



LHL i Viken

"Bladet vårt" Nr. 1 - 2023



**Finn din
hjertestarter**

Kjære LHLer

Våren er i anmarsj, snart spirer og gror det og vi gleder oss til sol og varme dager. Nå er vi kommet godt inn i avviklingen av vår årsmøteperiode i LHL lagene i Viken, og tiden for vårt fylkesårsmøte står for tur. Dette blir et møte med mange tanker og ideer omkring hvordan vi skal organisere oss i fremtiden. Her er det også mange følelser i sving. Det kommer like mange forslag og ideer som avstanden mellom Halden og Geilo.



Håkon Stubberud

Det ble ikke noe godt "ekte-skap" da de 3 fylkene ble tvangsgiftet i 2020.

At vårt store fylke fra 1. januar 2024 trekker hvert til sitt, er det ikke lengre noen tvil om at er en realitet. Vi i styret jobber for å finne gode samarbeidsformer uansett hva som skjer med LHL Viken. Det har vært gode forhold i styret og vi ser derfor frem til godt fellesskap, uansett hvordan en fremtidig konstellasjon blir. Dette blir en egen sak på årsmøtet den 17. mars.

Etter at Fylkesårsmøtet med lagssamling er gjennomført 17.-18.mars er det ganske snart tid for landsmøte, også denne gang ved Gardermoen. LHL har fra sentralt hold sendt informasjon til lagene om hvordan landsmøtet skal gjennomføres den 15.-16. juni. Vi i styret er spente på oppslutningen fra dere i lagene, og hvem som er nominert til delegater fra deres årsmøter.

Det meldes om at flere av lagene nå har, eller er i ferd med å avvikle sine årsmøter.


Vi registrerer engasjerte lag som viser gode resultater med mange gode aktiviteter.

Til de lagene som har fått ny leder vil vi, aller først, takke avtroppende leder med godt utført arbeid og et godt engasjement for LHL. Samtidig ønsker vi nye ledere velkommen til LHL sitt gode og viktige arbeid. Lykke til og vi sees!

Til dere alle vil jeg ønske gode vårdager!

Beste hilsen fra deres fylkesleder, Håkon Stubberud

Slik kan du melde deg inn i LHL via nettsidene våre:

1. Gå til www.lhl.no (eller bare lhl.no) i nettleseren
2. Klikk på "hamburgermenyen"  oppe i høyre hjørne eller bla (nesten) nederst på forsiden, og velg "Bli medlem"
3. Klikk på knappen "BLI MEDLEM I LHL NÅ", og fyll ut skjemaet som da kommer opp. Fyll ut alle feltene, også mobiltelefon og e-post adresse (om du har det)
4. Klikk "Neste", og send inn registreringen.

Medlemmer tilordnes nærmeste LHL lokallag basert på postnummer.

Vinneren av artikkelkonkurranse i Bladet Vårt nr. 4-22 ble LHL Ullensaker

Det hadde kommet inn et ganske lite antall artikler fra lokalagene til Bladet Vårt nr. 4/2022. Hensikten vår med å arrangere en skrivekonkurranse er jo å motivere flere lag til å skrive litt både for å fortelle om aktivitetene i laget sitt, og også kanskje presentere laget og omgivelsene (byen/

bygda/lokalteter e.l.). Men også helsepolitiske artikler og en rekke andre temaer og reportasjer er velkommen i Bladet Vårt.

En eller flere i LHL Ullensaker hadde skrevet en utførlig artikkel om aktivitetene deres høsten 2022. Denne var il-

lustret av en rekke bilder og redaksjonen synes derfor det er denne artikkelen som fortjener premien i artikkelkonkurransen i Bladet Vårt nr. 4/2022.

Vi gratulerer LHL Ullensaker, og sender over pengene så snart vi har fått kontonummer pengene skal inn på.

Vi oppfordrer lagene til å skrive og sende inn artikler til Bladet Vårt nr. 2, 3 og 4/2023!

Som annonsert tidligere, vil redaksjonen i Bladet Vårt plukke ut og premiere gode artikler tilsendt fra lagene også i 2023. Reglene stod på trykk i Bladet Vårt nr. 3/2021 (på baksiden). Trenger du dette tilsendt, send oss en SMS eller e-post.

Nå på våren vet vi mange lag arrangerer både turer, utflukter og andre sosiale arrangementer,

så husk å ta med kamera (evt. mobiltelefon) for å forevige dette. Så tar det ikke så lang tid å skrive en artikkel om arrangementet i etterkant. Send det til redaksjonen@bladetvaart.no, og angi gjerne i emnefeltet at dette er en artikkel for skrivekonkurransen.

Premien for vinnende artikkel blir utbetalt til laget artikkelfor-

fatterne tilhører, og er på kr. 1.000,-. Så benytt sjansen til å tjene noen kroner til inntekt for laget! Hvis du/dere angir i emnefeltet i e-posten at dere vil delta i konkurransen med en artikkel, kan det lette juryens arbeid. Send gjerne med (fine) bilder som illustrerer det artikkelen handler om. Det er et pluss i konkurransen.

LHL i Viken - Bladet Vårt

ISSN 2703-7975 – Utgiver: LHL Kongsberg, Bladet Vårt

Pb. 27 Gamlegrendåsen, 3607 Kongsberg – E-post:redaksjonen@bladetvaart.no

Årgang 31 – Nr. 1–2023 Opplag: 3600

Layout: Ola Tom Evje Trykk: HG Media AS Ansvarlig annonser: Faktureringservice Sør AS

REDAKSJONSKOMITÉ:

Vera Jagland, redaksjonen@bladetvaart.no • Mobil 957 02 837 / Roald Adolfsen, redaktor@bladetvaart.no • Mobil 920 80 624
Jan Arne Dammen, epost: amedam@online.no

Ansvarlig redaktør: Roald Adolfsen

Forsidefoto: Finn din hjertestarter - Grethe Dammen

Neste nummer av Bladet Vårt: Primo juni – Frist innsending av stoff: 20. mai 2023.

Stor afasisatsing fra LHL

Redaksjonen Vera Jagland Foto: Jarle Krone

Fra nyttår ble Afasiforbundet i Norge en del av LHL. Satsingen på afasi har allerede gitt tydelige resultater, hvor LHL Hjerneslag har blitt til LHL Hjerneslag og Afasi.

Afasi er vansker med å snakke, lese, skrive og forstå språk. Vanskene skyldes en ikke-medfødt skade i hjernen, for eksempel som følge av hjerneslag. Om lag 25 prosent av de som får slag, får afasi. 80 prosent av de som har afasi, har fått det etter slag.

LHL-satsing

Det første steget i LHLs afasisatsing ble tatt på landsmøtet i juni i fjor. Da ble formålsparagrafen endret til konkret å omtale personer med afasi på linje med hjerte- og lungesyke, slagrammede og personer med astma og allergi. Dette er likestilte medlemsgrupper. Derfor er alle lokallag i LHL nå også lag for personer med afasi.

LHL-satsingen har videre resultat i mye god informasjon på lhl-hjerneslag og i nyhetsbrev. Kvalitetsmagasinet SlagNytt, som er ett av LHL best likte medlemstilbud, har blitt til SlagNytt & Afasiposten.

Logoped

Den største satsingen så langt, ble kjent i midten av februar. 1. mars startet den erfarne logopeden Vanessa Seidler Krone (39) som rådgiver på afasi i LHL i 20 prosent stilling. Hun skal blant annet bidra i rådgivingstjenesten.

- Vi er veldig glade for å få en slik kapasitet på laget, sier generalsekretær Tommy Skar i LHL Hjerneslag og Afasi.

Krone er opprinnelig tysk og bor for tiden i Alpen i Tyskland, men hun har både bodd, og arbeidet i Norge tidligere. Hun har i dag en deltidsstilling som logoped og veileder på Unicare Bakke i Halden. Hovedjobben er som logoped ved Hospital zum Heiligen Geist i Kempen.

- Jeg har mer enn 15 års erfaring som logoped med spesialisering på afasi og andre ervervede logopediske vansker etter hjerneslag. Dette ser jeg fram til, sier Krone til SlagNytt & Afasiposten.

Krone har rådgiving på telefon 22 79 90 10 på tirsdager fra 7. mars kl. 17-20 (ikke i høytider og i ferier).

I LHLs administrasjon jobber fra før Marianne Brodin som

spesialrådgiver på afasi. Brodin var tidligere generalsekretær i Afasiforbundet. Faglig råd er videreført.

Videre satsing

Skar lover videre satsing på afasi. LHL Hjerneslag og Afasi skal løfte fram temaet manglende logopeddekning, på et arrangement under Arendalsuka.

21. november arrangeres det brukerkonferanse på afasi i samarbeid med Norsk Logopedlag og med innledere fra Sunnaas sykehus HF og Statped.

- Bedre logopeddekning er en viktig interessepolitisk sak som vi jobber målrettet med, sier Skar.



Ny medisin kan redde liv - lansert i Norge

Av Jan Arne Dammen



I februar ble det reseptfrie legemiddelet Coxor lansert i Norge. Legemiddelet inneholder virkestoffet acetylsalisylsyre.

- Medisinen Coxor er en gammel medisin i ny innpakning for hurtigbehandling ved mistanke om hjerteinfarkt. Legemiddelet inneholder acetylsalisylsyre (ASA). ASA hemmer dannelsen av blodpropp og bidra til at blodforsyningen til hjerte blir opprettholdt, sier overlege Sigurd Hortemo i Statens legemiddelverk.

Det nye med Coxor er at virkestoffet ligger i en kapsel i lokket. Ved å vri på lokket faller virkestoffet ned i en veske som kan drikkes. Ved et hjerteinfarkt med store smerter kan det være krevende og tygge tabletter og finne veske for å svelge tablettene. Når virkestoffet er oppløst tas det raskere opp i kroppen og gir derfor raskere effekt. I tillegg gir Coxor en dose på 300 mg.



