

Dette bladet er utformet
for å være lesevennlig
for synshemmede.



Foto: Bernt Elde

Vinterstemning

Innhold

Vinterstemning	1	Gjennom nåløyet som Gründer!	13
Arbeid – en kilde til både glede og besvær	3	Yrkesrettet attføring	17
Retina International kongress i Stresa, Italia.	4	Hva skjer innen genterapi for RP?	19
Tett på ”Maratonmannen” Harald Vik.	5	Meld din interesse til Holmenkollstafetten 8. mai 2010	22
Vårsamling med innlagt Årsmøte 2010 – Invitasjon.	7	Bedir Yiyit med ny personlig rekord i New York	24
Stamcelleforskning	11	Ridderrennet - Ridderuken 2010.	26
		Bokomtale.	27



RETINITIS PIGMENTOSA
FORENINGEN I NORGE

Leder: Gry Berg
Tlf. 994 69 543
berg.gry@gmail.com

Nestleder: Ole Chr. Lagesen
Tlf. 22 55 61 68 / 918 49283
olechristian.lagesen@senior.hio.no

Kasserer: Jonny Gellein
Tlf. 926 34 439
jon-gel@online.no

Sekretær: Bjarne Trodahl
Tlf. 62 57 82 19 / 951 09 161
bjarne.trodahl@norsvin.no

Styremedlem: Håkon Gisholt
Tlf. 957 56 587
hakongis@gmail.com

1. varamedlem: Rainer Henriksen
2. varamedlem: Tone Gravvold

RP-Nytt
Redaktør: Bernt Elde.
Mob. 915 80 274
bernt.elde@getmail.no

RP-Nytt fås i vanlig skrift, lyd og
elektronisk. Bladet utgis 4. ganger i året.

Adresse:
RP-foreningen i Norge
Majorstuveien 17
Boks 1480 Postcom
0367 Oslo
Kto. nr.: 7874.06.42927
Kto.nr. forskningsfondet: 7874.66.02463
Organisasjonsnr.: 984 079 230
Tlf. 994 69 543
E-post: post@rpf.no
Internett: www.rpf.no

Meldinger om skifte av navn, adresse osv.
gis til Bjarne Trodahl på telefon
62 57 82 19 / 951 09 161
eller
bjarne.trodahl@norsvin.no

Informasjonsmaterieil:
RP-håndbok og RP-filmer kan bestilles på
tlf. 994 69543 eller e-post: post@rpf.no

Sats og trykk: 07 Gruppen AS
Lay-out: Øystein Kleven
Ombrekking: 07 Gruppen AS

Opplag 700 stk.
ISSN 1503-5352

Arbeid – en kilde til både glede og besvær

Av Gry Berg

RP-foreningen mottar mange henvendelser fra medlemmene. Mange av disse omhandler forskning og muligheter for behandling av RP, mens andre dreier seg mer om rettigheter og bistand fra det offentlige i forskjellige situasjoner. Ett tema som går igjen er arbeid og rettigheter i forbindelse med sykemeldinger. Ikke så rart etter som arbeid jo er en av de viktigste aktivitetene i hverdagen for mange, og noe som er med på å gi identitet og selvfølelse, i tillegg til økonomisk trygghet. Mange opplever nok å få vansker med å holde ut i full jobb etter hvert som synet svikter.

Personlig mistet jeg syn i så ung alder at jeg ikke rakk å få min første jobb før synsnedsettelsen var så stor at jeg hadde behov for hjelpemidler og tilrettelegging både i dagliglivet og i arbeidslivet. Som for mange andre unge synshemmede var veien ut i arbeid relativt lang og vanskelig, og kanskje er det en medvirkende årsak til at jeg har opplevd det som viktig og meningsfylt å jobbe heltid. Jeg befinner meg nå likevel i samme situasjon som mange av foreningens medlemmer, og har begynt å vurdere om redusert arbeidstid kan være en bedre løsning. For meg, og sikkert også for flere andre, har dette vært en litt tung erkjennelse å komme til. Jeg er ennå ikke der at jeg har satt i gang en prosess for å få redusert arbeidstid, men har begynt å innse

at tilværelsen bør bestå av mer enn jobb. Jeg har ikke mye energi igjen når arbeidsdagen og uka er over. Det er ikke alltid enkelt å finne fram til en god balanse mellom de ulike aktivitetene som skal utføres i løpet av en dag eller en uke. Men en ting vet jeg. Det jeg gjør på fritiden påvirker det jeg gjør på jobb, og omvendt. Dersom dagliglivet har en lavere kvalitet enn jeg ønsker fordi jeg ikke har nok overskudd, vil jeg heller ikke lykkes i arbeidslivet over tid.

På den andre siden er jeg også opp-tatt av å gjøre det jeg kan for meg selv for å øke arbeidskapasiteten med de ressursene jeg har tilgang til. I dette ligger blant annet det å ta i bruk hjelpemidler og tilrettelegging. For å prøve å ha litt mer overskudd har jeg sett på mulighetene for en bedre tilrettelegging, både privat og i arbeidslivet. Jeg er med tiden blitt svært lysømfintlig, noe som fører til smerter i øynene og tapper meg for mye energi. For å motvirke dette og samtidig gi meg selv muligheten til å utnytte restsynet, søkte jeg sist høst om tilrettelagt belysning. Å få dette hjemme i min egen leilighet var en enkel sak, men på arbeidsplassen viste det seg at det skulle bli vanskeligere. Regelverket sier at belysning er arbeidsgivers ansvar, ikke folketrygdens. Myndighetene ønsker å ansvarliggjøre arbeidsgivere i forhold til arbeidstakeres behov for

tilrettelegging. Prinsipielt synes jeg dette er bra, men noen ganger virker det for meg som at intensjonene kan bidra til å gjøre situasjonen vanskeligere for mange med nedsatt syn. Følelsen av å påføre arbeidsgiver ekstra utgifter fører nok til at mange vegrer seg for å be om nødvendig tilrettelegging som ville bidra til å øke arbeidsevnen og gjøre det mulig å sitte igjen med mer overskudd etter endt arbeidsdag. Når man i en slik situasjon stadig hører uttalelser om at for mange mottar sykepenger og uførestønad, er det ikke lett å vite

hva man skal gjøre eller tro. Jeg har heller ikke noe godt svar. Jeg for min del har kommet fram til at jeg må gjøre prioriteringer og velge ut fra hva jeg tror vil gi meg opplevelse av mestring og en best mulig livskvalitet i hverdagen. En klok kollega av meg sier ofte at det er bedre å lykkes 50 %, enn å mislykkes 100 %. En enkel liten setning, som kanskje kan være verdt å tenke litt over for flere av oss når vi prøver å få aktiviteter og energi til å stemme overens.

Retina International kongress i Stresa, Italia.

26. og 27. juni 2010 avholdes RI-kongressen i Stresa, Italia. I løpet av disse to dagene vil de fremste ekspertene på netthinne degenerative sykdommer fortelle om de aller siste forskningsresultatene.

