

# OSLO FOR ALLE

Nummer 1 • 2025

nfu



Her ser du Erfaringsutvalget i NFU. Det er en aktiv gjeng med mye humør. Hvert fylke har én representant. Vi har tatt en liten prat med Sandra, som er Oslo sin representant.

I bladet finner du også litt om mangt ellers....

God lesing!

## Kjære medlem



I vårens utgave av Oslo for alle, har vi plukket stoff fra aktuelle saker vi for tiden jobber med. Skole og arbeid er spesielt i fokus.

Du kan bli kjent med Sandra; vår egen fine Oslo-representant i NFU sitt Erfaringsutvalg. Utvalget har en representant fra hvert av landets

fylker. Du kan lære litt om alternativ og supplerende kommunikasjon (ASK). Når det gjelder skolesaker, finner du info om voksenopplæring. Ellers har vi de siste ukene engasjert oss i hvordan Utdanningsetaten i Oslo tolker den nye Opplæringsloven som trådte i kraft sist høst, på området videregående skole, når det gjelder gjennomføringsretten for elever med funksjonsnedsettelser. Retten skal nå være å fullføre utdanningsmålene inn til 24 års alder for alle elever. Gjelder denne rettigheten for alle i Oslo? Les mer i bladet. Videre har vi fokus på jobbmuligheter for personer med lettere utviklingshemming.

Oslo-standarden for pårørendesamarbeid har vært et 3-årig prosjekt i regi av Helseetaten. Prosjektet avsluttes i disse dager og skal være implementert i alle 15 bydeler. Vi håper dere vil merke en positiv effekt av den, i form av god

kommunikasjon, respekt og løsningsorientert tilnærming fra ansatte. NFU Oslo følger med.

På siste side finner dere som vanlig en oversikt aktuelle aktiviteter som foregår fremover. Del det gjerne med aktuelle hjelpere eller personale der deres familiemedlem med funksjonsnedsettelse bor; slik at de som trenger bistand/følge får den nødvendige hjelpen til å delta i aktiviteter på fritiden.

Innkalling til årsmøte 18. mars finner du vedlagt. Velkommen!

Med ønske om en god vår for dere alle!

**På vegne av styret,  
Lill Birkelund**

## Vil du bidra til å skape gode hverdager for alle?

Vi som er medlemmer vet at NFU gjør en stor innsats på vegne av mennesker med utviklingshemming. Sentralt vet vi at Tom, landsstyret, Hedvig og resten av gjengen i administrasjonen står på daglig for mest mulig oppmerksomhet og rettferdighet for mennesker med utviklingshemming.

Det gjelder også for oss i Oslo fylkeslag. Oslo kommune er en stor premissleverandør for hverdagen til innbyggerne i byen. I det daglige er vi alle prisgitt det kommunen bestemmer av rammer. Det

er mye bra og mange får gode tjenester. Det nye byrådet sier at Oslo skal være den beste byen å bo i, for alle. Vi ønsker å ta dem på ordet og minne dem på det så ofte vi kan. For å gjøre den jobben må vi bli flere aktive medlemmer.

Derfor trenger vi flere til å stå på om vi skal oppnå gode resultater, særlig til å bidra i styret. Det gjelder både i det interessepolitiske arbeidet, der vi har en brukerstemme, og til aktiviteter for medlemmene og familiene våre. Uten aktive til å gjennomføre aktivitetene blir

de dessverre borte.

Det er snart tid for nytt årsmøte, 18. mars, og nye styrerepresentanter skal velges. Det er flere som går ut av styret og da må vi ha påfyll av nye krefter.

Så, har du saker du brenner for, aktiviteter du gjerne vil skal arrangeres, være en god likeperson for andre, meld deg til meg eller kontoret vårt!

**Lill Birkelund**  
lill.birkelund@gmail.com



# Hva er ASK?

Av: Lill Birkelund

ASK er en forkortelse for alternativ og supplerende kommunikasjon.

Kommunikasjon kommer av det latinske ordet *communicare*, som betyr «å gjøre felles».

