

# Leve Med

Jubileum

## Personskadeforbundet LTN 40 år

I år fyller Personskadeforbundet LTN 40 år, og det er jammen verdt å feire. 13. januar var det 40 år siden vi ble stiftet rundt et kjøkkenbord, og siden da har vi vokst oss litt større og mye sterkere. Vi er viktige for så mange, men det er enkeltskjebnene som driver sakene våre.



**H** Advokatfirmaet  
**Halvorsen & Co**

**Vi står på  
din side når  
ulykken inntreffer**

Pasientskade  
Trafikkskade  
Yrkesskade

Advokatfirmaet Halvorsen & Co | Lillestrøm | Ski | Tlf. 64 84 00 20 | [post@halvorsenco.no](mailto:post@halvorsenco.no) | [halvorsenco.no](http://halvorsenco.no)




**Trenger  
du råd og  
veiledning?**

Fyll inn kontaktskjema på våre hjemmesider  
og våre rådgivere kontakter deg.

[personskadeforbundet.no](http://personskadeforbundet.no)

Personskade-  
forbundet  
LTD  
Leder deg videre



**Advokatfirmaet Norman & Co** har behandlet  
erstatningssaker siden det ble etablert i 1878.

**PERSONSKADE?**

Trafikkulykke	Yrkesskade
Pasientskade	Yrkessykdom
Fritidsulykke	Voldsofferskade

**Ta kontakt for gratis vurdering av din sak!**  
Nettadresse: <https://normanco.no/> | Tlf: 22 12 11 80 | E-post: [advokatfirmaet@normanco.no](mailto:advokatfirmaet@normanco.no)  
Kontaktperson: Helge Husebye Haug tlf 95 20 58 33

# Innhold

Utgave 1 | 2024

## Generalsekretærens ord

I år fyller Personskadeforbundet LTN 40 år, og det er jammen verdt å feire.

— s. 5

## Tøft å være overlever

«Jeg vet jeg kan oppleves positiv, men jeg er ikke alltid det, sier Catrin Alhaug (45)»

— s. 6

## 40 åring med meritter

Personskadeforbundet LTN feirer 40 år. Det har vært mange milepæler og juridiske seiere siden starten i 1984.

— s. 10

## At hjernen ikke er ferdig utviklet, gjør det ekstra utfordrende

Kognitive vansker etter ervervet hjerneskade hos barn, kan ha negative konsekvenser for alle livets arenaer.

— s. 18

## Praktiser medfølelse

Mental trening kan være et skritt i riktig retning til å våge å ta mer kontroll over ditt eget liv og din egen helse.

— s. 22

## Økt synlighet

«Forbundet er så viktig for så mange, men dessverre er vi for lite kjent, fastslår Eli Eiklid, leder i landsstyret.»

— s. 24



Vi er der når  
livet blir snudd  
på hodet

### Kontakt

**Adresse:** Hausmanns gate 19, 0182 Oslo

**Telefon:** 22 35 71 00

**E-post:** [post@personskadeforbundet.no](mailto:post@personskadeforbundet.no)

**Trykk:** BK Trykkpartner AS

**Annonser:** [faktserv@faktserv.no](mailto:faktserv@faktserv.no)

**Produksjon:** Core Content AS



Foto: Gry Trossen

# Trenger du noen å snakke med?

På likepersontelefonen treffer du frivillige som har egen erfaring med skade.

Vår likepersontelefon er åpen  
tirsdag og torsdag kl. 17 til 19  
og nummeret dit er 21 40 32 02

Alle våre likepersoner har taushetsplikt.

Personskade<sup>LTN</sup>  
forbundet  
Leder deg videre



Ingeborg Dahl-Hilstad (47) år er oppvokst på Sunnmøre. Hun er utdannet samfunnsviter og er generalsekretær i Personskadeforbundet LTN.

# GENERAL- SEKRETÆRENS ORD

– Vi fyller 40 år og er stolte av de milepælene vi kan se tilbake på  
– enkeltmenneskers saker – hvor de har kommet til oss og bedt om hjelp.

*Ingeborg Dahl-Hilstad*

I år fyller Personskadeforbundet LTN 40 år, og det er jammen verdt å feire. 13 januar var det 40 år siden vi ble stiftet rundt et kjøkkenbord, og siden da har vi vokst oss litt større og mye sterkere.

Man har ikke alltid tid til å løfte blikket og gå fra «meg og mitt» til hele forbundet når du står midt oppi egen sak, men derfor er det også så fint at vi kan få snakke med Jan Gunnar Ness som ser oss utenfra og kjenner oss så godt gjennom mange år. Jeg tror ikke alle medlemmene vet hvor stor påvirkning vi har hatt på erstatningsretten og faktisk også EØS retten gjennom årene.

Men når alt kommer til alt handler også disse sakene om enkeltmenneskene vi har møtt i forbundet, de som har kommet til oss med saken sin og bedt om hjelp. For selv om vi er sterke sammen er det ofte enkeltskjebnene som driver sakene våre.

En som har delt sin stemme i dette nummeret er Catrin, og jeg tror vi skal lytte til henne. Bladet vårt heter Leve Med, og Catrin lever med. Som hun selv sier det, så er det fristende å løfte fram solskinnshistoriene, de som løp maraton etter å amputere foten eller virkelig fant seg selv etter en alvorlig skade. Men for de fleste handler det jo om å leve med og leve videre og finne veien selv. Derfor er det viktig å løfte alle stemmene i forbundet.

Til sist vil vi benytte anledningen til å ønske alle en god påske, til de som reiser bort for å finne siste rest av vinter og til de som gleder seg over at gatene er tommere og snøen viker. Ta en telefon til noen du ikke har snakket med på en stund og spør hvordan det går. Noen ganger er spørsmålet nok.



## Aktuelt Dette skjer fremover:

- 19. – 21. april: Ledersamling
- 24. april: Organisasjonskurs for styremedlemmer
- Årsmøter i lokallagene
- 1. juni: Skadefridag

### Har du innspill til magasinet?

E-post: [levemed@personskadeforbundet.no](mailto:levemed@personskadeforbundet.no)  
Telefon: 22 35 71 00



# Tøft å være overlever

- Jeg vet jeg kan oppleves positiv, men jeg er ikke alltid det, sier Catrin Alhaug (45), som ble skadet i en sykkelulykke i 2020.

---

TEKST: MARIT VEBENSTAD FOTO: PRIVAT.

- Jeg har vært ærlig på at jeg kunne ønske at jeg slapp «å leve med». Alt hadde vært mye lettere om jeg ikke overlevde ulykken, sier Catrin Alhaug (45).

Det har gått 3,5 år siden hun ble påkjørt og måtte amputere venstre fot. Det har vært en vanskelig periode og hun ønsker å få frem at det ikke alltid er en dans på roser å leve med en skade.

**- De som er profilerte i media er gjerne de som har «kommet over» ulykken, som er positive og kanskje løper maraton til tross for at de har protese. Jeg føler det er mange flere stemmer som også bør bli hørt.**

Selv har Catrin godtatt det som skjedde med henne, men hun har ikke akseptert det.

- Jeg vet jeg kan oppleves positiv, men jeg er ikke alltid det. Jeg har gått fra å ha en uvanlig høy arbeidsevne med fulltidsjobb og aktiv frivillig i The Human Aspect, en stiftelse som tilbyr gratis lavterskel tilbud innen mental helse.

I dag holder ikke konsentrasjonsevnen og hennes psykiske kapasitet til mer enn at hun klarer mye mer enn 40 prosent i jobben sin. Derfor har hun måttet redusere det meste av frivilligheten.

-Alt jeg gjør går i sakte tempo. Skaden har ikke bare påvirket den fysiske, men også min psykiske kapasitet, forklarer hun.



Første dager på Ullevål sommeren 2020.

**Intens smerte**

Det var i juni 2020 at Catrin ble påkjørt av en spylebil på Grønland i Oslo. Hun hadde vært på tur sammen med en venninne, og skulle sykle tilbake til hjemmekontoret. Spylebilen var fylt med vann, og den veide 12 tonn.

- Jeg leide en bysykkel og skulle forte meg tilbake til jobb. Jeg skulle bare stoppe kort i sykkelfeltet. Plutselig kjente jeg et dunk i armen og jeg falt til siden i noe som føltes som et urskrik. Spylebilen hadde kjørt over foten min, og beinet ble vridd helt rundt, forteller hun.

Smerten var intens, men så tok adrenalinet over. Det var som om noe inne i meg sa: «nå må du vente». I det hun fikk høre at noen av vitnene hadde ringt ambulansen, besvimte hun.

- Da ambulansen kom fikk jeg smertestillende som gjorde at jeg begynte å hallusinere. På et tidspunkt følte jeg at jeg var inni en lava-lampe. I ambulansen føltes det som om jeg svedde gjennom Oslos gater. På legevakten ble jeg vekket for å få beskjed om at legene måtte amputere foten.





En gjeng fra Momentum som deltok på Fornebuløpet.

## En rangstige

De første dagene på sykehuset var hun kraftig medisinert.

– Jeg var så «høy» på medikamenter at jeg gledet meg til å bli kjent med andre amputerte. Jeg har alltid vært en søkende person, og endelig skulle jeg finne folkene mine.

Skaden var ekstra problematisk fordi leggen hadde blitt vridd rundt. Dette gjorde at legene til slutt måtte amputere høyere på leggen og nå har kun 12 cm igjen under kneet. I tillegg har hun slitt med nekrose som leder til enda flere operasjoner og komplikasjoner med protesetilpassing i etterkant.

Etter oppfordring fra legene på sykehuset, fikk Catrin besøk av en likeperson.

– Jeg fikk beskjed om at «det er jo bare foten, så dette kommer til å gå bra», selv var personen låramputert. Jeg opplevde det som en rangstige innen amputasjon, at min skade ikke var alvorlig nok. Folk i krise fortjener bedre. Det møtet jeg hadde var ikke det andre skal måtte oppleve, sier hun.

## Har engasjert seg

Etter flere uker på Ullevål kom hun på rehabilitering på Aker Sykehus.

Der fikk hun et besøk fra assisterende generalsekretær i Personskadeforbundet LTN, Per Oretorp.

– Det var noe helt annet. Per er en ressursperson og han møtte meg på en god måte, og hadde svar på mange av spørsmålene mine. Møtet med Per ga meg trygghet og ro, og en følelse av at jeg var viktig. Jeg meldte meg straks inn i Personskadeforbundet LTN, for da fikk jeg jo erfare hvor viktig et møte med noen som forstår og ser deg kan være, forteller hun.

I dag er 45-åringen aktiv i Likepersonsutvalget i Momentum, foreningen for amputerte, dysmelister og ortosebrukere.



