

# Designmanual CP-foreningen

Januar 2017

# Innhold

<b>Logovarianter</b>	<b>3</b>
<b>Minimumsstørrelser</b>	<b>4</b>
<b>Avstand rundt logo</b>	<b>5</b>
<b>Bruk av logo</b>	<b>6</b>
<b>Farger</b>	<b>7</b>
<b>Profilfonter</b>	<b>8</b>
<b>Systemfonter</b>	<b>9</b>
<b>Papir</b>	<b>10</b>
<b>Elementer</b>	<b>11</b>

# Logovarianter

CP-foreningens logo finnes i to ulike varianter:

## Hovedlogo

Hovedlogoen benyttes når hele organisasjonen er avsender.

## Fylkeslogo

I tillegg har alle fylkesavdelingene sin egen logo, med fylkesnavn.

## Symbol

Symbolet skal kun benyttes på flater med begrenset plass, f.eks som profilbilde i sosiale medier.

## Filformater

Logen finnes i ulike filtyper til ulike formål.

### *EPS og PDF:*

Benyttes til trykksaker for dette er vektorfiler. Kan dermed skaleres opp i størrelse uten at det påvirker fremstillingen av logoen.

### *JPG og PNG:*

Benyttes til PowerPoint og Word-maler. Sort logo benyttes som jpg. Hvit logo benyttes som png



*Hovedlogo*



*Fylkeslogo*



*Symbol*

# Minimums størrelser

For å oppnå best gjengivelse og lesbarhet av logoen finnes det noen minimums størrelser vi anbefaler for de ulike versjonene av vår logo.

## Hovedlogo

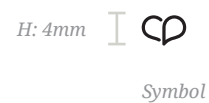
Anbefalt minimum størrelse: 6 mm høy

## Fylkeslogo

Anbefalt minimum størrelse: 7 mm høy

## Symbol

Anbefalt minimum størrelse: 4 mm høy

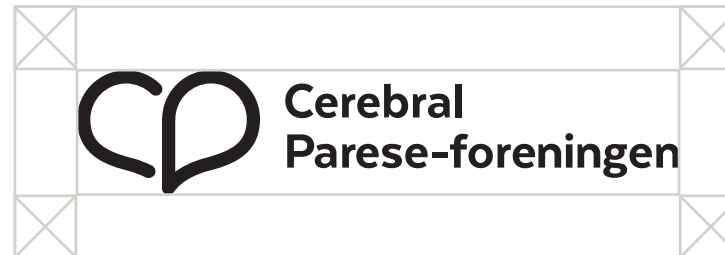


# Avstand rundt logo

Rundt logoen skal det alltid være nok plass til å sikre et rent og oversiktig visuelt bilde.

Mengden avstand rundt logoen varierer i direkte proporsjon til logoens størrelse. Denne avstanden beregnes ved hjelp av halvparten av symbolets høyde, som vist.

Ingenting skal plasseres innenfor logoens beskyttelsesområde.



# Bruk av logo

Våre logoer skal primært brukes i sort eller hvit. På lyse bakgrunner anbefaler vi sort versjon, mens på våre primærfarger anbefaler vi hvit versjon av logoen.



# Farger

CP-foreningens hovedfarger er rød og blå. Gråtonene fungerer som støttefarge. Vår farger finnes i en rekke fargekoder avhengig av bruksområde.

## CMYK

CMYK (Cyan, Magenta, Yellow, Black) er de fire primærfargeene som utgjør en fullfarget trykksak. CMYK-fargene skal kun brukes til trykksaker.

