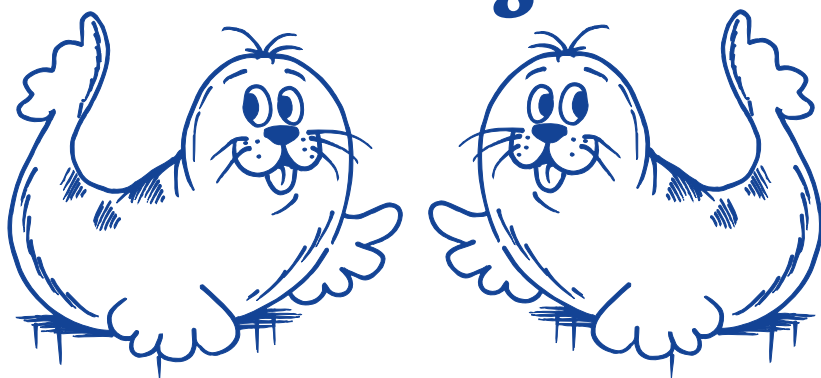


»Sælungen«



**Medlemsblad for idrætsaktiviteter
under Spastikerforeningen Ribe Amts kreds**

Nr. 1

Februar 2018

22. årgang



Et nyt år er begyndt

Et nyt år har taget sin begyndelse, kommunevalget er startet, og i vores egen lille kreds af medlemmer i Spastikerforeningen har vi til stadighed mulighed for at være med til at præge handicap Politiken rundt i landets kommuner ved et simpelt medlemskab i foreningen. Hvis dette blad når at komme ud til vore medlemmer inden generalforsamlingen, håber vi at vore medlemmer møder talstærkt op.

Vores julefest, som vi i 2017 holdt på den romantiske beliggende Årre Kro blev holdt i bedste traditionelle stil, og indtrykket er at de fremmødte havde en hyggelig aften i hinandens selskab, hvor der også var lejlighed til at møde selveste julemanden.

I begyndelsen af januar holdt Karna Sælungernes 40 års jubilæum, hvor mange tidligere og nuværende medlemmer samt venner og andre støtter til Sælungerne var samlet for at være med til at festliggøre dagen.

Årets forskellige tilbud fra bestyrelsen er allerede i støbeskeen. I begyndelsen af sommeren planlægger vi bustur til Skive festival, hvor kreds 16 plejer at have en særlig stand, hvor foreningens medlemmer har mulighed for efter individuelt behov at søge et "helle" fra det traditionelle festivalmiljø, og hvor med i fred og ro kan få en bid mad, en kop kaffe, "frisk" strøm til el-stolen eller måske et lille "brushup" til mobilen.

julen nærmer sig selvfølgelig også (pludselig) med hastige skridt, og vi har allerede bestilt Årre Kro og vores egen musiker, som igen i år har lovet at tage den lange rejse fra Århus for igen at hygge om os.

Med dette ønsker bestyrelsen et fortsat rigtigt godt nytår

Jan Grønbæk





Festlig jubilæum for Svømmeklubben Sælungerne 20

Lørdag den 6. januar afholdt Spastikerforeningens svømmeklub, Sælungerne, sin 40 års jubilæum.

Festen blev afholdt i EGF-hallen i Haraldsgade, som dannede de festlige rammer for fejringen. Næsten 150 var mødt op for at fejre svømmeklubben, som blev startet af Karna Gregersen, og såvel tidligere som nuværende trænere, Sælunger, forældre til Sælunger med mange flere, var mødt op for at være med til at markere dagen.

Velvillige sponsorer og bidragydere havde doneret penge til hjælp til arrangementets afholdelse, hvor maden kom fra restaurant Sydvesten, og Spastikerforeningen gav tre flotte kager fra Guldbageren i Nørregade, hvor man

havde lavet Sælungernes logo i marzipan og gavebordet bugnede med mange flotte gaver fra mange af de fremmødte honoratiories.

