulykke og ble lam og i tillegg mistet han taleevnen etter hodeskaden.



Aksel Willums Karp og Steff Herbern

Axel tjenestegjorde i Hans Majestets Kongens Garde og det var ca. et halvt år etter at han dimitterte at ulykken inntraff. Fra å være en stram gardist til en pleiepasient var stor, men Axel har et pågangsmot som det står respekt av.

- Jeg måttet lære meg alt på nytt. Som det å gå, sitte, spise, drikke, snakke og ja, generelt alt vi tar for gitt for å ikke gå i detaljer. Det har blitt mange timer sammen med alt av støt-teapparat: leger, pleiere, logoped, fysio- og ergoterapeuter, forteller han.

Axel takker tiden i HMKG for den styrken han fikk der og familie som har veiledet han

gjennom en periode hvor han virkelig har blitt satt på prøve. I tillegg får han ikke fullrost behandlingen på Sunnaas sykehus og Kysthospitalet i Stavern, samt oppfølgingen fra Porsgrunn kommune.

- I Mars i år deltok jeg på Ridderrennet på Beitostølen. Dette ga stor mestring ettersom jeg ikke hadde fått helt kontroll over kneet fordi menisk, korsbånd og leddbånd var blitt ødelagt. Taleevnen var heller ikke like bra på denne tiden, sier han.

Nå har han satt seg nye mål og ett var å delta på Erling Stordahls Minneritt og Ridderdagene på Storedal. Her var han



å se på flere arenaer, på sjøen og på hesteryggen, i tillegg til tandemsyklingen. En ting er sikkert, Axel kommer vi til å høre mer fra i tiden som kommer, og vi ønsker han lykke til!

Flere aktiviteter

Utenom Erling Stordahls Minneritt var det mange forskjellige aktiviteter slik som malerkurs, skyting med laservåpen, terapiridning, klatring og over-

natting i telteir. Søndagen var viet sjøaktiviteter ved Vispen sjøsenters i Skjærviken med kano- og kajakkpadling og ikke minst seiling som er en av favorittene. Vispen sjøsenters ligger noen få kilometer fra Storedal Kultursenter hvor Ridderdagene holdes hvert år.

- Som arrangør, fryder vi oss over innsatsen - teamwork fra alle de frivillige, innsatsen til alle deltagerne, og støtten fra

våre sponsorer og samarbeidspartnere. Ridderdagene er basert på hundre prosent frivillighet, og det er takket være disse ildsjelene det er mulig for oss å få dette til, sier prosjektleder Diane S. Hanisch.

Neste års Ridderdagene går av stabelen fra fredag 31.august til søndag 2.september 2018. Følg Axel på hans blogg <https://axelwkblog.wordpress.com/author/axelwkarp/>

Sigdalstrim i ny drakt

Av reaksjonen

Da innetrimmen for seniorer sto i fare for å bli lagt ned, ble et samarbeid mellom LHL Sigdal og Frisklivsentralen redningen. Nå kan deltakerne løpe, spille ball og svette som før.

-Da jeg fikk spørsmål fra Frisklivsentralen om å blåse nytt liv i trimmen, var det lett

å svare ja, sier Svein Olav Tovsrud, leder i LHL Sigdal. Fysisk aktiv er jo et av våre slagord. Så han måtte bare friske opp sine gamle ferdigheter som gymlærer. Nå veksler han og Oda Lindboe fra Frisklivsentralen om å være instruktører.

Hver mandag mellom klokka 14.00 og 15.00 får deltakerne kose seg med oppvarming, ballspill og styrketrening. Etter

det kan de ta en tur i bassenget.



Jan Midtskogen og Gudmund Strandbråten trener magemuskler.



Din symaskin-
forhandler på
Kongsberg!

Tlf: 992 28 004

www.kakle.net

Alliance Optikk Solbergelva
Gamle Riksvei 98
Solbergcenteret
3057 Solbergelva

Acantus begravelsesbyrå AS
Røyseveien 99, 3530 Røyse
Tlf: 32 15 83 44
E-post: koksrud@acantusbegravelsesbyra.no

Ruud Handel AS

Alt i byggevarer og trelast
Drolsum, 3370 Vikersund
Tlf: 32 78 51 00



Mirawa Restaurant

Tlf: 32 83 65 85
Drolsum, 3370 Vikersund
Tlf: 32 78 51 00

Søstrene Grene
Tlf: 32 18 80 01



Borreveien 18, 3186 Horten
Tlf: 33 04 60 64

Kongsberg Bandasje Eftf AS

Kirkeg. 9 A, 3616 Kongsberg
Tlf: 32 73 63 75

Lier Industrimontasje AS
Spireaveien 9, 3408 Tranby
E-post: rog-sol@hotmail.no

borge installasjon as

PB: 54, 3301 Hokksund - Tlf: 32 25 01 00 - Fax: 32 25 01 09
E-post: post@borgeinstallasjon.no

Space Glass & Byggmontering as
Åsveien 21, 3475 Sætre
Tlf: 915 43 310



ØKONOMIHUSET

TILSLUTTET SPAREBANK I RINGERIKE HADELAND



Regnskap



Rådgivning



Teknologi

Gjennom lang erfaring med forretningsdrift og fokus på morgendagens løsninger, gir vi deg rådene du trenger - så du kan konsentrere deg om din kjernevirksomhet.