– Prøver å opplyse om trafiksikkerhet når jeg kan. Denne gangen i en artikkel i Aftenposten. (21. april 2021)



- Det er fint å bidra der jeg kan, og jeg har kanskje et litt annet fokus enn mange andre. Likepersonsarbeidet er noe av det viktigste arbeidet foreningen gjør, og jeg har ofte med meg møtet med Per inn i arbeidet. Selv om han ikke var amputert, hadde han forståelse for oss som har vært i en ulykke. Han var til stede og hørte på meg. Jeg tenker ofte på det når jeg jobber med å støtte våre likepersoner i deres arbeid.

### **Vanskelig å være overlever**

Det har vært mye komplikasjoner, og problemer med å klare hverdagen.

- Jeg har et bra team rundt meg med ortopediingeniør, personlig trener, osteopat, psykomotorisk fysioterapeut og psykolog. De er helt kritiske for at jeg skal kunne leve med så lite smerter som mulig.

- For selv om det er amputasjonen som er synlig, så er det alt som ikke synes som skaper størst problemer. Jeg sliter med feilbelastning av andre deler av kroppen, muskeldystrofi grunnet mindre muligheter for vanlig trening, samt fantomsmerter. Ikke minst preger sorgen over tapet av en kroppsdel, hverdagen min.

Det er dessuten forventet av helsepersonell, NAV, arbeidsgiver og forsikringsselskap at man skal komme tilbake til livet på samme måte som før, med minst mulig kostnad for «systemet».

-Jeg var midt i livet da dette skjedde, nå må jeg tenke på hvordan jeg skal kunne overleve resten av livet. Min største frykt er å bli gammel som amputert. Jeg har jo ingen forutsetning for å vite hva jeg kommer til å trenge av hjelp.

Hun har ofte tenkt at det hadde vært bedre å dø i ulykken enn å bli skadd. For mange blir det nok brutalt å høre slike ting. Det er liksom ikke «lov» å si sånt.



Solnedgang på Sunnaas sykehus.

Men hadde jeg omkommet i ulykken, hadde jeg sluppet å leve et liv der skaden og forsikringsselskapet bestemmer over meg.

- Det er vanskelig å være overlever. Å leve med er virkelig ikke lett. Derfor prøver jeg nå å engasjere meg for å gi et ansikt til de som ikke blir «nyfrelst» etter en ulykke eller amputasjon.

A photograph of three people in a professional setting. On the left, a woman with curly blonde hair and glasses, wearing a light blue blazer over a grey top, is smiling. In the center, a man with glasses and a brown sweater is also smiling and looking at a laptop. On the right, a woman with dark hair, wearing a striped shirt, is looking at the laptop. The background is a bright, modern office with large windows.

# 40 åring med meritter

Personskadeforbundet LTN feirer 40 år. Det har vært mange milepæler og juridiske seiere siden starten i 1984.

TEKST: MARIT VEBENSTAD | FOTO: ISTOCK.

13. januar 2024 er det 40 år siden Personskadeforbundet LTN ble grunnlagt, og foreningen har derfor startet året med feiring av jubileet.

- Da foreningen ble opprettet i 1984 var det med jus og erstatningssaker som hovedtema. Det foreningen profilerte seg på de første årene, var for det meste behandlingen personer som hadde blitt skadet fikk av forsikringselskapene. I løpet av disse 40 årene har foreningen blitt kjent og oppnådd seriøsitet innen både juss, trafikksikkerhet, erstatningssaker, samt helse- og rehabilitering, sier Jan Gunnar Ness, advokat og partner i Advokatfirmaet Ness Lundin DA.



**Jan Gunnar Ness**  
Advokat og partner i Advokatfirmaet  
Ness Lundin DA

### **Involvert fra start**

Personskadeforbundet LTN og Jan Gunnar Ness i Ness Lundin har gått opp en vei sammen når det gjelder erstatningsrett.

- En av måtene foreningen ble kjent på, var at de var med å arrangere kurs for medlemmer, jurister og advokatforeningen. Det tok jo litt tid før forbundet fikk et kjent navn, men i dag har Personskadeforbundet en unik posisjon som rettspolitisk rådgiver, og er jo den eneste av sitt slag som fortsatt eksisterer, forteller han.

Forbundet har i løpet av disse årene tatt rollen som et ombud som ivaretar interessen til de som har blitt skadet etter en ulykke. Gjennom enkeltsaker har forbundet sammen med advokater styrket rettighetene for alle som blir skadet. På egenhånd har ikke forbundet hatt ressurser til å føre disse sakene, derfor har media og møte med myndigheter blitt brukt for å få et trykk på viktige saker.

At Personskadeforbundet LTN er samarbeidspartner med alle helseforetakene gir tyngde og et godt omdømme. Spesielt har forbundet oppnådd stor anseelse i sitt arbeid med å bedre den medisinske oppfølgingen av hjerneskader.

### **- Foreningen er kjent for å ha et godt rykte. Det er ingen andre som har klart seg på samme måte gjennom så mange år.**

De andre som har prøvd, har ikke klart seg, forteller han.

### **Milepæler gjennom 40 år**

Her er oversikten over de juridiske høydepunktene i Personskadeforbundet LTN sin 40 år lange historie:

#### **1. Gjeldsforsikring**

Gjeldsforsikringsproblematikken var en av de første hendelsene som virkelig fikk Personskadeforbundet LTN frem i lyset. På begynnelsen av 90-tallet var det slik at man fikk beskjed av banken om å tegne forsikring når man skulle ta opp lån. Ble man ufør, fikk man ikke utbetalt noe hvis den medisinske invaliditetsgraden var lav. Da var forsikringen verdiløs.

- Disse forsikringene ble rett og slett solgt på feil premisser, og forbundet tok opp kampen for å sikre gjeldskundene, forteller Ness.



Det var i 1992 at Personskadeforbundet LTN tok initiativ overfor Finansdepartementet, og året etter tok tidligere finansminister Sigbjørn Johnsen grep og endret hele ordningen. Loven ble endret for å sikre forbrukernes interesser overfor forsikrings-selskapene, og Personskadeforbundet LTN spilte en viktig rolle i lovendringen.

I mai 1993 kom denne endringen i loven:

*«2.2 Gjeldsforsikring for dødsrisiko og ervervsmessig uførhet som følge av sykdom og ulykke. Før avtaleinngåelse må det informeres på en tydelig måte om hvilket innhold begrepet «ervervsmessig uførhet» har. Det må i denne forbindelse vises til at ervervsmessig uførhet har med lånetakerens mulighet til å inneha inntektsbringende arbeid, og at ervervsmessig uførhet bedømmes etter individuelle kriterier.»*

## 2. Foreldelse

På midten av 90-tallet krevde Personskadeforbundet LTN endring i foreldelsesloven, fordi mange av medlemmene opplevde å bli snytt for erstatning.

– Foreldelsesloven var det neste vi slåss for. Personskadeforbundet LTN var i media, blant annet på Dagsrevyen, i forbindelse med denne saken. Det tok på det tidspunktet bare 11 måneder før forsikringsselskapene ble pålagt å varsle foreldelse med seks måneders frist, sier Ness.

Mange av medlemmene opplevde at skadene dukket opp lenge etter selve ulykken, men at det da var for sent å få erstatning fra forsikringsselskapet. Det var også svært ulikt hvordan forsikringsselskapene håndterte foreldesfristen og hvilken behandling hver enkel fikk. Saken ble tatt opp i justisdepartementet allerede i 1991 og i 1996 ble det sendt inn forslag til lovendring. I dag lyder forsikringsavtaleloven § 8-6:

*«Krav som er meldt til forsikringsforetaket før foreldelsesfristen er utløpt, foreldes tidligst seks måneder etter at sikrede, eller skadelidte, har fått særskilt melding i et skriftlig dokument om at foreldelse vil bli påberopt.»*

## 3. Sporvognsansvar

I 1998 la advokatfirmaet Ness & Co frem et lovforslag om rent objektivt ansvar for trikkens ansvar i trafikken, også kjent som sporvogns skade på tredjemann.

– Etter at en liten gutt på trehjuls sykkel mistet beinet etter å ha blitt påkjørt av trikken, startet vi arbeidet med denne saken og utformet et lovforslag som fikk Stortingets støtte.

Samarbeidet mellom advokatfirmaet og Personskadeforbundet LTN resulterte i en endring av jernbaneansvarsloven med innføring av objektivt erstatningsansvar i 1999, slik som i bilansvarsloven. Utgangspunktet for lovendringen var at Oslo Sporvognsdrift AS ikke tok ansvar for den lille guttens skade.

## 4. EØS-avtalens betydning

Finanger-saken har blitt stående som en viktig sak for foreningen, og nok et eksempel på at enkeltmedlemmers historier kan endre mye. I november 1995 ble Veronica Finanger hardt skadet i en bilulykke.





Hun var passasjer og satt på med en alkoholpåvirket sjåfør, mens en tredje person omkom i ulykken. Etter ulykken ble Veronica Finanger nektet erstatning, fordi forsikringsselskapet Storebrand mente at hun visste, eller burde visst, at sjåføren var påvirket. Norsk lovgivning på dette tidspunktet utelukket at man kunne få erstatning i en slik situasjon. Norge hadde i EØS-avtalen i 1994 forpliktet seg til å innføre direktivene også på dette området i norsk lovgivning. I 1997 ble Storebrand dømt til å betale erstatning, med 50 prosent avkortning. Det ble starten på en lang kamp, der Frostating lagmannsrett i 1998 satte bilansvarsloven til side i forhold til EØS-retten. Etter mange rettsrunder over flere år, fikk Veronica Finanger i 2006 medhold i Høyesterett.

- Finanger-saken har i ettertid blitt pensum på jussen, forteller Jan Gunnar Ness.

### **5. Erstatningsnivået**

I 2003 ble det holdt konferanse om Bråtane-saken og dens følger for forsikring og erstatning. 11 år gamle Kristine Bråtane ble

i 1990 lam fra halsen og ned etter å ha blitt påkjørt av en lastebil under en ridetur. I 1991 tilbød forsikringsselskapet Storebrand henne 250 000 kroner i erstatning for merutgifter. Foreldrene nektet å akseptere tilbudet, og etter tolv års kamp fikk Kristine Bråtane i 2002 rekordsummen 11,1 millioner kroner. Erstatningen var den gangen det høyeste beløpet som noensinne hadde blitt utbetalt til en enkeltperson etter en ulykke, og var viktig i kampen for et rettferdig erstatningsnivå.