Ønsker du å vite mer eller være til stede på kongressen, finner du både program og påmeldingsskjema på: <http://www.retinaitalia.org/16th-retina-international-world-congress-en.html>

Tett på "Maratonmannen" Harald Vik

Av Bjarne Trodahl

Døvblinde Harald Vik fra Drammen har en idrettshistorie man skal lete lenge etter for å finne maken til.

En mørk desemberdag like før jul tok jeg turen til Drammen for å ta en prat med Harald Vik. På Eikholt bor Harald i egen leilighet i et trivelig tun, og jeg treffer ham sammen med tolken og treningskameraten Robert Skarsbakk. En imponerende samling av opphengte medaljer bekrefter det jeg visste. Harald har en viljestyrke og kondisjon som overgår de aller fleste, til tross for at han som døvblind har et langt dårligere utgangspunkt.

Harald fikk kongens fortjenestemedalje i sølv i 2006, og det er litt av en merittliste han kan slå i bordet med. Hør bare på dette: Ridderrennet 22 ganger, Ridderrittet på sykkel 26 ganger, Styrkeprøven Trondheim - Oslo 17 ganger, mange maratonløp i utlandet, deriblant London, Madrid, Cuba, og ikke minst New York Maraton som han i høst gjennomførte for 17. gang! Til sammen anslår Harald at han har deltatt på 300 konkurranser.

Som om ikke dette er nok har Harald gjennomført en mengde langturer på sykkel både i Norge og i utlandet, blant annet to turer i Kina, den ene gikk helt fra Beijing til Alma Ata i Kasakhstan. Denne turen tok 7 uker og de tilbakela over 7000 kilometer på sykkelsetet. Det er utrolig å høre om alle langturene Harald har vært



Harald Vik med sin medaljesamling

med på rundt omkring i verden; Brasil, Indokina, Kenya, Madagaskar, Sri Lanka, jeg klarer ikke å få med meg alle meritene som ramses opp. En sykkeltur fra Norge til Roma endte med et uventet høydepunkt på Petersplassen, hvor Pave Johannes Paul gikk bort og håndhilste på ham i mengden av tilskuere. Paven gav ham noe i hånda, det viste seg å være et kors.

Harald er en sprek og glad 66-åring. Han er født i Jondal i Hardanger, men flyttet hjemmefra til Oslo allerede som

9-åring. Årsaken var at det i hjemkommunen den gang ikke var lærere med kompetanse på undervisning av døve. På Skådalen i Oslo likte Harald seg godt, han fikk venner på samme alder og levde et aktivt liv. I ungdomstida begynte synet å bli dårligere.

Harald trener hver dag, om sommeren på sykkel og om vinteren på ski. I tillegg løper han hele året. Han har laget en praktisk bøyle i plast som han bruker sammen med ledsageren når han løper. Den er formet som en litt stor hesteko. Løper og ledsager holder i hver sin del av buen. Stillingen er litt statisk under løp, men dette er en tilvenningssak og fungerer bra for begge.

Fjorårets sykkeltur gikk fra Lindesnes til Nordkapp, en strekning på 2500 kilometer. Turen Norge på langs likte

han spesielt godt. Den ble gjennomført sammen med tolken Alf Wilhelmsen, og gikk gjennom 14 fylker. Turen var nøye planlagt av Harald, som surfer mye på Internett. Planen var å sykle dagsetapper på 100 – 150 kilometer, og som planlagt ankom han Nordkapp på bursdagen, 28. juli. I 2010 planlegger han å sykle gjennom de resterende 5 fylkene som han ikke var innom i 2009.

For en utenforstående er det vanskelig å forstå hvor Harald henter energien fra. Det er tydelig at treningen gir ham mye glede og livskvalitet, den gir også mange spennende opplevelser og mål å strekke seg etter. Harald er heldig, han har flere spreke tolker som også er treningskamerater. På spøk forteller han at han har som målsetting å bli over 100 år. Jeg tviler ikke på at han også kommer til å nå dette målet!



Buen som Harald selv har tenkt ut fungerer godt som hjelpemiddel ved løp

Vårsamling med innlagt Årsmøte 2010

– Invitasjon

Kjære alle nye og gamle medlemmer av RP-foreningen i Norge. Arrangementsgruppen, som består av Tone Gravvold, Rainer Henriksen og Håkon Gisholt, har gleden av å invitere til en innholdsrik og morsom vårsamling med innlagt Årsmøte på Gardermoen.

Tid: 12. – 14/3 2010
Sted: Quality Airport Hotel
Gardermoen

Program

Fredag 12/3 2010

15.30 Utdeling av kursmateriell for konferansehelgen
16.15 3 retters middag på Quality Airport Hotel Gardermoen
18.00 Fellestransport til Aker Brygge i Oslo
19.15 Stand up på «Latter» på Aker Brygge - «Lene for president» med Lene Kongsvik Johansen
20.30 Showet slutter
21.00 Fellestransport tilbake til hotellet

Lørdag 13/3 2010

08.00 Frokost (serveres fra 07.00 til 10.00)
08.45 Praktisk informasjon
09.00 Årsmøte 2010
10.45 Pause
11.15 Årsmøte 2010, forts...

13.00 Lunsj
14.00 Årsmøte 2010, forts...
14.45 Positiv tenking - mestring og motivasjon, ved Susann Goksør Bjerkreim
16.00 Kaffepause, lett bevertning
16.30 Hvordan best skape mistriivsel og øke intoleransen? Ironisk foredrag ved Halvor Haukerud, dårlig leder i Motarbeider.no
19.00 Middag
Sosialt samvær

Søndag 14/3 2010

08.30 Frokost (serveres fra 07.00 til kl. 10.30)
09.30 Praktiske opplysninger
09.45 Det siste året har mye skjedd på forskningsfronten.
«Siste spennende nyheter innen forskning på RP, samt litt om RP-ens ABC», ved overlege Cecilie Bredrup, øyeavdelingen Haukeland sykehus og RP foreningens fagråd.
10.45 Pause – Utsjekking
11.15 De aller siste spennende nyhetene, forts...
12.30 Evaluering
13.00 Lunsj

Vi tar forbehold om endringer i programinnholdet.

Saksliste for Årsmøtet

- Sak 1 Navneopprop
- Sak 2 Godkjenning av innkalling
- Sak 3 Godkjenning av saksliste
- Sak 4 Valg av møteleder
- Sak 5 Valg av møtesekretær
- Sak 6 Valg av medunderskriver på protokollen
- Sak 7 Valg av tellenemnd
- Sak 8 Styrets årsmelding for 2009
- Sak 9 Årsregnskap 2009/
Revisors beretninger
- Sak 10 Innkomne forslag
- Sak 11 Budsjett 2010
- Sak 12 Valg

Priser

Kr 770,- per person i dobbeltrom – alt inkludert.

Kr 1 090,- per person i enkeltrom – alt inkludert.