Carsten Agerbæk leverede musikken fra sit diskotek, og efter maden blev der budt på festlig underholdning af dansere fra nogle af EGF-hallens idrætspiger, og i dagens løb var der flere talere som bragte minder frem om de forløbne år. Festen afsluttedes selvfølgelig med dansevenlige toner, som alle dansede med til inden arrangementet sluttede cirka klokken 17.

Med venlig hilsen
Jan Grønbæk



Tak fra Karna

1000 TAK til alle som var med til at gøre jubilæet til en glad og festlig dag. TAK for de utrolig mange gaver til sælungerne og undertegnede, det var overvældende. TAK for den store hjælp fra gymnastikpigerne fra E.G.F., trænerne fra klubben og familien, uden deres hjælp kunne det ikke gennemføres.

Dejlig at se de "gamle" sæler igen, men en præsentation for de andre gæster burde jeg have tænkt på, der sker jo lidt forandring på mange år.

Mange nuværende svømmer og deres familier bidrog også i festligheden, og som altid bakker de op om aktiviteterne. MEN - pludselig er det hele færdig, og med følelsen af at jeg ikke fik talt med alle, som jeg havde glædet mig til, må gøres godt på et andet tidspunkt.

Hyggelig julefest i kreds 13

Den 9. december afholdt kreds 13 sin årlige julefest for et sluttet selskab af kredsens medlemmer.

Festen blev denne gang afholdt på det romantisk beliggende Årre Kro, hvor salen var pyntet smukt om og med et juletræ der nåede helt til loftet. Flere af deltagerne havde taget lidt julepynt med til at hænge på træet, og smukke hilsen kan man jo næsten dårligt forestille sig at sende til hinanden.

Den populære (næsten) verdensberømte Micahel de Linde havde taget rejsen hele vejen fra Århus for at levere den smukke

musikalske julestemning i aftenens løb. Også julemanden kom helet fra Grønlandsparken for at lege med os, og han afsluttede sit besøg med en lille julehistorie inden han delte de dejlige juleposer ud.

Aftenen afsluttedes selvfølgelig med det populære amerikanske lotteri, hvor mange fik en ekstra ting med hjem til at lægge under juletræet.

Med venlig hilsen
Jan Grønbæk



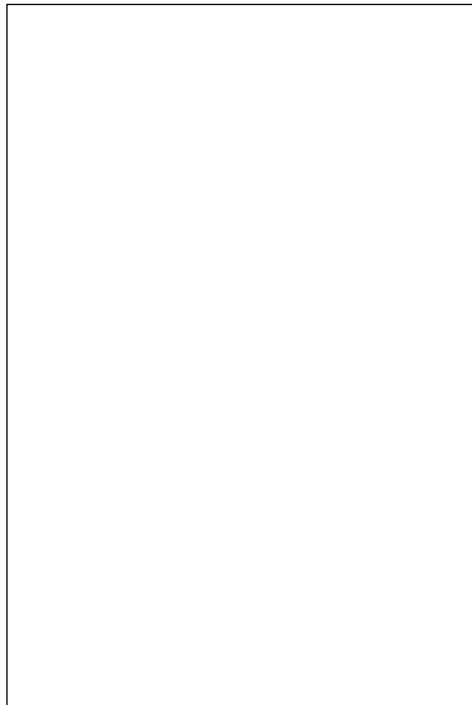
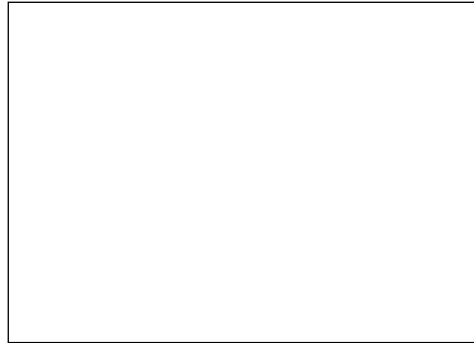
Sælungernes julefest fredag d. 8. dec.