Gjennom kommunikasjon er det mulig for oss å dele tanker, følelser, behov og meninger. Det er gjennom kommunikasjon vi skaper sosiale relasjoner, det som gjør oss til deltakere i livet omkring oss. For å få mulighet til denne livsnødvendige kommunikasjonen, er ASK et godt alternativ eller et supplement til talespråk for mange barn, unge og voksne med nedsatt funksjonsevne. De som har problemer med å gjøre seg forstått og/eller forstå talespråk, må få hjelp til å kommunisere på alternative måter.

Barn med utviklingshemming er ingen homogen gruppe, heller ikke når det gjelder kommunikasjon og språklige ferdigheter. Noen har et godt talespråk mens andre kan nyttiggjøre seg støtte i symboler i en periode mens talespråket utvikles. Andre igjen har et livslangt behov for alternativ eller supplerende kommunikasjon. Det kan ikke minst gjelde barn, unge og voksne med flere funksjonshemminger som gjensidig forsterker hverandre (multifunksjonshemming).

Eksempler på ASK er bruk av håndtegn (tegn-til-tale), foto, symboler eller konkreter – eller en kombinasjon av disse. Kroppsspråk, handlinger eller andre kroppslige uttrykk kan også være kommunikasjon. For mange kan det være nyttig å bygge opp en individuelt sammensatt måte å kommunisere på – for å gjøre seg forstått og bli forstått. Hjelpemidler kan være nedfelt i bøker, album, veggtafler, kalender, digitale

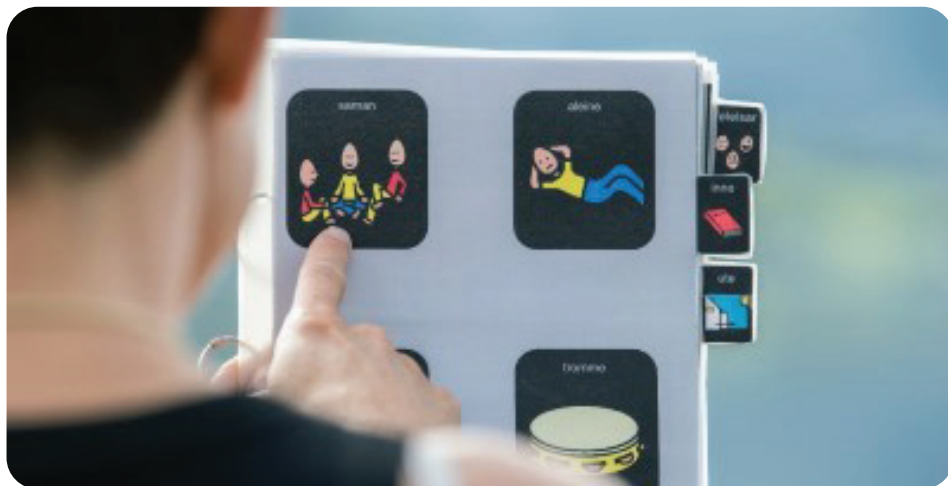


Foto: Statped

løsninger som Rolltalk, HandiKalender etc. Dette er noe barnehage, skole, PPT i samarbeid med foresatte må utarbeide og videreutvikle i fellesskap for den enkelte.

## Statped skriver på sin nettside om ASK:

*Alle trenger språk for å utvikle seg. Noen personer kan, på grunn av medfødte tilstander, skader eller sykdom, ikke kommunisere ved hjelp av talespråk. Å kommunisere på andre måter enn gjennom talespråk kalles alternativ og supplerende kommunikasjon, forkortet til ASK. ASK er ikke definert som et språk i den norske språkløven, men er*

*å regne som et funksjonelt språk og en måte å uttrykke seg på og med for den som har behov for det. ASK er helt nødvendig for hen sin språklige, sosiale og faglige utvikling.*

Vi trenger alle tilgang til måter å kommunisere på, for å være i verden sammen og skape sosiale relasjoner. Det er dette som gjør oss til deltakere i livet.

**Tirsdag 18. mars** kan du høre Alette Reinholdt, nestleder i NFU, fortelle mer om ASK, samtidig som vi avholder årsmøte på Sagene samfunnshus.

