

CP MAGASINET INDBLIK

NR 1 · FEBRUAR 2022

**TEMA: CP Danmark sætter
fokus på pårørende**

**Familiedag om social
deltagelse**

For/imod hjemmearbejde

**Nye aktiviteter på den
politiske scene**

CP Danmark 
Landsforeningen for cerebral parese

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

FARSTRUP
COMFORT®



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



Multiplus 5040



Brenderup • Bolighuset Werenberg	Tlf. 6444 1049
Glostrup • Stolespecialisten	Tlf. 5385 0030
Holbæk • Farstrup Comfort Center	Tlf. 2056 4403
Haarby • Harby Boligmontering	Tlf. 6473 1473
Kolding • Stolespecialisten	Tlf. 5385 0030
København K • Vestergaard Møbler	Tlf. 3257 2814
Lejre • Stolespecialisten	Tlf. 5385 0030
Lyngby • Vestergaard Møbler	Tlf. 4587 5404
Nakskov • Møblér Ullerslev	Tlf. 5476 1001
Næstved • KJEPS Bolighus	Tlf. 5572 2075
Odense • Farstrup Comfort Center	Tlf. 6615 9510
Århus C • Farstrup Comfort Center	Tlf. 8613 3588

“Unikke stole til unikke mennesker”

SE MERE PÅ WWW.FARSTRUP.DK



Artikler

- 8 Længe leve hjemmearbejde
- 9 Hjemmearbejde giver for meget alenetid
- 13 CP Danmarks legatuddeling
- 17 TEMA om pårørende
- 18 Indsatsen oprustes til pårørende
- 20 Vi er glade for de valg vi har truffet
- 23 Hvad er en fremtidsfuldmagt?
- 24 Vi tager en dag ad gangen
- 25 Ta' med til Skive Festival
- 26 Familien samler på gode oplevelser
- 33 Mange kommuner får en borgerrådgiver
- 34 To lokalpolitikere med vind i sejlene
- 35 Lene genopstiller om fire år
- 37 CP og sport – og venner for livet
- 39 Fik selvtillid med framerunning

Rådgivning

- 5 Familiedag om social deltagelse
- 28 Muligheder for hjælp til pårørende
- 29 Kontakt rådgiverne
- 31 Kurser: Velkommen til ny viden

Faste sider

- 4 Leder: Styrket pårørendeindsats
- 7 Viden om
- 11 Nyt fra sekretariatet
- 14 Den politiske dagsorden
- 42 Kredsaktiviteter og -kalender

Styrket pårørendeindsats



Pårørende er velfærdssamfundets oversete kernetropper. Forældre, ægtefæller, bedsteforældre, søskende og andre nære pårørende leverer dagligt en uvurderlig indsats som det kit, der får hverdagen til at hænge sammen i de mange tusinde familier, hvor cerebral parese er et dagligt vilkår.

De udfordringer, der følger af at have cerebral parese (CP), isolerer sig ikke kun til den person, der har CP. Det påvirker i et eller andet omfang hele familien – og virker ofte tilbage på den, der har CP, i form af skyld eller dårlig samvittighed over at være til besvær og ulejlighed.

Ingen er født til uden videre og uden varsel at kunne løfte og håndtere den opgave, der følger af at blive pårørende til et menneske med CP. Det kræver hjælp og støtte fra profes-

sionelle og fra andre, der tidligere har været i situationen. Det er en opgave, man kan og skal forberedes til.

Derfor er jeg utrolig glad for, at Socialstyrelsen har peget på CP Danmark og vores arbejde, da der skulle fordeles midler til en ekstra og styrket indsats over for pårørende. Med en bevilling på 2,5 millioner kroner over tre år får vi mulighed for at skrue gevaldigt op for vores pårørendeaktiviteter.

De kommende år vil vi således kunne udbygge vores individuelle social- og psykologfaglige rådgivning til pårørende, vi vil tilbyde flere kurser, webinarer, opbygge pårørendenetværk og lave nyt informationsmateriale på skrift, i lyd og som video.

Vi vil have fokus på forældre i sorg, når de netop har fået beskeden om, at deres barn har CP, og på forældreren i al almindelighed, ligesom vi vil have fokus på de oversete søskende, søskendejalousi og på den svære rolle som bedsteforælder.

Men vi vil også have fokus på de børn og unge, som selv har CP, men plages af skyld og dårlig samvittighed over at ligge deres pårørende til last. Børn, som føler sig skyldige i at tage al opmærksomhed fra søskende, at lægge begrænsninger på familiens ferieudfoldelser eller skyldige i forældrenes skilsmisse etc.

