

Dysmelisten

Informasjonsblad for Norsk Dysmeliforening

nr 01/2015

ISSN: 1500-2225

Fra Voksen- seminaret

Side 10 - 11

Bli kjent med en dysmelist

Side 16

Barnas påskehjørne

Side 18



Materiell og tekst til
neste Dysmelisten sendes
før 10. mai til:

Hilde Skaadel
Nils Kittilsens gate 12
3725 Skien
Tlf. 906 59 990
info@dysmeli.no

Produksjon: www.PRESIS.no

På coveret:

Fra ungdomsturen på sommerseminaret 2014

På baksiden:

Tøffe vikingjenter på Skeikampen 2014

Innhold

- | | | | |
|------|-----------------------------------|------|-------------------------------|
| s 03 | Lederen | s 14 | Påmelding til sommerseminaret |
| s 04 | Redaktøren | s 16 | For deg som bor i nord |
| s 07 | Polands syndrom | s 17 | Bli kjent med en dysmelist! |
| s 10 | Fra vokssenseminaret | s 18 | Barnas påske hjørne |
| s 12 | To annonser fra Dysmeliforeningen | s19 | Medlemsskapskjema |
| s 13 | Bli med på sommerseminaret | | |



*God påske
til dere alle!*



Lederen

Norsk Dysmeliforening fyller i år 50 år. Den samlede forekomsten av dysmelier angis noe varierende, fra ca. 5 til 7 pr. 10.000 fødsler. Ut i fra disse tallene er det mellom 2000 til 3000 personer med dysmeli i Norge – så til alle dere der ute gratulerer så mye med de 50!

For meg er tegnet på at våren er på vei lengre og lysere dager og at styret har startet planleggingen av året sommerseminar.

Sommerseminaret finner i år sted på Quality Hotel & Resort Kristiansand i uke 32, fra onsdag 5. til søndag 9. august.

I dette nummeret av Dysmelisten finne du informasjon og påmeldingsskjema, vi kommer også til å legge ut informasjon på hjemmesiden vår www.dysmeli.no

Siden vi fyller 50 år i år har vi tenkte å feire litt ekstra på årets sommerseminar. Kjenner du en potensiell sponsor som kunne bidratt med noe (premier, gaver til barn/voksne, sponning av aktiviteter eller reklameartikler etc.)? Eller kanskje har du kontakt med en kjendis som kan kaste litt ekstra glans i løpet av arrangementet? Ta gjerne kontakt med oss på leder@dysmeli.no

Jeg håper så mange som mulig tar turen til årets sommerseminar – jeg vet det kommer til å bli et innholdsrikt seminar for små og store, vi har et godt tilbud til hele familien. Nylig ble det publisert en artikkel i Disability and Rehabilitation fra TRS sitt dysmelistudie. Her presenteres funn om voksne med dysmeli i Norge. Artikkelen tar blant for seg demografiske og kliniske funn, utdanning og arbeid, smerte og bruk av helse- og velferdstjenester hos personer med dysmeli.

Jeg vil benytte anledningen til å takke alle voksne som var med på vokseneseminar i Oslo 13.- 15. februar for en fantastisk helg. Jeg håper dere alle satt igjen med den samme gode følelsen som jeg gjorde etter denne helgen. En stor takk også til Henrik som gjorde denne helgen så inspirerende og lærerik for oss alle.

Til slutt har jeg en oppfordring til dere.

For at vi skal kunne utvikle hjemmesiden vår trenger vi deres hjelp. Kommer dere over relevant dysmelistoff så vær så snill og send det inn til oss på info@dysmeli.no

Hvis du har noe på hjertet, eller det er noe du lurer på - ikke vær redd for å ta kontakt med oss i styret, seminarutvalget eller likemannsutvalget. Trenger råd eller har du spørsmål om dysmeli kan du også kontakt TRS på telefon 66 96 90 00, telefonidd 10.00 – 12.00 og 13.00 – 14.00.

Da ønsker jeg dere alle en riktig god påske og en fin vår.

Vi ses i Kristiansand.

Ta vare på hverandre.