## PMS

Pantone-farger er spesialblandede farger som brukes i offsettrykk for å oppnå korrekt fargegjengivelse. PMS-fargene er spesialfarger for trykk og foliering. De skal kun brukes dersom du vet hva dette er ;-)

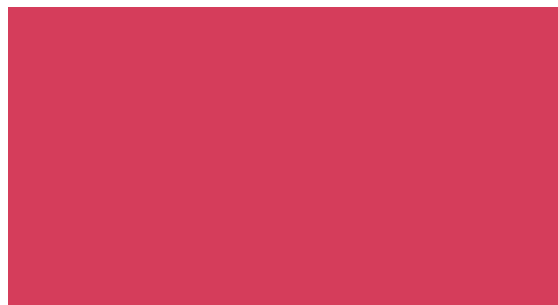
## RGB

RGB (Rød, grønn, blå) er farger som benyttes ved skjerm. Vi har i tillegg oppgitt HEX-kode som er en annen måte å oppgi RGB på. RGB eller HEX brukes på digitale flater som nettsider, eller i skjermpresentasjoner. Disse kan også brukes i Word-dokumenter som ikke skal trykkes i et profesjonelt trykkeri.

## NB

I våre primærfarger avviker CMYK- og RGB-verdiene fra den spesifiserte PMS-fargen. Dette er et bevisst valg, så benytt verdiene spesifisert på denne siden.

## Primærfarger

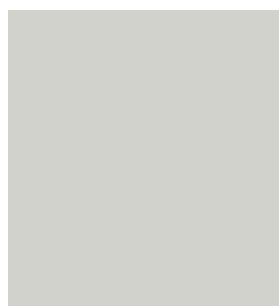


PMS: 7635 C  
CMYK: 11 / 90 / 54 / 2  
RGB: 211 / 51 / 82  
HEX: #d33352



PMS: 285 C  
CMYK: 90 / 49 / 2 / 0  
RGB: 9 / 112 / 181  
HEX: #0970b5

## Sekundærfarger



PMS: -  
CMYK: 0 / 0 / 0 / 80  
RGB: 87, 87, 87  
HEX: #575757



PMS: -  
CMYK: 0 / 0 / 5 / 20  
RGB: 221, 217, 211  
HEX: #DDD9D3

# Profilfonter

Vi har to profilfonter som primært benyttes på nettsiden og i våre profilelementer eksternt:

## **Texta Pro**

Denne sans serif-fonten benyttes primært til titler, ingress og kortere tekster, f.eks faktabokser etc. Denne finnes i flere vekter og vi benytter Texta Pro Heavy til overskrifter og Texta Pro Regular til detaljtekst.

*Lisens til fonten kan kjøpes her:*

<https://www.myfonts.com/fonts/latinotype/texta/>

## **Droid Serif**

Denne serif-fonten benyttes på lengre tekster, også kjent som brødtekst. Denne finnes i flere vekter men vi benytter primært regular og bold.

*Fonten kan lastes ned her:*

<https://www.myfonts.com/fonts/ascender/droid-serif-pro/>

## **Texta Pro**

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZÅØÆ

abcdefghijklmnopqrstuvwxyzåøæ

1234567890

## **Droid Serif**

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZÅØÆ

abcdefghijklmnopqrstuvwxyzåøæ

1234567890



# Systemfonter

Systemfonter brukes i Word, Powerpoint og andre elementer hvor kommunikasjon ikke er ment for offentligheten. Disse fontene benyttes på samme måte som profilfontene. Se forrige side.

## Arial

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZÅØÆ

abcdefghijklmnopqrstuvwxyzåøæ

1234567890

## Georgia

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZÅØÆ

abcdefghijklmnopqrstuvwxyzåøæ

1234567890

# Papir

I dag benyttes bestrøket papir på alt av trykksaker.

I fremtiden vil det bli vurdert å gå over til ubestrøket papir. Anbefaling for ubestrøket papir er *Scandia 2000 white* gjennomgående på alle trykksaker.

# Elementer



Visittkort



Mikael Fløysand  
Fasting's Gate 5  
0345 Oslo

02.03.2014

## Hva er Cerebral Parese?

Cerebral parese (CP) er en samlebetegnelse på en rekke tilstander med endret motorisk funksjon, og skyldes en skade i den umodne hjerne (fra fosterliv til fylte 2 år). Et viktig kriterie for diagnosen er at hjerneskadene ikke blir verre, men er statisk (ikke fremadskridende). Hvilke utslag diagnosen gir, avhenger av skadens størrelse og lokalisasjon. 2-3 av 1000 barn som fødes har eller får CP. Det tilsvarer cirka 120-150 nye tilfeller i året. De aller fleste med CP får diagnosen før de fyller 2 år.

