

Samfunn for alle

Nr 5 | 2024

NORSK FORBUND FOR UTVIKLINGSHEMMEDE



Tvangsflytting
Side 6

BankID
Side 16

Forskning på Downs syndrom
Side 18

Tvangsflytting



Hedvig Ekberg
Generalsekretær

For første gang har jeg gått i tog. Ikke demonstrasjonstog, men i fakkeltog. En markering mot tvangsflytting riktig og viktig. Fakkeltoget jeg gikk i var i Stange hvor kommunen har bestemt seg for å tvangsflytte flere leietagere.

Dette initiativet, som NFU Stange og NFU Innlandet tok, om å arrangere fakkeltog, er eksemplarisk. Når vi i tillegg gikk sammen med SAFO innlandet ble vi sterkere. Dette må være til inspirasjon for hele organisasjonen vår i fremtiden.

Så langt ser det ikke ut som om noe biter på Stange kommune. Hverken møter, omtale i TV2, punktmarkering foran Stortinget, protest på oppsigelsen av husleiekontrakten, brev fra Likestillings- og diskrimineringsombudet eller fakkeltog med 150 deltagere.

Det siste som er kommet frem i denne saken er at kommunen aktivt har gått ut med informasjon om at flyttingen skyldes at leilighetene var helseskadelige å bo i. Da kommunen ble bedt om å legge frem dokumentasjon på dette kom det frem at det ikke fantes. Ifølge kommunen skyldes feilinformasjonen en forglemmelse. Glemte de at de driver med løgn?

Det verste er at Stange kommune langt fra er alene om å behandle mennesker med utviklingshemning på denne måten. VG har hatt en rekke artikler som omhandler det samme rundt om i landet. Det er flere aviser som forteller om lignende saker, helt fra sør til nord.

Når jeg leser alle disse historiene, sitter jeg og lur på hvilken lovhjemmel kommunene bruker for å behandle folk slik. De lovhjemlene det er referert til i noen av artiklene er ikke ment til slik bruk. Det som er ekstra ille er at Statsforvalteren, som skal gi enkeltmennesket en viss rettssikkerhet ved at en kan klage til dem, gir stort sett alltid kommunen medhold.

At kommunene får medhold, er egentlig ikke så rart, for de har ofte fått råd fra Statsforvalteren om hva de kan gjøre. Det er lite sannsynlig at Statsforvalteren vil gi medhold i en klage hvor de selv har gitt rådene om hva kommunen kan gjøre.

Her gjelder det bare å brette opp ermene og fortsette arbeidet.

Alle i administrasjonen ønsker dere en riktig god jul og et godt nytt år.



Samfunn for alle

Medlemsblad for Norsk Forbund for Utviklingshemmede

Fem utgivelser per år

Årsabonnement: 400 kroner

ISSN: 0803-5105

Ansvarlig redaktør:

Tom Tvedt

tom.tvedt@nfunorge.org

Redaktør:

Niclas Tokerud

niclas@nfunorge.org

Korrektur:

Ann-Elisabeth Grønnehaug og

Helene T. Strøm-Rasmussen

Adresse:

Samfunn for Alle

NFU Postboks 8954

Youngstorget

0028 Oslo

Sentralbord: 22 39 60 50

E-post: post@nfunorge.org

www.nfunorge.org

www.facebook.com/NFUnorge

Annonseakvisør:

Salgs Forum AS

Tlf: 915 90 578

E-post: post@salgs-forum.no

www.salgs-forum.no

Forsidebilde: Lars B. Nyland, TV2

Design og layout: ogLilleby.no

Trykk: Ålgård Offset AS

Utgivelse 1, 2025 kommer uke 8

Frist for saker: 15. januar

Annonsefrist: 15. januar

Innhold



- 2** Fra generalsekretæren
- 4** Leder: Alle er enige, men ingen gjør noe med det!
- 6** Tvangsflytting av utviklingshemmede
- 14** SAFO holdt appell foran Stortinget
- 16** BankID
- 18** Downs: Et liv i forskningens tjeneste
- 22** Psykisk helse og utviklingshemning
- 24** Kurs om selvbestemmelse
- 26** Seminar om menneskerettigheter
- 28** Barnebok om utviklingshemning og autisme
- 30** Råd for personer med nedsatt funksjonsevne
- 32** Kommuneombudet på besøk
- 34** Lokallag på tur
- 36** Internasjonalt: Fem år med Together for Inclusion
- 38** Visste du at: Hvorfor bør man ha testament?
- 40** SAFO: Kommune-Norge kriger mot funksjonshindrede
- 42** Superlekene Grimstad
- 44** Butikken



Alle er enige, men ingen gjør noe med det!

Vi kjenner dessverre alt for godt til de utfordringene om BankID som Nina Skau har beskrevet i sin kronikk i Dagsavisen og utdypet i TV BRAs sending sammen med sin sønn Bendik nylig.



Tom Tvedt
Forbundsleder

Våre medlemmer og verger møter dette hver eneste dag. Et av de største hindrene i dagens samfunn er den digitale ekskluderingen som oppstår fordi mange personer med utviklingshemning ikke får tilgang til personlig BankID. Denne situasjonen er uholdbar og bidrar til å marginalisere en allerede sårbar gruppe, noe som undergraver prinsippene om likestilling og inkludering.

Digitaliseringens dobbelte sverd

Norge har lenge vært et foregangsland når det gjelder digitalisering. Vi er stolte av våre innovative løsninger som gjør hverdagen enklere for de fleste av oss. Alt fra å betale regninger, ha tilgang til Vipps, bestille legetimer, handle på nett og delta i offentlige tjenester, er nå tilgjengelig med noen få tastetrykk. Men dette gjelder ikke alle. For mange mennesker med utviklingshemning og verge er BankID en utilgjengelig tjeneste, og uten den er veien inn til den digitale verden stengt. Utenforskapet er komplett.

Dette fører til en alvorlig form for ekskludering. Uten BankID kan ikke mennesker med utviklingshemning og verge bruke Vipps for å betale for kinobilletter eller vaffelsalg på skoleavslutningen. De kan ikke logge seg på nettbanken for å sjekke kontoutskrifter, eller signere viktige dokumenter digitalt. Tenk deg ikke å kunne delta i en enkel spleis for en bursdagsgave, eller å stå uten mulighet til å kjøpe bussbilletter via mobilapp når du er på farten. Dette er en realitet for mange av våre medlemmer.

Mangel på selvstendighet og muligheter

Manglende tilgang på personlig BankID betyr at mange med utviklingshemning må stole på foresatte eller

pårørende for de enkleste, hverdagslige gjøremål. Det er et dypt paradoks at vi snakker varmt om selvstendighet og inkludering i festtaler, mens vi samtidig lar byråkratiske hindringer holde mennesker tilbake fra å leve selvstendige liv. Dette er ikke bare et praktisk problem – det går på verdigheten løs.

Veien videre

Det er på tide å innse at dagens system ikke er tilpasset alle, og at det finnes løsninger. Vi må se på alternativer til BankID som er mer inkluderende og brukervennlige. Det kan være egne tilpassede verifiseringsløsninger, enklere teknologier, eller løsninger som tar hensyn til ulike kognitive ferdigheter.

Et inkluderende samfunn starter med vilje

Dagens situasjon er en form for usynliggjøring som er lett å overse. Den rammer ikke de mange, men den rammer hardt de få som opplever den. Et samfunn måles på hvordan det behandler sine mest sårbare borgere. Nå er det på høy tid at vi sammen tar grep og sikrer at mennesker med utviklingshemning får den tilgangen til digitale løsninger de har krav på. Dette er ikke bare et spørsmål om teknologi – det er et spørsmål om verdighet, likestilling og rettferdighet.

Vi har nå hatt møte med digitaliseringsminister Karianne Tung for å gi henne innsikt til dette utenforskapet. Vår forventning er å få et samlet Storting, finansnæringen og teknologisektoren til å gå sammen med oss i NFU og andre for å finne løsninger for et likestilt Norge.

Jeg ønsker dere alle en riktig god jull!

Det er ikke det samme hvilken BPA-leverandør du velger

Det er forskjell på BPA-leverandører. På samme måte som at det ikke er likegyldig hvem som bistår deg i hverdagen, er det heller ikke likegyldig hvilken BPA-leverandør du bruker. Noen leverandører er bedre på enkelte ting enn andre.

I Mio er vi for eksempel spesielt gode på assistent-rekruttering. Vi har en egen rekrutteringsavdeling hvis eneste oppgave er å bistå deg som arbeidsleder i å finne akkurat de assistentene som passer best for deg.

Hvem som skal ansettes som dine assistenter er det du som bestemmer, men vi kan hjelpe deg å skrive gode stillingsannonser og å publisere dem i de riktige kanalene for å tiltrekke de beste kandidatene. Vi kan bistå deg i intervjuer, vi tar oss av referansesjekk og politiattester, sørger for assistentenes grunnopplæring og sikrer at alt det formelle er på plass før assistentene dine møter på jobb første gang.

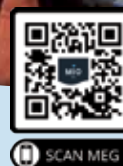
I Mio har vi tariffavtale for assistenter, gode arbeidsleder-verktøy som gir deg full styring og kontroll over din egen ordning, og utgiftsdekning for ekstrakostnader som oppstår som følge av assistansen din.

Vi har bestemt oss for å være best på BPA i Norge. Det starter med å hjelpe deg å finne de beste assistentene for deg.



Mio BPA er en av Norges største leverandører av brukerstyrt personlig assistanse. Vi leverer et bredt spekter av tjenester til personer med både fysiske og kognitive funksjonsnedsettelser i 136 norske kommuner, og har erfaring med BPA både til barn, ungdom, voksne og eldre.

Vil du vite mer?
Ring oss på 40 05 40 07,
eller besøk oss på mio.no/bpa





Tvangsflytting av utviklingshemmede

TEKST OG FOTO: Alexander Berg jr.

FN er tydelig på at mennesker med nedsatt funksjonsevne selv skal bestemme hvor de ønsker å bo. Mange kommuner følger ikke opp dette prinsippet. Stange er en av kommunene.

STØTTEFAKKELTOG: 150 mennesker hadde møtt opp tirsdag 5. november i Stange sentrum for å gå i fakkeltog til rådhuset og vise sin tydelige motstand mot nedleggelsen av Nordstad.



Tåkedisen renner nedover husveggene som våt maling denne novemberkvelden i Stange sentrum. Et tog av fakkalbærende mennesker passerer den indiske restauranten. De er på vei mot rådhuset, mens de innenfor vinduene er på vei inn i hovedretten. De fakkalbærende har noe de vil fortelle de folkevalgte. De vil markere sin motstand mot et overgrep de mener er i ferd med å skje.

«Stopp tvangsflyttingen!», lyder de taktfaste ropene fra flammens bærere. Og på plakatene de holder står det ytringer som «Liker du at noen tvinger deg til å flytte?», «Ikke ta hjemmet vårt!» og «Gjelder loven i Stange?»

Ved rådhuset stopper toget opp, og det samler seg om kveldens hovedpersoner, Tore Dillerud og Trond Posaasen. Kommunen har gitt dem oppsigelse fra Nordstad bofellesskap hvor Tore har bodd i 17 år og Trond i 33 år.

Dette er imidlertid ikke bare et fakkeltog til støtte for disse to, men for alle utviklingshemmede i samme situasjon.

– I dag kjemper vi i NFU sammen med Trond, Tore og alle andre mennesker med utviklingshemning som blir tvangsflyttet fra sine hjem! For dere er dessverre ikke alene. Mennesker med utviklingshemning blir tvangsflyttet i det stille i hele Norge.

Ordene tilhører Alette Reinholdt, nestleder i NFU, og en av fire som holdt appeller foran rådhuset denne kvelden. Alle hadde de det samme budskapet; Tore og Trond skal ikke flyttes!

Kommunen endret begrunnelse

Opprinnelig var kommunens begrunnelse for flyttingen fare for helseskade for beboere og ansatte, men de endret sin forklaring etter at TV 2 ba om dokumentasjon. Nå handler det ikke lenger om dårlig bokvalitet, men om strukturelle endringer:

«Stange kommune har over tid stått i omstilling for å tilpasse driften til de tilgjengelige økonomiske rammene / inntektene. Det planlegges og gjennomføres derfor strukturelle endringer på flere virksomhetsområder i tillegg til andre tiltak», skriver kommunikasjonsleder i Stange kommune, Trond Ivan Hagen, i en e-post på vegne av ordfører Truls Gihlemon.

Videre skriver Hagen at avviklingen av Nordstad og et bofellesskap til, dreier seg om behovet for å sikre en rasjonell drift, og for å sørge for likeverdige tjenester med likeverdig kvalitet for beboerne.

Vil ikke flytte

Tore Dillerud har imidlertid ingen behov for strukturelle endringer eller rasjonell drift, for ham er det veldig bra som det er. I den trivelige toroms leiligheten sin har han alt han trenger. I det ene hjørnet av stuen står gitaren han fikk til 40-års dagen sin, en kopi av den Per Gessle spilte med i den svenske gruppen Roxette. Og på veggene henger bilder fra oppveksten hans. Det er derfor ingen tvil i Tores stemme når han blir spurt om hvor han vil bo.

– Jeg vil ikke flytte!

Til daglig jobber Tore på Ikea Ringsaker. Her gjør han alt mulig fra å være bærehjelp for kundene til å heise flagget om morgenen utenfor bygget. – Jeg har jobbet der i ti år, og jeg synes det er helt topp. Jobben betyr mye for meg, forteller han.

Og når Tore kommer hjem lager han sin egen middag med maten Stange storkjøkken har levert til ham og som han har liggende i kjøleskapet. Det er derfor en takknemlig mann som etter hvert setter ned ved kjøkkenbordet og nyter en velfortjent middag.

– Det er helt herlig å bo her. Hyggelige naboer og fine områder å gå tur i. For alt dette betaler han 8 600 kroner i måneden i leie pluss strøm, internett og TV. Totalt blir det rundt 10 000 kroner i måneden. →



I 17 ÅR HAR TORE DILLERUD har bodd i egen leilighet i bofellesskapet Nordstad. Stange kommune har bestemt at det skal avvikles for blant annet å sikre mer rasjonell drift.



STÅR OPP FOR SINE MENINGER:
Tore Dillerud holdt appell foran rådhuset i Stange. (Foto: Lars B. Nyland, TV2)

Rett til å bestemme bosted

Det er denne tilværelsen kommunen vil flytte ham og Trond fra, og som de rundt to hundre fakkeltbærerne høyløst protesterer mot. De støtter seg blant annet på FNs Konvensjon om rettighetene til mennesker med nedsatt funksjonsevne (CRPD), hvor artikkel 19a er tydelig på hvilke rettigheter en utviklingshemmet har: «... at mennesker med nedsatt funksjonsevne har anledning til å velge bosted, og hvor og med hvem de skal bo, på lik linje med andre, og ikke må bo i en bestemt boform».

Men ifølge NFU er det en bestemmelse som i svært varierende grad følges opp av kommunene. Forbundsleder Tom Tvedt forteller at de i tillegg til Stange også jobber med saker i Eidsvoll og Asker. «Dette skjer i hele landet, fra nord til sør. Vi kaller det tvangsflytting når folk ikke er blitt tatt med på råd og blir flyttet uten at de ønsker det», skriver han i en e-post.

Kommunesektorens organisasjon, KS, opplever imidlertid ikke at det er snakk om tvangsflytting. «I noen saker fatter kommuner vedtak om et botilbud som ikke er i tråd med brukers eller pårørendes vilje. Det er likevel ikke et tvangsvedtak, det er frivillig for bruker-/pårørende å ta imot tilbudet. Men at det kan oppleves som om de ikke kan velge når de ikke får det tilbudet de ønsket seg, er forståelig», skriver fagleder i KS, Anne Gamme i en e-post.

