Folkeuniversitetet
Ålesund Senioruniversitet

Ålesund Senioruniversitet

Ålesund Senioruniversitet — Medlemsblad nr. 73 - februar 2022

Medlemsblad 73

I denne utgaven :

S. 2: *Innkallig og dagsorden til årsmøte*

S. 3: *Vedlegg til dagsorden*

S. 4: *Regnskap & budsjett & revisjonsberetning*

S. 5: *Balanse*

S. 6: *Valg av styremedlemmer*

S. 7-11: *Årsberetning 2021*

S.12: *Torsdagsmøte på NTNU*

S.13-16: *«Hør nå her» - om hørsel*

S.17: *Om Ålesund Senioruniversitet*

S18: *Gruppekontakter & Sponsorannonser*

S19: *Tillitsvalgte & Møteplan våren 2022*

Støtt våre sponsorer:

BRAGES Bilforretning
Sparebanken Møre
POLYFORM AS

Org.nr. 987 814 217
Bankkonto 3910 41 88560
Våre nettsider finner du på
www.puiaa.no
E-post: post@puiaa.no

Lillevatnet. (Foto: Solveig Larsgård Gartz)

Innkalling til årsmøte for året 2021
i Ålesund Senioruniversitet
torsdag 24. februar 2022 kl.18.00
på Naftadjupet (NTNU)

Jeg vil gjerne bli medlem av Ålesund Senioruniversitet

Fornavn:_____Etternavn:_____

Fødselsdato (må oppgis):_____/_____/_____

Gateadresse:_____

Postnummer:_____Poststed:_____

Mobiltelefon:_____Fasttelefon:_____

Din epostadresse:_____

Bladet blir sendt pr. epost til alle medlemmene. Ønsker bladet også i posten____ (sett X)

Medlemskapet er gyldig når kontingent er betalt til konto 3910 26 50933
(Husk å oppgi eget navn ved innbetaling).

Du må gjerne melde deg inn ved å sende en epost med alle opplysningene til:
post@puiaa.no eventuelt direkte til sjur.brande@live.no eller herbert@gartz.no

Innkalling til og dagsorden for årsmøte for året 2021 i
Ålesund Senioruniversitet,
torsdag 24. februar 2022 kl.18.00 på Naftadjupet (NTNU)

1. Årsmøtet settes av styreleder
   - Godkjenning av innkalling
   - Godkjenning av dagsorden
2. Valg av møteleder
3. Valg av referent og to protokollvitner
4. Styrets årsberetning
5. Revisors beretning
6. Regnskap
   - Regnskap for 2021
   - Styrets forslag til budsjett for 2022
   - Fastsettelse av kontingent
7. Forslag fra medlemmene
8. Forslag fra styret om ny § 10 i ÅSUs vedtekter *(se side 3 for tillegg)*
9. Forslag fra styret om oppretting av komite for utarbeiding av nye vedtekter for ÅSU (*se side 3 for tillegg)*
10. Valg av styre v/ valgkomiteen
    - Styrets leder
    - Styremedlemmer på valg
    - Varamedlemmer
11. Valg av valgkomite
12. Møteleder meddeler ansvarsfrihet
13. Årsmøtet avsluttes

Vedlegg til punkt 8 i dagsorden:

Styrets forslag til ny § 10 i Vedtektene for Ålesund Senioruniversitet, vedtatt på styremøte 27. januar 2022:

§ 10—Oppløsning

<Oppløsning av foreningen kan bare behandles som sak på årsmøte og krever 2/3 flertall.

Foreningens formue skal etter oppløsning og gjeldsavleggelse tilfalle det formål foreningen arbeider for å fremme, eller ved at nettoformuen blir gitt til ideelle organisasjoner som årsmøtet bestemmer. Mottakende organisasjon eller formål må ha et aktivt virke innen Ålesund kommune.

Ingen medlemmer har krav på foreningens midler eller andel av disse.>

Vedlegg til punkt 9 i dagsorden:

Styrets forslag om revisjon a v vedtektene for ÅSU:

<Årsmøtet ber det nye styret om å nedsette en komite for gjennomgang og utarbeidelse av oppdaterte vedtekter for ÅSU. De nye vedtektene legges frem for neste årsmøte.>

Kostnader 2021 og budsjett 2022

Antatt kontingentbetalende	400	
Valgt kontingent	300	
Inntekt kontingent		120 000

	Kostnader 2021		Budsjett 2022
6235	Oppmerksomheter	**530**	**1 000**
6520	Andre møteutgifter	**0**	**1 500**
6550	Driftsmaterialer	**2 337**	**3 000**
6580	Data/EDB kostnad	**12 780**	**14 000**
6620	Vedlikehold utstyr	**18 363**	**15 000**
6700	Honorar regnskap og revisjon	**0**	**0**
6720	Honorar foredrag	**1 027**	**10 000**
6820	Trykksaker	**0**	**7 000**
6830	Servering medlemsmøter	**1 751**	**4 000**
6840	Annonsering møter	**0**	**3 000**
6860	Studiegruppevirksomhet	**7 000**	**8 000**
6890	Administrasjon	**10 786**	**12 000**
6940	Porto, frakt	**2 620**	**3 000**
7140	Reisekostnad foredrag	**0**	**19 000**
7145	Reisekostnad egne arr.	**0**	**1 000**
7310	Markedsføring	**2 500**	**17 500**
7770	Bank- og kortgebyr	**2 003**	**2 000**
8050	Renter	**0**	**-1 000**
	Sum	**61 697**	**120 000**
	Beregnet resultat		**0**
	Likvid kapital 1.jan 2022		**201 620**

REVISJONSBERETNING FOR 2021
ÅLESUND SENIORUNIVERSITET

Jeg har revidert regnskapet for Ålesund Senioruniversitet for regnskapsåret 2021, som viser et underskudd på kr. 4.849,-.
Årsregnskapet er avlagt av styret og regnskapsfører og består av resultatrapport og balanse samt 2 noter.

