

CP MAGASINET INDBLIK



NR 4 · AUGUST 2021

**Nyt forældrenetværk og
fantastisk familieweekend**

TEMA: SPORT OG CP

Tæt på Kristian Hegaard

**Teknologi og
tilgængelighed**

CP Danmark 
Landsforeningen for cerebral parese

FARSTRUP

COMFORT®



“Unikke stole til unikke mennesker”

Vores stole er lavet til at levere funktionalitet og komfort i topklasse. Hos Farstrup bygger vi din helt personlige lænestol specielt tilpasset til dig.

Kontakt en af vores forhandlere og oplev glæden ved at sidde godt.

Brenderup • Bolighuset Werenberg
Glostrup • Stolespecialisten
Holbæk • Farstrup Comfort Center
Horsens • Møblér Horsens
Haarby • Harby Boligmontering
København K • Vestergaard Møbler
Lejre • Stolespecialisten
Lyngby • Vestergaard Møbler
Løsning • Stolespecialisten
Nakskov • Møblér Ullerslev
Næstved • ILVA
Odense • Farstrup Comfort Center
Århus C • Farstrup Comfort Center

Tlf. 6444 1049
Tlf. 5385 0030
Tlf. 2056 4403
Tlf. 7564 3666
Tlf. 6473 1473
Tlf. 3257 2814
Tlf. 5385 0030
Tlf. 4587 5404
Tlf. 5385 0030
Tlf. 5476 1001
Tlf. 5572 2075
Tlf. 6615 9510
Tlf. 8613 3588

SE MERE PÅ WWW.FARSTRUP.DK

Skarpere hjerne - bedre motorik

Mitii

– move it to improve it

“Katja har fået fornyet overblik, bedre hukommelse og hendes opmærksomhed er blevet meget bedre.”

- Joan Farum Kjærgaard
Mor til Katja med CP på 10 år

**Klinisk dokumenteret
effekt hos personer med
Cerebral Parese**

**Intensiv og stabil hjemmetræning
- også i en coronatid**



Har du CP, kan du søge om at få din træning betalt af Elsass-fonden. Kontakt os, vi hjælper gerne med ansøgningen.

mere om mitii

TLF. 3947 8000 INFO@MITII.COM MITII.COM

Britt Marathon 100



Lørdag den 28. August 2021 i Kalundborg



Britt løber sit marathon nr. 100
Kom og vær med til at fejre Britt

18



38



41

INDHOLD

Artikler

- 8 Tæt på Kristian Hegaard
- 17 TEMA: Sport og CP
- 18 Britt nærmer sig Klub 100
- 20 Et parløb på fire ben
- 23 Alle gode gange tre!
- 24 PL et niveau over alt andet
- 26 Stor glæde ved paracycling
- 28 Teknologiens tilgængelighed
- 35 Nyt iværksætterprojekt
- 38 Fantastisk venskabsweekend i Grenå
- 41 Karna røg i baljen

Rådgivning

- 5 Ny med CP – Familienetværket kan hjælpe dig
- 11 Familiedag har fokus på social deltagelse
- 15 Fem gode tilbud fra CP Danmark
- 25 Tilskud til sportsudstyr og fritidsaktiviteter
- 31 Kurser: Velkommen tilbage
- 32 Fastholdelsesfleksjob/Lønnet praktik og SU
- 42 Nyt i bogreolen

Faste sider

- 4 Leder: Forvent det utænkelige
- 6 Viden om
- 13 Nyt fra sekretariatet
- 14 Den politiske dagsorden
- 37 Nyt fra CP Ung
- 44 Kredsaktiviteter

CP Magasinet INDBLIK - ISSN 2446-4139 · Årgang 71 nr. 4/2021 · **Protektor:** H.K.H. Prinsesse Benedikte · **Udgivet af:** CP Danmark, Blekinge Boulevard 2, 2630 Taastrup, tlf. 38 88 45 75, **mail:** cpdanmark@cpdanmark.dk, **www:** cpdanmark.dk · **Redaktion:** Pia Allerslev (ansvarshavende), Frands Havaleschka (DJ) redaktør, Benjamin Steengaard Rasmussen (DJ) · **Annoncer:** Agerbakken 21, 8362 Hørning, tlf. 86 91 46 87, email: info@cp-magasinet.dk - CP Danmark optager ikke annoncer fra politiske partier · **Layout:** FL Reklame, tlf. 70 22 18 70 · **Tryk:** Stibo, tlf. 87 33 66 99 · **Oplag:** 6.000 · **Distribution:** PostNord (udsendes gratis til foreningens medlemmer 6 gange om året og udgives også elektronisk). · **Eftertryk:** Med tydelig kildeangivelse er tilladt. De fremførte synspunkter står for forfatterens egen regning og deles ikke nødvendigvis af redaktionen og CP Danmark. Redaktionen forbeholder sig ret til at forkorte og redigere i indsendt materiale. · **Forsidefoto:** Der var godt humør, da Emilie Estoft og CP Cool Kids holdt familieweekend i Dronningens Ferieby · **Foto:** Jan Kejser

Forvent det utænkelige



Erfarne medlemmer af CP Danmarks hovedbestyrelse og forretningsudvalg kan underholde med, hvordan foreningen i årevis har diskuteret og arbejdet for et nyt og moderne Jonstrupvang. Siden etableringen i 1976

har Jonstrupvang været et højt specialiseret bo- og beskæftigelsestilbud til voksne med cerebral parese, ejet af CP Danmark og drevet i samarbejde med Region Hovedstaden.

Jeg har netop besøgt Jonstrupvang i Værløse og på egen krop erfaret den begejstring og det engagement, der stråler ud af væggene, ud af forstander Kim Frederiksen, personalet og beboerne. Stemningen og fagligheden er i top. Man tror på Jonstrupvangs motto: Forvent det utænkelige. Men desværre er de fysiske rammer ikke længere tidssvarende. Tiden er helt indlysende klar til fornyelse.

Derfor er jeg også meget glad for, at der gennem en længere periode har udviklet sig et tættere og tættere samarbejde mellem Elsass Fonden, Region Hovedstaden, bestyrelsen og ledelsen på Jonstrupvang og CP Danmark om at skabe de faglige og økonomiske rammer for et nyt Jonstrupvang.

Et Jonstrupvang, der skal "designe skabelonen for det 21. århundredes botilbud til mennesker med svære fysiske og kognitive handicaps. Det ny Jonstrupvang skal på alle vigtige parametre være et modelbyggeri, som viser vejen til et boligfællesskab, som både er et hjem, en omsorgsarena og en arbejdsplads, uden at de enkelte dele spænder ben for hinanden", som vi skriver i det forstudie, parterne har udarbejdet for det nye Jonstrupvang.

Det er vigtigt for CP Danmark, at der findes højt specialiserede, højt kvalificerede og fagligt skarpe tilbud til mennesker med cerebral parese, hvor fagligheden går hånd i hånd med det ultimative succeskriterie: at skabe boliger, der kan fungere som et hjem, en base, hvorfra beboerne kan udfolde et selvstændigt liv, uagtet man har et stort og omfattende støttebehov.

Derfor er jeg stolt over, at CP Danmark kan bidrage til det nye Jonstrupvang ved at donere det nuværende Jonstrupvang til projektet, ligesom jeg er utrolig glad for, at Elsass Fonden har fundet det vigtigt at støtte projektet med et meget stort beløb.

Der er lige nu et stort, åbent vindue for en rigtig god og visionær beslutning, som jeg håber, regionens kommuner og regionsrådet vil bakke op om, når der i løbet af efteråret skal træffes politisk beslutning om det endelige GO for projektet. Det glæder jeg mig til.

*Pia Allerslev
Landsformand*

'Det er vigtigt for CP Danmark, at der findes højt specialiserede, højt kvalificerede og fagligt skarpe tilbud til mennesker med cerebral parese.

Ny med CP?

– Familienetværket kan hjælpe dig

Familier med børn med CP hjælper hinanden. Et nyt, spændende initiativ af Anne Korsgaard Kjeldahl sikrer, at familierne matches på en god måde.

AF FRANDS HAVALESCHKA

Når et barn får stillet en CP-diagnose, bliver forældrene og hele familien smidt ud i et virvar af følelser og problematikker. Fra den ene dag til den anden skal man forholde sig til behandlinger, hospitalsbesøg, sagsbehandlere, hjælpemidler, spørgsmål og paragraffer.

Det hele på et tidspunkt, hvor ens verden er væltet, og man er ved at drukne i sorg over det familieliv, man ikke har ønsket sig, i angst over de uvisheder, der tårner sig op, og meget ofte i vrede over den urimelighed, der er sket. Ofte i ensomhed med en følelse af, at ingen forstår, hvad ens familie går igennem.

Familienetværket

For at hjælpe de mange nye på vej har Anne Korsgaard Kjeldahl, der af mange vil være kendt fra CP Cool Kids, taget initiativ til at skabe Familienetværket. Det er et netværk, hvor den nye CP-familie bliver matchet med en slags mentor-familie, der har prøvet det hele selv, men som nu er kommet op til overfladen igen.

- Netværksfamilien er ikke professionelle rådgivere, understreger Anne Korsgaard Kjeldahl. De er sparringspartnere, der lytter og forstår. Et netværk, der kommer med råd og inspiration til, hvordan man klarer hverdagen med et barn med handicap, og hvordan man bliver en hel familie, som alle kan trives i.

- Vi forsøger at matche familierne, så de har mest muligt gavn af hinanden, og vi kigger både på geografi og på familiens sammensætning. For at kunne matche alle op har vi brug for en masse netværksfamilier.



Anne Korsgaard Kjeldahl efterlyser interesserede fra hele landet til det nye CP-familienetværk. Foto: Jan Kejser.

Men hvem kan skrive sig op til at få en netværksfamilie?

- Det korte svar er alle, der føler behovet. Tilbuddet er især tiltænkt forældre med relativt nydiagnosticerede børn, men hvis man som familie føler behovet, også selvom det er længe siden diagnosen blev stillet, så er man også meget velkommen – så vil vi forsøge at finde et match. Og det er ganske gratis.

Netværksfamilier søges!

For at blive netværksfamilie kræves der blot, at familien har et barn med CP samt overskud og lyst til at dele viden omkring det at være en familie med CP. Derudover skal familien være klar på at mødes minimum fire gange i løbet af 12 måneder, og hvis muligt gerne mere end det.

Anne Korsgaard Kjeldahl understreger, at det er helt uforpligtende at melde sig som netværksfamilie – familien vil

altid blive spurgt en ekstra gang, inden kontakten formidles.

- For at få de bedste forudsætninger for en god relation mellem familierne, søger vi især familier med mindre børn, i udgangspunktet under ca. 10 år. Men vi er ikke firkantede, og hvis man føler, man har noget at bidrage med, er alle velkomne til at melde sig. Man behøver heller ikke være en kernefamilie for at kunne hjælpe – vi har brug for alle slags familier, lyder opfordringen.

Vil du vide mere eller tilmelde dig?

Læs mere om initiativet på www.cp-coolkids.dk - hvor du også kan melde dig som netværksfamilie, eller hvis du gerne vil sættes sammen med en netværksfamilie. Der er udarbejdet en lille info-pakke til alle netværksfamilier, så man kan blive klædt på til opgaven. Du kan også kontakte CP Cool Kids på mail: coolkids.cp@gmail.com



aktivt liv og deltagelse for alle

Videnscenter om handicap

Videnscenter fejrer jubilæum

Nu skal det være. Med lidt forsinkelse på grund af tidligere corona-restriktioner har Videnscenter om handicap valgt at festlig holde deres 25 års jubilæum. Det sker med et stort arrangement den 20. august i Handicaporganisationernes Hus. Videnscentret, der oprindeligt hed Handicapidrættens Videnscenter, har gennem årene haft mange funktioner – ikke kun med idræt, men også med jobformidling, kurser og sparring på mange områder.



Foto: Tommy Frost.

Professor Iona Novak modtog Elsass Fondens forskningspris på 1 mio. kr.

Den australske professor får prisen for igennem en årrække at sætte et markant internationalt aftryk på indsatsen for mennesker med cerebral parese (CP). Hun anses for at være en af verdens førende forskere på området og har bl.a. udviklet systemet "Evidence Alert Traffic Light System", der er et evidensbaseret bedømmelsessystem med trafiklysfarvekoder, som hjælper forældre, klinikere og beslutningstagere med at kunne skelne mellem ineffektive og effektive behandlinger for børn med CP. Systemet, der opsummerer effektiviteten af behandlingerne - og dermed gør viden til praksis - er nu oversat til flere sprog og implementeret i klinisk praksis i 24 lande. Prisen blev overrakt af Elsass Fonden og CP Danmarks protektor, H.K.H. Prinsesse Benedikte, ved et arrangement hos Elsass Fonden i Charlottenlund. Professor Novak er til daglig forskningsleder på Cerebral Palsy Alliance Research Institute ved University of Sydney. Hun har selv stor klinisk erfaring og motiveres af ambitiøs og banebrydende forskning, der har stor effekt for mennesker med CP.



Kosttilskud med vigtige næringsstoffer

Viden om kostens betydning for mennesker med cerebral parese er efter flere års arbejde blevet omsat til et konkret kosttilskudsprodukt, som nu kan købes på nettet og senere som håndkøb. Det drejer sig om Apotekets BrainDrops. Det nye kosttilskud giver mulighed for, at personer med cerebral parese får et dagligt tilskud af næringsstoffer, der er vigtige for hjernen. Kosttilskuddet indeholder næringsstofferne DHA (omega-3 fedtsyre), uridin, cholin samt vitamin D. Sammensætningen af de fire stoffer er unik og findes ifølge producenten ikke i andre kosttilskud på det danske marked. Produktet adskiller sig også ved et relativt højt indhold af omega-3 fedtsyrer. Ifølge Jens Bo Nielsen, forskningschef i Elsass Fonden, har international forskning vist, at netop de næringsstoffer er vigtige for hjernens udvikling og funktion. Kosttilskuddet, der er i flydende form, tilgodeser den gruppe, der har svært ved at indtage nødvendige fødestoffer gennem kosten alene. Mennesker med cerebral parese vil kunne ansøge Elsass Fonden om at få dækket udgifterne til et 6 eller 12 måneders forbrug af BrainDrops.



Helene Elsass Prisen uddeles for fjerde gang

I samarbejde med Elsass Fonden uddeler CP Danmark én gang årligt Helene Elsass Prisen på 150.000 kr. Prisen, der uddeles for fjerde gang, tildeles en person, en gruppe eller et projekt, der har gjort en særlig indsats for mennesker med cerebral parese. Prisen uddeles af H.K.H. Prinsesse Benedikte, og det sker ved et arrangement den 24. august i Elsass Fonden.



MitID afløser NemID

I løbet af sommeren har 7.000 danskere testet afløseren for NemID, der hedder MitID. De første danskere får den nye løsning i august, og det forventes, at alle danskere er på i juni næste år. Du får besked, når overgangen sker for dig. Formålet med skiftet er at gøre Danmark klar til fremtidens digitale udfordringer og muligheder. MitID bliver godt beskyttet mod identitetstyveri, da du kan få besked både gennem MitID-appen, på SMS eller e-mail, hvis nogen forsøger at logge ind med dit personlige MitID fra en ny enhed eller med en forkert adgangskode. MitID kan bruges til alt det, vi tidligere har brugt NemID til, og med indførelsen betyder det samtidig et farvel til nøglekortet. MitID er først og fremmest en app til smartphone eller tablet, men omfatter også en kodeviser og en kodeoplæser som et alternativ til dem, der er udfordret i brugen af MitID-app. Har du brug for hjælp i overgangen til MitID, skal du som hovedregel henvende dig til din bank – alternativt kan du ringe eller skrive til MitID Supportten.

Beboere på botilbud kan se frem til regelmæssige sundhedstjek

80.000 borgere med svær psykisk sygdom samt beboere på botilbud har nu udsigt til at få et regelmæssigt sundhedstjek hos lægen. Det er besluttet i en ny overenskomst for de praktiserende læger. Det er et stort skridt mod mindre ulighed i sundhed, som Danske Handicaporganisationer (DH) sammen med sine medlemsorganisationer, bl.a. CP Danmark, har kæmpet for siden 2014. Med aftalen skal lægerne tilbyde sundhedstjek til personer på 18 år og derover med betydelig og varigt nedsat fysisk og psykisk funktionsevne med henblik på at øge deres levetid og livskvalitet. Omkring 25.000 mennesker på botilbud bliver berørt af aftalen, der træder i kraft 1. januar 2022, når de sidste formaliteter falder på plads.



Foto: Af Leonardo da www.shutterstock.com

"Jeg er repræsentant for mennesker med handicap"

Kristian Hegaard blev valgt ind i Folketinget i 2019, som den første person i kørestol, og har lige siden følt et stort pres – fra sig selv – som repræsentant for mennesker med handicap.

AF BENJAMIN STEENGAARD RASMUSSEN

Interessen for det politiske begyndte tilbage i folkeskolen, hvor Kristian Hegaard kæmpede for at udskifte de ødelagte fodboldmål med nye. Han stillede op til elevrådet, blev valgt på første møde som formand og lykkedes med at få skaffet nye mål.

- Jeg lærte det spændende og udfordrende i at arbejde målrettet for noget og kunne gøre en forskel for andre, forklarer Kristian Hegaard om det, der tændte hans politiske gnist.

Kristian Hegaard er 30 år og har en knoglesygdom, der gør, at han sidder i kørestol. Som 18-årig blev han valgt ind i byrådet i Fredensborg Kommune for De Radikale, hvor han udover at få politisk erfaring også oplevede at løbe mod den mur, man som byrådspolitiker rammer, når man ikke kan gøre mere eller komme længere, og hvor en plads i Folketinget er vejen frem.

- Jeg har altid haft ambitioner om at komme i Folketinget og stillede for første gang op i 2013 i Nordsjællands Storkreds, fortæller den radikale politiker, der i 2017 fik mulighed for at være suppleant for Martin Lidegaard og gjorde sig særligt bemærket med et handicappolitisk udspil om retssikkerhed for personer med handicap.

Ved valget i 2019 sikrede han sig personligt valg til Folketinget med 1.945 stemmer. Og adgangen til den store politiske scene betragter han som en stor ære, men gør også opmærksom på at pladsen i Folketinget jo kun er til låns – og det forpligter.

- Da jeg blev valgt ind, var jeg rigtig glad for, at jeg blev retsordfører for De Radikale, da jeg har juridisk baggrund, og jeg blev glad for, at min rolle ikke bare blev at sige noget om handicap, fortæller Kristian Hegaard.

Ordførerskaber

Hans ønske har fra begyndelsen været ikke at blive opfattet som en handicappolitiker, men en politiker med et handicap – sagt på en anden måde, så har han meget mere og andet at byde på som politiker end holdninger om handicap. Og det vidner hans række af ordførerskaber - retsområdet, §71 tilsyn, udlændinge og grundloven - også om.