Det er en utrolig vigtig, men også bred indsats, vi står ved indgangen til. Og heldigvis flugter vores styrkede pårørendeindsats tidsmæssigt med, at der også lovgivningsmæssigt følges op med nye og helt nødvendige rettigheder til pårørende. Senest til efteråret 2022 skal regeringen sikre, at der er lovgivning på plads, som giver pårørende ret til at tage fri fra arbejde i mindst fem dage om året for at varetage deres pårørenderolle.

Jeg tror og håber, at 2022 bliver et godt år for pårørendeindsatsen.

*Pia Allerslev
Landsformand*

“De udfordringer, der følger af at have cerebral parese (CP), isolerer sig ikke kun til den person, der har CP. Det påvirker i et eller andet omfang hele familien.



Der bliver aktiviteter for alle, når CP Danmark i samarbejde med Elsass Fonden inviterer til familiedag.

Social deltagelse samler hele familien

I samarbejde med Elsass Fonden inviterer CP Danmark til endnu en spændende familiedag, som finder sted lørdag den 7. maj hos Elsass Fonden i Charlottenlund.

AF FRANDS HAVALESCHKA

Det, der kendetegner en god familiedag, er, at hele familien er samlet til en hyggelig dag med masser af erfaringsudveksling, læring, sociale aktiviteter og leg i inspirerende omgivelser.

Sådan har det været i flere år, og sådan bliver det også til maj, hvor CP Danmark og Elsass Fonden sætter fokus på social deltagelse. Her vil de to dygtige oplægsholdere, Mie Maar Andersen, der er konsulent hos Videnscenter om handicap, og Olivia Dahl Nielsen, der er ph.d. studerende ved Sociologisk Institut, gå dybere ned i emnet og lægge op til debat og gode snakke.

Mie arbejder med områderne aktiv fritid, bevægelse og rehabilitering og har i sin ph.d.-afhandling undersøgt betydningen af fysisk aktivitet og fællesskaber for mennesker med cerebral parese. Mie har en kandidat i humanistisk og samfundsvidenskabelig idrætsvidenskab.

Olivia gentager succesen fra familiedagen i Vejen, hvor hun holdt oplægget 'Perspektiver fra unge med CP' i både en forældre-/pårørende version og i en god dialog med børn/unge og søskende.

Netop i disse år, hvor vi alle har haft store udfordringer på grund af coro-

na, og mange har følt sig usikre og ensomme, er emnet social deltagelse blevet mere relevant end nogensinde. Udgangspunktet er taget ud fra en generel betragtning af, hvad social deltagelse betyder for os som mennesker.

Program for dagen:

Kl. 09.30-10.00: Velkomst

Kl. 10.00-11.00: Oplæg for forældre v/Olivia Dahl Nielsen – legeaktiviteter for alle børn

Kl. 11.00-11.15: Pause - frugt, saft og kaffe

Kl. 11.15-12.15: Oplæg for forældre v/Mie Maar Andersen og oplæg for alle børn med CP v/Olivia Dahl Nielsen

Kl. 12.15-13.15: Fælles frokost for alle

Kl. 13.15-14.45: Fælles lege- og fri-luftsaktiviteter i Elsass Fondens park for hele familien

Kl. 14.45-15.00: Tak for i dag.

Tilmelding

Målgruppe: Familier med børn med CP i alderen 7-14 år.

Dato: Lørdag, den 7. maj 2022 kl. 9.30-15.

Sted: Elsass Fonden, Holmegårdsvej 28, 2920 Charlottenlund.

Tilmelding: På CP Danmarks hjemmeside: cpdanmark.dk/familiedag-2022.

Tilmeldingsfrist: 3. april 2022.

Pris: Deltagelsen koster 100 kr. pr. voksen og 50 kr. pr. barn op til 18 år. Prisen inkluderer frokost, forfriskninger, kaffe og kage samt deltagelse i dagens program.

Betaling: Når du har fået en bekræftelse på deltagelsen, sender vi en opkrævning.

SE UDGIVELSEN ONLINE

scan her:



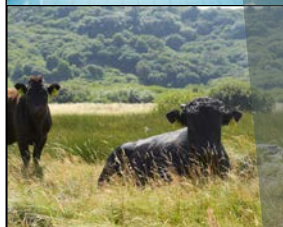
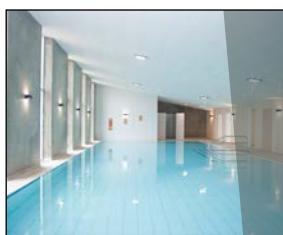
CP INDBLIK

Randers

J.N. BECH

Glas en gros

www.bech-glas.dk



Feriecenter
Slettestrand

I Slettestrand kan du holde din ferie i smukke naturrige rammer lige ved Vesterhavet!

