

CP MAGASINET INDBLIK



NR 6 · DECEMBER 2021

TEMA OM DRØMME

**Helene Elsass Prisen
indkalder kandidater**

**Nyt projekt for
voksne med CP**

**Træningsophold åbnede
verden for Signe**

CP Danmark 
Landsforeningen for cerebral parese

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

MEDTRONIC ARBEJDER INDEN FOR OMRÅDET SVÆR SPASTICITET





Artikler

- 5** Helene Elsass Prisen 2022
- 11** Roger Buch holdt KV21-oplæg
- 13** Donation sikrer nyt tilbud til voksne med CP
- 15** Sådan kommer tilbuddet i Hammel i gang
- 17** TEMA: Hvad drømmer du om?
- 18** Drømmen er at hjælpe andre mennesker
- 20** Drømme om fællesskab og udvikling
- 23** Drømmen om et godt liv for Henrik
- 24** Drømme kan bestige bjerge
- 28** Træningsophold på Montebello
- 31** Mad, musik og motion
- 35** Tabuer skygger ofte for ensomheden
- 38** 50 år med handicapdræt

Rådgivning

- 27** Kurser: Mere viden og frisk luft
- 30** Montebello – frit sygehusvalg i Spanien
- 32** Vigtigt at vide hvad CP-diagnosen omfatter
- 33** Kontakt til rådgiverteamet
- 41** 25 år med Handi Forsikring

Faste sider

- 4** Leder: Gennembrud
- 6** Viden om...
- 9** Nyt fra sekretariatet
- 10** Den politiske dagsorden
- 37** Nyt fra CP Ung
- 43** Kredsaktiviteter

Gennembrud



I årtier har et systematisk, sammenhængende og tværfagligt sundhedstilbud til voksne med cerebral parese (CP) stået øverst på CP Danmarks sundhedspolitiske dagsorden. Med en historisk stor donation på 30 millioner kroner har Elsass Fonden i samarbejde med Region Midtjylland og Neurocenter Hammel med ét slag bragt os meget tættere på det mål.

Vi har længe haft et godt og velfungerende ambulatorietilbud, hvor børn med cerebral parese op til 16-18 års alderen, løbende og med faste intervaller er blevet tilset og tilbudt nødvendig behandling i sundhedssystemet. Et tilbud, der de seneste år er blevet yderligere kvalificeret af den systematiske dokumentation og opfølgning i CPOP.

Men vi har lige så længe savnet et tilsvarende kvalificeret tilbud til voksne. CP er ikke en børnesygdom, som går over, når man fylder 18 år. Uagtet at CP ikke er progredierende i traditionel forstand, så oplever rigtig mange voksne, at deres funktionsniveau ændrer sig og falder med alderen: fysiske funktioner forfalder, flere og flere smerter, stigende kognitive udfordringer: hukommelses- og overblikproblemer og udtrætning.

Afmægtig løber vores medlemmer spidsrod mellem egen praktiserende læge, diverse speciallæger og tilfældige behandlingstilbud uden at møde det helhedsorienterede, tværfaglige og sammenhængende tilbud, som er så fuldstændig afgørende for, at man får relevant hjælp og behandling – og ikke blot endnu en henvisning.

Det er den Bermudatrekant, vi håber bliver brudt med det nye initiativ på Neurocenter Hammel. Her bliver der skabt det faglige miljø af tværgående og multidisciplinære kompetencer, som er helt nødvendige, hvis man skal være relevant for mennesker med meget komplekse udfordringer. Vi har ærlig talt svært ved at få armene ned.

Men det er selvfølgelig ikke gjort med et godt tilbud til midtjyder i Region Midtjylland. Vores drøm er, at hver region vil få et tilbud, som det der nu er på vej i Hammel. Vores store håb er, at vi med Neurocenter Hammel vil opleve et gennembrud, som vil forplante sig til de øvrige fire regioner.

*Pia Allerslev
Landsformand*

“Vores drøm er, at hver region vil få et tilbud, som det der nu er på vej i Hammel.



PRISUDDDELING

Hvem skal modtage Helene Elsass Prisen 2022?

I april 2022 uddeles Helene Elsass Prisen for femte gang, derfor åbner en ny indstillingsrunde, hvor du kan komme med forslag til, hvem der skal modtage hæderen og de 150.000 kroner.

I år var det den færøske ildsjæl, Katrin Jacobæus, og foreningen CP Færøerne, der fik Helene Elsass Prisen for deres indsats for at fremme behandlingsmulighederne og livskvaliteten for børn og voksne med CP på Færøerne. Men hvem skal have prisen i 2022?

Helene Elsass Prisen, der er stiftet af CP Danmark og Elsass Fonden, har til formål at belønne én eller flere ildsjæle, et projekt eller en organisation for deres arbejde til fordel for mennesker med cerebral parese. Prisen uddeles én gang årligt, og alle er velkomne til at indstille kandidater frem til den 13. februar 2022.

- Vi har igen i år den store glæde, at prisen vil blive overrakt af H.K.H. Prinsesse Benedikte, der er protektor for Elsass Fonden og CP Danmark, fortæller Nick Elsass, der er bestyrelsesformand i Elsass Fonden og nevø til Helene Elsass, der har lagt navn til prisen.

Prisvinderen afsløres ved et festligt arrangement i Elsass Fonden den 27. april 2022.

Også CP Danmarks landsformand, Pia Allerslev, ser frem til endnu en festdag, hvor den bedste kandidat af de indstillede bliver fejret for indsatsen.

- Vi er rigtig glade for samarbejdet om prisuddelingen. Det er en fantastisk flot pris og en god måde at få synliggjort de mange ildsjæle, der gør noget ekstraordinært for mennesker med cerebral parese, understreger Pia Allerslev.



CP Danmark og Elsass Fonden opfordrer alle til at bidrage med deres forslag til kandidater, og det må godt være kandidater, der tidligere har været indstillet.

Send din indstilling

Det er muligt at indstille kandidater til Helene Elsass Prisen 2022 frem til og med den 13. februar 2022 via Elsass Fondens hjemmeside.

Reglerne er enkle: Alle har mulighed for at indstille kandidater til prisen, men ingen medarbejdere fra Elsass Fonden eller CP Danmark kan modtage prisen. Det kan til gengæld frivillige, der hjælper til i de to organisationer som tillidsrepræsentanter eller assistenter ved arrangementer og aktiviteter.

Feltet af indstillede kandidater forventes at udgøre en bred skare inden for blandt andet uddannelse, arbejdsmarked, idræt og fritid samt kunst og kultur. Kandidater indstilles ved at udfylde en formular med en kort motivation via elsassfonden.dk/nyheder

Alle indstillinger behandles i et fællesudvalg bestående af repræsentanter fra Elsass Fonden og CP Danmark.

Tidligere vindere af Helene Elsass Prisen

Prisen har tidligere været uddelt fire gange. Første prismodtager i 2018 var Len Nossell og det danske CP Fodboldlandshold. Året efter blev prisen delt mellem rollemodellen Astrid Siemens Lorenzen, der selv har cerebral parese, og ildsjælen Pauline Sonne-Schmidt, der i flere år har arrangeret ven-skabsweekender for børn med cerebral parese. De modtog hver 75.000 kr. for indsatsen.

I 2020 gik prisen til Parasport Frederiksberg, repræsenteret ved Mansoor Siddiqi, og landstræner Leif Nielsen, for deres mangeårige indsats for framerunning-sporten (tidligere racerunning). Den foreløbige kulmination fandt sted i august 2021, hvor hæderen tilfaldt den færøske ildsjæl, Katrin Jacobæus, og foreningen CP Færøerne.



Bekymrende tal fra VIVE

Nye tal fra Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd (VIVE) viser, at danskere med fysiske og psykiske handicap stadig har en markant dårligere livskvalitet end danskere uden handicap. Mange oplever, at de har mindre kontrol over deres liv, de har flere smerter, sover dårligere, er mere ensomme og oplever mere forskelsbehandling end andre. De nye tal bør få politikerne til at gentænke handicapområdet og fokusere mere på, hvad den enkelte har brug for, fremfor hvad et system kan tilbyde.

Besøg fra Grønland

Som en del af en ugelang studietur til Danmark, med deltagelse i en række seminarer, besøgte afdelingsleder Susanne Frandsen og sagsbehandler Ove Lund CP Danmark midt i november. De arbejder i Forvaltningen for børn og unge i Nuuk, hvor de kender til de mange udfordringer, som familier med børn med cerebral parese har. De kunne fortælle, at den sundhedsfaglige behandling blev udført på hospitalet i Nuuk, hvorefter de som kommune sammen med en række terapeuter overtager det videre arbejde. Ove var tilfreds med den forholdsvis nye handicaplovgivning i Grønland, der siger, at sagsbehandlere skal handle, hvilket er lidt modsat i Danmark, hvor mange af foreningens medlemmer oplever, at sagsbehandlerne skal spare. Til gengæld har man samme problem i Grønland som herhjemme med hurtige jobskifter blandt sagsbehandlerne. Under besøget fortalte CP Danmarks psykolog, Klaus Christensen, om foreningens arbejde og viste rundt i Handicaporganisationernes Hus, som gæsterne var meget imponeret af. Med risiko for lidt overvægt i flyet fik de - efter ønske - et passende udsnit af CP Danmarks informationsmateriale med hjem til nærmere studie og brug.



Stor opbakning til Færøerne

Ikke færre end 15 deltagere bakkede CP Færøerne op med fysisk deltagelse, da foreningen havde indkaldt til årets møde i CP Norden. Ud over den vigtige vidensdeling mellem de nordiske CP-foreninger var agendaen på årets møde at sætte pres på indførelsen af CPOP-opfølgingsprogram. Noget som beslutningstagerne på Færøerne har været tilbageholdende med. Men efter at CP Færøerne og foreningens formand, Katrin Jacobæus, tidligere på året modtog Helene Elsass Prisen, har den offentlige opmærksomhed om cerebral parese været stor. En af mødets vigtige oplægsholdere var derfor Mette Johansen fra Aalborg, der er fysioterapeut og landskoordinator for CPOP i Danmark. Hun er udset til at være et vigtigt bindeled mellem sundhedsvæsenet i Danmark og Færøerne, når CPOP skal etableres.



International CP-dag fejret med udstilling

Cerebral Parese Foreningen, der er CP Danmarks søsterorganisation i Norge, benyttede den internationale CP-dag 6. oktober til at lave en udstilling på torvet foran rådhuset i Oslo. Udstillingen bestod af 12 fortællinger om personer med cerebral parese, der gav et godt indtryk af, hvor forskelligt diagnosen opleves og optræder. Udstillingen varede i to uger og skabte fin interesse. Hvor mange der stoppede op, har den norske forening dog ikke tal på, men foreningen var tilfreds med forløbet i det offentlige rum.

Ny grøn kokebog fra et hospitalskøkken



Normalt plejer hospitalsmad ikke at have det bedste ry, men køkkenet på Nordsjællands Hospital er noget særligt. I godt et års tid har de kørt med grønne onsdage, hvor frokostmenuen har været helt vegetarisk, hvilket har været en fin succes. De 25 mest efterspurgte opskrifter fra patienter og personale er nu samlet i kokebogen 'Grøn inspiration' som hospitalet netop har udgivet. Det er køkkenet selv, der har udviklet opskrifterne, og retterne afspejler mangfoldigheden i personalet, som kommer fra forskellige steder i verden. Målet med udgivelsen er at sætte et mindre klimaaftryk og samtidig lave sundere mad uden at gå på kompromis med smag og kvalitet. Bogen, der koster en 50'er, kan købes i kioskerne på Nordsjællands Hospital i Hillerød.

Illustration: Af Ifong / www.shutterstock.com

Pia Allerslev valgt til DH's forretningsudvalg

Danske Handicaporganisationer, der er talerør for 35 handicaporganisationer, deriblandt CP Danmark, holdt repræsentantskabsmøde den 29.-30. oktober i Kolding. Ud over formandens beretning for det forløbne år og vedtagelsen af DH's strategi- og handlingsplan frem til 2025 var det mest interessante, set med CP Danmarks øjne, valget til forretningsudvalget.

Her stillede CP Danmarks landsformand, Pia Allerslev, op – og blev valgt. Hun repræsenterer en brugergruppe, som både favner fysiske og kognitive funktionsnedsættelser og favner således bredt i forhold til de mange forskellige udfordringer, der skal kunne rummes af DH.

Sammen med Anni Sørensen, Lev, Jan Jakobsen, Muskelsvindfonden, Kathe Johansen fra Landsforeningen Autisme og Lars Ahlberg fra Danske Døves Landsforbund får Pia Allerslev nu mulighed for at sætte præg på forretningsudvalgets arbejde i de næste to år. Det er noget, hun glæder sig rigtig meget til. Især ser hun muligheder i et udvidet samarbejde mellem myndigheder og det civile samfund.

- I kraft af vores tætte og tillidsfulde relation til de øvrige organisationer i DH, håber jeg, at vi i fremtiden - i endnu højere grad - vil indtage rollen som en af de helt centrale civilsamfundsaktører, der kan komplimentere den offentlige velfærd. Det seneste halvandet år har vist os, at vi både kan skabe nyt og udrette mere, når myndigheder og civilsamfundsorganisationer arbejder sammen - uden filter, vurderer Pia Allerslev.

Hun ser derfor frem til at bygge videre på samarbejdet til glæde for medlemmerne i de forskellige organisationer, men også til glæde for samfundet.

Som formand og næstformand for DH var der genvalg til henholdsvis Thorkild Olesen, Dansk Blindesamfund, og Sif Holst fra Fibromyalgi- og Smerteforeningen. Til repræsentantskabsmødet, der havde CP Danmarks direktør, Mogens Wiederholt, som ordstyrer, var CP Danmark repræsenteret af landsformand Pia Allerslev og Tobias Jørgensen, der er kredsformand i Sønderjylland, samt af flere lokale DH-kredsformænd.



Pia Allerslevs første opgave som nyvalgt var at deltage i en DH-kampagne.

Fjordstjernen ... et enestående valg

Fjordcentret tilbyder beskyttet beskæftigelse § 103

"Vi kan – vi vil – vi gør sammen"

Meningsfuldt arbejdstilbud

Fjordcentret tilbyder et aktivt og kreativt arbejdstilbud med fokus på meningsfulde arbejdsopgaver og udvikling af kompetencer. Dagligdagen bærer præg af at ligne en arbejdsplads, hvor den enkelte bruger får mulighed for at udnytte og udvikle sine kompetencer, interesser og færdigheder. I samarbejde med borgeren planlægger vi en arbejdsdag, der giver både mening og en følelse af at kunne bidrage og udføre en værdifuld indsats i hverdagen.

Fjordcentret er for alle voksne med funktionsnedsættelser. Vi har både pædagogisk og sundhedsfagligt personale, og hjælper gerne mennesker med mange forskellige behov og udfordringer.

Nogle af vores jobmæssige aktiviteter:

- * Køkkenarbejde i vores storkøkken.
- * Udbringning af mad.
- * Udgivelse af Fjordstjernenyt.
- * Have- og pedalarbejde.
- * Produktionsarbejde.
- * Vedligeholdelse og reparation af ting.
- * Vask af tøj i vores vaskeri.
- * Rengøring.
- * Sortering af affald.
- * Postomdeling.

Vi vil løbende udvikle og udvide vores tilbud i forhold til vores borgers evner og interesser.

Kontakt

For yderligere oplysninger og rundvisning kontakt:

Centerleder Carsten Weng

Mail: cawe@fjordstjernen.dk

Mobil: 44128501



Om os

Fjordstjernen er et bolig- og sundhedscenter - et privat bosted for voksne handicappede og ældre borgere visiteret fra kommuner i hele landet.

Fjordcentret er et Samvær og Aktivitets tilbud (§104) som også tilbyder Beskyttet beskæftigelse (§103)

Vores værdier bygger på dialog, anerkendelse, medbestemmelse, respekt samt nærvær og omsorg tilpasset den enkelte.

Vi er beliggende ved havnefronten i Holbæk nær Holbæk Centrum.

Læs mere på vores hjemmeside: www.Fjordstjernen.dk

elsass
fonden

Forskning,
samarbejde og
videndeling

Ny viden og
direkte støtte

Aktiviteter,
kurser og ophold

Vi arbejder for at øge
livskvaliteten for mennesker
med cerebral parese

Læs mere på elsassfonden.dk

Søsterloge udlåner sommerhus

Igen i år har CP Danmarks medlemmer mulighed for at låne Margrethehuset, der er et handicaptilgængeligt sommerhus i Gershøj ved Roskilde Fjord. Brugerne skal blot betale udgifterne til el og vand. I 2022 udlånes huset fra uge 16 til og med uge 42 - én uge ad gangen. Der er skiftedag lørdag kl.12. Huset er velindrettet og har en række hjælpemidler som bl.a. bækkenstol, rollator, badebænk, køresliske og toiletforhøjer. Yderligere hjælpemidler skal man selv bestille hos hjemkommunen. Ansøgning sendes senest den 20. februar 2022 og skal indeholde navn, adresse, telefonnummer, antal personer og ugeønsker i prioriteret rækkefølge,

desuden oplysninger om handicappets art og egne boligforhold. Forældre med børn har fortrinsret i skolerens sommer- og efterårsferie. Det er ikke tilladt at have husdyr med, undtaget er førerhund. Ansøgningen sendes på mail til Margrethehusets administrator, Lillith Bleibach, mail: lillith@email.dk - telefon 26 88 15 33. Tilbage melding kan forventes senest 15. marts.