### **6. «Kan Fradraget»**

I norsk lovgivning har vi en bestemmelse som gir forsikringsselskapene/skadevolder anledning til å redusere erstatningen hvis man har tegnet egne ulykkesforsikringer. Dette ble av mange medlemmer i forbundet oppfattet som svært urimelig, da man har betalt premier for ulykkesforsikring i mange år.

- Etter Bråtane-seminaret i 2003 gikk derfor forsikringsselskapene ut og erklærte at de ikke ville påberope seg denne bestemmelsen lenger. Den er siden ikke blitt benyttet. Staten, i for eksempel pasientskadesaker, påberoper seg dog denne bestemmelsen fremdeles, forteller Ness.

### **7. Medvirkningslæren – loven endret**

I 1998 ble en dom fra Gulating lagmannsrett starten på en endring i loven om loven om medvirkningslæren.

- En 14 år gammel jente fra Karmøy opplevde å få 100 prosent avkortning i erstatningen fra forsikringsselskapet etter en bilulykke der hun selv ble alvorlig skadet, forteller Ness.

Jenta satt på fanget i passasjeretsetet uten bilbelte. Den 30 år gamle sjåføren holdt en fart på 160 km/t i 50 sone. Passasjerene, med unntak av jenta, var med å «telle opp» hastigheten. Saken ble anket til Høyesterett, men forlikt uken før den skulle bli behandlet, og jenta fikk utbetalt full erstatning.



En annen rettsak som hadde stor betydning, var Kim Ronny Otterstads sak som ble behandlet i 2008. Han ble lam fra livet og ned etter å ha sittet på med en påvirket sjåfør i 2002. Høyesterett fastsatte avkortningen til 40 prosent, og tilkjente passasjerens saksomkostninger for alle instanser.

Begge disse sakene er nok et resultat av utviklingen av medvirkningslæra etter at Finanger-saken ble behandlet, hvor hun fikk kun 30 prosent avkortning på tross av at hun satt på med beruset sjåfør.

### 8. Oppreisning og erstatning

I norsk lov kunne man kun fremme krav om oppreisning, såkalt «tort og svie», mot skadevolder, det vil si sjåfør i trafikkulykkesakene. Vilkåret for å få oppreisning er at sjåføren har utvist grov uaktsomhet, som å ha kjørt i stor hastighet, vært ruspåvirket eller lignende.

- Det er dessverre ofte sammenheng mellom dårlig økonomi og uaktsom opptreden. Derfor var det sjeldent at de skadelidte fikk oppreisning av vedkommende sjåfør, sier Ness.

Det ble behandlet en sak i Fredrikstad tingrett, hvor en kvinne mistet mann og to barn i en trafikkulykke, hvor sjåføren var beruset. Hun ble tilkjent 400 000 kroner i oppreisning mot sjåføren, som var ubemidlet (kan ubemidlet sies på enklere måte eller droppes?). Igjen ble det vist til direktivet fra EU, som fastslår at ethvert erstatningskrav skal ha en forsikringsdekning.

- Sammen med Personskadeforbundet tok vi derfor saken til EFTA-domstolen, hvor vi mente at staten hadde sviktet ved å ikke endre lovregelen da man inngikk EØS-avtalen i 1994. Saken endte med at de etterlatte fikk utbetalt 400 000 kroner fra staten, og totalt 400 ytterligere trafikkofre fikk oppgjør fra staten inntil loven ble endret.

I 2008 ble loven om oppreisning endret. Frem til dette slet mange av foreningens medlemmer med å få såkalt «tort- og svie-erstatning».

- 400 personer ventet på erstatning, da denne loven ikke hadde blitt endret siden 1994, forteller Ness.

Slik ble loven endret:

«Vilkårene for oppreisning:

- Skadeserstatningsloven § 3-5:
  - Den som forsettlig eller grovt akkløst har
    - a) voldt skade på person eller
    - b) tilføyd krenking eller utvist mislig atferd som nevnt i § 3-3, kan – uansett om det ytes ménerstatning etter § 3-2 eller standardisert erstatning etter § 3-2 a – pålegges å betale den fornærmede en slik engangssum som retten finner rimelig til erstatning (oppreisning) for den voldte tort og smerte og for annen krenking eller skade av ikke-økonomisk art».

Nivået på erstatningene gikk også betraktelig opp i perioden 2000 til 2005:

- Erstatningene til personskader har økt nesten 60 prosent selv om antallet har gått ned.
- Gjennomsnittserstatningen for personskader var i overkant av i 68 000 kroner i 2000 og nesten 116 000 kroner i 2005.



## 9. Barneerstatning

I 2007 sendte foreningen et forslag til tidligere justisminister Knut Storberget om å endre den såkalte barneerstatningen.

- Arbeidet med dette begynte allerede på 90-tallet, ved at foreningen skrev et brev til Barneombudet i 1992, men det tok lang tid å ordne opp i det, sier Ness.

Det store gjennombruddet kom i 2005 med endringer i skadeerstatningsloven § 3-2 a.

Barneerstatningssystemet var basert på at man skulle få kompensasjon for inntektstap basert på den medisinske invaliditetsgraden. Dette kunne slå svært uheldig ut hvis man fikk en lav invaliditetsgrad, men ble 100 prosent ufør. Dette var en standarderstatning som tilkjente barn svært liten kompensasjon for tapet. Forbundet la inn betydelig arbeid for å endre denne og var merkelig nok det eneste forbundet som sloss for barns rettigheter på dette området.

- Dagens lovendring gir i realiteten full kompensasjon, da man konkret går inn og vurderer mulighetene for å kunne komme tilbake til et arbeid og kan også ta opp saken når barnet fyller 19 år. Her har virkelig forbundet gjort en fantastisk innsats, sier Ness.

## 10. Hodeskade-rehabilitering

Therese Slinning havnet på sykehjem etter at hun ble hardt skadet i en trafikkulykke i 2002. Her var hun praktisk talt lenket til sengen, da døren var for smal for å komme ut med rullestol. Familien valgte i stedet å ta henne med til Danmark på et rehabiliteringsopphold, og her viste hun stor fremgang. Det norske helsevesenet ga imidlertid ikke Slinning støtte til oppholdet i Danmark, fordi de mente rehabiliteringssenteret ikke var vitenskapelig dokumentert.

- Dette var starten på en endring i hvordan norske helsemyndigheter



behandlet hodeskader. Personskadeforbundets rolle i forbedring av medisinsk behandling av hjerneskade er absolutt et av høydepunktene i foreningens historie. Det startet med et samarbeid med Ullevål sykehus, hvor man benyttet Slinning som et eksempel på manglende rehabilitering, forteller Ness.

Saken ble presentert i to dokumentarer i TV2, samt på Dagsrevyen. Dette medførte at Personskadeforbundet reiste sammen med rehabiliteringsleger og sosialminister Gabrielsen til Danmark for å lære hvordan de behandlet hjerneskader. Det ble innvilget 50 millioner kroner, og etter kom det man kaller gullrekka i hodeskaderehabilitering i gang. Det ble opprettet slike avdelinger både ved UNN, St. Olavs hospital, Ullevål og Sunnaas sykehus.

- Da statssekretæren fra sosialdepartementet åpnet hjernerehabiliteringskonferansen på Soria Moria i 2005, startet han foredraget med å viser til forbundet som en viktig forutsetning for at man fikk rehabilitering på nivå med dansk modell. Siden den gang har det annet hvert år blitt arrangert nasjonale hjernekonferanser med forbundet som arrangør sammen med alle spesialsykehusene i Norge, sier han.



Denne innsatsen satte Personskadeforbundet LTN på det helsepolitiske kartet og forbundet inviteres nå med i mange offentlige utredninger innen medisinsk behandling og rehabilitering.

### 10. Kapitaliseringsrenten

Når det gjelder selve erstatningsnivået, er nok endring av kapitaliseringsrenten det viktigste som har skjedd. Erstatningsoppgjørene er basert på en engangsutbetaling, som med tillegg av renter av utbetalingen skal gi full erstatning. Desto høyere avkastning de legger til grunn at de skadelidte skal få, desto mindre erstatning får man.

– Da foreningen ble stiftet i 1984, var kapitaliseringsrenten seks prosent, det vil si at man måtte ha en bankrente på 10 til 11 prosent for å få full erstatning. Kapitaliseringsrenten ble redusert i 1993 til fem prosent.

Espen Johnsen hadde på vegne av sin datter en sak om kapitaliseringsrenten hele veien til høyesterett, og 16. september 2014 tok Personskadeforbundet kontakt og ba om å få bli partshjelper. Johnsen var svært skeptisk til dette til å begynne med siden forbundet ikke hadde vært involvert de syv foregående år. Da Jan Gunnar Ness argumenterte med at dette ville styrke den rettslige anseelsen til Personskadeforbundet, sa Johnsen allikevel ja. Personskadeforbundet ble derfor i vedtak av Høyesterett den 23. oktober 2014 tatt inn som partshjelper i saken.»

I 2015 skrev forbundet til Finansdepartementet og ba om at denne renten ble fastsatt i forskrift, noe som også Høyesterett hadde ment, både i 1993 og i 2014, sier Ness.

Forbundet fikk gjennomslag og kapitaliseringsrenten er nå 2,5 prosent, det vil si at man må ha en avkastning på ca. fem til seks prosent. Selv om dette fremdeles er høyt, er erstatningen for unge skadelidte nærmest blitt fordoblet.

### 11. Kampen mot forsikringslegene

Avsløringene om forsikringslegene er også et viktig punkt på Personskadeforbundet LTN sin merittliste.

– Det viste seg at en nevrolog ved Rikshospitalet, som også var datidens kongelegge, tjente store penger på å skrive sakkyndigrapporter for forsikringsselskapene. Forbundet tok et oppgjør med både denne og andre leger, forteller Ness. I nyere tid har det dessuten vært flere viktige punkter som bør nevnes i Personskadeforbundet LTN sin 40 år lange historie, ifølge Jan Gunnar Ness:

- Er en viktig høringsinstans og har årlige møter med skadesjefene i forsikringsselskapene.
- Inviteres til komité-møter på Stortinget og i ulike universiteter.
- Medarrangør med Advokatforeningen i kurs for jurister og andre interesseorganisasjoner henviser problemstillingene til Personskadeforbundet LTN
- Har fått hederlig omtale i advokatenes historiebok og er «pensum» på juss-studiet.
- Medarrangør på Nasjonal Hjernekonferanse og helseforetakenes møter med Legeforeningen, Sykepleierforbundet, Ergoterapiforbundet, Fysioterapiforbundet og NAV.
- Formidler forskningsprosjekter – staten bevilger forskningsmidler til forbundet.