# Sandra

Av: Kirsten Magnus

Her er Sandra! 20 år gamle Sandra Thu Kleven, fra Kalbakken i Oslo. Hun gjør en strålende jobb for NFU, både som varamedlem i Oslo fylkeslag, og som vår representant i NFU's Erfaringsutvalg, der hun har vært med fra oppstarten i 2023. Du ser bilde av hele Erfaringsutvalget på forsiden. De har sine egne møter og er representert på NFU's ledersamlinger. De minner oss stadig om hva som egentlig gjelder!

I fire år har Sandra gått på Nydalen videregående skole.

– Mens jeg var elev der, jobbet jeg også en av ukedagene i en bedrift på Økern, blant annet med matlaging,

forteller hun.

– Svømming er favorittidretten min. Det er kjempeartig.

Nå går Sandra på Peder Morset folkehøgskole i Selbustrand.

– Jeg kunne velge mellom sju ulike linjer, og valgte MatLyst-linjen. Der trives jeg veldig godt.

– Det har vært spennende å få nye venner. De kommer fra hele landet.

Og til høsten?

– Da står jobb og egen bolig på ønskelisten!



I fjor var Sandra rødrudd, med verdens fineste, cooleste russekort: Forskjellen mellom deg og meg er at jeg har det lille ekstra;) Du er ordinær, mens jeg er EKSTRAordinær. Kan det sies bedre?



## Videregående skole (VGS)

Av: Lill Birkelund

I høst kom den nye opplæringsloven, som påvirker rettighetene til elever med nedsatt funksjonsevne. Hittil har det vært mulig å søke om å få gå et 4. og eventuelt et 5. år. Retten til videregående opplæring i den nye Opplæringsloven gjelder helt frem til den enkelte elev har

oppnådd kompetanse på satte mål og retten gjelder fram til skoleåret som begynner det året søkeren fyller 24 år.

Dagbladet hadde et oppslag om saken 28.januar, noen få dager før fristen for søknad til VGS gikk ut. Saken tok utgangspunkt i en presentasjon som ble lagt fram i utdanningsetaten i desember. I presentasjonen hadde etaten lagt

fram sin forståelse av hvordan retten til videregående opplæring skal tolkes når det gjelder «elever med varig og alvorlig funksjonsnedsettelse». Etaten skal ha sagt at normen nå skal være at disse elevene skal gå tre år på videregående, ikke fire eller fem år som mange gjør nå. Etaten skal ha instruert PPT i å lage mål for elevene som kan nås på normert tid (tre år), og PPT skal ikke lenger være



# Jobbklar med utviklingshemming

Av: Mona Olsen

20. januar var vi medarrangør i samarbeid med Downs-foreningen for et informasjonsmøte på Litteraturhuset med tittelen **Jobbklar med utviklingshemming**. Her presenterte to forskere, Hanne Marie Høybråten Sigstad, Universitetet i Oslo, og Veerle Garrels, Oslo Met, sitt arbeid om overganger til arbeidslivet for unge voksne med lett utviklingshemming. Det at vi nå har ny forskning som gir et bilde av hvorvidt unge voksne får den opplæringen de har krav på i videregående skole, og som tar på alvor at de skal forberede seg til arbeidslivet, er viktig.

Forskerne har undersøkt arbeidsgiveres holdninger og krav for å ansette personer med lett utviklingshemming, og hvilke erfaringer de har. De har intervjuet personene det gjelder om deres erfaring med å være i arbeid. I tillegg har de intervjuet foresatte, lærere, skolerådgivere, NAV-ansatte, jobbspesialister og arbeidsgivere. Det har gitt innsikt i hva som kjennetegner de bedriftene som får det til og hva som skal til å for at personene det gjelder, skal lykkes. Og kanskje det viktigste, hva er viktig for å forberede unge til å kunne være del av arbeidslivet.

De to forskerne har også redigert ei bok som er veldig nyttig for alle som er interessert i temaet. Boka inneholder eksempler og erfaringer, men viktigst; gode innspill til hvordan tilrettelegge for en meningsfylt skoletid som forberedelse til denne overgangen. Her gis det konkrete innspill til yrkeskartlegging. Dette er et viktig verktøy, som etter vår mening, også er like aktuelt for voksne som står utenfor arbeidslivet, men gjerne vil ha innpass.

Så vi anbefaler denne boka på det varmeste. Boka er utgitt på Universitetsforlaget og på deres hjemmeside kan dere også «bla» i boka.



