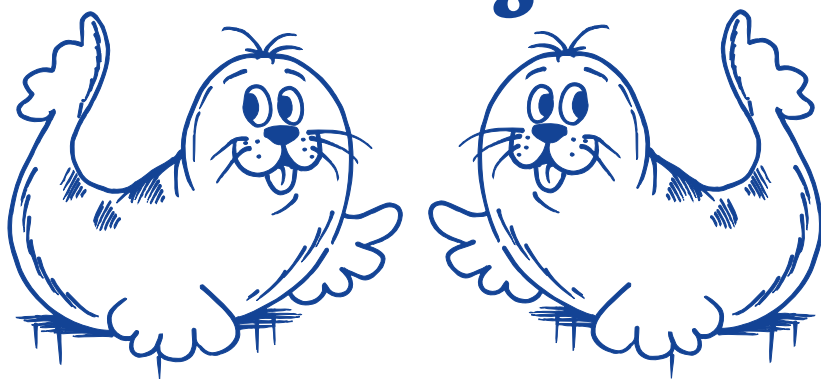


»Sælungen«



**Medlemsblad for idrætsaktiviteter under CP Danmark,
Kreds 13 Sydvestjylland**

Nr. 3

September 2019

23. årgang



Klar til ny sæson

Efter en noget broget sommer med skiftende ægte dans sommervej, hvor vejret har vist sig fra en noget varierende side, er CP-Danmark og Sælungen atter klar til en ny sæson med alle vore aktiviteter. Karna er som vanlig allerede i fuld gang med svømmeklubben, og allerede nu, kan du sætte kryds i kalenderen ved den 7. december, hvor foreningen vil være vært ved den traditionelle tilbagevendende julefest på Årre Kro, hvor vi som sædvanlig byder på den årlige julefest til familievenlige priser. Gå ikke glip af denne julefest, hvor vi igen i år byder på

de traditionelle retter som hører julen til, glad julestemning, og hvor bestyrelsen igen i år arbejder på at forberede nye overraskelse for vore medlemmer. I dette nummer af "Sælungen" bringer vi også en lille præsentation af nogle af de altid veloplagte medarbejdere som hjælper til, når svømmeklubben har træning og stævner, og uden hvis hjælp det ikke var muligt at afholde de mange træningsdage og stævner.

Jan Grønbæk - Kredsformand



Vellykket dag til **Olsens Paradis**

Vi havde en meget vellykket dag i Olsens Paradis og blev budt velkommen af Olsen selv, som var meget behjælpelig med, hvad vi måtte ønske.

I dejlig vejr gik/kørte vi rundt i Paradiset. De imponerende skulpturer sprøjtede vand, da en venlig sjæl puttede en mønt i boksen.

Snakken gik lystigt, også her.

Som det ses på et af billederne var Islandske lave klumper placeret op ad en højdetag.

De smukke farvede sten gjorde også et kæmpe stort indtryk.

Olsens Paradis er en skøn have, som skal ses, med masser af små finurligheder og indskrevne ord/rim og meget andet.

Selv om vi hyggede og snakkede i et væk, begyndte sulten at indfinde sig. Olsen havde anvist os en fantastisk hyggelig niche med et rundt bord, overdæk-

ket. Her blev spændende madpakker indtaget.

Vi sluttede af med kaffe og to fantastisk gode kager, som Bennys kone havde bagt. Ja, vi fik endda et stykke kage med hjem. Endnu en gang stor tak for det.

Selvfølgelig var det i sommerperioden med ferie og andet, men jeg håber at der ved kommende arrangementer kommer endnu flere deltagere, når I læser om denne tur.

Entrebilletten var Kredsen, så venlig at betale.

Tak for gode oplevelser sammen på dagen.

På vegne af festudvalget, Brian og hjælpere. Desuden Helene, som desværre ikke kunne deltage på dagen.

Eva Thornval Nielsen



Trænere hos Sælungerne

Bent



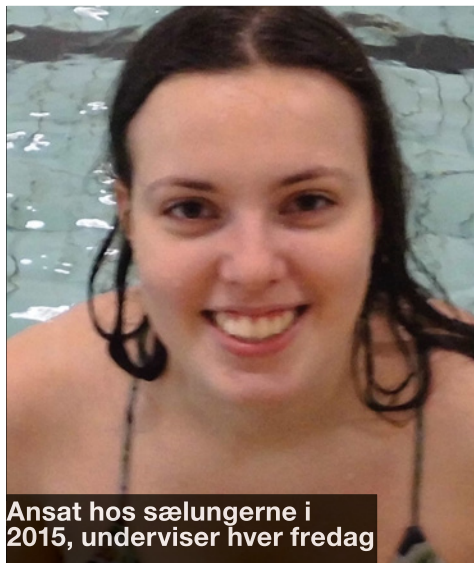
Ansæt hos Sælungerne 2015, taget livredderbevis, og har været på Hallewick kursus, underviser hver fredag.