Overlege Sigurd Hortemo

- Mistenker man hjerteinfarkt, ring 113 og rådfør deg med dem først, sier Hortemo.

Hvis det ikke er mulig å ringe 113 hvis du for eksempel mangler telefondekning, er det ikke farlig å ta legemiddelet selv om det viser seg at du ikke har hjerteinfarkt likevel. – Legemiddelet bidrar til å hindre videre blodproppdannelse. Det kan bidra til at hjerteinfarkt blir mindre eller mindre alvorlig, sier Hortemo i Statens legemiddelverk.

Hortemo sier at Legemiddelverket ikke har noen offisiell anbefaling om at alle over 65 år bør gå til innkjøp av legemiddelet.

– Men det kan være en fordel å ha acetylsalisylsyre (ASA) tilgjengelig om man får hjerteinfarkt, sier han.

Anbefalt av LHL

Virkestoffet er acetylsalisylsyre. Dette virkestoffet finner vi f.eks.



Frode Jahren

i Aspirin og Albyl-E. Acetylsalisylsyre er en såkalt blodplatehemmer.

- Altfor mange dør av akutt hjerteinfarkt mens man venter på ambulansen. Ved bruk av Coxor kan flere overleve og det kan gi mindre skade på hjertemuskelen, sier generalsekretær i LHL Frode Jahren. Noen mennesker med astma er allergiske mot virkestoffet. Men, de aller fleste av oss tåler acetylsalisylsyre godt.

- Jeg har på vegne av LHL anbefalt våre LHLs målgrupper å kjøpe Coxor. Jeg vil selv gjøre det. Det som imidlertid er svært viktig at ved symptomer på hjerteinfarkt så skal du ringe 113. Legemidlet kan ikke erstatte medisinsk behandling på sykehus, men det kan være en god og viktig hjelp fram til ambulansen kommer, sier Frode Jahren.

LHL Hjerneslag og Afasis ærespris 2023 til Falkenberg

Av Jan Arne Dammen Foto: Martin Aasen Wright

Helle Kristine Falkenberg, professor i optometri og synsvitenskap ved Institutt for optometri, radiografi og lysdesign ved Universitetet i Sørøst-Norge og leder for Norwegian Vision in Stroke (NorVIS), er tildelt LHL Hjerneslag og Afasis ærespris 2023. Tildelingen skjedde på et arrangement i Oslo Kongressenter 16. februar.

LHL Hjerneslag og Afasis ærespris deles ut til en enkeltperson som har gjort en ekstraordinær innsats innen hjernehelse, hjerneslagområdet og for slagrammede og pårørende. Prisen består av et diplom, et portrett av Falkenberg tegnet av Kerstin Skar, Atelieret Garasjen, Ås, og blomster.

Begrunnelse

Det er LHLs sentralstyre som foretar tildelingen, og begrunnelsen for Falkenberg er følgende:

Hjerneslag er en folkesykdom som hvert år rammer om lag 12 000. Synsforstyrrelser er representert både som symptom på og konsekvens av hjerneslag. Falkenberg har gjennom sitt

akademiske arbeid bygd opp og ledet en tverrfaglig nordisk masterutdanning innen synsrehabilitering og synspedagogikk. Som optiker og med bred kunnskap om viktigheten av godt syn har hun gjennom en årrekke engasjert seg for bedre oppfølging av syn etter slag. Som professor, og initiativtaker og leder av Norwegian Vision in Stroke (NorVIS), har hun bidratt til å øke oppmerksomheten på og kunnskapen om syn og hjerneslag. Dette vil kunne føre til at flere får raskere diagnostisering og behandling og at flere får bedre rehabilitering og oppfølging.

Glad for prisen

Falkenberg er glad for prisen, og mener at den bidrar til å øke oppmerksomheten på at synshelse også er hjernehelse.

- Vi bruker synet for å utføre og delta i meningsfulle aktiviteter, og unngå farer, men uten at vi tenker på det. Kanskje derfor det er for lite oppmerksomhet og kunnskap om syn og synsproblem? spør hun.

Falkenberg viser til at et plutselig synsproblem kan være tegn



Helle Kristine Falkenberg

på hjerneslag og at man da skal ringe 113. Eller at over 60 prosent får synsproblem etter slag, men at det ofte er «usynlig» for personen selv.

- Det betyr at synet må undersøkes, og personer må tidlig få tilbud om tverrfaglig synsrehabilitering. Dette som en naturlig del i en helhetlig helse- og opplæringstjeneste. For de fleste kan få hjelp med riktig briller, lys og synsråd, fastslår hun.

Likevel:

- Endring av praksis tar tid, stort engasjement, utholdenhet og mer forskning. Det krever samarbeid, sier professoren og NorVIS-lederen.

NorVIS er for øvrig et nettverk som er unikt internasjonalt i sin brede tverrfaglige sammensetning og kompetanse, heter det i pressemeldingen.

Mye felles for hjerneskadde

LHL har definert hjerneslag som en hoveddiagnose og slagrammede som en hovedmedlemsgruppe for organisasjonen. Men LHL og LHL Hjerneslag og Afasis tilbud er også til nytte for andre med hjerneskade, da utfallene og konsekvensene ofte har mye felles.

Av Marita Lysstad Bjerke

Vi bruker begrepet ervervet hjerneskade. Det er en tilstand, sykdom eller lidelse som er kommet til etter fødselen. Hjerneslag er et eksempel på det. I noen sammenhenger brukes begrepet traumatisk hjerneskade. Det er en endring i hjernens funksjon som er forårsaket av en ytre kraft. Et slag mot hode ved et fall eller lignende kan være et eksempel på det. Motsetningen til ervervet hjerneskade, og traumatisk hjerneskade, er medfødt hjerneskade.

LHL har flere medlemmer som psykiske, fysiske og kognitive utfordringer etter andre ervervede hjerneskader enn slag. Disse opplever at LHLs tilbud enten i form av informasjon om for eksempel fatigue og annet er nyttig, eller at ulike aktiviteter passer for dem. For mange er fellesskapet i LHL av stor verdi, uansett om man har hatt slag eller vært utsatt for eksempel en bil- eller en rideulykke. På områder hvor medfødt hjerneskade krever annen oppfølging enn for er-

vervet hjerneskade, har ikke LHL det.

Hjernens plastisitet

Hvordan livet etter en ervervet hjerneskade skal bli, om det er etter et hjerneslag eller en ulykke, kommer an på hvor stor skaden er og hvilken rehabilitering og oppfølging man får. I alle sammenhenger er hjernens plastisitet viktig. Det betyr hjernens evne til å endre og forme seg, og om evnen til å justeres og repareres etter en skade.

Prinsippene for rehabilitering og oppfølging etter ervervet hjerneskade er de samme for ulike skader, men aktiviteter tilpasses til hver enkelt ut i fra hva som er årsak og utfall. Felles prinsipper er for eksempel at rehabiliteringstilbudet bør være bredt, fleksibelt og spesifikt gå inn på utfordringene man har. Tilbudet må bygge på tverrfaglighet og være tilgjengelig i alle faser av sykdomsforløpet. Det som skiller er for eksempel at man ved en ulykke lett kan fastslå hva som er



Marita Lysstad Bjerke

årsaken til skaden, mens man ved et hjerneslag kanskje må undersøke nærmere hva som har utløst slaget. Et annet eksempel er at god sekundærprofylakse viktig for å redusere risikoen for nye hjerneslag.

Rehabiliteringstelefonen

Søker du på ulike rehabiliteringsinstitusjoner vil du se at de gir rehabilitering etter både hjerneslag og traumatiske hjerneskader.

Rehabiliteringstelefonen er en landsdekkende telefontjeneste som gir informasjon om rehabiliterings- og habiliteringstjenester. Du kan ringe telefonnummer 800 300 61 mandag til fredag klokka 9 til 15.

Årsavslutning for tillitsvalgte i LHL Ringerike

Tekst og foto: Kari Torgersen

Som et avbrekk i julestria inviterte styret i LHL Ringerike tillitsvalgte og samarbeidspartnere til årsavslutning på restaurant Tonys Matglede i Hønefoss.

Det var god stemning og trivelig samvær med mat, sang og historier. Samlingen ble ledet av styreleder i lokallaget Kari Torgersen. Dette var en påskjønnelse for de som har gjort en innsats for lokallaget i året som gikk.



*Noen av de tillitsvalgte som var invitert.
Fra v.: Kari Gigstad, styreleder Kari Torgersen, Edel Gregersen, Janicke Knudtzon, Harald Syversen.*

REFERAT LAGSMØTE LHL RINGERIKE 14.nov. 2022

LHL Ringerike avholdt lagsmøte i Ullerål Kirke Møtelokaler mandag 14.november 2022. Møtet ble annonsert i «Det Skjer» i Ring Blad til lagets medlemmer. Det var svært godt fremmøte, 40 personer inklusive styret var på plass da møtet begynte kl.1730.

Leder Kari Torgersen åpnet møtet med å ønske gamle og nye medlemmer hjertelig velkommen og orienterte om programmet for kvelden og leste diktet «Høst og Kjærlighet».

Så ble ordet gitt til møtets foredragsholder Reni Karoline Odden.

Frivillig koordinator
Ringerike Kommune
med tema:

FRIVILLIGHET PÅ RINGERIKE

Åpnet med historien til Frivilligheten til Ringerike Kommune. Og fortsatte med planer for fremtiden.

Et meget interessant foredrag som ble avsluttet med at Leder Kari Torgersen takket så mye for foredraget og overrakte en oppmerksomhet til kveldens utmerkede foredragsholder.