Den løpende bokføring stemmer med underlaget og er dokumentert med bilag.

Min kontroll avdekket ingen feil eller mangler, og jeg mener at årsregnskapet og balansen gir et riktig uttrykk for driften av Senioruniversitetet og den økonomiske stillingen pr. 31. desember 2021.

Ålesund, 12. januar 2022
Kari Westre

Balanse pr. 31.12.2021

Eiendeler	
Kasse	300
Sbm driftskonto 3910 26 50933	18 680
DNB 1503 88 10712	26 598
Aktivitetskonto 3910 36 05532	44 429
Kontingent 3910 44 88560	111 613
Reserve 3910 40 45042	0
Sum eiendeler	**201 620**

Egenkapital og gjeld	
Annen egenkapital 1.jan.	206 470
Udisponert underskudd 2021	-4 849
Gjeld	0
Sum egenkapital og gjeld	**201 621**

Til styret i ÅSU v/ Helene Birkeland. 19-01-22

Vedr.: Årsmøte i Ålesund Senioruniversitet, 24. februar 2022

Valgkomitéens kandidater til valg 2022

Styreleder: Roy Asle Andreassen (1år) ny

Styremedl.:
1. Anne Dyb Liaaen (1år)
2. Ragnar Johansen (Folkeuniversitetet)
3. Arne Vik (2 år) ny
4. Valborg Haugen (2år) ny
5. Åshild Støbakk (2år) ny

Varamedl.:
1. Marit Kalvø (1år)
2. Sjur Brande (1år)

Revisor: Kari Vestre (1år)

Valgkom.:
1. Marit Veiberg Eide (1år)
2. Reidun Viddal (2år) ny
3. Reidun Haavik (2år) ny

Varamedl.: Lars Arve Emblem(2år) ny

De personer som nå er foreslått til styret/kom. har alle blitt forespurt og sagt **ja.**

Valgkomiteen vil takke styret for gode innspill og forslag og vi vil takke leder for konstruktive samtaler.

Med vennlig hilsen
For valgkomiteen

Marit V Eide
Arne O Drabløs
Ole A Devold

Årsberetning for Ålesund Senioruniversitet

Kalenderåret 2021

Årsmøtet for 2020 ble avholdt digitalt på Teams 4.mars 2021 pga. Covid-19.

23 stemmeberettigede medlemmer deltok, møtet ble teknisk styrt av Sjur Brande.

Følgende styre ble valgt for 2021

Leder:	Helene Birkeland	gjenvalg	for 1 år
Styremedlemmer:	Anne Dyb Liaaen	ny	for 2 år
	Herbert Gartz	ikke på valg	for 1 år
	Reidun Breivik	ikke på valg	for 1 år
	Roy Asle Andreassen	ny	for 2 år
	Ragnar Johansen	ny, oppnevnt av Folkeuniversitetet	
Varamedlemmer:	Marit Kalvø	ny	for 1 år
	Sjur Brande	gjenvalg	for 1 år
Valgkomite:	Marit Veiberg Eide	ny	for 2 år
	Arne O. Drabløs	ikke på valg	for 1 år
	Ole A. Devold	ikke på valg	for 1 år
Varamedlem :	Åse Rigmor Ulvestad	gjenvalg	for 2
Revisor:	Kari Westre	gjenvalg	for 2 år

Styrets arbeid:

Styret konstituerte seg slik:

Herbert Gartz (nestleder), Sjur Brande fortsatte som kasserer, Anne Dyb Liaaen overtok som sekretær, Roy Asle Andreassen ble studiekoordinator med støtte av Ragnar Johansen. Reidun Breivik fortsetter som styremedlem. Varamedlemmene har deltatt på styremøtene.

Herbert Gartz, Sjur Brande og Helene Birkeland har vært redaksjonskomite for medlemsbladet og ansvarlige for hjemmesiden på Internett, Herbert Gartz har vært hovedansvarlig.

Styret har hatt møter 21. januar, 18. februar, 11. mars, 15. april, 27. mai, 16. juni, 19. august, 16. september, 14. oktober, 11. november, og 7. desember. Varamedlemmene er blitt innkalt til alle styremøtene.

Saker på styremøtene:

Gjennomgang av dokumentene til Årsmøtet for 2020, dette skulle avholdes på Teams.

25. februar 2021: Herbert Gartz og Sjur Brande fikk ansvaret for gjennomføringen. Info skulle sendes medlemmene på epost, de som ikke hadde epost fikk dokumentene tilsendt pr.post. Møteleder, referent og protokollundertegnere ble valgt.

På styremøtet i april ble «Veien videre» diskutert, Roy Asle Andreassen innledet diskusjonen.

På maimøtet ble det diskutert hvordan vi skulle gjennomføre vårt nye prosjekt, «Flerkulturelt møte». Dette er beskrevet under **«Prosjektarbeid»**

I juni hadde vi idémyldring om ønskede emner for Temamøter når NTNU åpnes igjen, Eldreombudet og ønske om opplæring i bruk av digitale hjelpemidler sto høyt på listen.

Augustmøtet behandlet bl.a. plan for studiegruppene høsten 2021, studiekoordinator Roy Asle Andreassen har ansvaret for dette. Gruppekontakt Sølvi Furnes hadde gitt beskjed om at hun ikke ønsker å fortsette høsten 2021.

I september var det fortsatt ikke mulig å benytte auditoriene på NTNU, og åpningsdato var usikker.

På oktobermøtet fikk vi vite at vi kunne arrangere julemøte på Spjelkavik Seniorsenter, møtet ble berammet til torsdag 9.desember. Arrangementet ble forberedt, men forverret smittesituasjon igjen førte til at møtet ble kansellert.

Coronapandemien

Også i 2021 har foreningens aktiviteter vært sterkt preget av den langvarige corona-pandemien.