### Perinatale årsaker

Tidligere antok man at de fleste tilfeller av CP oppsto ved kompliserte fødsler på grunn av surstoffmangel, en såkalt fødselsasfyksi. Nå er det holdepunkter for at dette er en sjelden årsak som omfatter omkring 10 prosent. Forklaringen kan være at bedret fødselshjelp og mer liberal bruk av keisersnitt ved risikofødsler har ført til en reell nedgang i antall fødselsskader.

Man vet nå at vekstretardasjon hos fosteret (at fosteret er underernært) er en risiko for CP. Man kan også tenke seg at barn med for eksempel vekstretardasjon eller en annen sårbarhet tåler fødselen dårlig.

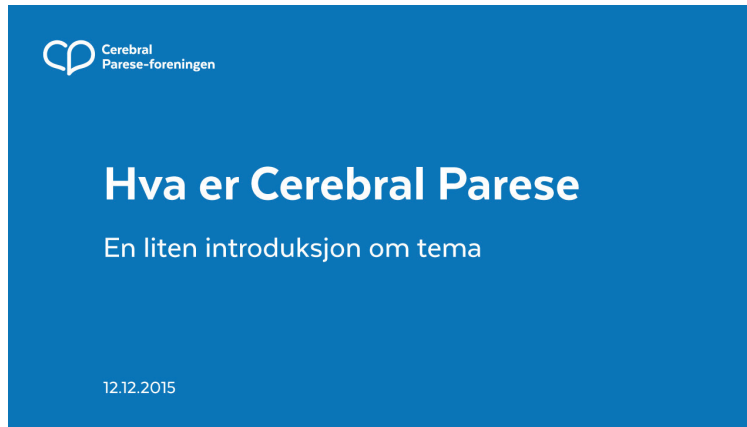
Premature barn som veier mindre enn 1000 gram ved fødsel, har økt risiko for CP. Årsaken er oftest blødning rundt hjernens hulrom. På dette utviklingstrinnet er hjernevevet i området rikt på fine blodårer som brister lett.

Pusteproblemer som krever respiratorbehandling og store variasjoner i blodtrykket forekommer jevnlig hos de minste premature, og kan være den direkte årsaken til at de fine blodårene brister. Det kan føre til at blodet siver inn i vevet rundt og kan skade det. Jo større blødningen er, desto større er muligheten for at hjernevev

Cerebral Parese-foreningen    Tlf: 22 59 99 00    Bankgiro: 1607.40.25157  
Bergsalléen 21                      Fax: 22 59 99 01    Org. nr.: 960 570 391  
0854 Oslo                              Epost: post@cp.no    www.cp.no