Handicapvenlige ferieboliger | Restaurant med hjemmelavet mad
Varmtvandsbassinet og træningsrum med fuld tilgængelighed

Handicapvenlig sti i Svinkløv plantage
Tilgængelig strandsti helt ned til Vesterhavet

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



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



Udskiftning i CP Norden

Som symbol på at det er den norske Cerebral Parese Foreningen, der skal arrangere årets møde i CP Norden, fik generalsekretær Eva Buschmann overdraget mødehammeren af sidste års vært, Katrin Jacobæus fra CP Færøerne. Men når det nordiske møde afholdes til efteråret, bliver det uden en repræsentant fra RBU (Rörelsehindrade Barn & Ungdomar), som kan sammenlignes med Danske Handicaporganisationer. Det var ellers deres generalsekretær, der tog initiativ til at stifte CP Norden for 15 år siden, men nu har RBU's nye formand, Johan Klinthammar, meddelt, at RBU's hovedbestyrelse har besluttet at afslutte samarbejdet med CP Norden, fordi RBU fremover udelukkende vil beskæftige sig med handicappolitik. Den ledige svenske plads udfyldes i stedet af den nystiftede forening CP Sverige, der i det sidste års tid har haft en repræsentant med i CP Nordens arbejdsgruppe.

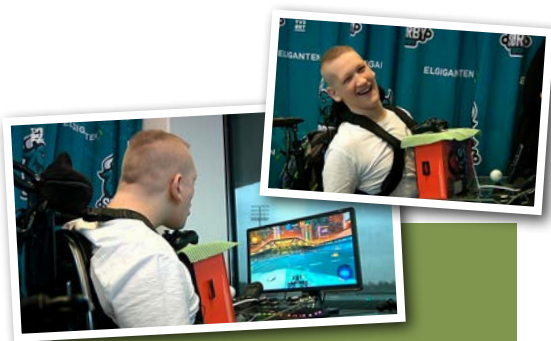


Nyt fra CP Ung

Hvis alt er gået efter planen, har CP Ung netop overstået en vellykket generalforsamling, og den nye bestyrelse har holdt deres første bestyrelsesmøde. De melder klar til at gennemføre mange gode fysiske arrangementer, når restriktionerne igen tillader det. Blandt andet er der et konkret bowlingarrangement i støbeskeen i Jylland, fortæller formanden for CP Ung, Frederik Walter Olsen. Han opfordrer samtidig til at kontakte bestyrelsen, hvis man har gode idéer til aktiviteter. Også på Instagram er der nyheder. Profilen holdes aktiv af spændende, unge mennesker med CP, der fortæller om deres liv. Vil du bidrage, så kontakt Bertram eller Nynne, lyder opfordringen.

Morten har fået stor succes ved at stikke hagen frem

Millioner af mennesker verden over spiller computerspil, men kun de færreste bruger deres hage til at spille. 18-årige Morten Brogaard Skjoldstrup fra Slagelse er en af de få, der gør det. Og det er han så god til, at han ofte slår de fleste af sine kammerater i Sørby Esport i Slagelse. Morten har cerebral parese og kan ikke rigtig bruge sine arme og hænder, så løsningen på hans udfordring er en papkasse med et skridsikkert underlag, som controlleren kan ligge på. Hans yndlingsspil er Rocket League, og selv om han kun har spillet i forholdsvis kort tid, så imponerer han alligevel med, hvor præcist han kan styre spillet med sin hage. At han nu – takket være Sørby Esports opfindsomhed – er kommet med i et sjovt spillefællesskab har samtidig udviklet Morten og givet ham stor selvtillid, hvilket hans omgivelser tydeligt har mærket. *Fotos fra TV2 Øst, hvor historien blev bragt.*