FOTO: GRØY TRAAEN



# LANGSETH Advokatfirma DA

[www.langsethadvokat.no](http://www.langsethadvokat.no)

Er du påført personskade ved  
**TRAFIKKULYKKE**  
**ARBEIDSULYKKE**  
**FEILBEHANDLING**  
 kan du ha krav på erstatning

Langseth Advokatfirma DA er et av landets ledende advokatfirma innen personskadeerstatning. Vi har lang erfaring med profesjonell bistand i alle typer personskadesaker og forsikringssaker.

Ta kontakt i dag for en uforpliktende og kostnadsfri vurdering av din sak.  
[erstatning@ladv.no](mailto:erstatning@ladv.no) eller 22 42 42 42



Mia Warhuus

Einar I. Lohne

Trude Stormoen

Martine Rygg

Pan Farmakis

Mathias T. Rengård

Ole H. Bendiksen

Else-M. Merckoll

Haakon Vils gt. 2, Postboks 1371 Vika, 0114 Oslo. Telefon: (+47) 22 42 42 42. Telefaks: (+47) 22 42 42 44. Email: [advokat@ladv.no](mailto:advokat@ladv.no). Webside: [www.langsethadvokat.no](http://www.langsethadvokat.no)



## Alle har rett til å bli hørt!

**JAG Assistanse AS er en ideell BPA-leverandør for barn og voksne med store og sammensatte funksjonsnedsettelse, hvorav en kan være en kognitiv funksjonsnedsettelse.**

- JAG bygger sitt verdigrunnlag på grunnleggende menneskerettigheter, likeverd og likestilling.
- Vi har fokus på individualitet, kvalitet og skreddersyr din assistanse.
- JAG er medlem av European Network for Independant Living (ENIL).
- Foreningen JAG er en ideell interessepolitisk forening som har som formål å sikre alles rett til å velge Brukerstyrt Personlig Assistanse (BPA)
- JAG har stor kompetanse om BPA for personer med behov for assistert arbeidsledelse.

Ta kontakt for mer informasjon om hvordan vi kan skreddersy din BPA.

JAG Assistanse AS | Telefon: 962 09 666 | [www.jagassistanse.no](http://www.jagassistanse.no) | Følg oss gjerne på Facebook og Twitter!

**JAG**  
 er som du.

A close-up portrait of a young man with curly brown hair, freckles, and glasses. He is looking slightly to the right of the camera. The background is dark and out of focus.

# At hjernen ikke er ferdig utviklet, gjør det ekstra utfordrende

Kognitive vansker etter ervervet hjerneskade hos barn, kan ha negative konsekvenser for alle livets arenaer. Derfor ønsker forsker Hanna Sargénus å finne ut mer om hvordan hjernetrening kan hjelpe pasientgruppen.

TEKST: MARIT VEBENSTAD.

- Vi har mye kunnskap når det kommer til voksne med hjerneskade, men vi vet lite om barn og unge som får hjerneskade. Mye av grunnen til det er at barn og unges hjerne ikke er ferdig utviklet ennå, og det gjør det selvsagt ekstra utfordrende. Men mye av det skyldes også at det til nå ikke har vært så mye fokus på unge med hjerneskade. Det er et viktig satsningsområde, sier Hanna Sargénius, postdoktor i kognitiv- og nevropsykologi ved Universitetet i Oslo.

Hun forsker på hjernetrening for barn og unge med ervervet hjerneskade.



**Hanna Sargénius**  
Postdoktor i kognitiv- og nevro-  
psykologi ved Universitetet i Oslo

Etter hvert som spedbarnets hjerne utvikler seg, utvikler de ulike komponentene seg i forskjellige utviklingsbaner. I studien Sargénius har ledet, omtales den unge hjernen som spesielt sårbar for forstyrrelser som kan forårsake avvik fra utviklingen som skjer tidlig i livet.

Kognitive vansker, særlig med styringsfunksjon («hjernens dirigent»), etter ervervet hjerneskade hos barn, kan ha negative konsekvenser for alle livets arenaer. Styringsfunksjonen er relatert til både atferd og mentale prosesser, og forutser om personen vil lykkes med studier og i arbeidslivet, og ikke minst sosialt.

## - Utfordringen med barn er at hjernen ikke er ferdig utviklet ved skadetidspunktet, slik det er hos voksne.

- Det påvirker jo både behandlingen og hvordan selve treningen skal skje. Dersom skaden skjer før hjernen er ferdig utviklet, vil problemet akkumulere, påpeker Sargénius.

### Ingen standardisert behandling

Ifølge forskeren finnes det ingen standardisert behandling eller hjernetrening for barn som har vansker med styringsfunksjonen. På grunn av de betydelige negative konsekvensene dette har, mener hun det bør utvikles forskningsbaserte behandlinger som målrettes mot styringsfunksjonen. I tillegg til det kognitive, vil det kunne ha betydning for pasientens psykiske helse, livskvalitet, skolefunksjon og om det utvikles fatigue.

- Med forskningsprosjektet ønsker vi å se på effekten av behandlingen, og hvilke områder som vi bør ta tak i. Er det noen behandlinger som er mer effektive enn andre? Dette kommer jo også an på skadeomfanget, sier hun.

Studien til Sargénius viser at kognitiv rehabilitering virker godt for de unge, på samme måte som hos de voksne pasientene. Foreldrene rapporterte om reduksjon i eksekutiv dysfunksjon, som innebærer mindre atferdsproblemer og sosial funksjon, forbedret evne til problemløsning, samt planlegging. Allikevel var det ingen signifikant forskjell i funksjonen, og forskerne kunne derfor ikke konkludere med at hjernetrening var mer virksomt enn generell psykoedukasjon (behandling som innebærer at pasienten og de pårørende får informasjon om tilstanden, journ.anm.). Studiens konklusjon er derfor at det trengs mer forskning på feltet.





## Stort potensiale

Sargénius og hennes forskerteam har samlet inn data i fem år, og har som mål å undersøke langtidseffektene av denne treningen for barn og ungdom i alderen 12 til 17 år som har enerverte hjerneskader. De ønsker å se hvordan det påvirker kognitiv evne, fatigue, livskvalitet og funksjon på skolen. Forskernes primærfokus var å forbedre eksekutiv funksjon, dernest fatigue.

- De henger tett sammen, dermed kom fatigue med på kjøpet. Nå på tampen har vi også fått økt fokus på livskvalitet som eget tema. Det henger også sammen med eksekutiv funksjon.

## Foretrekkes av ungdommen

Selv om psykoedukasjon kanskje ikke er så effektivt som ønsket på lang sikt, ser det ut til at det er mer foretrukket av ungdommene, muligens fordi det er mer tilgjengelig for dem.

Spørsmålet forskeren stiller seg er om behandlingen kan påvirke ulikt hos forskjellige grupper med ulikt omfang, type skade og lignende.

- Vi ønsker å finne ut hva som gjør at behandlingen eventuelt virker ulikt på de forskjellige pasientgruppene. Vi ønsker å observere og fange opp hvordan dette er. Har pasienten en mindre skade er kanskje oppfatningen at han eller hun ikke har så store problemer i hverdagen, og at personen klarer å følge med sine jevnaldrende, sier Sargénius.

Hun legger til at det til slutt kan komme til et punkt der det ikke lenger går.

- Etter hvert kan problemene bli for store fordi pasienten ikke har fått riktig hjelp. I tillegg har gjerne kravene fra omverdenen blitt for store, for jo eldre barna blir, desto mer krav er det jo, understreker forskeren.

## Kan falle utenfor

Det største problemet for barn og unge med ervervet hjerneskade er at de ikke klarer å holde tritt i skolesammenheng, og det er mange i ungdomsskole og videregående som faller fra.

- Selv om det vil fungere greit for mange, så er det også store utfordringer knyttet til skolegangen og for de som faller fra, så vil problemene balle på seg. Denne pasientgruppen har høyere risiko for å ende som uføre, og det er jo et bakteppe fra forskningen, sier Sargénius.

- For voksne med vansker med styringsfunksjon etter hjerneskade så har gruppebasert hjernetrening, også kjent som metakognitiv strategitrening, ved bruk av såkalt Goal Management Training (GMT) vist seg å være virksomt. Dette er et standardisert metakognitivt treningsprogram som har som mål å hjelpe personer med nedsatt evne til å planlegge og holde på oppmerksomheten, til å bli bevisst sine mangler og til å oppnå målene sine på en bedre måte.

## Foreldrenes opplevelse

Forskningsgruppen har tilpasset denne gruppebaserte hjernetreningen til barn med hjerneskader og som har vansker med styringsfunksjon. Det er en tilpasning av voksenversjonen, der standardisert trening har som mål å forbedre oppmerksomhetskontrollen og kapasiteten til problemløsning i dagliglivet. Treningen inkluderer øvelser som involverer målsetting, oppdeling av oppgaver i underoppgaver, oppmerksomhetstrening for å forsterke vedvarende oppmerksomhet, og «stopp og tenk»-strategier for å øke bevisstheten om oppmerksomheten.

Forskergruppen har også sammenlignet hvordan voksne og barn rapporterer om problemene, og om det er samsvar her.

- Forskningen vår viser at foreldrene gjerne har et annet fokus enn barna, og at de ser på problemene som mer krevende enn det barna gjør, sier Sargénius.

Det viser seg at oppfølgingen pasientene får etter den akutte fasen varierer veldig, og forskerne ser på pasientene som er i den kroniske fasen.

- Det som går igjen, er at foreldrene vi snakker med er slitne og at de må mase og krangle med «alt og alle», forteller forskeren.

## Ikke gi opp

Rådet er å ikke gi opp, uansett hvor tøft det er.

- Det er foreldrene som kjenner barnet best og som vet hva barnet trenger. Vi har fokus på å gi dem ulike teknikker og strategier når det kommer til ulike problemstillinger i hverdagen. Det er utfordrende, for barn og unge har jo ikke alltid den selvinnsikten som trengs, og i tillegg har de hjerneskaden som gir enda større utfordring.

En del av forskernes opplegg har vært basert på det å «stoppe opp og tenke» på det man holder på med. Det kan bidra til å endre retning, avbryte uheldige mønstre, eller bare det å øke bevisstheten rundt utfordringene.

- Det kan være lurt å dele opp oppgavene eller ha delmål. I tillegg er det lurt å planlegge, ha tydelige avtaler og gi konkrete beskjeder. Det er viktig at alle parter er med på opplegget, det hjelper ikke at det bare er foreldre som «tvinger» det ned over hodet på barnet. Det er viktig at barnet føler seg delaktig, avslutter Sargénius.



# Praktiser medfølelse

– Og hjelp deg selv og andre til en bedre helse!

