

Livsglede

BLADET FOR AMPUTERTE/PROTESEBRUKERE 3/2012

MEDLEMSBLAD FOR MOMENTUM, FORENINGEN FOR ARM- OG BENPROTESEBRUKERE
Bladet er ditt, men la også gjerne noen andre få lese det.

WWW.MOMENTUM.NU

www.Facebook.com/momentum.nu

Telefon: 4000 4360

NESTEN PÅ HØYDE MED SNØHETTA 14-18

EN DANSK-SVENSK-NORSK PRISVINNER 10-11

TOPPIDRETTSKVINNE PÅ HELTID - OG PÅ ETT BEIN 21



Jevnt og trutt oppover. Kun enkelte steder var det riktig bratt.

Opp, opp, opp i retning Snøhetta



Se på den blomsten...

Enkelte steder var den så bratt, den pent anlagte gangveien i retning fjelltoppen Snøhetta, at en rullestol med 2,5 hestekrefters motor og en tung mann i setet slet litt mer enn den tilsynelatende var konstruert for. Men da et par menn ga kjøredningen en dytt i ryggen, gikk det bra...

Reportasje fra Hjerkin:

Flemming Dahl (tekst)
Hans Hekneby Reinertsen (foto)

Nei, tro ikke at vi kom oss helt til den snøbelagte Snøhettas topp, vi som denne lørdagen i slutten av august deltok i et

weekend-treff på Hjerkin i Dovre kommune i Oppland fylke, i regi av lokallaget Momentum Innlandet. Det sto da heller ikke i programmet at vi skulle gjøre det. Ekspedisjonen i retning Snøhetta, hvis høyde er målt til 2286 meter over havet, tok utgangspunkt i Hjerkin Fjellstue. Her var de 20-30 weekend-deltagerne ankommet fredag ettermiddag, for å innlosjere seg, spise, hygge seg, aktivere seg og helt innledningsvis bli informert - av lokallagsleder Liv Karin Søstuen og den amputerte TV-kjendis Geir Arne Hageland - om de kommende to dagers aktiviteter: Hesteridning og gruvebesøk foruten Snøhetta-ekspedisjonen.

Et arrangement i regi av et lokallag i Momentum, altså, men ikke desto mindre var invitasjoner gått ut til Momentum-



folk på nasjonalt plan. Så kom det da også deltagere fra både ganske nært og ganske fjernt.

En syklende trønder

Mens det fortsatt er fredag og vi nå forbereder oss mentalt på neste dags Snøhetta-ekspedisjon, se der... der blant deltagerne er en trønder ved navn Tor Aalberg. Var det ikke denne mannen,



Mannen som skal vise seg å kunne fortelle en dramatisk historie, Sven Höglund. Her med sin kone, deres sønn og sønnens kamerat.

Noen proteser, en rullestol, et par krykker – hver turgår sin stil.

låramputert etter en arbeidsulykke for noen år siden og hovedstyremedlem i Momentum, som ifølge årets sommerutgave av Livsglede skulle delta i sykkelrittet Trondheim-Oslo, som skulle avvikles i juni?

Jo da, det var denne Aalberg, kan mannen nå selv bekrefte. Men hvordan var det så gått med den påtenkte sykkelturen, omtrent 540 kilometer lang, hadde han i det minste kommet seg av gårde fra startstreken?

Ja da, det hadde han, fastslår mannen, og han hadde i tillegg fullført styrkeprøven. Som deltager i årsklassen 49-54 – her var det ikke snakk om noen egen klasse for funksjonshemmede – var han kommet i mål i Oslo etter en ferd som hadde tatt 22 timer og 30 minutter, bare noen korte gå-bak-buskene-pregede stopp underveis, beretter han, bortsett fra et annet kort stopp hvis hovedhensikt var å muliggjøre skifte tøy etter en solid regnværdsusj.

Bare ved å høre om alt dette, kan et alminnelig søndagstursyklende menneske bli øm i skrittet og sliten i beina og ryggen og hodet. Men hør hva Aalberg så forteller, denne Aalberg som hadde

syklet Trondheim-Oslo-rittet ni ganger tidligere, før han nå i sommer for første gang deltok med et ekte bein på den ene pedalen og en spesiallaget protese på den andre:

”Det gikk som forventet, egentlig. Jeg ble sterkere og sterkere mot slutten, da gikk det lettere og lettere. Dette har nok med langtidstrening å gjøre.”