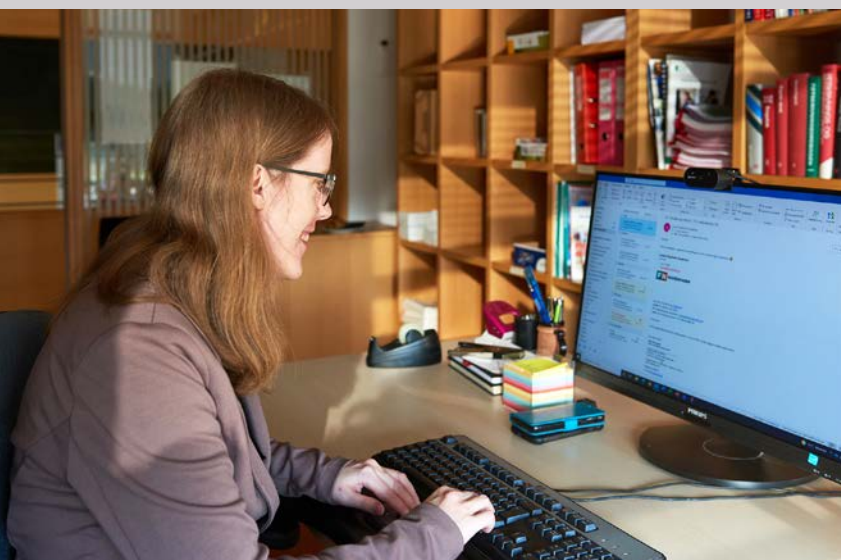
Kig, klik og få nyhedsbrev i indbakken

Vidste du, at CP Danmark også er stærke på de digitale medier? Hver uge udsender vi et digitalt nyhedsbrev med gode historier og tips, som du får lige ind i din indbakke. Det kræver blot, at du er tilmeldt. Det gøres med et kig og et klik på foreningens hjemmeside cpdanmark.dk/nyhedsbrev - du kan også følge CP Danmark på Facebook: CP Danmark er titlen på en side, som administreres af sekretariatet, og CP Danmark Forum er en brugerstyret gruppe, hvor alle medlemmer af gruppen kan poste opslag. Gå på Facebook og søg på 'CP Danmark', så finder du både siden og gruppen.

Længe leve muligheden for hjemmearbejde

36-årige Cæcilie Nisbeth kan se tilbage på en lang corona-periode, hvor hun har arbejdet hjemmefra - med stor succes.

AF FRANDS HAVALESCHKA



Cæcilie Nisbeths arbejdsplads på FH Hovedstadens kontor – og hjemme.

Cæcilie Nisbeth er ansat i fleksjob som administrativ medarbejder i FH Hovedstaden, og selv om hun har en god arbejdsplads og mange søde kolleger, så er der én ting ved corona, som hun mener har været en stor fordel; hjemmearbejde er blevet normen og er kommet for at blive.

- Det sætter jeg virkelig stor pris på, fortæller Cæcilie Nisbeth, der mener, at hun har fået en langt bedre hverdag.

- Når man har et handicap som mig, så har det at kunne arbejde hjemmefra nogle dage om ugen været helt fantastisk, og helt ærligt så har jeg fået et langt bedre arbejdsliv, siden vi blev sendt hjem i marts 2020.

- Som for alle andre var det også for mig en omvæltning, da vi pludselig fra den ene dag til den anden skulle arbejde hjemmefra, men jeg fandt hurtigt melodien og trivedes med det i udstrakt grad. I perioden op til jul arbejdede jeg nogle dage hjemmefra, mens jeg andre dage var fysisk på kontoret, fortæller Cæcilie.

Færre sygedage og bedre koncentration

Cæcilie har cerebral parese og en funktionsnedsættelse, der betyder, at det er hårdt for hende at bevæge sig rundt. Hun bliver hurtigt træt og har behov for ro og pauser. Derfor har hjemmearbejdet haft en positiv effekt, når hun ikke skulle tænke på transporten.

- Jeg skal ikke bruge kræfter på at skulle op og afsted, men kan bare liste ind i stuen og arbejde, hvilket giver mig mere overskud til selve arbejdet, understreger Cæcilie, der samtidig kan tage alle de pauser, hun har brug for.

- Det giver færre sygedage, når jeg kan vælge at arbejde hjemmefra, og jeg kan koncentrere mig på en hel anden måde, fremhæver Cæcilie, der føler, at hun hjemme er mere effektiv.

Kræver selvdisciplin

Men hjemmearbejde kræver også en høj grad af selvdisciplin og gode evner til selv at kunne strukturere sit arbejde og ikke bare lade arbejde og fritid flyde sammen.

- Det har heldigvis været nemt for mig. Både fordi jeg har haft det samme arbejde i mange år, men også fordi jeg har nydt at være i situationen, så det har aldrig været noget problem at komme i gang med arbejdsopgaverne - nærmest tværtimod, vurderer Cæcilie.

Overvej hjemmearbejde

Hun er sikker på, at det for mange med en funktionsnedsættelse vil være nøglen til et godt arbejdsliv, hvis jobfunktionen tillader, at man kan arbejde hjemmefra i større eller mindre grad. Men hun er også opmærksom på, at det sociale kan spille ind, og at man måske ikke har den fornødne mulighed for at etablere en hjemmearbejdsplads, og det derfor ikke vil være den ideelle løsning.

Cæcilie er dog klar til at give arbejdsgiverne et frisk råd med på vejen: Husk at tænke muligheden for hjemmearbejde ind, når arbejdet skal tilrettelægges for personer med handicap.

Hjemmearbejde giver mig alt for meget alenetid



Nedlukninger, hvor medarbejdere bliver hjemsendt, er måske nødvendigt, men bestemt ikke noget for mig, beretter Jan Vad, der i lange perioder har følt sig meget alene.