Brevmal

# Elementer

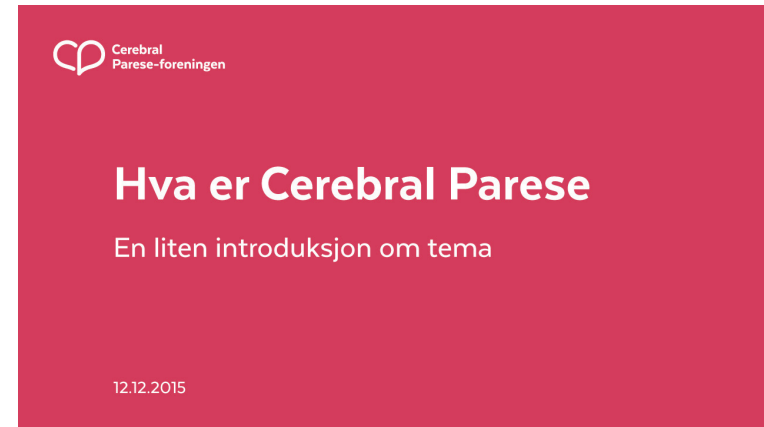


Cerebral  
Parese-foreningen

## Hva er Cerebral Parese

En liten introduksjon om tema

12.12.2015



Cerebral  
Parese-foreningen

## Hva er Cerebral Parese

En liten introduksjon om tema

12.12.2015

### Hva er dette?

Cerebral parese (CP) er en samlebetegnelse på en rekke tilstander med endret motorisk funksjon, og skyldes en skade i den umodne hjerne (fra fosterliv til fylte 2 år). Et viktig kriterie for diagnosen er at hjerneskaden ikke blir verre, men er statisk (ikke fremadskridende). Hvilke utslag diagnosen gir, avhenger av skadens størrelse og lokalisasjon. 2-3 av 1000 barn som fødes har eller får CP. Det tilsvarer cirka 120-150 nye tilfeller i året. De aller fleste med CP får diagnosen før de fyller 2 år. Det tilsvarer cirka 120-150 nye tilfeller i året.

PowerPoint

# Elementer

Cerebral Parese-foreningen

Om Cerebral Parese Tilbud til deg Om oss [Søk](#)

**Vi jobber for å bedre tilbudet og livsvilkårene for personer med cerebral parese og deres pårørende**

[Bli medlem!](#)

[Besøk oss på Facebook](#)

Søk plass på neste års sommerleir!

Cerebral Parese-foreningen

Om Cerebral Parese Tilbud til deg Om oss [Søk](#)

CP-foreningen >

## Om Cerebral Parese

- [Hva er CP?](#)
- [Diagnostisering og utredning](#)
- [Alvorlighetsgrad og klassifiseringsverktøy](#)
- [Spastisitetsbehandling](#)
- [Tilleggsvisker](#)
- [Kognisjon](#)
- [Fatigue](#)
- [Ernæring](#)
- [Senfølger](#)
- [Rettigheter](#)

Cerebral Parese-foreningen

Om Cerebral Parese Tilbud til deg Om oss [Søk](#)

CP-foreningen > Om oss >

## CP-skolen

CP-skolen er et strukturert opplæringstilbud for tillitsvalgte i CP-foreningen. Foreløpig vektlegges likemannsarbeid og organisasjonskunnskap. Høsten 2016 vil vi prioritere brukermedvirkning.

### Likemannsarbeid

I de siste årene har vi satset mye på likemannsarbeid og opplæring i likemannsarbeid. På denne siden vil vi samle vårt skriftlige opplæringsmaterieil for nye likemenn, samt annen viktig informasjon om likemannsarbeidet vårt (blant annet viktige administrative rutiner, som er viktig for fylkesavdelingene).

### Opplæringshefte i likemannsarbeid

Vi har laget et opplæringshefte for alle nye likemenn (og også andre som er interessert i å lære mer om CP-foreningens likemannsarbeid).

Hettet gir en bred innføring i foreningens likemannsarbeid. Her

Cerebral Parese-foreningen

Om Cerebral Parese Tilbud til deg Om oss [Søk](#)

CP-foreningen > Om Cerebral Parese >

## Livet med fatigue

Medlem i CP-foreningen, Sigrun Fosse deler sine erfaringer om en hverdag med fatigue.

Jeg er sliten, alltid, hele tiden. Selv når jeg våkner etter en god natts søvn er jeg sliten. Noen dager når jeg våkner er jeg så sliten at jeg ikke en gang skjønner hvordan jeg skal klare å stå opp av sengen. På en eller annen måte klarer jeg tli slutt å stå opp, komme meg ut på badet og få på meg klærne. Når jeg så får laget meg en smoothie og går eller ruller ut døren for å gå på jobben er jeg plutselig ikke så sliten lenger.

### Som å løpe maraton

Når jeg skal forklare hvordan det er å ha fatigue pleier jeg å si at det er en feilkobling i hodet. Denne feilkoblingen forteller kroppen at jeg har løpt et maratonløp, men det har jeg jo ikke. Det er jo helt naturlig å være sliten etter et maratonløp.

For meg er det viktig å ikke ta for mye hensyn til fatiguen. Jeg blir ikke mindre sliten av å ligge på sofaen hele dagen. Da kan jeg fort begynne å messe "jeg er så sliten", og da går spiralen feil vei. Det som hjelper for meg er å komme meg ut av døren

Nettsted