Fotos: Af Daxiao Productions & Maxim Blinkov/ www.shutterstock.com

Et flot sponsorbeløb fra OK

Er du en af de 204 personer, som indtil videre er med i CP Danmarks sponsoraftale med OK, så er der godt nyt til dig. For i fællesskab har vi været så flittige ved landets OK-benzinstandere at sponsoraftalen i det forløbne år har givet CP Danmark et beløb på 13.565,32 kr. En stor tak til OK, som smed 30 procent oveni på grund af den lange corona-nedlukning, og en ligeså stor tak til alle, der har bidraget. Aftalen med OK er i øvrigt udvidet, så har du en elaftale eller en mobilaftale med OK, giver det for hver aftale 5 øre ekstra pr. tanket liter benzin eller diesel. Vil du også have et gratis OK-benzinkort og støtte CP Danmark, hver gang du tanket, så kan kortet rekvireres på www.ok.dk - hvor du nemt finder CP Danmark/ Spastikerforeningen, der har sponsornummer 561634.



Glædelig jul og godt nytår

Med ønsket om en rigtig glædelig jul og et godt nytår sender CP Danmarks medarbejdere en stor julehilsen til alle medlemmer og deres familier - samt til alle samarbejdspartnere, der har været med til at støtte foreningen i 2021. Sekretariatet i Handicaporganisationernes Hus i Høje Taastrup holder lukket mellem jul og nytår. Sidste åbningsdag inden jul er torsdag den 23. december, og første åbningsdag efter nytår er mandag den 3. januar 2022.

CP Danmark sælger feriehuset på Samsø

Stigende udgifter til drift og vedligeholdelse af CP Danmarks feriehus på Samsø betyder, at foreningens hovedbestyrelse har besluttet at sælge huset. Det vil frigive midler, som mange flere medlemmer vil få gavn af.

- Vi er helt opmærksomme på, at der er medlemmer, som har haft rigtig stor glæde af feriehuset og derfor også vil være kede af beslutningen om at sælge. Det er hovedbestyrelsen også, men de økonomiske realiteter tilsiger, at de midler, der er bundet i feriehuset, kan anvendes bedre og til formål, der kommer flere medlemmer til gode i foreningen, siger landsformand Pia Allerslev og tilføjer:

- Vi vil nu arbejde på at indgå en række aftaler, så foreningens medlemmer kan holde ferie med rabat i for eksempel Dronningens Ferieby, Musholm Ferie og Conferencecenter, Hou Søsportscenter eller lignende steder.

Udlejning frem til 1. juli

Feriehuset vil blive solgt med overtagelse fra tidligst den 1. juli 2022. Derfor kan foreningens medlemmer stadig nyde godt af huset i første halvår af 2022, og medlemmer, der allerede har booket en uge inden 1. juli, vil naturligvis ikke blive berørt af salget. Ledige uger frem til denne dato kan fortsat bookes. Læs mere på: www.cpdanmark.dk/feriehus



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.

#KV21 - nu skal der holdes fast

Den kommunale og regionale valgkamp er ovre. De nye by- og regionsråd er valgt, konstitueret og klar til at trække i arbejdstøjet den 1. januar.

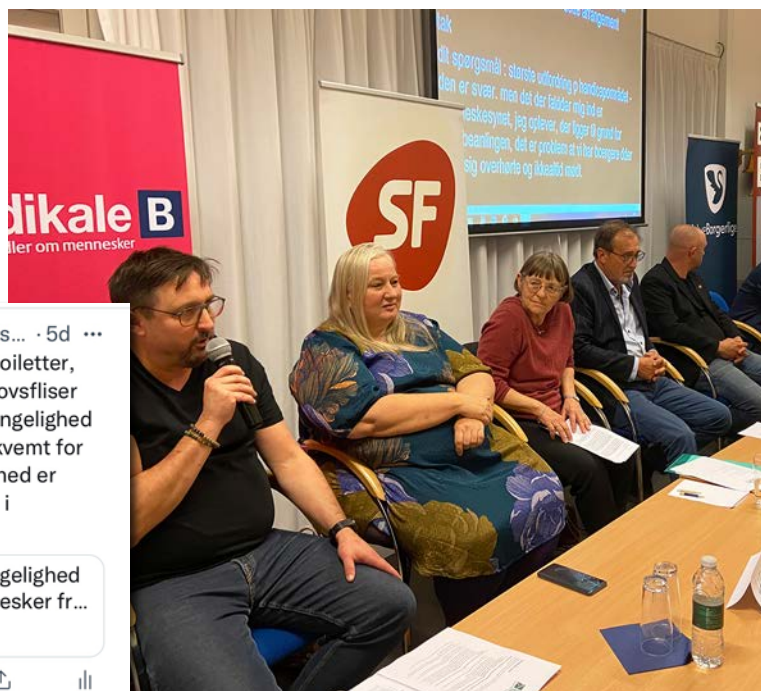
Vi har deltaget i rigtig mange vælgermøder og ved selvsyn konstateret, at det - i en valgkamp - er muligt at få politikere til at love det meste for din stemme. Kunsten og opgaven er nu at holde politikerne op på deres løfter, så den store velvilje før valget omsættes i handling efter valget. Så vent ikke med igen at banke på rådhusets dør til om fire år. Inviter dig selv på kaffe hos de nye beslutningstagere, så snart krudtrøgen har lagt sig oven på nytåret. Det er mellem valgene, arbejdet skal fuldføres og stikkene tages hjem.

Det kan man gøre som repræsentant for CP Danmark, og det kan man gøre gennem handicaprådet eller den lokale DH-afdeling. Det er helt afgørende, at der følges op.

Vores mærkesager i lokalmedierne

Det er vigtigt, at kandidaterne kender til mennesker med cerebral parese – og det er vigtigt, at kandidaterne og de nye by- og regionsrødder kender til vores vigtigste lokalpolitiske mærkesager, lige som medlemmerne skal vide, at vi er der på de lokale dagsordener. Derfor har CP Danmarks sekretariat og kredsformænd gjort meget ud af at være synlige i de lokale medier landet over – og det er heldigvis lykkedes rigtig godt. Vi har været i medierne med debat-

indlæg om BPA, STU, regionernes nye rolle og tilgængelighed, og vi har fulgt op på de sociale medier med opslag på Facebook, LinkedIn og Twitter.





Roger Buch holdt oplæg på CP Danmarks valgseminar



Kommunalforsker Roger Buch t.v. var meget engageret og gav sig tid til gode snakke efter sit oplæg.



Lone Olsen fortalte om rollerne som politiker og mor til et barn med CP.

Vælgermøder

Synlighed ved vælgermøder er også en måde at gøre CP Danmark synlig på, både i den lokale valgkamp og som signal til medlemmerne om, at CP Danmark er en del af det lokale politiske arbejde. Derfor har både landsformand og direktør prioriteret at være på gulvet ved adskillige vælgermøder.



Den mest benyttede ekspert i kommunal- og regionalpolitik herhjemme er Roger Buch, der er forskningslektor ved Danmarks Medie- og Journalisthøjskole i Aarhus. I de sidste par måneder har han stort set dagligt optrådt i radio og tv og været flittig citeret i aviser og online medier.

Derfor var det noget af et scoop, at han sagde ja til at holde oplæg på CP Danmarks valgseminar i Aarhus den 3. oktober, arrangeret af CP Danmark Østjylland. På Aarhus Efterskole var han i selskab med knap 30 medlemmer, hjælpere og sekretariatsmedarbejdere, og de fik, foruden en sprudlende gennemgang af kommunalvalgets betydning for handicapgrupper som vores, også gode fortællinger om partiernes svingende popularitet og den økonomiske stabilitet, som har præget de seneste 35 års politik, uanset om regeringsmagten har tilhørt en rød eller en blå farve. Ja, sågar spåede Roger Buch valgets udfald – bl.a. Dansk Folkepartis fald.

Dagens spændende program bød også på mødet med Lone Olsen, en vaskeægte politiker fra Tårs i Nordjylland. Hun har siddet i byrådet i Hjørring Kommune i fire år, hvilket har givet hende så meget blod på tanden, at hun denne gang stillede op til både byrådet og regionsrådet, hvor hun begge steder blev valgt. Hun bidrog med mange erfaringer fra det politiske miljø og fra rollen som mor til et barn med cerebral parese.

Valgseminaret gav desuden gode råd om, hvordan vi kommer igennem til pressen med vores budskaber, hvilket journalist Jesper Bech Pedersen fra Århus Stiftstidende gjorde deltagerne klogere på. Det gav til slut landsformand Pia Allerslev lejlighed til at kridte banen op til en drøftelse af CP Danmarks mærkesager, og hvordan vi får budskaberne ud over rampen.

FH



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 hverdagene 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 

Kildehaven

Hovedgaden 95 • 4520 Svinninge
www.kildehaven.com



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

MED SIDDESYSTEMERNE **ZITZI DELFI PRO** OG **ZITZI ACTIVE** SIDDER DU PÅ FORDELENE



Siddesystemet Zitzi Delfi Pro er multi-justerbart, kan tilpasses til den enkelte og sættes på alle kørestolsstel.

Zitzi Delfi Pro er udstyret med et flex-led i ryglænet, som bidrager til, at man som spastiker kan "komme af" med sin spasticitet. Ved spasticitet flexer ryglænet bagud, og bækkenet bliver på plads.

Siddesystemet Zitzi Active er et nyt sæde og det eneste af sin slags.

Zitzi Active er designet på en måde, som forhindrer bækkenet i at kippe bagud. Stolen giver med sit design og fremad kippede sæde fantastisk mulighed for "postural kontrol". Du kan simpelthen skifte siddestillingen fra aktivt siddende til en hvileposition.



**ZITZI
ACTIVE**

Anatomic SITT A/S
Viengevej 4
8240 Risskov

Telefon 86 17 01 74
Mail a-sitt@anatomic-sitt.dk
Web www.anatomicsitt.dk

www.facebook.com/AnatomicSITT.dk
youtube.com/anatomicsitt



Takket være en stor donation fra Elsass Fonden bliver Hammel Neurocenter de første herhjemme, der tilbyder at udrede voksne med cerebral parese. I første omgang er det personer fra et par kommuner i Region Midtjylland. Foto: Agata Lenczewska-Madsen.

Milliondonation skal sikre landets første tilbud til voksne med cerebral parese

Elsass Fonden har netop bevilget 30 millioner kroner til udvikling og afprøvning af et nyt udrednings- og rehabiliteringstilbud til voksne med cerebral parese. Tilbuddet skal udvikles på Regionshospitalet Hammel Neurocenter i Hospitalsenhed Midt.

Mens børn med diagnosen cerebral parese følges på børneafdelinger på en række af landets hospitaler, findes der i dag ikke et tilsvarende tilbud til voksne, selvom en del får koordinering af forløb i voksenlivet også via egen praktiserende læge.

En donation fra Elsass Fonden på knap 30 millioner kroner giver nu Regionshospitalet Hammel Neurocenter

mulighed for at udvikle et konkret udrednings- og rehabiliteringstilbud for voksne med cerebral parese.

Cerebral parese er et livslangt handicap, som skyldes en skade i hjernen. Herhjemme lever ca. 10.000 personer med forskellige grader af cerebral parese, hvoraf ca. 7.000 er over 18 år.

- Det har i årevis været et stort ønske

for Elsass Fonden, og vores gode samarbejdspartner CP Danmark, at sikre udvikling af et tilbud til voksne med cerebral parese, der i dag ikke tilbydes samme systematiske opfølgning som de yngste med CP. Vi er glade for, at det er lykkedes at etablere et projektsamarbejde med en så kompetent aktør som Regionshospitalet Hammel Neurocenter, som vi har fuld tillid til kan løfte den vigtige opgave, siger ►►

“Mennesker med cerebral parese har fortsat brug for behandling, efter de fylder 18 år, så de kan opretholde et aktivt hverdagsliv og indgå værdigt i sociale og arbejdsrelaterede netværk, der kan fremme et selvstændigt og meningsfuldt liv.

administrerende direktør i Elsass Fonden, Peter Lindegaard.

Udvikler og afprøver nyt tilbud

I projektplanen indgår et tilbud til borgeren om udredning enten ambulant eller under en kortere indlæggelse, afhængig af hvor komplekst et forløb personen har. Derudover får borgere med udækkede rehabiliteringsbehov mulighed for to ugers rehabilitering under indlæggelse på Regionshospitalet Hammel Neurocenter, hvor målrettet træning skal afdække aktivitetsfærdigheder og -kompetencer.

- Mennesker med cerebral parese har fortsat brug for behandling, efter de fylder 18 år, så de kan opretholde et aktivt hverdagsliv og indgå værdigt i sociale og arbejdsrelaterede netværk, der kan fremme et selvstændigt og meningsfuldt liv. Med det nye tilbud vil vi oprette koordinerede forløb af høj kvalitet for denne patientgruppe. Derfor er vi naturligvis rigtig glade for at modtage donationen fra Elsass Fon-

den, hvilket muliggør arbejdet med at etablere et hospitalsbaseret udrednings- og behandlingstilbud til voksne med cerebral parese, siger Kåre Eg Severinsen, ledende overlæge på Regionshospitalet Hammel Neurocenter i Hospitalsenhed Midt.

Elsass Fonden har gennem mange år bidraget til forskning, udvikling og aktivitetstilbud for personer med cerebral parese. Sammen med Regionshospitalet Hammel Neurocenters erfaringer inden for højt specialiseret neurorehabilitering danner det et solidt grundlag for et samarbejde om projektet og det nye tilbud, som på sigt kan blive landsdækkende.

Ved etableringen af tilbuddet samles en række indsatser dermed i højt specialiserede og koordinerede forløb, som tidligere har været baseret på borgerens lejlighedsvis behov for specialiserede indsatser i hospitalsregi.

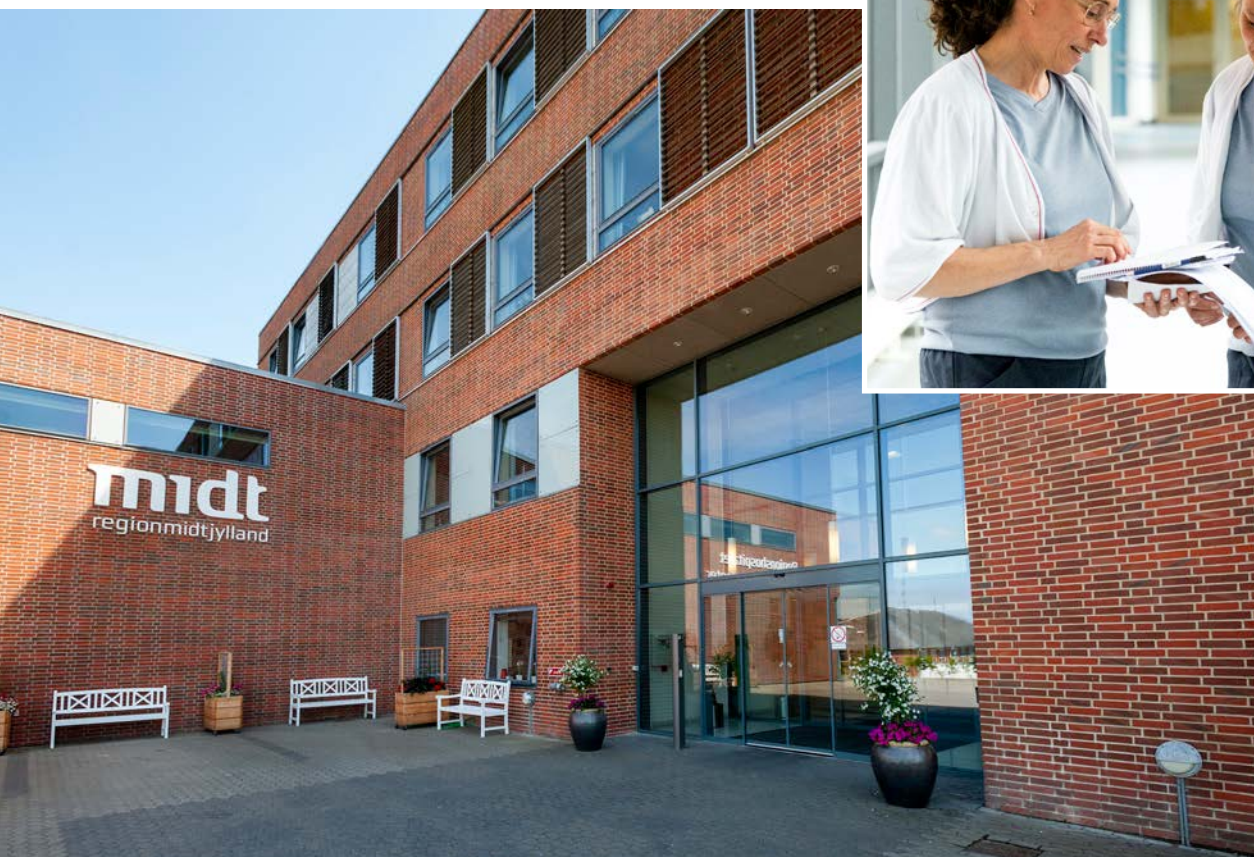


Foto: Agata Lenczewska-Madsen.