**Med vennlig hilsen
Kjersti Grøtting**

Ps. Norsk Dysmeliforening trenger mail-adressen din, og svært gjerne mobilnummeret ditt også Dette for at vi raskt skal kunne nå deg med informasjon i forbindelse med våre aktiviteter. Dette vil også spare foreningen for portoutgifter, og ikke minst vil det spare miljøet. Send din mailadresse til medlem@dysmeli.no



Redaktøren

Det nærmer seg vår og det går virkelig mot lysere tider nå.

Først er det påske, for noen med snø og hytteliv, mens andre nyter følelsen av vår med påsken i byen. Er det bart ute, tar du kanskje frem sykkelen. Er det snø, så nyter du kan hende siste rest av vinter på skitur i skogen eller i fjellet.

Uansett ta deg tid til å nyte årets første utgave av Dysmelisten, med noe godt i koppen og kos deg inne i godstolen.

Med vår kommer sommer, og det nærmer seg igjen tid for påmelding til sommerseminaret. I år blir det et storslått seminar på Sørlandet og vi skal feire våre 50 år i foreningen med dette jubileumsseminaret.

Det kan du lese mer om i bladet.

I tillegg byr vi på en liten rapport og bilder fra årets Voksenseminar i Oslo.

Vi starter året med en ny fast spalte; Bli kjent med en dysmelist.

Denne gangen er det Kristine Lund Thorud, vårt nye styremedlem, som blir presentert. Vi håper å presentere enda flere dysmelister, store som små i kommende utgaver av bladet.

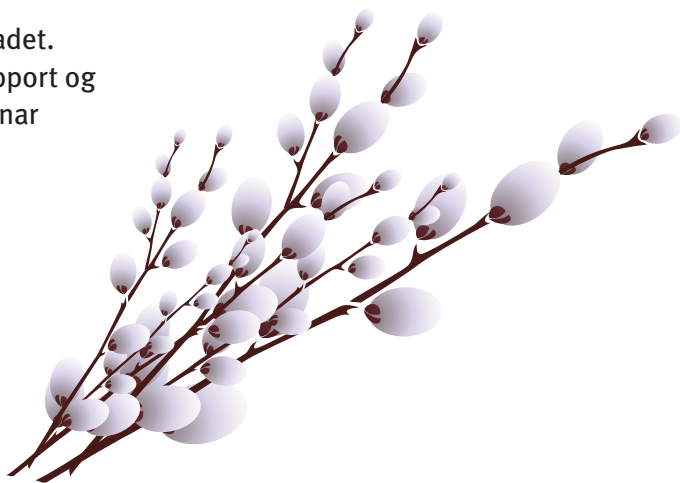
Vi trenger nye personer inn i styre og utvalg fra høsten 2015.

Har du lyst til å bidra? Kanskje tar vår valgkomité kontakt for å spørre deg om du kan tenke deg å stille.

-Og ikke glem å melde dere på årets sommerseminar.

Med ønske om en flott vår til alle dere!

Hilsen Hilde



FRI UTFOLDELSE er vår spesialitet

www.presse.no Foto: www.1234.com



Norsk Teknisk Ortopedi tenker framover. Vi vil være i forkant av kroppens utvikling og skal være klare den dagen nye behov melder seg. Målet er at unge brukere skal vokse og utvikle seg med sine armproteser. Med stadig bedre teknikk og fokus på hver enkelts personlige behov ønsker vi å gjøre hverdagen best mulig for unge brukere. Vi vet mulighetene og har løsningene som gir en god funksjon.



I SAMARBEID MED **ORTOCARE®**

Norsk Teknisk Ortopedi AS

Vikaveien 17 - Pb. 10 - 2312 Ottestad

Tlf: 62 57 44 44 - nto@ortonor.no

www.ortonor.no

UTVIDET tilbud til armprotesebrukere/dysmelibarn

Vi har nå
utvidet tilbudet
vårt, ved siden
av å lage og
tilpasse arm-
proteser og
grepstilpasninger
kan Sophies Minde
nå også tilby trening og individuelle treningsopplegg.



Proteser

• Arm- og benproteser

For timebestilling hos ortoped
ingeniør, ortoped eller fot-
terapeut, ta kontakt med vårt
felles sentralbord for alle
avdelinger på tlf. 22 04 53 60
mellom kl. 08.00–15.30.