Hønefoss


32 17 92 60 | post@okohuset.no

www.okohuset.no

KRYSSORD

Vinnere forrige nr. av LHL i Buskerud.

1. Marit Strand Kaslegard, Gamlevegen 7, 3570 Ål
 2. Evelyn Halbakken, Nybrovegen 9, 3520 Jevnaker
 3. Kjell Stustad, Haugesgt. 10, 3019 Drammen
- Vinnerne får tilsendt hver 5 hjertelodd.



					SKOTSK OFF- FINNER	FINNES I MANGE KANTINER		LHL'S NYE SYKEMUS- ER DER		AV- LIVER	SKIKK VARME- KILDE		SOARM	
						BILKJ. TEGN JAPAN		TONE- FALL DANNER RUST						
						EN CASTRO						SEL- SKAPS- FORM	AMERI- KANSK DEL- STAT	
LOKAL- LAG I BUSKE- RUD		NEST- ER	ROV- PATTEDYR BELGISK SANGER		BINDER SAM- MEN						GNAG- SAR PLAGG- DELENE			
						BILKJ. TEGN SPANIA	KONGS- TANKE							
LEGENS- DEL- ENE							LEGENS- DELER					ENG- STELSE SKOGS- DYR		
ØV					ÅRS- TIDEN	FROSSET VANN		KRYP- DYRNE						
SOL- GUD						FOLKE- GRUPPE I NIGERIA		TIDL. POL- PARTI						
		BO EURO- PEEREN					UNG ØRRET SPRØ			NOVISE FOT- SALE				
DAL- SIDE RØPER- TALL IO			DRIVER LHL MED										TEK- STIL- STYKKE	
			RUSSISK ELV	KOM- MUNE KONJUNK- SDON				TRE- SORT	ENGENSK BY					
STEIN MED HULROM					ROMER- TALL 50		SLIT, STREV				STORM- LØP			

Kryssord laget av: Rolf Bangseid

Løsningen for kryssord nr. 2-2017

Navn: _____

Adr.: _____

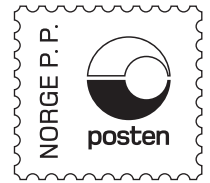
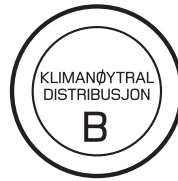
Poststed: _____

**Frist for innsendelse av
kryssord er 15. desember 2017**

Det vil bli trukket ut 3 vinnere som hver får 5 hjertelodd.

Adresse for innlevering er:
LHL Buskerud, Torgeir Vraasplass 5, 3044 Drammen





Returadresse:
LHL Buskerud
Torgeir Vraasplass 5
3044 Drammen



LHL Buskerud endres

Av Jan Arne Dammen

LHL Buskerud slik vi kjenner det er historie. På det ekstraordinære årsmøtet 5. oktober 2017 ble det vedtatt å legge ned kontoret og fortsette uten egen økonomi. Bakgrunnen for dette er sviktene inntekter i annonse-salget for «Bladet Vårt». Dette skyltes sykdom i firmaet som solgte annonser for oss. Sårbare som vi var, rammet dette oss veldig hardt. Konsekvensen blir at i tillegg til at kontoret legges ned så mister sekretær Vera Jagland jobben.

Bladet vårt

Jeg er stolt å kunne si at vi har fått gode tilbakemeldinger på «Bladet Vårt». Et annonsesalg-firma var villig til å gå inn å overta allerede i høst. Men slik ble det ikke. Jeg tror bladet har vært en viktig kilde for å øke medlemstallet. For lokallagene



har det vært en viktig kanal til å nå sine medlemmer med informasjon. Det er mange medlemmer som ikke går på medlemsmøter, er på nett eller deltar i arrangementet, for disse har bladet vært den eneste kontakten med lokallaget sitt.

Usikkert

Hva som skjer videre med bladet er i skrivende stund usikkert. Nå som sekretæren

er sagt opp, tror jeg det blir en stor utfordring å få produsert nye blad. Man trenger en som drar i trådene, har kontakt med lokallagene og som vet hva som rører seg i organisasjonen. Jeg håper at det finnes muligheter til at «Bladet Vårt» fortsatt kan gis ut.

På vegne av redaksjonen vil jeg takke alle bidragsytere, redaksjonskomiteen, Ola Tom Evje - layout og ikke minst Vera for et godt samarbeid.