## **Mental trening kan være et skritt i riktig retning til å våge å ta mer kontroll over ditt eget liv og din egen helse**

Du skal nå få en forskningsbasert øvelse som kan hjelpe deg på veien til å redusere stress og betennelser i kroppen din og til å få mer overskudd i hverdagen. Jeg vil lære deg å praktisere medfølelse – slik toppforskerne ved Stanford University gjør det.



**Rebekka Nøkling**  
Coach/mental trener

Rebekka er spesialist på hjernetrim, stressmestring og motivasjon. Hun eier Livslyst & Motivasjon AS: [livslystogmotivasjon.no](http://livslystogmotivasjon.no) og Empowerment Akademiet: [mpoweracademy.org](http://mpoweracademy.org), hvor hun er rektor og fagansvarlig.

## **Vil du ha medlidenhet eller medfølelse?**

Forskningen på Østens visdom viser nemlig at medfølelse påvirker både helsen og sinnet ditt positivt! Og husk at uansett hvor du er i livet, om du er frisk eller syk, pasient eller pårørende, tilfreds eller ulykkelig, ja så har du muligheten til selv å bestemme hvordan du skal forholde deg til de som er rundt deg og alt annet som skjer på livets vei.

## **Du kan trene deg opp mentalt og få mer overskudd til å mestre motgang bedre**

Og derfor vil jeg personlig anbefale deg å begynne å praktisere mer medfølelse ovenfor andre. Neste skritt er å gi deg mer selvmedfølelse – for begge deler har vist seg å ha en positiv helseeffekt helt ned på celle- og gennivå. Men det er viktig ikke å blande dette med medlidenhet og selvmedlidenhet – som har helt motsatt effekt – for det gir deg bare mer stress, uheldige betennelsesreaksjoner og smerter i kroppen din.

## **Som mennesker vil vi uunngåelig møte lidelse på et tidspunkt i våre liv**

Men derfor hevder forskerne at vi har utviklet sosiale mekanismer for å lindre den smerten, og det er nettopp: medfølelse. Og det er ikke bare den som mottar medfølelse som får det bedre. Forskningsresultatene har vist at det å praktisere medfølelse for andre og hjelpe andre kan gi oss en enorm mental og fysisk velvære og overraskende god helseeffekt.



## Østens visdom møter Vestens (gen)teknologi

Dette er grunnen til at Stanford University har opprettet et eget «medfølelsessenter», under det medisinske fakultet: The Center for Compassion and Altruism Research and Education. Her utveksles kunnskaps erfaring og Dalai Lama og flere tibetanske munker samarbeider med hjerne-, medisin-, psykologi- og økonomiforskningsmiljøene. Slik kan forskerne foredle gammel østlig visdom til praktiske stressmestringsverktøy. Dette gjøres ved hjelp av vestlig (gen) teknologi og vitenskapelige metoder som gjør det mulig å måle effekten av de tusenår bevarte østlige øvelsene på: hjernen, cellene, genuttrykket (hvilke gener som blir "skrudd på"), hormonbalansen og immunforsvaret.

## Her kommer øvelsen

I følge forskerne på Stanford så defineres medfølelse som en prosess som utfolder seg i respons til lidelse. Jeg liker å dele øvelsen opp i tre trinn og det er viktig at du gjennomfører alle:

1. Våg å se og konkretiser lidelsen eller utfordringen som den andre opplever.
2. Lev deg inn i den andres vanskelige situasjon slik at du føler empati (og bruk gjerne egne og tilsvarende livserfaringer for å sette deg inn i og virkelig kjenne på den andres lidelse).
3. Gå så til en konkret handling for å redusere den konkrete lidelsen i punkt 1, slik at du aktivt hjelper personen med den spesifikke utfordringen.

Det betyr at du først må erkjenne og definere hva utfordringen hos den andre er **(1)** – som du gjerne kan skrive ned, eller si høyt – og som videre kan gi opphav til tanker og følelser av empati og omtanke for denne personens situasjon **(2)**. Dette i sin tur vil motivere deg til å utføre en handling for å lindre lidelsen hos den andre personen **(3)**. Prøv det ut på dine nærmeste i familien, venner, kjæresten og kollegaer – og opplev den positive effekten selv!

Selvmedfølelse er å gi deg egenomsorg. Og ja, selvmedfølelse er akkurat det som ordet sier: å tillate deg å følge de tre trinnene og kjenne på dine egne lidelser, og så være empatisk mot deg selv og anerkjenne deg selv. Men det betyr ikke at du skal synes synd på deg selv, men ønske å

lindre din personlige lidelse som du bærer på, og kanskje har båret på i mange år.

Mange gjør den feilen at de bare føler selvmedlidenhet (ved å stoppe opp etter trinn 2) og blir passive i hverdagslivet sitt. Dette skiller seg fra selvmedfølelse som oppfordrer til en handling som skal lindre smerten (trinn 3). Forskjellen på medlidenhet og medfølelse er derfor den samme som «å gå fra ord til handling». Og det å endre sitt tanke sett og bevissthet er en viktig og konkret handling i seg selv.

Forskningsresultatene er så overbevisende at stadig flere internasjonale universiteter starter tilsvarende forskningssentre rundt om i verden – og hvor både Nobelprisvinnere og helseaktører er enige om at dette tverrfaglige samarbeidet hvor «Østen møter Vesten» legger et viktig grunnlag for å forebygge stress, restituere fysiske og mentale lidelser – og til å skape en helt ny og banebrytende helseomsorg i fremtiden.

Så prøv å praktisere mer medfølelse og selvmedfølelse i hverdagen, og husk at det er mer enn å trøste eller sende gode tanker. Det innebærer å følge alle de tre trinnene for å komme i mål!

Lykke til – og vit at jeg heier på deg!

Livslyst-hilsen  
Rebekka Nøklng

# Økt synlighet

– Forbundet er så viktig for så mange, men dessverre er vi for lite kjent, fastslår Eli Eiklid, leder i landsstyret.

TEKST: MARIT VEBENSTAD | FOTO: ERIK HANNEMANN

– 40-årsjubileumet ble en fin markering i Steinkjer og Namsos lokallag, som jeg er leder av. Denne dagen samarbeidet vi med nabolokallaget i Stjørdal og Verdal, sier Eli Eiklid, leder i landsstyret i Personskadeforbundet LTN

Markeringen som hun arrangerte, fant sted på Stiklestad hotell, og det ble servert kaker og kaffe. En trubadur sang, og la opp til allsang.

– Vi hadde også med en som fortalte lokale historier og vi så på en film som hadde blitt laget i anledning 40-årsjubileumet. Det ble en fin kveld og alle var fornøyde med feiringen, sier hun.



Eli Eiklid  
Leder i landsstyret



## Synlighet er viktig

Eli Eiklid har selv vært engasjert i foreningen etter at hun ble utsatt for to bilulykker i henholdsvis 1989 og 2007.

– Hadde jeg visst om Personskadeforbundet etter ulykkene, hadde jeg meldt meg inn før. Forbundet er så viktig for så mange, men dessverre er vi for lite kjent. Selv fikk jeg først høre om det i ettertid, forteller hun.

En av sakene lederen brenner for, er derfor synlighet og markedsføring. Bare slik kan forbundet få vist seg frem.

– Det er viktig at de som utsettes for ulykker faktisk er klar over hva de kan få hjelp til. Derfor er det viktig at vi gjør oss enda mer synlige og blir kjent for flere.









### Likepersoner i kriseteam

Selv fremsnakker Eiklid forbundet i alle sammenhenger hun kan. Å ha likepersoner som kan bidra positivt, er alfa og omega for Personskadeforbundet. Selv har Eli Eiklid vært likeperson i flere år.

- Likepersonsarbeidet, og likeperson-telefonen, er veldig viktig for forbundet, sier hun.

I Steinkjer kommune har hun jobbet for at likepersonarbeidet kommer inn i krisegruppen som trår til etter ulykker.

- Ikke samme dag, men noen dager etterpå. Det er viktig å få likepersoner med i et kriseteam, så det er noe vi jobber for. Vi som selv har opplevd en ulykke kan ha lettere for å snakke om det enn andre. Derfor håper jeg at vi kan klare å få til dette.

<p><b>Lars E. Strand Malermester og Entreprenørforretning AS</b>            Hvamsvingen 11B            2013 SKJETTEN            Tlf. 901 26 631</p>	 <p>Kåshagvegen 178   2380 BRUMUNDDAL</p>	<p><b>Tømrer Martin Langerud A/S</b>            Østsideveien 1040            3277 STEINSHOLT            Tlf. 917 23 993</p>
<p><b>Brødrene Henriksen Transport AS</b>            Lyngbakkvegen 40            3736 SKIEN            Tlf. 411 33 300</p>	<p><b>Sør-Varanger Bilteknikk AS</b>            E. K. Andersonsv 1            9912 HESSENG            Tlf. 78 99 33 58</p>	<p><b>Rune's Container Service AS</b>            Nyveien 1778            1970HEMNES            Tlf. 900 45 920</p>
<p><b>Hønefoss Glass-Service a.s.</b>            • Bilglass • Bygningsglass • Speil</p> 	<p><b>Kristian Sørby AS</b>  <small>ANLEGGSGARTNERESTER</small>            Vangsjordet 28            1811 ASKIM            Tlf. 905 50 356</p>	<p><b>Boots Apotek Kvaløysletta</b>            Manetv. 2            9100 KVALØYSLETTA            Tlf. 77 75 89 90</p>
 <p>Anleggsgartner Nordengen AS</p>	<p><b>Norvald Jørgensen AS</b>  <small>AUTORISERT MASKINENTREPRENØR</small>  <small>www.norvaldjoergensen.no - Ljønsveien 89, 9172 Gårbødal - Sentrumbot, 47 61 88 88</small></p> <p>Vi utfører:            • Tomtearbeider • Vann- og avløpsarbeider            • Veiarbeider • Molo og småbåthavner m.m.</p> <p>Vår maskinpark står til tjeneste med:            • Massetransport • Graving            • Melsfling • Sprengning m.m.</p>	<p><b>Trondsen Auto AS</b>  <small>Din partner i bil</small>            Håndverkerveien 4 B, 9018 TROMSØ            Tlf. 930 53 700</p>
<p><b>HOLTAN'S BILLAKKERING AS</b>  <small>Tlf. 22 16 21 30 - Alle bilmerker - www.holtansbillakkering.no</small>            Kakkelvnskroken 2            0954 OSLO</p>	<p><b>Hellestad Sandtak AS            avdeling Notodden</b>            Semsvegen 33            3676 NOTODDEN            Tlf. 478 98 999</p>	<p><b>Øverby Plan og Byggservice</b>            Gunhildrudveien 40            1930 AURSKOG            Tlf. 920 83 300</p>
<p><b>Søgne Elektriske AS</b>            Linnegrøvan 24            4640 SØGNE            Tlf. 38 05 30 30</p>	<p><b>Mjelde Sveis og Montasje AS</b>            Granittåsen 72            3480 FILTVET            Tlf. 906 04 254</p>	 <p>Välerv. 157            1599 MOSS            Tlf. 69 24 11 30</p>