Regjeringen og helsemyndighetene påla hele Norges befolkning strenge smittevernsregler, med bestemmelser om hvor mange personer som kunne samles ved forskjellige møtetyper, avstand mellom møtedeltagere, bruk av munnbind og lignende. Det var påbud om hånddesinfeksjon, spritvask av bord og sitteplasser.

Disse reglene medførte at vi ble utestengt fra auditoriene på NTNU fra mars 2020 til november 2021. Dette førte til at våre vanlige temamøter måtte innstilles i samme periode. Spjelkavik seniorsenter ble også stengt for utenforstående, der pleier vi normalt å få benytte både kontorplass og noen grupperom til studiegrupper.

Vi fikk avtale med Ålesund kommune i august 2020 om å benytte lokalene i ungdomshuset Vibes i Spjelkavik. Denne avtalen ble videreført hele 2021 og mange av studiegruppene hadde sine gruppemøter der.

Noen grupper holdt sine møter på Frivillighetssentralen og Biblioteket i Ålesund sentrum slik de normalt gjør. Folkeuniversitetet tilbød også møterom i sine lokaler i Spjelkavik.

ÅSU er svært takknemlige for all hjelpen vi har fått med møtelokaler i et krevende år.

Støtte:

Styret har bevilget 2.500 kr i støtte til Ålesund Seniorfestival.

Medlemstall:

Det har vært få utmeldinger og liten naturlig avgang i 2021. Det har vært en jevn økning av nye medlemmer i en periode hvor våre aktiviteter av smittemessige hensyn har vært begrenset. Det var 415 medlemmer ved årsskiftet.

Økonomi:

Kassereren opplyser at regnskapet har vært enkelt å føre i 2021. Det er under 100 bilag utenom kontingent. Oppsettet er lett å kontrollere under føringen ved den interne rutinen som er bygget inn. Arbeidet med innkreving av kontingent er mest tidkrevende.

Foreningens økonomiske stilling er utmerket med en gjeldfri likvid kapital på kr. 201.621 ved inngangen til 2022.

Sluttsummen for alle kostnadskonti er ført nederst og viser helhetlig grunnlaget for et nytt budsjett. Det ventes at antall som betaler kontingent vil bli lavere enn antall medlemmer ved årsskiftet fordi vi normalt mister medlemmer tidlig på året, og utviklingen er ukjent. Avtroppende styre ønsker å satse på økt aktivitet igjen i 2022 i sitt forslag til budsjett for 2022. Konsekvensen av negative avvik fra budsjett vedtatt er liten grunnet foreningens solide økonomiske stilling.

Temamøter i 2021:

Grunnet langvarig coronanedstenging på NTNU fikk vi ikke tilgang til vårt vanlige møtelokale før i november 2021.

18. november ble årets eneste temamøte avviklet, da fortalte Eldreombudet, Bente Lund Jacobsen, om sin virksomhet og også litt om eldres digitale hverdag. Møtet samlet ca.35 tilhørere og ble svært vellykket.

Andre arrangement:

Vårt tradisjonelle julemøte skulle etter planen holdes torsdag 9. desember på kafe Rematun på Spjelkavik seniorsenter. 40 medlemmer var påmeldt og alle forberedelser var gjort. John Roald Pettersen skulle kåsere om «Den gamle sunnmørsjula».

Dessverre viste det seg at coronasmitten de siste ukene hadde økt svært mye, og tirsdag 7.des. offentliggjorde Regjeringen nye og strengere smittevernregler. Da ble det ikke lov å samle mer enn 20 personer i leid lokale. Onsdag 8.desember måtte vi derfor sende ut melding om avlyst julemøte til alle påmeldte og aktører.

Prosjektarbeid:

I mars 2021 gjorde Ragnar Johansen styret oppmerksom på at vi kunne søke Ålesund kommune om aktivitetstilskudd til integreringsarbeid for innvandrere.

Kommunen hadde fått midler til fordeling fra Statsbudsjettet 2021; «Tilskudd til integreringsarbeid i regi av frivillige organisasjoner». Hovedmålet med tilskuddsordningen var å øke arbeids- og samfunnsdeltagelse blant innvandrere og deres barn. Søknad om midler til vårt planlagte prosjekt «Flerkulturelt møte» ble sendt 15. mars.

19 mai 2021 vedtok *Virksomhet Flyktning*, med hjemmel i delegert myndighet, å gi tilsagn på kr.28.000 til ÅSU og til tiltakene som var beskrevet i søknaden. Midlene måtte brukes og regnskapføres i 2021.

En forutsetning for å motta støtte er at organisasjonen er registrert i frivillighetsregisteret. ÅSU ble forsøkt registrert i frivillighetsregisteret 19.06.2021, men fikk beskjed om at ÅSU's vedtekter manglet bestemmelse om opphør. Styret legger frem for årsmøtet i februar 2022 forslag til ny §10 om opphør, og søknad om registering i frivillighetsregisteret gjøres på nytt.

Ragnar Johansen og Roy Asle Andreassen fikk oppgaven med å utpeke en prosjektgruppe som skulle planlegge den videre fremdriften i prosjektet.

Prosjektet ble organisert som 13 treff på 2 timer, kl. 12-14, hver onsdag fra 15.sept til og med 8.desember. Deltagere på disse «Onsdagstreffene» var interesserte ÅSU-medlemmer, 10-20 personer hver gang. De fleste treffene ble holdt i Folkeuniversitetets lokaler i Spjelkavik. To av møtene var besøk i Buddhisttempelet på Gåseid og Hindusenteret i Ålesund sentrum. Det planlagte avsluttende møtet 15. desember måtte avlyses pga. nye og strengere coronarestriksjoner igjen.