Loddsalg med fine gevinster med bla profilerte LHL artikler som lue og pannebånd. Kveldens hovedgevinst var en fruktkurv gitt av Coop Ekstra Heradsbygda.

Leder orienterte Julebords tur 7-9.desember til Oset Høyfjellshotell.

Hadde videre en oppsummering av lagets aktiviteter siden siste møte.

Janicke Knudtzon orienterte om LHL trimmen på Austjord.

Kveldens bevertning, nydelig suppe, kaffe og kaker som ble tryllet frem av kjøkkenkomiteen. En stor takk til kjøkken- og ryddekomite. Leder avsluttet med å lese diktet Juleminner.

Neste samling blir julebordstur til Oset Høyfjellshotell 7-9 desember, for de som er påmeldt og neste lagsmøte blir i Ullerål Kirkes møtelokaler 9.januar 2023 kl.1730.

Leder takket for fremmøte og ønsket alle en riktig God Jul og vel hjem.

Møtet avsluttet kl. 2030

Sekretær LHL Ringerike.

LHL Ringerike- Vintertur til Oset Høyfjellshotell

Tekst og foto: Kari Torgersen



*Vinterstemning på
Oset Høyfjellshotell*



*Oset Høyfjellshotell er kjent for
god mat.*

LHL Ringerike arrangerte 3 dagers vinter - og julebordstur til Oset høyfjellshotell i desember. Da det var stor etterspørsel etter hotellrom, fordi mange ønsket å dra på tur etter pandemien, startet arbeidet med tur- planlegging og booking rett etter sommerferien. Likevel fikk vi kun til- delt 25 plasser. I løpet av høsten fikk vi noen ekstra plasser til medlemmer som sto på venteliste.

Reisen gikk med turbuss fra Hønefoss opp Hallingdal - kafestopp på Bromma og videre til Golsfjellet i nydelig vinter- vær.

Hyggelig samvær, aktiviteter og deilig mat og dans til levende musikk gjorde turen vellykket i samarbeid med trivelig personale på Oset.

Hjemturen gikk via Tisleidalen og Leira. Mange ønsket at vi skulle ha en stopp på Nordaker

gård i Aurdal. Gården har fått mange hederspriser og er iver kjent for rakkfisen som kommer derfra.

Videre ble det en pause ved Valdresporten nord for Nes i Ådal, før vi skilte lag i Hønefoss etter mange gode og vinterlige opplevelser.

Reiseleder var styreleder i LHL Ringerike, Kari Torgersen. Busstransport ble besørget av erfarne sjåførere fra Buss Og Reiseservice A/S.

Lagsmøte i Ullerål Kirke mandag 9. januar 2023.

Det var godt fremmøte, 39 personer inklusive styret var på plass da møtet begynte kl.1730. Vi hadde også invitert gjester fra Ringerike Afasi-forbund, som gikk sammen med LHL fra 1.januar 2023.

Leder Kari Torgersen åpnet møtet med å ønske gjester, gamle og nye medlemmer vel møtt til første møte i 2023 og videre orienterte hun om programmet for kvelden.

Underholdning med visesang og gitarspill av Ove Reidar Venaas med innslag av muntre historier til sangene:

* Begynte med egen komponert vise: «Fandens filial 2022»

* Fortsatte med egne viser og viser fra de fleste norske vise-makere

Leder Kari Torgersen takket Ole Reidar Venaas for en meget flott underholdning. Låtvalg – humor og alvor på norsk slo godt an.

Videre orienterte hun om Årsmøtet 2023: Årsmøte 2023 vil finne sted i Ulleråls Kirke møtelokaler 20. februar kl.1730.

Innkalling lagt ut på dagens lagsmøte.

Det vil også bli annonsert i Ring Blad innen tidsfrist og en påminnelse i «Det Skjer» i Ring Blad og på SMS i forkant av årsmøtet

Som avslutning på kvelden var det trekning av kveldens lotteri. Inntektene fra loddsalget gir et fint tilskudd til lagets økonomi.

Kveldens bevertning var flere slag nydelig Pizza og mineralvann.

En takk til de som bemannet «ryddekomiteen».


Leder takket for fremmøte og ønsket vel hjem på det glatte føret.

Neste sammenkomst blir årsmøtet 20. februar.

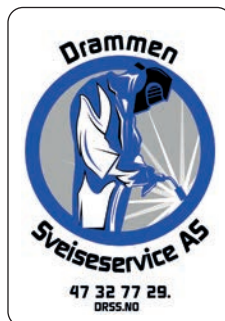
Møtet avsluttet kl.2030.

Sekretær LHL Ringerike

Slik kan du melde deg inn i LHL via nettsidene våre:

1. Gå til www.lhl.no (eller bare lhl.no) i nettleseren
2. Klikk på "hamburgermenyen"  oppe i høyre hjørne eller bla (nesten) nederst på forsiden, og velg "Bli medlem"
3. Klikk på knappen "BLI MEDLEM I LHL NÅ", og fyll ut skjemaet som da kommer opp. Fyll ut alle feltene, også mobiltelefon og e-post adresse (om du har det)
4. Klikk "Neste", og send inn registreringen.

Medlemmer tilordnes nærmeste LHL lokallag basert på postnummer.



Et hyggelig besøk hos LHL Aurskog-Høland sa Tommy Skar.



Lagsmøte i LHL Aurskog-Høland Senter.

Laget er på mange måter LHL Hjerneslag og Afasi sin «vugge». Det var i alle fall her jeg 15. november 2016 ble overbevist om at Afasiforbundet i Norge og LHL burde slås sammen, slik som vi ble 1. januar i år.

Tekst: Kåre Holmen.

Foto: Kristin Skar.

Dermed fikk vi en endret formålsparagraf i LHLs vedtekter, blant annet § 2 Formål; «LHL er en medlemsstyrt interesseorganisasjon for mennesker med hjerte-, kar- og lungesykdom, allergi, hjerneslag, afasi og deres pårørende».



Generalsekretær Tommy Skar, LHL Hjerneslag og Afasi.

24. januar besøkte generalsekretær Tommy Skar altså LHL Aurskog-Høland, som ledes av Tittin Foss-Haneborg, hvor tema var afasi og organisasjonen LHL Hjerneslag Afasi. Bakgrunnen var at Afasiforbundet i Norge og LHL slo seg sammen 1. januar i år. Det er ikke uten grunn at jeg har sett fram til denne kvelden, som er mitt første lagsbesøk i 2023, sa Skar. Det var på et møte hos dere 15. november i 2016 jeg ble overbevist om at det var riktig å samle Afasiforbundet og LHL i en organisasjon. Dere - ikke minst Elisabeth Brekken - skal ha både ros og mye av æren for at vi er der vi er i dag, sa Skar, og fortalte om nye tilbud som nå etableres på afasiområdet, blant annet rådgiving med logoped.

Og sammen med Norsk Logopedlag skal vi jobbe for bedre



Elisabeth Brekken fikk overlevert blomster fra LHL Hjerneslag og Afasi.

logopeddekning i Norge. Vi kan ikke leve med den manglende logopeddekningen som er i dag, sa Skar. Under foredraget overrakte Skar blomster til Brekken for hennes inspirasjon og pådriverrolle for organisasjonssamlingen.

Veldig hyggelig å få ære Elisabeth Brekken i LHL Aurskog-Høland, som er en av de som har inspirert oss til å jobbe for sammenslåingen av Afasiforbundet i Norge og LHL til LHL Hjerneslag og Afasi sa Skar.

Skar ble etter presentasjonen overrakt en takkegave som er laget ved lokallagets sløydavdeling.

Tusen takk til LHL Aurskog-Høland og leder Tittin Foss-Haneborg for hyggelig mottakelse, et fint og godt møte og en så flott gave sa Skar.



Tommy Skar fikk overrakt en takkegave, som er produsert av medlemmer, fra laget av leder.

LHL Nittedal/Hakadal på tur til Vestlandet august 2022

Av Dagny Karlsen og Gitte Korvann



Med påmelding tidlig i juni fikk vi tilsendt dagsprogram for 24.-28. august. Nå kunne vi bare glede oss! Etter restriksjoner i lang tid, var det nok mange som lengtet etter å være sammen med nye mennesker på tur. Det var på forhånd meldt regn og dårlig vær på turen, men allværsjakken ble faktisk kun brukt på Myrdal.

Alle ble hentet tidlig onsdag morgen i nærheten av hjemstedet. Første ordinære stopp var Hallingporten hvor vi fikk servert medbrakt kaffe og hjemmebakert kringle fra Ingrid Sme-stad. Der ble det også tid til å hilse på hverandre før bussen kjørte direkte til Geilo. Her ble det en deilig lunsj på Dr. Holms Hotel. Det var her vi tok årets gruppebildet.

Neste etappe var med tog til Myrdal, bytte over til Flåmsbana. Strekningen Myrdal - Flåm er ca. 20 km. med høydeforskjell på 865 meter.

Turister fra hele verden besøker denne unike banen som ble påbegynt i 1923. Ved Kjosfossen tok vi en liten stopp for å se om vi fikk se huldra oppe i fossen og der var hun! Sang så vakkert og trodde hun kunne lokke oss ut i fossen.

Vel nede ved Flåm fikk vi en liten servering. Dessverre var det en alvorlig trafikkulykke som sperret veien for vår buss. Reisefølget ble derfor, etter litt venting, kjørt i to minibusser videre til Ulvik og Brakanes Hotell. På Brakanes Hotell ble vi godt tatt imot og spiste en felles middag med noe godt i glasset før vi tok kvelden. Det var en utrolig god og varm sensommerkveld og mange valgte å sitte ute ved fjorden og bare nyte.