AF FRANDS HAVALESCHKA

Jan Vad fra Herning har sat ny rekord. 10 gange i træk har han vundet den lille interne konkurrence 'hurtigste mand på gangen' på hans arbejdsplads. Normalt plejer han ikke at være den hurtigste, for hans cerebral parese har altid givet ham en noget ujævn gangfunktion. Årsagen er derimod, at der i øjeblikket ikke er andre end ham på arbejdspladsen. De er sendt hjem for at klare arbejdsopgaverne hjemmefra, og det er en situation, som Jan Vad bestemt ikke er begejstret for.

Arbejdspladsen er Administrations og Servicestyrelsen, der er en del af Skatteministeriet. Hovedafdelingen er placeret i Herning, i øvrigt sammen med Vurderingsstyrelsen, der nu i mange år bl.a. har arbejdet med at få styr på de manglende ejendomsvurderinger.

I Jan Vads afdeling er opgaven at servicere resten af Skatteministeriet. Så

alt hvad medarbejderne og Skatteministeriet ellers skal bruge af stort og småt bestilles og indkøbes af Jan Vad og resten af medarbejderstaben i Administrations og Servicestyrelsen. Men i øjeblikket er Jan Vad den eneste på kontoret i hans afdeling, der beskæftiger 20 medarbejdere. Og det er han ked af.

- Det startede tilbage i december 2020 og fortsatte frem til juli 2021, hvor alle medarbejderne blev sendt hjem. Fra sommeren 2021 begyndte det at køre nogenlunde normalt igen, men fra midten af december, hvor Mette Frederiksen opfordrede alle, der havde mulighed for at arbejde hjemme



til at gøre det, blev vi igen sendt hjem, fortæller Jan Vad.

- Men jeg bor i en meget lille lejlighed og har ikke mulighed for at etablere en hjemmearbejdsplads, så jeg insisterede på at komme ind på kontoret og passe mit arbejde fra arbejdsstationen der, hvilket har været meget ensomt.

Meget alenetid

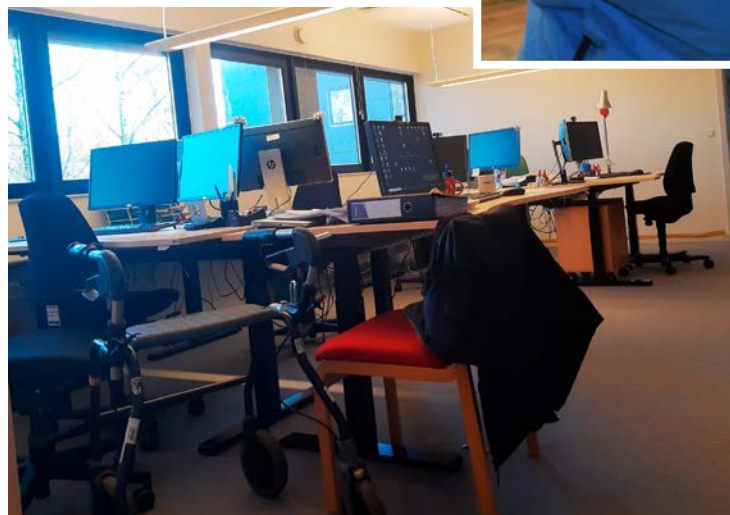
Når man både bor alene og arbejder alene, så er der meget alenetid, og det er ikke noget, der passer Jan, som normalt er en meget udadvendt person med et stor socialt behov. Så isolationen har været hård, derfor er det vigtigt for ham at have noget at stå op til om morgenen.

- På kontoret kan jeg komme i dialog med mine kolleger i afdelingen via Teams, og på den måde føler jeg, at jeg stadig er en del af holdet, fremhæver Jan Vad, der dog savner den spontane mulighed for at få en kollegial snak eller et sidemand's tip fra en kollega, hvis han har fået en vanskelig opgave.

Derfor håber Jan Vad, at det snart er slut med hjemsendelser og mere normale arbejdsforhold igen indfinder sig!

Kort om Jan Vad:

Jan er 51 år og blev i 1993 uddannet inden for it – dengang hed det edb-assistent. Han arbejder i fleksjob som kontorassistent fire formiddage om ugen og har en ugentlig fridag onsdag. Han bruger mange ressourcer på at holde sig i gang, dobbelt så mange som andre, mener han - og når han kommer hjem fra arbejde kl. 12.30-13, er det nødvendigt lige at sove et par timer. Skal han noget senere på dagen, f.eks. til bestyrelsesmøde i CP Danmark Vestjylland eller på fodboldstadion og se FC Midtjylland, så kræver det en halv time ekstra på sofaen.



