



Norges
Handikapforbund



Landsforeningen For Amputerte



Med likeverd i fokus

LFA ble stiftet i 1996 og står tilsluttet Norges Handikapforbund (NHF), som er en partipolitisk og religiøs uavhengig interesseorganisasjon. NHF arbeider for likestilling, full deltagelse, mangfold og rettigheter, og bygger sitt arbeid på at alle mennesker er likeverdige og har de samme grunnleggende behov. LFAs tilslutning til NHF sikrer også alle de fordeler som et stort forbund gir.





GIVING THE WORLD A HELPING HAND

MyHand™ bridges the gap between standard grippers and multiarticulating hands.

Micro-hydraulic technology gives MyHand a strong, adaptive and sensitive grip. Currently in one size, but soon MyHand will be available in 4 different sizes.

MySkin™, Hy5's prosthetic glove, optimizes the firm grip and provides MyHand™ with a natural look.

MyWrist™, Hy5's universal quick disconnect, is intended for any prosthetic hand or prosthetic device that is connected to a standard female quick disconnect. Available with a universal backing plate, it also creates a highly adaptable platform for the mounting of custom-made tooling or accessories.



We are always on the lookout for users to join our expert team and test our products. If you are interested, please contact ole@hy5.no

www.hy5.no



Sammen om en bedre hverdag

Landsforeningen for amputerte er tilsluttet Norges Handikapforbund. Sammen jobber vi med å påvirke myndighetene og kan ta våre aktuelle saker helt opp til regjeringsnivå.

LFA - EN VIKTIG AKTØR OG STEMME

LFA er representert i mange utvalg og råd i både kommuner, fylker, regioner og i ulike brukerutvalg, f.eks. sykehus og rehabiliteringsinstitusjoner, NAV /hjelpemiddelsentraler m.fl. På denne måten er vi med og påvirker avgjørelser, lover og regler – og beslutninger som angår deg som er medlem hos oss. Vi arbeider for at alle amputerte skal oppnå best mulig livskvalitet.



Norges
Handikapforbund



Landsforeningen For Amputerte

Unicare Landaasen Rehabiliteringssenter nord for Gjøvik

Unicare Landaasen ligger idyllisk til i Landåsbygda nord for Gjøvik. Hos oss får du en aktiv rehabiliteringsprosess. Les mer om Unicare Landaasen. Vi tilbyr rehabilitering til mennesker med hjertesykdom, kreftsykdom, benamputerte, øresus, svimmelhet og balanseforstyrrelser, rygg-/muskel- og bløtdelssmerter





Råd og veiledning

Både gjennom LFA og NHF kan du få nyttig informasjon om dine rettigheter i din nye livssituasjon.

RÅD OG VEILEDNING TIL DE NÆRMESTE

LFA vet at en amputasjon også har følger for dem vi amputerte omgås. Her er den informasjon som vi og våre nærmeste har erfart og kan gi, nyttig for det videre liv.

Det er derfor en naturlig del av LFA sin virksomhet å besvare spørsmål og gi støtte til alle det angår.

Husk: Om nødvendig er det viktig å påvirke og støtte den amputerte til å bli mest mulig selvhjulpen i det daglige liv.

Bli uavhengig i en ny livssituasjon!

Uavhengig av sykdom eller ulykke er det å få amputert en kroppsdel en vesentlig endring i livssituasjon. Amputasjonen betyr både at en livsfase er slutt, men også at en helt ny livsfase begynner. Da melder det seg mange spørsmål:

- Kan jeg klare jobben?
- Hva med fritidsaktiviteter?
- Kan jeg fortsette å sykle?
- Mitt forhold til andre, familie og venner?
- Hvordan ser en protese ut?
- Hvem lager protesen?
- Når får jeg protesen, og kan jeg fungere med den?
- Kan jeg kjøre bil/motorsykkkel uansett amputasjon?
- Hvordan steller man stumpen, stumpsokkene, linere og protesen?
- Hvordan kan jeg takle smertene?