Sådan kommer tilbuddet til voksne med CP i gang

CP Danmark er rigtig glade for det nye initiativ på Hammel Neurocenter.

Landsformand Pia Allerslev glæder sig over det nye initiativ, som hun vil følge tæt, og som hun håber vil sprede sig til alle fem regioner.

AF FRANDS HAVALESCHKA

Inden de første voksne med CP får mulighed for at blive udredt, skal der sættes et omfattende udviklingsarbejde i gang. Det sker i første halvdel af 2022. Udviklingsarbejdet er nødvendigt, da patientgruppen er ny på Regionshospitalet Hammel Neurocenter.

Hospitalet forventer derefter at tage de første voksne med cerebral parese ind i udrednings- og behandlingsforløb sidst på foråret eller i forsommeren 2022. Men i første omgang kun fra 2-3 udvalgte kommuner i Region Midtjylland.

Det sker for at høste solid erfaring med udredningen og rehabiliteringen af målgruppen og det tværsektorielle samarbejde om borgerne. Efter en gradvis udbredelse af tilbuddet de første år er det efter 4-5 år planen, at den nyudviklede model fra Regionshospitalet Hammel Neurocenter danner baggrund for lignende tilbud andre steder i landet. Bevillingen fra Elsass Fonden dækker udgifterne til at udvikle og afprøve tilbuddet de første år.

CP Danmark ser frem til arbejdet

- I CP Danmark er vi utroligt glade for det initiativ, der nu kommer i stand i samarbejde mellem Elsass Fonden og Region Midtjylland. Det har i årtier været et stort ønske fra CP Danmark, og fra mennesker med cerebral parese, at få et tværfagligt sundhedstilbud til voksne med CP. Det får vi med det nye initiativ på Hammel Neurocenter, og det er bare fantastisk, siger CP Danmarks landsformand, Pia Allerslev og tilføjer:

- Med CPOP-opfølgingsprogrammet, der praktiseres på en række af landets børneambulatorier, har vi længe haft et godt og kontinuerligt sundhedstilbud til børn med CP. Men når det gælder de voksne med CP, så må de ofte løbe spidsrod i sundhedssystemet efter relevant hjælp uden at finde den tværgående ekspertise, som både forstår de fysiske og de kognitive konsekvenser af deres handicap. Derfor er det CP Danmarks store ønske også at få et ambulatorietilbud for voksne med CP.

Pia Allerslev håber derfor, at arbejdet

på Hammel Neurocenter hurtigt vil afdække behovet og vise vejen, så tilbuddet inden for ganske få år kan udbredes til hele landet.

- For det er selvfølgelig ikke gjort med et godt tilbud i Midtjylland alene. Vores drøm er, at hver region inden for få år vil få et tilbud, som det der nu er på vej i Hammel. Vores store håb er, at vi med Neurocenter Hammel vil opleve et gennembrud, som vil forplante sig til de øvrige fire regioner, understreger Pia Allerslev.

Fakta:

Børn og unge med cerebral parese følges på hospitalernes børneafdelinger. Der findes pt. ikke et lignende tilbud til voksne med CP i Danmark. Mange voksne med CP oplever gradvis fysisk nedslidning, smerter, nedsat muskelstyrke, led-deformitet, udtrætning, nedsat mobilitet, kognitive vanskeligheder, påvirket syn og hørelse og synkeproblemer.

LOKAL

TEMA:

Hvad drømmer du om?

Drømme kan være mange ting. Det kan både været noget, man ubevidst gør, når man sover, men det kan også være noget, der relaterer sig til fremtiden. Noget man vil opnå og målrettet kæmpe for - eller måske bare håber på vil ske.

Mange mennesker er 'tryghedsnarkomaner'. De befinder sig bedst med at gøre de ting, de er vant til - i trygge, velkendte rammer. Uden for meget spræl og chancer med noget ukendt, men til gengæld noget der er trygt og godt. Det kan handle om mange ting, f.eks. mad, indretning og aktiviteter, men også tøj, feriemål, uddannelse og alt muligt andet.

Men hvad skal der til for at komme ud af hamsterhjulet og dagligdagens trivialiteter? Og hvad skal der til for at drømme og lave noget andet i morgen, end det du gjorde i går? De fleste vil nok sige mod og evnen til at reflektere. Og det er ikke helt forkert. Kendetegnende for mange succesfulde mennesker er nemlig, at de tager sig tid til at reflektere over, hvad de vil, og hvilke drømme de ønsker at udleve. De lader pilen pege indad og spørger sig selv: Hvem er jeg, hvordan skal mit liv se ud med de livsvilkår, jeg nu engang har, og hvad er min drøm?

Redaktionen har denne gang spurgt nogle af CP Danmarks medlemmer, hvad de går og drømmer om. Det er personer, der har forskellige udfordringer, og som er forskellige steder i livet. Dem kan du læse om på de næste sider. God læselyst.

Redaktionen

Dit liv, dine drømme - ikke andres

Livet er kort, og det handler om at få det bedste ud af det. Det er derfor vigtigt at spørge sig selv, om det er vores egne drømme, vi går med i hovedet, eller om det i virkeligheden er vores forældres eller venners drømme? Og om vi blot gør det for at behage vores omgivelser?

Gode råd om drømme og mål:

- Alle bør have retten til at vælge den retning i livet, som de selv ønsker
- Vær ærlig om, hvem du er, og hvad du vil
- Kom ud af din komfortzone – det er derude udviklingen sker
- Vær ikke bange for at tage chancer og lave fejl
- Lær af dine nederlag og glæd dig over sejrene – selv de allermindste
- Den eneste, der kan holde dig tilbage, er dig selv!

Emilie: Tænk at kunne leve af at hjælpe andre mennesker...

Hun er født og opvokset i Vojens og gik i gymnasiet i Haderslev, men det var på et studieforberevende ophold på Rønde Højskole sidste år, at hendes mission i livet blev tændt, og drømmene begyndte at blomstre.

AF FRANDS HAVALESCHKA

Det var på linjen sygepleje/medicin, at brikkerne for alvor faldt på plads for 21-årige Emilie W. Iversen: "Jeg skal da være sygeplejerske og hjælpe andre. Det er det, jeg skal - det er min drøm, og det jeg vil kæmpe for", tænkte hun.

Emilie W. Iversen er født med cerebral parese (CP), der betyder, at hun har nedsat funktion i højre side, men hun er også født med et utroligt stort hjælpegen. Hun føler nemlig selv, at hun er sat i verden for at drage omsorg og gøre noget godt for andre mennesker. Efter en operation i hånden i januar 2021, dem har hun efterhånden haft nogle stykker af i både hånd og fod, gjorde hun drøm til handling. Hun snakkede med sin studievejleder om mulighederne og sendte derefter ansøgningen til sygeplejerskolen i Aarhus, der optager elever i september og februar.

God start på uddannelsen

Takket være et godt gennemsnit blev hun optaget med det samme, og heldigvis gik det ligeså smertefrit med

at finde en kollegiebolig i Aarhus tæt ved VIA University College og Skejby Sygehus, hvor meget af uddannelsen kommer til at foregå.

“De fire dage viste mig, at jeg både kan klare det mere fysisk betonedede arbejde på et sengeafsnit og det mere boglige arbejde på et ambulatorium.

- Jeg er nu i fuld gang, og det går bare rigtig godt, fortæller Emilie, der føler, at alle har taget imod hende med åbne arme – såvel de 40 studerende på hendes hold som alle lærerkræfterne.

Udover at det er søde og rare mennesker, hun er sammen med, så mener

hun, at årsagen til den gode oplevelse er, at hun fra starten har valgt at nedtone sit handicap. Ikke at det ikke eksisterer, for det gør det og er en naturlig del af hende, men at hendes CP ikke skal gøres til et problem.

- Det har fra starten været vigtigt for mig at blive set på som en sygeplejestuderende ligesom alle andre og ikke som en person med cerebral parese, der kræver store hensyn.

Første praktik viste vejen

At Emilie sagtens kan stå distancen fik hun en positiv forsmag på i den første 4-dages praktik efter kort tid på skolebænken. Praktikken foregik på Skejby Sygehus, dels på et sengeafsnit og dels i et ambulatorium.

- De fire dage viste mig, at jeg både kan klare det mere fysisk betonedede arbejde på et sengeafsnit og det mere boglige arbejde på et ambulatorium. Det var en super god start og gjorde mig rigtig glad, understreger Emilie.

- Som sygeplejerske med CP er jeg sikker på, at jeg kommer til at bruge rigtig meget fra mig selv og mine livserfaringer, når jeg skal sætte mig ind i andre menneskers sårbare perioder. Dét, synes jeg, er helt unikt, og det glæder jeg mig til, når jeg er færdig.

Men naturligvis er der et stykke vej endnu. I alt seks semestre, en masse praktik og en afsluttende bachelor, som Emilie drømmer om at komme godt igennem. Dels for at nå sit store mål, at blive ambulatoriesygeplejerske og arbejde tæt sammen med

Kort om:

Emilie W. Iversen er 21 år og startede i september på VIA University College i Aarhus. På hele hendes årgang er der i alt 160 sygeplejestuderende, fordelt på fire klasser med 40 i hver. En del af studiearbejdet foregår i mindre grupper, og undervisningen veksler mellem praktik og teori. Uddannelsen tager 3½ år og baseres på auditorieforelæsninger, klasseundervisning, digitalt formidlet undervisning og undervisning i simulationslaboratorier. Under uddannelsen er Emilie tildelt socialpædagogisk støtte (SPS) og har fået en af underviserne som støtteperson, hvilket fungerer rigtig godt.

At være første semesters sygeplejestuderende er i sig selv rigtig stort for Emilie W. Iversen, men at kunne hjælpe andre mennesker som sygeplejerske bliver endnu større.

børn, unge og deres forældre, men også for at vise, at det er muligt at gennemføre, hvad man sætter sig for. Ikke mindst fordi man godt kan føle sig lidt alene som studerende med funktionsnedsættelse.

Emilie har således oplevet, at hendes uddannelsesvalg har været belagt med tabuer og tvivl fra omgivelserne. Men selv har hun aldrig været i tvivl om, at hun er havnet på den 'rette hylde' og nok skal klare alle udfordringerne. For uddannelsen som sygeplejerske er kun et skridt på vejen til at nå drømmemålet – at få et arbejde, hvor hun kan hjælpe andre.

- At drage omsorg og gøre noget godt for andre mennesker er en kæmpe værdi hos mig, og noget som jeg drømmer om bliver mit fremtidige arbejde, slutter Emilie.



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.

42 

 FAMILIEBOLIGER  UNGDOMSBOLIGER  SENIORBOLIGER  HANDICAPVENLIGE

Holger Drachmanns Gade 1
6400 Sønderborg
Tlf. 74 42 57 95
www.b42.dk

NÅR RENGØRING ER EN SPECIALOPGAVE  **+45 70 12 00 26**



**KL
SPECIALSERVICE**

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





**Industrirengøring
Specialrengøring
Ejendomsservice
Erhvervsrengøring**



Drømme om fællesskab og menneskelig udvikling

Cath Borch Jensen er 37 år, bor på Frederiksberg, arbejder som formidler, er uddannet zoneterapeut og desuden autodidakt danser. Og så drømmer hun. Meget. For drømme giver hende energi og fokus i livet.

AF TRINE KAMP LARSEN

Nogle drømmer om at kunne gå bedre, vinde en million eller at rejse til Kina. Cath har mange drømme, der strækker sig i forskellige retninger. De bidrager til den person, hun er:

- Jeg er et menneske, der får ting til at ske. Jeg har mange drømme! Jeg drømmer om at rejse mere, om at finde en partner med et solidt selvværd, der kan holde min ild i røven og hjertet ud, og om at udgive og tjene penge på at skrive bøger og holde foredrag.

- Jeg drømmer også om, at mennesker i fleksjob får mulighed for at forme deres arbejdsliv på lige fod med andre, og at de får mulighed for at uddanne sig parallelt med deres job. Jeg drømmer om månedlig, statsbetalt massage til alle mennesker med et handicap.

De fleste af drømmene arbejder hun løbende på at realisere, andre står længere nede på prioriteringslisten. Men hun mener, at det er vigtigt at drømme.

- Det gør mit liv større og mere indholdsrigt. Det giver et læringspotentiale, jeg bliver et bedre menneske og skarpere på mig selv og mine egne værdier. Jeg prioriterer mine drømme løbende og forskelligt, men mit udgangspunkt er, at de skal realiseres på et tidspunkt. Ellers pakker jeg dem væk, understreger Cath.

Politiske ønsker ja, men ingen drøm om at blive aktiv i politik

Mange af Caths drømme går i retning af politiske forbedringer, så mennesker med funktionsnedsættelser får bedre vilkår, men hun har ikke tålmodighed og temperament til at lægge sine kræfter i partipolitik:

- Der er andre veje, der er mere gunstige for mig. Politisk mundhuggeri trætter og demotiverer mig, og jeg føler, at der i de politiske processer bruges meget krudt på diverse afledningsmanøvrer, der hurtigt ville kunne sætte mig og andre uden for reel indflydelse. Derfor tager jeg opgaven på mig på andre måder.

Drømme er en afgørende del af Cath Borch Jensen. Foto: Marie Rosenkrantz Gjedsted.

“Heldigvis havde jeg en sagsbehandler, som troede på mig, og som ikke hoppede med på den udbredte antagelse om, at man ikke har evnerne, fordi man har en funktionsnedsættelse.

- Jeg lever af at kommunikere og bruger forskellige platforme til at formidle mine holdninger. Jeg tror på ændringer indefra og 'nedefra' og op. Jeg er god til at netværke og lære af og skabe dialog med mennesker, der har erfaring og indflydelse, på forskellige områder. Jeg er et meget learning-by-doing-menneske. Nysgerrighed, knofedt og optimisme er centralt for mig, når noget skal realiseres.

Stadig antagelser om, at mennesker med handicap ikke kan...

Flere af Caths drømme er allerede gået i opfyldelse, men det har krævet stor ihærdighed at overbevise systemet om, at man godt kan lykkes på trods af f.eks. spasticitet og kørestol:

- Jeg er uddannet zoneterapeut og har danset i professionelle danseforestillinger. Da jeg ville tage min uddannelse, fik jeg i første omgang at vide fra folk, der overhovedet ikke kendte mig, at det kunne ikke lade sig gøre. Heldigvis havde jeg en sagsbehandler, som troede på mig, og som ikke hoppede med på den udbredte antagelse om, at man ikke har evnerne, fordi man har en funktionsnedsættelse.

- Han troede på mig, og det er jeg ham og dem evigt taknemmelig for. Grundlæggende er jeg et meget taknemmeligt menneske. Det tror jeg, mange med lignende livsvilkår er, og vi ved også, at vi skal sætte pris, på det vi har, og arbejde hårdt for det, vi gerne vil have. Fællesskabet og det at støtte hinanden i vores drømme og hverdag, med alle de glæder og udfordringer vi allesammen møder, er noget af det vigtigste for mig, fremhæver Cath med en oprigtighed i stemmen, så man slet ikke er i tvivl.

- Hvis jeg skulle koge alle mine drømme ned til én ting, ville jeg sige, at det ikke kan lade sig gøre. Men hvis jeg skal, vil jeg hive drømmen om fællesskabet frem, som det allervigtigste. Sammen kan vi meget mere, end vi kan hver for sig. Og troen på hinanden giver en kæmpe rygvind, som vi alle kan give og hente brændstof til og fra, slutter Cath.

DryNites® Vågn op tør!

Danmarks nr. 1 natunderbuks til

Piger & Dreng



DryNites® natunderbukser har ekstra høj beskyttelse, er designet så de ligner almindelige underbukser og udviklet i et særligt lydløst materiale. Findes i 3 størrelser til børn i alderen 3-5 år, 4-7 år og 8-15 år.

Unikt engangsunderlagen



Tape funktion holder underlaget på plads



DryNites® BedMats er et absorberende engangsunderlagen, der holder madrassen tør, når uheldet er ude. DryNites® BedMats er specielt udviklet med fokus på høj absorption, beskyttelse og diskretion.

Læs mere på www.drynites.dk

Fås i de fleste supermarkeder, Matas og på apoteket.



Carl Jacobsens Vej 17L • 2500 Valby
Tlf. 25 55 12 02 • www.v8c.dk

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 (funktionel elektrisk stimulation) hjælpemiddelsystemer kan vi hjælpe dig, hvad enten det drejer sig om dropfod, dropfod kombineret med lårmuskelsvækkelse 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 85 57 • klunik@bjn.dk • www.bjn.dk



CONDUCTIVE
EDUCATION
PROGRAM
COPENHAGEN

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: 61690058 Mail: cp@petocph.dk

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

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

BLINDECENTER BREDEGAARD



Vi er et højt specialiseret bo- og dagtilbud til blinde og svagsynede voksne mennesker med multiple funktionsnedsættelser. Herunder også mennesker med erhvervet eller medfødt døvblindhed.

Vores kerneopgave er at give en sammenhængende indsats, der støtter borgeren i at leve et selvstændigt og aktivt liv ud fra egne ønsker og resurser.