Om han kan tenkes å ville delta i dette årlige sykkelrittet også neste år? Nei, Aalberg forklarer at han fortsatt vil dyrke den syklingen han er så glad i, men at Oslo-Trondheim krever flere treningstimer enn han for fremtiden ønsker å sette av tid til. Ti ganger får altså være nok, mener han.

Et gammelt skytefelt

Fredag er blitt til lørdag, vi setter oss i biler for noen minutters kjøring til en parkeringsplass i nærheten av Hjerkin jernbanestasjon, også i nærheten av noen militære bygninger. Ja, for vi er nå i et område der et mange tiår gammelt og 165 kvadratkilometer stort skytefelt er i ferd med å bli eliminert; ifølge statlige Forsvarsbygg er det snakk om intet mindre enn ”Norgeshistoriens største

Fortsetter neste side



Jo da, det var denne mannen, Tor Aalberg, som syklet fra Trondheim til Oslo i sommer.

Fortsettelse fra side 15

naturrestaurering”, det som her finner sted.

Forsvarsbygg skriver på sine nettsider om ”et helt unikt miljøprosjekt i norsk og internasjonal målestokk” og om ”et pionerarbeid for både forsvars- og naturvernsektoren”, et prosjekt som ”vil styrke det rike og sårbare dyre- og plantelivet i området, blant annet økt sikring av



Viewpoint Snøhetta, en utsiktspaviljong med iøyenfallende arkitektonisk utforming.

et av Nord- Europas største økosystem med villrein.”

Prosjektet inkluderer fjerning av eksplosiv- og ammunisjonsrester, metallskrap og annet avfall samt av bygninger og titalls kilometer veier. Det ble igangsatt for noen år siden, da Forsvaret konsentrerte seg om andre øvelsesområder, og ventes vare i ennå åtte-ni år.

Men det er altså lørdag, nå, og vi ser praktisk talt intet til prosjektaktivitetene. Fjelleets stillhet råder. Det skal være moskusdyr i området, men vi ser intet til dem heller mens vi beveger oss oppover langs den halvannen kilometer lange gangveien – opp, opp, opp i retning Snøhetta, men altså langt fra helt til Snøhettas topp. Vårt mål denne dagen er det som kalles Viewpoint Snøhetta, et på Tverrfjellet beliggende utsiktssted hvorfra Snøhetta kan beskues.

En dramatisk historie

Mannen i rullestolen som får noen dytt i ryggen de stedene gangveien er på det bratteste, viser seg å være Sven Höglund,

en svenske, født i 1954, som for mange år siden fant tilhold i Norge og nå er bosatt i Trøgstad kommune i Østfold fylke. Ethvert menneske har sin historie, og den historien Höglund gir noen glimt inn i, er både spennende og dramatisk.

Han forteller at han var sjømann på noen av de store hav før han ble turbuss-sjåfør og i løpet av et par titalls år tilbakela tusener på tusener av kilometer vei rundt omkring i Europa, ikke minst i Russland. Så en dag, forteller han, inntraff en ulykke som frarøvet ham begge bena, det ene fra over kneet og det andre fra under kneet.

Höglund tegner et bilde av seg selv der han en novemberdag i 2010 kjører en turbuss, heldigvis tom for passasjerer, langs Østre Aker vei i Oslo. Bildet viser at han har en tungbil foran seg på veien, at tungbilen bremses, at den skal vise seg å bremse kraftigere enn Höglund tar høyde for, med den følge at turbussen smeller inn i tungbilens bakpart.

Sykehusopphold på Ullevål, på A-hus, i Fredrikstad, så rehabilitering på Bakke i Østfold... Det høres egentlig ganske greit ut når Höglund - en mann med godt humør, også en mann som ikke legger skjul på at nedturen forekommer - forteller nå i ettertid. Noe av det han husker fra tiden etter ulykken, er at han fikk mye god behandling og hjelp, ikke minst fra fysioterapeut Gitte Hilding på

Fortsetter side 18



Også ridning sto på weekend-programmet – for dem som ville.