Sophies Minde Ortopedi AS • Postboks 493, Økern • 0512 Oslo • Tlf: 22 04 53 60
E-post: post@sophiesminde.no • www.sophiesminde.no

Informasjon om Polands syndrom

Flere i foreningen har ønsket seg informasjon om undertyper av dysmeli, blant annet Polands syndrom.

Polands syndrom er en tilstand som kjenne- tegnes av underutvikling av brystveggen på den ene siden av kroppen og misdannelser i hånden på samme side. Tilstanden kan ha flere forskjellige grader og varianter. Den nedre, store delen av brystmuskelen mangler alltid ved Polands syndrom, men også hele muskelen kan mangle. Andre muskler i skulder- området kan også mangle. Bryst og brystvorte kan være underutviklet eller mangle helt. Fettlaget i området kan være tynnere, og be- håringen på brystet og i armhulen kan mangle. Noen av ribbeinas (2. til 4. eller 3. til 5. rib- bein) fremre del kan være underutviklet eller mangle. Hånden kan være underutviklet og ha sammenvokste fingre. De midtre fingrene er ofte underutviklet. Hele armen kan være kortere og tynnere enn den andre.

Forekomst

Polands syndrom er en sjelden tilstand. Forekomsten oppgis fra 1:7.000 til 1:100.000. Lettere varianter blir ikke alltid oppdaget, og noen oppdages tilfeldigvis i forbindelse med mammografi. Den opptrer hyppigere hos menn enn hos kvinner (2:1-3:1). Høyre side er påvir- ket i 60-75 % av tilfellene. Tilstanden opptrer vanligvis sporadisk, men det er rapportert om ca 20 tilfeller der flere i samme familie har fått Polands syndrom.

Årsak

Man har ikke sikker kunnskap om hva som for-



årsaker Polands syndrom. Den fremste teorien er at det oppstår en svikt i blodforsyningen til den øvre lemmeknopen i slutten av sjette svang- erskapsuke. Dette medfører underutvikling av en blodåre eller en av forgreningene til denne blodåren. Underutvikling av en blodåre som går til brystveggen, kan gi underutvikling av den store brystmuskelen. Hvis arterien til armen) rammes, kan det oppstå misdannelser i hånden.

En annen teori er at det oppstår en skade i cellelaget som danner skjelett og muskler (mesoderm) 16-28 dager etter befruktningen. En rekke mulige andre årsaker til Polands syndrom har også blitt foreslått, som gen- forandringer, traume, virusinfeksjon eller miljøgifter.

Vi du lese mer om Polands syndrom, gå inn på TRS sine sider via linken under:

www.sunnaas.no/omoss_/avdelinger_/trs_

Kilde: TRS/ Sunnaas



Sammen for en **aktiv** tilværelse

Avdeling for Fysikalsk medisin og rehabilitering, Ottestad

Avdelingen tilhører Sykehuset Innlandet og ligger ca. 2,5 km fra Hamar sentrum. Avdelingen tar i mot pasienter fra hele landet etter henvisning fra lege.

Vårt tverrfaglige team består av: Lege, ergoterapeuter, fysioterapeut, sosionom og ortopediingeniører fra Norsk Teknisk Ortopedi (NTO).

Vi tilbyr vurderingsopphold for barn og voksne i gruppe i 3 dager, og individuelle innleggelser i avdelingen over flere dager etter behov.

Så langt det er mulig prøver vi å tilpasse grupper etter alder, diagnose og funksjon. Målet er at pasienten skal bli mest mulig selvhjulpen i daglige aktiviteter.

Oppholdene inneholder tverrfaglig vurdering, trening, tilrettelegging og oppfølging:

- Informasjon og opplæring i bruk av tekniske hjelpemider
- Veiledning og trening i daglige aktiviteter med og uten protese
- Proteser og grepstilpasninger i samarbeid med NTO
- Mestringsorientert informasjon og samtaler
- Informasjon om rettigheter
- Kontakt med likemann
- Oppfølging (veiledning og rådgivning til 1.linjetjenesten og annet fagpersonell ved telefonkontakt, hospitering og barnehage-/arbeidsplassbesøk ved behov)
- Videre henvisning for vurdering av grepsforbedrende kirurgi der dette ikke er vurdert tidligere

Dersom du ønsker mer informasjon ta kontakt med:

Nina Sveen, sjefergoterapeut og koordinator, tlf. 62 55 84 09 / 62 55 84 40

nina.sveen@sykehuset-innlandet.no

Ingrid Lesjø, spesialergoterapeut, tlf. 62 55 84 40

ingrid.marie.lesjo@sykehuset-innlandet.no

Anne Hagen, fysioterapeut, tlf. 62 55 84 44

anne.hagen@sykehuset-innlandet.no

FRI UTFOLDELSE

er vår spesialitet



Norsk Teknisk Ortopedi tenker framover. Vi vil være i forkant av kroppens utvikling og skal være klare den dagen nye behov melder seg. Målet er at unge brukere skal vokse og utvikle seg med sine armproteser. Med stadig bedre teknikk og fokus på hver enkelts personlige behov ønsker vi å gjøre hverdagen best mulig for unge brukere. Vi vet mulighetene og har løsningene som gir en god funksjon.



I SAMARBEID MED **ORTOCARE®**

Norsk Teknisk Ortopedi AS

Vikaveien 17 - Pb. 10 - 2312 Ottestad

Tlf: 62 57 44 44 - nto@ortonor.no

www.ortonor.no

Voksenseminar 2015

Mitt liv - mitt valg!

Av Thyra og Kjersti

Voksenseminaret er et årlig arrangement for alle voksne medlemmer i Norsk Dysmeliforening. I år gikk seminaret av stabelen fredag 13. til søndag 15.februar på Clarion Collection Hotel Bation i Oslo.

Tilstede var 14 deltagere fra hele landet. Årets seminar ble ledet av Henrik Haug. Henrik står bak Bærum Gestaltsenter. Han er 42 år gammel, og er utdannet gestalt-terapeut ved høgskolen Norsk Gestaltinstitutt i Oslo.

I tillegg til gestaltterapi-utdannelsen har han bl.a. kurs i gestaltorientert coaching og for-dypning i kropporientert traumeterapi.



På agendaen for helgen stod blant annet følgende temaer:

- Mestring
- Glede
- SMART-mål i eget liv
- Et bilde på fremtiden

Målsetningene for seminaret var at deltakeren skulle drive erfaringsutveksling knyttet til temaene, fokusere på «her og nå» og få motivasjon til å foreta endringer i livet.

Det var et variert og interessant seminar med humor og god stemning, og på slike seminar har alle noe å bidra med, og av den grunn ble det mange kreative og gode diskusjoner rundt temaene.

På lørdag kveld var vi på Latter, og vi avsluttet en innholdsrik dag med middag på Tjuvholmen.

Seminaret ble avsluttet på søndag med oppsummering og utdelings av vandrepokalen. Vandrepokalen som deles ut på voksenseminaret fikk vi laget spesielt til oss da vi var på Magnor Glassverk for en del år tilbake. Siden den gang har den vært delt ut årlig til en person som har utmerket seg på en positiv måte. I fjor var det Kristine Thorud Lund som fikk vandrepokalen. I statuttene for vandrepokalen står det at den som mottar pokalen må ha den på «peishyllen» igjennom hele året og kunne dokumentere det med et bilde. I år gikk vandrepokalen til Randi Askim for hennes pågangsmot og positive innstilling. Vi gleder oss masse til å se bildet av pokalen på «peishyllen» neste år.

Dette var en helg med mange fine stunder med flotte mennesker, og vi vil med dette få takke alle deltakerne og Henrik for et flott seminar med gode diskusjoner og konstruktive innspill.