Utbredt problem i mange år

Tvangsflytting av mennesker med nedsatt funksjonsevne har pågått i mangfoldige år. I 2002 måtte daværende sosialminister Ingjerd Schie Schou svare på et skriftlig spørsmål fra stortingsrepresentant Olav Gunnar Ballo. Han ønsket å få svar på om sosialministeren stilte seg bak den utbredte bruken av tvangsflytting som NFU den gang kunne melde om.

Schie Schou svarte at hun ved flere anledninger hadde blitt gjort oppmerksom på tilfeller hvor utviklingshemmede i større eller mindre grad var blitt presset av kommunen til å flytte som vilkår for å motta sosiale tjenester. Hun fortalte videre at hennes departement hadde advart mot denne praksisen og presisert at kommunene som hovedregel har plikt til å yte nødvendige tjenester der vedkommende bor eller ønsker å flytte.

Men tvangsflytting er fortsatt et tema som med jevne mellomrom dukker opp i media. I oktober fortalte VG om Anita som ble flyttet mot foreldrenes vilje fra Siljan kommune til nabokommunen. NRK skrev i september om Maximilian som Kristiansand kommunene ikke lenger vil gi hjelp hjemme og flytter ham til institusjon.

Ifølge VG har 30 kommuner bekreftet at de i løpet av de siste fem årene har hatt 55 tilsvarende saker.

– Men vi mener ikke den oversikten er riktig. Vi tror det er mer utbredt enn som så, kommenterer Tvedt.



I FAGERNES HAR FIRE FAMILIER gått sammen om å bygge bofellesskap for barna sine, og det i samarbeid med kommunen. Her er de fire beboerne (f.v.) Ivar, Mari, Petter og Sindre i forbindelse med åpningen av bofellesskapet. (Foto: Privat)

”

Mennesker med utviklingshemning blir tvangsflyttet i det stille i hele Norge.

Alette Reinholdt, nestleder i NFU

Menneskerettene skal gjelde for alle

På de 22 årene etter sosialminister Ingjerd Schous presisering fra Stortingets talerstol, har 11 statsråder kommet og gått og departementet har skiftet navn til Arbeids- og inkluderingsdepartementet. Og nå er det heller ikke dette departementet som har ansvaret for utviklingshemmedes rett til å velge bosted, derimot Helse- og omsorgsdepartementet (HOD).

Selv om 12 ministre har hatt og har tvangsflytting på sitt statsrådbord, handler det meste fortsatt om intensjoner. «Menneskerettene skal gjelde for alle, og Regjeringen vil at personer med nedsatt funksjonsevne, på lik linje med andre, skal velge hvor og hvordan de bor», svarer statssekretær Ellen Rønning-Arnesen i en e-post, og understreker at hun har stor forståelse for at flytting er krevende, særlig for dem som har behov for trygge og gode rammer rundt seg.

– Involvering av den det gjelder, pårørende og eventuelle verge er avgjørende for å sikre at behov og ønsker blir tatt hensyn til, understreker Rønning-Arnesen.

Det er deres hjem hvor de er trygge

Tore og Trond opplever ikke at de er tildelt den menneskeretten det er selv å velge sitt bosted. De mener de har blitt sagt opp mot sin vilje.

Sidsel Busterud Lie, Tore Dilleruds mor, mener at

oppsigelsen kun dreier seg om innsparing. «Kommunens begrunnelse er oppramsing av ord uten innhold og ikke noe nytt», svarer hun i en e-post og sier videre:

– De sier at alle skal behandles likt selv om alle er selvstendige individer som trenger individuelle løsninger. Kanskje det betyr at det er noen, for eksempel de som bor på Nordstad, som har det for bra, slik at disse må flyttes til en institusjon der de blir litt mer borte i massen.

Hun mener at Nordstad egner seg veldig bra til beboernes behov. – Det er deres hjem og der er det oversiktlig og rolig. Der er de trygge.

Økt institusjonalisering

De som sannsynligvis jobber tettest på de utviklingshemmede, vernepleierne, opplever at utviklingen går feil vei, fra idealet om egne, selvstendige beslutninger knyttet til hvordan man skal bo til avgjørelser som fattes over hodet på den enkelte.

– Trenden på feltet begynner å gå mot en økt institusjonalisering. Kommunene argumenter med at større enheter er mer økonomisk besparende. Det er urovekkende, sier daglig leder i SOR, Linn Slette. SOR står for Samordningsrådet for arbeid for mennesker med utviklingshemning.

– Det er mange av de godt voksne utviklingshemmede som tidligere bodde på institusjon, →

men som under HVPU-reformen flyttet inn i mindre enheter. Vi opplever at de har en redsel for å oppleve på nytt det de har erfart på institusjon, legger hun til.

De yngre utviklingshemmede, under 40 år, har i hovedsak bare opplevd mindre enheter, og de er ifølge Slette enda tydeligere på at det er viktig for dem å få bo der de vil, med hvem de vil.

Store institusjonslignende bofellesskap

Ifølge KS er det imidlertid ikke ønskelig med store institusjoner.

- Det er mulig å finne gode løsninger for å unngå store institusjonslignende bofellesskap, for eksempel mindre boenheter innenfor samme område, men med ulike innganger og løsninger som hensyntar normalisering og integrering, uttaler Anne Gamme.

Slette var tidligere i år på åpning av et boligsameie for fire ungdommer som hadde blitt bygget i samarbeid mellom kommune, foreldre og arkitekt. Men sameiet hadde ikke blitt til om ikke foreldrene hadde gått sammen.

- En av fedrene hadde regnet på det og funnet ut at dette prosjektet sparer kommunen for 80 millioner kroner over noen år, og da var det ikke vanskelig å få ja fra kommunen, forteller hun.

- Dette krever imidlertid ressurssterke pårørende, men det skal ikke være slik. Det er mulig å få til langt bedre løsninger enn hva noen kommuner får til, legger hun til. Derfor mener hun det er avgjørende å kunne fortelle de gode historiene som kan danne eksempler for andre kommuner.

Bygde bofellesskap til barna

Eksempelet Slette viser til er et bofellesskap i Fagernes i Nord-Aurdal kommune. Her gikk fire foreldrepar sammen om å prosjektere og få bygget boliger til sine utviklingshemmede barn.

- Vi ønsket ikke at sønnen vår skulle bo i et stort, kommunalt boligkompleks, forteller Sjur Olav Ødegaard. Han og de andre foreldrene jobbet med prosjektet i syv år frem til bygget sto ferdig i sommer.

Det startet med at de gjorde en henvendelse til kommunen, som var positive og sa at dersom foreldrene fant en tomt skulle kommunen være med. Men da de hadde funnet en tomt, snudde kommunen helt om. De



MENNESKERETTIGHETENE skal gjelde for alle, sier statssekretær Ellen Rønning-Arnesen i Helse- og omsorgsdepartementet. (Foto: Esten Borgos)



LINN SLETTE, LEDER av Samordningsrådet i stiftelsen SOR, ser en utvikling mot økt institusjonalisering av boforholdene til utviklingshemmede. (Foto: Christine Stokkebryn)



FAGDIREKTØR ELI KNØSEN hos Likestillings- og diskrimineringsombudet opplever at utviklingshemmede blir salderingsposter i kommunenes regnskaper. (Foto: Thomas Eckhoff)

ville heller samle de fire barna, som nå er i alderen 19 til 24 år, tre gutter og en jente, i et større kompleks. For foreldrene og barna var dette helt uaktuelt.

– Vårt alternativ var da at de bosatte seg spredt i kommunen. Vi krevde møte med rådmannen og Husbanken og la frem prosjektet. Kommunen forstod da at dette ville være en vinn-vinn situasjon for både kommunen og beboerne, sier Ødegaard.

Etter flere møter endte det med at kommunen kjøpte tomten foreldrene hadde funnet, mens de på sin side gjorde det meste av prosjekteringsarbeidet. Komplekset består av to hus med til sammen fire leiligheter, i tillegg har personalet en egen enhet. Prosjektet ble muliggjort ved at kommunen stod som byggherre for å få benyttet Husbankens ordning med investerings-tilskudd og momskompensasjon. I tillegg har hver enkelt beboer tatt opp startlån i Husbanken med løpetid på 50 år. Leilighetene er organisert som et boligsameie, og Ødegaard mener at dette gir beboerne en trygg og forutsigbar bofremtid.

– Dersom de skulle ha leid, ville det alltid vært en risiko for at de kunne blitt sagt opp og flyttet på. Nå har vi styringen selv, og hjelpen er der de bor.

Den eneste situasjonen hvor kommunen har en styringsrett, er dersom en av de fire skulle ønske å selge og flytte ut før det har gått 30 år. Da har kommunen en såkalt tildelingsrett, som innebærer at de kan bestemme hvem som kan få kjøpe leiligheten.

Det har vært viktig at komplekset fremstår mest mulig som et helt vanlig boligsameie og ikke har institusjonspreg. Det er derfor ikke innendørs fellesareal, men hver leilighet er så stor at den enkelte kan ha besøk av venner og familie.

Så langt ser løsningen ut til å fungere godt. De fire beboerne trives, og det er etablert vedtekter som ivaretar alle parter interesser.

– De fire er veldig stolte. De har et sterkt eierforhold til boligen, og det tror jeg er fordi de har vært med i hele prosessen, utdyper Ødegaard, og han legger til at de har hatt en god dialog med kommunen hele veien.

– Kommunen laget et godt opplegg med personale som vi tror vil fungere bra. Gevinst både for kommunen og de som bor der. Og for vår del handler det om å sikre boforholdene uansett hva som skulle skje. Ingen kan flytte dem ut.

Tidlig og god dialog med kommunen

Ødegaard har følgende råd til dem som vil bygge et bofellesskap til sine barn:

– Man bør sette seg godt inn Husbankens regler omkring eie og finansiere eiendom. Der nest bør man tidlig initiere en dialog med kommunen og legge frem tankene man har.

Han legger til at det er to viktige forhold: Man bør sette frem alternativene til en slik løsning med et regnestykke over hva kommunen faktisk sparer. Og så må det være foreldreinitiert, med grunntanken om at man skal skape gode løsninger for sine barn. Han legger til at alle fire beboere og eiere har vært med i hele prosjektet.

– Modningsprosessen var viktig, ikke minst for dem som skal eie og bo der.

Ødegaard er imidlertid ærlig på at det har vært mye jobb, og det må man være forberedt på om man skal gå i gang med et slikt prosjekt.

Vikarierende forklaringer

På mange måter er dette en solskinnshistorie, hvor prinsippene i FN-konvensjonen om funksjonshemmedes rettigheter er fulgt. Fagdirektør hos Likestillings- og diskrimineringsombudet, Eli Knøsen, har imidlertid andre historier å fortelle, og det ser ut som om mengden av dem har tiltatt de siste årene.

– Vi får en del henvendelser fra fortvilte mennesker som mener kommunen er i ferd med å legge ned boligen hvor de trives og vil flytte dem til institusjonslignende bofellesskap. Vi ser en sterk økning av at kommunene vil ha dem inn i slike boforhold.

Knøsen forteller at de har ingen myndighet til å stoppe slike flyttinger, men de kan kontakte kommunene og veilede dem om hvilke plikter de har og hvilke rettigheter innbyggerne har.

– Kommunen har menneskerettslige forpliktelser og skal også etter norsk lov sørge for tjenester der folk selv ønsker å bo. Tjenestene skal følge personen, ikke boligen, understreker hun.

Knøsen forteller at ombudet også kan gjennomføre tilsynsbesøk for å se nærmere på årsaken til ønsket om å samle mennesker i en større institusjon, i hvilken grad involverte parter har medvirket, hvilke konsekvenser det har, osv. Dette har ombudet nylig gjort i Stange, og de har også vært i Randaberg. Slike tilsyn er →

ressurskrevende, men det har gitt ombudet god innsikt i hva som ligger bak avgjørelser om flytting.

– Forklaringene er ofte like, men også vikarierende. Vi hører for eksempel at boligen er i dårlig stand, at den skal rives eller benyttes til andre formål, sier Knøsen, og legger til at det også skyldes på mangel på fagfolk og behov for effektivisering.

– Men stort sett handler det om innsparinger. Hun forteller også at nødvendigheten av «omstrukturerings» er en gjenganger, som ofte betyr behov for å fylle opp institusjonsplasser som står tomme.

Redd for sanksjoner

Selv om det har skjedd at kommuner har snudd eller tatt en ny runde etter ombudets henvendelser, faller noen av kommunene tilbake til gamle synder og senere fatter nye flyttevedtak i strid med bestemmelsene. Ombudet opplever også at berørte parter involveres veldig sent i prosessen.

– De kan for eksempel plutselig få beskjed om oppsigelse fra boligen og at beboere ikke får tjenestene de har krav på om de ikke følger kommunenes avgjørelse om å flytte. De fleste kjemper imot, men etter voldsomt press fra kommunen, redsel for konsekvenser og sanksjoner så gir de etter. I praksis er dette selvsagt tvang, fremhever Knøsen.

Konvensjonen inn i menneskerettsloven

Selv om ombudet sier at kommunene ikke kan organisere sine tjenester utover de rammer som FN-konvensjonen (CRPD) setter, tolker kommunene ifølge Knøsen selv at det kommunale selvstyret trumfer konvensjonens bestemmelser.

– Min erfaring er at kommunene synes å mene at de folkerettslige forpliktelsene kun er veiledende. Og kommunene vet at vi som ombud ikke har noen sanksjonsmuligheter.

Stange er en av kommunene som ifølge NFU tolker FN-konvensjonen som en anbefalingen og ikke et krav, og som Knøsen er godt kjent med. – Det kan synes som heller ikke Stange tolker konvensjonen som en tydelig forpliktelse. Men nå skal vi først skrive rapport og gi våre anbefalinger basert på tilsynet vårt.

Knøsen mener at dersom noe skal trumfe den kom-

munale selvråderetten, må det inn i norsk lov.

– Det er avgjørende nå at konvensjonen inkorporeres inn i menneskerettsloven.

Skremmende nedlatenhet

Knøsen sier at ombudets erfaringer er at spesielt utviklingshemmede er en gruppe mennesker kommunene bruker som salderingspost når det skal spares penger, fordi de har lav status.

– Generelt ser det ut som at kommuner, når de skal spare inn penger, tar minste motstands vei.

– Jeg tror dette er uttrykk for en nedlatenhet til de utviklingshemmede som er skremmende. Etter Ansvarsreformen i 1991 var det en større felles forståelse om hvordan det skulle være, men nå har pendelen snudd. Nå er det helt skamløst, påstår hun.

Sikkerhetsventilen har blitt standard

Bestemmelsen i Artikkel 19 i konvensjonen er ikke absolutt, kommunene kan avvike fra kravet om at den utviklingshemmede selv kan avgjøre hvor og hvordan han eller hun vil bo. Men da skal det veldig sterke grunner til. F.eks. om man bosetter seg ute på en øde øy, kan gode tjenester være en utfordring.

– Vi forstår at man trenger en sikkerhetsventil, men nå har denne blitt standarden, forteller Knøsen og etterlyser voksne i Regjeringen som kan tydeliggjøre hvordan det egentlig skal være.

– Om man mener at menneskerettene skal gjelde alle, så må mye endres på, både når det gjelder tankegang og praksis.

Lovbestemt rett til et selvstendig liv

Det er skrevet mangfoldig hundre sider om rettighetene til mennesker med nedsatt funksjonsevne, og de har alle den samme røde tråden gjennom seg: «Det rettslige utgangspunktet er at alle har rett til å anvende sine grunnleggende rettigheter, og bestemme selv i saker som berører egen situasjon», slik Helsedirektoratet formulerer det i sitt dokument «Rettssikkerhet ved bruk av tvang og makt overfor enkelte personer med psykisk utviklingshemning Lov av 24. juni 2011 nr. 30 om kommunale helse- og omsorgstjenester kapittel 9 07/20151 IS-10/2015».



Et uttrykk for en skremmende nedlatenhet overfor utviklingshemmede.