Jan Vad er en udadvendt person, så musik-festival, fodbold og en tur i byen er lige ham.

Kontorlandskabet omkring Jan Vad har i lange perioder været helt affolket.

DryNites® Vågn op tør!

Danmarks nr. 1 natunderbuks til

Piger & Dreng

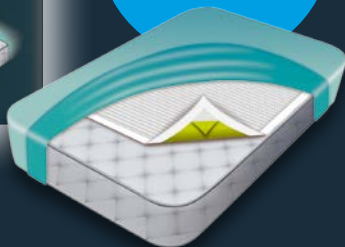


DryNites® natunderbukser har ekstra høj beskyttelse, er designet så de ligner almindelige underbukser og udviklet i et særligt lydløst materiale. Findes i 3 størrelser til børn i alderen 3-5 år, 4-7 år og 8-15 år.

Unikt engangsunderlaget



Tape
funktion holder
underlaget
på plads



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

Læs mere på www.drynites.dk

Fås i de fleste supermarkeder, Matas og på apoteket.

 DRONNINGENS
FERIEBY

Hold ferie året rundt uden forhindringer

I Dronningens Ferieby er der plads til alle – børn, unge, ældre og endda familiens hund – og handicap er ingen hindring.

Kun 1 time fra Aarhus og 4 timer fra København finder du vores handicapvenlige sommerhuse, som vil danne basen for lige den ferie, du drømmer om!

For medlemmer af CP Danmark tilbyder vi **15% på ugeophold** og **5% på miniferie**.

- Ugeferie
- Weekend- og miniferie
- Aktivitetsophold



FERIE UDEN
FORHINDRINGER
★★★★★



Book dit næste ophold på

www.dronningensferieby.dk eller ring til os nu på **87 58 36 50** og hør mere!

Birgit Cornett stopper – afløseren er fundet

Den 1. maj 2022 mister sekretariatet en erfaren og central medarbejder, når Birgit Cornett går på pension. Ud over medlemsservice og sekretærarbejde har Birgit i mange år været en ren blæksprutte og taget sig af mange forskellige arbejdsopgaver og bl.a. sat centrale aktiviteter i system og hjulpet kredsen med at håndtere forskellige udfordringer. På grund af ferie m.m. går Birgit allerede fra pr. 1. april, men afløseren for Birgit er fundet. Det er Vicki Reimers, som 1. marts begynder i jobbet som sekretariatsmedarbejder 30 timer om ugen. For at få en god og glidende overgang er det aftalt, at Vicki får en måneds overlap med Birgit. Den nye medarbejder har stor erfaring med sekretariats/sekretær-arbejde og har tidligere arbejdet i en organisation i Handicaporganisationernes Hus.



Birgit Cornett går på pension efter mange års veludført arbejde i CP Danmark.

HB-møde i april

Årets første hovedbestyrelsesmøde er fastsat til lørdag den 23. april. Dagsorden følger vedtægterne. Et par af de faste punkter på april-mødet er valg til forretningsudvalget og godkendelse af regnskab. CP Danmarks hovedbestyrelse består af repræsentanter fra hver af foreningens kredse, to repræsentanter udpeget af ungdomsafdelingen CP Ung og fire repræsentanter udpeget af hovedbestyrelsen.



Tillykke, du har vundet et gavekort...

Det var den glade melding, som 325 mennesker med cerebral parese modtog fra sekretariatet i december. De havde ansøgt om et af de mange gavekort på 500 kroner, som CP Danmark, takket være en donation fra staten, fik mulighed for at uddele til seks forlystelsesattraktioner. Topscoreren var Tivoli, men også Randers Regnskov og Den Gamle By i Aarhus var populære blandt ansøgerne. I alt havde 375 lagt billet ind på et gavekort, og det betyder, at der desværre var 50, som blev valgt fra ved lodtrækningen. Men der kommer en chance mere, da endnu en øremærket uddeling gentages til foråret 2022.

Styrket frivillighedsindsats

Erfaringen viser, at ensomhed kan afhjælpes ved at drage medlemmerne tættere ind i foreningsfællesskabet – både som frivillige, der skaber nye medlemsaktiviteter, og som deltagere i frivillighedsaktiviteter. Men det sker ikke af sig selv, det skal understøttes og hjælpes på vej. Det får CP Danmark nu mulighed for. Med en stor bevilling fra Elsass Fonden på 1,1 millioner kroner får Line Jørgensen mulighed for at videreføre arbejdet, hun startede under nedlukningen som frivillighedskoordinator, der både skal understøtte eksisterende initiativer og igangsætte nye frivillighedsaktiviteter.