Etter lunsj satte vi oss igjen i bussen som tok oss opp til Lekve gård. Dette er en av de velkjente Hardangersider gårdene. Der fikk vi omvisning og orientering av selveste Nils Lekve, eieren av Lekve gård og sidergründer. Det ble smaksprøver av produktene som lages av epler, eplemost og sider samt produkter som bare selges på Vinmonopolet.



Bergen: Neste kjøreetappe var fram til Bergen. Veiene var bra og sjåføren gjerde sin jobb, men utsikten blir stadig avbrutt av tunneller. Det er ikke slik det en gang var på kjøretur til Bergen. I Bergen bodde vi i sentrum på nyoppussede Hotel Norge by Scandic, de to nettene vi var i Bergen. Et mer overdådig frokostbord har vi aldri sett tidligere på våre turer. Nydelige middager var det også. Første dag i Bergen ble det en totimers rundtur med den lokale guide Eva i bussen. Guidingen ble avsluttet ved inngang til Fløibanen. Alle hadde da tid på egenhånd fram til middag på hotellet. Været var så strålene og vi var så heldig at utenfor restauranten var musikere fra Sjøforsvarets musikkorps klare til å holde en halvtimes utekonsert. Dette korpset er eget dyktig, spiller flere typer musikk og reiser rundt i hele verden. Hva mer kunne vi vente oss i finværet med en fantastisk utsikt over Bergen og omegn!



Troldhaugen og Edvard Grieg

Neste dag gikk turen til Troldhaugen, hjemmet til Edvard og Nina Grieg som ble ferdigstilt i 1885, og åpnet som museum i 1928. Guiden som viste oss rundt fortalte om familien, privatlivet og økonomi. Kulturlivet var i en periode svært opptatt av å fremheve og bevare norsk tradisjon og språk. Selv om det var konkurranse mellom dem evnet de også å samarbeide.

På eiendommen var det en liten rødmalt stue – komponisthytten. Edvard ville ikke høre lyder som mennesker skapte når han komponerte. Han fikk derfor bygget hytten slik at han slapp å bli forstyrret av de to unge tjenestejentene som pratet til langt på natt.

Etter et lærerikt besøk på Troldhaugen kjørte bussen til Voss for lunsj på Ringheim kafé. Vi var så heldig at der kom vi midt i «Vossadagene» og en liten tur rundt i byen ble det også tid til.

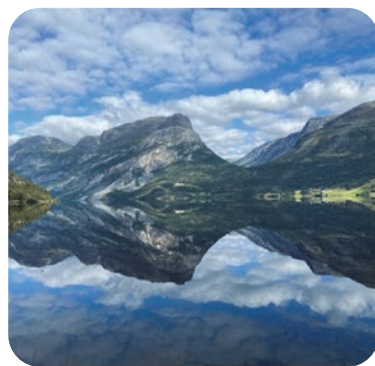


Lærdal: Så gikk turen videre østover til Gudvangen, Flåm, Aurland, gjennom Lærdalstunnelen til Lærdal. Så ble det middag og overnatting på Lindstrøm Hotell.

Det var i 2014 den store brannen var i Lærdal, hvor over 60 bygninger ble skadet og 42 ble totalskadet. Lærdal er en fantastisk by med masse bygninger som er flere hundre år gamle. Vi var flere som gikk en tur i Lærdal på formiddagen for å se på den fantastiske gamle byen, men også for å se på skadene. Det viser seg imidlertid at de har vært veldig flinke til å bygge alt opp igjen og de gamle bygningene står der fremdeles.

Søndag forlot vi Vestlandet. Turen gikk over Filefjell, Tyin og Vang. Vi tok en liten stopp langs Vangsmjøset hvor dette bildet er tatt.

I Fagernes spiste vi lunsj. Noen trodde kanskje at dette var siste måltid på turen, men nei da.



Etter bare en kort kjøretur til Aurdal stoppet vi ved Noraker Gård, som har en historie fra år 1337. Nåværende eier, Nils Noraker, er den 18. generasjonen på gården. Han fortalte om hvordan bratt landskap med skog og innmark utnyttet ved at det er bygget seks rørgater som fører friskt vann ned til flere mærer med ørret. Fiskeyngel fra andre produsenter settes ut om våren, fores opp om sommeren høsten. Når fisken har passe slaktevekt i september starter arbeidet med tilberedning av rakfisk som mange nordmenn spiser ved juletider. Nå kan rakfisk brukes hele året ved at hele fileer vakumpakkes og dypfryses. I en fin gårdsbutikk fikk vi smake rakørret på flatbrød og tid til å handle tradisjonsrik gårdsmat hjem.

Vi fikk både slappet av og kost oss på turen. Det var mye å se og lære og god variasjon i det vi fikk oppleve. Tusen takk til alle for en herlig Vestlandstur i fantastisk vær!

LHL Kongsberg har fått ny leder

Av Roald Adolfsen

LHL Kongsberg avholdte sitt årsmøte den 22. februar i sine vanlige møtelokaler. Det var 33 delegater tilstede, og alle var stemmeberettigede.

Årsberetning og revidert regnskap ble gjennomgått og vedtatt. Og fremlagt budsjett ble tatt til etterretning. Laget har god økonomi, ikke minst på grunn av god avkastning på en del verdipapirer.

Et par innkomne forslag fra styret ble behandlet, bl.a. foretrukne stemmealternativer når prosessen med oppsplitting av LHL Viken skal behandles.



Alf Smørgrav

Styrets sammensetning etter valget 22. februar 2023 er:

Leder og Studieleder	Alf Smørgrav	Valgt for 1 år	NY rolle
Kasserer	Roald Adolfsen	Ikke på valg	
Sekretær	Toril Stangnæs	Ikke på valg	
Styremedlem	Reidun Gundersen	Ikke på valg	
Styremedlem og IT-ansvarlig	Georges Malki	Valgt for 2 år	Gjenvalgt
Styremedlem	Helle Windsand	Valgt for 2 år	Gjenvalgt
Vara 1 og Likepersonskordinator	Sverre Corneliusen	Valgt for 1 år	Gjenvalgt
Vara 2	Rolf Haukland	Valgt for 1 år	NY rolle

Det ble vedtatt at styret konstituerer seg selv etter årsmøtet og at styremedlemmer og vararepresentanter tildeles ansvar for de områder som tilligger styret.

Valgkomite: Rose Thorsdalen, Gerd Adolfsen og Kari Fekjan Valgt for 1 år
Revisorer: Knut Brokhaug Valgt for 1 år

Årsmøtet godkjente også styrets forslag til representanter på Fylkesstyrets årsmøte og Landsmøtet.



LHL

Følg oss på LHL sine nettsider:
<https://www.lhl.no/lokallag/lhl-viken/>

Du kan bidra til at vi kan redde flere liv!

Redaksjonen Jan Arne Dammen Foto Erik Lerbæk

Om dere har en hjertestarter kan du ta ansvar for å få den registrert inn i det offentlige Hjertestarterregisteret på www.113.no, sier leder for det offentlige Hjertestarterregisteret Siw Lilly Osmundsen.

Om du ser en hjertestarter kan du sjekk i appen om den er i Hjertestarterregisteret – om den ikke er i kartet kan du kontakte dem som driver stedet og oppfordre dem til å registrere den.

Ildsjeler

Det er mange som ikke er klar over at det finnes et offentlig Hjertestarterregister, så vi trenger ildsjeler som oppfordrer til registrering, slik kan vi øke antallet i registeret og ha flere muligheter til å få tak i en hjertestarter.

I 2021 var det 423 personer som overlevde mer enn 30 dager etter sin hjertestans og 91 % av overleverne hadde god neurologisk status (Norsk hjertestansregister). Selv om dette er bra tror vi at flere kan reddes ved raskt å få på plass tiltakene

113, HLR og hjertestarter før ambulansen ankommer.

Du kan kontakte Hjertestarterregisteret på aed@nakos.no. Kontoret ligger på Ullevål sykehus og driftes av Nasjonal kompetansetjeneste for prehospital akuttmedisin (NAKOS).



Leder i det off. Hjertestarterregisteret Siw Lilly Osmundsen

Hvor finner jeg en hjertestarter?

Redaksjonen Jan Arne Dammen Foto Jan Arne Dammen

Nå er det blitt veldig vanlig å ha en hjertestarter i bedrifter, treningssentre, butikker, hoteller, apotek og det er til og med mange som har hjertestarter privat.

Ved hjelp av det offentlige Hjertestarterregisteret 113.no kan vi se hvor mange av disse hjertestarterne er plassert. Du finner kartet på www.113.no/hjertestarterregisteret og i appen til Stiftelsen Norsk luftambulans Hjelp113.

Gjør deg kjent

Du kan gjøre deg kjent i ditt nærområde ved å se i kartet på 113.no eller i appen Hjelp113.

Den viktigste funksjonen for Hjertestarterregisteret er at de kan se hjertestarteren i kartet på 113-sentralen. Hvis det er flere til stede ved en hjertestans enn de som må utføre HLR kan sykepleieren på 113 be noen om å hente hjertestarteren.

Ikke alle er synlige

Derfor er det viktig at vi viser at vi har en hjertestarter. Mange av LHL-avdelingene har hjertestarter i sine lokaler, men det er ikke så mange som er registrert og synlig for 113.



Hjertestarter på butikken

Du kan redde liv! Vi kan redde flere!