Lone



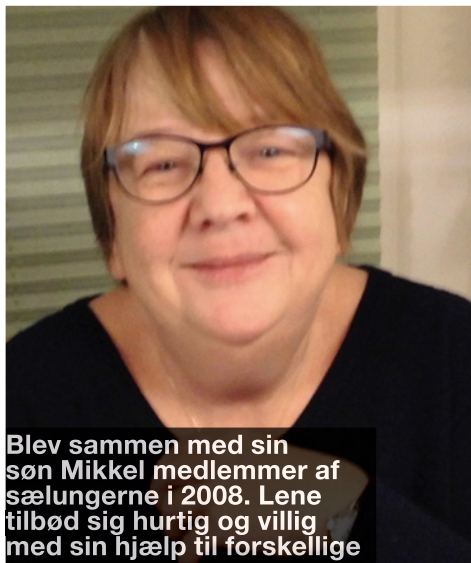
Lone startede sammen med sin søn Ronnie i 1990, og har siden deltaget i alt hvad der sker i klubben både som mor og træner.

Emma



Ansæt hos sælungerne i 2015, underviser hver fredag

Lene



Blev sammen med sin søn Mikkell medlemmer af sælungerne i 2008. Lene tilbød sig hurtig og villig med sin hjælp til forskellige

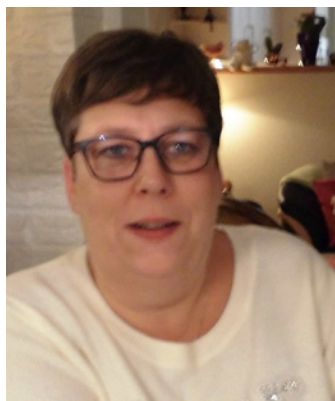
Karna



Kis



Helle



Kristian



Carsten



Julefest for medlemmer

Som traditionen byder holder kredsbestyrelsen igen i år vores årligt tilbagevendende julefest som i år finder steder den 7. december på Årre Kro med mange af de traditionelle retter, som hører en rigtig Dansk jul til.

I aftenens løb vil vores faste musiker, Michael deLinde sørge for den musikalske stemning for os, og bestyrelsen har planer om forskellige overraskelser i aftenens løb, lige som vi selvfølgelig heller ikke skal glemme det traditionelle amerikanske lotter, som er underholdning i sig selv, og hvor mange får mulighed for at få en ekstra lille gave med hjem til at lægge under juletræet.

CP-nyt som udkommer i oktober vil der komme mere om pris, tidspunkt og tilmelding. Men du kan også allerede nu kontakte Jan Grønbæk på tlf. 20 27 66 01 eller på e-mail:

j-gronbaek@mail.tele.dk hvis du vil sikre dig "billet" til arrangementet



Jan Grønbæk



Ny folder om 'CP Danmark – et rummeligt fællesskab'

Ved din hjælper, din kollega eller din bedstemor ikke helt, hvad CP Danmark er, så giv dem foreningens nye folder 'CP Danmark – et rummeligt fællesskab'. Folderen introducerer helt kort CP Danmark – Landsforeningen for cerebral parese, og man kan læse om foreningen, vores medlemstilbud samt møde

tilfredse medlemmer.

Folderen er også oplagt til temadage, konferencer, torvedage, møder og andre situationer, hvor CP Danmark skal præsenteres.

Du kan hente eller bestille folderen her: cpdanmark.dk



"SÆLUNGERNE"



Indbyder til svømmestævne i Esbjerg

LØRDAG DEN 2. NOV. 2019

afholdes i SEMINARIET's

svømmehal

Skolebakken 167, 6705 Esbjerg V.



STÆVNET AFHOLDES EFTER HALLEWICK METODEN

Der svømmes:

25 m – 50 m. – 100 m.

4x25 m. – 4x50 m. stafetter.

Semi + finale i 25 – 50 – og 100 m.