Kr 550,- per person ikke-boende– alt inkludert.

Transport

Det vil ikke bli satt opp fellestransport til hotellet. Fra Gardermoen går det buss fra plattform B-25 til hotellinngangen. Bussen er merket rute S-22. Vi ordner assistanse fra hotellinngangen for de som ønsker det. Trenger du assistanse på flyplassområdet, kan assistanse forhåndsbestilles på telefon 64 82 17 70.

Benyttes egen bil, ta kontakt med resepsjonen ved ankomst for å få utlevert parkeringsbevis da parkeringen ellers er avgiftsbelagt.

Reiseutgifter

Det kan, for denne samlingen, dekkes inntil kr 700,- per person for reiseutgifter som overstiger kr 2 000,- Vi forutsetter at reisen skjer etter billigste relevante reisemåte.

Rom

Vi gjør oppmerksom på at du automatisk blir tildelt enkeltrom dersom du melder deg på samlingen alene. Det står selvsagt enhver fritt selv å avtale romdeling med en annen deltaker. Dette må i så fall presiseres ved påmelding.

Konferanselokalet

Det er bestilt teleslynge til konferanselokalet.

Førerhund

Det er svært gode luftemuligheter for hund nær hotellet. Vi har med assistenter som kan bistå.

Assistanse

Vi ønsker at alle som har lyst og anledning til å delta på våre arrangementer, skal ha mulighet til det selv om man deltar alene. Det vil derfor være to personer som har som hovedoppgave å bistå de som har behov for assistanse.

Påmelding

Bindende påmelding innen 15/2 2009 på telefon 994 69 543 eller e-post: post@rpf.no

Følgende må besvares:

- Navn på deltaker(e), adresse, postnummer og sted, telefonnummer
- Ønsker dobbeltrom, enkeltrom eller ønsker ikke rom
- Har med førerhund
- Ønsker assistanse fra hotell-inngangen
- Ønsker assistanse under oppholdet
- Har behov for teleslynge i konferanselokalet
- Spesielle behov i tilknytning til måltider
- Ønsker årsmøtedokumenter i vanlig skrift, storskrift eller punktskrift
- Ønsker bekreftelse tilsendt over e-post
- Har/ har ikke deltatt på RP-foreningens arrangementer tidligere

Betaling

Giro for innbetaling av deltakeravgift vil bli sendt ut etter påmelding.

Forfall

Vi gjør oppmerksom på at dersom du har meldt deg på vårsamlingen og likevel ikke har anledning til å delta, er fristen for å melde forfall senest 3 uker før.

Hjertelig velkommen til vårsamling og Årsmøte på Gardermoen.

Vi i RP-foreningens styre oppfordrer flest mulig til å delta.



Quality Airport Hotel Gardermoen ønsker dere velkommen til vårsamling

Hvorfor er det så store forskjeller i utviklingen av RP?

Av Ole Christian Lagesen

Det er som kjent funnet en lang rekke forskjellige gener med mutasjoner (genfeil) som gir RP, og det gir i seg selv grunnlag for at sykdommen utvikler seg forskjellig og i varierende hastighet hos personer med diagnosen RP. Men i tillegg er det forlengst dokumentert at også personer med den samme genfeilen kan ha helt forskjellige forløp av synstapet, til og med innen den samme familien.

Også på dette feltet drives det nå forskning, selv om det foreløpig er få entydige svar. Men feltet er viktig, fordi det kan gi beskjed om mulige måter å bremse eller hindre forverring av synstapet.

Forskerne regner med at det er både miljøbaserte og genetiske faktorer som spiller inn. For eksempel er det antydning at forskjeller i sterk sollysbelastning i oppveksten kan ha noe å si for hvorfor søsken med RP mister syn i forskjellig grad.

Men særlig forskes det nå på å finne såkalte «modifiserende» gener, som med sin virksomhet, sin proteinproduksjon, virker inn på effekten av den RP-framkallende genfeilen. Et forskningsteam ved University of Michigan har for eksempel funnet at en vanlig, ikke-sykdomsfremkallende variant av et gen som kalles RPGRIP er medbestemmende for om perso-

nen utvikler Lebers (en alvorlig og tidlig form for RP), eller om personen også får utslag ikke bare i netthinnen med også i andre organer.

Den amerikanske RP-foreningen Foundation Fighting Blindness finansierer nå forskning ved University of Pennsylvania der mus som i utgangspunktet har RP-gener likevel viser seg å være delvis beskyttet mot virkningene av genfeilene.

Også ved University of Texas drives det slik forskning, da særlig i forhold til utviklingen av RP hos personer med dominant arvegang som grunnlag for sykdommen. Påvisning av slike «modifiserende» forhold, genetiske eller miljøbaserte, vil igjen kunne åpne for effektive behandlingsformer.

Stamcelleforskning

Sakset fra www.forskningsradet.no

Skrevet av Elin Fugelsnes 23.9.09

Vil gi pasienter synet tilbake

Forskning på stamceller kan gjøre det mulig å utvikle helt nye behandlinger av netthinnesykdommer.

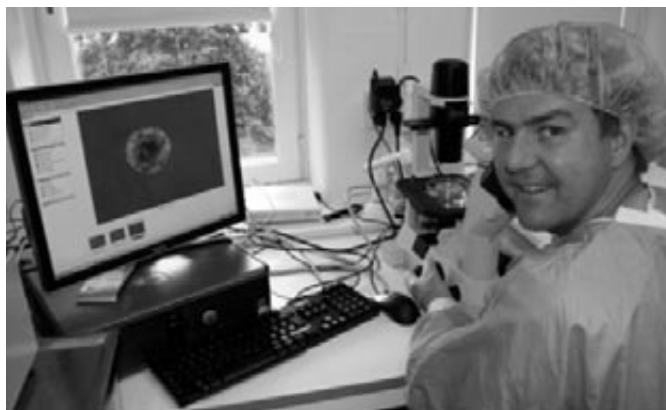
I netthinnen omdannes lys til nerveimpulser som sendes videre inn i hjernen. Sykdommer og skader kan ødelegge denne viktige ledningsbanen og i verste fall føre til at folk mister synet helt.

I Norge har hver tiende person over 70 år tapt lesesyn som følge av forkalkning på netthinnen (makuladegenerasjon), mens over 40 000 har fått diagnosen grønn stær som innebærer at trykket i øyet er for høyt.

- Etter hvert som befolkningen blir eldre, vil disse tallene stige. Fortsatt finnes det ingen behandling som på lang sikt kan reparere slik skade, påpeker Morten C. Moe.

Kan lage nye nerveceller

Moe er lege og forsker ved Øyeavdelingen ved Oslo universitetssykehus Ullevål. Han leder et prosjekt finansiert av Forskningsrådets Program for stamcelleforskning, som prøver å finne en løsning på denne utfordringen. Det endelige målet er å gi svaksynte og blinde synet tilbake ved hjelp av stamcelleterapi.