Redaksjonen Jan Arne Dammen

Hvert år får cirka 3 700 personer uventet hjertestans og noen forsøker å gjenopplive dem (Årsrapport 2021, Norsk hjertestansregister). Når vi prøver å redde en med hjertestans er de viktigste tiltakene:

- Ring 113 medisinsk nødtelefon
- Start hjerte- og lungeredning (HLR)
- Bruk en hjertestarter

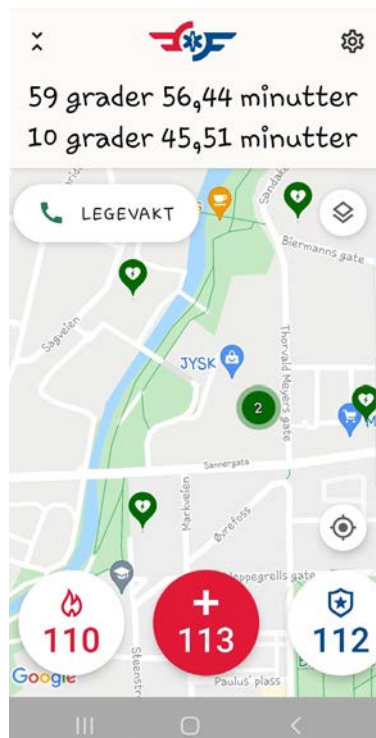
Ring 113 og start hjerte- og lungeredning

I Norge er 113 fantastiske på å veilede innringere til å utføre hjerte og lungeredning (HLR), så vi er i verdenstoppen på HLR, hele 85 % av personer med hjertestans får HLR av tilstedeværende før ambulansen kommer – det er helt fantastisk, sier leder i det offentlige Hjertestarterregisteret Siw Lilly Osmundsen.

Vi kan selvfølgelig alle sammen bli bedre på HLR, vi bør gå kurs hvert andre år for å øve, slik at vi har en god teknikk! Det er viktig å ha 113 på høyttaler, slik at de veileder oss hele tiden.

Bruk hjertestarter

En hjertestarter er et viktig og livreddende tiltak i tillegg til god HLR. Hjertestartere gir et elektrisk støt gjennom hjertet til personen med hjertestans. Dersom det er et elektrisk kaos i hjertet vil hjertestarteren gjenkjenne det og gi et støt for å nullstille det elektriske systemet i hjertet, da kan hjertet re-starte. Sjansen for at hjertet er sterkt nok og klarer å re-starte er absolutt best jo tidligere vi kobler til en hjertestarter. Derfor er det viktig at vi får tak i en hjertestarter så raskt som mulig og kobler den til.



Alle kan bruke hjertestarter

Husk at hjertestarteren bare gir støt om den gjenkjenner det elektriske kaoset, så du får ikke gitt støt på noen som ikke trenger det, så da kan du ikke gjøre noe feil. I 2021 ble 24 personer gjenopplivet med hjertestarter før ambulansen kom fram (Norsk hjertestansregister). Du må ikke være redd for å bruke en hjertestarter, skru den på så den sier hva du skal gjøre og den har gode illustrasjoner som viser hvor elektrodene skal plasseres. Om den anbefaler støt kan du være helt trygg på at det er riktig.

Alle kan bruke en hjertestarter, det er nå klassifisert som førstehjelp og krever ingen sertifisering eller godkjenning. Den sier tydelig fra når støtet skal gis, slik at ingen tar på personen som får støt akkurat når støtet gis.

Det offentlige Hjertestarterregisteret 113

Redaksjonen Jan Arne Dammen



Alle kan bruke den - selv jeg, sier Jan Arne



Luftambulansen

Registeret ble opprettet i 2017 og alle 113-sentralene fikk det inn i kartet i sentralene, slik at de kan henvise folk til nærmeste hjertestarter. Nå i februar 2023 har vi cirka 10 500 hjertestartere som vises for 113. Vi vet det er mange flere hjertestartere rundt omkring som ikke er registrert, det må vi gjøre noe med, sier leder for det offentlige Hjertestarterregisteret Siw Lilly Osmundsen!

Vedlikehold

Hjertestarterregisteret minner eiere av hjertestartere om å holde hjertestarteren i orden og klar. Forskriften om medisinskteknisk utstyr §11 pålegger at vedlikehold og tilsyn skal dokumenteres, så det er en god hjelp for eiere at de får e-postvarsel om å gjøre tilsyn og om utløpsda-

toer på elektroder og batteriet. På den måten kvalitetssikrer vi at hjertestarteren er i orden og vil fungere om vi trenger den.

Det trengs en til to personer som følger opp registreringen. Hver sjette måned får den ansvarlige kontaktpersonen e-post om å se at hjertestarteren henger på plass og ikke er skadet. Sjekk at batteri-indikatoren viser ok batteri. Da kan hjertestarteren oppdateres i registeret, man trykker «Hjertestarteren er sjekket på nytt» og alt er ok i seks måneder til.

Når utløpsdato på elektroder nærmer seg kommer en e-post, slik at kontaktpersonen kan bestille nye elektroder eller batteri fra forhandleren de har. Når de byttes, må ny utløpsdato legges inn i registeret.



LHL

Følg oss på LHL sine nettsider:
<https://www.lhl.no/lokallag/lhl-viken/>



• NYBYGG – TILBYGG
 • PÅBYGG OG OMBYGGING
 • SKIFTING AV VINDUER
 • SKIFTING AV DØRER
 • TAK OG UTVENDIG ARBEID
 • INNVEDIG ARBEID
 • VÅTROM

Tlf: 416 32 170

www.sundbygg.no
sundbyggas@gmail.com



• Bistand ved overtakelse
 • Teknisk rådgivning
 • Tilstandsvurdering
 • Vedlikeholdsplan
 • Forhåndstakster
 • Arealmåling

922 64 215

haaland.boligtakst@gmail.com



Vi tilbyr

- Mekanisk vedlikehold
- Automasjon
- Hydraulikk
- Konsulenttjenester

90 63 47 90
espen.pedersen@nios.no

Rørleggermester
Oven

Rørlegger'n i Råde

- Service
- Modernisering
- Nyanlegg



20 års erfaring **922 04 345**



- en del av
AS Follo Truckutleie

CONTAINERUTLEIE

*Din lokale
 avfallspartner*

Tlf: 64 86 31 03
follotruckutleie.no

Strømløse områder som kan strøm

Med nesten 30 års fartstid er Ustekveikja Energi blant de mest erfarne strømselskapene i Norge. Vi er en nøktern og fremtidsrettet aktør i markedet, opptatt av å tilby fornuftige råd og gi den beste kundeservicen. Bli kjent med oss på ustekveikja.no



Ustekveikja Energi



Partner Line AS

Gravfossveien 1, 3360 Geithus - Tlf. 48104444
post@partnerline.no - www.partnerline.no

NYTT SVØMMEBASSENG ELLER REHABILITERING AV EKSISTERENDE BASSENGANLEGG!



Glassfiberbasseng

Betongbasseng

Thermopool

Stålbasseng

Hagebasseng

Motstrømsbasseng

Massasjebad & Spa

Plungepool

Private anlegg

Offentlige anlegg

- Partner Line AS representerer RivieraPool som er Europas ledende produsent av høyklasse glassfiberbassenger med dobbelt skrog. Partner Line AS forhandler bassengutstyr fra Fluidra Astral Pool som er Europas største på alt av bassengutstyr.
- Partner Line AS forhandler bassengtak, varmepumper, vannbehandling og bassengroboter fra Gullberg & Jansson.
- Partner Line AS har et stort lager og reservedelslager som er online med lagerstatus på nett.
- Partner Line AS kan være din leverandør eller hovedentreprenør for alle relevante fag med full prosjektering.
- Partner Line AS kan stå som ansvarlig søker og være din lojale partner for hele prosjektet.
- Vår styrke er seriositet, høy kompetanse, høy servicegrad, fleksibilitet og bredt spekter av kvalitetsprodukter til
- Konkurransedyktige priser.