Fortsat muligt at booke en ferieuge på Samsø

Her i det tidlige forår er det stadig muligt at booke CP Danmarks feriehus i Sælvig på Samsø. Endda til en meget billig pris. Traditionen tro er feriehuset sjældent i brug i årets første måneder, og det giver mange muligheder for et hyggeligt ophold med ild i brændeovnen. Så trænger du til afslapning og hygge i andre omgivelser end de hjemlige, så kunne et ugelangt ophold i CP Danmarks feriehus være en god mulighed. Læs mere om huset, ledige uger, priser, booking, færger og meget mere på: cpdanmark.dk/feriehus



Kognitiv udredning og vejledning om CP til forældre og fagpersoner

Vi er 12 specialiserede børnepsykologer.
Kontakt dorthe.bredesen@cfh.ku.dk
for at høre mere om mulighed og priser.



CENTER FOR HJERNESKADE
Neurocenter for børn og unge

Neurocenter for Børn og Unge
Center for Hjerneskade
Amagerfælledvej 56A
2300 Kbh. S
Telefon: (+45) 36 32 90 06
kontakt@cfh.ku.dk



Minibus Danmark
- opbygninger til dine behov



**Handicapbiler, 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



Er du klar til det bedste år i dit liv?

Kom og oplev stemningen til **Åbent Hus**
Book din tid på hardsyssel.dk/aabent-hus

Hardsyssel Efterskole er en bred efterskole
i Vestjylland placeret midt mellem Struer og
Holstebro. Her kan fordybe dig i dine interesser og
blive udfordret i fællesskab med dine kammerater
– vælg mellem fem fede linjefag (Sport, Musik,
Outdoor, Film samt E-sport) samt mere end 30
forskellige valgfag.



*"Det bedste ved Hardsyssel
er, at der er plads til alle,
og at det gode fællesskab er
i fokus. Du møder så mange
forskellige typer på tværs af bl.a.
linjer og årgange. Du kan virkelig udnytte
chancen for at få venner, der ikke ligner dig selv,
og det er meget lærerigt."*

Line Roslyng-Jensen, Viborg

HARDSYSSEL

E F T E R S K O L E

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

CP Danmarks legatuddeling 2022

Hvert andet år – i de lige år – uddeler CP Danmark ca. 40 mindre legatportioner på 2.-3.000 kroner fra en række legater og fonde, der er samlet under et. Det sker igen i 2022.

Medlemskab af CP Danmark er ikke et krav, men ansøgeren skal have cerebral parese (CP) eller et handicap, der kan sidestilles med CP.



Der kan søges støtte til følgende formål:

- Ferier og rekreationsophold
- Uddannelse og undervisning
- Enlige forældre med hjemmeboende børn med CP
- Behandling og støtte til mennesker med CP.

Søger du for en anden, som forældre eller værge, skal du skrive vedkommendes oplysninger på ansøgningen. Ansøgningsfristen er mandag den 14. marts 2022, og du vil modtage svar på ansøgningen i maj.

Kun digital ansøgning modtages

Du kan ansøge om et legat ved at gå ind på foreningens hjemmeside: cpdanmark.dk/legater

Her finder du en digital formular, som skal udfyldes. Når det hele er udfyldt, og du har markeret, at du lever op til ansøgningskriterierne, så tryk på 'send'.

Du vil se en kvittering på skærmen og senere modtage en bekræftelse på din ansøgning fra CP Danmark.

Hvis du ikke kan håndtere en digital ansøgning, kan du kontakte sekretariatet og de vil hjælpe dig. Du kan ringe til os på telefon: 38 38 45 95.

Husk ansøgningen skal være CP Danmark i hænde senest mandag den 14. marts 2022.

Følgende legater og fonde er med i uddelingspuljen: Karl Konrad Andersens Mindelegat, Katrine Marie Jensens Mindelegat, CP Danmarks Fælles Fond.





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.

AF MOGENS WIEDERHOLT



Et vigtigt handicappolitisk forår venter os

Evaluering af handicapområdet – det største dyr på savannen

I slutningen af november meddelte socialministeren, at afslutningen på den store evaluering af handicapområdet blev udskudt til efter jul. Vi lever derfor stadig i spænding om, hvad regeringen spiller ud med som opfølgning på evalueringen. Bliver det en egentlig reform, som tager fat om de grundlæggende udfordringer, eller et skvulp af mere kosmetisk karakter?

Finanslovsforhandlingerne giver ikke noget entydigt svar. 100 mio. kroner om året til reforminitiativer blev det til. En fornuftig begyndelse, men langt fra et tilstrækkeligt beløb til både at finansiere en gennemgribende organisatorisk reform af handicapområdet, hvor der skal flyttes rundt på opgaver, opbygges nye videnseenheder etc. og

den efterfølgende drift på et niveau, hvor mange års underfinansiering skal indhentes.