Da kan det være godt å snakke med noen som har vært i samme eller en lignende situasjon.



Interessearbeid

LFA har god kontakt med ortopediske verksteder, sykehus og rehabiliteringsinstitusjoner for å fremme våre interesser, bl.a. til å starte opp og drive gåskoler. I samarbeid med NHF kan vi også påvirke myndighetene, for eksempel når det gjelder tilbudet om hjelpemidler og rehabilitering.

LIKEPERSONSARBEIDET

Landsforeningen For Amputerte (LFA) sammen med Norges Handikapforbund har et stort nettverk av frivillige som kan gi deg støtte på veien når du står i en krevende livssituasjon. Arbeidet baserer seg på at mennesker som har vært eller er i samme livssituasjon, bidrar med sin kunnskap og livserfaring til å støtte og hjelpe andre. Likepersonarbeidet er en viktig del av innsatsen for at funksjonshemmede skal kunne leve selvstendig og delta i samfunnet på lik linje med andre.

Våre frivillige er ikke fagpersoner, men medmennesker som bruker sine erfaringer med en diagnose eller livssituasjon til å hjelpe andre med å mestre sin situasjon. Det kan dreie seg om å komme gjennom en akutt krise eller løse et praktisk problem, eller å finne igjen egne ressurser, krefter og muligheter etter at livssituasjonen er endret. Arbeidet drives etter selvhjelpsprinsippet.

Tilbudet drives som organisert frivillig arbeid, og gjennomføres på mange måter og i ulike former. Hjemmebesøk, besøk i sykehusavdeling/rehabiliteringssteder, chat eller telefonsamtaler, grupper, samlinger eller lengre kurs er noen eksempler. Ofte samarbeider vi med andre instanser, f.eks. et lærings- og mestringssenter.

LFA legger vekt på at det frivillige arbeidet vårt skal ha god kvalitet, og at våre frivillige er godkjent etter god og grundig opplæring. Våre likepersoner har taushetsplikt.

Du finner en oversikt over LFAs likepersoner på www.lfa.nhf.no

Medlemstilbud

Som medlem i Landsforeningen For Amputerte (LFA) og Norges Handikapforbund har du tilgang til flere gode medlemstilbud. I tillegg til at du får tilgang til våre tilrettelagte hytter, tilbyr vi deg også ulike rabatterte varer og tjenester.

- **NHFs hytter**
- **NAF-medlemskap**
- **Fjordkraft – strømvartale**
- **Retthjem.no**

- **VarmePlagg.no**

Alle NHF-medlemmer og familie-medlemmer får nå 20 % rabatt på alle produkter fra nettbutikken.

- **Choice Hotels**

Som medlem i Norges Handikapforbund får du rabatt på best tilgjengelige pris på samtlige Choice-hoteller.

- **Scandic Hotels**

Norges Handikapforbund har forhandlet frem spesialpriser for NHFs medlemmer på utvalgte hoteller på Scandic Hotel

- **Thon Hotels**

Norges Handikapforbund har forhandlet frem spesialpriser for NHFs medlemmer på utvalgte hoteller på Thon Hotels.

- **Circle K**

Circle K Mastercard – medlemsavtale
35 øre rabatt på bensin/diesel.

- **Expain.no**

20 % rabatt på alle Expain-produkter ved kjøp i nettbutikken til Expain

- **Villa Romantica Spania**

Som medlem i NHF vil du få rabatt på ukesleie på Villa Romantica i Spania.

- **NHFs strategiplakat**

Medlemskontingenten kan fort betale seg selv, og vel så det.
Se www.nhf.no for detaljer.

Samlinger, hygge og turer

LFA sentralt og regionalt arrangerer:

MEDLEMSMØTER

KURS

HYGGELIG SAMVÆR

WEEKENDSAMLINGER



JURIDISK BISTAND

Landsforeningen For Amputerte, LFA, har inngått en samarbeidsavtale med Advokatfirmaet Lippestad AS som gir alle medlemmer mulighet for juridisk bistand.