Eli Knøsen, Likestillings- og diskrimineringsombudet

I §9-1 i helse- og omsorgstjenesteloven gjenfinnes det samme prinsippet om selvbestemmelse: «Tjenestetilbudet skal tilrettelegges med respekt for den enkeltes fysiske og psykiske integritet, og så langt som mulig i overensstemmelse med brukerens eller pasientens selvbestemmelsesrett. Ingen skal behandles på en nedverdiggende eller krenkende måte.»

Medvirkningsretten understrekes også i pasient- og brukerrettighetsloven. «Tjenestetilbudet skal så langt som mulig utformes i samarbeid med pasient eller bruker. Det skal legges stor vekt på hva pasienten eller brukeren mener ved utforming av tjenestetilbud (...)», står det i § 3-1.

Det handler altså entydig om retten til et selvstendig liv, om berettigelsen av å kunne ta egne, selvstendige valg, og om kravet om å bli lyttet til. Det er selvfølgelig rettigheter og krav for oss andre. Men for utviklingshemmede viser saksbunken hos NFU at dette ikke er en opplagt rettighet, og at kommunene tolker denne selv- og medbestemmelsesretten ulikt.

- Vi har to grupper av kommuner hvor tvangsflytting skjer. Det er de som innrømmer at de driver med tvangsflytting og de andre som «bare omdisponerer» sin bygningsmasse, forteller Tom Tvedt.

Stange er ifølge Tvedt en av kommunene som tilhører den siste gruppen. Selv opplever kommunen at det handler om å utnytte deres tilgjengelige boligmasse godt nok.

- Når Nordstad ble besluttet avvirket var dette først og fremst fordi det var mange ledige boliger i kommunens bofellesskap, og en vurdering av beboernes behov sett opp mot de ulike bofellesskapenes tjenestetilbud, svarer Trond Ivan Hagen på spørsmålet om hvilke elementer som slo ut i Nordstads disfavør. Han legger til at personalet i bofellesskapet var alene på jobb og at kommunen generelt ikke ønsker at ansatte med ansvar for sårbare grupper skal være alene på jobb. - Dette er for å ivareta brukere og ansattes sikkerhet. ■

Samfunn for alle har stilt Stange kommune en rekke spørsmål om økonomi, kvalitet og grunnleggende rettigheter. Spørsmålene og svarene finner du i sin helhet på nfunorge.no, men her kan du lese en oppsummering av kommunens svar:

Tilsvar fra Stange kommune

Hovedregelen er at mennesker med nedsatt funksjonsevne har rett til å velge bosted selv, men denne retten er ikke absolutt. Dersom det medfører store praktiske problemer for kommunen å yte de ønskede tjenestene, eller at tjenestetilbudet blir uforholdsmessig ressurskrevende eller kostbart, kan hovedregelen fravikes. Det må imidlertid gjøres konkrete avveininger i det enkelte tilfellet. Kommunen kan ikke kommentere vurdering knyttet til enkeltpersoner.

Det er ikke mangler i tjenestekvaliteten som er årsaken til at Nordstad bofellesskap avvikes. I det pågående arbeidet med avvikling av Nordstad døgnbemannede bofellesskap som en del av de strukturelle endringene i virksomheten Tilrettelagte tjenester, er det foretatt risikovurderinger på individnivå og vurderinger knyttet til valg av struktur.

Ved å flytte beboerne til andre bofellesskap med ledig kapasitet blir ressursutnyttelsen bedre.

I vurderingen av hvilke bofellesskap som skulle avvikes inngikk flere elementer herunder størrelse på bofellesskapene, hvilke kompetanse de ansatte må ha for å møte beboernes behov/kvalitet på tjenestetilbudet, ansattes arbeidsforhold, og byggenes egnethet.

Tjenestevedtakene vil ikke endres for beboere som flytter til et annet bofellesskap. Kommunen arbeider for at beboere som flytter skal oppleve minst like god kvalitet på tjenestene etter flytting. Det vil være flere ansatte i større bofellesskap, noe som gir mulighet for at ansatte har ulik kompetanse. Totalt sett vil dette kunne gi bedre kvalitet på tjenestene til den enkelte beboer.

SAFO holdt appell foran Stortinget

Pårørendeunionen arrangerte 15. oktober fakkeltog og demonstrasjon mot tvangsflytting av mennesker med funksjonsnedsettelse. Daglig leder i SAFO, Janne Skei, holdt appell og snakket om hvordan organisasjonene i SAFO er bekymret for trenden med tvangsflytting av funksjonshemmede i dag.

TEKST: Janne Skei

SAFO og våre medlems- og samarbeidsorganisasjoner som NHF, NHFU, Foreningen Norges Døvblinde, Angstforeningen, NFU og HBF, støtter vi uforbeholdent aksjonen mot tvangsflytting. I SAFO-familien er vi alle dypt bekymret for utviklingen – og hva som skjer med funksjonshemmedes menneskerettigheter, den tvangsflyttingen som foregår i norske kommuner, er på tvers av funksjonshemmedes menneskerettigheter.

Rett til å bo der man vil

Funksjonshemmede skal, akkurat som alle andre, ha rett til å leve og bo der man vil, velge hvem man vil bo sammen med og ikke plasseres i en bestemt boform. Tore og Trond i Stange *må* flytte sier kommunen. Administrasjonen viser ingen nåde. På tross av at de har bodd i sine hjemmekoselige leiligheter i flere tiår – henvises de nå til boliger med institusjonspreg. I slike prosesser brukes gjerne vikarierende argumenter som for eksempel å forhindre ensomhet, bedre faglighet og bedre arbeidsmiljø blant ansatt omsorgspersonale. Ingen av disse argumentene støttes i forskningen. Også økonomiargumentene som brukes kan debatteres.

Beordret til å flytte

I 1995 var alle institusjoner for utviklingshemmede lagt ned, ansvarsreformen var en levikårsreform for å gi utviklingshemmede mulighet til å delta på like vilkår som andre. Reformen ga mulighet for utviklingshemmede til å bestemme selv, til frihet og selvråderett. Nå bygges det opp nye institusjoner. Ikke bare Tore og Trond i Stange,

men også Heidi i Vågå må flytte. Etter 27 år ble Heidi og to andre i Moavegen bofellesskap beordret til å flytte. Da de ikke ville, gikk kommunen til rettssak. Det verste er at kommunen vant rettssaken, retten kom frem til at det var akseptabelt å tvangsflytte. Hvordan henger det på greip i Norge som slår seg på brystet med menneskerettighetene? Anita i Siljan ble flyttet uten at pårørende visste noe – fra sin egen koselige leilighet til en leilighet i nabokommunen. Tore og Trond i Stange, Heidi i Vågå, Anita i Siljan – fire av minimum 55 saker om tvangsflytting i Norge.

Bofellesskapene blir stadig større, og bofellesskapene med fellesareal dominerer. Det vil si – beboerne bestemmer ikke over egen hverdag, men måltider, fritid og tjenester defineres av vaktlister og samlebåndaktivitet. Kommunale omsorgstjenester kobles til hvor du bor. Kommunene fratar tjenester dersom du ikke flytter der de vil.

Utviklingshemmede dårligst behandlet

Diskrimineringsombud Thon mener at utviklingshemmede trolig er blant gruppene som behandles dårligst i Norge. Vi sa nei til institusjoner og ja til selvstendighet og selvbestemmelse på 90-tallet. I dag sier KS, alt for mange kommuner og til og med en domstol at funksjonshemmede kan flyttes, til tross for at de ikke ønsker det. I dag er det spesielt utviklingshemmede som utsettes for tvangsflytting, men også andre med behov for omfattende omsorgs- og assistansetjenester står lagelig til for hogg.

Dersom du tror at dette gjelder kun en liten gruppe mennesker med utviklingshemning bør du tenke deg om en gang til. Hva tror



JANNE SKEI, daglig leder i SAFO, holdt en brennende appell.
(Foto: Bianca Løkkeberg)



FORAN STORTINGET: Tom Tvedt
og Tore Dillerud. (Foto: Tom Tvedt)

du skjer når kommuneøkonomien ytterligere strammes til, Oslo-budsjettet for 2025 var barbert med 600 millioner – i 2026 vil de ta bort enda en mrd. Kommunedirektøren i Stavanger varsler kutt på 251 millioner og mener at det i 2028 skal spares 541 millioner.

Og selv om Regjeringen nylig bidro med 4,3 milliarder kroner ekstra til kommunene, utgjør det en dråpe i havet. I underkant av 800 kroner til tjenester til norske innbyggere er ikke mye når gjennomsnittet for kommunale helse- og omsorgstjenester per innbygger ligger på ca. 36 000 kroner. Oslo kommune får like mye ekstra i inntekter som de har planlagt å spare, rundt 645 millioner, men det hjelper ikke. Skatteinntektene svikter – med minst 1,5 milliarder kroner.

Sparekniven slipes i norske kommuner

Det letes med lys og lykte etter mulige sparetiltak. Helse- og omsorgsbudsjettene i kommunene utgjør ofte en plass mellom 30 og 40 prosent av netto driftsutgifter til omsorgstjenester. Det bidrar til et massivt fokus på sparetiltak på dette området i kommunale budsjetter. Det bidrar også til at kommunene mobiliseres til å hente eksterne konsulenter som gjennomgår kommuneøkonomien for å finne potensielle sparemuligheter, og i alt for mange tilfeller er det fokuset på såkalte stordriftsfordeler med store institusjoner som trekker vinnerloddet. Bygg stort – ha fellestjenester – felles måltider og felles aktiviteter.

Og – dersom du ikke vil – så skal du. Du får faktisk ikke tjenester dersom du nekter å flytte. Flere er de som mister gode omsorgstjenester, flere er de som mister Brukerstyrt personlig assistanse,

flere er de pårørende som er utslitt i mangel på tjenestetilbud til sine nærmeste, flere er de pårørende som går ut av yrkesaktivitet fordi de må ha omsorg for sine nærmeste, Flere er de pårørende som minster sine vergemål eller sin innflytelse som verger – fordi kommunen tvangsflytter og ikke ønsker utidig innblanding fra pårørende.

Kan komme til å gjelde flere

«Du skal ikke tåle så inderlig vel den urett som ikke rammer deg selv», sa Arnulf Øverland. Pass på – i dag omfatter det ofte utviklingshemmede – eller personer med andre kognitive utfordringer. I morgen kan det være andre funksjonshemmede, andre som trenger omsorgstjenester. Er vi i ferd med å bryte noen grenser – der hvor tvang er greit – og menneskerettighetene settes i spill? Dette kan gjelde alle, eller i hvert fall langt flere enn i dag. Effektivitet og økonomi rår – er menneskerettigheter, selvbestemmelse og råderett over eget liv på retrett?

I dag er det kanskje bare gruppene som man anser har minst ressurser man behandler på denne måten. I morgen kan det bli flere. Økonomi er i fokus, Økonomi prioriteres og det er funksjonshemmedes menneskerettigheter som ofres på mikroøkonomiens alter. Hvordan kommunepolitikere og kommuneadministratorer velger å prioritere kommunens inntekter og utgifter har med holdninger å gjøre – og i dag er funksjonshemmedes menneskerettigheter oversett og underprioritert. Hva vil Stange kommune gjøre med det, og hva vil resten av Norges kommuner gjøre i tiden som kommer?

Møte med digitaliserings- og forvaltningsministeren

eIDAS er en EU-forordning om elektronisk identifikasjon og tillitstjenester for elektroniske transaksjoner i det europeiske indre marked, vedtatt i 2014. Norge har gjennomført eIDAS-forordningen i norsk rett ved Lov om elektroniske tillitstjenester i 2018. eIDAS-forordningen gir felles regler for eID i hele Europa.



FRA VENSTRE: Hedvig Ekberg, Karianne Oldernes Tung, Gry Brandsnes, Tom Tvedt og John-Harald Wangen.

Onsdag 13. november hadde NFU møte med Digitaliserings- og forvaltningsminister Karianne Oldernes Tung om mangel på BankID og konsekvenser dette har for medlemmene våre.

TEKST OG FOTO: Pia Ribsskog

Ministeren er veldig klar over problemstillingen, og uttrykte stor forståelse for vår frustrasjon. Hun opplyste at hun og regjeringen jobber med å få på plass en løsning som passer for alle. De jobber i flere spor samtidig, og skal ha en gjennomgang i offentlig sektor for å se på om man kan senke sikkerhetsnivået på noen tjenester slik at man kan bruke MinID i større grad på offentlige tjenester.

De vil ha fortgang i arbeidet med eIDAS-forordningen slik at alle skal få tilgang til den digitale lommeboken som innebærer en gratis e-ID på høyt sikkerhetsnivå. Det er mange som ikke har e-ID i dag og de vil ha alle sammen med.

Gry Brandsnes som er mor og verge, la frem mange eksempler på hvor barrierene ligger og hvordan det oppleves. Ministeren sa at hun forstår at det er vanskelig, og hun er utålmodig med å få løst problemet. NFU vil svært gjerne bidra slik at vi finner løsninger på dette, sier forbundsleder Tom Tvedt.

LEDIGE
PLASSER I 2025
– SOMMERFERIE
FOR ALLE!

Solgården

– ferie for alle siden 1972!

Solgårdens mål er at alle skal ha mulighet til reise til «Syden».
Dette har gjort Solgården til spesialist på å skape den beste ferien!

Solgården på Costa Blanca er et tradisjonsrikt og unikt feriested. I over 50 år har Solgården ønsket gjester med behov for tilrettelegging velkommen. På Solgården blir du møtt, - ikke bare av et varmt klima - men med menneskelig varme og omsorg.

Solgårdens formål er å tilby ferie til mennesker med behov for tilrettelegging muligheten til å reise på ferie på lik linje med andre.

Slik startet Hacienda del Sol - Solgården

Solgården, Hacienda del Sol på spansk ble opprettet som et helse- og ferisenter spesielt tilrettelagt for utviklingshemmede, de tok imot sine første gjester i 1972. Tomten til Solgården er nå på 500 mål, men det er kun et lite område som er bebygget med gjestehus. Solgården består av seks gjestehus, de fleste er tilrettelagt for rullestolbrukere.

Solgården er et andelslag. Det utbetales ikke utbytte av noen art til eierne av Solgården. Alt overskudd føres tilbake til drift og vedlikehold.

Solgårdens tre gjestegrupper

Mennesker med utviklingshemming har prioriterte turer rett før og rett etter sommeren og gjerne en tur på høsten. Seniorturer har de flest av og de er stort sett i høst og vintermånedene. Seks uker på sommeren har Solgården en "light" versjon av deres vanlige opplegg. Da er det stort sett familier som reiser, og da er det ikke helsepersonell som reiseledere eller bagasjeservice.

Reisen til Solgården

Solgården charterer eget fly med kapasitet på 180 passasjerer. I flyet har de helsepersonell med som reiseledere. Om du trenger hjelp på flyplassen med bagasje eller annet under transporten får du hjelp til det. Etter å ha levert fra deg bagasjen ved innsjekk, vil du ikke se den igjen før du er på rommet ditt på Solgården, ved returen hentes bagasjen på ditt rom og du ser den ikke igjen før på flyplassen i Norge. Når gjestene ankommer Alicante flyplass går de fra flyet, rett over i Solgårdens busser som kjører direkte til Solgården.

På Solgården

Batteriene lades godt på Solgården. Svøm, dans, reis på tur, spill boccia, ta fysioterapi, nyt sansehagen – gjør akkurat det du ønsker! Alle skal få rom til å slappe av, slippe taket i hverdagen og nyte ferien.

Alle Solgårdens gjester må kunne klare seg selv i daglig stell og pleie. Om du trenger hjelp til dusj eller annet kan dette bestilles og betales under oppholdet. Hele anlegget er tilrettelagt for rullestolbrukere og Solgården bistår og med bl.a. utlån av tekniske hjelpemidler.

SOLGÅRDEN FERIE- OG HELSESENTER, Trygghet, trivsel og glede i alle ledd!