Geilo Tomteservice AS

Bruslettvegen 5
3580 GEILO
Tlf. 32 09 32 16

H-vinduet Magnor AS

Furumoen 61
2240 MAGNOR
Tlf. 62 83 19 20

Kjemprud AS

Nedre Storgate 9
3015 DRAMMEN
Tlf. 32 83 29 45

Ravnsborg Gartneri og Hagesenter

Jahrenbakken 3
3484 HOLMSBU
Tlf. 908 79 486

Active Services AS

Sagaveien 66C
1555 SON
Tlf. 930 04 146

Bademiljø Nordheim VVS AS

Sundrevegen 176
3570 ÅL
Tlf. 32 08 63 00

Lund & Reistad AS

Finnerudskogen 625
3350 PRESTFOSS
Tlf. 32 71 03 91

MOTOR-TRADE AS

Din Mercedes-Benz spesialist

Østre Rosten 8, 7075 TILLER
Tlf. 73 82 01 00
www.motortrade.no



Numedal Fiber
3620 LAMPELAND
Tlf. 406 31 000

Hurum Dekk & Bilglass AS

Åsveien 4
3475 SÆTRE
Tlf. 32 79 19 99

**Klokkarstua**

Tlf. 32 79 88 10

CRUX Bergfløtt behandlingssenter

Bergfløttveien 69
3404 LIER
Tlf. 32 22 68 00

Lier Bilskade A/S

St. Hallvards vei 21
3414 LIERSTRANDA
Tlf. 32 18 90 00

Autoservice Moss AS

Rabekkgata 19
1523 MOSS
Tlf. 950 04 300



Gjetergata 20
3015 DRAMMEN
Tlf. 951 82 952

Vikingegarden Maurenga AS

Engervegen 137
2030 NANNESTAD
Tlf. 900 97 761

**Sundbrei Transport AS**

Tiltaksvegen 821
3570 ÅL
Tlf. 481 71 721

Centec Norge AS

Strøket 8
1383 ASKER
Tlf. 66 75 81 60

O. K. Andersen Byggautomasjon AS

Fjellveien 18
1470 LØRENSKOG
Tlf. 469 16 236

Nettec AS

Kolbotn 14
1410 KOLBOTN
Tlf. 66 81 06 40

Terje Markussen Transport

Krokstadjordet 8
3055 KROKSTADELVA
Tlf. 938 17 731

Øverby Plan og Byggservice

Gunhildrudveien 40
1930 AURSKOG
Tlf. 920 83 300

SIGDAL MASKINFORRETNING AS

Nerstad Industriområde 3, 3350 Prestfoss
Tlf. 97 99 19 90 - www.smf-as.no

Vesetrud Sag

Kolkinnveien 14
3533 TYRISTRAND
Tlf. 32 13 94 12

Svene Pukkverk AS

Østsida 234
3622 SVENE
Tlf. 952 61 700 / 710



Ringeriksveien 171
3300 HOKKSUND
Tlf. 32 75 44 77

Kurt og Pål Kristoffersen AS

Rundtom 12
3055 KROKSTADELVA
Tlf. 32 87 65 09

Takstmann NTF Gunleik Bondal

Kleiva 20
3622 SVENE
Tlf. 918 98 840



Smihagan 25
2323 INGEBERG
Tlf. 917 71 400

Amp Isolering AS

Rådyrkroken 7
3032 DRAMMEN
Tlf. 930 69 896

**Anleggsgartner Bjørn-T. Bjerknes**

Mob. 918 67 504



Meieriveien 7, 3023 DRAMMEN

Øie Eiendomsutvikling AS

Jernbanegata 8
2004 LILLESTRØM
Tlf. 917 47 262

Proterm Service AS

Martin Linges vei 16B
1465 STRØMMEN
Tlf. 900 29 048

Moss Hagemaskinservice AS

Varnaveien 41
1526 MOSS
Tlf. 69 27 70 90

**Gjerdrum kommune**

gjerdrum.kommune.no

Årnes Sport AS

Jernbanegata 17
2150 ÅRNES
Tlf. 63 90 09 97

Østfold Maler Team AS

Leiegata 20
1617 FREDRIKSTAD
Tlf. 959 38 342

Selbak Rør AS

Stabburveien 7
1617 FREDRIKSTAD
Tlf. 994 50 531

Bygg og Tøermester Hans Petter Krane

Berglibakken 14
3484 HOLMSBU
Tlf. 970 98 482

Uteanlegg AS

Holterveien 4G
1448 DRØBAK
Tlf. 476 11 200



Prost Stabels vei 8
2019 SKEDSMOKORSET
Tlf. 404 94 992

Norén Maler og Byggtapetserforretning AS

Roald Amundsens vei 136
1658 TORP
Tlf. 905 25 067

Fiskum Bygg A/S

Kongsbergveien 736
3322 FISKUM
Tlf. 32 75 04 00

ANONYM
STØTTE

Brødr Rodegård AS

Gudbrandsrudvegen 111
3540 NESBYEN
Tlf. 959 22 408



Vålerv. 157, 1599 MOSS
Tlf. 69 24 11 30

Terje Rustand Transport AS

Seterv 11
3623 LAMPELAND
Tlf. 902 09 822

Spekeloftet AS

3560 HEMSEDAL
Tlf. 32 06 02 93
Mobil 461 73 310

Sentrum Bilservice AS

Kristian Augusts gate 6
1776 HALDEN
Tlf. 69 18 15 31



Nedfre Hagaveg
2150 ÅRNES
Tlf. 63 90 07 00

Siffer Økonomi AS

Busterudgata 11
1776 HALDEN
Tlf. 69 21 17 50

Fageraas Skogsdrift AS

Permobakken 21
3534 SOKNA
Tlf. 959 22 322



Rakkestadv 1
1814 ASKIM
Tlf. 69 83 80 10

ISO energi

BEST PÅ BLÅSEISOLERING

isoenergi.no • ☎ 97 76 90 35



Oppussingsprosjekter i hjem og hage?

Gå på skattejakt blant brukte møbler og gjenstander hos OMGJØRAS – og velg kvalitetsjord laget på ditt matavfall hos oss.

ØRAS – Sammen gjør vi avfall til ressurser!

Miljøstasjon Dal Skog

Hverdager 7–17
Lørdag 9–15

OMGJØRAS bruktbuikk

Hverdager 12–17
Lørdag 9–15

ØRAS

Øvre Romerike
Avfallsselskap IKS



Tlf. 63 92 78 80 | firmapost@oeras.no | www.facebook.com/oeras.no | www.oeras.no

















- en del av
AS Follo Truckutleie

CONTAINERUTLEIE

Din lokale
avfallspartner

Tlf: 64 86 31 03
follotruckutleie.no

 <p>Elektrovegen 1 2069 JESSHEIM Tlf. 63 97 35 00</p>	 <p>Rosenkrantzgata 11 3018 DRAMMEN Tlf. 32 80 80 80</p>	 <p>Dråpen 6 3036 DRAMMEN Tlf. 32 85 50 40</p>	 <p>Autorisert Regnskapsforersekap Postboks 116, 1941 Bjørkelangen Tlf.: 95 25 90 22</p>	
<p>Form og Stanseteknikk AS</p> <p>Hananbakken 22 1529 MOSS Tlf. 69 26 73 00</p>	<p>Subway Buskerud Storsenter</p> <p>3054 KROKSTADELVA Tlf. 400 38 024</p>	<p>El Ringen AS</p> <p>Torsbyveien 1 3370 VIKERSUND Tlf. 918 07 918</p>	<p>Malermester Geir Knædal AS</p> <p>Nedre Tomtegate 4A 1651 SELLEBAKK Tlf. 907 78 849</p>	
<p>Salong Alf Andersen</p> <p>Nedre Storg 16 3015 DRAMMEN Tlf. 32 83 24 31</p>	<p>Revisorkollegiet AS</p> <p>avd. Kongsberg Nymoens Torg 11 3611 KONGSBERG Tlf. 32 72 28 80</p>	<p>Powertech Service as</p> <p>Ringeriksveien 20 3414 LIERSTRANDA Tlf. 908 89 070</p>	 <p>3579 Torpo - Tlf 3208 3009 Faks 3208 3013 www.hallingdalbetong.no</p>	
<p>Eiker Tak & Membran AS</p> <p>Hellebekkveien 4 3057 SOLBERGELVA Tlf. 918 65 715</p>	 <p>Aronsvei 39, 3029 DRAMMEN Tlf. 32 82 00 50</p>	<p>Aasand Regnskap AS</p> <p>Eggedalsveien 1470 3359 EGGEDAL Tlf. 32 71 18 50</p>	 <p>Hønegata 89, 3515 HØNEFOSS Tlf. 932 82 222</p>	
<p>Lyseng Billakkering</p> <p>Norderhovsgata 23 3512 HØNEFOSS Tlf. 919 12 220</p>	<p>Wam Traktorservice</p> <p>Ringeriksv. 342 3408 TRANBY Tlf. 32 85 14 86</p>	<p>Nils Ivar Braathen AS</p> <p>Horgenvieien 37 3300 HOKKSUND Tlf. 913 94 618</p>	<p>Malermester Bjørn Tore Stenersen</p> <p>Skalpeliveien 47 3535 KRØDEREN Tlf. 970 39 325</p>	
<p>Kvanhøgd Turistsenter</p> <p>Golsfjellet 3550 GOL Tlf. 32 07 39 57</p>	<p>Hønefoss Glass-service A/S</p> <p>Osløveien 31 3511 HØNEFOSS Tlf. 32 12 33 70</p>	<p>Hallingsag AS</p> <p>Nordbygdvegen 713 3570 ÅL Tlf. 970 78 501</p>	 <p>kjøkken- og interiørbeslag Spikkestadveien 3, 3430 SPIKKESTAD Tlf. 31 29 75 75</p>	
<p>Grunnarbeid - Betongarbeid - Fjellsprenngning - Vann og avløp - Utomhus</p> <p>Maskinentrepreneur</p> <p>Karsten Mikalsen AS</p> <p>Telefon 905 66 770 E-post: post@kmikalsen.no www.kmikalsen.no</p>		<p>Norsk Elk kontroll AS</p> <p>Rundtom 11 3055 KROKSTADELVA Tlf. 400 87 700</p>		 <p>Geilov. 3580 GEILO Tlf. 32 09 12 30/50</p>
 <p>Mølleveien 44 3360 GEITHUS Tlf. 400 87 841</p>	 <p>Apalveien 1 3360 GEITHUS Tlf. 32 78 36 06</p>	 <p>Sundrejordet 4 3570 ÅL Tlf. 417 99 417</p>	 <p>Nore Laft AS</p> <p>Natten gård 3630 RØDBERG Tlf. 48085477 91352313</p>	<p>SKARE & NES A/S</p>  <p>Tlf: 32 71 18 70 Fax: 32 71 18 79 3350 Prestfoss</p>

Eg saknar deg

bli ikkje
borte

døy ikkje
under vinterens
kalde hud

kan du
lova meg
og komme
att

når vårjoset
tiner
liv

i frossen
mark

å som eg
saknar
fargene



Foto: Trond Stenseth

dei ljose
milde fargene
som

berre kan
målast

av våre
lette
penselstrøk

lover du
meg og
kome att

eg vil aldri
skille din
blomst fra
stilk

du er for
vakker
til det

M.j.k

M
A
G
N
U
S
C
O
R
N
N
E
R

Redaksjonen opprettholder vedtaket om å legge ned kryssordet

I Bladet Vårt nr. 4/2022 annonserte vi at kryssordet som ble presentert der var det siste, i alle fall i denne omgang. Denne beslutningen opprettholdes, basert på at antall innkomne svar er relativt lite, og at vi kun har mottatt et fåtall

tilbakemeldinger som vi etterlyste i forrige nummer.

Det kom et par forslag om alternative innsendingsmetoder, men disse er ikke så enkle å realisere på kort sikt. Men vi skal holde øynene åpne for alternative løsninger, og om vi

finner løsninger som vi tror vil fungere, skal vi komme tilbake med det.