Landsforeningen For Amputerte, LFA, har inngått en samarbeidsavtale med Advokatfirmaet Lippestad AS som gir alle medlemmer mulighet for juridisk bistand - både etter personskader og i andre sammenhenger hvor juridiske spørsmål oppstår. I tillegg får LFA som organisasjon tilgang på kompetanse som vi kan benytte i våre arrangementer.

Tilbudet gjelder personer som er medlem i LFA. Er du ikke medlem, kan du melde deg inn på **lfa.nhf.no/meld-deg-inn/**, eller send e-post til **franck-l@online.no**

HVEM KAN BLI MEDLEM I LFA?

Alle kan bli medlemmer i Landsforeningen For Amputerte (LFA).

Som medlem i LFA er du også medlem i NHF, og vil kunne nyte godt av de tilbud NHF har til sine medlemmer. I de regioner LFA ikke har lokallag/ kontaktpersoner vil Norges Handikapforbunds regionskontor ivareta våre medlemmers interesser.

Du vil motta:

Først får du en velkomstpakke med informasjon.



Advokatfirmaet
LIPPESTAD

Senere fast tilsendt som medlem:

Handikapnytt, og Regionbladet fra regionen du tilhører (ikke alle regioner har medlemsblad).

Husk: Hvis du også vil være med i det lokale laget av NHF der du bor, må du melde deg inn der som sidemedlem. Dette koster kr. 40,- ekstra pr. år.

Medlemspriser:

Hovedmedlem (kr. 350,-) LFA / NHF
Husstandsmedlem (kr. 175,-) LFA / NHF
Juniormedlem (0–15 år) (kr. 75,-) LFA / NHF
Interessemedlem (kr. 350,-) LFA
Sidemedlem (gjelder tilleggsmedlemskap i mer enn et lokallag/ landsforening) (kr. 40,-).

Studenter får 50 % moderasjon på hoved- og husstandsmedlemskap i NHF.

Innmeldinger skjer gjennom nettsiden **www.lfa.nhf.no** eller ring NHF sentralt **24 10 24 00**.

Ta gjerne kontakt med Landsforeningen For Amputerte i din region / ditt fylke. Slå opp på internettsiden **www.lfa.nhf.no** og finn kontaktpersoner og likepersoner i ditt område.

Hvis du ikke har tilgang til internett, så be noen om hjelp eller ring NHF sentralt: **24 10 24 00**.



Takk til våre gode
samarbeidspartnere

Rehabiliteringsseksjon, Kysthospitalet

Et tverrfaglig tilbud til barn, unge og voksne som er i behov av kompleks og spesialisert rehabilitering etter en benamputasjon.

Sammen utforsker vi hva som er viktig for deg,
og lager en plan for å nå ditt mål.

Din opplevelse av selvstendighet og mestring, er viktig for oss.



SYKEHUSET I VESTFOLD

TRØNDELAG ORTOPEDISKE VERKSTED

SERVICE – ENGASJEMENT – RESPEKT - KVALITET

TOV tilbyr:

Tilpasning av alle typer arm – og benproteser.

Gåskole – Ukentlig treningstilbud for aktive benprotesebrukere.

Aktivitetsdag for benprotesebrukere planlegges våren 2021.



Vi lager mer enn fotsenger.
Ortoser og proteser tilpasses og
justeres av erfarne og
engasjerte fagfolk.