Lege og forsker Morten C. Moe håper å bidra til at blinde og svaksynte vil kunne få synet tilbake en gang i framtida. Her studerer han en stamcelle.

Lenge trodde man at hjernen ikke kunne lage nye celler. Nå vet vi imidlertid at det finnes multipotente nevrale stamceller i hjernen som både kan dele seg og utvikle seg til nye nerveceller. Vi vet også at det finnes umodne celler som ligner nevrale stamceller i øyet, og som kan utvikle seg til nye netthinneceller.

Etter hvert som vi blir eldre, øker risikoen for skader og sykdommer på øyet. - Oppdagelsen av stamceller i netthinnen kan på sikt åpne for utvikling av helt ny behandling av netthinnesykdommer. En mulighet er at stamcellene utvikler seg til nye nerveceller som overtar funksjonen til de skadede cellene. Et annet alternativ er at cellene produserer faktorer som forsinker eller reverserer sykdomsutviklingen. Dette er noe av det vi skal se nærmere på, forklarer Moe.

Cellene som brukes i prosjektet, høstes blant annet fra øyets regnbuehinne ved et lite kirurgisk inngrep som gjøres rutinemessig ved de fleste operasjoner av grønn stær. På sikt kan det bli mulig å dyrke pasientens egne celler i laboratoriet og deretter transplantere dem tilbake igjen. Å bruke pasientens egne celler, og ikke embryonale stamceller, kan øke sjansene for at behandlingen blir vellykket ved å minske faren for uønskede bivirkninger og svulstdannelse, ifølge Moe.

Fiendtlig miljø

Imidlertid er det kun et lite antall stamceller i øyet som har mulighet til å utvikle seg til nerveceller. Før forskerne på Ullevål kan sette i gang med celletransplantasjoner, er det derfor viktig at de klarer å isolere de riktige stamcellene. Siden forskergruppen allerede vet mye om de nevrale stamcellene i hjernen, kan de bruke dem til å sammenligne og finne de riktige cellene i øyet.

I framtida er det disse cellene som kan vise seg å være best egnet i stamcellebasert behandling av netthinnesykdommer, ifølge Moe.

- Før vi kommer så langt, må vi imidlertid vise at cellene kan overleve

og utvikle seg til nerveceller i det "fiendtlige" miljøet som finnes i netthinnen ved ulike øyesykdommer. Vi må også vise at de kan forbedre synsfunksjonen i dyreforsøk, forklarer han.

- Helt i spissen

Professor Bjørn Nicolaissen som er leder ved Senter for Øyeforskning, mener Moes prosjekt ligger helt i spissen internasjonalt, og er ikke i tvil om at forskningen til slutt vil bidra til å gi folk synet tilbake.

- Prosjektet er av meget stor betydning både når det gjelder basal biologisk kunnskap og muligheten til å kunne bruke resultatene i pasientbehandling. Det er en del skjær i sjøen, men jeg mener det er sannsynlig at vi vil komme nær målet i løpet av overskuelig framtid, sier han.

Både Nicolaissen og Moe understreker betydningen av at det er kort avstand mellom klinikken og basal-forskningen. Ved Øyeavdelingen ligger biobanken for vev i samme bygning som operasjonssalene og legenes/forskernes kontorer. De to påpeker også at det er tett samarbeid mellom ulike avdelinger, noe som gjør det mulig å utnytte hverandres kunnskap.

Gjennom nåløyet som Gründer!



I 2009 hadde Synspedagogene AS v/ prosjektleder Frode Røinaas et prosjektsamarbeid med RP-foreningen i Norge. Prosjektet het "Gründer uten fordommer" og var støttet med Extra-midler fra stiftelsen Helse & Rehabilitering.

Nye veier inn i jobb

- Prosjektet skal vekke interesse blant personer med synshemming for muligheten til å starte eget firma. Det kan gi nye muligheter for dem som har mistet troen på at de kan komme inn i arbeidslivet. Vi må gå nye veier for at funksjonshemmede skal få et yrkesaktivt liv, sier generalsekretær Anne-Kari Holm i Helse og Rehabilitering.

Målsetningen med prosjektet var å tilby tilrettelagt Gründerkurs for personer med RP, og deretter forsøke å få NAV motivert til å lage et mer permanent tilbud til målgruppen. I Sverige har man et slikt tilrettelagt kurstilbud som går over 40 uker.

Bakgrunnen for prosjektet var erfaringene med at mange personer med synshemming ikke får et reelt valg når det gjelder jobbmuligheter. Kompetansen i det offentlige er størst på det å skulle bli ansatt, og ikke så mye på det å skulle starte opp for seg selv.

Støtte fra NAV

Synsteamet ved NAV Senter for yrkesrettet attføring får hvert år 70 søknader der de blir bedt om bistand til å kartlegge kompetanse og arbeidsmuligheter. Teamleder Arnar Bakken mener at svært mange personer med synshemming kan øke yrkesaktiviteten sin radikalt ved å starte egen virksomhet. - Arbeidslivet er svært lite tilrettelagt for mennesker med redusert arbeidsevne. Personer med synshemming trenger mye tilrettelegging, og derfor kan det i mange tilfeller være lettere å starte for seg selv enn å satse på å bli ansatt, sier Bakken.

Prosjektleder trekker frem en del rettigheter og virkemidler som personer med synshemming kan benytte for å øke sjansene for å lykkes. Erfaringsvis er det innen noen yrker vanskelig å bli ansatt på grunn av arbeidsmarkedet, og da kan alternativet være å starte opp et foretak selv. Noen ønsker også å kunne være mer selvstendig og styre sin egen hverdag, og har det som drivkraft for egenetableringen. Prosjektet har avdekket at personer med RP som har fått tett oppfølging og tilpasset etableringskompetanse også lykkes med etableringen sin.

Hvor mange Gründere finnes blant personer med synshemming? Det finnes ingen reell oversikt over yrkesaktiviteten til personer med synshemming i Norge. Statistikken lyver også (som vanlig..). For eksempel kan en som er registrert som 100 % ufør ha lov til å drive et enkeltpersonforetak i kombinasjon med 100 % uførepensjon så lenge han/hun ikke tjener mer enn 1 G (med noen unntak).

Synspedagogene AS har i flere år bistått personer med synshemming som har startet eget foretak og ser at flere burde fått bedre informasjon om muligheten. Mange har noe arbeidskapasitet og kan for eksempel i kombinasjon med uførepensjon, fint klare en arbeidshverdag.

Arbeidsmarkedet og kompetansen til den enkelte avgjør ofte om det er enklest å bli ansatt eller starte opp eget foretak. Når man har RP, er det også en del praktiske utfordringer som skal ivaretas. Det er derfor viktig å vite om alle rettighetene og støtteordningene, slik at man selv kan vurdere om noen bør benyttes for å lykkes.