Økonomisk støtte

Søker du «Solgårdens ledsagerstøtte» kan prisen for ledsager/e bli redusert.

Finn ut mer om Solgården på solgarden.no og følg gjerne Solgården på Facebook

For mer informasjon og bestilling: solgarden.no • Tlf 24 14 66 60



SOLGÅRDEN

trygghet, trivsel og glede



EIRIK SAMMEN MED MAMMA

Torill Vagstad, som har deltatt studien som pårørende. (Foto: Halvor Mykleby)

Et liv i forskningens tjeneste

Han har blitt forsket på siden han var fem år gammel. Eirik (28) er en av deltakerne i en helt unik livsløpsstudie om hvordan det er å vokse opp med Downs syndrom i Norge.

TEKST: Ole Martin Ringlund

FOTO: Halvor Mykleby

Eirik er på tur til Lillehammer sammen med mamma Torill Vagstad. Hun har også deltatt i hele studien til Anne Stine Dolva – som pårørende.

– Som forelder var det mye å sette seg inn i da Eirik ble født, og det var mye vi lurte på, sier Torill. – Da vi ble kontaktet av Anne Stine i 2001, tenkte vi *yes!* – dette vil vi være med på. Å forske på livskvalitet for de med Downs og foreldrene deres, det er viktig!

Anne Stine Dolva er professor ved Universitetet i Innlandet, Institutt for sosialvitenskap og veiledning. Det hun hadde oppdaget i jobben sin i habiliteringstjenesten var at foreldre med barn med Downs syndrom ofte hadde helt konkrete spørsmål om dagligdagse ting. Spørsmål det ikke fantes gode svar på i forskningen. Når kan barnet mitt begynne på skolen? Kan de lære å spise med bestikk? Når slutter de med bleier? Får de seg jobb?

– Det er forsket forferdelig mye på Downs, men ikke på sånne ting. Vi ville gi foreldrene svar på det de lurte på, sier Anne Stine. Siden ingen hadde beskrevet ferdighetsutvikling for disse, bestemte hun seg for å bli forsker og ta den jobben.

Deltakere ble rekruttert og et helt unikt og enestående prosjekt, som skulle følge oppveksten til barn med Downs syndrom gjennom 23 år i Norge, var i gang.

Tilbakemeldingene fra deltakerne er mange, men Anne Stine er klar på hva som er den overordnede konklusjonen så langt.

– Vi ser at det er veldig mange foreldre som har vært bekymret underveis, og som har måttet stå på barrikadene og kjempe for ungene sine. Men disse foreldrene forteller at når barna blir unge voksne, og ting har falt på plass, trives barna godt. Hvis du får utviklet potensialet ditt og får muligheter, så får du et godt liv!

Et kvart århundre av arbeidslivet har Anne Stine viet til å bli litt klokere på hvordan en oppvekst med Downs arter seg. Nå blir hun pensjonist.

– *Hva er du mest stolt av?*

– At vi har en helt unik studie. Det finnes ikke noe tilsvarende som ser både på individet og omgivelsene så bredt som vi gjør. Dette er også en fjær i hatten til tverrfaglighet, og jeg er stolt av å ha veldig flinke og gode kollegaer. Sammen har vi gjort dette mulig.

Anne Stine har kommet tett på de hun har forsket på disse 23 årene. Snart er det altså slutt for forskeren.

– Det er klart at dette betyr noe for meg. Det betyr mye å ha fulgt alle disse fra de var fem år gamle, og jeg har møtt foreldrene deres flere ganger. Jeg har jo blitt glad i dem!



Fakta om prosjektet

- 62 barn med Downs syndrom ble født gjennom en periode på tolv måneder i 1996-1997 i Norge.
- 70 prosent av disse og foreldrene deres sa ja til å delta i forskningsprosjektet. 43 barn til sammen.
- Av barna med Downs syndrom som er med er 20 jenter og 23 gutter.
- Forskerne har hentet inn informasjon gjennom spørreskjemaer, observasjoner og intervjuer da barna var 5, 7, 10, 14, 17, 21, 22 og 25 år gamle.
- Studien har så langt produsert 17 vitenskapelige artikler – flere av dem internasjonalt.

Lese hel artikkelen her: <https://www.inn.no/forskning/forskningsnyheter/et-liv-i-forskningens-tjeneste/>

– *Trodde du dette var slutten på prosjektet?*

– Neida! Anne Stine har allerede plukket ut den som skal føre dette videre – nemlig kollega Kjersti Wessel Jevne. – Dette er en livsløpsstudie. Vi har fulgt dem til de har blitt unge voksne, men nå handler det om det som venter framover for disse.

Eirik startet sitt liv i forskningen sammen med 42 andre femåringer med Downs syndrom i Norge. Nå skal de møte forskerne som har forsket på dem, og også noen av de andre deltakerne i studien. Snart 25 år med forskning skal nemlig oppsummeres så langt.

I møterom 3 på Høgskolen i Innlandet sitter fem unge voksne med Downs syndrom fra hele Norge, sju foreldre og forskerne. De har mye å snakke om, og mange erfaringer som er felles. Det skrives, nikkes og lees. I løpet av dagen skal de se i bakspeilet og trekke linjer fra alle årene de har deltatt i dette forskningsprosjektet.

De skal også hjelpe forskerne med å lage spørsmål til de andre som er med i studien, som også skal få svare på dette. Hvordan har det egentlig gått med dem disse årene?

Eirik Vagstad Brunstad er ikke i tvil, – jeg har et veldig godt liv! Jeg har mange gode minner fra livet mitt med alle vennene mine og alt jeg har opplevd. For meg er livskvalitet å ha venner, familie, kjærlighet, jobb og sånne ting. Det er viktig å ha det bra som man har det. Å få være seg selv.

Eirik er altså klar på at han har et godt liv, og han har et veldig tett og godt forhold til familien sin. Samtidig kjenner Torill seg altfor godt igjen i konklusjonene i forskningen. De har vært frustrerte og slitne. Det har til tider vært utfordrende. De har flere ganger måtte slåss for at Eirik skal få det han trengte av støtte.

– Mennesker med Downs syndrom er egentlig ikke så mye annerledes enn andre. De trenger bare litt hjelp og støtte til å leve livene sine og oppfylle sine behov.

For Eirik og familien har det gått seg bra til. De skrives veldig av lærere og opplegget de ble møtt med på barneskolen. Eirik gikk i vanlig klasse hele grunnskolen. Det var først på videregående han ble plassert i en spesialklasse med andre med utviklingshemning.

Eirik har masse venner, en støttende familie, han skriver og leser på norsk og engelsk, har blitt godt inkludert på mange arenaer og er en veldig aktiv fyr. En sentral del av livet til Eirik har vært svømming. I svømmeklubben er han en av gjengen, og i perioder har han trent fem ganger i uka. Og det har gjort ham til en av Norges og verdens beste svømmere i sin klasse. I Special Olympics i Berlin i 2023 vant han sølv på 200 meter bryst!

En annen favorittaktivitet er å gå opp på en fjelltopp og kjøre i puddersnøen ned igjen – gjerne sammen med mamma Torill og andre i familien.

– *Tror du det forskerne finner ut kan være med på å gjøre livet for dere med Downs syndrom i Norge bedre?*

– Ja. Jeg vet om noen med Downs syndrom som ikke har det så bra. Jeg tror noen føler seg utestengt og kanskje ikke får være med i gjengen. Vi som har Downs må også få lov til å være del av noe, og passe inn.

– *Hvorfor er det viktig å fortsette å forske på dere, Torill?*

– Mangel på kunnskap fører ofte til fordommer. Mangel på synlighet fører til fordommer. Det Anne Stine har forsket på øker kunnskapsnivået vårt og det gjør de med Downs syndrom mer synlige.

Eirik og Torill er ferdig for denne gangen, men er klare for å svare på flere spørsmål fra forskerne i årene som kommer, og bidra til at folk med Downs syndrom får et godt liv i Norge. ■



UTEN PROFESSOR Anne Stine Dolva hadde ikke denne livsløpsstudien blitt noe av. (Foto: Ole Martin Ringlund)



SAMLING MED deltakere i prosjektet. (Foto Ole Martin Ringlund)



EN AV EIRIKS FAVORITTAKTIVITETER

er å gå opp på en fjelltopp og kjøre i pudder-snøen ned igjen. (Foto: Privat)



I SPECIAL OLYMPICS I BERLIN i 2023 vant Eirik sølv på 200 meter bryst! (Foto: Privat)

Psykisk helse og helseoppfølging hos personer med utviklingshemning

NTNU har mottatt midler fra Stiftelsen Dam til et forskningsprosjekt. Prosjektet har som mål å undersøke psykisk helse og helseoppfølging hos voksne personer med utviklingshemning.

TEKST: Erlend Refseth Pedersen

FOTO: Jon Refseth Klouman

Ambisjonen med prosjektet vårt er å øke likeverdet av psykiske helsetjenester for personer med utviklingshemning, som både har betydelig høyere forekomst av helseproblemer og uløste behov for helsehjelp. Ideen til studien bygger på erfaringer med at kunnskapsutviklingen innen psykisk helsevern ikke inkluderer utviklingshemmede og at disse blir behandlet på et utilstrekkelig grunnlag. Studien ønsker å bidra med ny kunnskap som kan gi mer treffsikre råd ved beslutninger i spørsmål relatert til psykisk helse. Dette vil resultere i bedre kvalitet i tjenestene, mindre lidelse og økt livskvalitet hos menneskene det gjelder, og dessuten betydelig helsegevinst hos pårørende. I tillegg ser vi på deltagelse i dagaktivitet og jobb i sammenheng med forekomst av psykiske helseproblemer. Tidligere studier viser at sysselsetting fremmer inkludering, øker livskvaliteten og er positivt for både fysisk og psykisk helse.

Forskningsfelt

Dette forskningsfeltet trenger å styrkes både nasjonalt og internasjonalt, noe både utredninger, FN-konvensjonen og pågående nasjonale initiativer bærer bud om. NFU, vår samarbeidspartner i prosjektet, har gitt klare uttalelser om psykiske helsetjenester som mennesker med utviklingshemning blir

tilbudt. Her blir det påpekt behov for økt likeverd i tjenestetilbudet, økt ansvarliggjøring av tjenestetilbyder, økt brukerinvolvering, behandling innen ordinære helsetjenester, ambulerende tilbud og bedret samarbeid mellom ulike nivåer av psykisk helsevern.

Datainnsamling

Data er samlet inn gjennom NOHID-studien («North Health in Intellectual Disability») i samarbeid med fem kommuner: Trondheim, Malvik, Tromsø, Balsfjord og Narvik. Her er det hentet inn bred kunnskap om helsetilstand og helseoppfølging hos 214 voksne personer med utviklingshemning. Vi ønsker å studere sysselsetting, medisinbruk og kontakt med helsepersonell og sammenhengen med alder, kjønn, bosituasjon, funksjonsnivå, diagnoser som epilepsi, autisme og Downs syndrom, psykisk helse og adferdsutfordringer.

- Det er grunn til å tro at personer med utviklingshemning har større psykiske helseplager enn andre

Spørsmål og resultater

Problemstilling 1: *Hvordan er sammenhengen mellom deltagelse i dagaktivitet / jobb og forekomst av psykiske helseproblemer og adferdsutfordringer hos voksne med utviklingshemning?*

Meningsfull dagaktivitet er like viktig for voksne med utviklingshemning som det er for alle andre. Det bidrar til økt livskvalitet, sosial inkludering og personlig utvikling. Likevel vet vi at andelen av personer med utviklingshemning i dagaktivitet har gått ned de siste tiårene. Dette samsvarer med våre funn, og vi har derfor forsøkt å finne ut av hvilke faktorer som har sammenheng med arbeidsdeltagelse. Håpet er at denne kunnskapen kan bidra til å få flere i aktivitet. Arbeidsmarkedstiltak for utviklingshemmede skal minske avstanden mellom den enkeltes forutsetninger og kravene som stilles på arbeidsplassen. Likevel kreves det i dag ingen kartlegging av utviklingshemmedes behov og ressurser før uførepensjon innvilges. Dette kan føre til at personen selv og andre undervurderer hva man kan bidra med i en arbeidssammenheng hvis forholdene ligger til rette for det. Vi fant blant annet at økende grad av utviklingshemning, psykiske problemer og utfordrende adferd var assosiert med lavere sysselsetting.



ERLEND REFSETH PEDERSEN

er doktorgradsstipendiat ved
NTNU, Institutt for psykisk helse.

FAKTA

Bakgrunn: Mennesker med utviklingshemning har ofte flere helseproblemer og uløste behov for helsehjelp. I tillegg har andelen som er i dagaktivitet gått ned de siste tiårene.

Mål: Prosjektet undersøker psykisk helse, helseoppfølging og sysselsetting hos voksne med utviklingshemning. Målet er å fremme inkludering og gode psykiske helsetjenester for denne gruppen.

Datainnsamling: Data er samlet inn gjennom NOHID-studien i samarbeid med fem kommuner: Trondheim, Malvik, Tromsø, Balsfjord og Narvik. Vi har samlet informasjon om 214 voksne med utviklingshemning, med fokus på sysselsetting, medisinbruk og kontakt med helsepersonell.

Veiledere: Erik Søndena (NTNU og St. Olavs Hospital), Audny Anke (UNN, UiT og UiO) og Emmy Elisabeth Langøy (HiM og NTNU).

Hovedfinansieringen kom fra Stiftelsen Dam. Prosjektet varer er frem til 31.05.25.



Problemstilling 2: *Hvordan er forekomsten av psykiske problemer og adferdsmessige utfordringer relatert til hvilke diagnoser som er stilt og hvordan problemene blir behandlet medikamentelt hos voksne personer med utviklingshemning?*

Det har internasjonalt vært en økende bekymring rundt overforbruk av psykotrope medisiner blant mennesker med utviklingshemning, spesielt når de brukes i sammenheng med utfordrende atferd. Psykotrope medisiner er legemidler som påvirker hjernens funksjon og brukes til å behandle psykiske lidelser som depresjon, angst, bipolar lidelse og schizofreni. Disse medisinene kan også brukes til å håndtere adferdsmessige utfordringer, men det er viktig å være oppmerksom på risikoen for overforbruk og bivirkninger. Som et resultat lanserte National Health Service England i 2016 et omfattende initiativ kalt STOMP (stopp overmedisinering av mennesker med utviklingshemning, autisme eller begge deler). Her understrekes det at psykotrop medisin er riktig for noen mennesker. Medisiner kan hjelpe folk til å holde seg trygge og friske, men noen ganger finnes det andre måter å hjelpe folk, slik at de trenger mindre medisin, eller ingen i det hele tatt. Alternativer som foreslås utprøvd før medisiner er positiv atferds-

støtte og regelmessige legemiddelgjennomgang hvis medisin skrives ut. Dette kan redusere uønskede bivirkninger og øke livskvaliteten. I vårt utvalg fant vi et høyt forbruk av psykotrope legemidler som svarer til tidligere forskningsfunn (30-50 prosent), og at bruk av medikamenter ofte ikke kan forklares ut fra de diagnoser som er stilt eller symptombildet. Vi fant også en sammenheng mellom utfordrende atferd og bruk av psykotrope medisiner.

Problemstilling 3: *Hvilke faktorer påvirker hyppigheten av kontakt med helsepersonell hos personer med utviklingshemning med psykiske helseproblemer?*

Tidligere studier har vist at personer med utviklingshemning ofte har udekkede behov for helsetjenester. Det finnes imidlertid begrenset forskning på hvordan disse personene bruker psykiske helsetjenester. Her skal vi se på om det, som tidligere beskrevet, er behov for å øke likeverdet av psykiske helsetjenester og om det finnes uløste behov for slik helsehjelp i vårt utvalg.