Vi beklager overfor de få som har brukt å sende inn ganske ofte, og ønsker de lykke til med innsending i andre kryssordkilder.

KRYSSORD

Løsningen for kryssord nr. 4-2022

Vinnere forrige nr. av Bladet Vårt. (4/22)

1. Turid Ritland, Underlia 108, 3021 Drammen
2. Jon Smestad, Nordbyvegen 24, 2069 Jessheim
3. Bjørn Halvorsen, Søren Jaabæks vei 6, 3617 Kongsberg

Vinnerne får tilsendt hver 5 hjertelodd.

	DOM- TOR	AV- GASS	CARE- SPRÅK	IL	DAK- ERST	VEI- KORSE- KIV	B	LITROH	VO
	E	G	E	F	E	F	I	R	D
ANS- TRAD	K	R	I	S	T	E	N	E	U
TRAND- SLAG	S	E	R	V	E	T	G	S	H
R#PK ORRE	O	S	O	R	T	O	P	E	
LIL- LAG	L	Ø	R	E	N	S	K	O	K
FUND- DET	H	A	N	S	K	O	R	E	V
TO	E	L	D	R	E	S	E	N	T
TRAND- TRAD	R	H	Ø	Y	T	I	D	E	L
ETROK- TALL	L	A	V	A	E	N	N	I	L
	R	E	R	E	G	D	E	R	O
	L	L	A	N	G	E	R	F	A



LHL Adresse og telefon til kontaktpersoner i LHL Viken

LHL Drammen/Lier

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

LHL Gol/Hemsedal

Ragnhild Vik
Gymnasvegen 4h
3550 Gol
Tlf. 97 58 12 63
lhl.gol@lhl.no

LHL Hol

Kjell Persson
Brusletto. 23 B,
3580 Geilo
Tlf. 41 30 27 25
lhl.hol@lhl.no

LHL Hole

Tove Botten
Viksveien 2, 3530 Røyse
Tlf. 41 32 86 24
lhl.hole@lhl.no

LHL Kongsberg

Alf. E. Smørgrav
Gamle Drammensv. 55 D
3612 Kongsberg
Tlf. 920 39 068
lhl.kongsberg@lhl.no

LHL Krødsherad

Turid Hjertaas
Midtre Sundvollia
3535 Krøderen
lhl.krodsherad@lhl.no

LHL Modum

Lise-Lotte Hovde
Tomtavegen 6, 3360 Geithus
Tlf. 47 03 25 39
liselotte.hovde@outlook.com

LHL Nedre Eiker

Knut Tore Maudal
Skolevn. 4, 3055 Krokstadelva
Tlf. 90 60 00 98
lhl.nedre-eiker@lhl.no

LHL Nesbyen

Marit Medalen
Klypevegen 40, 3540 Nesbyen
Tlf. 45 61 78 42
lhl.nesbyen@lhl.no

LHL Nore og Uvdal

Olav Julius Deinboll
Fønnebøveien 46, 3632 Uvdal
Tlf. 99 36 22 33
lhl.nore-uvdal@lhl.no

LHL Ringerike

Kari Torgersen
Svingveien. 1c, 3515 Hønefoss
Tlf. 98 42 44 45
lhl.ringerike@lhl.no

LHL Røyken og Hurum

Håkon Skjolden
Heimannsåsen 11,
3470 Slemmestad
Tlf. 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

Mary Anne Borlaug Lundemo
Hobbelstadjordet 43
3303 Hokksund
Tlf. 47 81 33 96
lhl.ovreeiker@lhl.no

LHL Ådal

Wenche Pladsen
Hedalsvei 131
3524 Nes i Ådalen
Tlf. 41 31 35 24
hhoman@online.no
lhl.aadal@lhl.no

LHL Ål

Kjell Torgersen
Nersetvegen 35, 3570 Ål
Tlf. 45 67 49 73
lhl.al@lhl.no



LHL

Følg oss på LHL sine nettsider:
<https://www.lhl.no/lokallag/lhl-viken/>



LHL Adresse og telefon til kontaktpersoner i LHL Viken

LHL Asker

Postboks 51, 1371 Asker
Tlf. 95 25 10 04
lhl.asker@lhl.no

LHL Bærum

Att. Are Helseth,
Linderusvn. 1353 Bærum Verk
Tlf. 91 74 47 70
lhl.baerum@lhl.no

LHL Aurskog-Høland

Postboks 12,
1941 Bjørkelangen
Tlf. 90 61 95 74
lhl.aurskog-hoeland@lhl.no

LHL Drøbak og Frogn

Att. Jørn Pettersen
Klommesteinveien 15,
1440 Drøbak
Tlf. 90 09 44 69
lhl.droebak-frogn@lhl.no

LHL Eidsvoll

Puttetjernvegen 3D,
2074 Eidsvoll verk
Tlf. 94 86 56 99
lhl.eidsvoll@lhl.no

LHL Follo

Postboks 495, 1401 Ski
Tlf. 98 06 82 03
lhl.follo@lhl.no

LHL Lørenskog

Postboks 228, 1471 Lørenskog
Tlf. 90 08 47 94
lhl.loerensskog@lhl.no

LHL Nannestad og Gjerdrum

Att. Magne Håvard Kogstad
Kogstad 22, 2022 Gjerdrum
Tlf. 90 91 94 34
lhl.nannestad-gjerdrum@lhl.no

LHL Nes

Postboks 96, 2151 Årnes
Tlf. 92 82 80 51
lhl.nes@lhl.no

LHL Nittedal/Hakadal

Kallbrennerveien6,
1487 Tøyenhaugen
Tlf. 95 17 47 57
lhl.nittedal-hakadal@lhl.no

LHL Oppegård

Kruttmølleveien 15,
1414 Trollåsen
Tlf. 91 32 15 20
lhl.oppegaard@lhl.no

LHL Rælingen Enebakk

Ekornveien 36, 2014 Blystadlia
Tlf. 90 18 43 24
lhl.raelingen-enebakk@lhl.no

LHL Skedsmo og Fet

Postboks 106, 2017 Kjeller
Tlf. 47 26 23 73
lhl.skedsmo@lhl.no

LHL Sørums

Asavegen 8, 1920 Sørumsand
Tlf. 97 08 31 08
lhl.soerum@lhl.no

LHL Ullensaker

Skogmosletta, 2052 Jessheim
Tlf. 90 83 03 15
lhl.ullensaker@lhl.no

LHL Vestby

Postboks 149, 1541 Vestby
Tlf. 90 92 17 68
lhl.vestby@lhl.no

LHL Askim og omegn

Stein Ruud
Osveien 292,
1890 Rakkestad
Tlf. 92 43 96 77
lhl.askim@lhl.no

LHL Cardio Club

Engelsvikveien 21,
1628 Engelsvik
Tlf. 90 20 14 49
lhl.CardioClub@lhl.no

LHL Fredrikstad

Pancoveien 7, 1624 Gressvik
Tlf. 41 24 06 56
lhl.fredrikstad@lhl.no

LHL Halden

Violgt. 3
1776 Halden
Tlf. 40 47 75 49
lhl.halden@lhl.no

LHL Moss og omegn

Postboks 78, 1501 Moss
Tlf. 90 74 80 09
lhl.moss@lhl.no

LHL Rakkestad

Storgata 3, 1890 Rakkestad
Tlf. 90 79 47 27
lhl.rakkestad@lhl.no

LHL Rygge og Råde

Postboks 21, 1640 Råde
Tlf. 91 84 94 55
lhl.RyggeogRade@lhl.no

LHL Sarpsborg

Postboks 27, 1701 Sarpsborg
Tlf. 90 82 42 55
lhl.sarpsborg@lhl.no

Trond Weum Transport

Formov
3340 ÅMOT
Tlf. 908 59 515

Hurum Mølle

Kirkebygdveien 29
3490 KLOKKARSTUA
Tlf. 32 79 80 06

Mirawa Restaurant

Schwenkegata 1
3015 DRAMMEN
Tlf. 32 83 65 85

KARLSRUD
BETONGPUMPING A/S



Thonsveien 68, 1816 SKIPTVET
Tlf. 69 80 91 30

Sole AS

3359 EGGEDAL
Tlf. 32 71 17 00



post@bvbygg.as
482 88 624 / 958 47 803



1351 RUD
Tlf. 67 17 19 30

ÖSTBERG

Östberg Norge AS

Vakåsveien 7, 1395 HVALSTAD
Tlf. 67 17 77 00



Nedre Storgate 3, 3015 Drammen
Tlf. 32835424 / www.rollhansen.no



Hans Kiærsgt. 1A
3003 DRAMMEN
Tlf. 32 20 86 50

Rokkestad Maskin AS

Åsveien 20
3475 SÆTRE
Tlf. 909 22 333

Hurum Bilsenter AS

Åsveien 14
3475 SÆTRE
Tlf. 454 73 090 / 958 75 033

Tlf. 63 87 05 50

SKEDSMO
BILOPPHOGGING

Brukte bildeler – vrakpant

Kraftriket Telemark

Numedalsvegen 1920
3623 LAMPELAND
Tlf. 32 76 07 00

Sigdal Renhold AS

Støveveien 91
3533 TYRISTRAND
Tlf. 473 89 477

Viken Kjølleservice Per-Emil Hellgren

Markveien 1, 1870 ØRJER
Tlf. 408 93 893

Circle K Vik

Holeveien 1741
3530 RØYSE
Tlf. 32 16 13 04

Snarum Pukkverk AS

Krøderveien 1060
3370 VIKERSUND
Tlf. 416 00 860

Storm Elektro AS

Lerkeveien 2
1624 GRESSVIK
Tlf. 69 36 00 40

KB Tangen Transport AS

Tangen
3358 NEDRE EGGEDAL
Tlf. 413 34 346

Brødrene Stigen AS

Lykkjaveien 4
1960 LØKEN
Tlf. 991 07 435

Airon AS

Trøskerveien 36
1712 GRÅLUM
Tlf. 69 14 26 00

kräftia

Øvre Nedmarken 15
3370 VIKERSUND
Tlf. 32 78 32 98

Lars E. Strand Malermester og Entreprenørforretning AS

Hvamsvingen 11B, 2013 SKJETTEN
Tlf. 901 26 631

Smart Økonomi AS

Pancoveien 24
1624 GRESSVIK
Tlf. 488 82 105

UKB Håndverk

Gardermovegen 9
2050 JESSHEIM
Tlf. 63 93 67 33

Årnes Revisjon AS

Seterstøvegen 4
2150 ÅRNES
Tlf. 63 91 28 50

Møller Bil

Jessheim
Energiveien 1, 2050 JESSHEIM
Tlf. 63 92 96 00



Magnetun Maskindrift

Tuppeskogen
3550 GOL
Tlf. 901 58 664



Hadelandsveien 841
3520 JEVNAKER
Tlf. 32 11 44 80



Jacob Borchs gate 4
3012 DRAMMEN
Tlf. 924 83 535

SEB Produkter AS

Fra idé til ferdig anlegg

Transportutstyr • Rør/rørdeleler • Sliteprodukter
• Motor/transmisjoner • Service/montasje