Hovedpost på treffene var møte med én eller flere innvandrere fra land som Syria, Afghanistan, Iran, Irak, Burma, Sri Lanka, Kosovo. Innvandrerne var kommet til Norge som flyktninger og fortalte på

norsk sin historie om flukten, mottagelsen i Norge, norskopplæring og kurs på Folkeuniversitetet. De fortalte om livet i hjemlandet, familieliv, høytider og seremonier, noen av dem serverte også mat fra hjemlandet. Etter foredragene kunne vi stille spørsmål. Disse møtene var virkelig øyeåpnere for oss nordmenn som har hatt det relativt bekymringsløst hele vårt liv.

Etter avsluttet prosjekt ble det sendt ut evalueringsskjema til alle møtedeltagerne. I alt 15 deltagere besvarte skjemaet. Et fyldig referat er laget. Det var stor enighet om at prosjektet hadde vært lærerikt og mange ønsket at vi kunne fortsette med lignende virksomhet senere.

Studiegruppene:

Studiekoordinator	Roy Asle Andreassen
Studiegruppe	**Gruppekontakt**
Bridge	Reidun F. Breivik
Byen vår	Lars Johan Huse
Datagruppe A	Marit Veiberg Eide
Datagruppe B	Åshild Fallgren
Datagruppe C	Ole Andreas Devold
Datagruppe D	Per- Arne Vidnes
Digital foto	Solveig L. Gartz
Engelsk litteratur	Åshild Longva
Kino Moa	Hilde Bjørlo
Kunst	Mari Johansen Huse
Kunstmaling	Asbjørn Kjell Lade
Litteratur 1	Guri Bjørlo
Litteratur 2	Gunnhild Humblen
Litteratur 3	Liv Ingebrigtsen
Natur og kultur i nye Ålesund	Sølvi Furnes
Quo Vadis	Alfhild Hagen
Samfunnsgruppa	Karl Johan Skårbrevik
Spansk 1	Aashild Nordhus
Spansk 2	Eija Luotonen Emblem

Møtelokaler for studiegruppene:

Møtelokalene på Spjelkavik Omsorgssenter har vært stengt helt frem til november 2021.

Studiegruppene har hatt møter i forskjellige lokaler. 11 av gruppene har hatt sine møter på Vibes, de fleste har vært tilfreds med dette lokalet, men noen har syntes det er for kaldt og har dårlig akustikk og har hatt ønsker om å bytte møtested.

2 grupper (Spansk 1 og Spansk 2) har hatt møter I Folkeuniversitetets lokaler.

Litteratur 2 har møttes på Ålesund bibliotek. *Litteratur 3* og *Byen vår* har vært på Frivillighetssentralen.

Kinogruppen møtes på Odeon kino.

Gruppen *Natur og kultur i nye Ålesund* har ikke hatt aktivitet i 2021 pga. corona-restriksjonene.

Medlemsblad og hjemmesidene:

I 2021 har det kommet ut to numre av PU bladet, nr. 71 i januar og nr. 72 i mai.

Bladet er utsendt elektronisk til alle medlemmer med epostadresse, de resterende har fått det tilsendt i frankert post.

Samarbeid:

Ålesund Senioruniversitet har vært en del av *Folkeuniversitetet i Midt-Norge* (som nå er endret organisasjonsmessig). Vi kommer derfor inn under *Lov om voksenopplæring,* som bl.a. gir rett til gratis undervisningslokaler og støtte til studiearbeid. Vi har et svært godt samarbeid med NTNU Ålesund, Spjelkavik omsorgssenter, Frivilligsentralen og Ålesund bibliotek. Dette er vi svært takknemlige for.

Medlemmenes innsats:

Også dette året er det først og fremst studiegruppene og deres kontaktpersoner som har kunnet gjøre en innsats for Senioruniversitetet, dette vil styret takke dem for.

Medlemmene har heldigvis vist stor forståelse for at coronaen har vanskeliggjort mange av de aktivitetene ÅSU normalt driver, men ingen klager er mottatt.

Ålesund (dato)

_____	_____	_____
Helene Birkeland	Herbert Gartz	Anne Dyb Liaaen

_____	_____
Reidun Breivik	Roy Asle Andreassen

TORSDAGSMØTENE PÅ NTNU

Hurra!

Så fikk vi endelig anledning til å benytte «Naftadjupet» på NTNU igjen. Første møte fant sted den 18. november. Her et kortfattet referat fra møtet:

Ålesund Senioruniversitet – Medlemsmøte 18. november 2021, NTNU Ålesund.

Helene Birkeland ønsket velkommen til et etterlengtet medlemsmøte i Ålesund Senioruniversitet.

Dagens foredragsholder var Eldreombudet, Bente Lund Jacobsen: «Eldreombudet – vaktbikkje og trekkhund»

Eldreombudet ble etablert i 2020 med lov om Eldreombud og har sitt kontor i Ålesund. Så langt er det fire ansatte ved kontoret, med ønske om flere. Eldreombudet er et selvstendig nasjonalt statsorgan med formål å fremme eldres interesser på alle samfunnsområder og følge med på situasjonen for de eldre. Oppgavene og arbeidsmetodene er mange og ulike, og Eldreombudet har et vidt spekter å arbeide ut fra, men velger selv oppgavene.

Situasjonen for eldre er ikke perfekt i Norge, og det er viktig å påvirke offentlige myndigheter og private virksomheter, både direkte og gjennom mediene. Kontakt med fagmiljøer og frivillige organisasjoner er også ei viktig oppgave. Eldreombudet får daglig henvendelser og innspill fra eldre og pårørende, men er ikke klageinstans.

Helse og omsorg for eldre er et prioritert arbeidsområde, og Eldreombudet arbeider med de sakene som de synes er viktigst. Det er stor forskjell på hvordan kommunene forbereder seg på et økende antall eldre, dessverre så er det mange kommuner som skjærer ned på tilbud og tjenester.