I løpet av det siste året hadde halvparten av deltakerne mottatt spesialisthelsetjenester innen psykisk helse eller habiliteringstjenester. En fjerdedel av deltakerne rapporterte psykiske helseproblemer som depresjon, angst, bipolar lidelse, uspesifisert affektiv

lidelse, PTSD og schizofreni. Selv om psykiske helseproblemer var mer utbredt blant deltakere som benyttet tjenestene, avslørte analysen ingen statistisk signifikant sammenheng mellom psykiske helseproblemer og bruk av relevante tjenester. Samtidig brukte en betydelig andel av deltakerne (39 prosent) psykotrope medisiner. Ingen signifikant sammenheng ble funnet mellom bruk av psykotrope medisiner og bruk av psykiske helsetjenester. Det er bemerkelsesverdig at nesten halvparten (45 prosent) av deltakerne som brukte psykotrope medisiner, ikke hadde konsultert en spesialist innen psykisk helse eller brukt habiliteringstjenester det siste året. I tillegg viste resultatene at 16 prosent av utvalget vårt hadde utfordrende atferd. Tilstedeværelsen av utfordrende atferd økte signifikant sannsynligheten for å bruke psykiske helsetjenester eller habiliteringstjenester.

Funnene i denne studien antyder at bruken av psykotrope medisiner kanskje ikke følges opp konsekvent av psykiske helsetjenester eller spesialiserte habiliteringstjenester og at oppfølgingen først og fremst blir gjort av fastleger. Når man utvikler politikk og tiltak for å forbedre tilgangen til psykiske helsetjenester, er det viktig å vurdere faktorer som fungerer som barrierer og tilretteleggere for tilgang.

Kurs om selvbestemmelse

Selvbestemmelse er en menneskerett, men slik er det ikke alltid for personer med utviklingshemning. NFU ønsker at flere personer med utviklingshemning skal få si sin mening, bli hørt og få bestemme i eget liv og i NFU. Nå skal vi arrangere kurs i selvbestemmelse i alle fylkeslag. Ta kontakt om du er interessert!

TEKST: Karl Elling Ellingsen, Veerle Garrels og Helene T. Strøm-Rasmussen

Livet består av mange små og store valg: Skal jeg slappe av med en bok i sofaen, eller skal jeg ringe en venninne som jeg ikke har snakket med på lenge? Kommer jeg meg opp av sofaen for å gå en tur i skogen i dag, slik at jeg når mitt mål om 10 000 skritt? Blir det «Gladiator» på kino i kveld, som min kjæreste helst vil se, eller blir det «Drømmer», som jeg har mer lyst til å se? For ikke å snakke om de større spørsmålene, som hvor man vil bo, hvem man vil bo samme med, hvilken skole man vil gå på og hva NFU skal jobbe med.

Alle disse valgmulighetene er lett å ta for gitt for de fleste av oss. Vi lever jo selvbestemte liv, der vi kan gi uttrykk for hva vi ønsker, og vi kan sette egne mål og lage egne planer for hvordan vi vil leve livet. Så lenge vi ikke plager andre, kan vi stort sett gjøre det vi selv vil.

Selvbestemmelse er ikke en medfødt egenskap

Personer med utviklingshemning lever oftere liv som blir begrenset av hva andre mener og tror er riktig. Selv om dette som regel gjøres med de beste hensiktene, kan det føre til psykisk uhelse og lært hjelpeløshet. Derfor er selvbestemmelse et viktig tema. Å kunne ta gode valg, sette mål for en selv og lage planer for hvordan målene skal oppnås, er nemlig ikke medfødte egenskaper. I stedet er det egenskaper som det bør øves og trenes på. I tillegg er det viktig at omgivelsene får en tydeligere bevissthet rundt hva som hemmer og fremmer mulighetene for selvbestemmelse for personer med utviklingshemning.

Læringsmodellen selvbestemmelse (LoS)

Våren 2023 gjennomførte NFU et prosjekt om selvbestemmelse hvor vi benyttet læringsmodellen om selvbestemmelse (LoS).

Prosjektet ble støttet av Stiftelsen Dam. Vi benyttet en norsk oversettelse av det amerikanske samtaleredskapet SDLMI (The Self-Determined Learning Model of Instruction) og justerte det slik at det kan brukes i lokalmiljøet og hjemme. Pårørende og støttepersoner i lokalmiljøet kan støtte den enkelte i prosessen gjennom å være en partner og en å diskutere og reflektere sammen med om alle de valgene en står overfor, beslutninger som må tas, planer som må legges og hvordan en kan bruke erfaringene til å komme seg videre.

Læringsmodellen består av tre faser. Fase 1 er å sette seg mål. Målene vi setter oss speiler den vi er i forhold til hva vi synes er viktig, hva som er ting vi ønsker oss, ønsker å prioritere og som er viktige for oss og vår utvikling. Når vi jobber med målene våre vil vi kanskje se at vi må prioritere noe framfor annet, eller legge til eller fjerne mål for å nå de vi synes er viktigst. Fase 2 er å lage en plan for å nå målet/ målene våre. Fase 3 er å evaluere og justere målene og/ eller planen dersom vi ikke når målet vi satte oss eller å legge en plan for nye mål når eller om vi når målet vårt.

Resultater

Forskning viser at modellen kan gi unge voksne en smidigere overgang fra skole til arbeidsliv, og modellen kan også gi større grad av selvhjelpenhet i hverdagen. I de kursene vi gjennomførte i 2023 nådde de i alt 10 deltakerne helt eller delvis målene de satte seg. Noen hadde som mål å være mer åpen for nye arbeidsoppgaver, stille til start på stevne, forbedre tiden sin i løping, sykle til jobb, spise mindre søtt, kle seg etter vær og vind, gi beskjeder og fremføre et musikkstykke. Det å nå målene sine inspirerte til å sette nye mål å jobbe videre med.



FORNØYD PROSJEKTGRUPPE I 2022: Helene T. Strøm-Rasmussen (prosjektkoordinator), Svein Rune Johannessen (kursveileder), Lea Thoresen Farstad (kursdeltaker), Ingmar Farstad Vatne (støtteperson), Marianne Kreutz (HeltMed), Karl Elling Ellingsen (professor), Lory Garnes og Ann Beste-Guldborg (USA). (Foto: Pia C. Ribsskog)

Flere syntes kursmaterialet var vanskelig og for preget av å være utviklet i USA. Deltakerne ga uttrykk for at det hadde vært fint å få støtte fra tilretteleggeren sin eller fra pårørende i å utforme planen, men også i å gjennomføre den. En av deltakerne sa at han nå hadde fått ord, begrep og et språk til å snakke om selvbestemmelse, og at det hadde gjort det litt klarere for ham hva selvbestemmelse dreier seg om. Flere sa det hadde vært fint å være på kurs, møte andre, jobbe sammen med andre med de samme tingene, og at de hadde lært en del om selvbestemmelse.

Bli med!

Nå har vi fått mer penger av Stiftelsen Dam slik at vi kan videreføre og utvide prosjektet. Planen er å rekruttere to kursveiledere fra hvert av fylkeslag som skal lede samlingene og støtte makkerparene når de jobber seg gjennom de tre fasene. De skal få opplæring av professor Karl Elling Ellingsen og professor Veerle Garrels. Målet er 60 makkerpar fordelt over NFUs fylkeslag, hvor personen med utviklingshemning har med seg en av sine pårørende eller en viktig støtteperson. Alle kursholdere skal være på plass innen mars neste år, og så starter kursene høsten 2025.

Vi har laget to arbeidshefter til kursene. Det ene er arbeidsboken til deltakerne. Den andre er veilederboken til kursveilederne. Gjennom dette kurset får deltakeren øvd seg på å ta plass mens makkeren må øve seg på å gi plass.

FAKTA

- **Læringsmodell** om selvbestemmelse (LoS) er et samtaleredskap som hjelper personer med utviklingshemning til å finne ut av hvilke mål som er viktige for dem, og hva de har lyst å oppnå.
- **NFUs medlemmer** får nå tilbud om å være med på kurs høsten 2025 om målsetting og selvbestemmelse.
- **Ta kontakt** med NFUs administrasjon om du er interessert i å være kursveileder eller kursdeltaker.



Ingenting om meg uten meg



DELTAGERNE sammen med Lubna Jaffery og Bjørn Erik Thon. (Olav Helland)

NFU har deltatt på menneskerettighetsseminar for personer med utviklingshemning.

AV: Hedvig Ekberg

Bufdir har vært ansvarlig for seminaret, på oppdrag fra regjeringen. SOR, Oslo Met og NAKU har vært arrangører. Dette er det andre seminaret, det første seminaret ble holdt i 2019. Kultur- og likestillingsminister, Lubna Jaffery, som var til stede på seminaret, mente at det burde holdes et slikt seminar minst annet hvert år. Vi får håpe det blir en realitet.

12 personer fra hele landet, tre av dem var fra NFUs Erfaringsutvalg, møttes til diskusjon og samtale om hva som er viktig for dem. På grunnlag av dette ble det laget spørsmål til ministeren og Bjørn Erik Thon, som er Likestillings- og diskrimineringsombud. De var begge tilstede på slutten av det to dager lange seminaret.

Det ble stilt en rekke spørsmål, ett av dem var hva de gjør for at personer med utviklingshemning ikke skal bli tvangsflyttet. Ministeren mente det var urimelig at noen blir tvangsflyttet, for ingen andre blir behandlet slik, men hun mente at dette var kommunenes ansvar. Det var dermed ikke mye hjelp å få fra ministeren.

Ombudet derimot var klar og tydelig på at de jobber intenst ovenfor kommunene for å stoppe tvangsflyttingene. De har faktisk klart det en gang og vil så langt de har ressurser også hjelpe andre i samme situasjon.

Det neste spørsmålet gjaldt mobbing. Hva gjør de for å stoppe dette? Her svarte både ministeren og ombudet greit på hva som kan gjøres og hva de ville råde den enkelte til å gjøre. Videre ble det spurt om hvilket punkt fra Stortingsmeldingen om menneskerettigheter for personer med utviklingshemning som regjeringen vil jobbe med først. Ministeren svarte at arbeid er noe de vil ta tak i først.

Det siste spørsmålet som ble stilt var når Konvensjonen om rettighetene til mennesker med nedsatt funksjonsevne blir en del av Menneskerettighetsloven. Da svarte ministeren at dette jobber de med, men at hun må komme tilbake til dette senere.

Søk nå!

Vi har startet opptaket for neste skoleår. Det kan lønne seg å søke tidlig, før alle plassene blir fylt opp. Vi svarer på søknadene fortløpende.

Vi er en frilynt skole som har drevet med tilpasset opplæring siden 1976. Alle linjer er åpne for alle. Alle elever har sin egen veileder som sørger for god oppfølging gjennom skoleåret. Alle elever bor på enerom med eget bad og toalett. Vi holder til i landlige omgivelser på Selbustrand midt i Trøndelag. I skoleåret 2025/2026 tilbyr vi følgende linjer:

- **ARBEIDSTRENING**
- **DIY - NATURLIG NOK**
- **FLEXI**
- **FOTBALL TILRETTELagt**
- **FRILUFTSLIV**
- **HESTELIV**
- **MATLYST**
- **TEATER, MUSIKK OG DANS**
- **STIPENDIAT**

Ta gjerne kontakt med oss hvis du er nysgjerrig på å vite mer om vårt tilbud og hvordan vår hverdag her på skolen arter seg. Vi tar også gjerne imot besøk. Søknadsskjema finnes her:

folkehogskole.no/skole/peder-morset

Peder Morset folkehøgskole
Fossan 23
7584 Selbustrand
Telefon: 73 81 20 00
Epost: pmf@pedermorset.no
pedermorset.no
folkehogskole.no/skole/peder-morset
facebook.com/pedermorset



PEDER MORSET  **folkehøgskole**
LIKEVERD - INKLUDERING - MANGFOLD - FELLESSKAP

PMF-lekene 2025



PMF-lekene er vårt tradisjonsrike og inkluderende skirenn som avholdes for 32. gang helga 15 - 16. mars 2025. Informasjon og påmeldingsskjema finnes her: pedermorset.no/pmf-lekene-3.

Aktivitetsuka 2025



Vi har også tradisjon for å arrangere en sommeraktivitetsuke. Den er åpen for både gamle og nye venner og avholdes fra 11. til 16. juni 2025. Informasjon om aktiviteter og påmelding kommer i løpet av våren. Følg med på pedermorset.no og facebook.com/pedermorset hvis du er interessert i å delta.

Ett nedlagt og tre gjenopprettede fylkeslag

2. desember ble NFU Viken fylkeslag nedlagt og NFU Buskerud, NFU Østfold og NFU Akershus restartet. Her er de nye styrene som skal sitte frem til årsmøtene til våren:

Østfold - Fylkesstyret NFU

Fylkesleder Kjell Jaren

Styremedlemmer

- Bente Svensen - NFU Indre Østfold
- Karianne H. Nes - NFU Nedre Glomma
- Inger Næss - NFU Nedre Glomma
- Vara: Lene Staw - NFU Indre Østfold

Buskerud - Fylkesstyret NFU

Fylkesleder Eli Steen - NFU Drammen og Lier

Styremedlemmer

- Birgitte Boldvik - NFU Øvre Eiker
- Bjarne Jensen - NFU Drammen og Lier
- Morten Torp - NFU Ringerike
- Helene Holand - NFU Hallingdal
- Ole Arne Kristiansen - NFU Øvre Eiker

Akershus - Fylkesstyret NFU

Fylkesleder Halvard Angård - NFU Bærum

Styremedlemmer

- Kirsti Mong - NFU Nordre Follo
- Gitte Lise Olsen - NFU Bærum
- Gaute Lenvik - NFU Asker
- Lena Frantzen - NFU Øvre Romerike
- Anne May Berg - NFU Lørenskog
- Vara: Kristin Lauritzen - NFU Gjerdrum
- Vara: Karina Jørgensen - NFU Ullensaker



MANGE FINE FOLK i det gamle og i de nye styrene.

Barnebok om utviklingshemning og autisme

Boken «Unik, historien om Kose» er ment både som støtte til familier med et annerledes barn, men også for alle andre som ønsker å lære og kanskje få bedre innsikt i det å leve med et familiemedlem som ikke er helt A4.

Unik, historien om Kose – gir en hjertelig og innsiktsfull skildring av en families reise med å støtte og elske et barn med utviklingshemning og autisme. Boken viser hvordan man kan finne lys og håp i vanskelige situasjoner, samt utfordringer både i hverdagen og i møte med hjelpeapparatet. Den utforsker temaer som familie-kjærighet, tilrettelegging, tålmodighet og aksept av annerledeshet med en god balanse mellom humor og alvor.

Den er skrevet fra et barns perspektiv, noe som gir en innsikt i de ærlige følelsene og tankene et barn kan ha. Boken er rettet mot barn, med vekt på barn som pårørende, men kan også være av interesse for foreldre, lærere eller andre fagpersoner som ønsker å få bedre innsikt og forståelse for hvordan man kan inkludere og støtte barn med en funksjonsnedsettelse og deres pårørende.

Boken har en atferdsanalytisk vinkling. Musikk er et gjentakende tema i boken, og det er sanger til flere av kapitlene, med noter bakerst i boken. Musikken finnes på Spotify. Boken er gjennomillustrert av illustratør Christina Winther.



SIRI STRAY er vernepleier, musikk-instruktør for utviklingshemmede og forfatter. (Foto: Kristine Hellemo)

AV: Siri Stray

Bakgrunn for boken

Kveld etter kveld har jeg sittet på sengekanten til barna mine og fortalte små historier. Historier om kjærlighet, toleranse, følelser, utenforskap. Historier for å løfte blikket deres og lære dem om at annerledeshet kan være fint, at alle mennesker har en verdi, alle er unike.

På jobb som vernepleier har små melodier blitt til, små rytmer for å engasjere, rolige melodier for å roe. Dette har blitt til refreng, til vers, til nedskrevne sanger. Lite visste jeg at disse små historiene på sengekanten, i kombinasjon med musikken, skulle bli til en bok. En kanskje litt annerledes bok, men allikevel en bok.