Den Sociale
Virksomhed



Lindelyvej 5 • 3480 Fredensborg • Telefon: 4511 8411
bredegaard@regionh.dk • www.blindecenerbredegaard.dk

Drømmer om et godt liv for Henrik trods massive udfordringer

AF FRANDS HAVALESCHKA

- Jeg drømmer om, at Henrik kan komme op at gå, eventuelt med en rollator eller gangvogn, så han kan opleve verden omkring sig meget mere, end han gør i dag, og så drømmer jeg om, at han får mere sprog, så han bedre kan udtrykke det, han har indeni.

Drømmen er Henriette Sørensens. Ligesom alle andre mødre håber hun det bedste for sit barn, som nu er gået hen og er blevet en ung mand på 15 år. Hun ønsker, at han trods en alvorlig grad af cerebral parese får et godt liv, selv om de første 15 år af Henrik Sørensens liv har været op ad bakke.

Han blev født i 33. uge, syv uger før termin, og vejede 1.550 gram. Den første tid på sygehuset blev kompliceret af fejlbehandling, som familien siden hen har fået tilkendt erstatning for. Det var ikke noget, de umiddelbart opfattede som et problem i den første tid efter fødslen.

- Vi regnede med, at vi havde en nogenlunde sund og rask dreng, men da han var 6-8 måneder, kunne han ikke sidde og havde problemer med at spise. Den sproglige udvikling manglede også. Kort sagt udviklede han sig ikke på samme måde som andre børn i den alder, fortæller hans mor.

- Vi passede ham hjemme de første år og fik ergoterapi og fysioterapi i hjemmet. Da han var tre år, kom han i en specialbørnehave, hvor fagligheden omkring Henriks multihandicap blev intensiveret. Bl.a. blev han udstyret med skinner, sko og en NF Walker for at stimulere hans gangfunktion. Også en talepædagog blev tilknyttet, da hans sprog var meget begrænset.

Specialskolen har udviklet Henrik

I begyndelsen vidste familien ikke, hvad der skulle til at udvikle hans sprog, men det blev der siden taget hånd om. Det var en periode, hvor familien kæmpede for at få de rigtige hjælpemidler, som kunne gavne Henriks udvikling. Det var ikke altid lige let, og kommunens mange afvisninger resulterede ofte i opslidende ankesager.

Henrik gik i specialbørnehaven, frem til han var fem år gammel, så kom han på Åmoseskolen, der er en specialskole i Herning. Her blev han hurtigt rigtig glad for at være – hvilket han har været lige siden.



Henrik Sørensen har mange udfordringer, men mentalt er han stærk – med en god tilgang til livet. Privatfoto.

I dag er Henrik 15 år og går i en kombineret 8-10.klasse. Han elsker fortsat sin skole, fordi den udvikler ham og sætter ham i gang med nogle spændende ting, bl.a. ud fra nogle nye ergo- og fysioterapeutiske metoder. Samtidig har skolen givet ham nogle talepædagogiske værktøjer, der betyder, at han nu mestrer fingersprog og har et lille ordforråd, som han er i gang med at omsætte til hele sætninger.

- Men det vigtigste er, at Henrik, trods et meget begrænset sprogbrug, udmærket ved, hvad der foregår. Han er klog, og når man beder ham om at udføre en handling, så gør han det, siger Henriette Sørensens, der er glad for, at Henrik nu for alvor er kommet i gang med de talepædagogiske redskaber, så han bliver bedre til tydeligere at kunne udtrykke sig.

Så mens den sproglige del er godt på vej, mangler familien bare at få intensiveret balance- og gangtræningen i et ståstativ eller i en gangvogn, så han bliver mere mobil og samtidig får styrket sine muskler.

- Vi håber og tror på, at han med tiden kan komme til at bruge en såkaldt meywalker, der er en gangvogn med fjederophængt sæde, slutter Henriette Sørensens med håb i stemmen. Men hun ved godt, at det kræver blod, sved og tårer – samt stor opbakning fra alle sider.



Når Jeppe rejser nyder han livet fuldt ud.



Trods store udfordringer har Jeppe altid haft mod på livet, og de mange drømme, planer og oplæg udtænker han fra lejligheden i Valby.

Drømme kan bestige bjerge

AF FRANDS HAVALESCHKA

Jeppe Forchhammer er bestemt ikke kedelig. Selv om han fra naturens hånd er født med masser af udfordringer, sidder i el-kørestol og kommunikerer gennem en Tobii, øjenstyret talecomputer, så har han altid haft mod på livet. Rejser og oplevelser er en del af Jeppe's DNA. Således har han i sit 31-årige lange liv besøgt ikke færre end 36 forskellige lande, hvilket har kunnet lade sig gøre, fordi han altid har haft en stor opbakning af sin familie og i voksenlivet af sine hjælpere, der gerne følger ham i tykt og tyndt.

Da han boede hjemme, rejste familien meget og forældrene fandt stor glæde ved at dele rejseoplevelserne med Jeppe. Da han var 17 år, kom han første gang på Egmont

Højskolen, og her lærte han mere om den store verden omkring os samt at tilgængelighed, det er noget, man selv definerer – og selv skaber.

De seks år på Egmont Højskolen, fra sommeren 2007 til 2013, blev derfor et vendepunkt for Jeppe og var med til at definere hans fremtid som voksen. Opholdet gav ham endnu mere lyst til at opleve verden på egen hånd – med sine hjælpere. Og siden har det vist sig, at det ikke er de almindelige rejseoplevelser, han samler på. Ofte er det nogle helt vildt spektakulære ferier, som kun de færreste ville turde vove sig ud på. Men det gør Jeppe. Jo vildere jo bedre.

Fede oplevelser

Jeppe har sprunget tandemspring i faldskærm i San Francisco, hvor han blev tapet sammen med masterspringeren, så hans arme og ben ikke slog ham ud, inden skærmen blev udløst, og med samme instruktør fik Jeppe arrangeret en flyvetur, som han aldrig glemmer. Den foregik 30 meter under en helikopter i en lang wire.

Ved hjælp af en specialfremstillet ansigtsmaske og med to specialuddannede hjælpedykkere ved sin side, dykkede Jeppe for nogle år siden i havet ved øerne Gili Air i Indonesien. I det varme vand oplevede han her det fantastiske liv med farvestrålende fisk og koraller under havoverfladen.

Og så var der også lige rejsen langt inde i Nevadas ørken, hvor han efter en hel dags køretur i stegende sol, med en kæmpe forsyning af vand i bagagerummet, sammen med sit crew oplevede festivalen 'Burning Man', der det år samlede 60.000 mennesker til en hel uges aktiviteter.

Kort om Jeppe

Jeppe Forchhammer bor i Valby, er 31 år og født med cerebral parese, fordi han mors livmoder sprang, da hun skulle føde ham. Det resulterede i for lidt ilt og en hjerneskade. Jeppe's diagnose er dystoni, der er betegnelsen for ufrivillige spændinger i musklerne, som resulterer i abnorme bevægelser og stillinger af kroppsdele - Jeppe kan ikke styre sine bevægelser. Jeppe har besøgt følgende 36 lande: Canada, USA, Sverige, Norge, Finland, Tyskland, Holland, Belgien, Frankrig, Spanien, Portugal, England, Italien, Schweiz, Østrig, Ungarn, Tjekkiet, Slovakiet, Kroatien, Slovenien, Grækenland, Tyrkiet, Ægypten, Estland, Letland, Litauen, Kina, Thailand, Filipinerne, Japan, Indonesien, Tanzania, Sydafrika, Australien, Vietnam og Fijierne.

Helt op på verdens tag

Med disse og mange andre fantastiske oplevelser i bagagen kan det således ikke undre, at Jeppe fortsat har mod på nye eventyr. Til spørgsmålet: Hvad drømmer du om, Jeppe? Kom svaret på hans øjenstyrede talecomputer:

- Det kunne være fedt at bestige Mount Everest på et tidspunkt.

Og hvordan skulle det så ske:

- Med nogle stærke hjælpere hjemme-fra og nogle lokale folk og en special-bygget slæde.

Jeppe griner, mens han løfter sløret for sin drøm. Han ved godt, at det måske er en stor mundfuld, og at en ekspedition til Norges højeste bjerg, Galdhøpiggen, var en stor udfordring for Jacob Riis og Riis Ekspeditionen i 2015.

- Men hvis jeg så kan komme op på verdens højeste punkt, så er der jo ingen andre, der kan slå mig, svarer Jeppe og tilføjer: Jeg skal lige planlægge det og prioritere det i mit liv først.

Og det bliver ikke lige med det samme. Det har Jeppe alt for travlt til. Han



En af de seneste store oplevelser foregik i en isbar på toppen af en skyskraber, da han besøgte Vietnam.



Jeppe kommunikerer gennem sin øjenstyrede talecomputer.

holder jævnligt foredrag om, hvordan det er ikke at kunne tale verbalt. Bl.a. om hans kommunikation, livskvalitet og overgange i livet, og så har han i flere år været med som brugerrepræsentant i ISAAC's bestyrelse, hvor der holdes temadage og konferencer om ASK (alternativ og supplerende kommunikation). Sidste år blev en stor dansk ASK-konference aflyst på grund

af corona-restriktioner, men næste år håber han at komme med til en stor international ISAAC-konference, der afholdes i Mexico.

Så en rejse mere til et land, han ikke har været i før, det vil han glæde sig til. Og når det gælder turen til Mount Everest, skal man aldrig sige aldrig – slet ikke, når man kender Jeppe.



Ulf Eriksson Violins

Esplanaden 5a • 1263 Copenhagen
Tel: +45 33 12 24 64 • Mobil: +45 40 10 53 10
info@ulferiksson.com • www.ulferiksson.com



MURER|FIRMA

Leif Klitte ApS

TELEFON:
2877 7488

Løvefoddalen 2 • 8930 Randers
leifklitte@gmail.com
www.murerfirma-leifklitte.dk

REMA 1000
Meget mere discount!

Kirketorvet 1
8310 Tranbjerg

Telefon 86 14 11 81



v/ Annemette Wæhling
Båstrupvej 69
8722 Hedensted
Telefon 41 61 91 10

www.korningmalerforretning.dk



Den Rullende Kok
Bjarne M. Pedersen

Mangler du hjælp til festen
Så ring og jeg klarer resten!

Tlf. 8669 1112 denrullendekok@mail.dk
Mob. 2063 8838 www.denrullendekok.dk



BOLIGFORENINGEN P.M.

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

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



Minibus Danmark
- opbygninger til dine behov



Handicappbiler, institutionsbusser og
andre special tilpassede løsninger



Vi leverer over hele landet!

Vi bygger på alle mærker.
Husk - du bestemmer selv hvem,
der skal bygge din bil.

Telefon 7542 1711 • info@minibusdanmark.dk
www.minibusdanmark.dk



VIL DU MED UD PÅ

NYE OPLEVELSER

Egmont Højskolen
www.egmont-hs.dk

Kom gratis på kursus:

Har dit barnebarn CP? Så sæt X i kalenderen den 27. marts, hvor vi holder kursus for bedsteforældre. Det er gratis at deltage og bliver holdt i Vejle - mere info følger. Har du spørgsmål, så skriv til kursuskonsulent Trine Kamp Larsen på tkl@cpdanmark.dk

Viden, mere viden og frisk luft

Når et gammelt kursusår lukker, åbner der et nyt. Nogenlunde sådan lyder det gamle ordsprog, og det er også sandt for os. 2021 blev året, hvor vi kom i gang med at holde fysiske kurser igen, og 2022 bliver året, hvor vi kommer op i tempo.

AF TRINE KAMP LARSEN, KURSUSKONSULENT

Viden kan man aldrig få nok af, og vi lukker 2021 med at kigge ind i næste år, der er fyldt med netop det. Husk at du altid er velkommen til at kontakte os, hvis du har spørgsmål eller forslag til kurser, du gerne vil have på programmet.

Lær alt om cerebral parese

Der er mange følelser i spil, når man får et barn med cerebral parese, og midt i glæden over at få et barn, kan usikkerheden om diagnosen og den nye situation være overvældende. På kurset 'Familie med cerebral parese' får du opdateret viden om diagnosen, samt konkrete redskaber til at få familien til at fungere i hverdagen.

Du får en gennemgang af diagnosen fra en klinisk og kognitiv vinkel, men dagen byder også på et indlæg fra en socialrådgiver, der gennemgår hvilke støttemuligheder, serviceloven giver. Du er med andre ord rustet til at få familielivet med CP til at køre, får en masse konkrete redskaber til at hjælpe dit barn med de udfordringer, der kommer med en diagnose, og får ikke mindst opdateret viden om de støttemuligheder, loven giver. Vi holder kurset i Aarhus den 26. marts.

Planlægning gør mester, også ved skolestart

Har du et barn i indskolingen, og vil du gerne være sikker på, at barnet kommer godt i gang med skolen? Så kom på kursus, hvor psykolog og ph.d. Louise Bøttcher er den erfarne

oplægsholder, og lær mere om, hvad hjerneskaden og de kognitive vanskeligheder betyder for barnets indlæringsmuligheder, og hvordan man bedst kan støtte barnet.

På kursusdagen lærer du også om diagnosen cerebral parese, ligesom du får en opdateret viden om, hvilke støttemuligheder folkeskoleloven giver. Endelig er der også et modul om, hvordan lærere og pædagoger arbejder med børn i hverdagen, og hvilke redskaber der bruges, når børnene skal fungere i en almindelig skolegang.

Ud i det fri!

Frisk luft i kinderne og skumfiduser over bålet – dét er konceptet, når vi skal ud i det fri! På denne weekendtur er vi uden for hele weekenden, udforsker området, sover i shelter og hygger os sammen - og alle kan være med, for shelterpladsen er fuldt tilgængelig.

Vi har allieret os med Mette Mortensen, der er en af Danmarks bedste friluftsvejledere. Hun vil sikre, at alle kommer sikkert afsted og hjem igen, og at fællesskabet fungerer. Hvis navnet virker bekendt, er det fordi, Mette fik en imponerende 2. plads i tv-programmet Alene i vildmarken i 2019.



Louise Bøttcher er psykolog og underviser på kurset '**Kom godt i gang med skolen**', hvor hun hjælper med at få en god skolestart.

'**Familie med cerebral parese**' holdes 26. marts i Aarhus.

'**Kom godt i gang med skolen**' holdes 30. april i Odense.

'**Ude i det fri**' holdes 18.-19. juni i Jylland.

Tilmelding og flere oplysninger på: www.cpdanmark.dk/kurser



Opholdet byder på 3-4 intensive træningspas hver dag, men der bliver også god tid til at slappe af i de dejlige omgivelser, som Signe gør med kortspil.

Et trænings- ophold på Montebello åbnede verden for mig

Et intensivt træningsophold på Montebello i Spanien gav 28-årige Signe Vestergaard Borup meget mere end god balance og stærke muskler – det gav hende også ekstra energi og mod på livet.

AF FRANDS HAVALESCHKA

For kort tid siden fortalte Signe Vestergaard Borup i CP Danmark Forum på Facebook om sit træningsophold på Montebello i Spanien. Opslaget skabte stor opmærksomhed. Både tilbuddet i Spanien og den træningsplan, hun fik med hjem fra opholdet i september, interesserede mange.

Men hvordan fik Signe mulighed for at komme til Spanien? Hvad er Montebello, og hvem er målgruppen? Det fortæller vi mere om på de følgende sider.

- I foråret 2019 havde jeg haft en rigtig træls faldepisode, hvor jeg slog mig ret meget. Almindeligvis plejer jeg at gå med én krykke, men efter faldet blev jeg bange og oplevede, at det slet ikke var nok. Derfor går jeg nu med en rollator, som jeg dog har planer om at aflevere tilbage igen, hvor den hører til, nemlig hos kommunen, beretter Signe, der har cerebral parese/diplegi og derfor er ramt i begge ben.

Efter at hun i en periode havde sundet sig oven på oplevelsen, kontaktede hun sin læge i slutningen af 2019, for at høre om der var muligheder for genoptræning. Hun kendte godt Montebello fra sin fysioterapeut og fra en gammel onkel, der selv havde været der et par gange.

Henvist af egen læge

Lægen stillede et par spørgsmål til hendes funktionsniveau samt til hendes mål og tanker for fremtiden, og uden de store forbehold indstillede lægen hende til et træningsophold i Spanien. Med sit kendskab til Montebello vidste Signe, at et ophold tager udgangspunkt i en konkret hændelse, f.eks. en operation, en ulykke, blodprop eller forværring



De forskellige træningssale er fuldt udstyret, og træningen er en blanding af holdtræning og individuel træning.

i ens helbredsmæssige tilstand, hvor et intensivt træningsforløb kan være en del af en effektiv behandlingsplan.

I ansøgningen blev der derfor fokuseret på faldeepisoden, og den usikkerhed det havde skabt. Derudover blev der lagt vægt på, at hun generelt er blevet mere stivbenet med årene. En tilstand hun selv beskriver som at have en overkrop på 28 år og en underkrop på 80.

Når først man har ansøgt og er blevet visiteret til et ophold, kan man ikke selv vælge tidspunktet, men får en anvisning, når der er plads. Men for Signe gik det ret hurtigt. Allerede ugen efter fik hun tilbudt et ophold i april 2020.

Tidspunktet kom dog rimelig ubelejligt. Signe var nemlig i gang med at afslutte sit speciale i idéhistorie fra Aarhus Universitet og kunne ikke umiddelbart rejse. Hendes afbud blev godkendt, men kort tid efter kom corona-nedlukningen, så turen i april blev udsat på ubestemt tid.