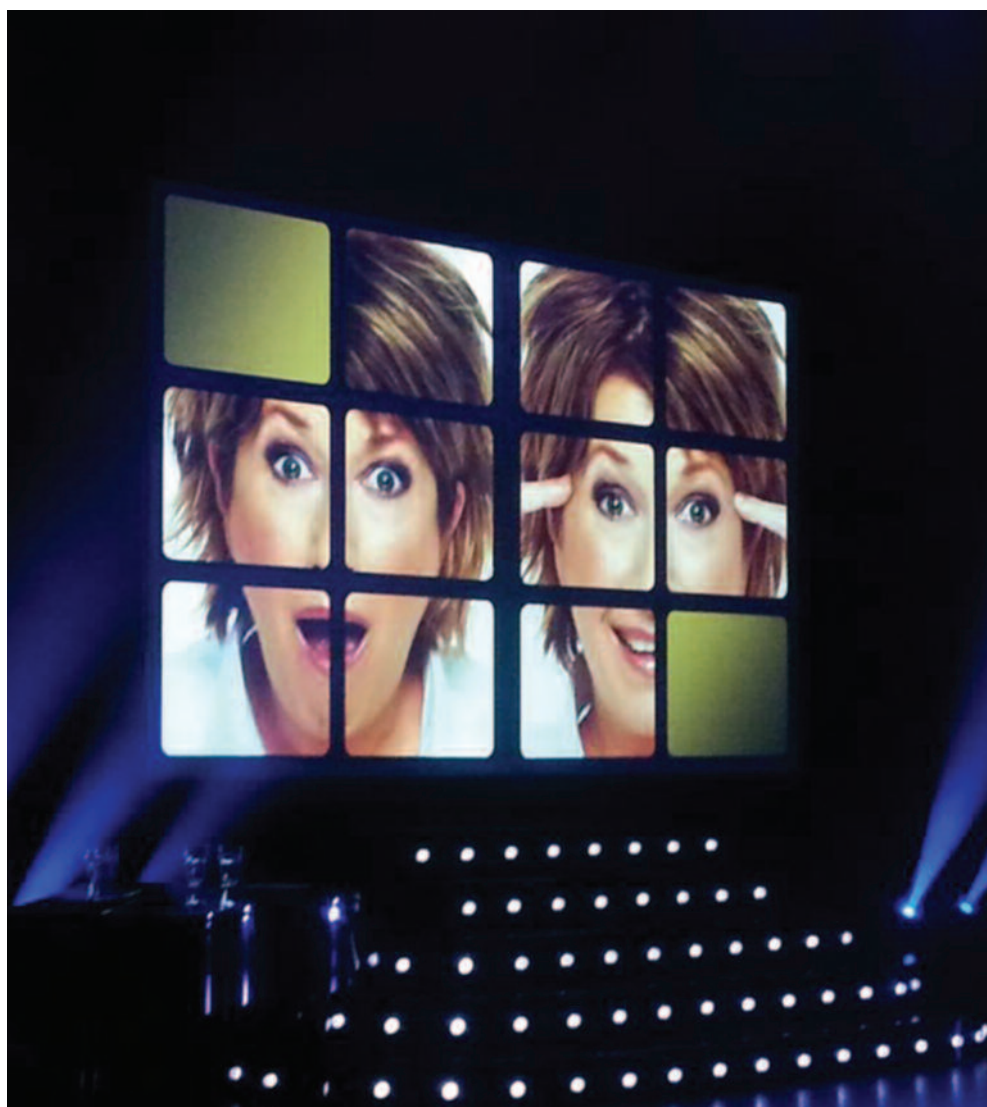
Ellers vil vi oppfordre alle til gjennomføre et av sine mål i løpet av 2015.

Lykke til. Vi heier på dere.

*Kristine har dokumentert at vandrepokal-
len har stått på
«peishyllen» i
hele 2014.*



1	E	2	T	3	L	4	E	5	B	6	E	7	V	8	E
9	N	Y	10	B	J	11	Ø	R	N	E	N				
12	D	R	13	A	B	E	L	I	G				D		
14	T	I	M	E	N			15	G	A	S	T			
	17	E	N		18	E	N	19	G	S	T	E			
20	S	N	E	21	K	R	E		22	J	A				
	K	23	S	V	E	R	M	E	R		25	I			
26	A	27	F	T	E	N	T	U	R		S				
28	P	R	Y	L			29	S	L	E	T	T			
31	T	A	32	V	33	K		34	E	N	E	R			
35	E	N	D	E	V	E	N	D	T	E					
38	S	C	E	N	E	R		39	E	T	T				



Fra forestillingen på Latter lørdag kveld.

Vil du snakke med en likeperson?

Trenger du å snakke med en likeperson som kan dele sine erfaringer, lytte og gi deg råd om hvor du henvende deg i forhold til ditt behov.

Da kan du ringe Norsk Dysmeliforenings likepersoners-telefon på 936 82 829.



Vi trenger sponsorer!

Norsk Dysmeliforening blir 50 år i år!