Det har ikke vært mange forlag som har ønsket å gi ut en bok om autisme og utviklingshemning. Jeg har fått tilbakemelding på at Kose bør være mindre rar, litt bedre fungerende, kanskje hun bare skal ha ADHD?

Men Kose er akkurat som hun er, jeg kan ikke endre Kose. Hun har alvorlig utviklingshemning, hun har stereotypiske autistiske trekk, hun gjør kanskje rare ting, men hun er autentisk, hun er Kose. Hun er godhjertet,

ærlig, impulsiv, morsom og herlig! Har man en Kose i livet får man alle livets nyanser, og selv om det kan være vondt og vanskelig, kan det også være ganske fantastisk.

Jeg har derfor gjort dette selv, betalt alt fra egen lomme. Prøvd å sette meg inn i alle regler og lover, booket redaktør og språkvasker, illustratør og ombrekker, studiotid og musikere, fordi jeg mener det er viktig å løfte blikket. Det er viktig å se alle mennesker, se at alle har en verdi. Vi må ta barn på alvor og gi dem bøker som betyr noe.

Med to bokglade barn hjemme og hundrevis av barnebøker, omhandler kun en håndfull av dem utviklingshemning og/eller autisme. Jeg vil ha barn som inkluderer. Som ikke synes annerledeshet er skummelt og fremmed, men som ønsker det velkommen. Som er nysgjerrige på å lære, og gir alle rom til å være seg selv, aksepterer at vi ikke er like.

Kanskje vi sammen kan skape et varmere og mer inkluderende samfunn ved å ta barn på alvor og vise de flere av livets nyanser.





Råd for personer med nedsatt funksjonsevne

Alle kommuner skal spare penger, også vår kommune. De økonomiske utfordringene vil medføre at tjenestenivået blir senket i årene fremover. Det innebærer at det blir vanskeligere å få tjenester, og nivået på tjenestene blir lavere enn i dag.

TEKST: Anna M. Kittelsaa (tidligere landsstyremedlem i NFU)

FOTO: Merete Hassel

Den norske kirke ved Kirkerådet har oppnevnt et råd for og av personer med nedsatt funksjonsevne. Rådet skal være rådgivende for Kirkerådet, Ungdommens kirke-møte og Kirkemøtet i saker som angår personer med funksjonsnedsettelse. NFU er representert i rådet ved Merete Hassel fra Nordland som representant og Lars Petter Trondsen fra Oslo som vararepresentant. Anna Kittelsaa, tidligere med i NFUs landsstyre, er også medlem av rådet. Hun er valgt på grunnlag av faglig kompetanse og representerer dermed ikke NFU direkte i denne sammenhengen.

I mandatet heter det at rådet skal bidra med brukerperspektiv og fagkunnskap om funksjonshemmedes forhold og løsninger som styrker likestilling og muligheter for likeverdig tilgjengelighet og tilhørighet. Rådet kan komme med innspill i konkrete saker slik at behov og synspunkter fra personer med nedsatt funksjonsevne blir synliggjort og kan tas hensyn til og ivaretas så tidlig som mulig. Rådet har ikke beslutningsmyndighet på vegne av kirken, men kan komme med anbefalinger og forslag som kan være en del av grunnlaget for beslutninger i kirkelige organer. Rådet kan selv ta opp

aktuelle saker og problemstillinger og konsulteres i faglige spørsmål knyttet til funksjonshemming og universell utforming av kirken.

Rådet er valgt for fire år, fra høsten 2023, og har medlemmer oppnevnt av organisasjoner for personer med nedsatt funksjonsevne og dessuten personer med fagkompetanse innen funksjonshemmingsfeltet. Valgt leder for rådet er Ståle Hatlelid fra Døvekirken med nestleder Ester Holt fra Mental Helse. Silke Pahlke fra Kirkerådet er utvalgets sekretær.

Så langt har rådet hatt tre fysiske møter, og det legges opp til cirka tre slike møter i året. De første møtene har i stor grad blitt brukt til å bli kjent både innad i rådet og med Kirken som organisasjon og arbeidsplass. Det har vært en gjennomgang av hvordan kirken styres og hvordan den er organisert. Videre har det vært informert om hvordan det arbeides med universell utforming og tilrettelegging av kirker, kirkelige bygg og gravplasser. Av spesiell interesse for oss i NFU er det at Ungdommens kirkemøte har tatt til orde for bedre tilgjengelighet og deltakelse i kirkelige sammenhenger for personer med utviklingshemning.

Bli fast giver

Brenner også du for rettighetene til utviklingshemmede i Norge?

Bli en fast giver og støtt vårt viktige arbeid for rettighetene til personer med utviklingshemning. Vi kjemper juridisk og interessepolitisk for et samfunn der alle har like muligheter. Ditt bidrag hjelper oss å påvirke politiske beslutninger, styrke rettsvernet og forbedre livskvaliteten for utviklingshemmede i Norge.

Bli med oss i kampen for et mer rettferdig samfunn!

På forhånd tusen takk!

Ønsker å gi kr:

- ☐ 100
☐ 300
☐ 600
☐ 1200
☐ Annet beløp _____

Hvor ofte?

- ☐ 1 gang i måneden
☐ 1 gang i kvartalet
☐ 1 gang i halvåret
☐ 1 gang i året



Norsk Forbund for Utviklingshemmede

Svarsending 1225
0090 Oslo



ADRESSATEN
BETALER
FOR SENDING
I NORGE

DISTRIBUERES AV
POSTEN NORGE

Fornavn: _____

Etternavn: _____

E-Post: _____

Fakturaadresse: _____

Postnummer: _____

Poststed: _____



DignaCare

Økt aktivitet og inkludering

DignaCare er en fleksibel sensor som festes enkelt på utsiden av inkontinensprodukter. Sensoren varsler om behovet for skift av inkontinensprodukt via en brukervennlig app.

Bofellesskap i Fredrikstad kommune deler:

«Den store nytten ved bruk av bleiesensor ser vi hos de brukerne som er aktive på dagtid. Ansatte sier at brukerne opplever større frihet til å delta på aktiviteter utenfor bolig. De kan være med på lengre turer og aktiviteter, og de slipper å reise hjem for unødige bleieskift»

Les mer:

www.dignacare.com



Kommuneombudet på besøk

Alle kommuner skal spare penger, også vår kommune. De økonomiske utfordringene vil medføre at tjenestenivået blir senket i årene fremover. Det innebærer at det blir vanskeligere å få tjenester, og nivået på tjenester blir lavere enn i dag.



EN RETTIGHET ER EN RETTIGHET, sier Aleksander Hamre Leet, kommuneeombud i Drammen. Kommunen kan ikke legge tjenestene lavere enn minimumskravene i lovverket.

TEKST OG FOTO: Eli Steen, Leder i NFU Drammen og Lier lokallag

Det er nok flere kommuner som vil teste ut grensene for hvor lavt man kan ligge og fortsatt være innenfor lovverket. En rettighet er en rettighet, sier kommuneeombudet i Drammen, Aleksander Hamre Leet. Kommunen kan ikke legge tjenestene lavere enn minimumskravet i lovverket.

NFU Drammen og Lier inviterte til medlemsmøte med kommuneeombudet som fortalte om mandatet sitt og rollen som ombud. Leet er kommuneeombud på andre året, og antall henvendelser har økt i takt med at flere og flere innbyggere har blitt kjent med at vi har et ombud.

Kommuneombudets mandat

- Kommuneombudet er vedtatt og ansatt politisk, og skal arbeide på fritt og selvstendig grunnlag. Hen rapporterer til kommunestyret, og ikke til administrasjonen.
- Kommuneombudet er der for innbyggerne, og skal arbeide for at rettsikkerheten ivaretas i møte med kommunen.
- Kommuneombudet kan gi råd og veiledning i enkeltsaker – søknader, klager, får ikke svar, finner ikke informasjon, delta i møter.

- Synliggjøre og informere om rollen som ombud og hvordan man ivaretar sine egne rettigheter i møte med kommunen.
- Gi tilbakemeldinger til politisk og administrativt nivå om hvordan rettighetene blir ivaretatt.

Ombudet har tre roller

På individnivå – hjelpe innbygger hjelpe innbyggerne i enkeltsaker bistanden tilpasses den enkeltes ressurser, forståelse og hvordan ombudet vurderer saken.

På systemnivå – når flere enkeltsaker innenfor et tjenesteområde viser et generelt forbedringspotensial, løftes utfordringen til ledelsen i den aktuelle virksomhet, og formidles til politisk og administrativ ledelse.

På samfunnsnivå – foredrag og møter, lokalaviser, kommunens nettsider. enerelt informere om innbyggernes rettigheter, og hvordan ombudet oppfatter at innbyggernes rettigheter ivaretas i kommunen.

Leet får mange henvendelser innenfor helse- og omsorg som gjelder klager på hvordan tjenester utføres, og har følgende tips:

- Hva er viktig når man skal søke eller klage på helse- og omsorgstjenester?
- Hva er vilkårene for å få den hjelpen du trenger?
- Forklar hva behovet er.
- Dokumenter / sannsynliggjør at man oppfyller de vilkårene. Jo bedre og mer objektiv dokumentasjon, jo større er sannsynligheten for gjennomslag.
- Ikke tro at kommunen «vet» hva man trenger, og ikke tenk at kommunen har rett hvis man får avslag. Du er ikke vanskelig selv om du klager!

Dette var et matnyttig møte for de 16 som møtte opp, og Leet hadde det ikke travelt med å komme seg hjem etter endt innlegg og spørsmålsrunde, men ble med oss ut kvelden og tok del i diskusjoner om det som opptar oss.

Drammen kommune er ingen rik kommune, men de har brukermedvirkning høyt på agendaen. Det blir ofte diskusjoner om penger og økonomi, men flere av deltakerne pekte på tiltak som ikke innebærer kostnader, og da snakker vi om holdninger hos de som

leverer tjenestene. Hva er det som teller? Hva er viktig, hvordan møter vi de vi er hos / snakker med? Bedre informasjonsutveksling mellom instanser i kommunen savnes også.

Makt og tvang ble også diskutert lenge. «Det er krise», uttalte en mor, at våre «barn» skal få støtte til å gjøre dumme valg. Vi har jobba i hele oppveksten frem til de fyller 18 år, og de er vant til rammer og grenser i hele oppveksten sånn at de har det trygt og forutsigbart. At man ikke kan si at en ikke kan drikke hver kveld eller kjøpe en handlevogn med potetgull, er uforståelig. Hvor er terskelen for å sette inn tiltak? Retten til å gå til grunne er en tvilsom rettighet, sier kommuneombudet. Det er viktig at legeerklæringer og faglige vurderinger er på plass.

Noen foreldre er redde for at de oppfattes som brysomme og masete, og at det går ut over barna deres og vergemålet. Leet er veldig klar på at kommunen har ikke lov til å kvitte seg med brysomme pårørende. Alt må være hjemlet i loven.

Det er ikke tvil om at kommuneombudet kan være god å ha når en føler at en stanger hodet i veggen eller får avslag en mener er riv ruskende gale. Min mening er at det er viktig å ha en god dialog med de i tjenesteapparatet vi er avhengig av. Klage til statsforvalter tar fryktelig lang tid, og utfallet er usikkert, så det er siste utvei når alt annet er prøvd.



Med BPA kan du leve ut drømmen

Vi leverer BPA-tjenester basert på skreddersøm, respekt og brukerstyring – for at du skal få den beste hverdagen.

Vi tilbyr:

- Fast rådgiver
- Fagansvarlig vernepleier og sykepleier
- God opplæring
- Bistand til rekruttering
- Gode betingelser for assistentene
- 6 % driftskonto*
- Enkle digitale løsninger

*kan avvike i enkelte kommuner som har egne regler angående driftskonto.

Ditt liv – dine valg!

Telefon: 4000 2203

post@assistermeg.no

assistermeg.no



Tur til Langedrag

AV: Eli Steen, Leder i NFU Drammen og Lier lokallag

Noen vil dra på lange turer, noen vil dra på korte turer, noen elsker fart og spenning, andre liker natur og dyr. Styret i lokallaget vårt prøver ut litt forskjellig, og håper at noe av det vi søker midler til og arrangerer faller i smak.

Søndag 8. september inviterte vi våre medlemmer med ledsager på dagstur til naturparken Langedrag, bedre kjent fra NRK-seriene «Vi på Langedrag» og «Nytt blod». Langedrag ligger 966 meter over havet, på Tunhovd i Nore og Uvdal kommune i Buskerud fylke.

Vi var så heldige å få innvilget gratis buss fra Isachsen Anlegg for en hel dag, og verdens blideste bussjåfør fulgte med i gavepakken. I tillegg hadde vi fått midler fra Einar Juels legat til turen, så det ble både lapskausmiddag og inngangsbillett til en hyggelig egenandel.

Vi fikk lære mye om og oppleve på nært hold både ulv, rev, gaupe, elg, reinsdyr og villsvin, og andre tradisjonelle norske husdyr i og utenfor innhegninger. Litt surt vær, så en ekstra pause med vaffel og varm kakao smakte bra og varmet godt før vi returnerte til Mjøndalen, Drammen og Lier.



REINLAV, eller «reinsdyrsjokolade», er det beste reinen vet.



LITT AV REISEFØLGET på tunet på Langedrag.



ELGEN VAR ENORMT STOR, men alle turte å gi den en liten bit gulrot.

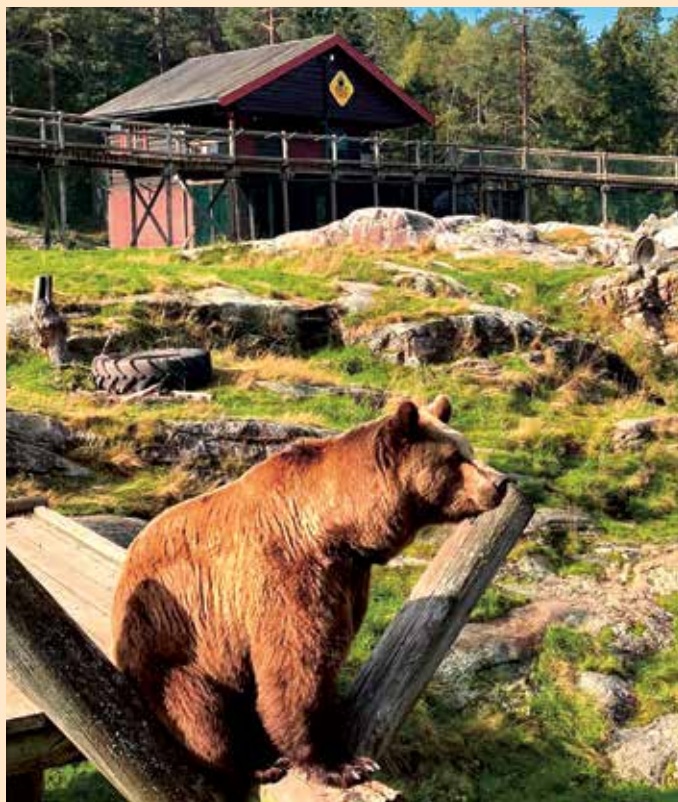


ULVEGÅRDEN PÅ LANGEDRAG er kjent fra TV-serier på NRK.

Tur til Bjørneparken

TEKST: Caroline Borge

FOTO: Vidar Bøe



BAMSEFAR venter på mat.

Å reise til Bjørneparken i Flå sammen med gjengen fra NFU var en skikkelig fin opplevelse fra start til slutt. Da vi møttes på Skårer kirke, var det tydelig at dette var noe mange hadde gledet seg til, og det hadde jeg også! Vi satt med sommerfugler i magen på bussturen, og gransket parkens tidskjema nøye for å finne ut av hva som skulle skje og hvilke dyr vi kom til å møte. Noen av de som hadde vært der før, kunne fortelle at det fantes både krokodiller og leoparder! Det kribla mer i magen, og da vi endelig kom frem var det så vidt vi hadde tålmodighet til å ta gruppebilde foran bussen.