*Verdens første
vanntette mikro-
prosessorstyrte kne.*

Kontakt din ortopediingeniør eller
Helge Klausen i firmaet Norseas
per hsklausen@msn.com

For mer informasjon:
www.freedom-innovations.eu

**3 års
garanti**

Fortsettelse fra side 16

Bakke (les om Gitte på sidene 10 og 11). Höglund forteller om "kjempejobbing" fra Gittes side og sier at "det er hun som har fått meg dit jeg er i dag."

Et flott høydepunkt

Vi når Viewpoint Snøhetta – både Höglund, hans filippinske kone Veronica, deres sønn Carl Patrick på åtte år, sønnens kamerat Erik André på syv og vi andre. Nå er vi sånn omtrent halvveis i weekend-programmet, rent bortsett fra at vi er godt og vel 1200 meter over havet. Höglund uttrykker begeistring: "Dette er en kjempegreie, jeg er helt strålende fornøyd."

Viewpoint Snøhetta er en liten utsiktspaviljong med en iøynefallende arkitektonisk utforming. Den er bygget av tre, stål og glass – mye glass på nordsiden, som vender mot Snøhetta. Paviljongen – tegnet av arkitektfirmaet Snøhetta, nær sagt naturlig nok – ble åpnet i fjor, hol-



Samling for fotografen, foran fjellstua hvor vi bodde.

der åpent i sommerhalvåret, tiltrakk seg i fjor rundt 10 000 besøkende, har vunnet priser internasjonalt og er bygget på initiativ fra det offentlig støttede Norsk Villreinsenter Nord.

Inne i paviljongen eller utenfor, på dette naturens flotte høydepunkt er det tid for nistepakkene og termosene – og for å nyte det gode sensommerfjellværet. Hjelpes meg, så fint det er å være på tur i høyden.

Ikke underveis opp hit til høydepunktet, ikke mens vi er her og heller ikke under tilbakenedturen lar noen seg merkbart skremme av avisskriverier om at underjordiske hulrom her, sånne som stammer fra tidligere gruvedrift, skulle kunne få bakken under oss

til å kollapse...

En fin weekend

Vel tilbake på fjellstua kan folk gjøre sånn omtrent som de vil, intet spesielt står på det offisielle programmet; en opprinnelig programpost som fortalte om padling på Hjerkinndammen, er tonet ned til et budskap om at hvis noen skulle ville padle, så kan de padle i egen regi. Fint, mener mange av oss, med en rolig lørdagsettermiddag fjernt fra storbyens larm.

Det var snakk, nå, om at noen Momentum-folk skulle være blitt skremt fra å delta i denne weekenden, skremt av forestillinger om at ekstremsport sto på programmet. Uansett, deltagere i weekenden kunne fastslå at det ikke dreide seg om ekstremsport, snarere om alminnelig friluftsliv i norsk fjellterreng, skjønt det skulle vise seg at noen ikke følte seg veldig høye i hatten da de søndag formiddag fant seg sittende på en hesterygg.

For all del, en rideopplevelse med en av stedets mange hester var ingen obligatorisk øvelse; programmet bød på en alternativ aktivitet, et besøk i nærliggende og for lengst nedlagte Follidal Gruver. Dette er gruver der utvinning av kobber, sink og svovel er blitt etterfulgt av opplevelsesaktiviteter, inklusive en tur inn i de gamle gruvene – ombord i et lite, gammelt, skranglende gruvetog – og beretninger der inne i halvmørket om tidligere generasjoners slitsomme tilværelse.

Med nye erfaringer, fra hesteryggen eller fra gruvebesøket, ble weekend-deltagerne igjen samlet ved fjellstuas lunsjbord - før vi sa takk for den fine weekenden og god tur hjem og på gjensyn.



Foto: F. Dahl

Noen valgte gruvebesøk fremfor hesteridning.

Ortopedisk Service

Servicen omfatter vurdering, måltaging, tilpassing og kontroll av ortopediske hjelpemidler som fotsenger, løpsinnlegg, såler, sko, proteser, støtteskinner, korsetter m.m.

Timebestilling:
32 83 04 15

Drammen
Ortopediske
Institutt a.s

ROSENKRANTZGATEN 17, 3018 DRAMMEN - T: 32 83 04 15