Som tradition blev julehyggen afholdt på Vandrehjemmet, hvor børn – unge og forældre mødes. I år havde vi konferencelokalet som var flot julepyntet. Igen startede vi med banko, og Helle gjorde det som sædvanligt godt som opråber, bordet var fyldt til bristepunktet med flotte pakker pænt indpakket. Kl. 17.30 blev maden sat på bordet, en buffet med mange forskellige retter. Da sulten var stillet og ris a la manden var spist, kom der pludselig en julemand, kort forinden havde vi fået at vide at julemanden ikke kunne komme, da han var faldet og slået sit ben og kom på hospitalet og

ydermere blev han opereret, og alligevel kom der en julemand, jeg tror han havde været på et lynkursus, for han var virkelig super god og rigtig i julehumør, og sækken var fyldt med gaver og slikposer. Ved 19.30 tiden var trætheden ved at melde sig hos de fleste, der blev ønsket glædelig jul og et godt Nytår. Vi siger også tak for en dejlig dag og på gensyn i 2018.

NB. Julehyggen 2018 bliver også på Vandrehjemmet – vi spiller banko i konferencelokalet, derefter spisning i spisestuen.

Karna





Ryk en dag ud af kalenderen til musik og hygge.

Kom med Spastikerforeningen til Skive-festival lørdag den 2. juni 2018.

Kredsene inviterer traditionen tro til Skive Festival 2018. I år finder arrangementet sted lørdag den 2. juni fra kl. 11.00 til kl. 24.00.

Vort teltet åbner kl. 11.00, hvor der kan bestilles en let frokost til på forhånd via Bent Ole eller spises medbragt mad. I teltet serveres gratis kaffe og der er mulighed for at købe sodavand og fadøl fra Hancock til rigtige priser.

Når vi nærmer os spisetid igen omkring kl. 18.00 vil Spastikerforeningen være vært ved en aftensmad. Maden er med i billetprisen, så det eneste du selv skal sørge for, er drikkevarer.

Teltet er åben hele dagen – har du brug for en pause fra musikken, er der mulighed for det her. Du kan opbevare dine ting, måske skiftetøj. Der er en lift du kan bruge - og der står kørestole til fri afbenyttelse. En hjælper fra Lions Club kan give et skub over på pladsen, hvis du har brug for det.



Sådan sikre du dig billetter

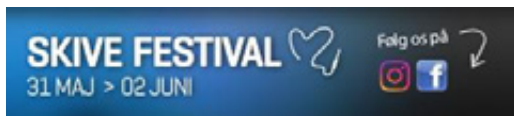
Skriv til Bent Ole Nielsen, Vestjylland: cpskive@mail.dk eller ring på telefon 97 14 24 83 eller 21 29 48 44 (hverdage efter kl. 18.00) Oplys navn, medlemsnummer, antal billetter, hvilken kreds du tilhører, eller hvilken kommune du bor i. Hvis du ønsker frokost skal dette oplyses ved bestillingen af billetter.

Betalingen sker på 7613-1011868, der kan evt. betales på Mobilepay 21 29 48 44.

Bestillingen er gyldig når betalingen er foretaget.



Kom og få en musikalsk oplevelse sammen med familie, gode venner og mød andre af vore medlemmer, som også kommer på Skive Festival.



Til erindring

Som tidligere varslet afholder Spastikerforeningen kreds 13 Sydvestjylland sin årlige ordinære Generalforsamling den 24. Februar klokken 13 i Kvaglundparken 1 i Esbjerg med følgende dagsorden ifølge vedtægterne:

1. Valg af dirigent.
2. Beretning fra kredsbestyrelsen.
3. Forelæggelse af kredsforeningens regnskab, jf. § 13.
4. Behandling af eventuelle forslag fra bestyrelse eller medlemmer, hvilke forslag skal være indsendt til kredsbestyrelsens formand senest 8 dage før generalforsamlingen.
5. Valg af kredsforeningens bestyrelsesmedlemmer og 2 suppleanter.
6. Evt. valg af hovedbestyrelsesmedlem og suppleant.
7. Valg af revisor for kredsforeningen.
8. Eventuelt.