			FOR - BEDRER PSYKEN		RULLER	ØVE		FASE	DANSK ØY		KILLE SIKTENE		EKSI - STERER	TALL		ETTER - SKRIFT
			ANGRE						NESTEN BLINK KNEP					NABOER		GRAY
			STOLPE			MALET MED OP - TIMISME										
							OE	PASSE		GLØD		TONEN SOL	BAK	LANSE - RES I AR		
			ANLEGG			ER BE - KYM - RINGS - FULL										ODDE
TEMAER			FØR PASS - ENDE	BRUTAL	GUTTE - NAVN			BO OM - TRENT				MØBLER		POP - GRUPPE		
					HANN - DYR		SNUTE					HELLIG		ORDNER		
RAKE HOVED - STAD					REKKE - FØLGE HYLLER		INVI - TERE SPRIN - GER		DEN ELDRE GUTTE - NAVN			ARTER HUKE				BE - DRIVE FARGE
				DANS ASIAT			BLANDE UT				MATER SNAKKE					
STREI - FER							FOTDEL ILDSTED			AULA				SKÅTE DRAR		SOMME
YRKE		RELI - GION ROVDYR			PÅSKE - FRUKT										GRAVE	
			DRETT ELITEN		IVRIG			ENE	BAK - VERK	STOR - ARTET FERRUM						VERN
KROPPS - DEL					RENSE - VÆSKE			HENDE				ARSEN		HOLDE MUNN	ARBEID	DYR
REISER SKRIKER					LIDEL - SEN		SVÆRE					HAGE - PLAN - TEN				
					KAMIN IKKE			OMRÅDE	LAKKER					VANT PLATE		
LETT				MAN			TREV	ARBEIDE					OM - RADET RUSSISK BY			
SLETTE		PLAGG		FOR - BILDER DYR					GUTTE - NAVN		ELV LAR - VENE		GRESK BOK - STAV	INNSJØ GUTTE - NAVN		
					BANDE - LEDER MERKET				FINGRE			HEST				HOVED - STAD
REKKE			DOVEN					KANT MUSLING				SANG				GÅTE PIKE - NAVN
TRE	EGG SNYL - TERE				SOLID			KRIBLE				BRYGGE				NY - NORSK PRO - NOMEN
				GUTTE - NAVN			NØD - SIGNAL RETNING			FERSK				SIDE		SNORER SANG
KJEVE HOPPE - FØLGE					OMSORG FARGE			TALL DRIKK				HARD SNØ - DRIVE				
			UT - TRYKKE		NOE A SPISE						FINLAND	SVAR	SANG EIM			
PIKE - NAVN					TILLATE		RE - SPONS								FURTNE	
BOL					SMYGES			NORGE	OPPDRA							CAMP

# På kryss og tvers

Vinner av kryssordet i Leve Med utgave 8-23 er:  
MARIT BANG, BALLANGEN

Løsning på forrige kryss var: NÅR NETTENE BLIR LANGE

	FLAUSE	KRY	PARAT	ADELS - MANN	BREN - SEL		PARET	DOKTOR		RIM	PÅLEGG		UTROP		MÅL		AV - GIFTEN		KRYPE
											→				↘	FISK	UKE - BLAD		
APENT PARTI					FUGLER					TRÅKK HVOR - DAN				SINN I ORDEN			MÅL		
→						→					↘	ARTIK - KEL	ARVE LUE						
↘		STRØM BEGYN - NER			BEVEGE VENE				HÅND - VERKER									FJERN - SYN TINN	
			TANK - ENE	BØNN				PERSON - LIG - HETEN	HAUG					ROMA - NIA		HAVDYR TILBAKE			
	MYNTER REKKE							NAFTA OPP - KOMME				SIDE		BE - HOLDER OFRER					
						→			↘	↘							↘	ANLØPE	NEON
				1000	ELV TRE					DEL AV FUGLE - MAGE	LIKE		INNAD RATT						
	MOTIV						FUGL VISER								↘	SKORPE SNAL			
				PINNER VENDE HØY							APNIN - GER REKK - VERK						↓		EKKEL
	RAD						SOPPER	SKJER SKOLE - BARN						ANGREP	MINKE				
		BEDRAG	LIKE		DISTRIK - TER FLYSEL - SKAP								ORGA - NISA - SJON		MORE - NEN				
↓	PLANTE			DRIVE KJØRE - FELT						HEVE					BUSK			ØSTER - RIKE	
			LYST - SPILL							↓	PIKE - NAVN				EIN - STEIN - IUM				VEKT
	ULIK GRØNN ØY						DAME TEKKE						PÅSKE - SJOKO - LADE						↘
			50		DET ER TYSK ELV			URAN		↓	GEN - STOFF								
			FYLKE	SPISS TEVLING							BANNE - ORD RÅTTEN			DANS SMYKKE					HIMMEL - PUNKT
								SVOVEL	KALK - KREP - SEN SIKKER						NIVA				
							KJØLIG				ANNEN - RANGS	↓		VOKA - LER		TYNT STOFF			
	VIRKE - KRETS	UTGANG		LIKE		YTE	ØY OG DIKT BRUK - KET				SUM PARTI					GUDINNE	PLATE - PRATER		
					GRUNN - LAG SMITTER AV							DYR	REGN - BUE - HINNE	AV LIK VERDI HILSEN					EVIGHET
↘				→														SLAG - STED TEPPE	
FUGL HYL			DEILIG ERBIUM				TONEN SOL	UKOKT		VÆSKER					FINNES ORGANI - SASJON			ARTIK - KEL	
				IRRI - TERE					PIKE - NAVN							MYNT - ENHET			
				SOLGUD				GUTTE - NAVN			↘								

## Oppgave

Sett sammen bokstavene i de fargede rutene (i rekkefølge fra toppen og ned). Dette blir løsningen som du kan sende inn. Det trekkes en vinner som får en overraskelse i posten. Send løsningsordet, samt navn og adresse til: [levemed@personskadeforbundet.no](mailto:levemed@personskadeforbundet.no) eller pr. post til: **Personskadeforbundet LTN, Hausmanns gate 19, 0182 Oslo**. Svarfrist: 20. mai 2024

 <b>06565</b> Lillehammer Taxi	<b>Nor bilpleie AS</b> Henrik Bulls veg 48 2069 JESSHEIM Tlf. 63 97 36 46	<b>Rustad Transport AS</b> Storfjellveien 16 8530 BJERKVIK Tlf. 76 96 38 80	<b>Ruud Transport AS</b> Elvebakken 5 3320 VESTFOSSEN Tlf. 906 89 656	<b>Samuelsen Maskin AS</b> 6445 Malmefjorden Tlf. 71 26 88 00 E-post: <a href="mailto:terje@samuelsenmaskin.no">terje@samuelsenmaskin.no</a> Hjemmeside: <a href="http://www.samuelsenmaskin.no">www.samuelsenmaskin.no</a> Graving - Sprengning - Transport - Belegningstein
<b>abacus</b> Breivikbråteveien 9 1555 SON Tlf. 400 01 850	<b>Helle og Jonsson AS</b> Navarhaugen 3 3475 SÆTRE Tlf. 917 29 735	<b>Lund &amp; Reistad AS</b> Finnerudskogen 625 3350 PRESTFOSS Tlf. 971 25 127	<b>Hallingstuene</b> Geilov, 3580 GEILO Tlf. 32 09 12 30/50	<b>Gautefall Sentralen</b> Gautefallgårdane 1 3750 DRANGEDAL Tlf. 913 28 971
 Ringrostveien 11 2032 MAURA Tlf. 63 99 77 90	<b>Rue Transport AS</b> Opsalvegen 147 3690 HJÅRTDAL Tlf. 913 82 288	<b>Rognan Fargehandel AS</b> Strandgata 11 8250 ROGNAN Tlf. 75 69 06 50		<b>ÅLHYTTA</b> DESIGN SOM STANDARD SIDEN 1966 Gullhagen, 3570 ÅL Tlf. 32 08 60 50
<b>IP Huse AS Mek. Verksted</b> 6487 HARØY Tlf. 71 27 57 00	<b>JKE Design Levanger AS</b> Gamle Kongeveg 57 7604 LEVANGER Tlf. 74 08 50 00	<b>Prestholt Geitestøl</b> Høgehaugvegen 23 3576 HOL Tlf. 920 37 514	<b>Bjørn Berge Bensinstasjon AS</b> Sam Eydesgt 55 3660 Rjukan Tlf. 35090486 • 90629497	<b>Kristiansen as</b> BETONGPUMPING - SKIEN Rødmyrsvingen 94, 3735 SKIEN Tlf. 901 85 868
<b>Rosten Bilverksted AS</b> Øvre Flatås v 4 B 7079 FLATÅSEN Tlf. 72 84 89 90	<b>Fjellheim Drift og Service AS</b> Knottveien 346 7777 NORD-STATLAND Tlf. 915 83 272	<b>Hovin Trevare</b> Krokfossvegen 13 2067 JESSHEIM Tlf. 63 97 05 01	 DIN LOKALE RØRLEGGER drangedalrør.no 926 06 152 drangedalrørlegger@gmail.com TRYGGHET KVALITET NETTHANDEL RØR & LØS	 Opplæringskontoret for service og samferdsel Gneisveien 12 2020 SKEDSMOKORSET Tlf. 22 25 75 03
<b>Nils Ivar Braathen AS</b> Horgeneveien 37 3303 HOKKSUND Tlf. 913 94 618	<b>Nyhus Transport AS</b> Roaveien 6 3534 SOKNA Tlf. 414 56 705	<b>Enebakk Maskinstasjon</b> Brevigveien 224 1912 ENEBAKK Tlf. 905 72 015	<b>Hammerfest Taxihus AS</b> Storgata 2 9600 HAMMERFEST Tlf. 78 41 12 34	<b>GILDSET TRANSPORT</b> 7288 SOKNEDAL Tlf. 917 47 410
<b>Reisa Bilsenter as</b> Hovedvegen 45 9152 SØRKJOSEN Tlf. 77 77 02 80	<b>igland GARASJEN</b> Reddalsveien 47 4886 GRIMSTAD Tlf. 37 25 70 70	<b>Leikanger Auto AS</b> Hanahaug 10 6863 LEIKANGER Tlf. 57 65 31 00	<b>Langøil Bilverksted</b> Bjørumsvn 16 4820 FROLAND Tlf. 37 03 70 30	<b>Ronny Tangeland Transport</b> Folkestadhøgda 1 1592 VALER I ØSTFOLD Tlf. 928 99 105
<b>exacta</b> Autorisert regnskapsførerselskap Dyrmyrgata 4 3611 KONGSBERG Tlf. 926 30 300	<b>Hurum Mølle</b> Kirkebygdveien 29 3490 KLOKKARSTUA Tlf. 32 79 80 06	<b>Sjekk V Punkt</b> Bil og Karosseri AS Rotebergvegen 11 3802 BØ I TELEMARK Tlf. 35 95 23 30	ANONYM STØTTE	<b>Begravelsesbyrået Orkla AS</b> Kvamsveien 6 7336 MELDAL Tlf. 960 14 510
<b>Sundbrei Transport AS</b> Tiltaksvegen 821 3570 ÅL Tlf. 481 71 721	 Støget 74 4760 BIRKELAND Tlf. 37 27 61 08	<b>NorthSea Terminal AS</b> Tangenevegen 40 3950 BREVIK Tlf. 35 57 37 50	<b>Mekonomen Bilverksted</b> <b>Bremnes Bilverksted AS</b> 6530 AVERØY Tlf. 71 51 11 90	<b>Gravdal Blikkenslagerverksted AS</b> Skreppestadveien 88 3261 LARVIK Tlf. 33 13 07 50
<b>Ola Flatland Transport</b> Ytre Lauvrak 4830 HYNNEKLEIV Tlf. 957 32 118	 Trøskenveien 36 1712 GRÅLUM Tlf. 69 14 26 00	<b>Romerike Maskin AS</b> Nedre Hagaveg 19 2150 ÅRNES Tlf. 63 90 91 42	<b>Andøy Installasjon A/S</b> Industrivegen 2 B 8480 ANDENES Tlf. 76 14 10 60	<b>MNIA</b> BILOMBYGGING Midtunlia 17   5224 NESTTUN   Tlf. 920 48 420
 VAKTTELEFON HELE DØGNET: 900 98 006 www.landes.no landesbegravelsesbyrå LANDES BEGRAVELSESBYRÅ LYNGDAL	 Engelsvikenv 158 1628 ENGLSVIK Tlf. 69 33 91 80	 Sigdal www.blinkhus-sigdal.no Tlf. 32 71 14 90	<b>PKF</b> Revisjon & rådgivning Sandstuveien 70 G 0680 OSLO Tlf. 22 78 28 00	<b>as Malermestrene</b> LILLEHAMMER - BJØVIK Fåberggata 140, 2815 LILLEHAMMER Tlf. 61 25 14 10
				<b>Bil og Mekaniske Vigra</b> Kyrkjevegen 429 6040 VIGRA Tlf. 70 18 36 35