Men det ændrer selvfølgelig ikke på, at han har masser af erfaring og viden om handicapområdet, og han mener da også selv, at det ville være et svigt, hvis ikke han brugte det politisk.

- Jeg har bestemt ikke berøringsangst med handicapområdet, men det er vigtigt for mig, at jeg for eksempel ikke kun er handicapordfører, men at jeg også viser, at jeg kan andet, forklarer Kristian Hegaard, der før sommeren fik udvidet sine ordførerskaber med det sociale område:

- Som socialordfører får jeg naturligvis større berøring med handicapområdet fremover, og det har jeg det fint med.

Pres på mig selv

Men hvordan har det så været at have en nærmest historisk, banebrydende rolle på Borgen, der nu er blevet mere handicaptilgængelig.

'Jeg vil gerne få flere til at se positivt på mennesker med handicap – også uden for den politiske verden.'

- Jeg har ikke oplevet store forventninger fra andre, men jeg har lagt et pres på mig selv. Jeg er den første person i kørestol, der er valgt ind i Folketinget, og det jeg viser, og det jeg gør er med til at skabe et billede af, hvordan alle ser på

mennesker med handicap. Derfor skal jeg ikke komme for sent, være usøgt eller glemme at stryge skjorten, for jeg repræsenterer mennesker med handicap, konstaterer Kristian Hegaard.

Og på den måde har den nordsjællandske politiker altså taget en stor opgave på sig.

- Jeg vil gerne få flere til at se positivt på mennesker med handicap – også uden for den politiske verden. For eksempel vil jeg gerne have arbejdsgivere til at se, at jeg som en person med handicap har styr på tingene og arbejder meget, så det generelt kan lokke til at ansætte mennesker med handicap, forklarer han.

Men selvom det er en stor opgave, han har taget på sig, er det også en spændende opgave, der motiverer ham, og i sit arbejde som politiker er

Man udvikler hård hud som politiker, og man skal kunne tåle mere end andre, fremhæver Kristian Hegaard. Foto: Steen Brogaard.



Tildelt Opmuntringsprisen

Kristian Hegaard fik i maj Vanførefondens Opmuntringspris efter at være indstillet af CP Danmark. I indstillingen hed det bl.a: "Som forbillede og opmuntring for mange er Kristian en af de meget få, med en funktionsnedsættelse, der deltager i debatprogrammer, nyhedsindsat og taler fra Folketingets talerstol – ikke om og i kraft af sit handicapprædikat, men som meningsdanner, debattør og politiker. Det har fra første færd været vigtigt for Kristian Hegaard at understrege, at han ikke er handicappolitiker, men en politiker med et handicap". Opmuntringsprisen på 25.000 kroner donerede Kristian Hegaard til Børneortopædisk afdeling på Rigshospitalet, hvor han har tilbragt evigheder som barn.

han tit på besøg forskellige steder og møder nogle gange mennesker, der ikke har stået over for en person med handicap før. Det giver nye muligheder, men al omtale, alle opslag på sociale medier og alle udtalelser til pressen har også en pris.

Hadske kommentarer

Gennem sin tid som folketingspolitiker er Kristian Hegaard blevet udsat for hadefulde og nedsættende kommentarer i en grad, han ikke havde forventet. Han er blevet kaldt en øjebæ, en spasser og sammenlignet med Gollum fra 'Ringenes Herre'. Sidste år vandt han den uofficielle DM-titel i hadbeskeder i et program på P1.

- Det har overrasket mig, hvor vildt det har været med alle de kommentarer, og det er ikke de sjoveste beskeder at få. Men man udvikler hård hud, og

som politiker skal man kunne tåle mere, forklarer Kristian Hegaard.

Derfor er han også glad for, at han har skaffet et flertal for at få skrevet handicap ind i straffelovens paragraf 266 b, den såkaldte racismeparagraf.

- Det har virkelig undret mig, at der indtil nu har været forskel på diskrimination, så jeg er rigtig glad for, at der nu kommer et lovfor-slag, der tager handicap med, siger Kristian Hegaard, der altså på flere måder kæmper for mennesker med handicap.

Og hvis andre betragter ham som et forbillede, med den rolle han har, så har han det fint med det. Han vil gerne inspirere andre til også at gå efter deres drøm.

MEDTRONIC ARBEJDER INDEN FOR **OMRÅDET SVÆR SPASTICITET**



**VIL DU MED
UD PÅ NYE
OPLEVELSER**



Egmont Højskolen
www.egmont-hs.dk

Familiedag med fokus på social deltagelse

CP Danmark og Elsass Fonden har i år valgt at lade 'Social deltagelse' være overskriften på Familiedagen. Arrangementet er for CP Danmarks medlemmer og afholdes den 6. november i Vejen Idrætscenter og den 7. maj 2022 hos Elsass Fonden.

Programmet er det samme begge dage, hvor familien vil være samlet til en god dag med masser af erfaringsudveksling, læring, sociale aktiviteter og leg i inspirerende omgivelser.

Målgruppen er børn med cerebral parese i aldersgruppen 7-14 år, deres forældre og eventuelle søskende. Den første familiedag afholdes i Vejen Idrætscenter, Petersmindevej 1, 6600 Vejen den 6. november kl. 9.30-15, og tilmeldingen er nu i fuld gang.

Familiedagen sætter et bredt fokus på både fritid og skole, og hvad der skal til for at blive inkluderet i skolen. Det vil Lotte Hedegaard-Sørensen fortælle om. Hun er lektor på Dansk institut for Pædagogik og Uddannelse (DPU) og har blandt andet forsket i netop inklusion/eksklusion i skolen. Derudover vil Olivia Dahl Nielsen, der selv har cerebral

parese (CP) og netop er færdiguddannet som sociolog, holde et oplæg med overskriften 'Familieliv - perspektiver fra unge med CP'. Hun lægger op til en reflekteret snak om at være ung med CP - først for forældrene og derefter for gruppen med børn med CP.

Tilmelding

Tilmelding til familiedagen den 6. november: Send en mail til Birgit Cornett bc@cpdanmark.dk - skriv 'Familiedag' i emnefeltet. Oplys navn(e), adresse, telefonnummer, mailadresse, alder på alle deltagende børn/unge og evt. hjælpere. Tilmeldingen er 'først til mølle' med sidste frist den 4. oktober 2021.

Deltagelsen koster 100 kr. pr. voksen og 50 kr. pr. barn op til 18 år. Prisen inkluderer frokost, forfriskninger, kaffe og kage samt deltagelse i dagens program. Vi tager forbehold for corona-restriktioner.



PROGRAM FOR FAMILIEDAGEN

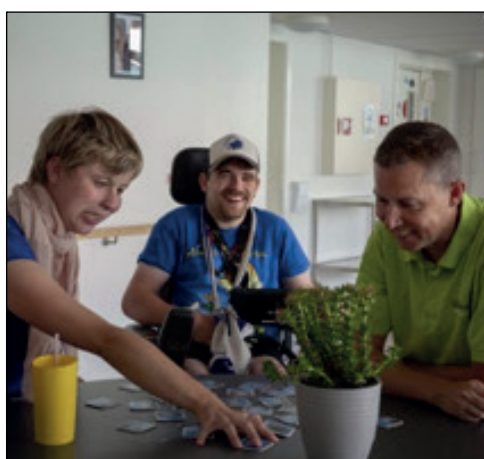
- Kl. 09.30-10.00:** Ankomst og velkomst
- Kl. 10.00-11.00:** Oplæg for forældre v/ Olivia Dahl Nielsen
– legeaktiviteter for alle børn
- Kl. 11.00-11.15:** Pause - frugt, saft og kaffe
- Kl. 11.15-12.15:** Oplæg for forældre v/ Lotte Hedegaard-Sørensen og for børn med CP v/ Olivia Dahl Nielsen
– legeaktiviteter for søskende
- Kl. 12.15-13.15:** Fælles frokost for alle
- Kl. 13.15-14.00:** Forældre - erfaringsudveksling og refleksion på baggrund af dagens oplæg - lege/friluftsaaktiviteter for alle børn
- Kl. 14.00-15.00:** Fælles lege- og friluftsaaktiviteter for hele familien
- Kl. 15.00:** Tak for i dag

NÅR RENGØRING ER EN SPECIALOPGAVE

+45 70 12 00 26



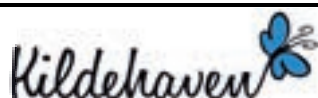
+45 70 12 00 26
Info@klspecialservice.dk
Kongstedvej 6-10, Slagelse
www.klspecialservice.dk



Kildehaven er for unge voksne med et handicap, der ønsker at leve et aktivt og selvstændigt liv i fællesskab. Alle beboere er visiteret fra deres hjemkommune efter loven om friplejeboliger. Kildehaven Gården er vores aktivitets- og samværstilbud der ligger i naturskønne omgivelser. Her aktiveres indskrevne brugere i hverdage med udgangspunkt i den enkeltes ressourcer og der vægtes en høj grad af medbestemmelse i hvilke aktiviteter der skal iværksættes. Kildehaven vil sikre den enkelte beboers mulighed for fysisk udvikling og udfoldelse. Vi værner om det sociale aspekt i form af hygge, nærvær og samspil på tværs af enheder og diagnoser. Beboere og personale medvirker til at skabe et miljø, hvor individet er i centrum, under hensyntagen til fællesskabet.

Vi gør dem der vil, til dem der kan

Læs mere på www.kildehaven.com eller kontakt centerleder Pernille Timmermann på **20342052**



Kildehaven

Hovedgaden 95 • 4520 Svinninge
www.kildehaven.com

elsass
fonden

Vi står bag
de danske
paraatleter

HELD OG LYKKE
MED DE
PARALYMPISKE
LEGE!



www.elsassfonden.dk

Følg os [f](#) [i](#) [o](#) [n](#)



Opsøgende aktiviteter fortsætter efter ferien

CP Danmarks projekt opsøgende og udgående indsats fortsætter de mest besøgte digitale aktiviteter efter sommerferien; Peders mandeklub, Mettes motionscykelklub, Henriks madklub, Allans musikklub samt Manssoors politiske temaaftener. Klubberne er åbne, alle kan være med, og du kan læse mere om dem på: www.cpdanmark.dk/aktivitetsprogram eller send en mail til Line R. Jørgensen på lrj@cpdanmark.dk. Samtidig arbejdes der i projektet videre med en podcast, hvor mennesker med CP fortæller om deres erfaringer og refleksioner om et emne. Der optages lyd og indsættes undertekster, så alle kan være med og blive forstået. Optagelserne starter efter sommerferien, så hvis du har lyst til at høre nærmere, eller vil være en del af det, så send en mail til Line.



Ledige uger på Samsø til efteråret

Hver årstid har sin charme – også på Samsø. Trænger du til afslapning og hygge i andre omgivelser end de hjemlige, så kunne et ugelangt ophold i CP Danmarks feriehus i Sælvig på Samsø være en god mulighed. Efter en fantastisk 2021-sæson med stort set fuld booking hele foråret og sommeren, er der enkelte ledige uger i efteråret. I skrivende stund er følgende uger ledige: 45-46 og 48-51. Læs mere om huset, priser, booking, færger og meget mere på: cpdanmark.dk/feriehus

HB-møde i november

Årets sidste hovedbestyrelsesmøde afholdes i Handicaporganisationernes Hus lørdag den 13. november kl.10 med dagsorden ifølge vedtægterne. Et af de faste punkter på november-mødet er fastsættelse af næste års budget. Også foreningens fremtidige kredsstruktur er til debat. Hovedbestyrelsen består af en repræsentant fra hver af foreningens 15 kredse samt to repræsentanter udpeget af ungdomsafdelingen CP Ung og fire repræsentanter udpeget af hovedbestyrelsen.

CP Danmark var med i protesten

CP Danmark støttede Handicapinitiativets protest mod økonomi-aftalens runde 0 til handicapområdet, da initiativgruppen, med Claus Højsgaard i spidsen, havde arrangeret demonstrationer den 24. juni i København, Aarhus, Odense og Aalborg. Flere steder var foreningen fint repræsenteret til den handicappolitiske manifestation. Her er det familien Witt Demant, der var på plads i Odense.





I 'Den politiske dagsorden' kan du følge med i foreningens handicappolitiske arbejde, der foregår på mange niveauer og fronter – lige fra mødelokalerne på Christiansborg til direktørens Twitter-profil.



Skuffende resultat af økonomiforhandlingerne mellem regeringen og KL

Forventningerne var store – og skuffelsen tilsvarende dyb – da det blev kendt, at økonomiaftalen mellem Kommunernes Landsforening (KL) og regeringen var endt med et stort rundt nul til handicapområdet. Massiv pressedækning af dårlige sager, folketingsdebatten om borgerforslaget fra #enmillionstemmer, en stribe samråd og forespørgselsdebatter og et udspil fra KL på 5,5 mia. til handicapområdet havde givet mange den oplevelse, at det nu endelig var handicapområdets tur. Men nej.

Resultatet blev det, formanden for Danske Handicaporganisationer, Thorkild Olesen, kaldte "en fuckfinger til handicapområdet". Måske ikke videre poetisk, men fint dækkende for den frustration mange oplevede.

- Vi er selvfølgelig dybt skuffede over, at der ikke er afsat penge til et generelt løft af handicapområdet eller i det mindste midler til et løft af f.eks. retssikkerheden eller BPA. Men der er ikke en øre. Til gengæld har vi fået en aftaletekst, som i sin retorik og måde at italesætte handicapområdet på, gør mig utrolig vred og ked af det. Igen skal vi se handicapområdet udleveret som sådan et altopslugende udgiftsmonster, som æder pengene fra børnene og de ældre. Det er simpelthen ikke en acceptabel måde at spille forskellige gruppers behov ud mod hinanden på, siger CP Danmarks direktør, Mogens Wiederholt, og fortsætter:

- KL har tilsyneladende vekslet deres krav på 5,5 mia. til en håndfæstning fra regeringen, hvor regeringen giver kommunerne frit lejde til at spare på handicapområdet - bare de gør det lovligt. Det er første og eneste gang, jeg har set en aftale, hvor man går så hårdt til stålet, at man ligefrem finder det nødvendigt at skrive ind i aftalen, at besparelserne og nedskæringerne på handicapområdet selvfølgelig skal holde sig inden for loven. Det er helt uhørt, konkluderer Mogens Wiederholt.

Økonomiforhandlingerne er slut. Men heldigvis ender alt ikke der. Næste åbning er de forestående forhandlinger om finansloven, som for alvor ruller efter sommerferien.

- Vi skal selvfølgelig bruge den anledning til at sige til både regeringen og dens støttepartier, at der nu skal leveres. Hvor er socialdemokraternes valgløfter på handicapområdet forsvundet hen – og hvornår mener støttepartierne nok er nok og insisterer på, at der leveres på forståelsespapiret? Jeg håber, vi vil se en finanslov, som prioriterer handicapområdet og afsætter et stort beløb i de kommende år til at implementere den igangværende evaluering, slutter Mogens Wiederholt.

Du kan læse mere om økonomiaftalen på:
www.cpdanmark.dk/nyheder

Forside › Nyheder ›

Dybt skuffende økonomiaftale mellem regeringen og Kommunernes Landsforening



10. juni 2021

Dybt skuffende økonomiaftale mellem regeringen og Kommunernes Landsforening

"En fuckfinger til handicapområdet" har Danske Handicaporganisationers formand, Thorkild Olesen, kaldt den netop indgåede aftale om kommunernes økonomi i 2022.

Udmeldingen fra Thorkild Olesen er sjælden, hård retorik, men på sin plads mener mange. Aftalen mellem Kommunernes Landsforening (KL) og regeringen er helt rensat for penge og ambitioner på handicapområdet. Men hvordan vurderer CP



Fem gode tilbud fra CP Danmark

Sjove og interessante digitale aktiviteter og events

Vær med til aktiviteterne i en af de mange klubber, f.eks. Madklubben, Musikklubben og Mandeklubben. Læs mere: www.cpdanmark.dk/aktivitetsprogram



Lej foreningens feriehus på Samsø til en god medlemspris

Der er dejligt på Samsø, uanset årstid. Foreningen har et rummeligt og tilgængeligt feriehus i Sælvig, der udlejes året rundt til en attraktiv pris for medlemmerne. Læs mere: www.cpdanmark.dk/feriehus

Kompetent social- og psykologrådgivning

Fortolkning af love og regler er ikke altid lige nemt. Har du brug for støtte, sidder foreningens socialrådgiver og psykolog klar med hjælp og rådgivning. Læs mere: www.cpdanmark.dk/rådgivning

Bisidderordning – både fysisk og virtuelt

Har du brug for et ekstra sæt ører og øjne til et svært møde? Så benyt foreningens bisidderordning. Læs mere: www.cpdanmark.dk/bisidder

Få en god snak på CP Linjen

CP Linjen er en samtalelinje og et tilbud til alle medlemmer af CP Danmark, der sidder isoleret derhjemme og savner selskab. Kontakt os, og vi vender hurtigt tilbage. Læs mere: www.cpdanmark.dk/cp-linjen

Du er altid velkommen til at kontakte CP Danmark på

Mail: cpdanmark@cpdanmark.dk
Telefon: 38 88 45 75



Rigsrevisionen kulegraver kommunernes håndtering af handicapområdet

Det er bestemt ikke hverdagskost, at Rigsrevisionen kaster sig over handicapområdet. Men det er netop sket. Rigsrevisionen har meddelt, at man vil kontrollere kommunernes administration af tre specifikke bestemmelser i serviceloven, som har stor betydning for mennesker med handicap og deres pårørende.

Det drejer sig om § 41 (merudgifter til hjemmeboende børn), § 42 (tabt arbejdsfortjeneste) og § 100 (merudgifter til voksne). Rapporteringen fra undersøgelsen sker til Statsrevisorerne, som har bestilt undersøgelsen. Statsrevisorerne vil bl.a. have svar på, om kommunerne overholder reglerne og FN's handicapkonvention, hvilke forbedringer der er sket på handicapområdet siden 2007, om ministeriet har opfyldt sin tilsynsforpligtelse, og endelig hvordan udviklingen i antallet og afgørelser i klagesager har været siden 2007.

Når Rigsrevisionen har lavet sin udredning, overgives rapporten til Statsrevisorerne, som kan udtale kritik. Udredningen skal være færdig i foråret 2022 – og kan måske komme til at indgå i de politiske drøftelser om konklusionerne på evalueringen af handicapområdet.