Samfunnsdeltakelse og arbeid er et annet viktig arbeidsfelt. Mange opplever aldersdiskriminering i arbeids- og organisasjonsliv. Svært mange eldre har stor arbeidsevne, men mange opplever å bli tilbudt sluttpakker før pensjonsalder. Gjennomsnittlig sluttalder i dag er 65 år.

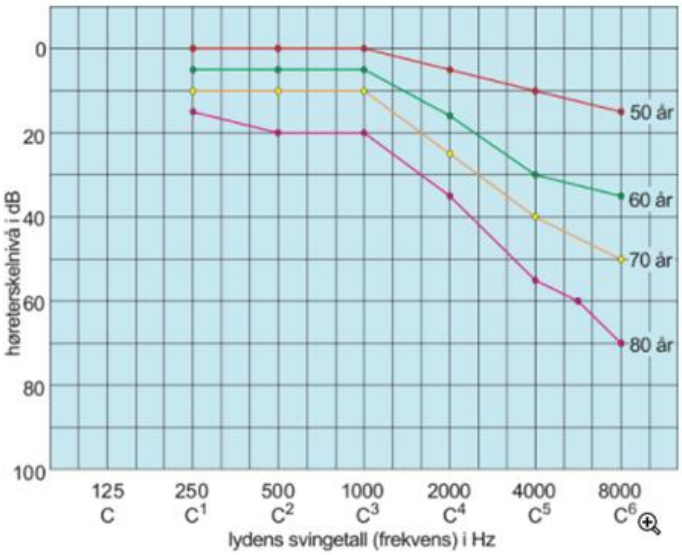
Representasjon av eldre i politiske organer er også dårlig, og mye kompetanse går tapt. Vi trenger holdningsendringer slik at det ikke oppstår fordommer og diskriminering pga alder.

Eldreombudet har bedt om at kommunene sikrer frivilligheten rettet mot eldre. Det er mange friske eldre som kan bidra til livskvalitet og hygge, både for de som bor hjemme og de som bor på institusjon.

Digitalt utenforskap er et økende problem for mange eldre i dagens samfunn. Digitale banker og digital kommunikasjon fra kommuner og stat er effektivt, men når ikke frem til et stort antall eldre som ikke har digital kompetanse – eller mulighet. 130 000 eldre bruker ikke internett, og det er et sterkt behov for en plan for ikke-digitale eldre. Mange opplever høye gebyr og regninger til inkasso når de ikke kan bruke nettbank.

Eldreombudet skal legge press på statlige aktører og utfordrer banknæringen spesielt. Politikere, direktorat og andre aktører må arbeide for løsninger for ikke-digitale. I tillegg er det stort behov for opplæring av eldre – der eldre bor. Denne opplæringen bør være i små grupper tilpasset nivå, i trygge omgivelser med trygge lærere

Diskusjonen i etterkant av foredraget viste at dette var et tema som skapte engasjement og ettertanke. Vi ønsker Eldreombudet lykke til i det viktige arbeidet som skal gjøres.



Hør nå her!

Gjennomsnittsalderen for våre 430 medlemmer i Ålesund senioruniversitet er 77 år. Omtrent halvparten av oss, og minst 8 av 10 i aldersgruppen 85 år, opplever hørselshemming.

Det merkes på to fronter: 1. Det er knyttet til det en person opplever i hverdagen, og 2. det merkes når vi deltar på møter i store rom, i studiegrupper, og ikke minst når vi har guidede turer i friluft.

Vi tok derfor initiativ til å få en veiledning på hvordan vi skal gå frem for å få hjelpemidler slik at vi kan få godt utbytte av det som skjer rundt oss.

Audiograf *Kjetil Teigen* fra Phonak fortalte en lyttende forsamling først om det fysiske som skjer med oss, og deretter om hvilke hjelpemidler som er tilgjengelige i dag.

I tillegg hadde vi invitert tre lokale spesialister som kan hjelpe oss i hverdagene som kommer.

Fra v: Elvedin Deumic, elvedin.deumic@nav.no tlf. 92600630

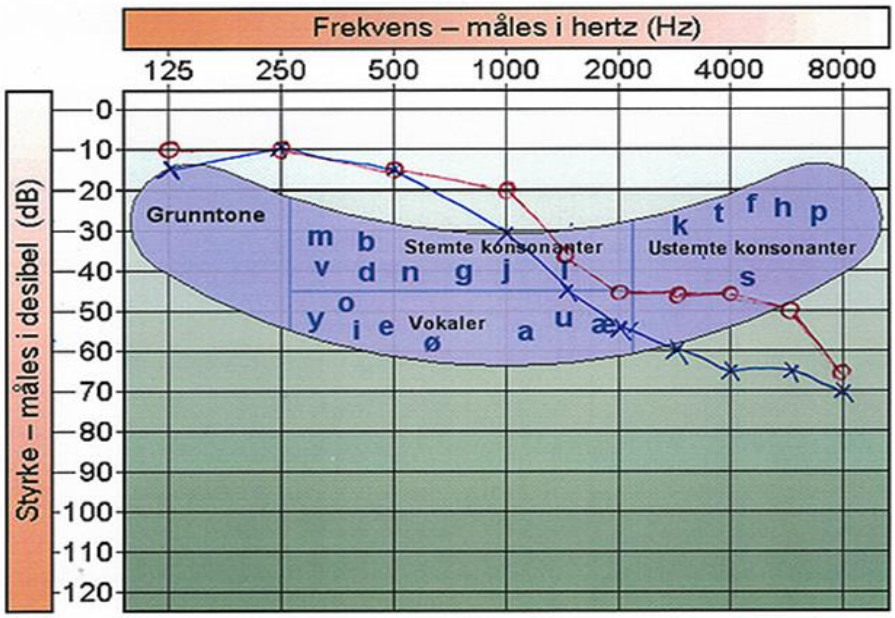
Susanne N. Rødal, susanne.noto.rodal@alesund.kommune.no tlf. 95701571

Bernt Nesje, bernt.nesje@atea.no tlf. 95499853

Typiske tegn på hørselshemming

- Tale og lyder virker mumlete
- Volumet på radio og TV settes veldig høyt
- Man må spørre andre om å gjenta noe eller snakke saktere
- At man er mindre med i samtaler og har mindre interesse av sosiale arrangementer
- At man misforstår fordi man har vanskeligheter med å høre enkelte ord eller konsonanter.