## Trygt på skoleveiene



**Inderøy kommune**  
inderoy.kommune.no



**Sauda kommune**  
sauda.kommune.no



**Ringeby kommune**  
ringeby.kommune.no



**Gloppen kommune**  
gloppen.kommune.no



**Oppdal kommune**  
oppdal.kommune.no



**Sørreisa kommune**  
sorreisa.kommune.no



**Meråker kommune**  
meraker.kommune.no



**Vestvågøy kommune**  
vestvagoy.kommune.no



**Nesodden kommune**  
nesodden.kommune.no



**Ål kommune**  
aal.kommune.no



**Aure kommune**  
aure.kommune.no



**Porsgrunn kommune**  
porsgrunn.kommune.no



**Søndre Land kommune**  
sondre-land.kommune.no



**Steinkjer kommune**  
steinkjer.kommune.no



**Båtsfjord kommune**  
batsfjord.kommune.no



**Tokke kommune**  
tokke.kommune.no



**Fyresdal kommune**  
fyresdal.kommune.no



**Sel kommune**  
sel.kommune.no



**Bjerkreim kommune**  
bjerkreim.kommune.no



**Iveland kommune**  
iveland.kommune.no



**Namsskogan kommune**  
namsskogan.kommune.no



**Valle kommune**  
valle.kommune.no



**Våler kommune**  
valer.kommune.no



**Fitjar kommune**  
fitjar.kommune.no

### Skien Rør Bravida Norge AS Skien VVS

Grønlikroken 5  
3735 SKIEN  
Tlf. 35 91 35 55



### Norges Trafikkskoleforbund

Leif Tronstads plass 6, 1337 SANDVIKA  
Tlf. 22 62 60 80



### Oslo kommune

Velferdsetaten  
v/Fri rettshjelp  
Storgata 19, 0184 OSLO  
Tlf. 23 48 79 00

### Stiftelsen Våler Bo og servicesenter

Vådertunet 1  
2436 VÅLER I SOLØR  
Tlf. 908 24 512



### VIKØrsta



Opplev gleden av å komme i form  
Jadarvegen 19, 4367 N/ERBØ  
Tlf. 51 43 35 22

### Kåre Ekrene Trafikkskole AS

Ludolf Eides gate 6  
5525 HAUGESUND  
Tlf. 52 71 75 66

### Lastebilcenteret AS

Moen Industriområde 38  
3622 SVENE  
Tlf. 32 70 05 19



**KREKKES AUTOREP. AS**  
REP AV ALLE BILMERKER  
2653 Vestre Gausdal  
Tlf. 414 49 309

www.krekke.no jon.harald@krekke.no

<b>Vinstra Karosseri AS</b> Lomovogen 2, Lomoen 2640 VINSTRA Tlf. 61 21 60 60	 <b>FOLLO TAXI</b> Tlf. 06485	 <b>Mak Interier</b> Roligheden 4818 FÆRVIK Tlf. 980 35 023	<b>Bilpleien AS</b> Grini Næringspark 10 1361 ØSTERAS Tlf. 67 54 00 11	 <b>Lommedalen Auto AS</b> Skollerudvn. 140 1350 Lommedalen Tlf. 67 800 600 lommedalenauto.no <b>Mekonomen</b> Bilverksted
<b>Rørlegger Haugen AS</b> Blåbærsvingen 5 3360 GEITHUS Tlf. 906 52 269	<b>Enter Kompetanse AS</b> Tømmerkrana 20 3048 DRAMMEN Tlf. 32 27 61 00	<b>Sørlandets Bilsenter A/S</b> Skibåsen 1 4636 KRISTIANSAND S Tlf. 24 03 47 30	<b>Eiksenteret Måselv</b> Industriveien 37 9325 BARDUFOSSE Tlf. 77 83 40 50	 <b>JØRGENSENS hageservice</b> Vinheim 26, 4885 GRIMSTAD Tlf. 950 61 377
<b>Frode Utsi AS</b> Grendevæien 18 9845 TANA Tlf. 78 92 52 50	 <b>Den Skreddersydde Enhet</b> DSE skaper varig endring gjennom skreddersyde tiltak. dsenhet.no	<b>Motorsenteret Heidal AS</b> Ysterivegen 5 2676 HEIDAL Tlf. 61 23 34 00	 <b>price</b> Nybruveien 7 3055 KROKSTADELVA Tlf. 32 23 10 80	 <b>GRÜNERLØKKA FLYTTEBYRÅ</b> Thereses gate 46   0168 OSLO   Tlf. 934 19 841
 <b>IRBY ELEKTRO</b> Loe bruk 14 3300 HOKKSUND Tlf. 915 49 789	<b>Heum Skogservice</b> Lyngrothveien 1 4820 FROLAND Tlf. 412 62 779	<b>Bil-Huset Kongsvinger</b> Eidskogveien 48 2211 KONGSVINGER Tlf. 62 82 14 60	<b>Tele-Tur AS</b> Kåsmyra 3750 DRANGEDAL Tlf. 35 99 81 25	 <b>TERJE PETERSEN</b> TAK- OG BLIKKENSLAGERVERKSTED AS Smedstadgrenda, 2133 GARDVIK Tlf. 62 97 42 82
<b>FFF Hage og Miljø AS</b> Follestad Industriområde 3474 AROS Tlf. 31 29 26 30	<b>Jakobsen Rør AS</b> Aurebekksveien 106 4516 MANDAL Tlf. 476 58 939	 <b>Mekonomen Bilverksted</b> <b>Rana Bilservice as</b> Søderlundmyra 32 8622 MO I RANA Tlf. 75 15 33 66	 <b>NTM TRAILER &amp; TIPP AS</b> 1351 RUD Tlf. 67 17 19 30	 <b>Alf Hansen as</b> Flatas v 6, 7079 FLATASEN Tlf. 72 59 60 90
<b>Nordicgsa AS</b> Flyspeditørens Senter 2060 GARDERMOEN Tlf. 63 93 06 90	<b>AKTIVA</b> Sjøgata 5 9300 FINNSNES Tlf. 77 84 10 80	<b>Bertelsen &amp; Garpestad AS</b> Hovlandveien 70 4374 EGBERG Tlf. 51 46 10 80	<b>Norefjell Hytteservice</b> Skinnestoppen 9 3535 KRØDEREN Tlf. 901 47 300	<b>Skreosen Byggsenter avd. Vråliosen</b> 3849 VRÅLIOSEN Tlf. 35 05 51 30
 <b>Vestlandstak as</b> I Verrveien 32 C 6020 ÅLESUND Tlf. 70 11 29 10	<b>Norspray AS</b> Maskinveien 10 4033 STAVANGER Tlf. 51 22 07 00	<b>Rasmussen &amp; Skjelbred A/S</b> Lillevarskogen 4 3160 STOKKE Tlf. 909 96 432	 <b>NORE BYGG</b> 3629 NORE Tlf. 992 67 920	 <b>TØMRA BILVERKSTED AS</b> 47 93 30 60 Selbuvegen 695 7584 SELBUSTRAND Tlf. 479 33 060
 <b>Årim</b> Langelandsvegen 1 6010 ÅLESUND Tlf. 70 31 41 00	 <b>REMA 1000 LIERSTRANDA</b> Tlf. 32 84 94 90	<b>Arnes Frisørhjørne</b> Langebruvegen 19 6800 FØRDE Tlf. 57 82 62 35	<b>Håheim Kran og Transport AS</b> Rasmussens gate 2 3187 HORTEN Tlf. 901 39 368	 <b>JOHNSEN TRANSPORT A/S</b> ☎ 918 46 710 Org.nr. 975 353 540 MVA
<b>Arkitektkontoret A38</b> Postboks 314 6852 Sogndal Telefon 5762 7450 Kyrkjevegen 6 arkitektkontoret@a38.no www.a38.no NO947620673	 <b>UniProtect</b> Reinsvegen 50 5643 STRANDVIK Tlf. 56 58 16 49	<b>Auto E-14 AS</b> Moksnes 7500 STJØRDAL Tlf. 74 82 16 63	<b>Mrex Motor AS</b> Ingeniør Rybergs gate 103 3027 DRAMMEN Tlf. 31 00 02 60	 <b>FIRDA BILLAG</b> Ditt sikreste val Storehagen 4   6800 FØRDE   Tlf. 57 72 50 00
<b>Hallingsag AS</b> Nordbygdvegen 713 3570 ÅL Tlf. 970 78 501	 <b>TROMSØ TAXI</b> Last ned Taxifix	<b>Mobile Kongsvinger AS</b> Kongevegen 101 2211 KONGSVINGER Tlf. 62 88 80 60	 <b>MALERMESTER LJUNGQUIST AS</b> 2208 KONGSVINGER Tlf. 488 84 200 <b>HG HÅNDVERKS GRUPPEN</b>	
 <b>HURUM</b> <b>Hurum Kraft as</b> Øvre Skoledalen 12 3482 TOFFE Tlf. 32 79 20 00	 <b>NATUR import</b> Ole Deviksv 18 0666 OSLO Tlf. 23 37 37 40	 <b>LAUD PRODUKTER</b> -for offentlig rom Tangengata 42 4950 RISØR Tlf. 21 90 40 20	 <b>Trygg Takst</b> WWW.TRYGGTAKST.NO VERDITAKST BOLIGSALGSRAPPORT SKADETAKST www.facebook.com/tryggtakst	 <b>Tonstad Bakeri AS</b> Tonstadveien 20A 4440 TONSTAD Tlf. 38 37 01 22
<b>Kongsberg Containertransport AS</b> Skrubbenmoen 17 3619 SKOLLENBORG Tlf. 464 70 000				