Feriecenter
Slettestrand

1 Slettestrand kan du holde din ferie i smukke
naturlige rammer lige ved Vesterhavet!

Handicapvenlige ferieboliger | Restaurant med hjemmelavet mad
Varmtvandsbassinet og træningsrum med fuld tilgængelighed
Handicapvenlig sti i Svinkløv plantage
Tilgængelig strandsti helt ned til Vesterhavet

Feriecenter Slettestrand A/S | slettestrand.dk | mail@slettestrand.dk | +45 9821 7044



Hou Søsportcenter

Fuldt tilgængelige feriehus i smukke omgivelser

www.hou-seasport.com • +45 87 81 79 99

Vi har også Danmarks
bedst tilgængelige svømmehal
VANDHALLA



Ledig plads sommer 2021
Kontakt
david@kronhjorten.com

Kronhjorten

Kronhjorten er et bosted for udviklingshæmmede børn og unge mellem 7 og 24 år med særlige individuelle behov og udfordringer. Vi arbejder ud fra Rudolf Steiners antroposofiske filosofi om det hele menneske, og ønsker at give børnene og de unge trykke og hjemlige omgivelser hvor den enkelte individuelt kan trives og udvikle sig optimalt på vej til et mere selvstændig liv.
www.bostedetkronhjorten.dk

Venlig hilsen Kronhjorten Lystrupvej 64 3550 Slangerup
Tlf. 48279001 • www.bostedetkronhjorten.dk

Er du kasserer?

Vi skaber overblikket i dit foreningsregnskab og hjælper med

- Bogføring
- Års- og puljeregnskab
- Medlemsstyring
- Bedre udnyttelse af systemer som Conventus el. Winkas
- Hotline ved udfordring med regnskab eller system

Ring til Jette på 2279 2288
og hør, hvordan du kan spare tid og bekymringer.

OPTiViZE

+45 2279 2288 • jette@optivize.dk • www.optivize.dk

TEMA SPORT OG CP

Efter et par ugers pause, hvor OL-aktiviteterne i Tokyo er kommet lidt på afstand, er det nu atleterne ved de Paralympiske Lege (PL), der dystet om medaljer i de forskellige idrætsdiscipliner. På det danske PL-hold er flere med cerebral parese (CP) udtaget. Ikke fordi de har CP, men fordi de er hamrende dygtige til deres sport. Nogle af dem har endda repræsenteret Danmark ved flere PL-stævner.

Med udgangspunkt i den store begivenhed har vi denne gang valgt at sætte fokus på Sport og CP. Og den glæde det giver at motionere og være sammen med andre om noget sjovt. Udover at præsentere PL-repræsentanterne har vi til inspiration også gode historier om andre idrætsudøvere, der elsker deres sport, selv om det ikke er på et PL-elite-niveau. I det hele taget er der mange muligheder for at udfolde sig – uanset alder og uanset om det er guld eller blot grønne skove, man går efter. Det er aldrig for sent at komme i gang, og der er nok at vælge imellem. Se blot den omfattende liste over sportsgrene som Parasport Danmark tilbyder.

God læsning!

RaceRunning er blevet til Frame Running

Frame Running er en disciplin, opfundet i Danmark, der indtil marts 2021 hed RaceRunning. Navneændringen er sket i forbindelse med, at disciplinen er blevet optaget på det internationale atletikprogram under World Para Athletics. Stort set alle kan have fornøjelse af Frame Running, der har udøvere helt ned fra børnehavealderen og til ældre langt oppe i årene. Frame Running er den mest udbredte para-atletikdisciplin i Danmark. Det er en sport for både eliteudøvere og motionister. Formanden for det internationale Frame Running Forbund kommer fra Danmark. Det er Mansoor Siddiqi, som også er kredsformand for CP Danmark Storkøbenhavn, og som i mange år har gjort en stor indsats for at få udbredt sporten såvel i Danmark som i udlandet.

Idrætsgrene i Parasport Danmark-regi

Atletik (inklusive Frame Running), badminton, boccia, bordtennis, bowling, cykling, el-hockey, floorball, goalball, golf, gymnastik, hal-hockey, håndbold, kørestolsbasketball, kørestolscurling, kørestolsrugby, kørestolstennis, powerchair, floorball, powerchair football, præcisionsorientering, ridning, sejlsport, showdown, skisport, skydning, svømning samt de lidt mindre udbredte idrætter: bueskydning, dart, judo, kajak, kunstskejt, løb, kørestolsdans, rosport, siddende volley, snooker, surf, taekwondo og triathlon. Du kan læse mere på www.parasport.dk og finde oplysninger om, hvor du skal henvende dig, hvis du vil i gang.



Britt nærmer sig Klub 100 med raske skridt

Da Britt Drud Sørensen i foråret 2009 startede med at dyrke Frame Running på motionsplan, havde hun ingen anelse om, hvilken stor betydning det ville få for hende. Både mentalt, men også fysisk og socialt.

AF FRANDS HAVALESCHKA

Det var et tre ugers kursus på Egmont Højskolen, der satte hende i gang. I samarbejde med Videnscenter om handicap blev der på kurset sat fokus på både job og krop. Bortset fra lidt handicapsvømning og rytme- og springgymnastik som barn, havde Britt ikke den store erfaring med sports- og friluftslivets glæder. Men det fik hun.

Endda så imponerende flot, så hun i dag ikke alene har drevet det vidt og gennemfører marathonløb på sin Frame Runner, men nu også snart bliver optaget i den meget eksklusive Klub 100 Marathon Danmark.

Det sker, når hun den 28. august deltag i sit marathonløb nr. 100, der er arrangeret specielt til ære for Britt af

hendes klub 5 Tårns Motion i Kalundborg. Denne dag er der lagt op til fest og fabrikeret en speciel Britt-medalje.

Det vil jeg også prøve

At blive en del af Klub 100 havde hun ikke i sin vildeste fantasi forestillet sig, da hun startede ud på sit første marathonløb i 2012. Men efter at have gennemført nogle løb på den lange distance blev hun tændt af idéen tre år senere, da en anden løber fra klubben rundede sit marathonløb nr. 100.

- Så tænkte jeg, det vil jeg også prøve, og siden er antallet bare år efter år blevet større, fortæller Britt, der glæder sig til løbet den 28. august, som hun bl.a. bruger til at vise andre med fysisk let CP, hvad der er muligt

med en Frame Runner. Så kan folk samtidig se, at det er en sport, der ikke kun dyrkes på atletikbanen, supplerer hun.

Hvordan fandt du på, at det var marathon-distancen, du ville dyrke?

- Det skete ret hurtigt, da jeg oplevede, at det havde en gavnlig effekt på min spasticitet, samt at uroen i kroppen forsvandt, når jeg regelmæssigt løb distancen på de godt 42 km.

Hvad giver sporten dig ellers?

- Den giver mig rigtig meget i hverdagen og i træningen. Hvor stor en betydning, det egentlig har for mig, opdagede jeg først, da jeg på et tidspunkt holdt en løbepause på tre uger. Pausen betød, at jeg begyndte at snuble og nærmest faldt over mine egne ben, fordi mit fodled, muskler og sener i højrebenet blev mere stive, end de er, når jeg løber på Frame Runneren, forklarer Britt.

- Derfor bruger jeg også sporten som motionsform i hverdagen, da træningen betyder, at jeg kan opretholde de fysiske funktioner, jeg har nu, og som jeg forhåbentlig kan bevare langt ud i fremtiden.

Løbesko til begge fødder kræver to par!

Britt træner 2-3 gange om ugen på sin specialbyggede Frame Runner, som hun også gerne benytter til den daglige transport til og fra arbejde, fysioterapi m.v. som en god gang træning. Det sker året rundt. Det eneste, det handler om, er at tage det rigtige løbetøj på til årstiden, lyder rådet fra Britt.



Britts personlige rekord blev sat ved Copenhagen Marathon i 2019.

Med i snit 10 marathonløb om året er Britt Drud Sørensen nu klar til sit jubilæumsløb nr. 100.

Den megen træning og de mange løb betyder, at hun på grund af slitage bruger en del penge på nyt løbeudstyr. Det er dog ikke så slemt med 'cyklen', der er den samme siden marathon nr. 3 og ind imellem blot skal have udskiftet dæk, slange og sadel. Derimod er løbeskoene en større udskrivning. Hun nedslider to par om året, men er nødt til at købe fire, fordi hendes venstre fod er størrelse 40 og hendes højre fod størrelse 38.

Heldigvis har hun en god aftale med Kaiser Sport i Slagelse, men hvis nogen har det omvendt, med skostørrelser, må de meget gerne melde sig.

Hvad er det bedste ved Frame Running?

- Det er, at jeg igennem min klub får de udfordringer, jeg som langdistance-atlet har brug for. Dertil er der også den gevinst ved at løbe i en lokal løbeklub, at hvis man har været fraværende fra klubben i et stykke



tid, så bliver der spurgt, hvornår jeg har tænkt mig at komme igen, når de møder mig i byen.

Hvad er dit næste mål?

- Jeg skal have et nyt mål for at bevare motivationen og have noget at løbe efter, men jeg ved ikke helt endnu, hvad det skal være. Jeg tror, jeg lige skal have lov til at komme mig oven på oplevelsen at være den første Frame Running-atlet, der er kommet med i Klub 100.

Kort om Britt Drud Sørensen

Britt er 35 år, bor i Kalundborg og arbejder i Kvikly. Hendes hurtigste marathontid blev sat til Copenhagen Marathon 2019 i tiden 03:11:22. Hvis alt går efter planen, bliver hun hyldet for sit marathonløb nr. 100, lørdag den 28. august i Kalundborg.

SE UDGIVELSEN ONLINE

scan her



CP INDBLIK

MAGASINET

Genvind din funktion og få din frihed tilbage



Har du funktionsproblemer i din hånd eller dit ben på grund af en hjerneskade som f.eks. hjerneblødning, sclerose, cerebral parese eller andre centrale nervesygdomme. Det er nu muligt for dig at opnå funktion, frihed og mobilitet. Med FES (funktional elektrisk stimulation) hjælpemiddele.systemer kan vi hjælpe dig, hvad enten det drejer sig om dropfod, dropfod kombineret med lårmuskelsvækst eller en paretisk hånd.

Du kan bestille tid til en klinisk undersøgelse, for at se om denne type ortose er velegnet til dig.

Bandagist Jan Nielsen - En verden fuld af muligheder

Vil du vide mere besøg www.fes-center.dk eller www.bjn.dk
- Vi vil så gerne dele vores viden!

Bandagist Jan Nielsen A/S • 33 11 66 57 • klr@bjn.dk • www.bjn.dk



Et parløb på fire ben

Caroline Cecilie Nielsen og hendes hest Davidoff er et fasttømret team, og nu er de på vej til deres første PL sammen i disciplinen paradressur.

AF TRINE KAMP LARSEN

"Sammen er vi bedst". Det er 31-årige Caroline Cecilie Nielsens motto, og den indstilling har sikret hende en plads til de Paralympiske Lege (PL), der holdes i Tokyo, et år forsinket. Det er fjerde gang, hun deltager ved PL, men første gang med hesten og makkeren Davidoff, en brun oldenborger på 11 år.

Meget tæt forhold giver tillid og resultater

Det vigtigste i samarbejdet mellem rytter og hest er tillid:

- Davidoff og jeg er et team, vi er sammen om det her. Jeg har haft ham siden 2017, og det tager tid at opbygge den tillid, der gør, at vi kan gennemføre programmet let og flydende. Han skal kunne følge mine instrukser, fordi jeg har færre kræfter i min venstre side på grund af min cerebral parese, fortæller Caroline.

- Men det er ikke nok, at det er en god hest. Den skal også være lydhør over for mig og min måde at ride på, på samme måde som jeg skal støtte



ham i at gøre det rigtige. Derfor var det faktisk godt, at PL blev udskudt et år, den tid har været godt givet ud, mener Caroline.

Når hest og rytter sejler ind på banen og starter deres program, ser det legende let ud. Men der ligger meget træning bag.

- Davidoff står opstaldet i et ridecenter i Ølstykke. Vi træner hver dag, for det betyder, at vi bliver bedre sammen, og min fysik kan ikke undvære den daglige træning – jeg plejer at sige, at ridning er min (naturlige) medicin. Cirka tre gange om ugen får vi undervisning, resten af tiden træner jeg selv eller slapper af med hesten, f.eks. med en skovtur for afvekslingens skyld.

Den sidste tid op til PL skal bruges til at pudse formen af, og der skal skrues og optimeres på de sidste knapper, så alt sidder lige i skabet. Men formen er der allerede. Caroline træner også sin hjerne og hu-

kommelse, for det kan være svært at huske et langt dressurprogram med over 25 forskellige øvelser. Rækkefølger, temposkift og øvelser. Alt skal sidde i skabet og uden fejl.

- Jeg har været igennem mange forløb og metoder, siden jeg var lille, med fokus på at træne min hjerne til at opbygge en større evne til at huske. Det er faktisk nemmere for mig at huske dressurprogrammer end mange andre ting i hverdagen, fordi kombinationen af fysisk aktivitet – det at jeg sidder på hesten og skal bruge hjernen samtidig – er perfekt træning af min hukommelse, fremhæver Caroline.

En anderledes oplevelse i coronatiden

Når Caroline sætter kursen mod Tokyo, er det fjerde gang, hun deltager ved et PL, men der venter en noget anden oplevelse denne gang.

- Det er en kæmpe ære at blive udtaget, og jeg glæder mig enormt. Men

Kort om Caroline Cecilie Nielsen

Caroline er 31 år og deltager ved PL for fjerde gang i disciplinen paradressur. Hun rider på hesten Davidoff, der er PL-debutant. Hun bor i København og repræsenterer Sportsrideklubben Vallensbæk.



denne gang bliver det anderledes på grund af corona. Vi må f.eks. ikke tage rundt og se Tokyo og heller ikke se nogle af de andre atleters præstationer. Vi skal være i en "boble", som er PL-byen, træningsbanerne, stalden og stadion. Det bliver også noget andet at ride ind på banen uden publikum. Men nu er dressur jo ikke en sport, hvor folk hujer og klapper undervejs, så jeg regner med at fordybe mig i øvelserne og samspillet med Davidoff. Det bliver en speciel oplevelse, som jeg glæder mig meget til.

En lang transporttur og høje forventninger

Der er langt fra Ølstykke til Tokyo, og Caroline skal ikke ride hele vejen. Davidoff bliver i første omgang kørt i lastbil til Tyskland, hvor den, sammen med sin rytter, er i isolation i 8-10 dage. Derefter går turen videre til Belgien, hvorfra den flyver til Japan.

I Belgien går hesten op i en transportcontainer og bliver derefter hejst op i flyveren, hvor den står i noget, der ligner en almindelig trailer under flyveturen. Det plejer at gå fint, og faktisk foretrækker Caroline at flyve sin hest til stævne i stedet for at køre. Det er mere skånsomt for hesten, og under transporten er der dyrlæger og hestekyndige fagfolk til at tage sig af dem.

Caroline har tidligere vundet bronze ved PL i 2008 i Beijing. Hvilke håb har hun for sin deltagelse i Tokyo?

- Det er klart, at man deltager i en konkurrence for at vinde eller i hvert fald for at havne i toppen. Det håber jeg på. Jeg synes, at jeg med Davidoff har den helt rigtige makker, og han har et enormt stort potentiale. Det ville være en drøm at vende tilbage til Danmark med en medalje om halsen, slutter Caroline, der er begyndt at tælle ned til afrejsen til Japan.



DET BEDSTE SKOLEÅR I DIT LIV

Besøg os og mærk fællesskabet

Hardsyssel Efterskole ligger i Vejrum mellem Struer og Holstebro. Vi har fem linjer: Outdoor, Sport, Musik, Film og E-sport.

Skolen har reserveret fire pladser til elever med fysiske handicaps. Der er tilgængelighed over alt, og vi har ansat rigtig søde handicaphjælpere.

Se mere på hardsyssel.dk – her kan du også se, hvordan du kan besøge os.



Susan Aakjær Larsen på Facebook

★★★★★

"Fantastisk efterskole! Vores søn gik to år på Hardsyssel. Stemningen er varm, og skolen har dedikerede lærere, som kun vil vores søn det bedste! Han har rykket sig fagligt, udvikler sig helt vildt og har fået en masse gode venner."

HARDSYSSEL
EFTERSKOLE

Hardsysselvej 2 / Vejrum / 7600 Struer
T 97 46 47 33 / kontoret@hardsyssel.dk

hardsyssel.dk



Ågade 27
6000 Kolding
Tlf. 75 94 56 14
suk@sukdanmark.dk

Aftenskolen for udviklingshæmmede.

Ring og rekvirer program for sommerhøjskoler, weekendkurser samt for undervisning i Kolding, Fredericia Vejle, Svendborg og Faaborg Midtfyn.

ELTECHNO

STYRING – REGULERING AF VAND OG LUFT

Morten Krogsgaard Nielsen | Autoriseret Elinstallatør & Stærkstrømsmekniker

Professionel Automation Indenfor:

SPILDEVAND

VANDFORSYNING

INDUSTRIEL VENTILATION

KEDEL- OG FJERNVARME

Tlf. 77 34 15 55

Knøsgaardsvej 99A | 9490 Aabybro
www.eltechno.dk | mail@eltechno.dk



Lykke Marie er et bofællesskab for 24 unge mennesker med multiple funktionsnedsættelser, som bor i moderne og flotte lejligheder med gode fælles faciliteter.

Personalet er fagligt kompetente, og brænder for at give de unge et aktivt ungdomsliv.

Kontakt:

Forstander Fie Lester

Tlf: 51 53 74 11 • fl@mariehjem.dk

www.mariehjem.dk/lykke



ApS Røns Køleteknik

Holstebro

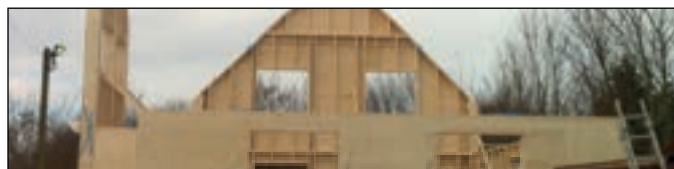
www.ronskol.dk • +45 72 44 44 03



Leder du efter en STU plads eller måske et nyt arbejdsstilbud, så kontakt os på tlf. 3918 4211 og hør nærmere.

Tjek også vores hjemmeside www.lavuk.dk

Lavuk har mere 50 års erfaring med mennesker med udviklingshæmning!



TOFTEGAARD BYG APS

Stenstrupvej 37 . 4573 Højby

Tlf. 23 72 44 49 . www.toftegaard-aps.dk

Hos Toftegaard Byg har vi fokus på kvalitet og pris. Der er ingen opgaver, der er hverken for små eller for store, da vi udfører opgaver for både private og erhverv.

Vi tilbyder opgaver inden for: tagarbejde, vinduer og døre, tømrer- og snedkerarbejde & hovedentreprise.

Hos PH-EL & Sikring

er vi eksperter indenfor boligrenovering

Vi har stor erfaring med håndtering af ældre installationer, som ønskes renoveret. Vi tager os tiden til at tænke renoveringen igennem med dig, før vi udfører opgaven, hvilket sikrer dig det bedste mulige resultat!

Skal du renovere? Har du gjort dig tanker om:

- Boligen har gamle stoffedninger?
- Er der tegn på sjuskede gør-det-selv løsninger?
- Lovkrav ifht. installationer i køkken og bad?

Rådfør dig med os, inden du renoverer

Vi giver et godt og uforpligtende tilbud på opgaven.