Det siste er godt illustrert i denne figuren fra https://www.audiografen.no/horselstap



En **hørselsmåling** viser at personen hører dårligere på høyere frekvenser.

Her ser vi at hørselstapet er for stort i diskanten til at personen kan oppfatte f-, k-, p-, t-, og h-lyder.

Også s-lyder er vanskelige å høre hvis det ikke snakkes ganske høyt.

Æ- og l-lydene ligger her også på grensen.

Følgelig oppfatter vi feil det som blir sagt.

Det forstår folk rundt oss lenge før vi er klar over det selv. Min egen kone tok meg en dag meget bestemt i nakken og leide meg inn til en hørselstest. Og det er typisk at slikt skjer 10 år for sent.

Kort om hvem som kan hjelpe

Øre/Nese/Hals-legen har sitt spesialfelt innen medisinske problemer i dette fagområdet.

En **audiograf** er en fagperson med sterk kompetanse innen hørsel som kan ta en hørselstest og foreslå løsninger som passer for deg.

De fleste kommuner har en hørselskontakt som kan bistå med informasjon om hvilke hjelpemidler som finnes, og kan hjelpe med søknad på aktuelle hjelpemidler, samt gi veiledning i bruken.
NAV Hjelpemiddelsentral Møre og Romsdal nav.hot.more.og.romsdal@nav.no
tlf. 40 70 28 15, har et overordnet og koordinerende ansvar for hjelpemidler til funksjonshemmede i sitt fylke, og er et ressurs- og kompetansesenter for offentlige instanser og andre som har ansvar for å løse funksjonshemmedes problemer.

ATEA Vi bygger Norge med IT

Atea har et heldekkende tilbud av produkter og tjenester innen teknologi og IT. Våre rådgivere hjelper din virksomhet med hele prosessen; fra behovskartlegging og rådgivning til utvikling, produkter og tjenester, drift og vedlikehold. Vi må forstå hvordan teknologi påvirker livene våre og hva teknologi kan bidra med for å gjøre de bedre. Derfor jobber vi i Atea med teknologi. Av og for mennesker. Atea bistår med rådgiving og produkt for å tilpasse faste lydanlegg i møterom, undervisningsrom og andre typer forsamlingslokaler, til utstyr for hørselshemmede ved hjelp av teknologien som passer for brukere og lokalet.

Hvordan gå frem?

Du må først ha henvisning fra fastlege eller en annen helsetjeneste som henviser til **Høyrselssentralen Ålesund**. Det gjelder da andre ØNH-leger som ikke har tilbud om høreapparat-tilpassing, helsestasjoner, bedriftshelsetjenester etc. Epost er horselssentralen-aalesund@helse-mr.no og telefon 7010 5266 for mer informasjon.

Når du kommer for utreding vil en lege og audiograf sammen med deg bestemme hvilket høreapparat som er aktuelt for deg. Da ser man på funksjonsnivå, hørseltap og hva en eventuelt trenger av andre hjelpemidler. Det er omtrent 50 ulike høreapparattyper fra seks leverandører å velge mellom.

Når har fått høreapparat må man ikke ha ny henvisning for å få komme til kontroll.

Alle kommuner skal ha en kontaktperson for hørsel. NAV Hjelpemiddelsentral har veiledningsansvar ovenfor kommunene og vil bistå når kommunen ber om det.

Hørselskontakten kan bestille eller hjelpe deg med å søke på hjelpemidler til hjemmet. Dette kan for eksempel være hjelpemidler som varsler av brann, dør eller telefon. Lydoverføring fra tv og radio, eller samtaleforsterkere. Hørselskontakten foretar utredning av behov, søker om hjelpemidlene, leverer ut hjelpemidler hos brukeren når produktene har ankommet det kommunale lageret, installerer og tilbyr opplæring i bruk av hjelpemidlene. NAV Hjelpemiddelsentral bistår hørselskontakten ved behov og kan komme med anbefalinger til ulike hjelpemidler, samt bistå hørselskontakten med søking. Dersom hjelpemidlene etter en tids bruk får feil eller mangler er det også kommunens ansvar å kartlegge feilen og ta kontakt med hjelpemiddelsentralen for reparasjon.

NAV Hjelpemiddelsentral bistår kommuner, arbeidsgivere og andre samarbeidspartnere med rådgivning, veiledning, opplæring og tilrettelegging.

I tillegg har NAV Hjelpemiddelsentral et forvaltningsansvar. Det innebærer å sikre at hjelpemidler som lånes ut tildeles etter folketrygdens regler og å styre økonomien omkring hjelpemiddelformidlingen. Effektive innkjøp, god vareflyt og gjenbruk av hjelpemidler er stikkord her.

Ansatte ved NAV Hjelpemiddelsentral har kompetanse om

- funksjonshemninger og konsekvensen av dem
- mulige løsninger på praktiske problemer
- produkter som finnes på markedet
- tilpasningsmuligheter
- muligheter for reparasjon, vedlikehold og gjenbruk
- tilrettelegging av det miljøet som hjelpemidlet skal brukes i, både i hjemmet, på skolen, i arbeid og fritid

NAV Hjelpemiddelsentral Møre og Romsdal har rådgivere innenfor hørsel, syn, bevegelse, kognisjon og kommunikasjon samt tolketjeneste. Vi har ansvaret for hele Møre og Romsdal og kan bistå med både opplæring, kursing og tilrettelegging av hjem og arbeidsplass. Vi jobber tett opp mot kommunene og leverandørene. Kommunen har ansvar for habilitering og rehabilitering for sine borgere. Kommunen skal sørge for kartlegging av behov og bistå med tilrettelegging av bolig og fritid. Dette gjelder også for personer med nedsatt hørsel.