www.sebprodukter.no

**Bolig
Assist** AS

Eiendomsservice
og vedlikehold

Huginveien 16
3518 HØNEFOSS
Tlf. 480 88 634

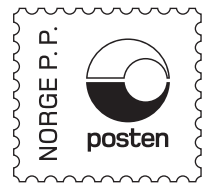
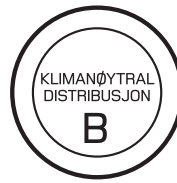


Sigdal
www.blinkhus-sigdal.no
Tlf. 32 71 14 90



Serviceveien 10
1940 BJØRRELANGEN
Tlf. 900 90 046

<p>Grefsen Eiendom AS Henrik Bulls veg 48 2069 JESSHEIM Tlf. 63 98 64 00</p>	<p>Genial Elektro AS Ingelstun 45 2022 GJERDRUM Tlf. 414 23 747</p>	<p>Rælingen Graveservice AS Wessels veg 12 2005 RÆLINGEN Tlf. 918 77 899</p>	<p>Byggmester Jonny Skaug & Sønn AS Svalerødveien 17 1794 SPONVIKA Tlf. 482 08 450 / 928 26 558</p>
<p>Linneruds Biltransport AS Finstadvegen 217 2072 DAL Tlf. 905 45 735</p>	<p>Montér Hønefoss Tyrimyrveien 19 3515 HØNEFOSS Tlf. 469 37 000</p>	<p>Nordicgsa AS Flyspeditørens Senter 2060 GARDERMOEN Tlf. 63 93 06 90</p>	<p>Jans Byggservice & Sønn AS Granheimveien 10 1580 RYGGE Tlf. 452 94 255</p>
<p>KONGSBERG BANDASJUE HELSEARTIKLER Kirkegata 9 A 3616 KONGSBERG Tlf. 32 73 63 75</p>	<p>Bolig-Service AS Horgenv 68 3300 HOKKSUND Tlf. 952 89 602</p>	<p>Ecit Oslofjorden AS Åsveien 9 3475 SÆTRE Tlf. 483 10 500</p>	<p> SOLBERG UR - OPTIKK A.S. TLF. 32 87 61 07 - 3050 MJØNDALEN</p>
<p>exacta Autorisert regnskapsførerselskap Dyrmyrsgata 4 3611 KONGSBERG Tlf. 926 30 300</p>	<p>Aasberg Geodata Haldenveien 689 1940 BJØRKELANGEN Tlf. 907 92 810</p>	<p>Graff Gartneri AS Husebyveien 6 3480 FILTVET Tlf. 32 79 64 31</p>	<p>Rua bygg & Takst Nordre Ruavei 7 3614 KONGSBERG Tlf. 916 93 669 www.ruabyggogtakst.no</p>
<p>Hemsedal Bygghåndverk AS Lykkavegen 1773 3560 HEMSEDAL Tlf. 958 39 951</p>	<p>A/S BOKFØRING Kindsveien 1 3533 TYRISTRAND Tlf. 32 14 04 70</p>	<p> JIB SERVICE AS TLF 47 63 33 85 Egil Hålands vei 14 B 3055 KROKSTADELVA</p>	<p>Proff1 Montasjemateriell AS Lunds gate 26 3043 DRAMMEN Tlf. 901 27 620</p>
<p>Byggpartner Akershus AS Hvamstubben 14 2013 SKJETTEN Tlf. 900 76 192</p>	<p>FINSTADHAGEN LAST AS 1930 AURSKOG Tlf. 63 86 45 01</p>	<p>Byggmester Bernt Sandstrøm Kjølholtveien 107 1680 SKJÆRHOLDEN Tlf. 957 62 238</p>	<p>Caverion Caverion Norge AS Sandvika Industriveien 33, 1337 SANDVIKA Tlf. 67 55 35 00</p>
<p>Helge Bakken AS Klemmavegen 4 3550 GOL Tlf. 482 29 533</p>	<p>Gol Stål AS Liagardsvegen 252 3550 GOL Tlf. 32 07 42 77</p>	<p>Itavdeling1 AS Kobbervikdalen 67 3036 DRAMMEN Tlf. 901 96 949</p>	<p>ÅLHYTTA  DESIGN SOM STANDARD SIDEN 1966 Gullhagen, 3570 ÅL Tlf. 32 08 60 50</p>
<p> TRYGG VEI - veien til sikker trafikk Teglverksveien 100 3057 SOLBERGELVA Tlf. 32 23 23 00</p>	<p>Norefjell Hyttetservice Skiinnestopen 9 3535 KRØDEREN Tlf. 901 47 300</p>	<p>Lie Sport og Fritid AS Sentrumsvegen 110 3550 GOL Tlf. 32 07 40 27</p>	<p> DRAMMEN KJØL OG FRYS AS KULDEENTREPRENØR Drammen: Tlf.: 32 83 16 88 • www.dkf.no Avd. Kongsberg: Tlf.: 32 76 43 00 • magne@dkf.no</p>
<p>Kongsberg Containertransport AS Skrubmoen 17 3619 SKOLLENBORG Tlf. 464 70 000</p>	<p> Holt Sag Lars Wisur Børtevannsveien 353 1730 ISE Tlf. 950 21 949</p>	<p>Mekonomen Bilverksted EIDSVOLL BILSENTER Botshaugtangen 54A 2080 EIDSVOLL Tlf. 63 95 89 00</p>	<p>Bademiljø Kongsberg Mester Rør AS Fløterveien 2 3617 KONGSBERG Tlf. 32 73 51 80</p>



Returadresse:
LHL Kongsberg, Bladet Vårt
Pb. 27 Gamlegrendåsen
3607 Kongsberg

Hei her kommer en liten hilsen og noen betraktninger fra LHL Drammen – Lier

Tekst: May Kværnstuen

Jula er forbi og et nytt år med blanke dager slo imot oss i Nøsteveien i Lier, LHL huset med sjel, gamle knirk og lyder, storfolkets hus, bygd i 1860 årene. Med spisse vinduer i 2 etasje og ytterdør på feil side.

Innredet med mange rom, og flere rom med vask og vann, mange vinduer, litt trekkfulle dører her og der, og strømpriser som går langt utover frivillighetens rammer. Mange kan nok tenkt at de ønsket seg et slikt hus, men ikke akkurat nå vil jeg tro. Vi kuttet ut vannrør til flere rom, satte ovner og varmpumper på minimalt og stengte av lokalene 14 desember og avtalte å åpne 6 februar.

Vi hadde hjemmekontor og fikk kjenne på ensomheten og stillheten, men når sant skal sies var det litt deilig å konsentrere seg om alle papirer til årsmøter, ligge litt lenger om morgenen, sløve rundt i treningsbukse, lytte på

p4, slarve i telefonen, og delta på webmøter på dagtid.

Plutselig var det over og hverdagen tok tak igjen, nå er vi i gang, plutselig er det full fart på huset, trening, yoga, symaskinene durer, dører som går opp og igjen, plingelyder som varslar om folk som kommer.

Deilige dager med morgenmøter over kaffekoppen hver morgen, med Lena, med Rebecka, med Hilde, og Anne Marie. Med småsnakk om alt mellom himmel og jord, og om hva vi ønsker dagen skal inneholde.

Vi ønsket ikke å lese strømregninga som inneholdt svarte tall på kr 32000.- for en mnd!!! hjelpe seg, tro det eller ei. Den satt, rett i sikringsboksen som Solan sa.

Tankene vi hadde om Viken eller Buskerud, eller begge deler forsvant og ble forskjøvet i regninger fra Glitre, fra alle

offentlige pålegg om kontroller som koster mer enn det gir. Kostnadene med et så stort hus gir oss store utfordringer.

Vi tar det på strak hånd, kreativiteten kommer til overflaten og sammen skal vi nå skape et hus med enda mer aktivitet, gi folk enda en grunn til å besøke oss, ikke bare har vi stor parkeringsplass, men vi har et unikt samarbeid i styret, av positivitet, av respekt for hverandre, og gleden av å være sammen om dette, ispedd en god dose humor.

Om vi ønsker Viken eller Buskerud?

Tja hva skal en mene om det, fylket har vi ikke hatt tid til å engasjere oss i, men vi er ganske samstemte om at Buskerud er best, det er i Buskerud vi bor, vi heier på Strømsgodset..... eller og Mjønda'n, men aller mest på Buskerud.

Hilsen oss i Nøsteveien 2 i Lier