Landets første Gründerkurs kun for personer med RP

Den 21.-22.november gikk det komprimerte kurset av stabelen på Thon Hotell Vika Atrium. Med kursarrangør og tolker var vi totalt 17 personer. Kurset var bygd på tidligere Gründerkurs holdt for NAV i flere fylker, men med en del endringer. Blant

annet hadde vi med friskvernkonsulent Anne Berit Gransjøen som selv har RP og nå etablerer egen virksomhet. I tillegg til å bidra som kursholder var hun også med som prosjektmedarbeider underveis og var en svært viktig aktør for prosjektet.

Med på kurset var Patience Allen. Hun er daglig leder i Forretningsutvikling Oslo (FO) AS, som er landets største på kurs i forhold til temaet. Synspedagogene og FO har i flere år samarbeidet om oppfølging og skreddersydde kurs til personer med synshemming og brukte dette inn i kurset.

Etter innføring i forretningsplanlegging, markedsanalyse og støtteordninger fikk vi besøk fra John Arne Nordholmen. Han driver firmaet Prima Massasje og var leid inn som foredragsholder og inspirasjonskilde. John Arne fikk RP i ung alder og måtte omskolere seg fra maskinarbeider til massasjeterapeut. Han driver i dag enkeltpersonsforetaket Prima Massasje og har alt fra private kunder på klinikk til store bedriftskunder. Han har etterutdannet seg innen idrettsmassasje og har i dag godt belegg, og fikk nylig en av landets største idrettsklubber på oppdragslisten sin.

I tillegg til selve kurset var det satt av tid til nettverksbygging og sosialt samvær. Vi var blant annet på restauranten The Edge på Tjuvholmen og inntok en bedre middag med forrett og dessert lørdagskvelden.

Lavterskeltilbud

I kursinvitasjonen sto det at det holdt å være nysgjerrig på temaet, man trengte derfor ingen ferdig forretningsplan for å delta. Det var derfor også forskjellig alder, bakgrunn og framtidssønsker blant kursdeltakerne. Siden det å skulle delta på kurset skulle være uforpliktende, ble vi enige med kursdeltakerne om at det ikke skulle presenteres noen bilder fra kurset. For å få til at flest mulig i målgruppen deltar, er det viktig at ingen føler seg presset til noe som ikke er riktig. Det er også det mange av kursdeltakerne og andre som har blitt intervjuet har gitt tilbakemelding på. For mange føles overgangen så stor at man i valget mellom å forsøke seg med å etablere eget, velger å fortsette på uførepensjon.

Muligheter og utfordringer

Med dagens regelverk og virkemidler i blant annet NAV, er det mange muligheter. Mange av de intervjuede i prosjektet og blant kursdeltakerne hadde dårlige erfaringer med informasjonen i NAV. Mange hadde ikke fått tilstrekkelig informasjon til at muligheten med å skulle starte eget foretak virket reell. Blant annet gikk det på muligheten til å få dekket kurs og få det tilrettelagt, få dekket reise t/r med drosje, kunne etablere seg over tid (i kombinasjon med uførepensjon), få økonomisk støtte til utstyr som trengtes osv. Synspedagogene erfarer at personer med synshemming har fått feilaktig informasjon fra NAV lokal, rett og

slett fordi de har så stort fagområde å betjene at de ikke kjenner godt nok til unntakene i regelverket som ofte gjelder for personer med synshemming. Et råd er derfor å oppsøke fagpersoner som kjenner til regelverket og virkemidlene for denne målgruppen. NAV SYA v/ synsteamet og tilsvarende i andre landsdeler er en mulighet. Kompetansesentrene innen syn og forbund og foreninger som RP-foreningen og Norges Blindeforbund kan også bistå.

Oppsummering fra prosjektet

- Kompetansen på etablering av eget foretak for personer med synshemming i veiledningsapparatet må økes
- Kurstilbudet innen temaet egenetablering bør forbedres. Todelt kursopplegg aktuelt - der noe er spesielt for kun personer med synshemming og noe er generelt for alle gründere, og derfor kan arrangeres felles.
- Informasjonen om muligheten til å få skreddersydd etablererkurs og individuell synsfaglig oppfølging bør bedres.
- Prosjektleder lager sammen med prosjektmedarbeiderne en sluttrapport til Nav sentralt, der viktige erfaringer fra prosjektet sammenfattes i konkrete råd og forslag til forbedringer i kurstilbudet.

Veien videre

Det har vært et aktivt år med mye kontakt med fagpersoner og personer med synshemming i alle deler av landet. Takket være samarbeidet med RP-foreningen i Norge og støtten fra Helse og rehabilitering kjenner vi til flere som er i gang med egenetablering som en følge av prosjektet! Vi har derfor som prosjekt lykkes med å gjøre muligheten bedre kjent, og bistå på veien videre.

Det komprimerte Gründerkurset for personer med RP er planlagt utvidet til å gjelde flere målgrupper som har noen av de samme rettighetene i NAV.

Selv om prosjektet ble formelt avsluttet ved årsskiftet jobber vi videre med NAV-samarbeidet.

Synspedagogene kan i samarbeid med prosjektmedarbeiderne allerede nå tilby skreddersydde Gründerkurs med individuell synsfaglig oppfølging i samarbeid med NAV. I tillegg kan vi røpe at vi satser på flere mindre Gründerkurs i 2010 som en forløper til et større Gründerprogram mot slutten av 2010 eller neste år.

Vil du vite mer om prosjektet, eller har spørsmål til hvordan du kan gå frem for å få vite mer om egenetablering? Se kontaktinfo under, vi snakkes!

Prosjektleder Frode Røinaas. Mob 45665434 / epost: frode@synspedagogene.no

Prosjektmedarbeider Patience Allen. Tlf: 23233960 / epost: patience@etablere.no

Prosjektmedarbeider Anne Berit Gransjøen Mob; 91188554/ epost: ab-grans@online.no

Yrkesrettet attføring

Hensikten med yrkesrettet attføring er at du skal skaffe deg arbeid, eller beholde ditt nåværende arbeid gjennom bistand fra NAV.

For å ha rett til yrkesrettet attføring må du oppfylle følgende vilkår:

- Være mellom 16 og 67 år
- Oppholde deg i Norge
- Du må på grunn av sykdom, skade eller lyte ha fått din evne til å utføre inntektsgivende arbeid varig nedsatt eller ha fått dine muligheter til å velge yrke eller arbeidsplass vesentlig innskrenket

Hvordan søker du?

Du må først registrere deg som arbeidssøker. Dette kan du gjøre på to måter:

1. Logg deg inn på nav.no og registrer deg som arbeidssøker. Her vil du også finne aktuell informasjon om arbeidsmarkedet og søkeprosessen.
2. Oppsøk NAV lokalt som også kan bistå deg med registrering som arbeidssøker.

Søknadsskjema

- Når du er registrert som arbeidssøker fyller du ut kravskjema for yrkesrettet attføring.

Vedlegg til søknaden

- Legeerklæring av nyere dato.