To store bjørner møtte oss i det vi gikk inn i parken. Med skrekkblandet fryd så vi dem spise, og det var vanskelig å ta øynene fra dem. Men vi hadde så mye vi ville se, og resten av dagen suste vi mellom rever, ulver, gauper og hjortedyr. Spesielt stas var det å se leoparden og hvordan den oppførte seg nesten helt likt huskattene hjemme.

Turen var spennende og underholdende, og selv om det var mye vandring var alle engasjerte. I tillegg lærte vi oss masse verdifullt om skogens rovdyr. Så i det vi kjørte hjemover igjen var det en sliten og fornøyd gjeng som sank ned i buss-setene med et smil om munnen – og som vet hva de skal gjøre om de møter på en bjørn i skogen!



FORVENTNINGSFULLE
deltakere før besøket.

Høsten 2019 skjedde det noe som skulle forandre det internasjonale bistandsarbeidet til norske funksjonshemmedeorganisasjoner. På initiativ fra utviklingsministeren lynte Norad ut midler for å jobbe spesifikt med å styrke sivilsamfunnsorganisasjoner som arbeider for funksjonshemmedes rettigheter i utviklingsland.

TEKST OG FOTO: Mari Hagen og Helene T. Strøm-Rasmussen, programrådgivere NFU internasjonalt



Nå, snart fem år senere, ser vi tilbake på et spennende og utfordrende prosjekt med store resultater. Atlas-alliansen, som NFU er en del av, bestemte seg for å søke disse Norad-midlene. Men i stedet for å lage separate prosjekter slik man var vant til, ønsket de å ha med større bistandsorganisasjoner og bygge et samarbeidsprosjekt. Redd Barna, Plan, Strømmestiftelsen, SOS Barnebyer og Utviklingsfondet var blant organisasjonene som ble invitert med. Vår teori var at hvis vi jobber sammen med større organisasjoner kan vi lære av dem, men også påvirke dem til å inkludere funksjonshemmede i alle sine aktiviteter. Prosjektet fikk navnet Together for Inclusion (TOFI) – sammen for inkludering.

Fra januar 2020 var prosjektet i gang i fem land – Uganda, Niger, Sør-Sudan, Somalia og Mosambik. Fra januar 2021 fikk vi ekstra midler og kunne legge til Etiopia, der NFU ble valgt som Country Lead, altså koordinerende organisasjon for hele landsamarbeidet. Covid-19 gjorde oppstarten utfordrende, ettersom vi ikke kunne reise på prosjektbesøk. Strenge restriksjoner i alle prosjektlandene gjorde det vanskelig å holde kurs og møter. Etter en litt krevende oppstart kom prosjektet seg likevel godt på beina.

Sterkere sammen

Vi har sett at våre partnerorganisasjoner stiller sterkere overfor myndighetene når

de kan gå samlet med felles budskap. Vi ser også at vi helt klart når veldig mange flere mennesker ved å jobbe sammen med andre organisasjoner. Den endelige rapporten for TOFI blir klar til neste år, men vi kan allerede vise til imponerende tall for de første fire årene av prosjektet. Blant annet har vi sammen med de andre organisasjonene:

- ✓ Kurset nesten 10 000 personer med ned-satt funksjonsevne i sine rettigheter
- ✓ Kurset nesten 3 000 ansatte i funksjonshemmedes egne organisasjoner
- ✓ Kurset over 2 000 myndighetspersoner og ansatte i sivilsamfunnsorganisasjoner
- ✓ Kurset nesten 40 000 familiemedlemmer i retten til utdanning for barn med funksjonsnedsettelse
- ✓ Identifisert over 10 000 skoleelever med funksjonsnedsettelser
- ✓ Kurset 15 000 lærere i inkluderende utdanning
- ✓ Kurset nesten 15 000 personer med ned-satt funksjonsevne i arbeidsrettigheter og økonomihåndtering
- ✓ Kurset over 15 000 personer med ned-satt funksjonsevne i inntektsbringende ferdigheter
- ✓ Inkludert over 15 000 personer med ned-satt funksjonsevne i lokale spare- og lånegrupper
- ✓ Nådd over 1,5 millioner mennesker med holdningsendrende kampanjer

Ny femårig avtale

TOFI avsluttes ved utgangen av året, men vi har søkt Norad om en ny femårig avtale, etter modell fra TOFI. Atlas-alliansen ønsker å bygge videre på landgruppene, og utvide med blant annet Nepal, der NFU håper å starte opp igjen samarbeidet med søsterorganisasjonen PFPID.

Teorien om at samarbeid bidrar til mer inkluderende organisasjoner har i stor grad vist seg å stemme. Flere av de store bistandsorganisasjonene har etablert interne retningslinjer for inkludering av funksjonshemmede i sine andre prosjekter. Ikke minst har vi sett en stor endring i holdning og begrepsbruk blant de ansatte. I neste prosjektperiode går vi enda lengre, og setter konkrete mål for hvordan bistandsorganisasjonene skal måles på inkludering.

TOFI har også endret hvordan vi jobber med bistand her i de norske Atlas-organisasjonene. Vi har i større grad fått et faglig fellesskap med de store norske bistandsorganisasjonene, med utveksling av ideer og praksis. Felles arbeidsmøter, konferanser og workshoper har vært med på å skape sterkere bånd. Vi har også samarbeidet om påvirkningsarbeid her hjemme, gjennom møter med statssekretær, Utenriksdepartementet og Norad. Sammen stiller vi sterkere – både i partnerland og i Norge.



NFUS PARTNER-ORGANISASJONER

i Etiopia og Uganda har gjennomført kurs, samlinger og politisk påvirkningsarbeid med TOFI-midler.



VISSTE DU AT

Hvorfor bør man ha testament?

La oss få det viktigste på det rene først. Man må på ingen måte ha et testament. Det kan dog være lurt. Har man ikke det, så vil arven etter deg fordeles etter arvelovens regler. For mange kan disse fungere helt fint. Det er ikke alltid at det gjør akkurat det.



AV: Tor Omar Heyerdahl
Nyquist, Advokatfirmaet
Lippestad AS

Utgangspunktet etter norske regler

Hva sier så de norske reglene? Svært kort fortalt så skal arven da fordeles mellom slektingene dine etter nærmere regler helt ut til det som kalles for tredje arvegangsklasse. Dette er etterkommere etter besteforeldrene, slik som onkler / fettere eller barnebarn. Skulle du være så uheldig å ikke ha noen slektinger i denne linjen, så vil arven tilkomme staten. En ektefelle har arverett. Arveretten kan være innskrenket eller utvidet ved testament som ektefellen har kunnskap om før dødsfallet fant sted. En samboer har færre arverettigheter enn en ektefelle. For å sikre arverettighetene best mulig, kan det være nødvendig å opprette et testament.

Om pliktdelsarv og særkullsbarn

Dersom man har barn, har disse rett på den såkalte pliktdelsarven. Pliktdelsarven er den andelen av arven som dine barn, barnebarn eller deres etterkommere har krav på. Denne kan du ikke ta fra dem gjennom et testament. Størrelsen på pliktdelsarven er i utgangspunktet 2/3 av formuen din, men den kan reduseres til 15 G (grunnbeløpet i folketrygden) per livsarving.

En ting som kanskje særlig bør nevnes er særkullsbarn. Saken er nemlig den at stadig flere etablerer nytt samliv i voksen alder. Da har man gjerne med

seg barn fra tidligere forhold. Da kan det være en fordel å kunne verne om det som er ens eget. Dette kan man gjøre på flere måter:

- Man kan ha noe som sitt særeie, det vil si at det er eiendeler som ikke skal deles med ektefellen eller ektefellens barn ved et eventuelt arveoppgjør. Det vanlige er at særeiet opprettes ved ekteskapets inngåelse – kort fortalt at det du tar med deg inn i ekteskapet, det skal du også ha med deg ut av ekteskapet dersom du av en eller annen grunn skulle ha et behov for å skille deg.
- Man kan sitte i uskifte, det vil si at arveoppgjøret utsettes til den lengstlevende dør. Har man særkullsbarn, kan man få de til å signere en erklæring om å la lengstlevende sitte i uskifte.

Formkrav og innhold

Testament er et dokument som må være lovlig i form og innhold. Dette er forhold som det er avgjørende å få gjort riktig. Det kan få svært uheldige konsekvenser om man ikke formulerer testamentet sitt riktig eller skulle komme i skade for å overse noen av bestemmelsene. Man risikerer for eksempel at en siste vilje ikke blir utført slik som en selv hadde tenkt, eller at testamentet blir erklært ugyldig.

Arveloven setter flere formkrav til testamentet.

”

Det kan få svært uheldige konsekvenser om man ikke formulerer et testament riktig

For det første må det være skriftlig, du må være over 18 år, og det må være underskrevet av deg selv. Det vil også være tilstrekkelig med underskrift med såkalt «påholden penn». Videre må testamentet være underskrevet av to vitner. Vitnene må du selv godkjenne, og de må være informert om at testamentet er din siste vilje. Du må være til stede når vitnene underskriver, og du må signere eller bekrefte din signatur sammen med vitnene. Vitnene må være myndige og må være ved full sans og samling. I tillegg kan ikke vitnene eller deres ektefeller være tilgodesett i testamentet, eller være nære slektninger av deg som testator.

Det er ikke formelt krav til at det opplyses at du som testator skrev under av egen fri vilje og var ved sans og samling, men dette er vanlig å ha med. Testamentet bør også være datert.

Tilsynelatende dreier det seg om enkle regler, men på den andre siden er det enkle regler som det er svært viktig at man følger korrekt. Er man usikker bør man kontakte advokat. Her er det best å være føre var.

Et testament kan også bli kjent helt eller delvis ugyldig dersom innholdet i det strider mot lovens regler; altså om du har gått utover de rettigheter og plikter som følger av loven. Da vil man så langt som mulig forsøke å tolke testamentet i tråd med din vilje og ikke gjøre mer ugyldig enn nødvendig.



LANDSBYENE MED Plass FOR ALLE

Camphill-landsbyene er integrerte levefellesskap hvor mennesker med ulike behov for bistand lever side om side med omsorgspersoner i en levende og aktiv landsby.



Her er alle sysselsatt med fellesskapets mange oppgaver; håndverk, jordbruk, matlaging og hushold. Det legges vekt på nærhet til natur og mennesker, og opplæringen i dagliglivets mange gjøremål gir verdifull erfaring videre. Samtidig dekker arbeidet reelle behov i landsbyen.

Livet i fellesskap, arbeid, hverdag og fest danner grunnlag for et spennende og utfordrende miljø. I landsbyene pleies også et variert kulturliv med teater, sang, musikk, høytidsfeiringer og utflukter.

Nye medarbeidere tilbys introduksjonskurs i landsbylivet og antroposofi, samt fireårig deltids Bachelorutdanning i helsepedagogikk og sosialterapi.

Camphill Norge består av landsbyene Hogganvik, Jøssåsen, Rotvoll, Solborg, Vidaråsen og Vallersund Gård. I Vallersund ligger også FRAMskolen som er et folkehøyskolelignende tilbud for deg mellom 18 og 25 år som lever med utviklingshemming.

Vi ønsker deg velkommen til landsbyene!

CAMPBILL LANDSBYSTIFTELSE

Malvikvegen 1333, 7550 Hommelvik

Telefon 73 97 84 60

Epost: sekretariat@camphill.no

www.camphill.no



Camphill
NORGE

Kommune-Norge kriger mot funksjonshindrede

Kommune-Norge er på krigsstien, og «yngre funksjonshindrede» er de som henges ut. «Yngrebølge» kaller de det, og viser til at 5 prosent av brukerne innen helse og omsorg står for 40 prosent av kostnadene.



AV: Janne Skei,
daglig leder i SAFO

Jeg innrømmer det gjerne, til tider blir jeg litt hevn-gjerrig. De skulle ha prøvd det, de som sitter og forteller at yngre funksjonshemmede bør ha færre tjenester og lavere kvalitet. De skulle ha prøvd å være innestengt i hjemmet sitt og isolert fra samfunnet fordi de mangler nødvendig assistanse, transport og manglende tilrettelegging. De skulle ha prøvd å måtte legge seg klokka ni på kvelden, og ikke kommet seg på jobb eller dagaktivitet til rett tid – fordi de mottar et minimum av tjenester som organiseres etter vaktlister og samlebånd. De skulle ha prøvd å bli tvangsflyttet inn i store institusjoner, fordi kommune-direktøren og KS-styreleder Gunn Marit Helgesen sier at «Skal du få tilgang til nødvendige helse- og omsorgstjenester må du bo i institusjon, og vi skal bestemme hvor».

Funksjonshindredenes livskvalitet og menneskerettigheter er ikke i fokus hos disse administratorene – bare hva det koster. Hvor er det blitt av – solidariteten vår, og Norges fokus på menneskerettigheter? KS og kommune-Norge er mest opptatt av mindre rettigheter for innbyggerne og mer kommunalt selvstyre. Forventningsgapet kaller de det, og peker på at folk må lære seg å kreve mindre, og godta mer. Og særlig er det altså «yngre funksjonshemmede» som henges ut. De som allerede har store utfordringer fra før, er de som skal kastes til ulvene. I kommune-Norge er kreativiteten stor når målsetningen er å minimere kvalitet og omfang på pleie- og omsorgstjenester for de som trenger det mest.

Kristiansand kommune er en av kommunene som lever på kanten av lover og regler. De setter til side menneskerettigheter og lovfestede rettigheter. I sin iver etter å redusere kostnader på grunnleggende helse- og omsorgstjenester, overser kommunen funksjonshemmedes livskvalitet. Kommunen har funnet en lur strategi. Den drøyer med å gi formelle vedtak. Det orienteres muntlig om hva de har tenkt å gjøre, men det skriftlige vedtaket uteblir.

Et eksempel viser kreativiteten. Etter et svært tidsbegrenset vedtak om BPA i hjemmet, ble pårørende til en 17-åring informert om at nå skal gutten i samlokalisert bofellesskap. Det formelle vedtaket uteble imidlertid. Foreldrene ble sittende igjen uten assistanse, og uten vedtak. Mamma måtte bli hjemme fra jobb. Forutsigbarhet, stabilitet og kjente assistenter gjennom BPA, hadde redusert omfattende bruk av tvangstiltak til praktisk talt null. Tilbakemeldingene fra videregående skole for gutten var at opplegget fungerte strålende. Foreldrene vet at guttens fungering vil reduseres og tvangstiltakene øke i et uforutsigbart og utrygt miljø i samlokalisert bolig. Dette påvirker imidlertid ikke kommunebyråkrater eller kommunepolitikere. Bedriftsøkonomiske vurderingskriterier gjelder, og menneskerettigheter betyr lite og ingenting.

Statsforvalteren i Agder initierte et tilsyn av Kristiansand kommune fordi en uforholdsmessig stor del av klagen på BPA kommer herfra. Min forundring var stor da tilsynet konkluderte med at «det

ikke ble avdekket lovbrudd under tilsynet». Ved nærmere undersøkelser er dette allikevel ikke overraskende. Tilsynet som ble foretatt var et egenvurderingstilsyn. Det blir å sette «bukken til havresekken». Kristiansand kommune har full kontroll over tilsynet. De gjennomgår og sender opplysningene til statsforvalteren, som gjør sine konklusjoner på grunnlag av hva kommunen oversender.