– Ring på tlf. 39 16 31 31 og hør nærmere.



PH-EL & Sikring
Rustbølvej 27, 2558 Nordhavn Tlf. 39 16 31 31 • www.ph-el.dk

MEDLEM AF
TEKNIQ
INSTALLATØRERNES ORGANISATION

SOFT LINE

www.softline.dk



Alle gode gange tre!

Når Amalie Vinther stiller til start i Tokyo, er det tredje gang, hun deltager ved de Paralympiske Lege (PL) - drømmen er en medalje.

AF FRANDS HAVALESCHKA

Med et års forsinkelse er Amalie Vinter nu klar til at kaste sig i vandet på det olympiske svømmestadion i Tokyo. Favoritdisciplinen er 400 m. fri, hvor hendes mål er at svømme sig i finalen og opnå en flot top 5-placering, som hun gjorde ved PL i Rio. Og hvis det hele flasker sig, vil hun blive jublende lykkelig, hvis det lykkes hende at komme på medaljeskamlen.

Men konkurrencen er benhård. De mange corona-aflyste stævner betyder samtidig, at det er meget svært at vide, hvor på verdensranglisten Amalie i øjeblikket befinder sig og hvilke nye svømmere, der kan tænkes at dukke op i Tokyo.

Men én ting ved hun. Hun har trænet godt op til PL og håber derfor på en rekordtid.

- Jeg træner i vandet ni gange om ugen af to timers varighed. Derudover er jeg to gange om ugen i styrketræningslokalet og træner dryland (gymnastik, udspænding

mv.) fire gange om ugen. Det bliver til i alt ca. 24 timers træning på en uge, fortæller Amalie, der er så fokuseret på sine forberedelser, at hun har taget et halvt års orlov fra sit pædagogstudie i Aarhus.

Og i de perioder, hvor svømmehallerne har været lukket, har hun trænet 'åbent vand' svømning i både Limfjorden og senest i Aarhus bugt. I det hele taget har hun gjort alt for at holde sig i gang, siden hun i maj 2020 blev udtaget til PL. Kort tid efter udtagelsen blev det aflyst, og ingen vidste dengang, om PL-stævnet nogensinde ville blive afholdt, hvilket var noget af et antiklimaks.

- Det var en hård nyhed at få, og jeg var virkelig langt nede i kulkælderens i flere dage, indrømmer Amalie.

- Men jeg fik en god snak med mine forældre og min søster, som selv er tidligere elitesvømmer, og de gav mig motivationen til at fortsætte. Samtidig lavede min træner Bjarne Kragh, som har fulgt mig i over 10 år, et godt træningsprogram, som jeg har fulgt.

Startede i Thisted

Amalie har svømmet siden hun var otte år, hvor hun startede på et børnehold i Thisted Svømmeklub. Hun havde talent og blev en rigtig god svømmer på trods af sin cerebral parese, der giver visse udfordringer i højre side af kroppen. Hun svømmede

sig til en plads på klubbens 2. hold, og ved et stævne fik hendes daværende træner kontakt til Parasport Danmarks træner og gjorde ham opmærksom på Amalie. De var hurtigt enige om, at hun havde store muligheder indenfor parasporten.

Sammen med sine idrætsinteresserede forældre tyggede Amalie lidt på muligheden, sagde ja og blev inviteret med til en samling i 2008. Mange svømmetag senere har resultatet været en stor stævneaktivitet i både ind- og udland samt udtagelse til PL i London i 2012 og Rio i 2016. Næste mål er om kort tid PL i Tokyo. Nu skal den store begivenhed selvfølgelig lige afvikles først og oplevelsen suges ind – men med udsættelsen er der kun tre år til de næste Paralympiske Lege.

Er du med der, Amalie?

- Som det ser ud nu, fortsætter jeg efter legene, for jeg elsker jo at svømme, lyder den klare PL-melding.

Kort om Amalie Vinter

Amalie er 25 år, født juleaften. Forældrene skulle holde juleaften hos bedsteforældrene, men endte i stedet på Viborg Sygehus, hvor Amalie blev født tre måneder for tidligt. Amalie bor i Aarhus, svømmer i Aarhus Swim, der er en sammenslutning af flere klubber, og læser til pædagog.



De Paralympiske Lege er bare et niveau over alt andet

Sebastian Frederiksen var klar til de Paralympiske Lege sidste år, men fik som alle andre udskudt festen pga. corona. Nu er formen i top igen, og han glæder sig til at komme ind på den største sportslige scene, man kan træde ind på som kørestolsrugbyspiller.

AF BENJAMIN STEENGAARD RASMUSSEN

For et år siden var Sebastian Frederiksen i topform, top-trænet og topklar til at tage til de Paralympiske Lege (PL) i Tokyo. Men coronavirussen fik overmandet hele verden, og PL-arrangørerne måtte pakke ned igen og udskyde den store sportsfest til året efter. Det var en stor skuffelse for Sebastian, der har cerebral parese og er playmaker på det danske landshold i kørestolsrugby, der kvalificerede sig til PL tilbage i 2019.

Men i år skal det være. Flyet med de danske deltagere i kørestolsrugby letter den 17. august, medmindre Sebastians eneste frygt går i opfyldelse; at corona ødelægger PL-festen.

Sebastian Frederiksen er en vigtig brik på det danske hold og har op til PL trænet hårdt og vedholdende med otte træningspas om ugen fordelt på seks dage; konditionstræning, rugbytræning, styrketræning og pilates.

- Jeg har også stor fokus på kost og ernæring og har en kostvejleder på, ligesom mentaltræningen også er vigtig, fortæller playmakeren.

Sebastian er i øjeblikket projektansat i Parasport Danmark, hvor han arbejder med frivillighed op til næste EM i kørestolsrugby, så næsten al fokus er rettet på den tempofyldte sport. For Sebastian er det dog vigtigt, at alt ikke handler om kørestolsrugby, men at arbejde eller andre fritidsinteresser også fylder og får noget fokus. Det er en del af den mentale træning.

Højeste forventninger

- Intensiteten er højere frem mod PL end mod for eksempel EM, og PL giver en større opmærksomhed fra resten af verden. Der kommer mere fokus på de små detaljer, for PL er bare et niveau over alt andet, forklarer Sebastian.

Han har oplevet en større opmærksomhed på holdet op til PL, men de højeste forventninger kommer dog fra spillerne selv.

- Vi er seedet som nummer 7 ud af 8 hold, og bookmakerne tror på en 6. plads. De første kampe bliver afgørende, men jeg tror ikke, at vi taber det hele. Vores målsætning er top 4, og jeg tror på holdet. Fysisk kan vi sagtens være med, og jeg tror, at vi med en god indsats kan komme langt, siger Sebastian og tilføjer med et smil:

- Vi har selvtillid, og så har vi en amerikansk træner, der ikke kender janteloven.

Har styr på nerverne

PL er en kæmpe sportsbegivenhed, men er også bare en oplevelse i sig selv at være en del af. Ud over det sportslige glæder Sebastian sig bare generelt til hele oplevelsen.

- Jeg tror egentlig godt, at hele PL-oplevelsen kan komme til at overskygge det sportslige, for det er stort. Men når man er på et hold, så bliver man holdt lidt nede på jorden og holder fokus, forklarer Sebastian og tilføjer:

- Som playmaker på holdet har jeg tidligere stået for presset i vigtige kampe, så jeg føler mig sikker på, at jeg også har nerverne denne gang, selvom PL er noget særligt.

Efter et års forsinkelse er den rutinerede spiller i hvert fald helt klar til at kæmpe for de rød-hvide farver, og Sebastian vil nyde hver eneste dag i Japan til det hele er slut – og det kommer forhåbentlig til at vare længe for holdet.

Om Sebastian Frederiksen:

Sebastian er 27 år, bor i Hillerød og blev sidste år færdiguddannet i Sport Management. Han begyndte at spille kørestolsrugby som 15 årig og har spillet næsten 10 år på landsholdet. I 2019 var han med til at vinde sølv ved EM, hvilket skaffede holdet en billet til PL, hvor de er 12 deltagere afsted.



Foto:
BESTSELLER
Lars Møller for
DIF og Team
Danmark

Tilskud til sportsudstyr og fritidsaktiviteter

Er du i gang med idræts- og fritidsaktiviteter, eller tænker på at komme i gang - og er i tvivl om, du eventuelt kan få støtte til det af din kommune - så er du velkommen til at kontakte CP Danmarks socialrådgiver Mia Ibæk Touborg. Men her kan du læse lidt om, hvad Ankestyrelsen i en principafgørelse (8-19) bl.a. ridser op.

Det fremgår at udstyr til fritidsaktiviteter ikke kan bevilges som et hjælpemiddel efter serviceloven, da udstyr til fritidsaktiviteter ikke i væsentlig grad afhjælper de varige følger af borgerens nedsatte funktionsevne eller i væsentlig grad letter den daglige tilværelse. Det betyder, at f.eks. kørestole til sports- og fritidsaktiviteter ikke kan bevilges som et hjælpemiddel.

Det samme gælder kropsbårne hjælpemidler, f.eks. sports- eller badeproteser, da disse ligesom kørestole til sport- og fritidsaktiviteter, som udgangspunkt ikke i væsentlig grad afhjælper de varige følger af den nedsatte funktionsevne eller letter den daglige tilværelse.

Merudgifter til deltagelse i fritidsaktiviteter og udstyr til aktiviteterne vil efter en konkret vurdering kunne dækkes som en merudgift. Det forudsætter dog at borgeren er berettiget til at modtage dækning af merudgift, og at andre borgere på samme alder og i samme livssituation, uden en funktionsnedsættelse, også ville deltage i lignende aktiviteter.

Begrebet fritidsaktiviteter?

Fritidsaktiviteter er aktiviteter der udøves, fordi man har en interesse for et område, ønsker at være fysisk aktiv eller udfordre sig selv fysisk eller mentalt. Modsat elitesport er fritidsaktiviteter for den bredere del af befolkningen.

Merudgifter til fritidsaktiviteter kan kun dækkes, hvis mulighederne for at dyrke andre former for fritidsaktiviteter er meget begrænset, som følge af den nedsatte funktionsevne. En kommune kan ikke henvise til, at en borger kan dyrke andre former for fritidsaktiviteter uden at undersøge om det reelt er en mulighed.

Derudover skal de alternative fritidsaktiviteter, kommunen henviser til, i et vist omfang være sammenlignelige. Kommunen skal forholde sig til, hvad der er almindeligt for andre på samme alder og i samme livssituation i forhold til fritidsaktiviteter.

Det kan også være nødvendigt, at kommunen ikke alene ser nærmere på selve betegnelsen af fritidsaktiviteten, men også undersøger og forholder sig til, hvad borgeren får ud af den fritidsaktivitet, kommunen henviser til, med det funktionsniveau borgeren har.

Emma og Frederik har fundet stor glæde ved paracykling

Ny tilgang styrker optimismen, men Parasport Danmark satser på at få flere med cerebral parese til at dyrke paracykling.

AF FRANDS HAVALESCHKA

En smuk cykelrute i Give var rammen, da Dansk Cykel Union i juni afholdt Danmarks mesterskabet i landsvejscykling. En del af det store arrangement var Parasport Danmarks afvikling af mesterskabet i paracykling, hvor 38 ryttere deltog. Blandt dem var der debut til to af CP Danmarks medlemmer, Emma Lund og Frederik Rohrberg Jessen. Begge er tilknyttet den nye satsning i Roskilde Cykle Ring og har gjort det rigtig godt, selv om de aldrig tidligere har deltaget i stævner.

Emma Lund kørte endda så fremragende, at hun vandt DM-guld i dameklassen T2 med kun ganske kort tids træning i benene. At hun er i besiddelse af et stort talent beviste hun i såvel enkeltstart som i linjeløbet, der talte med i det samlede resultat. Tiderne var så gode, at hun stod med guldmedaljen om halsen, da præmierne blev uddelt.

- Emma har taget alle med storm, højt humør og viljestyrke. Her taler vi om en ung kvinde, der ser mulighederne og ikke lader fordomme og bekymringer fylde for meget i hverdagen. Hun kom med i paracykling i et coronaramt 2020 og

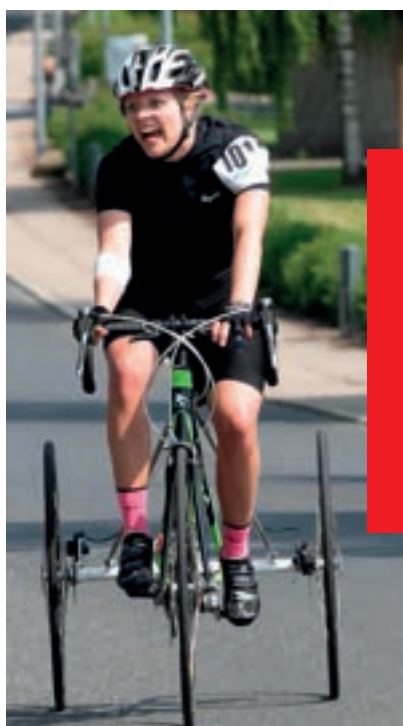
det med høj fart, fortæller Peter Kock Hansen, der er udviklings- og idrætskonsulent i Parasport Danmark.

- Hun havde et ønske om at komme ud og opleve de samme glæder og udfordringer, som cykling giver så mange. Hun kontaktede derfor Parasport Danmark for at høre, hvordan hun kunne deltage i paracykling, møde andre ryttere og se hvor langt hendes konkurrencegen kan bringe hende.

Parasport Danmark stillede sig til rådighed for Emma og hendes familie for sammen at sætte retningen for træning, udstyr, cykelklub og konkurrencemulighederne. Det betyder, at hun nu er en integreret del af Roskilde Cykle Ring og deres dygtige cykelfolk.

Frederiks udfordringer

Også for Frederik var DM hans første løb, der blev en oplevelse med udfordringer. I enkeltstarten på 8,4 km., hvor deltagerne skulle køre en lille rute fire gange, stødte han på den første forhindring. Han kørte en omgang for meget.



Positiv udvikling

Parasport Danmark ser meget positivt på tilgangen og glæder sig til at følge rytterne og deres udvikling i den kommende tid. Samtidig er det ambitionen, at tilgangen af ryttere med CP fortsætter. Målet er at etablere flere gode træningstilbud og træningsfællesskaber i de lokale cykelklubber rundt omkring i Danmark.

Frederik Rohrberg Jessen og Emma Lund er nogle af de seneste, der på hver deres måde har fundet stor glæde ved paracykling.



Emma deltager i sportsklassen T2. Det er en ordinær landevejscykel, der er sat op med en bagaksel med to baghjul. Det betyder, at cyklen sikrer stabilitet og støtter rytterens balance.

Som 'nybegynder' glemte både Frederik og hans mor, Karina, som samtidig fik sin debut som holdleder, at tælle omgange.

Det havde dog heldigvis ingen betydning for resultatet, men det gav flere kilometer og mere mælkesyre i benene, og det kunne mærkes ved eftermiddagens linjeløb, hvor feltet kørte samlet. Her var flere klasser slået sammen, så konkurrencen var hård, og da Frederik i starten af løbet ramte en kantsten og fik et hold i ryggen, så det lidt sort ud. Men han kørte et flot løb og gennemførte i super fin stil, selv om det ikke blev til en topplacering.

Frederik, der har cerebral parese efter en hjerneblødning



Frederik Rohrberg Jensen høstede meget erfaring i sit første stævne.

som 8-årig, elsker at cykle. Det har han gjort lige siden han var 14 år, hvor han fik sin første racercykel. I de fem år, der siden er gået, har han kørt adskillige tusinde kilometer – men ikke i klub, altid alene. Lige indtil han blev kontaktet af Parasport Danmarks cykelsportsudvalg, der inviterede ham med til en landsholdssamling i efteråret 2020, hvor han lærte en masse løbsteknik, bl.a. om vindens betydning og hvordan man cykler sammen med andre.

Foruden Emma Lund og Frederik Rohrberg Jensen har paracyklingen på det seneste fået tilgang af yderligere to ryttere med CP; Simone Kallesø Rasmussen og Martin Heggelund. God vind til alle!



Petö Metoden

- Petö hjemmetræning 0-18 år
- Intensivkurser i hele Danmark
- Individuelt program 1-2 gange pr. uge
- Fysisk træning baseret på pædagogisk tilgang
- Kognitiv træning, tale-sprog terapi, ergoterapi

Samles i Petö Metoden

Vores målrettede indsats omkring fysisk styrke og mobilitet, kognitiv udvikling og problemløsende færdigheder vil øge dit barns selvstændighed, selvtillid og selvværd!

Petö Metoden – udvikling der bygger på mere end 70 års gode resultater! ➤

www.petocph.dk Tel: 44690058 Mail: cp@petocph.dk

Facebook: [Petö Method Copenhagen](https://www.facebook.com/Petö-Method-Copenhagen)

Instagram: [petö_method_copenhagen](https://www.instagram.com/petö_method_copenhagen)

FISKEOLIENS gode egenskaber



MYELINSKEDE

Fås hos Matas, Helsam/helsekostforretninger og på apoteket

Flerumættede omega-3 fedtsyrer har mange vigtige funktioner bl.a. som byggesten i cellernes membraner. eye q er en anderledes fiskeolie med et nøje afbalanceret indhold af de flerumættede fedtsyrer EPA, DHA og GLA.

DHA bidrager til at vedligeholde en normal hjernefunktion. Den gavnlige effekt opnås ved et dagligt indtag på 250mg DHA.

Mere information på www.novasel.dk eller telefon 6323 0002

Teknologiernes tilgængelighed

I mange år har vi talt om stemmestyrede Smart Home-teknologier, og i hvor høj grad disse kunne bruges som hjælpemiddel. Men hvor langt er udviklingen kommet, og kan nutidens teknologier fungere som kompenserende redskab for mennesker med betydelige funktionsnedsættelser?

AF MICHAEL HJORT-PEDERSEN (PROJEKTLEDER OG IKT-KONSULENT), LARS TOLVERSEN (IKT-KONSULENT) OG FLEMMING CHRISTENSEN (IKT-KONSULENT).

Begrebet Smart Home-teknologi er løbende blevet bredere siden begrebet første gang blev beskrevet i 1999, og udtrykket bruges i dag i mange mere eller mindre præcise betydninger. Grundlæggende er der dog tale om teknologier, der er koblet til og kan tilgås via et netværk. Fra diverse apps kan vi nu styre rigtig mange ting, som f.eks. at betjene vores TV, styre musikanlægget, tænde for varmen i sommerhuset eller bilen, styre alarmer og overvågning, dørlåse og meget mere.

Teknologigiganterne har alle introduceret stemmestyrede tjenester, hvor brugeren kan tilgå sine Smart Home-enheder ved blot at tale til sin smartphone eller en såkaldt Smart-højttaler. Via en indbygget kunstig intelligens kan man få udført en lang række handlinger af de enheder, der er koblet til. Der er desuden muligheder for diktering samt styring af telefon eller PC med stemmekommandoer.