Dersom kravskjemaet mangler nødvendig vedlegg, kan dette føre til at kravet ditt ikke kan behandles, at behandlingen blir forsinket eller at kravet avslås.

Søknaden med vedlegg sendes/leveres NAV lokalt der du bor.

Vedtak

- NAV vurderer om vilkårene for yrkesrettet attføring er oppfylt.
- Du vil motta et skriftlig vedtak der begrunnelsen for vedtaket fremgår.
- Hvis du er uenig i vedtaket, kan du klage. Klagen skal være skriftlig og leveres eller sendes NAV lokalt.
- Fristen for å klage er 6 uker regnet fra den dagen vedtaket kom i postkassen din.

Kartleggingsfase

Dersom du oppfyller vilkårene for yrkesrettet attføring, kan NAV innvilge attføringstiltak.

Før du får innvilget attføringstiltak må NAV først finne ut om det er mulig for deg å skaffe arbeid uten kvalifisering. Selv om du fyller

de medisinske vilkårene, kan NAV komme til at det finnes arbeid som du kan søke med din nåværende kompetanse og arbeidsevne uten at attføringstiltak er nødvendig.

Dersom det ikke er mulig å skaffe arbeid uten attføringstiltak må du i samarbeid med NAV utarbeide en handlingsplan.

Handlingsplan

En handlingsplan for attføring består av tiltak som er hensiktsmessige og nødvendige for at du skal bli i stand til å skaffe deg et høvelig arbeid.

NAV kan bistå deg i utarbeidningen av handlingsplanen.

- Du må bestemme deg for hvilket mål du vil arbeide mot, det vil si hvilket yrke eller yrkesområde du ønsker å arbeide innenfor.
- Deretter vil det være aktuelt å kartlegge hvilke veier som fører fram til det yrket du ønsker. Dette kan skje gjennom opplæring eller arbeidspraksis, eller en kombinasjon av begge deler.

Er du usikker på hvilke muligheter som finnes eller du ønsker hjelp til en vurdering av om tiltakene er egnet for deg, kan NAV bistå med

- Informasjon
- Veiledning
- Interessekartlegging
- Arbeidspsykologisk bistand

Når du har funnet ut hva du vil arbeide med og hvilke tiltak som du anser som nødvendige vil NAV vurdere om planen kan godkjennes. Det innebærer at planen skal være hensiktsmessig og at tiltakene må være nødvendige for å nå målet.

Synsteamet i SYA

Til deg som er synshemmet eller har andre synsproblemer som gjør at du har vanskeligheter med utdanning- og yrkesvalg. Tilbudet er i hovedsak for deg i yrkesaktiv alder (mellom 16 og 67 år)

Vi kan bistå deg med:

- Veiledningssamtaler om interesser, muligheter og hva du må ta hensyn til ved valg av arbeid og/eller opplæring
- Informasjon om arbeidslivet og opplæring/utdanning
- Avklaring i forbindelse med planlegging og valg av yrke/karriere og opplæring
- Avklare behov for å tilrettelegge opplæringssituasjoner
- Kartlegge behov for, og medvirke i tilrettelegging av arbeidsplass og arbeidsoppgaver
- Informasjon om og vurdering av behov for tekniske hjelpemidler
- Orientering om rettigheter og muligheter
- Oppfølging i samarbeid med ditt lokale NAV-kontor

Vi har spesialisert oss på å bistå mennesker som er synshemmede eller har andre synsproblemer som gir utfordringer i forbindelse med valg og gjennomføring av utdanning og arbeid.

Du kommer i kontakt med synsteamet ved å ringe tlf. nr. nedenfor eller ved å kontakte NAV lokal.

Vi kan møte deg på NAV lokalt, arbeidsplassen eller du kan komme til senteret i Oslo.

Tlf. til vårt sentralbord: 21 06 88 70
Spør etter synsteamet.

Hva skjer innen genterapi for RP?

Av Ole Christian Lagesen

I fjor kom de første resultatene fra forsøkene med genterapi på personer med den meget alvorlige formen for RP som kalles Lebers medfødte blindhet (LCA), den varianten som skyldes en mutasjon i et gen som kalles RPE65. Tre forskjellige miljøer, i Philadelphia og Florida i USA, og i London, dokumenterte at genterapien virket, at det ikke var bivirkninger, og at selv hos de relativt eldre forsøkspersonene (fra 17 til 26 år) hadde man enten stanset sykdoms-

utviklingen eller i noen tilfelle forbedret synet.

Forsøkene har fortsatt, og i oktober 2009 offentliggjorde miljøet i Philadelphia nye resultater fra 12 forsøkspersoner, fra 9 til 44(!) år. Resultatene er meget oppmuntrende. Alle forsøkspersoner viste bedring i synsevne, målt både med subjektive og objektive mål, Det gjaldt særlig de yngste. En 8-åring fikk tilbake lysfølsomhet, og delvis bevegelsesevne

nesten på nivå med jevnaldrende normalt-seende. I disse forsøkene har man økt dosene, og foretatt inn-sprøyting av de friske genene i andre deler av netthinnen enn i de første, for å øke innsikten i hva som er sikre og optimale doser.

Nå er RPE65 en av flere genfeil som gir denne alvorlige RP-formen Lebers, og en av de som gir forholdsvist langsommere utvikling av sykdommen. Dessuten er det enzymproduksjonen i cellene som blir påvirket av genfeilen, og det er trolig lettere å korrigere for dette gjennom friske gener enn når genfeilen ødelegger selve strukturen i cellene, som i en god del RP-former. Men selv om det var de yngste som hadde langt de beste resultatene, viste forsøkene at selv en 44-åring fikk stabilisert/forbedret synsevnen.

Det er ennå ikke kommet nye resultater fra de andre miljøene, som også fortsetter sine genterapi-forsøk, med utvidet antall personer og noe endrede opplegg. Et fjerde miljø, basert på et samarbeid mellom et universitet i Oregon og University of Massachusetts, er også i ferd med å gjennomføre kliniske forsøk med genterapi på Lebers, og de planlegger også liknende forsøk for andre arvelige netthinnelidelser, og makuladegenerasjon.

Forskermiljøer i Canada, Irland og Storbritannia (Oxford Biomedica)

er også i gang med planlegging av genterapiforsøk innen vår sektor av arvelige netthinnesykdommer, og ved Nijmegen-universitetet i Nederland er professor Frans Cremers og hans team, som fant et nytt Lebers-gen i fjor, i gang med planene for et genterapiforsøk på dette genet. Svenske Kristina Narfstrøm har ved veterinæruniversitetet i Missouri fortsatt sine vellykkede genterapi-forsøk på katter med et av Lebers-genene, i samarbeid med blant andre overlege Ragnheidur Bragadottir på Ullevål.

I California arbeider professor John Flannery og hans team i Berkeley videre med planene for genterapi på Ushers syndrom type 1C, der de må bruke større såkalte lentivirus som «lastebil» - vektor for å få de friske genene på plass i cellen. I alle de andre forsøkene er det lettere, såkalte svekkede assosierte adeno-virus (AAV) som blir påmontert friske gener, og gjør jobben med å trenge inn i cellen og avlevere sin friske last.