Eventuelle forslag fra medlemmer om valg til henholdsvis bestyrelse og revisor skal fremsættes skriftligt og være bestyrelsen i hænde senest 8 dage før generalforsamlingen.

Efter generalforsamlingen vil der blive budt på en lettere middag og en lille dessert til kaffe. Hvis man ønsker at spise, SKAL tilmelding ske til formanden senest den 17. februar.

Med venlig hilsen
Jan Grønbæk



Bedre tilgængelighed til bygninger med offentlig adgang

Med en række nye initiativer vil transport-, bygnings- og boligminister Ole Birk Olesen fremme tilgængeligheden i de offentligt tilgængelige bygninger, hvor mange færdes.

Formålet med den nye tilgængeligheds-pakke er, at bygninger som tilbyder offentlig adgang i højere grad skal indrettes, så det er muligt for alle borgere at komme ind i dem og bruge dem.

I en kommentar siger Ole Birk Olesen: - Det er vigtigt for regeringen, at alle borgere i samfundet får lettere adgang til bygninger, som tilbyder offentlig adgang og til deres funktioner. Det betyder blandt andet, at de fysiske faciliteter skal gøre det muligt for alle at benytte de offentligt tilgængelige bygninger, og med denne pakke af tiltag skaber vi grundlaget for et mere tilgængeligt byggeri.

Pakken indeholder initiativer inden for tre områder. For det første skal kendskabet til tilgængelighed udbredes blandt parterne i byggeriet. For det andet skal kommunerne have fokus på tilsyn med tilgængeligheden i byggeriet. Endelig skal det undersøges om bygningsreglementets detaljerede bestemmelser om tilgængelighed kan erstattes af funktionskrav, og det skal undersøges, hvordan tilgængelighedsstrategier kan fungere som arbejdsredskab og dokumentation for, at byggeriet lever op til kravene i bygningsreglementet.

Initiativerne i tiltagspakken implementeres i samarbejde med branchen og Danske Handicaporganisationer. I den forbindelse udtaler Danske Handicaporganisationers formand Thorkild Olesen:

- I Danske Handicaporganisationer (DH) ønsker vi, at alle får lige muligheder for deltagelse i samfundslivet. Og bygninger udgør en stor del af vores hverdagsliv. Derfor er det vigtigt, at vi bygger med inklusion for øje, så alle kan være med. I både arbejdsliv, fritidsliv, privatliv – hele livet igennem. Det giver mening for det enkelte menneske og for samfundet som helhed. Denne tiltagspakke bringer os nogle positive skridt frem på flere centrale områder. Enkelte steder vil vi i DH være opmærksomme på, at gode etablerede løsninger ikke kasseres. Vi tror, at konkrete krav i bygningsreglementet fortsat kan bidrage positivt sammen med funktionsbaserede krav, og vi ser frem til den fortsatte dialog med ministeren, Trafik-, Bygge- og Boligstyrelsen og branchen om fremme af tilgængelighed i Danmark.

Kilde: Bygnings- og Boligministeriet

Sælungerne - en svømmeklub for handicappede

Kom og vær med til nogle sjove og lærerige timer i vand. Vi træner efter Halliwick metoden, en metode der er udviklet til handicappede.

Træning er Fredag 1. september 2017 på Fourfeldt skolen i Esbjerg. Sæson slut 1.maj 2018

Tidspunkt

1. hold 15:30-16:00
2. hold 16:00-16:30
- 3: hold 16:30-17:00

Der er voksne i bassinet og er barnet under 6 år kan det være nødvendigt at mor eller far deltager i vandet.