Ok Google, tænd mit TV!

Fordelene ved Smart Home-teknologi er mange. Leo på 15 år med cerebral parese havde opgivet at bruge sit kommunikationshjælpemiddel, fordi det føltes som en byrde i dagligdagen. Leo opdagede imidlertid, at han kunne bruge sit kommunikationshjælpemiddel til at styre Smart Home-teknologi ved hjælp af indspillede talekommandoer.

Effekten for Leo var, at han blev i stand til at kontrollere sine omgivelser mere og samtidig fik et ganske andet positivt syn på hjælpemidlets oprindelige formål, nemlig at kommunikere.

De fleste med funktionsnedsættelser fortæller, at de ønsker at bruge den samme almene teknologi som andre bruger – hvis det er muligt. Dels ud fra et ønske om ikke at skille sig ud, og dels fordi den almene teknologi er mere stabil, spiller bedre sammen med andre teknologier, opdateres hurtigere mv. Desuden er det langt nemmere at få støtte fra sit netværk til at anvende en teknologi, der er alment kendt.

Når computeren ikke forstår mig

Selv om mange Smart Home-enheder kan betjenes ved hjælp af stemmestyling, bliver det gjort i forsvindende lille omfang af den almene bruger. Det kan tyde på, at stemmestyling ikke er så nemt, som man skulle tro.

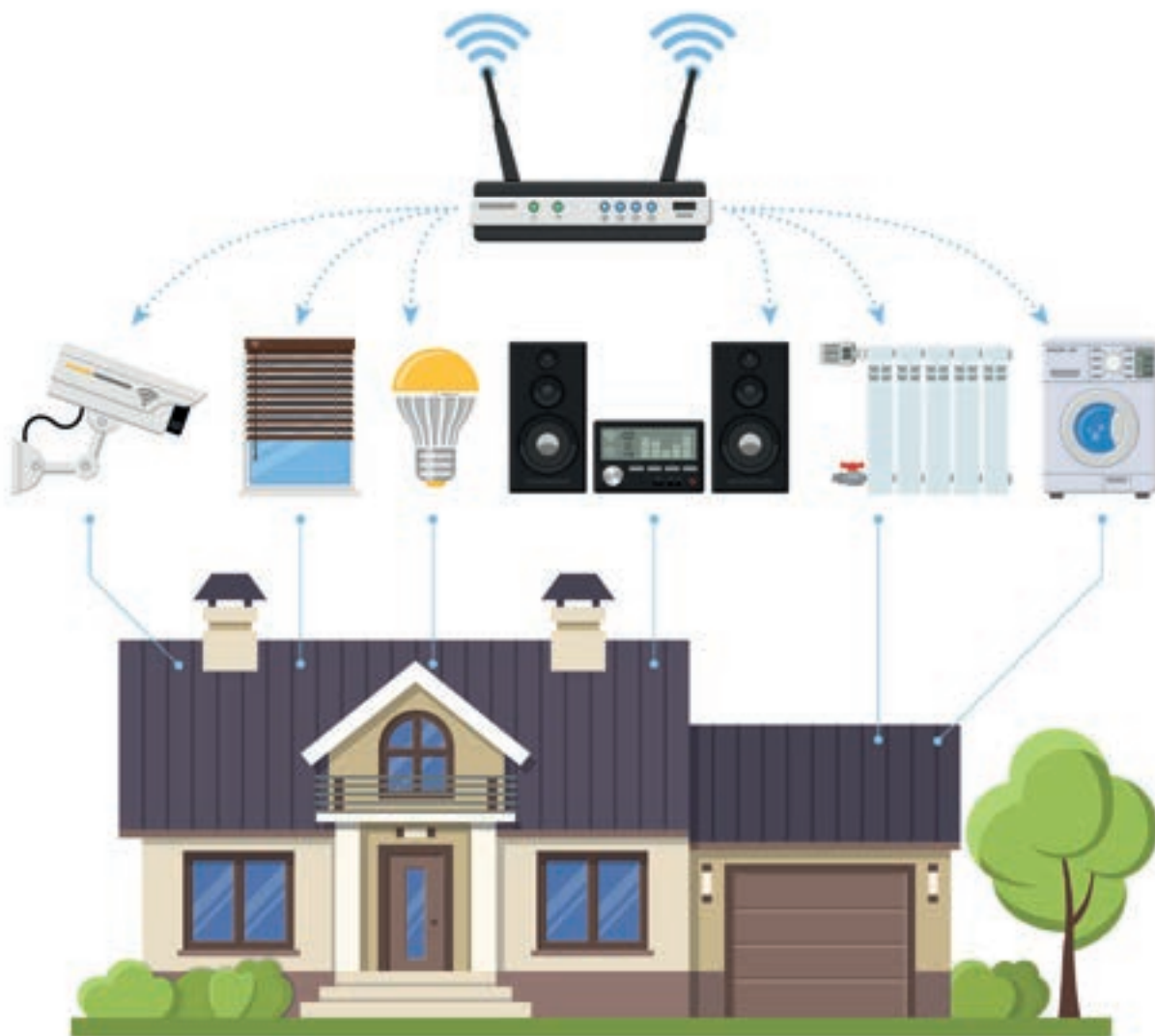
For en anden bruger, Birgit på 56 år, var den stemmestyrede teknologi brugbar til specifikke opgaver, men havde også en række udfordringer. Dels skulle hun huske mange stemmekommandoer, og dels virkede det ikke altid, f.eks. hvis udtalen var upræcis, så hun stadig var nødt til at supplere med mus og tastatur.

Erfaringen fra andre sager viser desuden, at man skal være stringent i sin artikulation og undgå pauser og fyldord, hvis man skal kunne styre udfaldet af stemmestyling. Man skal desuden være i stand til at omformulere sig og ændre på sin udtale eller talehastighed, hvis kommandoen ikke fungerer i første omgang.

Den teknologi andre bruger

Ud fra et førstehåndsindtryk synes princippet i stemmestyling nemt og umiddelbart tilgængeligt for de fleste, men i praksis møder man en række udfordringer. Det største potentiale er derfor for brugere, som er kognitivt velfungerende, kan omformulere sine ytringer, har en tydelig artikulation, samt en vis motorisk formåen til brug af backupsystemer. Talegenkendelse er derfor fortsat for det store flertal af almene brugere, for hvem motorik og kognition ikke er en udfordring.

Smart Home-teknologien er dog i princippet stadig smart, og for mange med funktionsnedsættelser er det essentielt – både af praktiske og identitetsmæssige årsager – at der er tale om netop almen teknologi. Udvikling af særlige brugervenlige tjenester, der skal spille sammen med den almene teknologi, er reelt ikke holdbart. De almene teknologier udvikler sig med en hast, der gør, at særligt tilpassede brugergrænseflader har en begrænset levetid.



SMART HOME

Det er derfor langt bedre, hvis den almene teknologi i sig selv tilbyder reelt kompenserende funktioner, som opdateres løbende og giver bred adgang til de tjenester, alle andre bruger.

Hvem har roret?

Stemmestyret Smart Home-teknologi fungerer tilsyneladende som hjælpemiddel for en mindre gruppe med funktionsnedsættelser, som er kognitivt velfungerende, og for hvem udtale ikke er en udfordring. Men vil stemmestyling på sigt også komme til at fungere for dem, der har kognitive vanskeligheder?

Måske handler det mest om, at teknologien skal favne tilstrækkelig bredt, så alle kan anvende den. Hvis ikke blot kommercielle interesser og dermed det brede segment af

forbrugere skal afgøre udviklingen, synes det relevant med en mere central styring. Hvis funktionshæmmedes adgang til systemerne skal optimeres, er det nødvendigt, at producenterne motiveres til at tænke det ind fra start.

Det foreslås derfor, at såvel relevante interesseorganisationer som offentlige myndigheder skal på banen i forhold til at sikre udviklingen af tilgængelighed for alle borgere, og ikke blot for det brede flertal.

Kort om Kommunikationscentret

Artiklens forfattere arbejder alle tre i Kommunikationscentret i Hillerød, der hjælper børn og voksne med kommunikationsvanskeligheder til forbedret kommunikation og livskvalitet. Kommunikationscentret, der ligeledes har tilbud til borgerens pårørende og netværk, beskæftiger sig med områderne hørelse, syn, tale, stammen, læsning, medfødte eller erhvervede hjerneskader, neurologiske sygdomme og udviklingsforstyrrelser. Kommunikationscentret modtager borgere fra hele Nordsjælland og de tilgrænsende kommuner og er desuden VISO-specialister, der leverer ydelser i hele landet. Læs mere på hjemmesiden: www.kc-hil.dk

Helle for fællesskab og udvikling
Efterskoleophold for sent udviklede unge

Kom og vær en del af vores fællesskab og mød nye venner.

Du møder en prøvfri skole med praktiske og kreative værksteder og hvor vi sammen har fokus på din personlige udvikling og livsglæde.

Læs meget mere om vores tilbud på:
www.efterskolenhelle.dk



helle
 for at kæde videns




Synonym for Vesthimmerland kommunes dagtilbud for voksne i specialområdet

GLOBEN Vesthimmerland

Frederik VII's Alle 15 • 9670 Løgstør
www.globenvesthimmerland.dk
 Tlf. 99 66 95 80

PH BYG & SØN

EN LILLE VIRKSOMHED MED ET STORT VIRKE!

VI TILBYDER:

- **ARBEJDE**, STORT ELLER SMÅT, I HELE LANDET.
- **ERFARING** INDENFOR UDESTUER, VINTERHAVER OG TILBYGNINGER.
- **ET SOLIDT** STYKKE ARBEJDE!

KONTAKT OS OG FÅ EN UFORPLIGTENDE SNAK
 VI ER MÅSKE DEN DU SØGER?
 29 13 42 93
KONTAKT@PHBYG-SOEN.DK



6th Sense Solution
 embedded software consulting

Kreativitet og innovation, der flytter gamle grænser og åbner op for nye muligheder

Ringgade 46
 6400 Sønderborg
 Tlf. 21 70 20 00
www.6ss.dk



**Hkc
 Transport
 ApS**

Bydamsvej 12 Sønderhå • 7752 Snedsted
www.facebook.com/Hkctransport
 Tlf. 22 19 70 40

Dansk Ejendomsinvest ApS

Krimsvej 29B

2300 København S

Tlf. 32 97 98 54

Sponsoreret



Praktisk oplæring • Personlig udvikling
 Hverdagslæring • Jobetablering

Troldkær

Koldingvej 13 • 6630 Rødding
 Tlf. 74 55 11 66 • www.troldkaer.dk

Velkommen tilbage!

Covid-19 er på hastigt tilbagetog, og det betyder, at CP Danmark atter udbyder kurser med fysisk fremmøde. Vi glæder os til at se jer igen.

AF KURSUSKONSULENT TRINE KAMP LARSEN

Det meste af sommeren er bag os, og når vi er trætte af is, strandture og feriestemning er det tid til at kigge på CP Danmarks kursustilbud, som vi ruller ud i den kommende tid.

Den svære pårørenderolle

Hvordan hjælper man bedst hinanden på tværs af generationer, når et barn med cerebral parese bliver en del af familien? Det er noget af det, der belyses på kurset 'Tre generationer': Sinne fik trillinger, hvoraf den ene har CP. Hun fik god brug for sin mors hjælp, der samtidig skulle lære at støtte Sinne på en måde, der gav mening for hende og familien.

Henning og Aase er bedsteforældre til Malte på fem år. De balancerer mellem at være ganske almindelige bedsteforældre, der også skal hjælpe deres egne børn med at få det bedst mulige familieliv med et barn med en diagnose, og samtidig fordele sol og vind lige i forhold til deres øvrige børn og børnebørn.

Den tredje oplægsholder på kurset er Olivia Dahl. Hun er sociolog og fortæller om synet på børn med handicap i familien og samfundet og deler ud af sine egne erfaringer fra et liv med CP. Kurset er primært rettet mod bedsteforældre, der søger inspiration til at håndtere at være der både for deres egne børn og samtidig være ganske almindelige bedsteforældre. Kurset afholdes den 2. oktober i Odense.

Den stressede hjerne

Hjernen er i konstant undtagelsestilstand, når den har en skade, og det kan stresse at leve en ganske almindelig hverdag med venner, skole og

arbejde, fordi man ustandseligt bruger flere kræfter på almindelige ting end andre uden en hjerne-skade.

Kurset 'Den stressede hjerne' giver en gennemgang af hjernens funktioner, forklarer hvilke dele af hjernen der påvirkes, når man har en skade, og ikke mindst, hvordan man kan kompensere, så man undgår at smelte sammen. Med den rette viden og støtte kan man tilpasse hverdagen, så man får mest muligt ud af kræfterne. Det er psykolog ved Center for Hjerneskade, Marianne Vesterager Martinus, og CP Danmarks psykolog, Klaus Christensen, der underviser. Kurset afholdes den 30. oktober i København.

Viden, viden og mere viden!

Hvad siger forskningen om magnesiumsulfat og nedsat risiko for en hjerneskade hos for tidligt fødte børn? Det fortæller læge og Ph.d. Hanne Trap Wolf om, når hun holder webinar om sin egen forskning. Hun vil i oplægget bl.a. komme ind på: Hvordan idéen, om at magnesiumsulfat kan beskytte det ufødte barns

hjerne, opstod? Hvordan og hvorfor magnesiumsulfat virker, og hvor meget det nedsætter risikoen for cerebral parese?

Hvem der får medicinen tilbudt, hvordan den gives og om der er risici forbundet ved brugen er andre områder, der vil blive belyst, inden Hanne Trap Wolf ser på fremtidsperspektiverne for forskningen – og om der overhovedet er noget, der hedder medfødte hjerneskader om 20 år? Holdes som webinar på Zoom den 26. august.



Foto: Af Lightspring/www.shutterstock.com

Vil du vide mere?

Du er altid velkommen til at kontakte kursuskonsulent Trine Kamp Larsen på tkl@cpdanmark.dk hvis du har spørgsmål. Du kan læse mere om kurserne på: www.cpdanmark.dk – hvor al tilmelding foregår. Vi følger naturligvis de officielle retningslinjer for COVID-19, og skulle kurserne mod forventning blive aflyst, får du deltagergebyret retur.

Hvor svært kan det være?

Stor ros til Esbjerg Kommune, der har formået at lave et såkaldt fastholdelsesfleksjob til en ung mand med cerebral parese.

AF FRANDS HAVALESCHKA

Henrik Hamann, 30, har i 10 år været ansat i Bilka i Esbjerg. De første par år som elev og siden som butiksassistent. Henrik, der har cerebral parese, har fra starten været ansat i en ordinær fuldtidsstilling med 20 timers personlig assistance.

For nogle år siden blev han tilknyttet et arbejdsmarkedsprojekt i CP Danmark og fik takket være projektet og mange vejledningstimer med foreningens psykolog, Klaus Christensen, skabt en bedre ramme for sin ansættelse. Ved hjælp af kompenserende strategier fik han forskellige hjælpemidler til rådighed, hvilket gjorde det muligt for ham at arbejde videre på ordinære vilkår.

Det har Henrik nu gjort i knap fem år. Men det store arbejdspress, der følger, når man bl.a. har ansvaret for

Henrik Hamann kender Bilka i Esbjerg som sin egen bukselomme. Derfor var det i alle parter interesse at fastholde ham i et fleksjob.



Lønnet praktik slår SU og handicap-tillæg af banen

De lønnede praktikperioder i pædagoguddannelsen giver Simon et underskud på 4.000 kroner om måneden.

Simon Krog Fønnesbæk er 25 år, har cerebral parese (CP) og er i gang med en pædagoguddannelse fra UCN i Aalborg. Han startede med de første moduler i september 2020 og var i foråret på en syv ugers ulønnet praktik, som blev afsluttet med en

eksamen, han bestod. Nu venter der endnu en lang periode med undervisning, inden han til december skal i seks måneders lønnet praktik.

Det er en periode, Simon frygter, for det han ser ind i er et halvt år

uden SU og handicaptillæg, hvilket betyder et hul i hans økonomi på tilsammen knap 24.000 kr. I praktikperioden må han nemlig nøjes med en elevløn på ca. 11.400 kr. om måneden, og det er små 4.000 kr. mindre end det, han får i perioden med undervisning.

Simon er kørestolsbruger og har en hel del slitage på tøj og kørestol, som han ikke føler bliver tilgodeset i et rimeligt omfang, da eksempelvis det første dæk ikke kan dækkes ind under merudgifter.

Pædagoguddannelsen består af en teoretisk del, en 7-ugers prøvepraktik og to lønnede praktikperioder på hver seks måneder. Under den teoretiske del får han SU + handicaptillæg – godt 15.000 kr. pr. måned.

frostvareafdelingen, har betydet, at arbejdet begyndte at tage overhånd med det resultat, at Henrik blev udtrættet og hver dag kom hjem fra arbejde fuldstændig udmattet.

En ny leder i hans afdeling så problemet og fik i samarbejde med Henrik sat en proces i gang med henblik på et fleksjob. På blot et halvt år havde Jobcenter Esbjerg udredt ham og bevilget ret til fleksjob 20 timer om ugen fordelt på fire arbejdsdage.

- Det har givet mig meget mere energi i hverdagen, og set i bakspejlet så skulle det nok allerede været sket for flere år siden, men jeg var stædig og holdt fast på at arbejde fuldtid, indrømmer Henrik.

Afklaret uden fyring

Det, som er det særlige med Henriks historie, er, at han er blevet afklaret til fleksjob, uden at Bilka var nødt til at fyre ham. Det vil sige, at Esbjerg Kommune har formået at flytte et ungt menneske med CP fra ordinær beskæftigelse til fleksjob uden først at få ham i et længerevarende afklaringsforløb på diverse andre ar-

bejdspladser, som lovgivningen ellers påkræver.

- Med andre ord har de formået at lave et "fastholdelsesfleksjob", og det skal de have stor ros for, fremhæver CP Danmarks psykolog, Klaus Christensen.

- I CP Danmark har vi længe undret os over, at lovgivningen er sådan indrettet, at man som medarbejder først skal afprøves på andre arbejdspladser, inden bevillingen af retten til fleksjob kan finde sted. Det er så her, at problemet især ligger gemt, idet man som arbejdsgiver ikke har tid til at vente et år eller mere på at kunne genansætte (fastholde) en dygtig kollega – dog med færre timer.

- Vi har oplevet, at mange med CP på den måde har mistet muligheden for at bevare tilknytningen til en arbejdsplads, de er glade for at være på, for i stedet at blive kastet ud i et længere afklaringsforløb på andre arbejdspladser. Men i Henriks tilfælde blev der gjort noget ekstraordinært, og det har været til gavn for alle parter, understreger Klaus Christensen.



Når han skal i lønnet praktik til december, er han stillet i udsigt kun at få elevlønnen på ca. 11.400 kr. pr. måned. I de 2 x 6 måneders praktikperioder under pædagoguddannelsen kommer han altså til at mangle små 4.000 kr. hver måned.