Vi tenkte derfor å feire litt ekstra på årets sommerseminar. Kjenner du en potensiell sponsor som kunne bidratt med for eksempel premier, gaver til barn eller voksne, sponning av aktiviteter eller reklameartikler etc.?

Eller har du kanskje kontakt med, eller kjenner en kjendis som kan kaste litt ekstra glans i løpet av arrangementet i Kristiansand 5.-9. august?

I så fall, ta gjerne kontakt med oss på leder@dysmeli.no!

Meld deg på sommerseminaret 2015!

I år har vi lagt sommerseminaret til Quality Hotel & Resort Kristiansand, et hotell vi også tidligere har brukt til sommerseminar.

Seminaret er i uke 32, fra onsdag 5. til søndag 9. august. Hotellet ligger på den andre siden av Dyreparken, med barnevennlige omgivelser og et eget utebasseng. Her er det svært godt tilrettelagt for barnefamilier med egne barneaktiviteter flere timer per dag.

I år feirer Norsk Dysmeliforening 50 år, og derfor slår vi på stortromma!

Vi byr på festmiddag og spennende aktiviteter for store og små.

Denne gangen prøver vi igjen med en egne aktivitet der herrerne er ute og kjører gocart på ankomstdagen onsdag, og damene får en behagelige spudlende spakveld dagen etter. Vi håper på forståelse for en liten egenandel for å få til disse aktivitetene.

I tillegg blir det som vanlig erfaringsutveksling, faglig påfyll og foredrag.

Som alle andre år blir det også en aktiv ungdomstur og en egen temafest med tallet 50 som utgangspunkt, fordi vi skal feire foreningens 50 år.

Bruk tallet som inspirasjon enten du vil kle deg inspirert av 50-tallets moter eller du vil bruke tallet 50 som din inspirasjonskilde. Bruk kreativiteten og kle deg i din egen selvvalgte 50-stil!

Egenandeler for sommerseminaret:

Pr voksen kr 2.000,-

Pr barn kr 750,-

Gratis for barn under 3 år

Reiseutgifter pr familie kr 1.500,-

Herrernes aften med gogart kr 200,-

Mors time kr 100,-

Påmeldingsfrist:

31. mai 2015.

Mer informasjon kommer på dysmeli.no og på facebook.



Meld deg på NÅ via påmeldingslinken på våre nettsider, evt. bruk påmeldingsskjemaet i bladet om du ikke har mulighet til påmelding via hjemmesidene våre.

Håper du kan bli med oss på feiringen!

Påmelding til sommerseminaret 2015

Quality Hotel & Resort Kristiansand 5. - 9. august 2015

NAVN	ADRESSE	POSTNR.	POSTSTED	MAILADRESSE	M
DELTATT TIDLIGERE	JA/NEI	BARNESENG	JA/NEI	EL.RULLESTOL	
Vi godtar at ND bruker bilder som vår familie er på fra årets seminar i Dysmelisten, på www.dysmeli.no og da					
Hjelpe til med aktiviteter under samlinga?		JA/NEI			



Egenandeler:

Voksne	2.000,00
--------	----------

Barn født 1998-2010	750,00
---------------------	--------

Barn født 2012-2015	0,00
---------------------	------

Reise pr. familie	1.500,00
-------------------	----------

Påmeldingsfrist 31. mai 2015. Påmeldingen er bindende.

Blir det dårlig plass i feltene, send gjerne et følgeskriv.

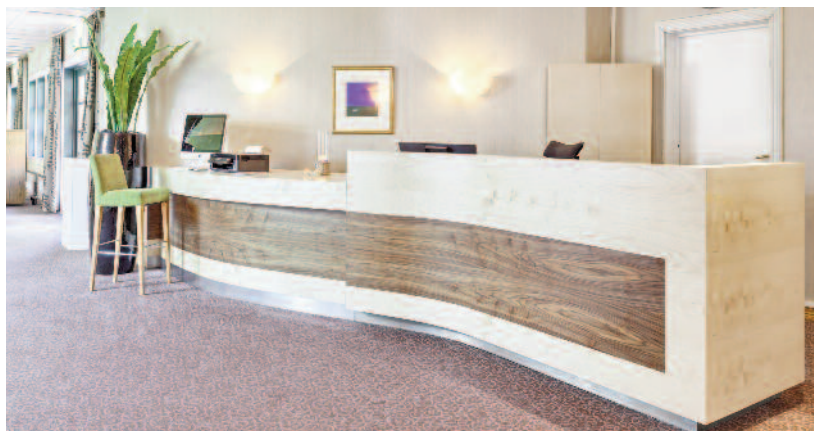
Spørsmål om seminaret kan sendes til:

kenneth_carlsen@yahoo.no

Adresse: Kenneth Carlsen, Holtebygdveien 156, 3282 Kvelde. Tlf. 932 24 858

OB.TELEFON	F.ÅR BARN	DYSMELI ARM BEIN	SPE.S.BEHOV MAT ROM	ANNET
J A / N E I	BARNEVAKT	J A / N E I		
gens bilder		J A / N E I		

NB! Også i år kan dere melde dere på via påmeldings-
linken på våre nettsider.
Vi oppfordrer flest mulig til å bruke denne.
Scan og send inn pr. mail eller post om påmelding
via nettsidene ikke er mulig for deg!



Bli kjent med en dysmelist!

Kristine Thorud Lund

Hvordan ble du med i Ingen grenser?

Jeg så tilfeldigvis at de trengte deltagere, så da sendte jeg inn en søknad, ble tatt inn på intervju og så ble jeg etter flere runder valgt ut til å være med.

Hva var det morsomste med å delta der?

Jeg har fått oppleve en tur jeg aldri ville ha opplevd ellers. Jeg har fått veldig gode venner.

Bruker du protese?

Jeg bruker ikke protese, men har enkelte hjelpemiddel som er veldig til hjelp, bl.a. har jeg en spisekniv. Som barn hadde jeg mange ulike proteser, men jeg ble aldri «venn med dem». Jeg følte at de var i veien, og siden dysmeliarmen min er ganske lang, mestret jeg det aller meste uten å ha håndprotese. Så derfor ble det til at jeg går uten protese og det fungerer fint for meg:-)

Hva sier elevene dine til at du har dysmeli?

De har hatt mange spørsmål i starten, de er nyskjerrige på hvordan jeg får til ting. Men de godtar det etter hvert og etter en stund tenker de ikke på det lenger.

Var du på sommersamlinger når du var liten?

Jeg var på flere sommersamlinger da jeg var barn.

Hva husker du best fra disse samlingene?

Jeg var ganske liten da jeg deltok på disse samlingene så jeg husker faktisk ikke så veldig mye. Men etter hvert som jeg ble eldre, kan jeg huske at jeg syntes det var veldig godt og befriende å treffe andre som har dysmeli.



Navn: Kristine Thorud Lund

Alder: 28 år

Bosted: Oslo

Interesser: Trening og sang

Jobb: Lærer

Gleder du deg til sommersamlinga?

Ja, jeg gleder meg til å komme på sommersamling igjen etter så mange år! Det blir hyggelig å se gamle og nye fjes:-)



Kristine i luftig svev!

Innkalling til Generalforsamling i Norsk Dysmeliforening

Torsdag: 6. august 2015

Klokken: 16.00 - 17.00

Sted: Quality Hotel
& Resort Kristiansand

Saksliste:

1. Åpning
2. Opprop og fastsettelse av antall stemmeberettigede
3. Konstituering med valg av møte-dirigent(er), møtesekretær(er), tellekorps og to protokollunderskrivere
4. Styret beretning for siste hele kalenderår
5. Revidert regnskap
6. Medlemskontingent for kommende kalenderår
7. Valg av styrets funksjoner: leder, sekretær og informasjonsleder
To varamedlemmer velges særskilt
8. Valg av revisor
9. Valg av tre personer til valgkomité
10. Andre innkommende saker med innstilling fra styret
Vedtektsendringer



NORSK DYSMELIFORENING

Dysmeli er betegnelsen på medfødt mangel på arm og/eller ben

BARNAS

påske

HJØRNE

Cookies

Ingredienser:

125 g sukker, gjerne blanding av
brunt og hvitt sukker

120 g mykt smør

1 egg

½ ts natron

½ ts salt

145 g hvetemel

1 ts vaniljesukker

170 g sjokolade-chips eller opphak-
ket kokesjokolade (40-50% kakao)