Alle miljøene som forsker på genterapi er påpasselige med å understreke at selv om utviklingen de siste par årene er dramatisk og meget lovende, er det likevel langt fram til at dette er en behandlingsform som kan tilbys mange med genetisk betingede netthinnesykdommer. Man peker også på at det slett ikke er slik at genterapi vil være et framtidig svar for alle med RP. En forutset-

ning er bl.a at det fortsatt er liv i de cellene med genfeilen som skal korrigeres, og forsøksresultatene fra i oktober minner også om at jo yngre pasienten er, jo bedre resultat. Men uansett er dette en av de aller viktigste feltene med begrunnet håp om effektiv behandling av degenerative netthinnesykdommer, Og det fikk professor Frans Cremers til å konkludere i en kommentarartikkel i det verdenskjente vitenskapelige tidsskriftet

The Lancet i oktober, at utfordringen for det neste tiåret ville bli å finne og genteste de aktuelle pasientene, etter hvert som de nye, spesifikke behandlingsformene for den enkelte variant av sykdommene foreligger.



GODT FOR SYNET DITT

Retinacomplex® er et næringstilskudd bestående av et antall kraftige, naturlige antioksidanter inkludert konsentrert ekstrakt av kinesisk Wolfberry (Lycium Barbarum Lynn). Denne kombinasjonen av ingredienser påvirker de oksidative prosessene i kroppen og stimulerer immunforsvaret.

Retinacomplex er spesielt gunstig som beskyttelse av netthinnen mot frie radikaler.

Ingredienser:

Polysackarider av Lycium Barbarum Lynn (90% rent)	600mg
L-Glutation.....	200mg
Alfa-Lipon Syra	100mg
Lutein	20mg
Zeaxantin	10mg

Retinacomplex® inneholder ingen kunstige tilsetninger.

Stimulerer immunforsvaret



Retinacomplex® er et produkt fra: APO Pharmaceuticals Int. B.V., Morseweg 3, 1131 PE Volendam, Holland.

www.retinacomplex.com

KAG-nr. 2867-0608-0663

STIMULERER ØYETS FORSVAR MOT FRIE RADIKALER

Meld din interesse til Holmenkollstafetten 8. mai 2010

Av Håkon Gisholt

Tirsdag 24. november offentliggjorde Stiftelsen Helse og rehabilitering at RP foreningens prosjektsøknad i forbindelse med Holmenkollstafetten 2010 ble innvilget med 122.000 kroner.

Dette gjør det mulig for oss å lage en flott ramme denne helgen i mai.

Uansett hvor du bor i landet, ber vi deg derfor melde interesse da det er satt av penger til dekning av reisekostnader, kost og losji til både løpere og ledsagere.

Under følger foreløpig program for helgen.

Dag 1, fredag 7. mai 2010

	<u>Tidspunkt</u>
Fremmøte hotell Gabelshus (Frogner i Oslo)	1200
Lunch	1300
Gjennomgang av Holmenkollstafetten, etappevis	1400
Felles løpetrening i Frognerparken	1430
Retur etter løpetrening, dusj, omklødning	1600
Utdeling av løpsantrekk	1700
Middag, sosialt samvær	1800

Dag 2, lørdag 8. mai 2010

Frokost	0730
Lett jogg i Frognerparken (frivillig)	1000
Lunch	1200
Presentasjon av idrettskjendiser som skal ledsage	1330
Vi reiser til vekslingssteder for hver enkelt etappe	1430
Start Team RP i Holmenkollstafetten	1530
Forventet målgang	1700
Festmiddag med premie- og diplomutdeling, sosialt samvær	1930

Dag 3, søndag 9. mai 2010

Frokost	0800
Foredrag om trening, ernæring og helse	1000
Hjemreise	1200

Vi satser på å få en norsk idrettskjen-
dis som ledsager på hver av de 15
etappene. Ledsager til resten av hel-
geprogrammet (inkl. løpetrening) må
hver enkelt selv sørge for. Det er i den
anledning bestilt overnatting til løpere
og ledsagere - totalt 15 dobbeltrom.

Ønsker du å delta, gi beskjed til
Håkon Gisholt på tlf 957 56 587 eller
hakongis@gmail.com.

Følgende opplysninger trenger vi:

- Navn
- Navn på ledsager/følge
- Ønsker å delta, men har ikke
ledsager
- Hvilke etapper trives du best på?
- Størrelse på treningsjakke/bukse
S, M, L, XL

ETAPPENE

1. et. Bislett stadion - Bislett stadion	1200 m	(Flat)
2. et. Bislett stadion - Wolffs gate	1310 m	(Flat/motbakke)
3. et. Wolffs gate - Wilh. Færdens vei	620 m	(Lettkupert)
4. et. Wilh. Færdens v. - Forskningsparken	1700 m	(Variert)
5. et. Forskningsparken - Vindern	1035 m	(Variert)
6. et. Vindern - Slemdal	1300 m	(Oppover)
7. et. Slemdal - Besserud	1790 m	(Oppover)
8. et. Besserud - Gressbanen	1800 m	(Nedover)
9. et. Gressbanen - Holmendammen	650 m	(Flat)
10 et Holmendammen - Frognerparken	2480 m	(Nedover)
11 et Frognerparken - Nordraaks gate	1220 m	(Flat)
12 et Nordraaks gate - Arne Bergs plass	390 m	(Flat)
13 et Arne Bergs plass - Josefines gate	1330 m	(Flat/slak nedover)
14 et Josefines gate - Maratonporten	875 m	(Flat)
15 et Maratonporten - Bislett stadion	600 m	(Flat/slak nedover)

Her har alle medlemmer i
RP-foreningen i Norge anledning til å
melde sin interesse. Du trenger således
ikke allerede være tilsluttet Team RP.

Lag og etappefordeling blir offentlig-
gjort innen 25. februar.

8. mai 2010 blir vi første lag gjennom
tidene som løper verdens største
stafett med utelukkende blinde og
svaksynte løpere på laget. Så meld
din interesse allerede nå for denne
storslagne begivenheten for
RP-foreningen i Norge!

Bedir Yiyit med ny personlig rekord i New York

Av Kjell Taskerud, Moss Avis

Med tiden 3.52.35 har Bedir Yiyit forbedret seg med en hel time siden han løp sin første maraton for tre år siden.

Den synshemmede milslukeren har nettopp kommet hjem fra sitt fjerde New York Marathon, og aldri før har han løpt de drøyt 42 kilometerne så fort som nå.

– Jeg brukte 3.52.35. Jeg har forbedret meg med en time på tre år, smiler han.

Hans tidligere pers var på 3.55 fra Istanbul i fjor.

Med seg som ledsagere i New York hadde han sykkelkompisen Rune Holtze Jensen og en Achilles-løper fra Ecuador ved navn George.