Simon kan ikke komme igennem med noget som helst. Han har bl.a.

kontaktet Institut for menneskeret-tigheder, og hans hjemkommune siger, at han bare kan tage et SU-lån. Det kan han ikke se logikken i.

Det er en problematik, vi er opmærksomme på i CP Danmark, og noget der også optager Det Centrale Handicapråd, der har indkaldt til en høring om emnet.



Kontakt til rådgiver-teamet

En ny sag startes altid ved en telefonhenvendelse. Du kan kontakte CP Danmarks rådgivningsteam på følgende numre og træffedage:

Socialrådgiver Mia Ibæk Touborg



Tirsdag kl. 15-18, onsdag kl. 10-12
og fredag kl. 9-10 på
telefon 38 14 88 98

Psykolog Klaus Christensen



Tirsdag kl. 15-18 og torsdag kl. 9-12
på telefon 38 88 45 95

Bisidderkoordinator Mie Juul Pedersen

Mandag kl. 10-13
Tirsdag kl. 10-13
på telefon 38 38 03 10
Mail: mjp@cpdanmark.dk
Mie holder ferie i uge 33 og 34.

Brug en F.R.I.-rådgiver



THERMOFORMNING

PLASTFORARBEJDNING

C.R. STEGLICH & CO^{A/S}

www.crsteglich.com

TLF. 56 31 35 69

SKORSTENSFEJER

Martin Blicher
Lystgårdsparken 16
8300 Odder
Tlf. 8654 6668
Mobil: 2811 4775



www.skfm.dk

Jesper GREEN
VOGNMANDSFORRETNING



Bækkeskovvej 10 • 4892 Kettinge • Tlf. 54 87 37 76



MEINCKE



bailine kan gøre en forskel

- ✓ Smerter i nakke/skulder
- ✓ Smerter i ryg/lænd
- ✓ Muskel og gigtsmerter

- uden at du belaster din krop

Start dit forløb hos os med en GRATIS prøvebehandling



Højbanetorvet 11, 2. sal | 7100 Vejle | Tlf. 7572 0022 | www.bailine.dk



ALSBOWTECH®

Behandlingen er en blid og dynamisk behandlingsform baseret på muskel- og bindevævsterapi.

Grebene udløser et vibrationsmønster der stimulerer hormon- og nervesystemet til at arbejde hen i mod kroppens egen sunde og naturlige balance.

MUSEARM • TENNISALBUE • DÅRLIGE KNÆ
RYG-, NAKKE-, SKULDERPROBLEMER • SMERTER
MUSKELSPÆNDINGER • STRESS • HOVEDPINE/MIGRÆNE

Ring for nærmere info og tidsbestilling

v/ sygeplejerske Henrik Nielsen

Damgade 73 - 6400 Sønderborg - Tlf. 26 70 07 03 - info@alsbowtech.dk

Det er muligt at booke tid online: www.alsbowtech.dk

SOT HVILEORTOSE

til hænder, som har behov for støtte af en ortose i hvile eller til udspænding for at bibeholde eller øge håndens bevægelighed.

Læs mere om SOT
på camp.dk.



CAMP®
SCANDINAVIA

Kontakt os på: info@camp.dk

Iværksætterier giver beskæftigelse til mennesker med handicap

Nyt iværksætterprojekt skal klæde unge med handicap på til at blive selvstændige. Projektet er det første af sin slags.

AF TRINE KAMP LARSEN, KURSUSKONSULENT

Alt for mange unge med handicap står uden for arbejdsmarkedet. Op til 50.000, for at være præcis. Det kan være svært at få hul igennem til en arbejdsplads, når man har særlige behov, men i stedet for at vente på der dukker noget op, skal de unge skabe deres eget arbejdsliv som iværksættere.

Det mener Signe Hartvig Daugaard, der selv har et hørehandicap og er drivkraften bag projektet, der afholder en bootcamp, der igennem et 10 uger langt forløb skal klæde unge på til at blive iværksættere. Initiativet er det første af sin slags i Danmark. Målet er, at de unge skal lære mere om egne kompetencer og få modet til at kaste sig ud i det.

Særlige vilkår giver særlig indsigt

- Det kan være udfordrende at passe ind på en almindelig arbejdsplads med almindelige rammer. Alene det

at orientere sig i en stor kantine eller koncentrere sig på et storrumskontor. Det kan give en usikkerhed, der gør, at man trives eller leverer dårligere. Som selvstændig former du rammerne efter dig selv og kan bruge krudtet på præcis det, du er god til, forklarer Signe Hartvig Daugaard, der til daglig driver sin egen medievirksomhed, Great Minority.

- Mange unge med handicap har nogle særlige evner. De kan være gode til fordybelse, ser verden lidt skævt, er kreative og gode til at finde en løsning, der passer dem og spotter andres behov. Det er nogle af de ting, vi vil sætte i spil med bootcampen, fremhæver hun.

Desuden er der god økonomi i at få flere mennesker med handicap i beskæftigelse. Både for de unge og for samfundet. Og så giver det livsglæde og selvtillid er være selvforsørgende.

Idéudvikling, personlig udvikling og iværksætterplan

Til efteråret går det løs med en række workshops, der blandt andet skal give de unge viden om, hvordan man kan vende sit handicap til en fordel gennem produktudvikling og branding, gode råd fra en PR-ekspert, hvordan man bruger sociale medier i sin markedsføring og udarbejdelse af en personlig iværksætterplan.

Efter de 10 uger håber Signe Hartvig Daugaard, at de unge er klar til at kaste sig ud i iværksætterlivet og skabe deres egen virksomhed eller som et minimum har fået mod på at tage kampen op for at få et godt arbejdsliv.

Signe Hartvig Daugaard har oplevet udfordringerne på egen krop. Nu vil hun hjælpe andre i gang med et godt arbejdsliv. Foto: Martin Bubandt.

Læs mere om bootcampen:

Alle unge mellem 18-30 år med et handicap kan komme i betragtning til bootcampen. Det koster 500 kroner at deltage, og der er både fysiske og digitale indlæg. På bootcampen kan man blandt andet møde Mia Wagner, direktør for Nordic Female Founders, og Palle Riismøller, direktør for Connect Danmark. Dansk Handicap Forbund er projektejer af bootcampen i samarbejde med medievirksomheden Great Minority samt videnscentret og handlingslaboratoriet Enactlab S/I. Projektet er støttet og finansieret af Tuborgfondet. Læs mere på hjemmesiden: www.ivbootcamp.dk





Søndergade 1 • 9700 Brønderslev
info@bolig-pm.dk • www.bolig-pm.dk
Telefon: 98 82 12 34

Onsdag og Fredag er kontoret lukket for henvendelser

Tuluna

Tøj til dig med særlige behov

Ud i livet med handicap

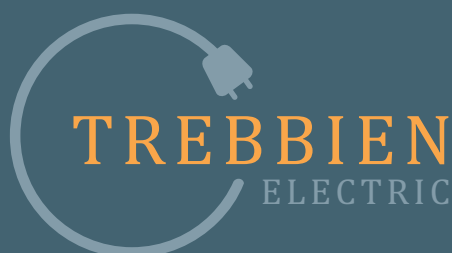
Gør hverdagen lettere

Af & på - UDEN forflytninger



Skal vi også hjælpe dig?

Tlf.: 66 17 70 16
www.tuluna-design.dk



43 43 41 14
info@t-el-dk | www.t-el-dk

ARKITEKT- & BYGGEFIRMA



ARKITEKTER M.A.A.

Marselis Boulevard 43 • 8000 Aarhus C
Tlf. 86 76 00 75 • Fax 86 76 37 75

NYHED

Nu kan du betale
med OK's app,
når du tanker



Download OK's app
eller SMS "App" til 1912



Med OK's nye betalingsapp kan du klare betalingen af benzin, diesel og gas på din mobiltelefon. For at bruge app'en skal du have et OK Benzin kort eller OK Eftersynskort, og du kan selvfølgelig stadig styre tankstationen.

OK

Loftisolering

Hulmure, etageadskillelser
og skunke.

Få isoleret NU - det tjener
sig hjem fra to til fire år.

Autoriseret
ROCKWOOL
indblæsningsfirma



Isoleringsfirmaet
ACTIV
Tlf.: 54 91 01 90

Snedkervej 8, 2630 Taastrup



Fremstilling • Blæs & Mal
Montage • Reparation

JSK CONTAINER

Swalehøjvej 20 • 3650 Ølstykke
www.jskcontainer.com
Tlf. 4710 1402

Inspecta EN 1090 Certificeret

REMA 1000
Meget mere discount!

Danmarks
største udvalg
af dagligvarer til
discountpriser



Nyt fra ungdomsformandens pen...

Jeg håber, at alle foreningens ungdomsmedlemmer har hygget sig i sommerferien. I bestyrelsen glæder vi os til for alvor at lægge coronaen bag os og tage fat på en række arrangementer. Konkret er det planen, at vi sender spørgeskemaer ud til CP Ungs medlemmer. Vi håber, at rigtig mange vil melde tilbage og tilkendegive deres ønsker. Det har vi behov for, så vi rammer noget, folk gerne vil have, kan hygge sig med – og måske også blive klogere på. Idéer er i øvrigt altid mere end velkommen.

Vi har allerede nu et par aktiviteter i støbeskeen. Blandt andet vil vi afholde vores ølsmagning, og så går vi med planer om at holde madlavningskurser og etablere madklubber forskellige steder i landet.



Kom med på Instagram

Har du en god idé til CP Ungs Instagramprofil, eller vil du gerne poste noget om dig selv, f.eks. dine ferieoplevelser, fritidsinteresser, uddannelse, job eller andet, så kontakt Nynne eller Bertram fra CP Ung.

Endelig har vi i CP Ung fået ny Instagram-ansvarlig. Det er bestyrelsesmedlemmerne Nynne og Bertram, som har overtaget. De har valgt at dele opgaven og er nu i fuld gang med at tænke tanker og få skabt idéer, som kan skabe mere aktivitet på profilen. Den har ligget lidt stille i foråret, men der kommer mere gang i den til efteråret, det tør jeg godt love.

Frederik Walter Olsen





DUPLEX

- Oplukning
- Omlægning af låse
- Montering og reparation af låse

- Ruko låse-systemer
- Medeco låse-systemer
- Dørpumper
- Gitre
- Pengeskabe
- Adgangs-kontrol



LÅSESERVICE DØGNET RUNDT



Duplex Låse ApS • Damgårdvej 63 • 2990 Nivå • Tel. 70 102 204 • www.duplex-sikring.dk

**MALERFIRMAET
TIPSMARK
&
KILDAHL**

Malerfirmaet
Tipsmark & Kildahl
Revelhøjvej 26
8200 Aarhus N

Tlf. 40 16 09 80
Tipsmarkogkildahl.dk

Way of painting

Autoriseret El-installatør

Kasper Nielsen

TEKNIQ
INSTALLATIONSBRANCHEN

Bistrupvej 8 • 4700 Næstved

Tlf. 21 49 59 55

www.kn-el.dk



Skovbo


Døgn- og aflastningstilbud
for børn og unge med betydelig og varig nedsat
funktionsevne, herunder børn og unge med
autisme og beslægtede udviklingsforstyrrelser.

Ole Rømers Alle 40, Skovby, 8464 Galten

Tlf. 87 94 83 50

<http://www.skovbo-doeagn-og-aflastningstilbud.dk/>

Fantastisk venskabsweekend i Grenå

TEKST: ANNE KORSGAARD KJELDAHL – FOTO: JAN KEJSER

Den sidste weekend af juni mødtes CP Cool Kids til venskabsweekend i Dronningens Ferieby i Grenå. Vejret var godt, og humøret højt, da de 10 børnefamilier mødtes for at tilbringe en weekend i skønne omgivelser, hvor netværk og venskaber for både børn og voksne er i centrum.

Lørdag var action-packed. Just som de voksne stod og nød kaffen i morgensolen, og ungerne hjulede rundt på deres køretøjer, kom en hel karavane af lastbiler kørende. Det var sammenslutningen "Lastbiler for Børn". De kastede anker på parke-

ringspladsen, og så lukkede de store mænd ellers deres lastbiler op for børnene.

Alle fik lov at sidde bag rattet og prøve hornet, der blev sparket til meget store dæk, og især nogle af børnene var i den 7. himmel – også nogle af de "børn", der har rundet de 40 syntes, det var en fed oplevelse at sidde bag rattet i en rigtig truck. Da nyhedens interesse begyndte at dæmpes, kom så brandvæsnet med to stigevogne, og igen var der plads til at se, røre, prøve og snakke. Brandmænd og truckere delte ud af deres viden og deres vogne, og glæden var stor.

En sommerweekend ved Grenå kalder jo på en tur til stranden, og da der i Grenå er kørestolsadgang helt ned til vandet, kunne alle få dyppet tæerne. Der blev badet, sprøjtet med vand, ja vi lærte sågar, at en kørestol ikke behøver være en forhindring for en tur på en SUP – er man kreativ nok, kan mange begrænsninger overvindes.

Denne venskabsweekend blev for-eviget af professionel fotograf Jan Kejser, der havde doneret en dag til at få taget de lækreste billeder af



vores skønne børn. Ikke færre end 700 billeder tog han – så vi har nok at vælge imellem.

Som alle andre skulle vi selvfølgelig også se EM-fodbold, og vi fik fornøjelsen af at se Danmarks 4-0 sejr over Wales på storskærm. Her blev skabt adskillige nye fodboldfans blandt turens børn. Weekend blev rundet af om søndagen i den lille hyggelige Munkholm Zoo, hvor man kommer helt tæt på dyrene, og hvor alle kan være med





Om CP Cool Kids:

CP Cool Kids er en frivillig forening, der arbejder for at skabe netværk for børnefamilier med CP. Hovedaktiviteten er venskabsweekenderne, hvor 10-12 familier mødes et par gange om året og tilbringer en weekend sammen på et feriecenter. Fokus er på leg, glæde, venskaber og relationer og giver pressede familier et åndehul. En weekend, hvor de kan føle sig helt normale.

For CP-børn er det ofte en udfordring at danne venskaber – hvad enten, det er fysikken, sproget eller andre færdigheder, der kan spænde ben, så er det bare ofte svært, og de børn oplever en stor glæde ved at se andre, de kan spejle sig i.

På samme måde har både søskendebørn, forældre og endda bedsteforældre også stort behov for at møde andre, der forstår deres unikke situation og udfordringer. På venskabsweekend forstår alle, hvad det vil sige at leve i en familie med handicap.

Vil du med på venskabsweekend?

Så åbner CP Cool Kids netop nu op for en ny venskabsgruppe. Første tur går til Dronningens Ferieby i Grenå den 8.-10. oktober 2021. Du kan læse mere på www.cp-coolkids.dk - her kan du også skrive dig op, hvis du gerne vil være med i en venskabsgruppe. Der forventes en deltagerbetaling på ca. 2000 kr. per familie inkl. kost og logi. Den nye venskabsweekend skal over tid blive selvkørende, men vil blive hjulpet godt i gang.

Venskabsweekenderne finansieres ca. 75 procent gennem sponsorater, resten gennem egenbetaling, og man skal altså være forberedt på selv at bidrage økonomisk. Indtil nu har vi kunnet holde egenbetalingen på et niveau, hvor de fleste familier kan være med, og det håber vi at kunne blive ved med.



Svært ved at betjene pc, tablet eller mobil?

Har du motoriske vanskeligheder,
der gør det svært at betjene
computer, tablet eller mobil?

Vi finder en løsning på
Kommunikationscentret
Region Hovedstaden

Læs mere på www.komcentret.dk
eller kontakt os på 45 11 46 00.



Kommunikationscentret

Murer Skovgaard

Alt i murerarbejde

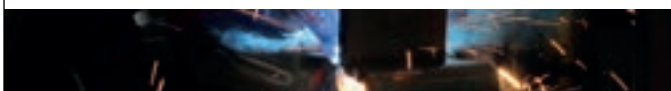
Ørbækvej 832 - 5863 Rolfsted
Tlf: 31 20 19 10 • mail@murerskovgaard.dk
www.murerskovgaard.dk

Herfølge Kleinsmedie

www.hekl.dk

-en verden i stål...

Solvangsvej 11 • 4681 Herfølge • Tlf.: 56 27 41 30 • E-mail: info@hekl.dk



Din Madpartner

Mad med personlighed



Se mere på
www.dinmadpartner.dk
og bestil på telefon 33 76 60 00 eller info@dinmadpartner.dk
Frederiksborg 4051, 1060 København



Søbakken 12
7500 Holstebro
Tlf. 24 20 15 02
www.kreatur-handler.dk



Danske Fragtmænd

Viggo Petersens Eftf. A/S

Letland Alle 3 • 2630 Tåstrup • Tlf. 43 99 05 10

Skovlunde
REMA 1000

Skovlunde Byvej 29 • 2740 Skovlunde
Tlf. 44 24 01 21

REMA 1000

Sophienborg Allé 3 • 3400 Hillerød
Tlf. 48 26 22 51

REMA 1000

Godthåbsvej 225 • 2720 Vanløse
Tlf. 88 52 69 91



CLEAN™
DE LUXE

Elkjær er på banen...NO WORRIES™

www.cleandeluxe.dk

24 67 17 77

Karna røg i baljen...

Højt humør og god stemning til Sælungernes sæsonafslutning i Esbjerg.

AF FRANDS HAVALESCHKA

Efter en noget blandet svømmesæson, hvor corona har påvirket aktiviteterne, sluttede Sælungerne sæsonen i juni med sidste svømmedag og en fest i EFG-hallen. Det var samtidig afslutningen på 43 års tilknytning til CP Danmark, da det er aftalt, at Esbjerg Handicap Idræt (EHI) efter sommerferien overtager aktiviteterne.

Hvad der startede den 6. januar 1978 på Præstegårdsskolen under navnet Børneoptræningsklubben, primært for børn med cerebral parese, har siden udviklet sig til en stor svømmeklub med mange handicapgrupper repræsenteret. I alle årene med Karna Gregersen i spidsen som en ukuelig leder. Og hun er her endnu – og fortsætter.

Selv om hun i mange år har kastet sin kærlighed i arbejdet, forhindrede det ikke svømmerne i at kaste hende i vandet med tøj på. Det havde hun allerede spottet ville ske, da hun så, hvilke svømmere der dukkede op til afslutningen den 16. juni.

Karna var derfor helt forberedt på en vandtur, da svømmeren Peter og livredderen Carsten kort før saftevandspausen hankede kærligt, men dog med fast hånd, op i Karna, der røg en tur i bassinet. Præcist som hun har prøvet det så mange gange før, når sæsonen slutter.

Til beroligelse for alle kom Karna op igen med stort smil på læben, klar til at servere pølsehorn, saftvand og kaffe til

de knap 25 svømmere, ledere og forældre, der var med til at lukke sæsonen.