Frit sygehusvalg

Månederne gik, og Signe blev med mellemrum kontaktet for at bekræfte, at hun fortsat var interesseret i at stå på venteliste til et ophold, når det blev muligt at genåbne. Det gjorde det i midten af august 2021, og kort tid efter fik Signe så tilbuddet igen.

- På den måde endte jeg altså med at komme afsted i september 2021, med et varsel på blot to uger inden afrejsen, fortæller Signe, der selv skulle betale for flybilletten tur/retur, som kostede 2.700 kroner – til gengæld var opholdet gratis.

Egenbetalingen skyldes, at Montebello hører under Region Hovedstaden, men samtidig er det også en del af loven om frit sygehusvalg. Derfor kan patienter fra hele landet komme på et tre ugers ophold. Bor man uden for Region Hovedstaden, skal man blot selv afholde udgiften til transport til og fra Montebello.

Det er en investering, som hun bestemt ikke har fortrudt. For Signe betragter stadig selve opholdet som noget helt fantastisk, og noget af det bedste hun har gjort for sig selv i meget lang tid. Uheldigvis forstuede hun sin venstre fod på grund af overanstrengelse midt under opholdet, hvilket selvfølgelig ærgrede hende, men det ændrer ikke ved hendes overordnede positive indtryk af opholdet.

- Jeg oplevede, at det sundhedsfaglige personale - læger, fysioterapeuter, sygeplejersker osv. - alle var utrolig kompetente og meget professionelle. Samtidig var de nærværende, omsorgsfulde og havde blik for hver enkelt patient, og det rørte mig faktisk dybt, at de lavede holdtræning, der tog hensyn til min forstuede fod.

Fik rykket sine grænser

De tre ugers ophold i Spanien gav Signe en masse energi samt inspiration og motivation til at fortsætte med træningen hjemme i Aarhus. Det betyder, at hun nu har gentænkt store dele af sin træning og fysioterapi, hvilket hun kan mærke, at hendes krop belønner hende for nu, hvor der er gået godt to måneder.

- Det er en oplevelse, som jeg føler mig utrolig privilegeret og heldig med at have fået. Ud over det rent træningsmæssige så lærte jeg også en masse om fællesskaber og fik nye venner, som jeg stadig ser, fremhæver Signe, der generelt er lidt forsigtigt anlagt og ikke særlig god til at tage chancer.

- Derfor er jeg faktisk rigtig stolt af, at jeg overhovedet turde tage af sted. Opholdet har virkelig skubbet så meget til mine grænser, at jeg har planlagt at tage alene til London til næste år, fordi jeg opdagede, at verden slet ikke er så farlig.

Det er derfor slet ikke utænkeligt, at Signe på et senere tidspunkt vil ansøge om et nyt ophold på Montebello, hvis hun og hendes læge kan se en mening med det. Hun har også planer om at prøve kræfter med et ophold på Parasport Danmarks sportslejr på Club La Santa på Lanzarote i 2022. Noget der var helt utænkeligt for bare et år siden.

Montebello

- frit sygehusvalg i Spanien

Montebello er organiseret under Nordsjællands Hospital, Hillerød, men geografisk ligger det i Sydspanien, i byen Benalmadena Pueblo tæt ved Malaga, hvor der stort set året rundt er lunt og dejligt.

Montebello hører under loven om frit sygehusvalg, og derfor kan patienter fra hele landet søge om ophold. Bor man uden for Region Hovedstaden, skal man selv betale for transport til og fra Montebello. Målgruppen er patienter, hvor lægen har vurderet, at det vil give god mening med et tre ugers specialiseret intensivt genoptræningsophold. Det er i første omgang hospitalslægen, en speciallæge eller egen læge, der indstiller til opholdet. Derefter vil visitationen på Montebello tage endelig stilling til henvisningen.

Det er således ikke et ophold, man selv kan booke. Det kræver en lægefaglig vurdering, og for at komme i betragtning skal personen have oplevet en væsentlig funktionsnedsættelse, enten efter opblussen i en kronisk lidelse eller på grund af en nylig kompliceret operation eller ulykke. Desuden skal patienten være over 18 år og selvhjulpnen i forhold til de almindelige dagligdags funktioner.

Intensiv træning på små hold

På Montebello er der ansat sundhedsfagligt personale, der omfatter læger, fysioterapeuter og ergoterapeuter. De fleste er danske, men ellers fra Norge og Sverige. Derimod varetages alle servicefunktioner af spaniere fra lokalområdet.

Træningen er intensiv og alsidig med træning flere gange dagligt. Der trænes blandt andet styrke, balance,

bevægelighed og koordination. I første del af indlæggelsen udføres der test og vurdering af funktionsniveau og ressourcer. Træningen foregår på små hold, hvor deltagerne har forskellige diagnoser. Behandlerne forventer, at man selv træner uden for de fastsatte behandlingstider, ligesom der lægges op til, at man efter hjemkomsten selvtræner ud fra Montebellos råd, vejledninger og træningsprogrammer.

Lang nedlukning

På grund af corona var Montebello ramt af en lang nedlukning fra marts 2020 til den 14. august i år, hvor man benyttede lejligheden til at renovere værelserne. Selv om det næsten kører på fuldt blus, eksisterer der fortsat forholdsregler for at undgå smitte.

- Normalt er der 11 på holdene, men i øjeblikket arbejder vi med lidt færre på grund af afstandskrav og mindre coronarestriktioner, fortæller Lena Slaatsveen, der er leder af klinisk afsnit på Montebello. Med lidt færre deltagere betyder det, at ventelisten kan være presset.

Henvisningen til Montebello, der er i drift året rundt, foregår elektronisk via Montebello-sekretariatet.

Læs mere om Montebello og mulighederne for et træningsophold på www.montebello.dk



Hvor mange sukkerknalder er der i en halv liters cola? 25 kunne kostkonsulent Birgitte Flensholt bl.a. fortælle.



Der var gang i aktiviteterne dagen igennem.

Med støttemidler fra Danske Handicaporganisationer er CP Danmark Storkøbenhavn i fuld gang med at gennemføre et spændende projekt med titlen: Mad, Musik og Motion. Det omfavner en række voksne med cerebral parese og andre diagnoser i dagtilbuddet på Jonstrupvang i Værløse og på Pibergården, Lavuk i Nødebo.

- Målet er at sætte fokus på sund "Mad på farten", lære deltagerne om musik og give dem idéer, inspiration og redskaber til at praktisere god hverdagsmotion, alt sammen til gavn for dagtilbudsbrugerne de to steder, fortæller Birte Hagelund, der står bag projektet.

Hun har etableret et samarbejde med



Mad, Musik og Motion

Det er titlen på et spændende projekt, der skal inspirere til en sjovere og sundere hverdag for en række dagtilbudsbrugere.

AF FRANDS HAVALESCHKA



Mikkel H. Lund havde nogle herlige timer sammen med deltagerne i musikgruppen.

kostkonsulent Birgitte Flensholt, der har stor viden om og erfaring med kost og ernæring til mennesker med udfordringer.

Personlig bog med favoritkost

- Birgitte vil stå for undervisningen, og i den forbindelse vil alle deltagere få mulighed for at skrive sin egen personlige bog om kost. Alle får en bog med blanke sider, og så kommer vi med billeder, tekster og andet materiale, der kan sættes ind i bogen. Der vil således være mulighed for at samle præcis det, som hver enkelt synes er vigtigst, understreger Birte Hagelund.

Projektet startede i midten af november, hvor Birgitte Flensholt fortalte smageholdets deltagere på Jonstrupvang om kostens betydning,

og hvordan sukker påvirker kroppen. Desuden fik de en masse gode forslag til små sunde mellemmåltider, der kan holde blodsukkeret i balance.

Smagsprøver er en del af den sansemæssige oplevelse, så alle havde også mulighed for at smage på forskellige ting og fik ovenikøbet en lille pakke med smagsprøver med hjem. Så længe projektet kører vil deltagerne løbende få en række opskrifter, de selv kan afprøve, ligesom alle deltagerne senere får en flot t-shirt med 'Mad på farten'-logo samt kokebogen 'Mad på farten', som Birgitte Flensholt udvikler i samarbejde med arbejdsgruppen.

Musik og motion

Musikdelen er lagt i hænderne på sanger og skuespiller Mikkel H. Lund,

der selv har cerebral parese. Han bidrager med ny viden, øvelser, sangtræning og korsang med deltagerne. Det er så idéen, at man kan benytte øvelserne efterfølgende de respektive steder.

Den første dag på Jonstrupvang brugte han til at hygge med de sangglade deltagere, synge sammen med dem og give en lille koncert med nogle af hans egne sange. De mere croonerprægede sange var dem, der tog flest kegler hos både deltagere og personale.

Det sidste element i projektet er 'Motion i hverdagen', der udføres af Elsass Fondens professionelle team.



Birte Hagelund t.v. og Birgitte Flensholt fortalte om kost og uddelte smagsprøver.

Herfra vil medarbejdere deltage i nogle aktivitetsdage og arbejde individuelt med øvelser og redskaber, som er lette at bruge i hverdagen, f.eks. boldkast, elastiktræning eller andet. For at understøtte mulighederne, så man også er i stand til at huske øvelserne, vil der blive udarbejdet et lille hæfte. Denne del vil blive udført i starten af det nye år.

Det er vigtigt at vide hvad CP-diagnosen omfatter

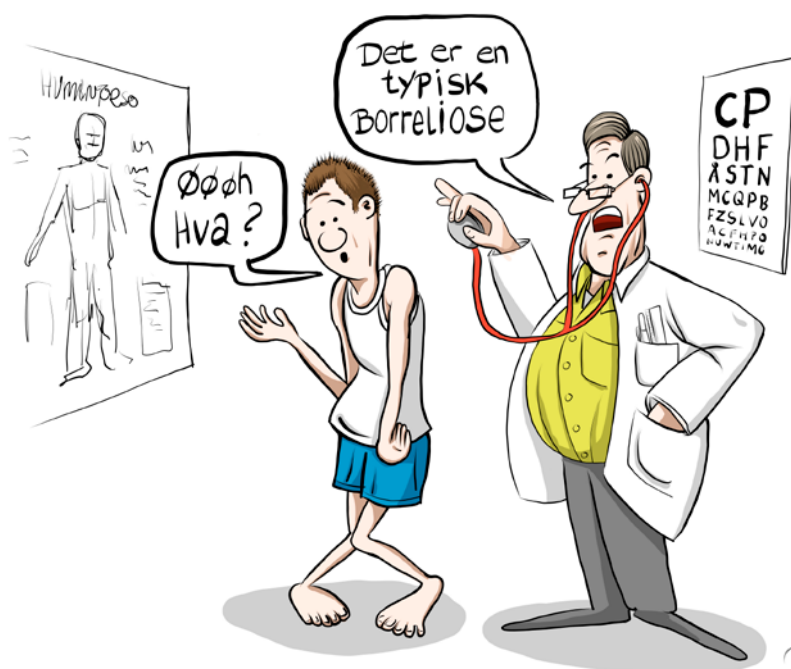
Aktuelle historier i rådgivningen viser, at mange voksne med en mild grad af CP aldrig har fået at vide, hvilke udfordringer de kan møde på deres vej gennem livet.

AF FRANDS HAVALESCHKA

I CP Danmarks rådgivning har der gennem en lang periode været en hel del henvendelser, der tyder på, at mange voksne i aldersgruppen 40-55 år med den brede betegnelse 'let CP' begynder at få udfordringer, som de har svært ved at definere, kende årsagerne til og gøre noget ved. De får pludselig behov for hjælp fra det offentlige, fordi de ikke længere kan overskue at arbejde fuld tid på ordinære vilkår, og fordi helbredet begynder at svigte.

Samtidig er det slående, hvor lidt de generelt ved om cerebral parese (CP), og hvad diagnosen også kan omfatte, ud over de fysiske udfordringer. Især er der meget begrænset kendskab til senfølgerne og slitagen på kroppen som følge af CP, ligesom de kognitive udfordringer og den hjernemæssige udtrætning også er ukendt for mange.

Som en berettede: "Der er aldrig nogen, der har fortalt mig, at kognitive udfordringer var en del af min



CP". Udsagnet er fra en mand på 46 år, som prøver at få overblik over sin helbredsmæssige situation. Han er nu i en livsfase, hvor det hele skal bearbejdes, efter han i årevis har gået hos sin egen læge og klaret sig igennem livet med henvisninger til en fysioterapeut.

To andre eksempler, som vi har

fået lov til at fortælle om, er Anders Hansen på 41 år og Povl Thomsen på 51 år, som først sent i livet er blevet opmærksom på senfølgerne af CP. Ja, i Povl Thomsens tilfælde skulle der gå 50 år, før han fik stillet diagnosen cerebral parese – af en erfaren fysioterapeut på et genoptræningscenter i København.

Kørte langt over sine grænser

Anders Hansen, der er født to måneder for tidligt, kan berette, at der i hans papirer står: 'CP i mild grad'. En udmelding han aldrig rigtig har kunnet bruge til noget, fordi diagnosen kun fokuserede på det fysiske.

- Jeg tror altid, at jeg har vidst, at jeg var anderledes, og at alle kunne tre gange mere end mig, men jeg har hængt på, gennemført en uddannelse som mekaniker og påtaget mig arbejde på fuld tid.

Udvidet rådgivning til pårørende

Som en del af en større bevilling fra Socialstyrelsen har CP Danmark nu fået mulighed for at tilbyde særlig rådgivning til alle pårørende til mennesker med cerebral parese. Det er en udvidet psykolog- og socialfaglig rådgivning, hvor det ikke er et krav, at du er medlem af foreningen.

Er du pårørende og vil benytte rådgivningen, så kan du kontakte rådgiverne på disse tidspunkter:

Socialrådgiver Mia Ibæk Touborg, onsdag kl. 9-13 på telefon 38 14 88 98.

Psykolog Klaus Christensen, tirsdag kl. 10-12 på telefon 38 88 45 95.

Uvidenheden har imidlertid betydet, at han i mange år er kørt langt over den fysiske og mentale grænse. Først da han var 30 år og godt presset i jobbet, fandt han ud af, at han blev nødt til at geare ned. Han droppede hvervet som mekaniker og blev uddannet som hjemmehjælper. Jobskiftet fra det private arbejdsmarked til det offentlige bekom ham vel og gav ham lidt mere ro på hans arbejdssituation.

Senere dukkede muligheden for at blive depottekniker på en hjælpe-middelcentral op. Han søgte, blev antaget og arbejdede her fem år på fuld tid, lige indtil 1. december 2020 hvor han blev sygemeldt – og i efteråret 2021 fyret. Kroppen kunne simpelthen ikke mere. En udredning har siden vist, at han også har en adhd-diagnose.

- Dette har sandsynligvis været brændstof til, at jeg har været i stand til at kunne passe et fuldtidsjob, på trods af CP, siden jeg var 15 år og indtil nu, hvor adhd'en oveni betyder, at jeg bliver ekstra hurtigt udtrættet, mister overblik og mangler struktur i hverdagen – hvilket jeg nok aldrig har haft, fortæller Anders Hansen.

En henvendelse til CP Danmarks psykolog, Klaus Christensen, fik ham til at indse, at han manglede overblik, evnen til at planlægge, og at han på de tidligere arbejdspladser havde været udsat for en voldsom udtrætning. Den erkendelse bruger han nu som god viden og ballast til at komme videre i sit liv som mand og familiefar. Måske med et tilpasset job – måske ikke?

Povl Thomsens historie

For Povl Thomsen er historien endnu mere grotesk. Selv om han blev dødfødt tre måneder for tidligt på et hospital på Midtjylland, genoplivet med ringe muligheder for overlevelse - men gjorde det – og opereret i haserne første gang som 3-årig, så var der intet i hans sygejournal, der indikerede, at han havde en alvorlig diagnose.

Tværtimod fik forældrene forståelsen af, at problemerne med benene var noget, han ville vokse fra omkring 10-års alderen. Det skete imidlertid ikke. Han blev tågænger og fik en mere og mere atypisk gang.

Efter at han som ung var flyttet til København, blev han som 19-årig opereret i begge ben på Rigshospitalet. Det var i 1989 – det år hvor Berlinmuren faldt, men desværre også det år, hvor han mistede tiltroen til den kirurg, der opererede ham. For operationen slog helt fejl, og selv om lægen indrømmede det, og Patientklagenævnet blev kontaktet, så kom der ikke mere ud af det.

Ikke borelia – men CP

Heldigvis blev skaden gjort god igen ved en ny muskelforlængende operation i begge ben på Rigshospitalet med efterfølgende effektiv genoptræning – men det skete dog først godt 30 år efter fejloperationen – og deraf mange års konstant usikkerhed. Bl.a. havde Povl et forløb nogle år forinden, hvor lægerne havde mistanke om, at hans uro i benene og andre ubehageligheder i kroppen skyldes borelia. Det blev dog afvist efter grundige undersøgelser.

Senere kom så den vigtige kontakt med Rigshospitalet og operationen. Under den efterfølgende genoptræning oplevede han fysioterapeutens klare udmelding: 'Du er jo en typisk CP'er' – som den forløsende kulmination på et langt liv med smerter og usikkerhed om kroppens formåen.