I forkant av tilsynet hadde blant annet advokatkontoret Lippestad, på vegne av flere familier, oversendt en forespørsel om å gjøre et tilsyn. Ingen av Lippestads familier / saker ble inkludert i tilsynet. Det ble heller ikke saken om den tidligere omtalte 17-åringen, hvor skriftlig vedtak først ble mottatt når tjenestene opphørte. Ei heller ble saken om Markus i kommunen inkludert. Familien til Markus bestemte seg for å gå til rettssak knyttet til vedtaket som ga avslag om BPA for Markus. Kristiansand valgte å ugylldiggjøre vedtaket og lage et nytt vedtak som i praksis sier det samme som det gamle vedtaket. Dette stuntet fra kommunen fører imidlertid til at familien og Markus må igjennom en ny runde med klage på vedtak hos statsforvaltere og tilbakemeldinger fra Kristiansand kommune, før de på ny kan adressere rettssystemet. Kristiansand kommune kjøper seg tid, og håper at pårørende og brukere til slutt er så slitne at de ikke orker mer.

KS-Marit snakker om at absolutte rettigheter for funksjonshindrede går på bekostning av andre innbyggere – men Norges en gang statsbærende parti, bygget velferdsstaten etter ideologien om å bidra etter evne, og få etter behov. I dag opplever vi at mange rikinger rømmer fordi de ikke vil bidra etter evne, mens de med størst behov «shames» av en av Norges største maktfaktorer. Er det rart jeg til tider blir litt frustrert.



Alle skal ha muligheten til å være sjef i eget liv!

JAG Assistanse AS er en ideell BPA-leverandør med spesiell kompetanse om BPA for personer med sammensatte og kognitive funksjonshemminger. Vi bygger vårt verdigrunnlag på grunnleggende menneskerettigheter, likeverd og likestilling.

JAG vil bidra til at alle mennesker kan leve sine liv fullt ut, på egne premisser.

JAG har over 25 års erfaring for deg som trenger assistert arbeidsledelse.

JAG har fokus på individualitet, kvalitet og skreddersyr din assistanse.

Ta kontakt for mer informasjon.

JAG
er som du.

JAG Assistanse AS
Telefon: 962 09 666
www.jagassistanse.no

Følg oss gjerne på Facebook og Twitter!



TEKST: Per Espen Andersen

FOTO: Tina Andersen

Lysglimt fra Superlekene Grimstad

Vi avsluttet superlekene-året med et brak!
16. november ble årets siste Superlekene arrangert. Dette var Superlekene Grimstads debut. Og for en debut!

Nærmere 100 deltakere hadde tatt turen til Sparebanken Sør amfi, og kom helt fra Arendal i øst og Lindesnes i vest. I Superlekene-tradisjon startet dagen med formell innmarsj ledet an av Grimstad musikkorps, etter fulgt av åpningstale og snorklipping. Deretter sto vår kjære Enkel-Jympa dronning, Siv Stabell Somdal, for fellesoppvarming.

Super-Kine Thorsnæs var raskt ute med å utfordre prosjektleder Tina Andersen på løpebanen; «Jeg kommer nok til å slå deg, for jeg er ekspert på å vinne!» var den klare talen fra Kine. Hun hadde helt rett, og slo både Tina og Grimstads friidrettstalent Even Meinseth på 30-meter!

Det var flere som ble knust på løpebanen. Politiet stakk nemlig innom og da tok det ikke lang tid før gjengen fra Lindesnes utfordret til løpekonkurranse og konstablene måtte se seg slått på målstreken. Det ble spilt både fotballkamper og fotball-bowling på fotballbanen. Ved håndballmålet ble det satt straffer både i krysset og tverrliggeren. På innebandybanen kunne man trene teknikk i tekniske løyper, sanke poeng på mål med blink og ikke minst ta straffe på en ekte innebandykeeper! Det var også stadig god driv i kampsportrommet. Her fikk deltakerne både sparket og slått fra seg sammen med karateinstruktørene.

Stakk du snuten innom spinningsrommet var det sjeldent en ledig sykkel. Spinningsinstruktøren syklet på og ga deltakerne både motbakker og intervaller. I speilsalen var det god stemning da musikken ble fyrt opp og enkel jympaen var i gang, flere av deltakerne kom helt svette ut igjen. For klatreklubbens instruktører var det aldri et minutt ledig, det var stadig deltakere på vei oppover i klatreveggen. Flere uniformerte hadde tatt turen innom, og i klatreveggen var der brannmennene som ble utfordret av våre herlige deltakere. Dagen ble avsluttet med pizzafest og disco.

Det er fantastisk å se hvordan denne gjengen kaster seg ut i nye ting og ikke minst idrettsgledden deres. Takk til alle som deltok og takk til alle støttespillere, frivillige og idrettslag som gjør en flott jobb for at Superlekene kan arrangeres.

Hver eneste dag står veiledere i våre ASVL bedrifter klare til å bistå de som trenger hjelp til å finne sin vei i arbeidslivet. Enten det er på en tilrettelagt arbeidsplass, eller gjennom jobb i en annen bedrift. En av ASVLs hovedoppgaver er derfor å kjempe for at flere får en tilrettelagt arbeidsplass.

INNLANDET

Ny Vekst og Kompetanse AS

Kristian Walbys veg 13, 2212 Kongsvinger

www.ny-as.no

Lipro Kompetanse AS

Smestadveien 27, 2619 Lillehammer

lipro.no

Sølv AS

Postboks 64, 2860 Hov

www.solve.as

NORDLAND

Vestvågøy ASVO AS

Holandsveien 173, 8370 Leknes

www.vvasvo.no

Herøy ASVO AS

Flosta, 8850 Herøy

www.heroyasvo.no

Bopro AS

Klinkerveien 1, 8006 Bodø

www.boproas.no

ROGALAND

Ranso AS

Randbergveien 308, 4070 Randaberg

www.ranso.no

Sandnes Pro-Service AS

Skippergt. 121/123, 4327 Sandnes

www.sanpro.no

Solstein AS

Bleikmyrvegen 45, 4276 Vedavågen

www.solstein.no

Uni-K AS

Kvalamarka 20, 5514 Haugesund

www.uni-k.no

Avanti Ryfylke AS

Jøssangv. 7, 4100 Jørpeland

www.avanti-ryfylke.no

Jæren Industripartner AS

Engelsvollvegen 264,
4353 Klepp Stasjon

www.jias.no

TRØNDELAG

Vidu AS

Meieribakken 4, 7670 Inderøy

www.vidu.no

TROMS OG FINNMARK

70° NordVekst AS

Industriveien 7, 9180 Skjervøy

www.70nordvekst.no

Barduprodukter AS

Industriveien 7, 9360 Bardu

www.bapro.no

VESTFOLD OG TELEMARK

Montar AS

Elgvn. 2, 9321 Moen

www.montar.no

Sandbukt AS

Sandbuktveien 16, 9050 Storsteinnes

www.sandbukta.no/

Empus AS

Bentsrudveien 5, 3083 Holmestrand

www.empus.no

OSLO

Kvito AS

Dalsvegen 28, 3890 Vinje

kvito.no

Smiløkka Arena AS

Smiløkka 2, 3173 Vear

www.smilokka.no

Fossheim AS

Sven Oftedals vei 1, 0950 Oslo

fossheim-as.no

BUTIKK

Alle kurshefter er gratis!



Om tro og livssyn



Pengene dine



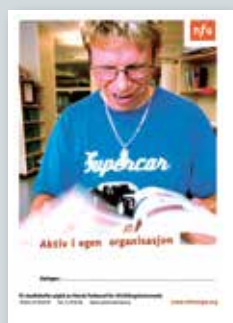
Stortingsvalg



Kommunevalg



NFU - en organisasjon



Aktiv i egen organisasjon



Veilederhefte til «Aktiv i egen organisasjon»



NFUs prinsipp-program



Tillitsvalgt i organisasjonen NFU



Ledsagerhefte



Kursbevis kr 10,-



Kursmappe kr 25,-

Bøker om veien til egen bolig



kr 100,-

kr 150,-

Last ned!

Boken «Fokus på overgangen mellom ulike skoleslag» er utsolgt, men ligger klar for nedlastning på vår hjemmeside nfunorge.org/no/nettbutikk/boker/



Klistremerker
6 merker per ark kr 6,-



Vervekort, gratis



Beachflagg:
2 meter, kr 1100,-
3,9 meter, kr 1800,-

Julegavetips!

Fuelbox, handlenett og bager, T-skjorter og hettejakker i flere størrelser.



Fuel box kr 300,-



T-skjorte størrelse M, XL og XXL kr 85,-



Hettejakke størrelse S, M, L, XL og XXL kr 500,-



Handlenett kr 30,-



Pølsebag med utvendig lomme kr. 150,-



Pins kr 10,-



Refleksbånd kr. 25,-



Armbånd kr 10,-



Penner, per stk. kr 10,-



Tallerken i porselen kr 150,-

Ja takk, Jeg bestiller (skriv antall):

- ☐ Kurshefte: Om tro og livssyn
- ☐ Kurshefte: Pengene dine
- ☐ Kurshefte: Stortingsvalg
- ☐ Kurshefte: Kommunevalg
- ☐ Kurshefte: NFU – en organisasjon
- ☐ Kurshefte: Aktiv i egen organisasjon
- ☐ Veilederhefte til studieheftet Aktiv i egen organisasjon
- ☐ Kurshefte: NFUs prinsipp-program
- ☐ Kurshefte: Tillitsvalgt i organisasjonen NFU
- ☐ Kurshefte: Ledsagerhefte
- ☐ Kursbevis
- ☐ Kursmappe
- ☐ Bok: Sjef i eget hus
- ☐ Bok: Veien fram til egen bolig
- ☐ Klistremerker
- ☐ Vervekort
- ☐ Beachflagg 2 meter
- ☐ Beachflagg 3,9 meter
- ☐ Fuel box
- ☐ T-skjorte M ☐ XL ☐ XXXL ☐
- ☐ Hettejakke S ☐ M ☐ L ☐ XL ☐ XXL ☐
- ☐ Handlenett beige
- ☐ Pins
- ☐ Refleksbånd
- ☐ Armbånd
- ☐ Penn
- ☐ Pølsebag
- ☐ Tallerken

Navn: _____

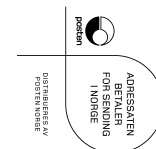
Adresse: _____

Poststed: _____

E-Post: _____

Porto kommer i tillegg. Du kan også bestille via telefon 22 39 60 50, e-post: post@nfunorge.org eller i nettbutikken til NFU på www.nfunorge.org. Vi sender e-faktura.

Norsk Forbund for
Utviklingshemmede
Svarsending 1225
0028 Oslo





NORDFJORD
folkehøgskule

På egne bein

Nye vener, nye aktiviteter, nye erfaringar. Har du nokon gong laga pizza på båt? Padla i kano, dratt krabbeteiner, eller tova ditt eige sitteunderlag? No får du sjansen til å oppleve alt dette.

På linja Bu og fritid får du: Butrening, arbeidstrening og sosial trening. Eit unikt år som vil bety mykje for deg, og for oss andre som blir kjende med deg. Ein trygg start på livet heimafrå.

Søk plass på friluftslivskulen.no

Støtt oss og bli medlem i NFU

Nå koster det bare kr 50 for medlemskap ut året!
Vanlig pris er kr 495 for enkeltmedlem, kr 250 for husstandsmedlem og kr 70 for barn under 18 år.
www.nfunorge.org/Bli-medlem/




FYSIKALSKE HJELPEMIDLER FOR BARN, UNGDOM OG VOKSNE

Vi leverer til fysioterapeuter, klinikker, institusjoner og privatpersoner i hele landet!






Nå med instruksjonsvideoer på helt ny nettside!

www.bamseprodukter.no




SUNNMØRE
FOLKEHØGSKULE
KFUK-KFUM

Bo.Aktiv

Læring, meistring og glede i eit trygt fellesskap

www.sunnmore.fhs.no

Landsstyret



FORBUNDSLEDER
Tom Tvedt
971 99 233
tom.tvedt@nfunorge.org



NESTLEDER
Alette Reinholdt
905 36 649
alettereinholdt@online.no



Monika Andersen
469 42 930
mormi1915@gmail.com



Svein Rune Johannessen
955 57 510
svein.rune@mimer.no



Kari Elster Moen
917 51 533
klemoen@gmail.com



Henriette Hvarnes Hansen
412 27 251
henriette199@hotmail.com



Andreas Tymi
938 66 892
andreas.tymi@gmail.com

Nasjonalt

**Norsk Forbund for
Utviklingshemmede**
Pb 8954 Youngstorget, 0028 Oslo

Besøksadresse:
Youngstorget 2b, 7. etasje
Telefon: 22 39 60 50
post@nfunorge.org

www.nfunorge.org
Bankgiro: 8200.01.93417
Org.nr.: 943 260 672

Fylkeslagene

NFU Oslo fylkeslag

v/ Lill Birkelund
c/o NFU
Postboks 8954 Youngstorget
0028 Oslo
Tlf. 22 39 60 51
oslofylkeslag@nfunorge.org

NFU Akershus fylkeslag

v/ Halvar Angård
Myrvangveien 13
1344 Haslum
Tlf. 901 13 641
halvard@angaard.no

NFU Buskerud fylkeslag

v/ Eli Steen
Austadveien 34
3043 Drammen
Tlf. 906 14 863
elisteen67@gmail.com

NFU Østfold fylkeslag

v/ Kjell Jaren
Ekornveien 17
1823 Knapstad
Tlf. 938 09 393
kjelljaren@gmail.com

NFU Innlandet fylkeslag

v/ Torill Vagstad
Dagfinn Grønsetsveg 38
2414 Elverum
Tlf. 402 88 307
torill.vagstad@gmail.com

NFU Vestfold og Telemark fylkeslag

v/ Randi Stenerud
Skavliveien 21
3189 Horten
Tlf. 901 58 869
nfu.vf@online.no

NFU Agder fylkeslag

v/ Anders Haslestad
Molandsveien 1450
4849 Arendal
Tlf. 976 01 658
anders.haslestad47@gmail.com

NFU Rogaland fylkeslag

v/ Odd Kåre Barkved
Ole Th. Barkvedsvei 5
4100 Jørpeland
Tlf. 971 44 345
oddkare.barkved@gmail.com

NFU Vestland fylkeslag

v/ Evy Utne Knutsen
Holsbergstien 40
5918 Frekhaug
Tlf. 481 54 196
evy.utne.knutsen@outlook.com

NFU Møre og Romsdal fylkeslag

v/ Svein-Rune Johannessen
Jomarka 20
6012 Ålesund
Tlf. 955 57510
mrfylkeslag@nfunorge.org

NFU Trøndelag fylkeslag

v/ Snorre Ness
Bregnevegen 1
7803 Namsos
Tlf. 905 16 966
snorre.ness@ntebb.no

NFU Nordland fylkeslag

v/ Lisbeth Selstad Amundsen
Bjerkeliveien 16
8160 Glomfjord
Tlf. 900 47 915
lis-els@hotmail.com,

NFU Troms fylkeslag

v/ Svein Jensen
Holmenveien 107, Solli
9303 Silsand
Tlf. 979 77 868
svein.n.jensen@gmail.com

NFU Finnmark fylkeslag

v/ Frid Tellefsen Svineng
Boks 187
9735 Karasjok
Tlf. 909 36 156
nfufinnmark@hotmail.com

RETURADRESSE:

Samfunn for alle

Postboks 8953 Youngstorget
0028 Oslo



Julebesøk

7. november fikk vi på NFU-kontoret i Oslo et veldig hyggelig overraskelsesbesøk av Bjørnar Abrahamsen fra Sandeffjord.

Han skulle egentlig til Arbeiderpartiet som holder til i etasjene under oss, men ringte på feil dør. Han hadde med julegave til Jonas Gahr Støre, og lurte på om vi kunne levere gaven for ham en annen dag. Det skal vi selvfølgelig få ordnet.

Bjørnar er veldig interessert i politikk, og er medlem av både NFU og Arbeiderpartiet. Han fikk med seg noen verve-brosjyrer og info masjon om rettighetene til mennesker med utviklingshemning.

Takk for besøket!



Vi brenner for dine rettigheter – med faglig dyktighet og personlig oppfølging.

Advokatfirmaet Lippestad AS
post@advokatlippestad.no
22 94 10 20