Fra CP Danmark var redaktøren sendt i byen med en stor hilsen og en gave til Karna fra foreningens hovedbestyrelse og sekretariat. Det blev til gode snakke over en kop kaffe ved bassinkanten med ledere, svømmere og forældre.

Men heldigvis fortsætter Sælungerne, når den nye sæson starter igen den 1. september, hvor EHI overtager svømmeaktiviteten. Den lokale tilgang, som EHI står for, giver nogle klare fordele for svømmerne, der kan deltage i flere idrætsaktiviteter for samme kontingent. Også klubben får fordel af flere lokale tilskudsmuligheder til stævner og transport.

Sammen med Karna følger flere af klubbens instruktører med over i EHI. Selv om det er lidt vemodigt, er hun dog fuld af fortrøstning og glæder sig til det nye samarbejde.

*Peter og Carsten
havde godt fat i
Karna, der
kendte vejen...*



Redaktør Frands Havaleschka havde en stor hilsen og en afskedsgave med til Karna fra CP Danmarks hovedbestyrelse.

Jeg er da normal

– ny bog af Kresten Møller Pedersen

Kresten Møller Pedersen er 26 år, uddannet kontorassistent og arbejder i Toldstyrelsen. Han lever umiddelbart et liv som mange andre, men det lå ikke nødvendigvis i kortene, at det skulle blive sådan. Kresten har cerebral parese, og barndommen med rollator og tiden på specialskole gjorde, at Kresten ville kæmpe for at opnå et normalt liv. Og det har han valgt at skrive en bog om.

- Jeg fik idéen til bogen for et par år siden, hvor jeg fik kontakt til en støttepædagog fra dengang, jeg gik på specialskole. Jeg besøgte skolen, og da de hørte min historie om, at jeg var skiftet til almindelig skole og senere havde fået egen lejlighed, kørekort m.m. synes de, det var en solstrålehistorie, som jeg burde holde foredrag om og inspirere andre, fortæller Kresten Møller Pedersen, der altså i stedet besluttede at skrive en bog om sine erfaringer.

Han begyndte bare at skrive og tænkte, at det ville være fedt, hvis den kunne blive udgivet, men det var ikke af-

gørende, for Kresten fik noget personligt ud af skriveprocessen, der senere blev udvidet med professionel hjælp.

Bogen er henvendt til mennesker med handicap, men også til pårørende og fagpersoner.

- Jeg håber, at andre mennesker med handicap vil få det ud af bogen, at de ikke skal lade sig begrænse, og at de skal forfølge deres drømme – hvis de er realistiske. Bogen er også en øjenåbner om, at handicappede har behov som andre, de har bare brug for mere hjælp, siger Kresten, der selv manglede sådan en bog at spejle sig i, da han var teenager.

Den nyslåede forfatter har kun fået positiv respons på bogen, der åbner op for meget personlige emner som seksualliv og depression – emner han gerne vil holde foredrag om med udgangspunkt i egne erfaringer.



Zebra på rejse

Benjamin har en lillesøster, der hedder Victoria Hope. Efter en voldsom fødsel, der trak ud og siden har givet Victoria Hope mange helbreds-mæssige udfordringer, har hun været familiens omdrejningspunkt. Og genstand for megen glæde og store bekymringer.

Nogle af dem beskriver 14-årige Benjamin i sin nye bog 'Zebra på rejse'. Og hvorfor så lige den titel? Jo, da Victoria var mindre – i dag er hun 8 år – kunne hun ikke rigtig udtale sin diagnose, selv om hun gerne ville. Så cerebral parese blev i hendes mund til Zebra på rejse.

'Zebra på rejse' er skrevet af Benjamin B. Mathiesen og udgivet på forlaget HOPE. Bogen er på 60 sider, og flot farveillustreret af kunstneren Titika Fahlén. Vejledende pris 179 kr. ISBN: 978-87-972009-2-6. En del af overskuddet fra bogen har Benjamin valgt skal gå til de danske hospitalsklovne, da han synes, de altid har gjort en forskel ved de svære indlæggelser.



'Jeg er da normal - Et godt liv som spastiker' af Kresten Møller Pedersen. Udgivet via forlaget Books on Demand. 156 sider. Vejledende udsalgspris 179 kr. (e-bog 69 kr.). ISBN: 978-87-430310-9-3.

Og det er den rejse med Victoria Hope, bogen handler om. Om en lillesøster, der slet ikke er som alle de andre. Selv om Benjamin kun er 14 år, viser indholdet, at han virkelig har tænkt over mange ting, som familien aldrig havde forestillet sig, at en 14-årig skulle tænke på.

- Men samtidig er det nok også det stof, der har været med til at gøre ham til en stærk og selvstændig person med holdninger og helt sin egen, der reflekterer over mange ting, fortæller Gitte Bjerregaard Mathiesen, der er den stolte mor til den debuterende forfatter, og som gav ham inspiration til udgivelsen ved sidste år selv at udgive bogen 'Mit unikke barn med knækket vinge'.

Benjamin har sin helt egen leveregel... E.S.I.D.B. - "Eventyret starter i din baghave". Det er et motto, der lyser ud af bogen. At han samtidig er virkelig dygtig på sin guitar og tit spiller for Victoria Hope, der synger og danser til, er blot bonusinfo. Han passer på hende med næb og klør og har et sted skrevet i sin bog, at hvis hun som voksen er et sted, der ikke er godt nok til hende, så kommer han og bortfører hende. Det er da en storebror, man kun kan have respekt for.



Brobjergvej 4 • Abbetved
4060 Kirke Såby • www.fhgrab.dk





Hold øje med hjemmesiden

I CP Danmark gør vi alt, hvad vi kan for at opretholde et aktivt foreningsliv. Hold dig derfor opdateret på foreningens hjemmeside: www.cpdanmark.dk/aktiviteter – hvor vi løbende præsenterer aktiviteterne, såvel centralt som lokalt.

CP DANMARK STORKØBENHAVN

Formand Mansoor Siddiqi
Mail: msi@parasport.dk

TA' MED TIL ROCK MUSEET RAGNAROCK I ROSKILDE

Kan du lide musik? Har du lyst til at høre historien om Roskildefestivalen og lyst til dejligt samvær med andre, der også er interesseret i musik, og vil du med på en medrivende rejse gennem musikkens og ungdomskulturens historie og udvikling fra 1950'erne og frem til i dag? Så tag med når vi arrangerer to ture til Ragnarock i Roskilde. Begge dage med samme program.

Tid: Søndag den 3. oktober og lørdag den 9. oktober kl. 10.

Sted: Ragnarock, Rabalderstræde 16, 4000 Roskilde.

Program: Kl. 10-11.30 spiser vi brunch, kl. 11.30 er der rundvisning i særudstillingen om Roskildefestivalen, herefter er der mulighed for at udforske museet på egen hånd.

Pris: 50 kr. pr. deltager. Prisen inkluderer indgang, brunch og rundvisning. Din ledsager er gratis. Har du ledsager med, så medbring ledsagerkort, da ledsagere kommer gratis ind på museet. Ledsagere kan spise med gratis.

Tilmelding: På mail til birtehagelund@mail.dk - hurtigst muligt og senest 20. september. Skriv hvilken dato du ønsker at deltage.

Betaling: Når du er tilmeldt får du en bekræftelse og anvist hvordan deltagerbeløbet skal indbetales. Når du

har betalt får du ikke pengene tilbage ved framelding.

Info: Ved spørgsmål skriv en mail eller ring til Birte på telefon 61 71 43 04. Arrangementet er støttet af Elsass Fonden.

Birte Hagelund

CP DANMARK NORDSJÆLLAND

Formand Lisbeth Østergaard
Mail: lisbeth.oestergaard@hotmail.dk

CP DANMARK ROSKILDE

Formand Bente Lis Clausen
Mail: bentelis@tunenet.dk

BESØG PÅ DANMARKS TEKNISKE MUSEUM I HELSINGØR

Vi får en guidet rundvisning fra kl. 10.30 til 11.30, så kom i god tid, så vi er klar kl. 10.30. Kl. 12 spiser vi alle frokost i et lejet lokale.

Tid: Søndag den 26. september kl. 10.30.

Sted: Fabrikvej 25, 3000 Helsingør.

Pris: 100 kr. i egenbetaling, én ledsager er gratis.

Tilmelding: Til Bente Lis på mail: bentelis@tunenet.dk - senest den 21. september.

Info: Vigtig information fra museet: Hvis der er koldt udenfor, gælder dette også i museet, så husk varmt tøj.

BOWLING I ROSKILDE

Årets første bowlingtur starter i Roskilde Bowling Center den 10. oktober kl. 12, hvor vi bowler en time, hvorefter vi går over på Ros Torv og spiser frokost på restaurant La Rustica kl. 13.30.

Tid: Søndag den 10. oktober kl. 11.45.

Sted: Ros Have 16, 4000 Roskilde.

Pris: 100 kr. i egenbetaling, én ledsager er gratis.

Tilmelding: Til Bente Lis på mail: bentelis@tunenet.dk - senest den 3. oktober.

SIDSTE BOWLINGTUR I ÅR

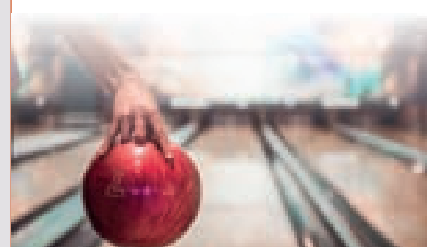
Årets sidste bowlingtur starter i Roskilde Bowling Center kl. 12, hvor vi bowler en time, hvorefter vi går over på Ros Torv og spiser frokost på restaurant La Rustica kl. 13.30.

Tid: Søndag den 28. november kl. 11.45.

Sted: Ros Have 16, 4000 Roskilde.

Pris: 100 kr. i egenbetaling, én ledsager er gratis.

Tilmelding: Til Bente Lis på mail: bentelis@tunenet.dk - senest den 21. november.



CP DANMARK NORDVESTSJÆLLAND

Formand Solveig Krogh Christiansen
Mail: familien.christiansen@privat.dk

PORTVINSSMAGNING

CP Danmark Nordvestsjælland inviterer til fredagshygge med portvinssmagning og lækker Tapas. Er du interesseret i portvin, nyder du portvin eller er du godt gammeldags nysgerrig og tænker portvinssmagning? - det er da lige mig!

Pris: 50 kr. pr. person.

Tid: Fredag den 17. september kl. 18-21.

Sted: Vig Forsamlingshus Ravnsbjergvej 1, 4560 Vig.

Tilmelding: Senest 3. september til Lillian Starklint, mail: l.starklint@gmail.com eller Marlene Berggren, mail: berggren@outlook.dk

FOREDRAG MED LONE HERTZ

Lone Hertz, skuespiller, foredragsholder og forfatter m.m., besøger os og fortæller om sit eget liv, den handicappede families liv, og om det livsvigtige HÅB. En opløftende, oplysende og inspirerende aften i godt selskab.

Tid: Søndag den 3. oktober kl. 15-19.

Sted: Fjordstjernen, Isefjords Allé 27, 4300 Holbæk.

Pris: Gratis

Tilmelding: Til Marianne Kristensen, mail: mariannesoennergaaardkristensen@gmail.com eller til Heidi Charlotte Hansen: heh@aarleff.com - pladserne fordeles efter først til mølle - sidste frist for tilmelding er den 26/9.

Info: Selve foredraget varer ca. fem kvarter med efterfølgende debat.



Til oktober får kredsen
besøg af Lone Hertz.
Foto: Pia Burmølle Hansen.

FRAME RUNNING

Klubben i Holbæk løber hver onsdag på stadion i Sportsbyen, Sports Allé 1, 4300 Holbæk. Frame Running kan dyrkes af stort set alle, ung som gammel, stor som lille. De fleste, uanset graden af CP, vil kunne have glæde af at dyrke sporten. Ring og få en snak.

Tid: Hver onsdag kl. 18-19 helt frem til efterårsferien.

Sted: Sportsbyen, Sports Allé 1, 4300 Holbæk.

Tilmelding: Ring til Ole på telefon 20 29 33 73 eller send ham en mail: berggren@outlook.dk og få en snak om muligheden for at prøve om det er noget for dig.

CP DANMARK STORSTRØM

Formand Mette Rasmussen

Mail: met.rasmussen@outlook.dk



Vandhalla er den eneste svømmehal med vanddriftsbane, hvor alle kan deltage – også kørestolsbrugere.

INVITATION TIL VANDHALLA

Vi inviterer den 5.-7. november til hyggeweekend i Vandhalla, der ligger ved Egmont Højskolen. Mulighed for ankomst fredag fra kl. 15. Vi samles til aftensmad på Egmont Højskolen og herefter til hygge. Lørdag eftermiddag, søndag formiddag og eftermiddag vil der være mulighed for at benytte Vandhallas varmtvandsbassin, vanddriftsbane eller tage en tur rundt i det smukke område. Vi bor i Hou Søsportscenters tilgængelige hytter, der bl.a. er indrettet med to elevationssenge, loftlift, 2 badeværelser og sovepladser til 6-8 personer. Fuld forplejning under hele arrangementet.

Tid: Fredag den 5. til søndag den 7. november.

Sted: Hou Søsportscenter, Hou.

Pris/tilmelding: Kontakt kredsformand Mette Rasmussen.

Info: Se Vandhallas hjemmeside: www.vandhalla.dk

Daniel Bente og Marianne V. Hansen

CP DANMARK BORNHOLM

Formand Karen Nisbeth
Mail: karen@nisbeth.dk

VI MINDER OM

Husk, vi fejrer kredsens 30 års fødselsdag med familietur i Brændesgårdshaven lørdag den 21. august. Alle har fået invitation pr. brev eller mail. Kontakt Karen for at høre, om det er muligt at komme med ved en sidste-øjebliks-tilmelding.



FRA GENERALFORSAMLINGEN

Vi fik afholdt en corona-forsinket generalforsamling den 17. juni. Bestyrelsen kører foreløbigt videre for at se, om der skulle komme liv i kredsen igen og om det kan lykkes at finde nye bestyrelsesmedlemmer. Vi fik nyvalgt en suppleant. Desuden besluttede vi at afholde et arrangement i anledning af kredsens 30 års fødselsdag, der var den 19. januar 2020.

CP DANMARK FYN

Formand Mads Witt Demant
Mail: cpdkfyn@gmail.com



FAMILIEWEEKEND

Det er gået helt fantastisk med tilmeldingerne til vores familieweekend 10.-12. september i Dronningens Ferieby. Har du og familien ikke tilmeldt dig endnu, så skynd dig at gøre det til Linda, så vil vi gøre alt hvad vi kan for at få et feriehus til jer. Praktisk info og program udsendes til deltagerne i slutningen af august.



DEJLIG DAG PÅ EGESKOV SLOT

Vi håber alle har haft en god sommerferie og har det godt. Og 1000 tak for sidst - og en dejlig dag på Egeskov Slot den 12. juni, hvor 80 deltagere havde en super dag og hvor var det skønt at høre snakken, grinene og se alle de glade medlemmer. Husk at følge os på Facebook Cerebral Parese/ CP Danmark Fyn.

BOWLING OG BRUNCH

Søndag den 7. november mødes vi kl. 10.30 og spiller en times bowling kl. 11.-12, hvorefter vi spiser brunch og snakker, og barnlige sjæle kan lege i legelandet. Alle kan være med, og hvis ikke du har lyst til at bowle, er du altid velkommen til at komme og spise brunch med os. Det er nogle fantastiske timer og det er for alle aldre. Kom frisk og glad.

Tid: Søndag den 7. november kl. 10.30.

Sted: Bowl'n Fun & The Grill Odense, Grønløkken 3, 5000 Odense C.

Pris: Bowling og brunch incl. kaffe/te/kakao betales af foreningen, andet er for egen regning.

Tilmelding: Senest 29. oktober til Linda: cirkusjensen@gmail.com eller tlf. 29 82 11 25.

Info: Ved tilmelding oplys venligst navne på deltagere, alder på børn, evt. kørestol, spiller med bander, rampe, andre hjælpemidler, bowler IKKE.

CP DANMARK SØNDERJYLLAND

Formand Tobias Jørgensen
Mail: 2bias1997@gmail.com

CP DANMARK SYDVESTJYLLAND

Formand Jan Grønbaek Sørensen
Mail: j-gronbaek@mail.tele.dk

KOM MED TIL HAVEFEST!

Der er et liv efter corona – og det skal vi ha' gang i nu. Derfor inviterer vi lørdag den 4. september til en festlig eftermiddag i Kvaglundparkens have med gratis pølser fra en pølsevogn samt sodavand, kaffe med kage. Kom og vær med. Af hensyn til drikkevarer og pølser er tilmelding nødvendig. På dagen vil vores nystartede Frame Runner-hold komme og vise hvad de kan. Derudover vil kredsformanden hygge om børn og andre 'barnlige sjæle' med ballonfigurer og trylleri, ligesom vores repræsentant i handicaprådet, Connie Kristensen, står til rådighed og besvarer spørgsmål af social karakter.

Tid: Lørdag den 4. september kl. 13-17.

Sted: Kvaglundparken 1 (ved bålhytten), Esbjerg

Tilmelding: Senest 28. august til kredsformanden på e-mail: j-gronbaek@mail.tele.dk - eller telefon 20 27 66 01.

Info: I CP Danmark følger vi myndighedernes anbefalinger.

CP DANMARK SYDØSTJYLLAND

Formand Jens Peder Roed
Mail: jproed@stofanet.dk

EFTERÅRETS AKTIVITETER

I kredsen afholder vi følgende aktiviteter i efteråret: Søndag den 19. september: Udflugt til Legoland. Tirsdag den 12. oktober: Møde med vores socialrådgiver Mia Ibæk Touborg. Lørdag den 6. november: Julebanko. Der udsendes indbydelse til alle kreds-medlemmer.

CP DANMARK VESTJYLLAND

Formand Bent Ole Nielsen
Mail: bon@privat.dk

TUR TIL JYLLANDS PARK ZOO

Vi inviterer til Jyllands Park Zoo, hvor vi lørdag den 28. august nyder en god dag sammen med familien og medlemmer af CP Danmark Vestjylland. Billetter udleveres ved indgangen kl. 10-12 og kl. 12.30 griller vi sammen.

Tid: Lørdag den 28. august kl. 10.

Sted: Jyllands Park Zoo, Haunstrupvej 13, 6920 Videbæk.

Pris: Gratis.

Hurtig tilmelding: Senest 21. august



SÆLUNGERENES AFSKEDSFEST

Det var ikke uden vemod at Sælungerne i Esbjerg den 26. juni holdt afskedsfest som afslutning på svømmeklubbens engagement i CP Danmark. Der var lagt op til en storstilet dag med demonstration og mulighed for afprøvning af Frame Running cykler, leg og hygge, men stor var alligevel overraskelsen da selveste julemanden ankom i en gammel Ford T og delte gaver ud, som compensation for at coronaen havde forhindret ham i at nå standsmæssig frem til jul. Senere på eftermiddagen var der også tid til en svingom, og meget passende sluttede dagen med 'julemiddag' bestående af flæskkesteg med sprød sværd.

til Bent Ole på telefon 97 14 24 83 / 21 29 48 44 efter kl. 16 eller gerne på mail: bon@privat.dk med oplysning om, hvor mange der kommer.