- Det var en stor forskrækkelse, men også en glæde over, at mine mange spjæt og problemer med benene gennem årene giver mening, fortæller Povl Thomsen, der aldrig har hørt nogen fortælle om det neurologiske aspekt i forbindelse med hans sygehistorier.

**Du kan læse mere om
CP og senfølger på
cpdanmark.dk/senfoelger**



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. 9-12 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

Undervisning og hjælp til dine særlige behov



CSU-Slagelse
Center for Specialundervisning

 58 57 57 60

 csu-slagelse@slagelse.dk

 <http://csu.slagelse.dk>






Tegninger og byggetilladelser

Bygherrerådgivning og håndværkersamarbejde

Energivejledning til private og erhverv

Vibøgevej 20 • 6470 Sydals • 20 14 07 58
peo@ebkonsulenten.dk • ebkonsulenten.dk




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!

Livsstilsmagasin - læs det på ...



www.liebhaverboligen.dk




Alt i solafskærmning
AALYKKE Markiser ApS

Vi fremstiller og opsætter
MARKISER FOR PRIVATE OG VIRKSOMHEDER
og vi kører i hele Danmark

Spurvevej 1 • 5772 Kværndrup
aalykke@hotmail.com
www.aalykkemarkiser.dk
Tlf. 24 26 29 20

BEIERHOLM
VI SKABER BALANCE

**REVISION . REGNSKAB
RÅDGIVNING . SKAT**

Sletten 45 . Holstebro . 97 41 22 11

www.beierholm.dk

JSK
CONTAINER A/S

Fremstilling • Blæs & Mal
Montage • Reparation

JSK CONTAINER

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

Inspecta EN 1090 Certificeret

Motorisk træning til bedre udvikling...



Vi tilbyder fysio- og ergoterapeutisk træning- og behandling - individuelt eller på hold i træningssal - både for børn og voksne.
Få mere information på tlf. 7587 3394 eller send en mail på info@thommysminde.net
www.thommysminde.dk

Thommysminde
TRÆNING, ERGO- OG FYSIOTERAPI



Hvejselvej 63, Hvejsel • 7300 Jelling • Telefon 7587 3394



Opholdsstedet Moesgaard

Arnborgvej 15
6933 Kibæk
Tlf. 97 19 12 80

www.opholdsstedetmoesgaard.dk

REMA 1000

Meget mere discount!

Alle dage 7-21



Gl. Hareskovvej 231
Værløse

Købmand Jimmy Storch

PROJEKT OPSØGENDE INDSATS:

Skam og tabuer skygger ofte for ensomheden

CP Danmarks projektleder, Line Jørgensen, kan se tilbage på et spændende og meget lærerigt år med opsøgende aktiviteter.

AF FRANDS HAVALESCHKA

Da projektleder Line Jørgensen for et år siden startede CP Danmarks opsøgende indsats for at finde frem til mennesker med cerebral parese, som aldrig rigtigt havde gjort noget væsen af sig selv, og som sjældent var en del af et fællesskab, var indsatsen ikke noget, der på forhånd var givet.

For hvordan finder man dem, som ikke har behov for at findes? Og hvad skal man gøre for at få dem til at indse, at gode relationer og fællesskab faktisk er en rar ting og godt for helbredet?

Mange tanker blev tænkt og stærke personlige bånd knyttet for at komme skridtet videre. Det handlede ganske enkelt om at finde deres interesser, og hvad de selv havde lyst til at bidrage med – og ikke hvad de pr. automatik blev tilbudt.

Altså var opgaven at ændre situationen fra at modtage noget til at bidrage med noget. Da den ændring blev indført, skete der pludseligt noget.

- Vi erfarede nemlig, at rigtig mange af CP Danmarks medlemmer gerne vil bidrage til at præge foreningens tilbud, at deltagelse kræver en større støtte, end vi troede, og at ensomhed er meget komplekst for vores målgruppe, fortæller Line Jørgensen,

der kan se tilbage på en spændende projektperiode, hvor udfordringer tilknyttet handicappet også har spillet en stor rolle.

- Vi er oppe imod skam, tabuer, selvbeprejelser, og det kan være svært at slippe af med, hvis man selv har en indgroet holdning til, at det er sådan det er.

Hvad har vi så lært?

Rigtig mange ting, vurderer Line Jørgensen:

- Projektet har hjulpet os på sporet af, hvilken retning foreningens videre arbejde mod ensomhed kan være. Men det, der har gjort størst indtryk på mig, er, hvor mange ressourcer og hvor meget nytænkning der er blandt vores medlemmer. Alt hvad vi fik udviklet i projektperioden, baserede sig på konkrete idéer fra medlemmerne.

- Vi lever i en hektisk hverdag, hvor alt skal gå så hurtigt, vi skal nå det hele på den halve tid, og der kommer man bare oftest til kort, når man har CP. Det kræver lige lidt ekstra tid til møder, referatskrivning og opfølgning, og derfor er det så let at overse eller nedprioritere inddragelse af mennesker med CP. I projektet havde jeg ressourcerne til at bruge den ekstra tid, og det gav resultat.

Mange aktiviteter sat i værk

I alt er 304 mennesker med CP blevet registreret som deltagere i projektets mange aktiviteter. Deltagelsen dækker en meget blanded gruppe med hensyn til alder, beskæftigelsesstatus og grad af CP. Målet var at komme bredt ud, og den bedste effekt viste sig at være rekruttering via Facebook.

I løbet af året er der arrangeret både events og klubber – alt lige fra virtuel ølsmagning for mænd, virtuel madlavningsevent med stjernekokken Claus Holm, hybridkoncert (live og virtuel) med musiker Mikkel Lund til politiske temaaftener, hvor bl.a. hovedstadens regionsrådsformand, Lars Gaardhøj, landsformand Pia Allerslev og CP Danmarks direktør, Mogens Wiederholt, deltog.

Motionscykelklub, fredagshyggeklub, musikklub, madklub, FIFA-PlayStationturnering, ergoterapeutisk udviklingsforløb samt et panelkoncept inspireret af Mads og Monopole var nogle af de øvrige aktiviteter, der blev søsat i årets løb. Som afrunding fik FIFA-drengene og deres forældre en rigtig god oplevelse i Parken, hvor de som kulmination på en god turneringssæson overværede fodboldlandsholdets kamp mod Færøerne.



LOKAL

Vi varmer op til generalforsamlingen i 2022

Så er det snart jul, og det betyder traditionen tro masser af hygge og gaver - to ting som CP UNG selvfølgelig leverer!

For det første er vi ved at planlægge mange spændende arrangementer i januar, men vi er også ved at planlægge en julegave til jer medlemmer! Det handler om vores årsmøde og generalforsamling 2022. Den kommer til at foregå på Musholm Ferie og Konferencenter i Korsør i dagene 12. og 13. februar 2022.

Det er et rigtig dejligt og fuldt tilgængeligt sted, hvor vi skal have lækker mad og fester. Men vi skal naturligvis også være seriøse og have praktikken på plads omkring CP Ungs bestyrelse og aktiviteter. Det drøfter vi under generalforsamlingens dagsorden.

CP Ung har sin egen landsdækkende bestyrelse med formand, næstformand, kasserer og øvrige poster. Posterne besættes ved det årlige årsmøde, hvor der afholdes generalforsamling eller ved det efterfølgende konstituerende møde.

Så sæt et STORT kryds i kalenderen og følg med på mail og de sociale medier, hvor der løbende vil komme mere info om opholdet, program og tilmelding.



Fredagsbaren er åben

Som en anden lille julegave har vi genoptaget vores fredagsbarer hver 14. dag. Du kan følge med på Facebook, hvilke dage det er. Kom og hyg - det plejer at være sjovt og en god anledning til at få lidt adspredelse i hverdagen.

Illustration by www.freepik.com



Tak for i år - og rigtig god jul til alle

Traditionen tro er der også en stor julehilsen fra formanden. Jeg vil sige tusind tak for alle de gode ting, der skete i året 2021. Samtidig vil jeg ønske alle medlemmer en rigtig god jul og et godt nytår. Vi ses i 2022!

Foto: Af xalex/www.shutterstock.com



50 år med idræt for mennesker med handicap blev fejret

I år er det 50 år siden, at Parasport Danmark blev stiftet under navnet Dansk Handicap Idræts-Forbund. Det var på et stiftende møde i Vejlbj-Ris-skov Hallen den 31. oktober 1971, at idræt for mennesker med handicap formelt blev organiseret.

Siden har forbundet gennemgået en omfattende udvikling og har i dag 460 registrerede klubber over hele landet. Forbundets mission er at arbejde for, at alle mennesker med et handicap eller et særligt behov skal have mulighed for at dyrke idræt, bevæge sig, motionere og konkurrere i et socialt fællesskab.

Som en del af den positive udvikling blev Parasport Danmark for få år siden optaget som et specialforbund under Danmarks Idrætsforbund (DIF), og forbundet har nu samarbejdsaftaler og partnerskaber med både specialforbund, handicaporganisationer og kommuner.

Målet med samarbejdet er at øge idrætsaktiviteten og sikre kvalitet i tilbuddene. Derudover organiserer Parasport Danmark en bred vifte af

Sammen med formand John Petersson studerede H.K.H. Prinsesse Benedikte den flotte bogudgivelse om de Paralympiske Lege. Foto: Lars Møller.



projekter, der dels skal hjælpe børn og unge i gang med parasport og dels har til hensigt at skabe eliteatleter og rollemodeller i verdensklasse.

Reception og jubilæumsaktiviteter

Jubilæet blev fejret med en stor reception den 29. oktober i Idrættens Hus i Brøndby, hvor atleter, trænere, frivillige, foreninger, specialforbund, politikere, samarbejdspartnere, venner og andre med tilknytning til Parasport Danmark var samlet i

kongressalen. Her kastede forbundets protektor siden 1981, H.K.H. Prinsesse Benedikte, glans over arrangementet ved at være den første i talerækken, efter at formand John Petersson havde budt gæsterne velkommen.

Prinsessen fortalte blandt andet, at det var Gudmund Schack, der i 60'erne var formand for DIF og en af initiativtagerne til oprettelsen af Dansk Handicap Idræts-Forbund, der havde overtalt hende til at blive protektor, hvilket hun bestemt ikke havde fortrudt. Prinsessen kunne se tilbage på mange fantastiske oplevelser med atleterne og glædede sig til at følge aktiviteterne i årene, der kommer, specielt så hun frem til PL i Paris i 2024.

I forbindelse med jubilæet har Parasport Danmark skabt en række udgivelser og tiltag, bl.a. et jubilæumsmagasin, historiske podcasts samt etablering af en jubilæumspulje, som klubber og udvalg har kunnet søge til lokale jubilæumsfejring.

FH

H.K.H. Prinsesse Benedikte holdt festtalen, da Parasport Danmark markerede sit 50 års jubilæum med et stort arrangement i Idrættens Hus i Brøndby. Foto: Lars Møller.





NY PÅ BOGREOLEN

En perle om de Paralympiske Lege

I anledning af Parasport Danmarks 50 års fødselsdag i år er der udgivet en lille perle i form af bogen *De Paralympiske Lege – set med danske øjne*. Det er Jens Boe Nielsen, der har samlet materialet, som dokumenterer Danmarks deltagelse ved de Paralympiske Lege, siden Danmark var med første gang i 1968 til og med legene i Rio og Pyeongchang (Korea) i 2018.

Bogen beskriver også, hvordan legene kom i gang, hvordan de udviklede sig fra beskedne rammer, til den kæmpe store begivenhed det er i dag. Et langt sejt træk, hvor parasporten ikke alene har måtte kæmpe for at udvikle sig selv, men også for at få anerkendelse for sine kvaliteter hos Danmarks Idræts Forbund, Team Danmark og hos medierne.

Men først og fremmest er bogen en stor hyldest til alle de idrætsudøvere, som har været med, og til alle de trænere, ledere, hjælpere, læger, sygeplejersker, fysioterapeuter m.v. som har skabt rammen for parasportens udvikling.

Set med CP-briller er bogen også ganske interessant. Mange dygtige atleter med cerebral parese har gennem årene været med til at sætte præg på idrætsaktiviteterne og er fint beskrevet i bogen. Bl.a. løberen Henrik Thomsen, atletikudøveren Mogens Justesen, bordtennisspillerne Flemming Mortensen og Michael Jensen, bocciaspilleren Henrik Jørgensen, svømmeren Hans Ole Noe, cykelrytteren Karen Jacobsen, dressurrytteren Cecilie Caroline Nielsen og Mansoor Siddiqi, der både har vundet medaljer i boccia og senere været mester for at udbrede framerunning-sporten, samt mange, mange andre.

Forfatter: Jens Boe Nielsen. Udgivet på Syddansk Universitetsforlag. Serie: University of Southern Denmark Studies in History and Social Sciences vol. 616. Indbundet og flot illustreret, 216 sider. Udgivet 29/10 2021. ISBN 978-87-408-3372-0. Vejledende pris: 250 kr.



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
E F T E R S K O L E

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

hardsyssel.dk

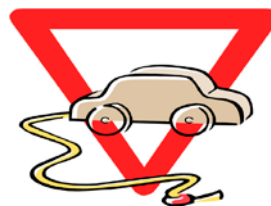


Erasmus & Partnere

RÅDGIVENDE INGENIØRER A/S

Åstrupvej 10 • 9800 Hjørring
Tlf. 9894 3811 • info@erasmus.dk
www.erasmus.dk

RØDOVRE KØRESKOLE



KØREKORT MED OMTANKE

Rødovrevej 245 • 2610 Rødovre
Telefon 36 126 125 • www.rodovrekoreskole.dk

GORM'S
KØLESERVICE APS

Søagervej 8 • 2670 Greve
Tlf. +45 22 38 08 64
www.Gorm.dk

Tuluna
design

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



BOSTEDET DYSEMUSEN

Dyssemosevej 9 • 4760 Vordingborg
Tlf: 55 38 20 55 • bostedetdyssemosen@mail.dk

HNN Entreprenørfirma A/S

Orupgade 22 B • Orup
4640 Fakse
Tlf. 56 72 52 31
Mobil 40 20 52 31



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-doegn-og-aflastningstilbud.dk/>



SUK
REGION
SYDDANMARK
Dansk Oplysnings Forbund

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

Aftenskolen for udviklingshæmmede.

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

Handi Forsikring kan fejre 25 års jubilæum

Selskabet tilbyder forsikringer, der er tilpasset mennesker med handicap.

AF FRANDS HAVALESCHKA

Mennesker med handicap skal selvfølgelig også have mulighed for at tegne en ordentlig forsikring. Det er baggrunden for, at Lev tilbage i 1996 startede Handi Forsikrings-service i samarbejde med Codan. Det er nu 25 år siden, og samarbejdet kører fortsat rigtig godt med en række foreninger som samarbejdspartnere, bl.a. CP Danmark.

Gennem årene har flere af CP Danmarks medlemmer haft gavn af Handi Forsikring. En af dem er Allan Gravesen, som bor på Møn. Han har BPA-ordning med seks ansatte hjælpere, og han brugte i en årrække Handi Forsikring som arbejdsskadeforsikringsselskab.

En arbejdsskadeforsikring dækker, hvis der sker noget med hjælperne, mens de er på arbejde, eller hvis de laver uheld over for tredjepart. Forsikringen dækker også, hvis hjælperne kommer til at ødelægge noget i hjemmet hos borgeren, de er ansat hos. Ligesom med en brandforsikring er det en lovpligtig forsikring, som man håber aldrig at få brug for.

- Men det gjorde jeg for nogle år siden, og her fungerede forsikringen upåklageligt, fortæller Allan Gravesen.

Forsikringstyper

Handi Forsikring har ikke så mange forskellige forsikringstyper som de store selskaber, men de tilbyder to meget efterspurgte forsikringstyper: hændelsesforsikring og boforsikring.

Hvis man er uheldig at få tandskader eller at brække sin arm, kan man få erstatning, hvis man har tegnet en hændelsesforsikring, det der hos mange andre forsikrings-selskaber hedder en ulykkesforsikring. Men desværre er der mange eksempler på, at mennesker med forskellige handicap ikke kan få en almindelig ulykkesforsikring. Her kan Handi Forsikring hjælpe, fordi helbredsoplysninger ikke er noget krav.

Med en hændelsesforsikring er du dækket 24 timer i døgnet – det vil sige, både når du har fri, og når du er på arbejde, aktivitetstilbud eller lignende.



Boforsikringen dækker bredt

Hvis din cykel bliver stjålet, eller din lejlighed brænder, kan du få erstatning for dit indbo, såfremt du har en Handi Boforsikring. Forsikringen dækker også, hvis du får en vandskade på grund af et ødelagt vandrør, eller hvis der bliver begået hærværk på nogle af dine ting.

Boforsikringen dækker dine personlige ejendele i tilfælde af brand, tyveri, vandskade, færdselsskade og hærværk, men også røveri og simpelt tyveri samt retshjælp m.v. Med en boforsikring medfølger desuden en gratis rejseforsikring, som gælder i hele verden.