Jubileumsløp

– Hvordan var opplevelsen av årets New York Maraton?

– Det var veldig bra! De hadde 40 års jubileum, og det var 44.000 løpere. Da ble det litt trangt å løpe, og derfor mye sikksakk.

– Men det var stor stemning og mye underholdning. Det var sikkert hundre band som spilte musikk langs løypen, forteller Bedir Yiyit.

Løypen i New York Marathon starter på Long Island, går innom kjente bydeler som Harlem og Brooklyn, og har mål i Central Park.

Av alle de 44.000 løperne ble Bedir Yiyit sånn cirka nummer 11.800. Mossingen var Norges representant for Achilles under New York Marathon, og han gledet seg over de mange funksjonshemmede som deltok.

– Det var rundt 300 funksjonshemmede fra 23 land, og 80 av dem brukte rullestol. Det er veldig bra, sier Bedir Yiyit.

Stafett for svaksynte

Nå er det vintertreningen som står for tur. Den består for det meste av spinning og skiturer når det er forhold og anledning til det. Men utpå våren har han et nytt prosjekt på gang som han ikke har gjort tidligere.

– Team RP, som består av personer med samme øyesykdom som meg, skal stille eget lag i Holmenkollstafetten. Det har vi aldri gjort før, så det blir spennende.

– Vi har klart å samle 15 løpere nå, og gjennom vinteren skal vi av og til møtes til fellestreninger.

- Vi skal også gå på ski sammen i vinter i Marcialonga i januar, og i Vasaloppet og Birkebeinerrennet i mars, forteller Bedir Yiyit.
- Når håper du å få tatt vinterens første skitur?

- Jeg skal på en samling på Beitostølen den siste helgen i november, så da blir det skitur, avslutter Bedir Yiyit.

En stolt Bedir sammen med sin ledsager Rune Holze Jensen



Ridderrennet - Ridderuken 2010

Av Håkon Gisholt

I dagene 11. - 18. april kan du oppleve en uke med skiaktiviteter, naturopplevelser og sosialt fellesskap på Beitostølen sammen med flere fra RP-foreningen og ca 500 øvrige deltagere. Under Ridderuken kan du trene og konkurrere i et løypenett som tilhører Beitostølen Helsesportsenter. Løypene er spesielt tilrettelagt for fysisk funksjonshemmede skiløpere. Men Ridderuken består ikke bare av fysiske utfordringer. Her treffer du nye og gamle venner, og kan delta i alt fra folklørekvelder, talentaften, diskotek, dans og piknik med grilling i det fri.

Under Ridderuken er det mulig å få opplæring - samt å konkurrere innen langrenn, alpint og skiskyting. Selve Ridderrennet avvikles lørdag 17. april. Dersom du velger å reise til Beitostølen uten ledsager, sørger arrangøren for at du får tildelt en sprek ledsager fra Norges idrettshøyskole som kan hjelpe deg under aktivitetene.

Bli dette ditt første møte med Ridderrennet og Ridderuken, har arrangøren et spesielt tilrettelagt

opplegg for deg. Takket være statlig og privat støtte kan RRV dekke både reise og opphold på SAS Radisson hotellet på Beitostølen til flere av førstegangsdeltagere. Høres det forlokkende ut, ta da kontakt med RRV på telefon 22 76 72 60 for nærmere informasjon og påmelding.

Er du ikke førstereis til Ridderuken, vises det til påmeldingsskjema på www.ridderrennet.no. Der finnes også detaljert program for hele uken.

Arrangøren legger stor vekt på det sosiale - alle skal trives, og ingen skal føle seg alene. Ønsker du å bli innlosjert sammen med andre fra RP-foreningen kan dette oppgis ved påmelding. Vi minner også om at RRV setter opp egne busser fra både Bergen og Oslo.

Påmeldingfrist er satt til 20. februar. Vi oppfordrer flest mulig fra RP-foreningen om å ta del i vinterens flotteste skisportsuke på Beitostølen.

Bokomtale

Av Øystein Andreassen

”Madame Terror”

For en tid siden leste jeg en lydbok som fikk meg til å forstå at det mest uforutsigbare stedet her på denne jord, er under havets idylliske overflate. Stedet der ingen hittil trodde noen kunne se. Denne boken er ikke bare en vanvittig spennende reise med uant teknologi, men den har også en stor mengde humor. Også politisk. Jeg har lest boken flere ganger, fordi den får frem flere gode poeng som stadig gir denne boken en dypere historie.

Det største terrorangrepet i verdenshistorien skal gjennomføres under ledelse av den kvinnelige palestinske brigadegeneralen Mouna Hussein. Palestinerne har skjönt at tilgangen til en russisk superubåt for første gang kan gi dem teknologisk overtak. Hovedproblemet er ikke av teknisk, økonomisk eller militær art, men kulturelt: Kløften mellom rasistiske russiske offiserer og høyt utdannede palestinere er for dyp til at de makter å sam-

arbeide. Prosjektet er i ferd med å strande på fordommer. Mouna innser at hun trenger følgende person: En fartøysjef som ikke er russisk, men som snakker språket. Han bør helst være dekorert med den røde stjerne. Gjerne med Russlands mest høythengende orden – Russlands helt – i tillegg. Samt den palestinske hederslegionen. Han må også være en ekte sjøoffiser av høy grad. Denne mannen finnes – han lever tilbake trukket som forretningsmann i California. Og når Mouna endelig får sporet opp sin gamle venn Carl Gustaf Gilbert Hamilton, svarer han til hennes overraskelse ja til å lede undervannsangrepet på Israels havner – et angrep som trolig vil føre dem alle i døden og som garantert vil endre verdenshistorien.

Boken er selvfølgelig et av mange, fantastisk spennende bøker av forfatteren: Jan Guillou.

ISBN 82-8143-059-1

B-Blad

Returadresse:
RP-Foreningen i Norge
Majorstuveien 17
Boks 1480
0367 Oslo

MULTIOPTIKK AS

Vi er spesialister på
filterbriller og svaksyntoptikk.
Ta kontakt på tlf: 22 65 50 70
eller post@multioptikk.no

SYNSPEDAGOGENE

Behov for bedre belysning?

I februar 2010 flytter Synspedagogene utprøvningsrommet for belysning til Sporveisgata og blir naboer til RP-foreningen. Synspedagogene kan via Husbanken tilby kostnadsfri utredning- og prosjektering av belysning til boligen din. Synspedagog & lysrådgiver sørger for at du får testet riktig belysning til ditt behov slik at resultatet blir best mulig.

Ta kontakt med oss for mer informasjon:
Frode Røinaas Mob 45 66 54 34 / frode@synspedagogene.no



Ja takk, send meg mer informasjon og tilbud om medlemskap.

Navn:

Adr:

Postnr.:

Poststed:

E-post:

Husk
porto!

Retinitis Pigmentosa
Foreningen i Norge
Majorstuveien 17
Boks 1480
0367 Oslo