 <p><b>TRANSPORTOPDRAG</b> BRØDRENE Leirvikåsen 39 B 5179 GODVIK Tlf. 55 15 41 40</p>	 <p><b>MYHRE</b> BRØDRENE BRØNNBORING SPECIALBORING Hadelandsveien 841 3520 JEVNAKER Tlf. 32 11 44 80</p>	<p><b>Alento AS</b> Sankt Hallvard vei 3 3414 LIERSTRANDA Tlf. 474 50 630</p>	<p><b>Ramlo Sandtak AS</b> Industriv 63 7080 HEIMDAL Tlf. 962 25 300</p>	
<p><b>Asplund Transport AS</b> Eidsbotnvegen 49 7603 LEVANGER Tlf. 950 33 472</p>	 <p><b>REMA 1000</b> FLEKKEFJORD Tlf. 38 32 47 00</p>	<p><b>Nonslid Bilservice AS</b> Skjoldavikvegen 178 5574 SKJOLD Tlf. 52 76 21 00</p>	<p><b>Mobile Bilhuset</b> Eidskogveien 48 2211 KONGSVINGER Tlf. 62 82 14 60</p>	 <p><b>Brattli Bygg</b> Anders Woie - 90768447</p>
 <p><b>BRIX DEKOR AS</b> 3E 84 89 80 brixdekor.no Vi gjør deg synlig i markedet!</p>	 <p><b>DYNATEC</b> Rakkestadv 1 1814 ASKIM Tlf. 69 83 80 10</p>	<p><b>Brødrene Stigen AS</b> SKOGSENTREPRENØR Lykkjaveien 4, 1960 Løken Tlf. 99107435/99460711</p>	<p><b>BRB Bygg AS</b> Hellebergveien 35 3960 STATHELLE Tlf. 906 18 673</p>	 <p><b>DRAMMEN KJØL OG FRYSS AS</b> KULDEENTREPRENØR Drammen: Tlf.: 32 83 16 88 • www.dkf.no Avd. Kongsberg: Tlf.: 32 76 43 00 • magne@dkf.no</p>
<p><b>TT Næringsbygg AS</b> Doneheia 138 4516 MANDAL Tlf. 38 28 95 00</p>	<p><b>Refsland Transport AS</b> Marknesvingen 9 4052 RØYNEBERG Tlf. 918 30 961</p>	<p><b>Hovrud Maskin</b> Månovegen 222 2920 LEIRA I VALDRES Tlf. 481 33 000</p>		 <p><b>Blomquist ANS</b> etbl. 1965 Glass Sverresgt. 17/19, 3257 Larvik Tlf. 33 18 37 27</p>
<p><b>Sirdal Bilberging AS</b> Svartvatn 4443 TJØRHOM Tlf. 38 37 18 21</p>	<p><b>Norsk Elkontroll AS</b> 3055 KROKSTADELVA Tlf. 400 87 700 Elsikkerhet er viktig post@norskelkontroll.no</p>	<p><b>Powertech Service as</b> Ringeriksveien 20 3414 LIERSTRANDA Tlf. 908 89 070</p>	<p><b>Dyrud Elektro AS</b> Vekervegen 3 3840 SELJORD Tlf. 35 05 80 80</p>	<p><b>Kulelagerhuset AS</b> Teglverksveien 9 B 3413 LIER Tlf. 32 24 41 80</p>
<p><b>Autobjørn A/S</b> Cecilie Thoresens v 7 1153 OSLO Tlf. 23 03 10 20</p>	<p><b>Bilpleiesenteret AS</b> Gigstads Vei 11 3511 HØNEFOSS Tlf. 32 12 67 80</p>	<p><b>Grua Auto AS</b> Hadelandsveien 1469 2742 GRUA Tlf. 61 32 49 00</p>	<p><b>Feelgood Rundtom AS</b> Gamle Kongeveien 14 3040 DRAMMEN Tlf. 975 48 043</p>	<p><b>Optimera AS</b> Monter Stormarked Forus Maskinveien 7 4033 STAVANGER Tlf. 476 03 300</p>
<p><b>Brødr. Gommæs ANS</b> Bygata 2 3530 RØYSE Tlf. 913 73 211</p>	 <p><b>ADOLFSEN</b> MASKIN OG TRANSPORT AS Solliveien 22 9303 SILSAND Tlf. 474 14 226</p>	<p><b>Borrie Transport AS</b> Sarpsborgveien 2 1640 RÅDE Tlf. 915 53 268</p>	<p><b>Rogaland Bilverksted AS</b> Midtbergv. 2 4313 SANDNES Tlf. 51 80 07 90</p>	<p><b>Helen Hartel Rådgivning AS</b> Stavåsen 7200 KYRKSÆTERØRA Tlf. 948 34 929</p>
<p><b>Elent AS</b> Hans-Petter Frydenlund Hageveien 8 3402 LIER Tlf. 990 48 070</p>	<p><b>Jans Bilberging</b> Grandev. 21 6783 STRYN Tlf. 970 82 373</p>	<p><b>Fageraas Skogsdrift DA</b> Permobakken 21 3534 SOKNA Tlf. 959 22 322</p>	 <p><b>Gjensidige</b> Indre Sunnmøre Storgata 8 6200 STRANDA Tlf. 70 26 92 50</p>	 <p><b>Karmøy BEGRAVELSESBYRÅ</b> Døgnvakt: 52 81 62 22 Til tjeneste i over 50 år Kløbhaugvegen 21 4270 Åkeshamn karmoybb.no Praktisk hjelp og veiledning ved dødsfall og begravelse Dødsannonse: karmoy.vareminnesider.no</p>
<p><b>Hermansen Maskin AS</b> Brekka 4 3077 SANDE I VESTFOLD Tlf. 33 77 92 69</p>	<p><b>Skiltgraving AS</b> Gallebergveien 16 3070 SANDE I VESTFOLD Tlf. 33 77 67 88</p>	 <p><b>TRYGG VEI</b> - veien til sikker trafikk</p> <p>Teglverksveien 100 3057 SOLBERGELVA Tlf. 32 23 23 00</p>	<p><b>Byggmester Madsen &amp; Giseth AS</b> Rødsåsen 7 1389 HEGGEDAL Tlf. 905 57 693</p>	
 <p><b>Transport &amp; logistikk</b> et enkelt valg... 9829 6101 www.tdi24h.no</p>	<p><i>Vi leverer alt av matjord, sand, pukk og grus.</i></p> <p><b>HAMAR PUKK&amp;GRUS</b> <b>Rudshøgda Pukkverk as</b> Tlf. 62 53 69 70 eller www.hamarpukkoggrus.no</p>	<p><b>JAG</b> er som du. Schweigaardsgate 14 0134 OSLO Tlf. 962 09 666 www.jagassistanse.no</p>	<p><b>Norges Trafikkskoleforbund</b> <b>AKERSHUS</b> <b>Eidsvoll Trafikkskole A/S</b> Lars Tønsagers Flaenbakken 2   2080 EIDSVOLL   Tlf. 63 96 47 20 <b>TRØNDELAG</b> <b>Rødsjø Trafikkskole AS</b> Grindabakken 2   7120 LEKSVIK   Tlf. 941 01 200  <b>ATL-SKOLENE</b> støtter Magasinet for Personskadeforbundet LTN</p>	



Avsender:  
Personskadeforbundet LTN  
Hausmans gate 19  
0182 Oslo

## ANNONSER

# NESS LUNDIN

NESS LUNDIN er landets fremste firma innen erstatnings- og forsikringsrett.

Vi har prosedert over 40 saker i Høyesterett og for internasjonale domstoler.

Vi bistår skadelidte over hele landet.

### Spesialområder:

- Hodeskader
- Ryggmargsskader
- Erstatning etter dødsfall (forsørgertap)
- Erstatning til næringsdrivende
- Pasientskader
- Forsikringsrett



#### HOVEDKONTOR I OSLO

Universitetsgata 8, 0164 Oslo  
Tlf.: 23 29 90 00  
firmapost@nesslundin.no

#### Postadresse:

Postboks 420 Sentrum, 0103 Oslo  
[www.nesslundin.no](http://www.nesslundin.no)

#### Avdelingskontor:

Tromsø                      Trondheim  
Lillestrøm                Haugesund



## Advokatene Leiros & Olsen as

personskadeadvokatene



Vi er et landsdekkende advokatfirma med praksis innen de fleste rettsområder. Vi har lang erfaring med behandling av personskadesaker, herunder erstatning etter yrkesskader, trafikkulykker og pasientskader m.m.

Vi har kontorer i Tromsø, Oslo og Sogndal, og bistår skadelidte fra hele landet.

Ta kontakt for en gratis og uforpliktende samtale

Telefon: 776 00 210 • E-post: [post@leiros.no](mailto:post@leiros.no) • [www.leirosogolsen.no](http://www.leirosogolsen.no)