For de som ikke kunne delta på informasjonsmøtet er det fortsatt mulighet til å se opptak fra møtet:

<https://www.youtube.com/watch?v=Jao6zaufP4U>

med og vurdere om elever skal få gå 4. og/eller 5. året. Heretter skal Seksjon inntak vgo ta denne avgjørelsen.

Vi i NFU Oslo har selvsagt reagert på dette, også sammen med vår paraplyorganisasjon SAFO. Vi mener utdanningsetatens forståelse er i strid med intensjonen i den nye opplæringsloven. Det viste seg også at de politiske

myndigheter (byrådsavdelingen for utdanning) ikke var informert om utdanningsetatens tolkning. Disse elevene må selvfølgelig ha samme rettigheter som alle andre elever. Vi har fått en beklagelse fra byrådssekretæren for utdanning, samt en forklaring av utdanningsetaten – som vi har bedt om ytterligere presiseringer på, for å trygge vår elevgruppe. Gjennomføringsretten

i den nye Opplæringsloven må gjelde ALLE elever! Vi har bedt om at saken følges opp og at det sørges for at ingen elever i Oslo blir diskriminert pga. funksjonsnedsettelse. I skrivende stund har vi ikke kommet til bunns i saken.

# Voksenopplæring i Nydalen

Av: Kirsten Magnus

## Trenger du støtte til å bruke det du lærte på skolen, eller lære noe nytt?

- Alle som bor i Oslo kan søke om individuelt tilrettelagt opplæring (ITO), dersom de har behov for å utvikle eller holde ved like grunnleggende ferdigheter, sier Stine Indergård. Hun er ansatt som undervisningsinspektør ved Oslo Voksenopplæring i Nydalen.
- Det kan, for eksempel, være snakk om å bli bedre til å bruke den kunnskapen du allerede har: *Ta i bruk* det du lærte i grunnskolen, *utvikle og vedlikeholde kompetansen*, og/eller *heve kompetansen* din ved å få vurdert om det er nye ferdigheter du har behov for å lære, knyttet til hverdagen din. Opplæringen skal være relevant for det livet du lever her og nå.
- Tilbudet om individuelt tilrettelagt opplæring (ITO) for voksne gjelder som sagt alle, både de som er i arbeid (f.eks. VTA/VTO), de som har plass på dagsenter, og ikke minst de som i dag ikke har en aktivitet eller en jobb å gå til.
- Hovedopptaket til Voksenopplæringen i Nydalen er i februar. Men det er viktig å merke seg, at du kan søke om opptak gjennom hele året. – Og alt undervisningsmaterieell er gratis!

## Stine informerer:

- I søknaden forteller du hva du ønsker å lære, og *hvor/hvordan* du skal bruke det du ønsker å lære.
- Sammen med Pedagogisk psykologisk tjeneste (PPT) drøfter du behovet ditt og så skrives det en sakkyndig vurdering. Voksenopplæringen kan samarbeide tett med ansvarsgrupper og miljøet rundt en deltaker. En Individuell opplæringsplan (IOP) vil beskrive arbeidsmåter,



Alle mennesker kan lære nye ting. Foto: NFU

organisering og hvilke mål man velger å fokusere på.

- De som mottar opplæring ved Voksenopplæringen i Nydalen, kalles *deltakere*. Alle deltakere får tildelt en egen hovedlærer. Hovedlæreren samarbeider med hjem, bolig, dagsenter eller arbeidsplass.

Opplæringen foregår ikke bare i Nydalen. Det er det ikke alle som vet. Du kan, for eksempel, motta veiledning og opplæring både på dagsenteret og på arbeidsplassen din. Det er det mange som benytter seg av.

I dag er det om lag 400 deltakere ved Voksenopplæringen i Nydalen, forteller Stine.

- Lærerstaben består av 40 spesial-

pedagoger, samtlige med høy spisskompetanse, innen alle spesialpedagogiske områder.

- Ingen av deltakerne har undervisning hver dag; det vanligste er tilbud av middels- eller lite omfang (2-5 timer pr uke, eller 2 timer eller mindre pr uke), kurs eller periodeundervisning.
- Kjønnsfordelingen er ganske jevn, med en liten overvekt av kvinner. Men aldersspennet er stort, yngste deltaker er 18 år, eldste er 95!