Moss Ortopedisk Klinik AS



Ortopediske hjelpemidler

69 25 00 35
Prinsens gate 9
1530 Moss
www.moss-ok.no



Hovedstyret i Landsforeningen for amputerte

LEDER:
Franck Tore Larsen
Tlf: 908 22 175
franck-l@online.no

NESTLEDER:
**Alvhild Kvamme
Iversen**
Tlf: 911 25 513
alvhild.iversen@gmail.com

ØKONOMIANSVARLIG:
**Gisle
Hagenes**
Tlf: 906 65 642
gihage@online.no

SEKRETÆR:
**Odd Harald
Kristoffersen**
Tlf: 936 23 892
odd.hkristoffersen@gmail.com

LIKEPERSONSKOORDINATOR:
**Stine Therese
Børstad**
Tlf: 984 05 603
stine.th.borstad@gmail.com

STYREMEDLEM:
**Anne
Johnsen**
Tlf: 990 18 902
ajohns2@online.no

STYREMEDLEM:
**Randi
Mellem**
Tlf: 910 02 289

1 VARAMEDLEM:
**Helge
Kvaale**
Tlf: 952 57 682
helkvaa54@gmail.com

2 VARAMEDLEM:
**Aksel
Låstad**
Tlf: 901 89 528
aksla119@online.no

ETAB



1927

SOPHIES
MINDE

Frihet til bevegelse
og til i større grad å
kunne bestemme
over eget liv.

SOPHIES MINDE ORTOPEDI AS er totalleverandør
av ortopediske hjelpemidler, og tar i mot
pasienter fra hele landet.

sophiesminde.no



Ortopedisenter as



Bevegelse – Helse – Glede

ØSTO Ortopedisenter AS

Innlandet: Gartnervegen 10 | 2312 Ottestad | Tlf.nr: 62573900 | E-post: post@osto.no | www.osto.no

Trøndelag: Vestre Rosten 79 | 7075 Tiller | Tlf.nr. 90701400 | E-post: post@osto.no | www.osto.no

Ledere og kontaktpersoner i LFA lokallag

Agder

Leder: Svein Upsahl
Tlf: 481 50 829
elsmarup@online.no

Hordaland

Leder: Christel Borge Bersaas-Nesse
Tlf: 906 15 903
christel@bkkfiber.no

Møre og Romsdal

Leder: Alvhild Kvamme Iversen
Tlf: 911 25 513
alvhild.iversen@gmail.com

Oslo & Akershus

Leder: Arve Birkely
Tlf: 922 63 344
arge@altiboxmail.no

Oslofjord Vest

Leder: Leif Larsen
Tlf: 482 84 901
le-l2@online.no

Østfold

Leder: Kari Jansen
Tlf: 480 74 125
kariaa.jansen@gmail.com

Nord Norge

Kontaktperson: Arvid Eilertsen
Tlf: 906 45 405
arvideilertsen@gmail.com

Innlandet

Kontaktperson: Randi Mellem
Tlf: 910 02 289

Rogaland

Kontaktperson: Jorunn Svanevik
Tlf: 951 15 192
josvane@haugnett.no

Trøndelag

Kontaktperson: Målfrid Fosslund
Tlf: 481 30 346
malfrid.fosslund@ntebb.no



RHEO KNEE®

Gir en perfekt kombinasjon av dynamikk og friheten til å bevege deg trygt.

Rheo Knee tilpasser seg automatisk til hvordan du går, slik at du enkelt kan gå i trapper, bakker eller i raskt tempo og gir deg en god gangopplevelse.

ÖSSUR LOGIC-APP

Gir deg et treningsverktøy som hjelper deg å trene enkle øvelser hvor enn du befinner deg.

FORBEDRET STABILITETSKONTROLL

Rheo Knee er designet for å gi deg stabilitet, noe som igjen øker sikkerheten din.

VÆRBESTANDIG

Glemte paraplyen? Rheo Knee er værbe-standig og kan brukes i våte eller fuktige omgivelser.

RHEO KNEE®

Besøk ossur.se/rheoknee





Landsforeningen For Amputerte

Postboks 9217 Grønland
0134 Oslo

Tlf: 24 10 24 00

www.lfa.no

e-post : nhf@nhf.no