Hvis en er usikker på hvilken retning man skal gå, så er kunnskapsbanken en fin side å forholde seg til: Hørsel | Kunnskapsbanken

Her finner man mye informasjon angående hjelpemidler som er på rammeavtalen, hva et hørselstap er og kan oppfattes, tips til kommunikasjon, informasjon om høreapparater og akustikk.

Kjetil hjelper Gunnar m.fl. og forteller om Roger-teknikken.

(Alle bilder tatt av Sjur Brande)

Dersom man får behov for tilrettelegging av for eksempel syn eller bevegelse, så kan man også finne informasjon om fremgangsmåten til anskaffelse av tekniske hjelpemidler innenfor syn og hørsel i
Kunnskapsbanken | Om hjelpemidler, tilrettelegging og tolk

Skal du sende søknader og skjemaer, må du bruke NAVs skjemaveileder. Skjemaveilederen gir deg hjelp til å velge rett skjema og rett adresse det skal sendes til https://www.nav.no/soknader/nb/person/hjelpemidler-og-tilrettelegging/horsel

Vi takker Kjetil Teigen for ypperlig gjennomføring, og våre tre rådgivere lokalt for samarbeid.

Referent fra møtet om Hørsel, 26.okt.2021
Sjur Brande

Om Ålesund Senioruniversitet

Senioruniversitetets virksomhet er dannet på frivillig innsats, kombinert med egeninteresse og individuelle ønsker, samt behovet for sosial kontakt. Det å dele felles interesser er givende. Det gir oss nytt engasjement og utfordringer, utvider vår horisont, og gir oss nye kunnskaper. Det sosiale samværet på denne konstruktive måten gir oss tilhørighet, og det fører til at nye vennskap dannes.

I Senioruniversitetet i Ålesund bruker vi idéene i Universitetet for den tredje alder slik:

1. *Først og fremst å vekke lysten til å lære, og derved stimulere til egen aktivitet;*
2. *dernest å gi pensjonister mulighet til å ta styring over eget liv; og ikke minst*
3. *det å være med i et sosialt nettverk.*

Det er ett av våre mange gode kort at Senioruniversitetet har mange studiegrupper som drives med liv og lyst av egne medlemmer.

Det legges stor vekt på det sosiale aspektet så vel som interessefeltet. Identitet, verdier og selvforståelse er andre poeng.

Hovedparten av aktiviteten i studiegruppene våre bygger opp om akkurat dette.

Vi diskuterer med respekt for andres meninger, og er velsignet fri for detaljert styring.

Vi utvikler oss ved å lytte til hverandre, og modnes ved det.

Folkeuniversitetet
Ålesund Senioruniversitet

Vil du bli medlem i Ålesund Senioruniversitet? Bruk gjerne innmeldings-skjemaet som du finner på vår hjemmeside www.puiaa.no i menyen under «kontakter» - eller send en epost til post@puiaa.no

Gruppe	Gruppekontakt	Telefon	e-post
Koordinator	**Roy Asle Andreassen**	90753031	royaslea@gmail.com
Bridge	Reidun Breivik	99542165	rfalklev@mimer.no
Byen vår	Lars Johan Huse	91336746	larsjohanhuse@gmail.com
Datagruppe A	Marit Veiberg Eide	99476820	maritvei@gmail.com
Datagruppe B	Åshild Fallgren	70121046	ashild.fallgren@gmail.com
Datagruppe C	Ole Andreas Devold	92499188	oasty@online.no
Datagruppe D	Per-Arne Vidnes	90722492	pavidnes@frisurf.no
Digital foto	Solveig L. Gartz	99451076	solgartz@hotmail.no
Engelsk litteratur	Åshild Longva	91795759	glong@mimer.no
Kino, Moa	Hilde Bjørlo	97709337	hbjorlo@online.no
Kunst	Mari Johansen Huse	95932626	mjhuse@online.no
Kunstmaling	Asbjørn Kjell Lade	70155004	alade@online.no
Litteratur 1	Guri Bjørlo	48277328	g-margr@online.no
Litteratur 2	Gunnhild Humblen	41208666	gunhild.humblen@gmail.com
Litteratur 3	Liv Ingebrigtsen	91557760	liv.barbro.ingebrigtsen@stayon.no
Natur og kultur i nye Ålesund	Sølvi Furnes	99639439	sfurnes@mimer.no
Quo Vadis?	Alfhild Hagen	45436677	alf13hag@online.no
Samfunnsgruppa	Karl Johan Skårbrevik	92266295	kar-skaa@online.no
Spansk 1	Aashild Nordhus	97177510	aanordhu@online.no
Spansk 2	Eija Luotonen Emblem	95125629	eijale@online.no

Adresselapp settes her

Returadresse ved feil adresse:

Ålesund Senioruniversitet
v/ Herbert Gartz
Larsgårdsalleen 48
6009 Ålesund

POSTEN NORGE
P.P. PORTO BETALT

Tillitsvalgte 2021:

Leder: Helene Birkeland, Klokkersundvn. 11, 6015 Ålesund, tlf. 909 21 130, helbirke@online.no
Herbert Gartz (nestleder), Larsgårdsalleen 48, 6009 Ålesund, tlf. 900 48 885, herbert@asenior.org
Anne Dyb Liaan, Store-Nørve 3E, 6009 Ålesund, tlf. 908 54 086, anne.dyb.liaaen@icloud.com
Reidun Breivik, Urabakken 7, 6017 Ålesund, tlf. 995 42 165, reidunf.breivik@gmail.com
Roy Asle Andreassen, Nedstevegen 212, 6292 Kjerstad, tlf. 907 53 031, royaslea@gmail.com
Ragnar Johansen, Borgundfjordvegen 64C, 6017 Ålesund, tlf. 926 08 684, ra-jo3@online.no