Vi hygger både i og oven vande. Til de der har lyst deltages der i stævner Yderligere oplysninger Karna Gregersen. Mobil 20670267 el. Karna.gregersen@esenet.dk

Kom og vær med til nogle sjove og lærerige timer i vand

Vi træner efter Halliwick metoden, en metode der er udviklet til Handicappede.

Træning i seminariets svømmehal.

1. træning onsdag den 6.september 2017sæson slut 1.juni 2018.

Tidspunkt

1. Hold15:00-15.50 Pause og hygge
2. Hold 16:10-17:00 Der er et overlap så alle er med i hyggen

Vi hygger i og oven vande og deltager i stævner for de der har lyst til dette.

Yderligere oplysninger

Karna Gregersen. Mobil 20670267
mail: karna.gregersen@esenet.dk





NETWORK DEVELOPMENT
GIVE AND TAKE

- Skab relationer til andre brancher
- Få inspiration til udvikling
- Øg dine faglige kompetencer
- Få sparring til at nå dine mål

Network Development skaber rammerne for din udvikling.

Vi har netværk inden for: Indkøb, HR og Personaleledelse, Kvinder, Generel ledelse, Selvstændige, Salg og markedsføring, Produktionsledelse og Virksomhedsnetværk.

Tilmeld dig et netværk på www.networkdevelopmer





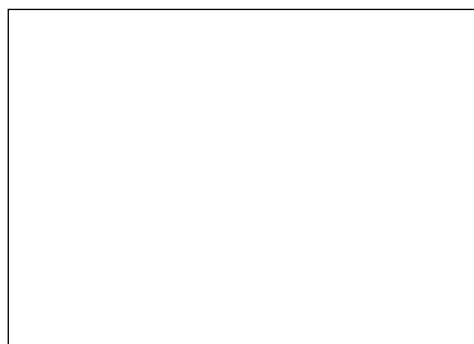
Strikkepinden - og den lille Zebra

Kig forbi og se alt det lækre garn fra Geilsk, Onion, Lana Grossa, Hjelholts uldspinderi, Viking Garn, Tusindfryd, Økologisk garn, Knude garn, Garn fra Tante Grøn, Strikkekits fra Lille Strik, Strikkepinden og den lille Zebra's eget uldgarn samt div. strikkebøger.

Åbningstider:
Mandag - torsdag kl. 10.00 - 17.30
Fredag kl. 10.00 - 18.00
Lørdag kl. 10.00 - 14.00



Jægergårdsgade 44 · 8000 Aarhus C · Tlf. 86 28 36 03 · www.strikkepindenogdenlillezebra.dk



Åbne døre



Svømmeklubben "Sælungerne" har herved fornøjelsen at invitere til festlig holdelse af jubilæet !!!

"SÆLUNGERNES" 40 ÅRS jubilæum.

Den 6. januar 1978 startede klubben på Præstegårdsskolen med 4 medlemmer (dengang kaldet "Børneoptræningsklubben").

I 1980 flyttede vi til Fourfeldtskolen, hvor klubben blev døbt "Sælungerne".

Vi synes de mange år skal fejres, og det er lige på dagen

lørdag d, 6. januar i E.G.F. hallen , Haraldsgade 39 -41, Esbjerg fra kl. 13.00 – ca. ?

Temaet er 80'erne – hvis i har lyst kom gerne udklædt.
Carsten Agerbæk spiller temaet + der-

Tilmelding til

Mail adresse karna.gregersen@esenet.dk - Mobil 20 67 02 67.

Tilmelding til "Sælungernes" 40 års jubilæum 6. januar 2018.

Sælunge/r navn/e: _____ antal: _____

Velkommen til alle- navn/e: _____ antal: _____

Tilmeldingsfristen d. 2. jan. 2018

over Traktementet vil bestå af en lille men lækker menu. Drikkevarer kan købes til meget rimelige priser.

Det kan blive svært at finde alle de "gamle medlemmer", derfor bliver indbydelsen offentliggjort i Sælungen - Spastikeren - Jyske Vestkysten ugeavisen og Hasam, hvor vi håber at få kontakt med så mange som muligt.