## Vil du følge med på hva som skjer ved Voksenopplæringen i Nydalen?

Skolen har både en egen nettside: Oslo VO Nydalen, og en Facebook side: Oslo Voksenopplæring Nydalen



# Nå er det jul igjen...

Av: Kirsten Magnus

## Nei, det er det ikke!

Men den 5. desember arrangerte NFU sitt årlige julebord på Sagene samfunnshus.

Det var god stemning. Torshovkorpset spilte, vi spiste god mat, sang julesanger og koste oss. Kvelden ble avsluttet med utlodning: De tre heldige vinnerne, fikk hver sin kurv med «godsaker» – og alle fikk trøstepremie!

Det er en stund til, men vi gleder oss allerede til årets julebord!



Torshov-korpset i full aktivitet  
Foto: NFU



God stemning også bak serveringsbordet. Foto: NFU

# Muligheter for alle

Av: Kirsten Magnus

## Hvilke muligheter har du for utdanning? Hvilke muligheter har du for arbeid?

Lurer du på dette, sett deg ned ved PC'en, eller ta fram nettbrettet, kanskje sammen med læreren din, eller en foretatt, og søk opp nettsiden: [Muligheterforalle.no](http://Muligheterforalle.no).

Nettsiden ble offentlig tilgjengelig i juni i fjor, så dette er et nesten nytt tilbud!

Selv om alle har rett til utdanning og arbeid, er det ikke alle som vet hvilke tilbud som finnes. Men på nettsiden [Muligheterforalle.no](http://Muligheterforalle.no) kan du lese om

hvilke alternativer som er tilgjengelige, for personer med behov for tilrettelegging. På denne siden vil du finne informasjon om jobbmuligheter, men også om tilgjengelige tilbud innen folkehøgskoler, høyskoler og dagsentere.

[Muligheterforalle.no](http://Muligheterforalle.no) er et landsdekkende hjelpemiddel. Innholdet på denne siden, er ment både til å informere og å motivere.

Tanken er også, at [Muligheterforalle.no](http://Muligheterforalle.no) skal være til god hjelp for foreldre, skoler, kommuner og NAV, - ja, for alle som ønsker å holde seg oppdatert om aktuelle tilgjengelige tilbud innen opplæring og arbeid, for personer med behov for tilrettelegging.

NFU er stolt av å ha vært med på å starte dette prosjektet, sammen med stiftelsen HELT MED og Asker kommune.



## MULIGHETER FOR ALLE

## Hva skjer i regi av NFU Oslo våren 2025

### Ridning ved Alna ridesenter

Det er ridetilbud på disse søndagene: 2.2., 2.3., 6.4., 4.5., 1.6.

**Påmelding:** berit-ov@online.no.

### Kveldsbading på Røa-badet

Det arrangeres bading på disse lørdagene: 18.1., 8.2., 22.3., 24.4.

**Påmelding:** silje.m.moen@gmail.com

### Hva er ASK?

I forkant av årsmøtet vårt 18. mars vil Alette Reinholdt, nestleder i NFU, snakke om ASK, alternativt supplerende kommunikasjon.

### Årsmøte 2025

18. mars avholdes årsmøte i Sagene samfunnshus. Innkalling og årsmøtepapirer følger denne postforsendelsen.

**Påmelding** på hjemmesiden vår eller til [oslofylkeslag@nfunorge.org](mailto:oslofylkeslag@nfunorge.org)

### NFU-konferansen

Vi minner om årets NFU-konferanse som arrangeres 28. mars.

Tema er **Mitt hjem, din arbeidsplass.**

**Du finner mer informasjon om tilbudene på hjemmesiden vår, Oslo fylkeslag, og på Facebook-siden vår.**

## Får du e-post fra oss?

En viktig kanal for å spre informasjon om hva vi gjør, er via e-post. Hvis du ikke får e-post fra oss, kan det være at vi mangler e-postadressen din. Send en e-post til [oslofylkeslag@nfunorge.org](mailto:oslofylkeslag@nfunorge.org), så retter vi opp medlemsregisteret vårt.