Slik går du frem:

1. Varm stekeovnen til 190°C.

2. Pisk smør og sukker til det blir
hvitt og luftig.

3. Tilsett egget og pisk godt.

4. Tilsett natron, salt og mel og
bland godt sammen.

5. Bland inn sjokoladebiter.

6. Pakk inn deigen i plast og legg
den i kjøleskapet minst 30
minutter.

7. Overfør deigen til en bakeplate
dekket med bakepapir, ca. en full
spiseskje for hver cookie.

8. Stekes i 8-10 minutter til de får
pen farge (stek alltid noen få prøve-
cookies først for å sjekke om
deigen er passe fast).

9. Kjøøl cookiene på bakebrettet ca 5
minutter før de flyttes til en rist for
endelig avkjøling.

Du får best resultat om du bruker
sjokolade-chips om er spesielt
laget for baking.

Bussen var full av skoleelever, og på vei til Kristiansand sentrum
stoppet bussjåføren ved dyreparken. I et i et forsøk på å være morsom
kremtet sjåføren i høyttaleren og sa:

Her må alle apekattene gå av bussen!

Da ropte en liten jente fra bak i bussen:

Men hvem skal da kjøre bussen videre til Kristiansand da?

Farmor satt barnevakt for lille Jens som nettopp hadde lagt seg.

- Skal jeg fortelle deg et eventyr? undret farmor. - Nei. - Skal jeg synge
en vuggevise, da? - Nei, sa lille Jens. - Hva skal jeg gjøre da? spurte
farmor. - Gå deg en tur slik at jeg får sove!

Mari snakket med mormor i telefonen, plutselig mistet hun

telefonrøret i gulvet. Hun tok det forsiktig opp og spurte:

- Slo du deg mormor?

1	2		3	4		5	6	7	8
9			10		11				
12		13							
14					15		16		
	17			18	19				
20			21			22			
		23				24			25
26	27								
28					29			30	
31			32	33		34			
35		36			37				
38							39		

Løsning side 11

Vannrett

- 1 Levnet
- 5 Riste
- 9 Gresk bokstav
- 10 Rovdyret
- 12 Drøy
- 14 Leksjonen
- 15 Militær sjømann
- 17 Man (om person)
- 18 Bekymre
- 20 Tømrer
- 22 Adverb
- 23 Kjærlighetseventyr

- 26 Promenering
- 28 Juling
- 29 Dårlig
- 31 Bemektige seg
- 32 Forkortelse
- 34 Den beste
- 35 Snudd opp ned
- 38 Hendelser
- 39 Tallord

Loddrett

- 1 Opphørt
- 2 Dyr
- 3 Svinne
- 4 Butleren
- 5 Seilskute
- 6 Spennende
- 7 Tokt
- 8 Sluttet
- 11 Drikk
- 13 Organisasjon (del
av navn)
- 16 Stjerne
- 17 Artikkel
- 19 Pelsverk
- 20 Ble til
- 21 Buen
- 24 Hestens munn
- 25 Fiskefettet
- 27 Myntenhet
- 30 Ugjennomtrengelig
- 33 Innhengning
- 36 Pronomen
- 37 Endelse

MEDLEMSSKAP

- ☐ Familiemedlemsskap
- ☐ Enkeltmedlemsskap
- ☐ Fagperson/institusjon

VENNLIGST BENYTT STORE BOKSTAVER

VENNLIGST BENYTT STORE BOKSTAVER		Født:	Kjønn:	Dysmeli:
Navn hovedmedlem:				
Navn:				
Navn:				
Navn:				
Navn:				
Adresse:				
Postnr:		Sted:		
Telefon:		Mobil:		
E-post:				

HOVEDMEDLEM (tilleggsopplysninger): Følgende opplysninger er frivillige.

De vil kun bli brukt internt av foreningen til formidling av medlemskontakt og planlegging av samlingstemaer.

Dysmeli:

Beskrivelse:

- ☐ Arm
- ☐ Ben

Jeg har fått vite om Norsk Dysmeliforening via:

Returadresse: Richard Lie, Lenseveien 19, 1900 Fetsund



Ha en fin vår!



NORSK DYSMELIFORENING

*Dysmeli er betegnelsen på medfødt
mangel på arm og/eller ben*