Gammeldags symøte

Torsdag kveld er det gammeldags symøte i Regnbuen på Fjell: Kom med all slags håndarbeid, og få kyndig veiledning fra flinke frivillige. Tirsdager på formiddagene kan du også låne en god symaskin for en billig penge, ta med tråd! Vi leverer også håndstrikket ulltøy til Nyfødt Intensivstasjonen i Drammen sykehus, og har behov for flere strikkere. Kan du ikke strikke? Bidra gjerne med maskinvaskbar babyull!

Brage for de yngste

Bragelørdagsteatret arrangeres en gang i måneden med forestillinger spesielt produsert for de yngre barna. Etter forestillingene er det alltid noe nytt og spennende å oppleve ute i Himmelrommet eller et annet sted i huset! Mens barna fråtser i spennende opplevelser kan de plassere foreldrene i voksensonen i kaféen eller sende de inn til Kunstnersentret i Buskerud for å få med seg en utstilling!

Barnas kunstklubb

Barnas kunstklubb er åpen på søndag for deg mellom 5 og 12 år på museet i Drammen. De voksne som følger barna, får gratis entrè og kan gå i de mange utstillingene på museet, eller nyte en deilig stund i vår hyggelige kafè i Lychepaviljongen, mens barna er på kunstklubb! Museumspedagogene Målfrid Ravnåsen Vangen og Inger Bondevik Grimm vil lede arbeidet.

Dyktige elever fra videregående får hospitantplass hos NITH

Siden 2009 har motiverte og egnede elever fra videregående fått mulighet til å hospitere hos NITH. De utvalgte hospitantene får ta gratis fag på høyskolenivå og sikrer seg samtidig studiepoeng. Denne høsten ønsker NITH 12 nye hospitanter velkommen. Elevene kommer fra tre videregående skoler som NITH i dag har et tett samarbeid med, nærmere bestemt Ullern, Elvebakken og Lambertseter. De fleste av elevene kommer fra Medier og kommunikasjon, og skal ta fag innen spilldesign, interaksjonsdesign, digital markedsføring, 3D-grafikk, programmering og mobile økosystemer.

Slutte med nålehjelp

> "Det kan like gjerne være sukker eller noe annet man ikke klarer å slutte med. NADA virker sånn at det fjerner suget etter mer, enten det er røyk, alkohol eller sukker.
>
> EVA BRUSTAD SKJEIE

Uansett avhengighet, ved hjelp av nålene til Eva Brustad Skjeie, kan du slutte. Teknikken heter NADA, og ble funnet ved en tilfeldighet.

BENTE WEMUNDSTAD tekst og foto

Evas Akupunktur åpnet i februar, og hun tilbyr klassisk akupunktur og smerteterapi, samt at hun masserer rygg, nakke og hode. Hun gir også akupressur for de som ikke liker nåler.

– Men NAPA akupunkturen er overraskende effektiv. Det forbauser selv akupunktører som har drevet lenge i bransjen, sier Eva.

Opiumavhengig

Det er enkelt og greit fem nåler i hvert øre, og behandlingen ble oppdaget i 1960 da en opiumavhengig japaneser ble fri fra sin avhengighet ved en akupunkturbehandling. Dette spredte seg raskt til andre land, og i dag er det 40 land i verden som bruker denne behandlingen mot avhengighet.

– Det trenger ikke være rus man er avhengig av. Det kan like gjerne være sukker eller noe annet man ikke klarer å slutte med. NADA virker sånn at det fjerner suget etter mer, enten det er røyk, alkohol eller sukker, forklarer Eva.

– Abstinenser avtar, og stresset synker og immunforsvaret stiger. Alle disse tingene gjør det lettere å slutte med hva man ønsker å slutte med. En bonus er at kroppen renses fortere for avfall også. De som har prøvd det, sier de merker en klar psykisk effekt ved at de rett og slett får det bedre.

Psykiske lidelser

Eva Brustad Skjeie er utdannet innen klassisk akupunktur og har tilleggsutdannelse i NADA. Tidligere jobbet hun med regnskap, men nå vil hun fortsette med denne gamle formen for behandling. Hun planlegger nå å ta kosmetisk akupunktur i tillegg.

– Jeg har alltid vært interessert i alternative behandlingsmetoder, og vært motstander av for mye piller, sier hun.

– Jeg ser særlig god bedring hos de som sliter med psykiske lidelser som depresjoner og angst, pluss urolige barn. Akupunktur er en helt ufarlig behandlingsform med bare positive bivirkninger, og vel verdt å prøve før man medisinerer. Men det er enkelte sykdommer vi ikke får lov til å behandle, og enkelte jeg ikke vil prøve på.

NADA-akupunkturen kan utføres på grupper også. Dersom en venninnegjeng eller gruppe kollegaer har lyst til å slutte å røyke eller spises sjokolade, kan behandlingen enkelt utføres på flere samtidig. Og Eva pakker nålene og kommer dit, dersom det er ønskelig.

– En kamerat av meg sluttet å røyke etter bare en behandling. Og han var storrøyker! De fleste trenger kanskje to-tre behandlinger, og viljen til å slutte må være til stede, sier Eva.

bente@byavisadrammen.no



ØREAKUPUNKTUR: Eva Brustad Skjeie bruker øret når hun skal sette nåler i NADA-behandlingen.



Høner i hagen

Kan man ha høner i hagen på Konnerud? Er det mye stell med dem? Hva vil naboene si, og er det egentlig lov? Konnerud hagelag skal ha åpent møte om temaet torsdag kveld. Høner er vakre husdyr som gir liv i hagen og attpåtil egg. Elisabeth Martens har selv høner og vil gjerne dele entusiasme og kunnskap med oss. Sammen med Hilde M. Finstad vil hun snakke om hønehold og vise oss flere forskjellige hønseraser. De tar opp hvordan hønenes hus bør være, den tida man må bruke på stell og pass, og hva som trengs av utstyr. Tore Ask vil ta for seg lover og regler om hønehold. Møtet starter kl 19 innerst i Korpsveien på Konnerud.







Leddplager til 70 milliarder i året

En ny studie fra Oslo universitetssykehus Ullevål viser at de totale samfunnsøkonomiske kostnader og trygdeutgifter i 2009 for muskel- og skjelettlidelser lå på 70 milliarder kroner. Dette har doblet seg de siste 10 årene. Skal dette fortsette å øke? Hva vil politikerne gjøre med dette? 70 milliarder tilsvarer sju Lillehammer OL eller sju av datidens største innenlands byggverk, Gardermoen flyplass. Arbeidsmiljøloven har klare retningslinjer for hvordan arbeidsplassene skal innrettes, men blir de fulgt? Det er billigere å forebygge enn å reparere. I et klassisk ergonomisk prosjekt er det vist at forebyggingstiltak lønner seg for bedriften.