Vil du vide mere

Du kan læse om forsikringstyperne, hvad de dækker og hvilke tilkøbsmuligheder der er, for ekstra dækninger, på www.handiforsikring.dk

Byens Frisør

Tlf. 86 98 01 00

www.byensfrisoerhadsten.dk

Online
booking



Benthe Winther Frederiksen Søndergade 14 • 8370 Hadsten


M.C. Diamantskæring
24 25 01 00

M.C. Diamantskæring

Ballevej 24 • 8570 Trustrup
Tlf. 24 25 01 00 • martin@mcdds.dk
www.mcdds.dk

MOTOR-CENTRUM APS



Bilsalg og autoværksted

Ring til os,
så vi sammen kan finde
den bedste løsning
for dig!

www.motor-centrum.dk

86 38 10 74

Knivej 4 • 8586 Ørum Djurs

**Motor-Centrum
kan bl.a. hjælpe
med:**

SERVICEEFTERSYN

DÆKSKIFTE

PROBLEMER M/ MOTOREN

AUTOSKADER

ALT I AUTO-EL

AUTORUDER

DIVERSE

ROSA
DAGSKOLE
Skole på en anden måde

Læringsmiljø for voksne med indlæringsvanskeligheder

Kildegården 5B, stuen • 4000 Roskilde
Tlf. Kontor: 4637 0909 • Mobil: 4057 0484
roksop@gmail.com • www.rosadagskole.dk

Så handler du
samme sted som
malermesteren
Flügger farver

Malerfirma Skriver Møller
Ndr. Strandvej 4, 8400 Ebeltøft
Tlf. 86 34 13 44 • www.flugger.dk



K2815

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



Dagsorden til kredsens generalforsamlinger

1. Valg af dirigent og stemmetællere
2. Beretning fra kredsbestyrelsen
3. Forelæggelse af regnskab
4. Behandling af indkomne forslag fra bestyrelsen eller medlemmer - forslag skal være bestyrelsen/ formanden i hænde senest 8 dage før generalforsamlingen.
5. Valg af kredsbestyrelsesmedlemmer og suppleanter samt valg til HB og suppleant.
6. Valg af revisor for kredsforeningen.
7. Eventuelt.

CP DANMARK STORKØBENHAVN

Formand Mansoor Siddiqi
Mail: msi@parasport.dk

FEST MED BANDET 'RECEPTEN'

Måske kan du huske de mange gode fester i Ølstykke med livebandet Recepten, der spiller op til fest og måske dans. Vi er klar med en ny fest, hvor du kan komme og nyde musikken, lidt god mad og godt samvær. Vi lover fest og god stemning.

Tid: Lørdag den 5. marts 2022.

Sted: Geelsgaardskolens festlokale, Virum.

Pris og tilmelding: Nærmere information følger - følg med på Facebook, hvor vi lægger opslag op.

Info: Du kan tilmelde dig og din hjælper til at modtage yderligere information om festen ved at skrive til birtehagelund@mail.dk - herfra sendes mere information i løbet af januar 2022.

CP DANMARK NORDSJÆLLAND

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

FÆLLES GENERALFORSAMLINGS-ARRANGEMENT

De tre kredse: **CP Danmark Storkøbenhavn, Nordsjælland og Roskilde** holder et fælles arrangement den 2. februar 2022 i Handicaporganisationernes Hus. Hver kreds holder sin generalforsamling ifølge vedtægterne, hvorefter der spises og landsformand Pia Allerslev holder et spændende oplæg for alle.

Tid: Onsdag den 2. februar 2022 kl. 17.30-20.45

Sted: Handicaporganisationernes Hus, Blekinge Boulevard 2, 2630 Taastrup.

Pris: Gratis.

Program: Kl. 17.30: Generalforsamling - kl. 18.30: Fællesspisning - kl. 19.45: Fælles oplæg fra landsformand Pia Allerslev om hendes visioner for CP Danmark - kl. 20.45: Afslutning.

Tilmelding: Senest 26. januar 2022 til:

Storkøbenhavn: Mansoor Siddiqi, mail: msi@parasport.dk eller mobil: 4084 2457

Nordsjælland: Lars S. Nielsen, mail: ivs.nielsen@c.dk eller mobil: 2924 9989

Roskilde: Bente Lis Clausen på mail: bentelis@tunenet.dk eller mobil: 5071 9863.

STOR INTERESSE FOR TURENE TIL RAGNAROCK

I oktober havde CP Danmark Storkøbenhavn arrangeret to spændende ture til musikmuseet Ragnarock i Roskilde. I alt 45 deltagere benyttede muligheden og nød en rundvisning i særudstillingen om Roskilde-festivalen. Brunch og hyggeligt samvær varmede deltagerne op til den efterfølgende rundvisning. Vi takker Elsass Fondens pulje til sociale aktiviteter for støtte til arrangementet.

Birte Hagelund



CP DANMARK ROSKILDE

Formand Bente Lis Clausen
Mail: bentelis@tunenet.dk

GLÆDELIG JUL

Vi ønsker alle vores medlemmer en glædelig jul og et godt nytår. Vi nåede trods alt at få afviklet aktiviteter i 2021, og vi håber, at det bliver muligt at afvikle flere i 2022. Generalforsamlingen afholdes d. 2/2 - 2022 se side 43.

Bente Lis



HYGGELIG JULETRÆSFEST

I år kunne vi heldigvis genoptage den mangeårige tradition med at samles til julefest i Vig Forsamlingshus. Der var kæmpe tilslutning, og efter et års pause kunne vi igen glæde os over Lenes gode julemad, Walters orkestres gode julemusik, underholdning af nisserne Bente og Michael, lotteri og godteposer. Fantastisk stemning og en super start på en sød juletid.



CP DANMARK NORDVESTSJÆLLAND

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

LONE HERTZ GAV OS HÅBET TILBAGE

I kredsen er vi meget taknemmelige for støtten fra DH til afholdelse af foredraget 'Giv os håbet tilbage' med Lone Hertz. Arrangementet havde på grund af corona været skubbet i over et år, så vi var glade for, at der fortsat var så stor tilslutning, da det lykkedes os at finde en søndag i starten af oktober, hvor vi kunne samles. Lone Hertz gav et inspirerende foredrag om håb på trods, og det gav anledning til mange spørgsmål og refleksioner. Det var dejligt at opleve Lone Hertz i øjenhøjde ved den efterfølgende åbne snak og vidensdeling - også efter debatten i plenum.



Salen var fyldt og snakken god, da Lone Hertz gæstede kredsarrangementet i Holbæk.



GENERALFORSAMLING

Kredsen holder årets generalforsamling mandag den 28. februar kl. 18 på Fjordstjernen i Holbæk. Kredsen er vært for en middag, hvor CP Danmarks formand, Pia Allerslev, deltager. Hun holder et kort oplæg om aktuelle handicappolitiske emner, før vi starter generalforsamlingen.

Tid: Mandag den 28. februar 2022 kl. 18.

Sted: Fjordstjernen, Isefjords Allé 27, 4300 Holbæk.

Tilmelding: Senest 21. februar til Marianne Kristensen på mail: marianne-soendergaardkristensen@gmail.com

FRAMERUNNING

Hvis du er interesseret i framerunning, så er der en klub i Holbæk. Ring til Ole på telefon 20 29 33 73 eller send ham en mail: berggren@outlook.dk og få en snak om mulighederne.

GUMMIFRÆSERNE ER I GANG IGEN

Kørestolsdanseholdet Gummifræserne træner én lørdag hver måned. For at deltage skal kørestolsbrugeren benytte manuel kørestol og have en fast hjælper som dansepartner. Kørestolsdanseren skal desuden være medlem af CP Danmark. Sæsonen strækker sig frem til september 2022. Træningslørdagene i foråret 2022

afholdes den 8. januar, 5. februar, 5. marts, 2. april, 7. maj og 11. juni – alle dage kl. 10-12. Aktiviteterne foregår på Jyderup Skole, A-fløjen, Elmegården 58, 4450 Jyderup. Vil du vide mere, så kontakt danseinstruktør Bente Langkjær på mail: bpost@mail.tele.dk - telefon 59 29 15 86 / 21 72 80 26 - eller formand Bente Lis Clausen, mail: bentelis@tunenet.dk - telefon 46 13 92 98.

CP DANMARK STORSTRØM

Formand Mette Rasmussen

Mail: met.rasmussen@outlook.dk

FARVEL OG TJAK TIL ADAM OG NOAH

CP Storstrøm havde inviteret til Adam og Noah-show, der dog fandt sted et år senere end først planlagt. Men sikke en aften vi fik. Adam og Noah gav os en super god og given-de underholdning. Hva' sker der danskere. Vi elsker jer, kartofler og ikke-kartofler. Ja, vi grinede en del af de brune og de

hvide, og hvor forskellige vi er som familier. Samt på forskellen på et dansk bryllup og arabisk bryllup. Vi fik sagt 'Farvel og Tjak' til Adam og Noah, som spilles af Joel Hyrland (Adam) og Hadi Ka-Koush (Noah) og må klappe deres egne ord til os i slutreplikken: 'Vi vil bare gerne sige tjak. Tjak, fordi vi måtte tage pis på jer, tjak fordi I ville grine med os og tjak, fordi I er så fucking luksus. Yalla fuck af vi ses - en sidste gang'. Tak for en god kredsafte.

Annette Berg

HJÆLPENDE HÆNDER EFTERLYSES

For at vores kreds fortsat kan lave spændende arrangementer for medlemmerne har vi fremadrettet brug for flere frivillige hænder. Det behøver ikke være det helt store. F.eks. kan det være hjælp til at lave kaffe til et arrangement eller tage imod deltagerne m.v. Kontakt bestyrelsen for mere info. Alle ønskes en rigtig glædelig jul og et godt nytår.

FANTASTISKE OPLEVELSER I KNUTHENBORG

I september tilbød kredsens en overnatning i Knuthenborg, og det blev et tilløbsstykke uden lige. Blot få dage efter invitationen var udsendt, var alle pladser besat, og flere håbefulde medlemmer kom på venteliste. Vi mødtes ved indgangen til Knuthenborg og kørte derefter rundt i parken på egen hånd og nød dyrene og det gode vejr. Frokosten fra Flintehuset var som sædvanlig rigtig god, og bortset fra at vi måtte vente 45 minutter på vores drikkevarer, hyggede alle sig godt med småsnak på kryds og tværs. Om eftermiddagen fandt vi vores hytter og gjorde klar til at overvære fodringen af savannens dyr, som foregik lige uden for hytterne. Efter et par timers afslapning mødtes vi alle igen til en yderst velsmagende grillbuffet. Da parken lukkede, faldt der en helt speciel ro på dyrene, og flere giraffer kom helt hen til vores altaner. En fantastisk oplevelse, der fortsatte om morgenen, mens vi indtog den dejlige morgenmad på hver vores terrasse. Senere samledes alle i Limpopoland til en fælles frokost og afslutning efter en dejlig weekend med fantastiske oplevelser.



Girafferne kom meget tæt på i flere situationer.

GENERALFORSAMLING

Så er det igen tid til den årlige generalforsamling, og i 2022 prøver vi noget nyt. Vi vil arrangere det som et familiearrangement og starter derfor kl. 17.30 med fælleshygge med en masse dejlig pizza og sodavand. Herefter kan børnene komme ind i 'solskinsrummet', hvor der vil blive vist Disney Sjøv og serveret chips og fredagsguf. Der vil blive arrangeret børnepasning, og mens børnene ser fjernsyn og hygger sig, klarer de voksne generalforsamlingen.

Tid: Fredag den 25. februar 2022 kl. 17.30 til 21.

Sted: Frivilligcenter Næstved, Fari-magsvej 16, 4700 Næstved.

Pris: Gratis.

Tilmelding: Senest 18. februar 2022 til kredsens fællesmail: kreds9@live.dk

Info: Mere info i indbydelsen, der udsendes, når vi nærmer os.

CP DANMARK BORNHOLM

Formand Karen Nisbeth

Mail: karen@nisbeth.dk

KREDSSENS FREMTID

Vi overvejer stadig kredsens fremtid, men kan med glæde fortælle, at der har været stigende tilslutning til vore to seneste arrangementer. På den kommende generalforsamling skal vi for alvor drøfte, hvad der skal ske videre frem, så vi håber, flere får lyst til at deltage. Dato og sted er ikke på plads i skrivende stund, men alle får indkaldelse pr. brev eller mail.

GLÆDELIG JUL

Vi ønsker medlemmer en rigtig glædelig jul og alt godt i det nye år.

Bestyrelsen

CP DANMARK FYN

Formand Mads Witt Demant

Mail: cpdkfyn@gmail.com

KOM OG VÆR MED!

Nu er 2021 snart ved at være gået, og hvor har det været dejligt, at vi igen har kunne mødes fysisk! 1000 tak for den fedeste søndag i starten af november, hvor vi spillede bowling og spiste brunch. Den stemning og vores fantastiske fællesskab er helt fantastisk, og hvor er det skønt, som snakken bare går, når vi er sammen. Vores bestyrelse på Fyn har også været på kursus i lobbyisme, for penge vi havde søgt fra Danske Handicaporganisationers lokalpulje. Vi have en rigtig udbytterig søndag og fik lært en masse om, hvordan vi bedst får indflydelse i kommunen. Nu er vi i gang med at bruge det, og vi bliver rigtig gode.



LANDSFORMANDEN ER GÆST

Vi starter 2022 med at byde vores landsformand Pia Allerslev velkommen til vores generalforsamling på Fyn. Pia kommer til en snak om visioner og drømme for CP Danmark, hvor fokus både er på det politiske og det foreningsmæssige. Det bliver en spændende aften, hvor vi udveksler idéer om alt det fantastiske, vi fremadrettet skal lave sammen. Kom glad – vi mangler ikke bestyrelsesmedlemmer, men

har du lyst til at være med i arbejdet, er alle velkomne - sammen gør vi Kreds Fyn bedre.

Tid: Mandag den 7. februar 2022 kl. 18.

Sted: Lokalerne ved Dyrup kirke, Tranehøj 1, 5250 Odense SV.

Pris: Gratis.

Tilmelding: Senest den 31. januar til Linda: cirkusjensen@gmail.com eller tlf. 29 82 11 25. Hvis der er noget, du ikke kan tåle, eller vi skal tage højde for, bedes det oplyst ved tilmelding.

Program: Kl. 18: Spisning. Kl. 19: Generalforsamling ifølge foreningens vedtægter. Kl. 19.30: Pia fortæller om visioner, tanker, idéer for CP Danmark og vi snakker om, hvor Kreds Fyn er lige nu, og hvor vi gerne vil hen. Kl. 21.30: Tak for i aften.

Info: Alle er velkomne - så tå bare naboen med.

GODT NYTÅR

Bestyrelsen vil ønske alle en rigtig glædelig jul og godt nytår. Pas godt på hinanden - vi glæder os til 2022. Husk at følge os på Facebook - Cerebral Parese/CP Danmark Fyn - så får du nyhederne først. Vi ses!

Bestyrelsen

CP DANMARK SØNDERJYLLAND

Formand Tobias Jørgensen

Mail: 2bias1997@gmail.com

GOD JUL OG GODT NYTÅR!

Alle foreningens medlemmer ønskes en rigtig glædelig jul og et godt nytår.

Bestyrelsen

CP DANMARK SYDVESTJYLLAND

Formand Jan Grønbaek Sørensen

Mail: j-gronbaek@mail.tele.dk

GENERALFORSAMLING

Kredsen afholder generalforsamling fredag den 25. februar 2022. Inden generalforsamlingen, der afholdes ifølge vedtægterne, vil bestyrelsen byde på en let middag og efter generalforsamlingen vil der være bankospil.

Tid: Fredag den 25. februar 2022 kl. 12-17.

Sted: Festsalen, Kvaglundparken 1 i Esbjerg.

Tilmelding: Ønsker man at deltage i spisningen, SKAL tilmelding ske til næstformanden, senest 20. februar på mail: kristensenconnie@live.dk eller telefon 27 58 91 47 - bedst aften kl. 18-21.

Info: Uden tilmelding kan man ikke forvente at deltage i spisningen. Kredsforeningen ønsker god jul og godt nytår til alle!

Jan Grønbaek

CP DANMARK SYDØSTJYLLAND

Formand Jens Peder Roed
Mail: jproed@stofanet.dk

GENERALFORSAMLING

Vi afholder vores ordinære generalforsamling den 28. februar i Kolding, hvor vi begynder med spisning og bagefter afvikles vores generalforsamling i henhold til vedtægterne.

Tid: Mandag den 28. februar 2022 kl. 18.

Sted: KUC, Ågade 27, 6000 Kolding.

Pris: Gratis.

Tilmelding: Senest 21. februar på mail: engtoften10@mail.dk eller på tlf. 25 11 12 58 eller 22 15 21 50.

Info: Der udsendes indbydelse til alle kredsmedlemmer.

UDBYTTERIG AFTEN MED MIA

Den 12. oktober afholdt vi en meget interessant og udbytterig aften med CP Danmarks socialrådgiver, Mia Ibæk Touborg. Hun gjorde os meget klogere på problemerne med CP'ernes overgang fra barn til voksen, og de udfordringer der kan være ved ansøgning om handicap-biler og andre hjælpemidler. Mia kom med mange gode råd, og der var stor spørgelyst, så alle gik hjem med et godt udbytte af aftenen. En stor tak til Mia for en meget informativ aften.

GOD JUL

Vi ønsker alle vore medlemmer en glædelig jul og et godt nytår. Vi håber på bedre muligheder for at lave flere arrangementer i 2022.