Specielle ønsker bedes oplyst på tilmeldelisten såsom:

Start på yderbane – pilot/hjælpemidler

Startgebyr pr. svømmer kr. 50,-

Kl. 11.00 - Orienteringsmøde med hjælper

Kl. 11.30 - Opvarmning i svømmehallen

Kl. 12.00 - Svømmestævnet starter.

Kl. 17.00 - Stævnet forventes afsluttet.

I pausen (ca. kl. 14.00) er der sandwich
til svømmer – træner og hjælper.

Vi regner med at tidsplanen holder så vi kan spise ved
18.00 tiden, nee å æ havn, på SYDVESTEN

Overrækkelse af diplomer efter middagen.

I hallen kan vi tilbyde:

Der vil være en kop kaffe eller te,
og under stævnet er der isvand.

Spisning efter stævnet kr. 155,-
(Afbestilling af spisningen senest den 25.okt.)

TILMELDING TIL UNDERTEGNEDE
SENEST LØRDAG DEN 19. OKT. 2019

Kærlig hilsen



V/ Karna

CP Danmarks bisidderkorps

CP Danmark har et korps på 21 frivillige bisiddere, som alle står klar til at hjælpe medlemmer, der har brug for en bisidder. Vores bisiddere er frivillige, men meget engagerede og har gennemført CP Danmarks skræddersyede bisidderuddannelseskursus.

Bisiddernes rolle er ment som en tryghed og et ekstra sæt øjne og ører, men er derudover en helt neutral part. Det er dig som medlem, der er til møde, og ikke bisidderen. Bisidderen er ikke partsrepræsentant.

Forholder sig ikke til lovgivningen

Bisidderen forholder sig derfor heller ikke til lovgivningen. Hvis en sag for alvor slår knuder, kan du kontakte CP Danmarks rådgivere for at få vejledning. Hvis du mener, at du har brug for en bisidder, skal du i så god tid som muligt kontakte bisidderkoordinator Mie Juul Pedersen på telefon 38 38 03 10 eller mail: mjp@cpdanmark.dk - vi har størst mulighed for at hjælpe med at finde en bisidder med mindst 14 dages varsel.

Du vil derefter blive ringet op, så vi kan få et overblik over sagens omfang, og vi vil derefter forsøge at finde en bisidder til dig.

Tre møder

Hvis du tildeles en bisidder, starter et forløb med tre møder:

- Formødet, hvor I møder hinanden første gang. Her drøfter I forventninger til hinanden, og der lægges en strategi for mødet.

- Selve mødet, som er omdrejningspunktet, og årsagen til at du har brug for en bisidder.

- Eftermødet, hvor I sammen opsummerer, hvad der blev sagt/ drøftet, og hvad næste skridt skal være.

Når eftermødet er slut, slutter forløbet med bisidderen, og dette uanset om der er planlagt flere møder eller ej.

Når forløbet er slut, vil du blive ringet op, så du kan give os en tilbagemelding på, hvordan det hele er gået, og om du evt. skal bruge en bisidder til flere møder.

Har du nogle spørgsmål, så kan Mie Juul Pedersen kontaktes på telefon 38 38 03 10 tirsdag kl. 9.30-14 og fredag 10.30-14 eller på mail: mjp@cpdanmark.dk

Kilde: CP Danmark

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 før 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. 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

Annette Petersen
Edelsvej 34, 6700 Esbjerg
Tlf. 30 29 24 57
E-mail: annette-petersen@hotmail.com

Sekretær

Conni Kristensen
Kvaglundparken 1, lejl. 26
6705 Esbjerg
Tlf. 27 58 91 47
E-mail: kristensenconnie@live.dk

Bestyrelsesmedlem

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

Bestyrelsesmedlem

Helene Clemmensen
Steengårdsvej 257, 6705 Esbjerg
Tlf. 28 55 22 69
E-mail: heleneclommensen@mail.tele.dk

Bestyrelsesmedlem

Sander Koch
Højlands Allé 28, 6710 Esbjerg
Tlf. 61 37 99 59
E-mail: kochprop@hotmail.com

Bestyrelsesmedlem

Lisbeth Hansen
Ingemanns Allé 148, 6700 Esbjerg
Tlf. 75 13 74 45
E-mail: lisbethogali@gmail.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

Eva Thornval Nielsen
Idræts Alle 21, 6710 Esbjerg V
Tlf. 21 16 05 19
eva.thornval.nielsen@gmail.com

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