Bestyrelsen

TO VALGMØDER I HERNING

Tid: Tirsdag den 21. september kl. 19-22.00.

Sted: Alhuset, Kastanie Alle 27, 6933 Kibæk.

Der bliver inviteret politikere fra alle partier, der indleder med et kort oplæg om deres bud på Handicap-politik. Der bliver inden mødet givet politikerne nogle dilemmaer, som vi ønsker deres svar på. Kom og stil dit spørgsmål til politikerne. Der serveres kaffe og kage.

Info: Mødet arrangeres sammen med DH Herning, Danske Handicaporganisationer, som er en sammenslutning af 35 Handicaporganisationer.

Tid: Fredag den 24. september kl. 9-12.

Sted: Bytoften 73, Herning.

Der bliver inviteret politikere fra alle partier, der indleder med et kort oplæg om deres bud på Handicappolitik. Der sættes her fokus på forholdene på bosteder, beskyttet beskæftigelse, flexjob. Kom og deltag i debatten og stil dit spørgsmål direkte til en politiker. Der serveres en forfriskning.

Info: Mødet arrangeres i samarbejde med Brugerrådet på Bytoften. Mere information følger i dagspressen, på Facebook og mail til medlemmer i Herning kommune.

På gensyn bestyrelsen

FÆLLESTUR TIL NATURKRAFT

CP Danmark Midtjylland og Vestjylland inviterer til spændende fælles oplevelser om og i naturen lørdag den 2. oktober i oplevelsesparken Naturkraft. Med afsæt i Vestjyllands natur er det Naturkrafts vision at skabe fascination af naturens kræfter og inspirere til mere bæredygtig udvikling.

Tid: Lørdag den 2. oktober - ankomst mellem kl. 10 og 11.

Sted: Naturkraft, Naturparken 10, 6950 Ringkøbing.

Pris: Gratis for medlemmer og personlige hjælpere.

Tilmelding: Senest 24. september til Jørgen Knudsen, jk@asgaardonline.dk, telefon 51 15 20 61 eller Bent Ole Nielsen, mail: bon@privat.dk, telefon 97 14 24 83 - mobil 21 29 48 44.

Info: Fortælling og guidet rundvisning kl. 11 og frokost i cafeen kl. 12.30. Drikkevarer er for egen regning.

CP DANMARK MIDTJYLLAND

Formand Jørgen Knudsen

Mail: jk@asgaard-online.dk

KURSUS OM FRIVILLIGE

- FOR FRIVILLIGE

Vi har i CP Danmark Midtjylland taget initiativ til at afholde en dag med fokus på at få flere frivillige i foreningsarbejdet. Det bliver med en meget kompetent underviser i form af chefkonsulent Marie Baad Holdt fra IngerFair, som bl.a. har arbejdet sammen med den private og offentlige sektor i Danmark, Sverige og England. Det bliver en både god og spændende dag.

Tid: Lørdag den 9. oktober kl. 10-15.

Sted: Bowl'n Fun, Sdr. Boulevard 13, 7800 Skive.

Tilmelding: Senest 3. oktober til mail: jk@asgaard-online.dk eller tlf. 51 15 20 61.

Info: Det er gratis at deltage. Der er 25 pladser som tildeles efter først-til-mølle.

FAMILIETUR TIL SLETTESTRAND

I skrivende stund er der stadig ledige pladser til vores tur til Feriecenter Slettestrand den 20.-22. oktober (uge 42). Vi har reserveret plads til max 40 personer i handicapledigheder med loftlift og plejeseng, med plads til 4-6 personer. Diverse hjælpemidler kan lånes gratis.

Tid: 20.-22. oktober (efterårsferien).

Sted: Feriecenter Slettestrand, Nordjylland.

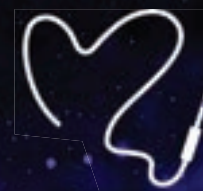
Pris: Voksen 750 kr., barn (3-12 år) 250 kr., (0-2 år gratis), hjælper 500 kr., hund 150 kr. Prisen inkluderer ophold i handicapvenlig lejlighed i 2 nætter/3 dage, inklusiv linnedpakke og slutrengøring. Forplejning onsdag: kaffe og kage ved ankomsten og til aften middag/buffet i restauranten. Torsdag: morgenbuffet, frokostbuffet og aftenbuffet. Fredag: morgenbuffet. Alle måltider er eksklusiv drikkevarer.

Tilmelding: Hurtig tilmelding til Jette: 2xj@post8.tele.dk eller telefon/sms 23 26 73 03.

Betaling: Til konto: 2600-8000 140 548 eller MobilePay 23 26 73 03.

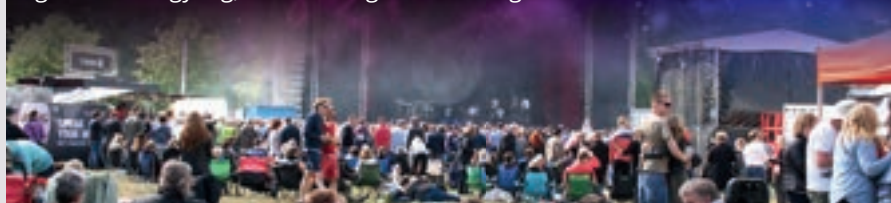
Tilmeldingen er gældende, når vi har registreret betalingen og modtaget en mail med navne mv. på deltagerne. Ved tilmelding bedes oplyst alder på børn og evt. behov for plejeseng, lift, badestol eller andet.

VI ER TILBAGE PÅ SKIVE FESTIVAL 2021



Kom og få en musikalsk oplevelse sammen med familien og gode venner, når kredsene omkring Skive for sjette gang inviterer til Skive Festival. Vi tilbyder en speciel endagsbillet til lørdag den 4. september kl. 11.00 til 24.00. Prisen er 250 kr. for voksne og 150 kr. for børn og hjælpere. Med specialbilletten i hånden får du entré til Skive Festival lørdag, aftensmad og fri kaffe/te i vores telt, der åbner kl. 11. På plakaten lørdag er bl.a. Men, Boney M, Carpark North, Fyr & Flamme og Souvenirs.

Bestil dine billetter nu hos: Bent Ole Nielsen, CP Danmark - Vestjylland, mail: cpskive@mail.dk eller ring på telefon 97 14 24 83 eller 21 29 48 44 (hverdag efter kl. 16). Oplys navn, medlemsnummer, antal billetter, hvilken kreds du tilhører, eller hvilken kommune du bor i. Alle er velkommen. Betaling på konto 7613 - 1011868 eller på MobilePay 21 29 48 44. Bestillingen er først gyldig, når betalingen er foretaget.



CP DANMARK ØSTJYLLAND

Formand Caspar Vestergaard

Mail: casparvestergaard@gmail.com

SOMMERHILSEN

EM feberen og OL har lagt sig, og sommeren er over os alle og det er bare skønt. Vi håber, I alle nyder det og hinandens selskaber igen. Det må vi sige at vores allesammens EM-helte gjorde og med stor flid og optimisme, kom de langt, hvor også troen og sammenholdet var nøglen til deres EM succes. Det skal vi alle huske: Med tro og sammenhold kommer vi langt sammen! Så giv sidemanden, naboen eller en fremmed lidt hjælp når der er behov - det skaber optimisme og glæde hos alle. I skrivende stund er der stor grund til optimisme, corona restriktionerne er aftaget og det bliver derfor muligt snarest at sætte gang i nye spændende kredsaktiviteter. Vi har søgt midler af DH Lokalpuljen og været heldige at blive ret godt tilgode-set. Så der vil I efteråret blive arrangeret gode sociale og faglige arrangementer, som I alle godt kan glæde jer til. Vi håber, I alle vil nyde sommeren, og så ses vi forhåbentlig til vores arrangementer senere på året!

Caspar Vestergaard

CP DANMARK NORDØSTJYLLAND

Formand Asger Laustsen

Mail: il.as.laustsen@outlook.com

UDENDØRS GENERALFORSAMLING

På grund af corona-restriktionerne var det ikke muligt at afholde generalforsamling i starten af året. Men det lykkedes den 1. juni på Randers Naturcenter, hvor den blev gennemført udendørs med Bent Lunø som dirigent. Asger aflagde sin formandsberetning fra coronaåret 2020, hvor vi bl.a. havde et foredrag med Torben Linde Michaelsen med titlen "Husk at komme hjem", familieweekend på Feriecenter Slettestrand, sejltur på Silkeborgsøerne samt besøg af Monica Lylloff kendt fra Facebook og #enmillionstemmer. Bowling og julefest måtte desværre aflyses. Vi har et tæt samarbejde med kommunerne i kredsen og prøver at sætte fokus på handicapområdet, og heldigvis er der kommet lidt flere midler til vores område igen. Sonja gennemgik kredsens regnskab for 2020, hvor vi har fået styrket vores likvide beholdning til aktiviteter på grund af ansøgte og bevilgede større tilskud fra DHs lokalpulje og § 18 tilskud fra kommunerne.

Inger Jensen og Sonja Andersen blev genvalgt til bestyrelsen, mens Jens Kirk blev nyvalgt i stedet for Yvonne Gysloff. Mona Mortensen blev genvalgt som suppleant, mens Henrik Ibsen blev nyvalgt som suppleant. Kai Schødt blev genvalgt som revisor. Efter generalforsamlingen er bestyrelsen konstitueret således: Asger Laustsen, formand, Bjarne Vestergaard, næstformand, Sonja Andersen, kasserer og Jens Kirk, sekretær.

TUR TIL REE PARK SAFARI

Vores medlemmer med pårørende inviteres på kørselstur til dyreparken Ree Park Safari ved Ebeltoft, hvor der er rig mulighed for at komme tæt på dyrene. Ree Park tilbyder også togture og safariture rundt i parken, som dog er for egen regning. Deltagerbetalingen dækker entré og let frokost inkluderet en øl eller vand.

Tid: Søndag den 5. september kl. 10 ved indgangen.

Sted: Stubbe Søvej 15, 8400 Ebeltoft.

Pris: 75 kr. for børn til og med 12 år og for øvrige 150 kr.

Tilmelding: Senest 25. august til Asger på tlf. 40 89 56 62 eller mail: il.as.laustsen@outlook.com eller Inger på tlf. 26 18 38 32 eller mail: isj@private.dk

Info: Læs mere om parken på: www.reepark.dk

VALGMØDE

I anledning af byrådsvalget til november afholder vi i samarbejde med DH-Randers valgmøde med kandidater fra alle de opstillede partier og lister i Randers Kommune, hvor handicappolitikken vil være det primære tema. Der er som bekendt store udfordringer med at få penge til vores område, så nu har I mulighed for at møde op og stille spørgsmål til de ansvarlige politikere.

SUPER WEEKEND PÅ SLETTESTRAND

Vi havde en super god familieweekend på Feriecenter Slettestrand i slutningen af maj, hvor 60 deltagere hyggede sig i de fantastiske omgivelser, og hvor værterne kræsedede os med lækker mad og stor omtanke. Mange nød det varme vand i svømmehallen, der var genåbnet, hestevognsturene til Svinkløv Badehotel og turene til havet. Det gode vejr betød at mange aktiviteter foregik udenfor.



Tid: Mandag den 27. september kl. 19.

Sted: Den store sal i Randers Fritidscenter, Vestergade 15, 8900 Randers C.

Pris: Gratis.

Tilmelding: Fri adgang.

Info: Indbydelse udsendes til alle medlemmer, hvor vi har mailadresse.

LØVFALDSTUR

Vi afholder løvfaldstur i liftbus, så alle kan deltage. Turen påbegyndes i Randers med opsamling ved Randers Storcenter. Vi kører rundt om Mariager Fjord. Der gøres ophold på en kro/restaurant, hvor deltagerne inviteres på kaffe, te eller vand med brød.

Tid: Søndag den 7. november kl. 13.

Sted: Parkeringspladsen ved Randers Storcenter.

Pris: 50 kr. for børn til og med 12 år og 125 kr. for øvrige.

Tilmelding: Til Bjarne på tlf. 26 28 30 11, mail: bjarne@spejder.dk eller til Asger på tlf. 40 89 56 62, mail: il.as.laustsen@outlook.com

Info: Husk også vores julefest, der afholdes den 18. december.

MINI GUDENÅ CAMP

Med støtte fra Elsass Fonden inviterer vi til Mini Gudenå Camp den 2. og 3. september, begge dage kl. 9-15. Her har du mulighed for at opleve Gudenåen fra vandsiden og lave mad over bål. Den samlede flåde af kajaker, kanoer og kørestolsvenlige motorbåde samt instruktører stilles til rådighed af Randers Naturcenter. Er det noget for dig, så kontakt Randers Naturcenter på tlf. 86 43 25 37 eller mail: naturcenter@randers.dk og få en snak om den form for sejlads din fysik tillader.

CP DANMARK NORDJYLLAND

Formand Julie Morell Jensen

Mail: juliemorell@hotmail.com

SVØMNING I AALBORG

Kredsen tilbyder medlemmer mulighed for at røre sig i varmtvandsbassinet på Vester Mariendal Skole, så pak badetøj og medbring godt humør. Både børn og voksne er velkomne.

Tid: Torsdage kl. 15-19.

Sted: Varmtvandsbassinet, Vester Mariendal Skole.

Pris: Gratis for foreningens medlemmer.

Tilmelding og kontakt: Kirsten Hansen på telefon 20 68 38 00 eller på mail: kihan@stofanet.dk

Info: Svømningen følger skoleårets kalender. Kan man ikke selv klare omklædning mv. skal man medbringe hjælper.



Få overblik på hjemmesiden

Du kan finde alle kredsenes arrangementer – og mange flere – på foreningens hjemmeside:

www.cpdanmark.dk/aktiviteter



Låsbyvej 149 B
8660 skanderborg
Tlf. 21 42 16 55
www.baekgaarden.dk



Roskilde
Tlf. 4638 0200
www.danskboligbyg.dk

**REMA
1000**
Meget mere discount!

**Alle dage
7-21**

Gl. Hareskovvej 231
Værløse

MURERMESTER

Martin Andersen
Kastrupvej 5 · 4300 Holbæk
Tlf. 24 45 00 45

Hadsten Apotek
Vesselbjergvej 8 · 8370 Hadsten
Tlf. 86 98 11 22 · Fax 86 98 14 12 · hadsten@apoteket.dk
Hinnerup Apotek
Storegade 5 · 8382 Hinnerup · Tlf. 86 98 75 55 · Fax 86 98 75 53

REMA 1000

Esrumvej 145 • 3000 Helsingør

Tlf. 88 52 69 92

Jv Træpiller
20 89 27 33

v/ Jan Bo Vinding

Årbyvej 38 • 4400 Kalundborg • jvtræpiller.dk

Sørensen

RIBE 75425560
TØNDER 74727300

REMA 1000

Kasernen - Ringsted

Kaserne Alle 1 • 4100 Ringsted • 57 64 40 60


Hydro

We are aluminium



Hydro Extrusion Denmark A/S
Bygmestervej 7 • 6270 Tønder • T: 73 93 93 93
www.hydro.com

alflow®

Alflow Scandinavia | Industrivej Vest 36 | DK-6600 Vejen
T: +45 7696 2130 | alflow@alflow.dk | www.alflow.dk



Tømrer & Snedker
SØRENSEN & FRANDSEN

Alt snedker- & tømrerarbejde
Gulvarbejde - Tagarbejde
Døre og Vinduer - Nybyggerier
Køkkener - Terrasser
Forskningsopgaver



Peter Anthonisens Vej 5 • 8990 Skagen • sorensen.frandsen@mail.dk

9844 4966 • 2033 4624

Vi giver gerne et uforbindende tilbud
www.sorensenogfrandsen.dk



MIKI'S
PIZZERIA

Ålekistevej 42-44 • 2720 Vanløse

Tlf.: 38 74 27 36

Email: info@mikipizza.dk


**MURERFIRMAET
KENN
NEDERGAARD**

dansk byggeri

Gl Skanderborgvej 113
8472 Sporup
Tlf. 27 12 95 80



www.murerfirmaet-nedergaard.dk



www.bautahoj.dk


Bautahøj
Konferencehotel - ude men hjemme

Bautahøjvej 39 Kulhuse • 3630 Jægerspris • Tel.: 70 88 32 49 • reception@bautahoj.dk

PENKA

48 70 67 55

fugning %

Lokesvej 15 • 3400 Hillerød • info@penka-fugning.dk
www.penka-fugning.dk

**MURERMESTER
KLAUS HENRIKSEN NÆSTVED APS**

Vejløvej 54, Vejlø • 4700 Næstved

Tlf. 55 70 20 23

Mobil 40 32 27 07

Modi Buggy

Specialklapvognen, der sikrer dit barn optimal støtte og stabilitet på turen.

Individuel
justerbar

Optimal støtte
under transport

Enkelt design
og ikke
stigmatiserende

Vælg imellem flere farver



Modi Buggy - specialklapvogn til børn

Modi Buggy er en specialklapvogn, der giver mulighed for hverdagsaktiviteter og transport for børn, der kræver særlig støtte i siddende position. Modi Buggy kan tilpasses barnet på flere parametre, og dermed giver den barnet den optimale støtte på hele turen.

Tag dit barn med på tur

Med Modi Buggy kan du trygt tage dit barn med ud og opleve verden. Klapvognen sikrer, at barnet sidder stabilt og komfortabelt, så du og dit barn kan nyde turen sammen og få gode oplevelser i naturen og i byen. Klapvognens store kaleche sikrer, at barnet let kan afskærmes eller komme i skygge for solen. Regnslaget holder både barn og vogn tør i regnvejr – på den måde kan I nyde turen i alt slags vejr.

KONTAKT OS FOR EN GRATIS DEMO ELLER AFPRØVNING

Kontakt INNOVAID for mere information om MODI Buggy og vores andre spændende produkter på T: 86 78 99 33 | mail@iaid.dk | www.iaid.dk

INNOVAID
INTERACTIVE REHABILITATION SOLUTIONS



POST

PP DANMARK

MAGASINPOST

SMP

ID-NR. 46276

Alt henvendelse til: CP Danmark, Blekinge Boulevard 2, 2630 Taastrup

The Anat Baniel Method for Children

Hjemmetræning efter ABM metoden

Kontakt Team Neurodevelopment for mere information og mød os gerne til en gratis introduktionsdag i vores center.

- Træning til børn med særlige behov og deres familier
- Specialister i neurofysiologisk funderet træning til børn med særlige behov
- Individuelt tilpasset, målrettet og omsorgsfuld hjemmetræning
- Internationalt team med personlig erfaring og højeste grad af faglig specialisering



Huset SCNM

www.neurodevelopment.dk

Se hvordan vi gør på Instagram  SCNMneurodevelopment