Bestyrelsen

CP DANMARK VESTJYLLAND

Formand Bent Ole Nielsen
Mail: bon@privat.dk

GLÆDELIG JUL OG GODT NYTÅR

Året er gået, og vi tænker tilbage på de gode, sjove, spændende oplevelser, vi har haft i årets løb. Mange har fået dagligdagen ændret af Covid-19, men vi håber alle, at det må få en ende. Vejret har været rigtigt dansk, afvekslende med gode solskinstimer og indimellem har vi fået lidt regnvejr. Men trods det har der alligevel været tid til at deltage

i et foredrag, en tur og være sammen med andre fra CP Danmark Vestjylland. Vi vil fra kredsbestyrelsen ønske jer alle en rigtig god jul samt et godt nytår. Vi håber, at I sammen med os og hinanden har haft gode oplevelser til CP Danmarks arrangementer, hvor det har været en glæde for kredsbestyrelsen at se glade deltagere. Vi byder nye medlemmer velkommen og glæder os til at se jer til vores arrangementer. Vi modtager gerne ris og ros samt gode forslag til nye aktiviteter.

Bestyrelsen



GENERALFORSAMLING

Vi får besøg af CP Danmarks landsformand, Pia Allerslev, i forbindelse med vores generalforsamling den 26. januar 2022. Hun fortæller lidt om sig selv, foreningens visioner og planer, samt hvordan de skal føres ud i livet. Der vil være god mulighed for spørgsmål og diskussion. Aftenen slutter med en generalforsamling med dagsorden ifølge vedtægterne. Derefter har vi en orientering om, hvad der foregår i Kreds Vestjylland, og hvad bestyrelsen gerne vil tage initiativer til. Bestyrelsen vil gerne høre, hvad medlemmerne ønsker af arrangementer.

Tid: Onsdag den 26. januar 2022 kl. 17.-21.

Sted: Herning Vandrehjem, Høllingknuden 2, 7400 Herning.

Tilmelding: Gerne på mail: bon@privat.dk til Bent Ole Nielsen, eller på telefon 9714 2483 / 2129 4844 efter kl. 16. med oplysning om deltagerantal. Sidste frist er 19. januar.

Info: Dagens middag, hakkebøf med løg og kartofler, serveres kl. 18.15 og senere serveres der kaffe og kage.

Bestyrelsen

CP DANMARK MIDTJYLLAND

Formand Jørgen Knudsen
Mail: jk@asgaard-online.dk

GENERALFORSAMLING 2022

Med troen og håbet om at vi ikke endnu engang skal døje med corona, der har tæret på os alle i nu næsten to år, booker vi spisning med to-retters menu, vand/te/kaffe, kage samt et lokale til vores generalforsamling 2022 i Viborg. Efter middagen vil der være et oplæg om et aktuelt emne. Det sker onsdag den 23. februar med start kl. 18.00. Oplægsholderen vil sammen med datoen for generalforsamlingen blive offentliggjort snarest muligt!

FESTIVALHYGGE I SKIVE MED CP DANMARK

Igen i 2022 planlægger vi et endagsarrangement til Skive Festival. Det sker lørdag den 4. juni 2022 fra kl. 12. Her vil CP Danmark igen være på plads med telt og et særligt arrangement for alle fra CP Danmark, der har lyst til at deltage. Skive Festival får bl.a. besøg af Gnags, Rasmus Seebach og Dizzy Mizz Lizzy – hvilket allerede er blevet offentliggjort. Indbydelsen kommer i CP Indblik og sendes med mail til tidligere deltagere samt medlemmerne i vores kredse samt på Facebook.



MINIFERIE PÅ SLETTESTRAND

42 personer havde et par hyggelige dage i uge 42, hvor vi besøgte Feriecenter Slettestrand. Vi blev forkælet med hestevognsture, en dukkert i svømmehallen, festbuffet, bankospil og meget mere. Vi gentager succesen til næste år i uge 41.

TAK FOR I ÅR!

Kreds Midtjylland takker for opbakningen til vores arrangementer i 2021. Vi ønsker alle CP Danmarks medlemmer en rigtig glædelig coronafrit jul samt et godt og lykkebringende coronafrit nytår i 2022!

Bestyrelsen

CP DANMARK ØSTJYLLAND

Formand Caspar Vestergaard

Mail: casparvestergaard@gmail.com

GENERALFORSAMLING MED SPISNING OG FOREDRAG

Årets generalforsamling i 2022 indledes med fælleshygge og indtagelse af Aarhus Efterskoles populære buffet, inklusiv en øl/vand på kreds-

foreningens regning. Så kom bare. Generalforsamling med dagsorden ifølge vedtægterne starter kl. 19.30 og forventes at vare cirka en halv time. Vi er syv i bestyrelsen, hvoraf fire er på valg og villige til genvalg. Alle er dog velkomne til at stille op til bestyrelsen. Efter generalforsamlingen vil der være et interessant foredrag. Der serveres kaffe, te og kage under foredraget. Vi slutter senest kl. 22.

Tid: Torsdag den 24. februar 2022 kl. 18.30 med velkomst og spisning.

Sted: Aarhus Efterskole, Brunbakkevej 21, Skåde, Højbjerg.

Pris: Gratis.

Tilmelding: Af hensyn til spisning senest 16. februar pr. mail til kimwp@mail.dk

GOD JUL OG GODT NYTÅR

Kredsen ønsker en rigtig god jul og et godt nytår – med tak for alt i det gamle år.

Bestyrelsen



CP DANMARK NORDØSTJYLLAND

Formand Asger Laustsen

Mail: il.as.laustsen@outlook.com

VALGMØDE OM SOCIALPOLITIKKEN

Den 27. september afholdt kredsen i samarbejde med DH Randers valgmode med 11 kandidater fra de opstillede partier/liste i Randers Kommune. Valgmødet, der foregik i Fritidscentrets store sal, var traditionelt, da kandidaterne - efter lodtrækning - blev placeret ved seks borde i den første time, hvilket gav en tættere kontakt imellem kandidater og vælgere. Dette skabte en stor spørgelyst hos vælgerne. I den sidste time var politikerne samlet i plenum, så alle blev informeret om, hvad de enkelte kandidater vil arbejde for på det sociale område.

GENERALFORSAMLING 2022

Kredsens generalforsamling 2022 afholdes tirsdag den 1. februar på Restaurant Skovbakken i Randers. Vi starter med spisning, hvorefter foreningens landsformand, Pia Allerslev, præsenterer sig selv og kommer med et kort oplæg om foreningens aktuelle status. Der vil blive gode muligheder for at stille spørgsmål til Pia. Efter en kaffe/te pause vil selve generalforsamlingen blive afholdt ifølge foreningens vedtægter. Mød op og stil spørgsmål til bestyrelsen og kom gerne med nye idéer til aktiviteter.

Tid: Tirsdag den 1. februar 2021 kl. 18.

Sted: Restaurant Skovbakken, Østervangsvej 1, 8930 Randers SV.

Pris: Gratis.

Tilmelding: Senest 24. januar 2022 til

20 ÅRS JUBILÆUMS SLAP A' WEEKEND

For 20. år i træk afholder vi årets hyggeligste weekend på Feriecenter Slettestrand. Som vanligt er det første weekend i maj, og vi glæder os til at se mange nye og 'gamle' ansigter. I 2021 var vi 90 deltagere, godt fordelt med børn, unge og ældre med CP og deres hjælpere/familie, inklusiv nye og 'gamle' familier. Vi har reserveret alle lejligheder i stueplan og en del på første sal. Lørdag er der ture i hestevogn (inkl. stop med kaffe og kage) til Svinkløv Plantage, og om aftenen fejrer vi jubilæet med en festmiddag og efterfølgende diskotek med DJ-Tmouse. Ellers er programmet som det plejer at være med hygge og socialt samvær med familien og de andre deltagere. Eneste faste programpunkt er spisetiderne. Mulighederne er mange bl.a. en tur i varmtvandsbassinet med sauna og saunagus, en tur til Vesterhavets strandkant i kørestol, leg på den handicapvenlige legeplads, cykelture, fitness, mountainbike (mulighed for at leje cykler) eller bare røhygge.

Tid: Fredag den 6. maj til søndag den 8. maj. Fri ankomst fredag, men lejlighederne kan først forventes klar kl. 15. Afreisetidspunkt søndag kl. 12, medmindre andet aftales med receptionen.

Sted: Feriecenter Slettestrand, Slettestrandvej 142-144, Fjerritslev.

Pris: Voksen 720 kr., barn (0-12 år) 560 kr., hjælper 600 kr., tillæg 150 kr. for hund.

Tilmelding: Efter først-til-mølle pr. mail til kimwp@mail.dk - ved tilmelding oplys alder på børn og eventuelt behov for plejeseng, lift, badestol mm. Der er begrænset antal pladser.

Info: Kontakt feriecentret, hvis I ønsker ekstra overnatning før/efter Slap a' weekenden. Husk at medbringe sengelinned og håndklæder. Linnedpakke kan lejes for 85 kr./stk.

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

Info: Der tages forbehold for eventuelle corona-restriktioner, idet alle regler selvfølgelig skal overholdes.

SKRIFTLIG INDBYDELSE

For alle aktiviteter gælder, at der vil blive udsendt skriftlig indbydelse til alle kredsmedlemmer.

FAMILIEWEEKEND OG NYTÅRSHILSEN

Vores familieweekend på Slettestrand i 2022 bliver afholdt i weekenden 10.- 12. juni - så reserver allerede nu datoen. Alle foreningens medlemmer med pårørende ønskes en rigtig glædelig jul og et godt nytår.

Asger Laustsen

CP DANMARK NORDJYLLAND

Formand Julie Morell Jensen
Mail: juliemorell@hotmail.com

DEJLIG JULETRÆSFEST FOR KREDSENS MEDLEMMER

Efter en lang, ufrivillig pause på grund af coronavirus, blev det igen muligt at forkæle vores medlemmer med en traditionsrig juletræsfest. I kredsen er juletræsfesten årets højdepunkt, og i år var ingen undtagelse. Den blev afholdt den 21. november. Vi mødtes i Vejgaardhallen til en traditionsrig julebuffet efterfulgt af dans om juletræet akkompagneret af skøn julemusik, besøg af julemanden og uddeling af den store julepose til børnene og kredsens medlemmer. Vi afsluttede dagen med amerikansk lotteri og et overdådigt dessertbord, inden arrangementet sluttede kl. 16. Tak for en hyggelig dag og tak for opbakningen. Vi glæder os til, at 2022 forhåbentlig

GLEM IKKE AT HUSKE...

Deadline til årets første udgivelse af CP Magasinet INDBLIK nr. 1/2022, der udkommer medio februar:

Almindeligt stof

10. januar – kredsaktiviteter senest 20. januar – men meget gerne før.

Materiale modtages på mail:

fh@cpdanmark.dk

Redaktionen ønsker god jul og godt nytår.

bliver et år, hvor vi kan genoptage alle de velkendte aktiviteter til glæde for medlemmerne. Bestyrelsen ønsker alle medlemmer en glædelig jul og et lykkebringende nytår. Vi ses i 2022!

Bestyrelsen

SVØMNING I AALBORG

Kredsen tilbyder medlemmer mulighed for at røre sig i varmtvandsbassinet på Vester Mariendal Skole, så pak badetøjet 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. Skal man have hjælp til omklædning m.v. skal man selv medbringe hjælper.



BOWLING I MARTS

Kredsen inviterer medlemmer med pårørende til bowling og efterfølgende spisning den 13. marts 2022.

Tid: Søndag den 13. marts 2022, kl. 15.30.

Sted: Masterbowl, Mariagervej 139-141, 8920 Randers NV.

Pris: Gratis – dog skal man selv betale for drikkevarer.

Tilmelding: Senest 4. marts til Asger på tlf. 40 89 56 62, mail il.as.laustsen@outlook.com eller til Bjarne på tlf. 26 28 30 11, mail bjarne@spejder.dk

Info: Der er ramper på bowlingbanen, så kørestolsbrugere også kan deltage.



Få overblik på hjemmesiden

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

www.cpdanmark.dk/aktiviteter

ANNONCE

OMSORG MED OMHU

TRYGHED, TILLID OG RESPEKT. DET ER NØGLEORDENE, DER DRIVER TT HJEMMEPLEJE, SOM ER PRIVAT LEVERANDØR AF HJEMMEPLEJE I HOLBÆK KOMMUNE TIL GLÆDE OG GAVN FOR KOMMUNENS BORGERE.



KONTAKT TT HJEMMEPLEJE

Østerled 28, Bygning C
4300 Holbæk

Telefon: 72 11 81 81
Mail: info@tt-hjemmeservice.dk

"Man skal lægge hjertet i det. Det er ikke bare et arbejde." Sådan indleder Ibrahim Tomak, stifter af TT Hjemmepleje. I 2014 startede han det private plejetilbud ud fra et ønske om at have bedre tid til borgerne og møde de ældre der, hvor de er: "Jeg ville gøre det, jeg syntes var rigtigt. Jeg ville udføre arbejdet på min måde – den måde, jeg synes, ældre skal have hjælp på. Og så håbede jeg, at jeg kunne være et forbillede for andre," fortæller Ibrahim Tomak.

I TT Hjemmepleje lægges der stor vægt på, at medarbejderne har et positivt livssyn og er engagerede i deres arbejde. Her arbejdes ud fra devisen om, at glade og tilfredse medarbejdere også er vejen til en omsorgsfuld og tillidsfuld hjemmepleje. Samtidig gør de hos TT Hjemmepleje meget ud af, at det er det samme personale, der kører ud til de enkelte borgere fra gang til gang: "Hos os kommer tryghe-

den i første række. Vi ved, at det har stor betydning for de ældre, at de får besøg af det samme kendte ansigt til aftalt tid," fortæller Ibrahim Tomak.

PRISVINDENDE HJEMMEPLEJE

Ibrahim Tomaks personlige drivkraft i TT Hjemmepleje har gennem virksomhedens levetid vakt opsig. I 2015 modtog Ibrahim Tomak således Holbæk Erhvervsforums Iværksætterpris for sit arbejde med TT Hjemmepleje. Iværksætterprisen uddeles til virksomheder med evne til at føre deres idéer ud i livet gennem initiativ, innovation og viljen til at gøre sig synlig i omverdenen; parametre, som TT Hjemmepleje i høj grad lever op til. I 2020 vandt TT Hjemmepleje desuden European Enterprise Award 2020 for mest dedikerede hjemmepleje på Sjælland.

DU HAR FRIT VALG

Hvis du visiteres til hjælp i Holbæk Kom-

mune, står det dig frit for, om du vælger den kommunale hjemmepleje eller TT Hjemmeplejes private tilbud. Al visiteret hjælp fra kommunen er gratis – også selv om dit valg falder på den private hjemmepleje. Hos TT Hjemmepleje tilbydes der både længerevarende eller midlertidig plejehjælp, fx i forbindelse med genoptræning eller lignende. Derudover har TT Hjemmepleje forskellige tilkøbsydelser, man kan gøre brug af. Du kan læse mere om TT Hjemmepleje og deres forskellige ydelser på www.tt-hjemmeservice.dk.

TT's Hjemmepleje
Omsorg med omhu

TLF: 72 11 81 81

Wibroe, Duckert & Partners

www.wdp.dk

www.mammoet.com

MAMMOET
SMARTER - SAFER - STRONGER



BRANDE A/S

Sjællandsvej 5 • 7330 Brande • Tlf. 97 18 13 46



Neuropædagogik Huset LI. Nørremark



**Opholdsted, bo og naboskab,
skole samt ressourcecenter**

Vi kan ikke slukke mørket, men tænde lyset



Vi er et neuropædagogisk behandlingstilbud der modtager børn, unge og voksne der har en hjerneskade og/ eller har været udsat for groft omsorgssvigt.

Vi har 33 års erfaring i neuropædagogik med nedenstående problematikker.

Eks. ADHD – Autisme – Asperger syndrom – medfødte hjerneskader – påførte hjerneskader – Føtal alkohol syndrom – Meningitis – diagnosticerede psykiatriske lidelser

Vi tilbyder:

Opholdssted. Fonden Familiecenter LI. Nørremark 11 - 18 år.

Botilbud Oasen § 108.

Botilbud og naboskab Svalereden/Friheden § 85 - § 107 - en mands projekt.

Fonden Specialskolen "Spirilen"

Erhvervsskolen "Skruen"

Undervisning i neuropsykologi /pædagogik. Underviser: Neuropsykologihuset Bakkedal ApS.

Undervisning i praktisk neuropædagogik. Underviser Neuropædagogikhuset Vibeke Monnick

Ledige pladser: Én på Familiecentret LI. Nørremark - Én på Oasen

Daglig leder Vibeke Monnick, tlf. 21 44 92 67 • www.lillenorreemark.dk



Vaskehaller:

Frostvej 1B, 7100 Vejle - Thorsvej 3, 6330 Padborg

Østhavnsvej 35, 8000 Aarhus C – Nydamsvej 2, 8362 Hørning

Orionvej 10, 8700 Horsens

Tlf. 7572 3711 – www.megawash.dk



Sammen skaber vi en tryggere hverdag!

TT Hjemmeservice

Omsorg med omhu

HJEMMEPLEJE



Østerled 28

4300 Holbæk

Tlf. 72 11 81 81

www.tt-hjemmeservice.dk

**POST****PP** DANMARK**MAGASINPOST
SMP
ID-NR. 46276**

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



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