Varamedlemmer: Marit Kalvø, tlf. 473 76 148, marit.kalvo@gmail.com; Sjur Brande (kasserer), tlf. 922 03 697, senior1991@asenior.org

Redaksjonskomiteen består av:

Herbert Gartz, tlf.900 48 885, herbert@asenior.org; Sjur Brande, tlf 922 036 97, senior1991@asenior.org

Senioruniversitetets virksomhet er dannet på frivillig innsats, kombinert med egeninteresse og individuelle ønsker, samt behovet for sosial kontakt. Det å dele felles interesser er givende. Det gir oss nytt engasjement og utfordringer, utvider vår horisont, og gir oss nye kunnskaper. Det sosiale samværet på denne konstruktive måten gir oss tilhørighet, og det fører til at nye vennskap dannes. I Senioruniversitetet i Ålesund bruker vi idéene i *Universitetet for den tredje* alder slik:

1. Først og fremst å vekke lysten til å lære, og derved stimulere til egen aktivitet;
2. dernest å gi pensjonister mulighet til å ta styring over eget liv; og ikke minst
3. det å være med i et sosialt nettverk.

Det er ett av våre mange gode kort at Senioruniversitetet har mange studiegrupper som drives med liv og lyst av egne medlemmer. Det legges stor vekt på det sosiale aspektet så vel som interessefeltet. Identitet, verdier og selvforståelse er andre poeng. Hovedparten av aktiviteten i studiegruppene våre bygger opp om akkurat dette. Vi diskuterer med respekt for andres meninger, og er velsignet fri for detaljert styring. Vi utvikler oss ved å lytte til hverandre, og modnes ved det.

Studiegrupper Ålesund Senioruniversitet — **Møteplan våren 2022**

				Måned	Januar					Februar				Mars						April				Mai					Juni				
Faggrupper	Gruppekontakt	Dag	Kl.	Uke→	1	2	3	4	5	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	14	15	16	17	18	19	20	21	22	22	23	24	25	26
				↓Sted																													
Bridge	Reidun Breivik	torsdag	1200 - 1330	Spj. seniorsenter	6	13	20	27		3	10	17	24	3	10	17	24	31		7	14	21	28	5	12	19	26		2	9	16	23	30
Byen vår	Lars Johan Huse	tirsdag	egen avtale	Frivilligsentralen																													
Data A	Marit Veiberg Eide	torsdag	1030-1200	Vibes	6		20			3		17		3		17		31			14		28		12		26			9		23	
Data B	Åshild Fallgren	onsdag	0900-1030	Vibes	5	12	19	26		2	9	16	23	2	9	16	23	30		6	13	20	27	4	11	18	25		1	8	15	22	29
Data C	Ole Andreas Devold	tirsdag	0930-1100	Vibes		11		25		8			22		8		22			5		19		3		17		31			14		28
Data D	Per-Arne Vidnes	onsdag	1045-1215	Vibes	5	12	19	26		2	9	16	23	2	9	16	23	30		6	13	20	27	4	11	18	25		1	8	15	22	29
Digital foto	Solveig Gartz	torsdag	1030-1200	Vibes		13		27			10		17		10		24			7		21		5		19			2		16		30
Engelsk litt.	Åshild Longva	onsdag	1200 - 1330	Spj. seniorsenter	5		19			2		16		2		16		30			13		27		11		25			8		22	
Kino, Moa	Hilde Bjørlo	tirsdag	1200-	Odeon Kino	4	11	18	25		1	8	15	22	1	8	15	22	29		5	12	19	26	3	10	17	24	31		7	14	21	28
Kunst	Mari Johansen Huse	torsdag	1200-1345	Etter avtale			20				10			3			24						28			19				9			
Kunstmaling	Asbjørn Lade	onsdag	0900-1030	Vibes																													
Litteratur 1	Guri Bjørlo	torsdag	1230-1400	Vibes		13		27			10		24		10		24			7		21		5		19			2		16		30
Litteratur 2	Gunhild Humblen	onsdag	11:15-12:45	biblioteket		12		26			9		23		9		23			6		20		4		18			1		15		29
Litteratur 3	Liv Ingebrigtsen	mandag	1200-1345	Frivilligsentralen		10		24			7		21		7		21			4			25		9		23				13		27
Litteratur 4	Liv Nakken	mandag	1300-1500	Spj. seniorsenter																													
Natur og kultur-	Sølvi Furnes	Ingen	turer	planlagt foreløpig																													
Quo Vadis	Alfhild Hagen	tirsdag		Sanitetshjemmet	4	11	18	25		1	8	15	22	1	8	15	22	29		5	12	19	26	3	10	17	24	31		7	14	21	28
Samfunnsgruppa	Karl Johan Skårbrevik	tirsdag	1000-1130	Spj. seniorsenter	4		18			1		15		1		15		29		12		26		10		24		31			14		28
Spansk 1	Åshild Nordhus	onsdag	1330-1500	Spj. seniorsenter	5	12	19	26		2	9	16	23	2	9	16	23	30		6	13	20	27	4	11	18	25		1	8	15	22	29
Spansk 2	Eija Luotonen Emblem	onsdag	14:00 - 15:30	Folkeuniversitetet	5	12	19	26		2	9	16	23	2	9	16	23	30		6	13	20	27	4	11	18	25		1	8	15	22	29

Studiekoordinator: Roy Asle Andreassen, Nedstevegen 212, 6292 Kjerstad. E post: royaslea@gmail.com tlf: 90753031
Ragnar Johansen, Borgundfjordvegen 64C, 6017 Ålesund. E-post: ra-jo3@online.no tlf: 92608684