Vi hilser alle velkommen - aktive- og "gamle" medlemmer - familier - trænere – venner – gymnaster og alle som har støttet klubben gennem årene.

Med hensyn til bespisning er tilmelding nødvendigt, og fristen er den 2. januar 2018 (gerne før).

Venlig hilsen fra trænerne og Karna Gregersen



tænk anderledes

SPAR BÅDE TID OG PENGE PÅ DIT FORENINGSBLAD

Mangler du et foreningsblad, eller har du allerede ansvaret for et, kan vi tilbyde at løfte opgaven med produktionen. Et foreningsblad er ofte det vigtigste bindeled mellem forening og medlemmer.

Vi har mange års erfaring i produktion af foreningsblade, og kan være behjælpelige med layout, tryk, distribution og eventuelt annoncesalg til hel eller delvis finansiering af bladet.

Vi kan også altid give et godt tilbud på dine øvrige tryk opgaver, f.eks. programmer, billetter, plakater, flyers og visitkort.

Kontakt os for en uforpligtende snak, vi deler gerne ud af vores erfaring...



Gratis Fitness

Tirsdags – fredagsklubben (TF-klubben)

Medlemmer af en handicaporganisation tilknyttet ETAC, der opfylder vedtægterne for TF-klubben er velkomne til at benytte Fitness

Vedtægterne kan ses på www.etac.esbjergkommune.dk



Henvendelse for opstart af træning skal ske på tlf. 76 16 36 90

Træningstidspunkter: Tirsdag klokken 14 – 16

 Fredag klokken 12 – 14

Kvaglundparken 1, 6705 Esbjerg Ø

Du vil få vejledning i hvilke træningsfaciliteter du kan anvende

Bestyrelsens Sammensætning

Spastikerforeningen Kreds 13, Sydvestjylland

Formand

Jan Grønbaek
Godthåbparken 58, A, 6740 Bramming
Tlf. 75 17 24 28 - 20 27 66 01
E-mail: j-gronbaek@mail.tele.dk

Næstformand

Brian F. Joensen
Ulvevej 30, 6715 Esbjerg N
Tlf. 75 46 82 82
E-mail: bfj@esenet.dk

Kasserer

Lisbeth Hansen
Ingemanns Alle 148
6700 Esbjerg
Tlf. 61 26 74 45
E-mail: lisbethogali@gmail.com

Sekretær

Conni Kristensen
Kvaglundparken 1, 6.-96
6705 Esbjerg
Tlf. 27589147
E-mail: kristensenconnie@live.dk

Bestyrelsesmedlem

Winia Koch
Lindelunden 81, 6705 Esbjerg
Tlf. 75 47 07 51- 29 80 85 51
winia@esenet.dk

Bestyrelsesmedlem

Sander Koch
Lindelunden 81, 6705 Esbjerg Ø
Tlf. 29 80 85 51
E-mail: winia@esenet.dk

Bestyrelsesmedlem

Annette Petersen
Edelsvej 34 6700 Esbjerg
annette-petersen@hotmail.com

Bestyrelsesmedlem

Benny Christiansen
kvaglundparken 1, 2. -17, 6705 Esbjerg
Tlf. 53 56 13 65
E-mail: kvaglundparken@gmail.com

1. suppleant

Beathe Lorenzen
Godthåbparken 58, A
6740 Bramming
Tlf. 75 17 24 28

2. suppleant

Helene Clemensen
Steengårdsvej 257, 6705 Esbjerg Ø

Klubaktiviteter/Sælungerne

Karna Gregersen
Fyrparken 74, 6710 Esbjerg V
Tlf. 20 67 02 67

Annonceekspedition

PARASPORT DANMARK
Agerbakken 21, 8362 Hørning
Tlf. 87 93 37 86
E-mail: info@handicapinfo.dk