Jeg tror, vi var mange, der jublede, da vi hørte Dronningens nytårstale – og jeg var i hvert tilfælde en af dem, der noterede mig talen: Når majestæten siger sådan, med statsministeriets accept, så må der være noget i vente. Men det blev desværre godt og grundigt dementeret af statsministeren, som ikke værdigede handicapområdet ét ord.

Vi kæmper videre og fæstner fortsat vores lid til støttepartierne SF og Enhedslisten, som meget tydeligt har tilkendegivet, at de ønsker en egentlig reform.





BPA forhandles med ordførerne



Med finanslovsaftalen for 2022 blev der afsat 30 mio. årligt til at begrænse kommunernes anvendelse af rådighedstimer. Der lægges således op til, at rådighedstimer alene må anvendes om natten og i forbindelse med vagtskifte. Det er et stort skridt i den rigtige retning og løser forhåbentlig ét af de problemer, vi har peget på i BPA. Men mange problemer udestår – f.eks. udfordringer omkring hjælpere ved sygehusindlæggelse, hjælperassistance til sundhedsydelser og så det helt store problem med kommunernes nedprioritering af BPA-ordningen, som gør det stadig sværere at få en BPA-ordning bevilget.

Disse og mange andre udfordringer indgår forhåbentlig i det katalog over BPA-udfordringer, der nu forhandles om med ordførerkredsen. Vi presser på og håber, at der kommer et resultat ud af disse forhandlinger, som kan rede BPA fra den nedsmeltning, vi har været vidne til de seneste år.



Forhandlinger om STU

Lige inden jul kom der endelig gang i forhandlingerne om en justering af STU. 9. december var ordførerne indkaldt til møde, og forhandlingerne fortsætter i januar og februar.

CP Danmark har – sammen med resten af STU-alliancen – presset kraftigt på for at få forhandlingerne til at handle om det, der efter vores opfattelse er de umiddelbare udfordringer i STU: Respekt for den enkelte elevs uddannelsesvalg, en uddannelsesportal, som giver elever og forældre overblik over, hvilke uddannelsessteder der kan vælges imellem, igangsættelse af kvalitetsudvikling, som skal føre til et egentligt uddannelsestilsyn med STU, og sikring af overgangen fra STU til tilværelsen efter STU. Alt for mange unge kommer ikke videre efter STU, men sander til på kontanthjælp uden et reelt tilbud om hjælp til at komme videre i livet.

Vi har efter mødet hørt, at vores ønsker spillede en central rolle på mødet før jul. Mange partier gav udtryk for synspunkter og ønsker til STU-revisionen, som flugter med vores. At allianceen er blevet hørt, afspejler sig også i, at Alliancen er inviteret til møde med ministeren og ordførerne i februar. Vi krydser fingre for, at foråret vil bringe godt nyt for STU.



ARNE JESSEN

Tømrer- og
snedkermester

- Nybyg, tilbyg samt ombyg
- Rep.- og vedligeholdelse
- Bygningsrenovering
- Døre & vinduer efter mål
- Montering af køkken, skillevægge, gips m.m.

40 74 58 82
www.arnejessen.dk

**Alt tømrer-
arbejde udføres**

 **Dansk Håndværk**
GARANTYORDNING

Byleddet 6 A · 4000 Roskilde · arnejessen@live.dk

MADSEN'S FRISØRSALON
Østergade 12 · 8600 Silkeborg

Tlf. 86 82 39 49

DEN GODE pleje
God pleje af kroppen i alle livets faser

Klik ind på
www.dengodepleje.dk
og få dækket dit plejebæhøv

Abena A/S · Egelund 35 · 6200 Aabenraa · kundeservice@dengodepleje.dk

VB 

MURERFIRMA ApS
Kastanielunden 44 · 6705 Esbjerg Ø
Tlf. 26 72 67 05 · www.vbmurerfirma.dk



Polyfa Consultants A/S

Rådgivningsfirma for den europæiske forsvarsindustri. Formidler salg af materiel til politiet og det danske forsvær.

www.polyfa.com

BYGNINGSENTREPRISER 



F. Rasmussen's Eftf. ApS
Snedker/Tømrer og inventararbejder

Nyholms Allé 11 · 2610 Rødovre
Tlf. 38 19 38 82 · Fax 38 88 38 82
E-mail: fr-byg@entrepriser.dk · www.fr-byg.dk

**Legatuddeling fra Willy Kunst's Fond
til støtte for voksne spastikeres Uddannelse**

Er du i gang med en uddannelse eller påtænker du at starte på en, så har du mulighed for at søge et legat hos Willy Kunst's Fond til støtte for voksne spastikeres Uddannelse. Fondens formål er at yde støtte til kortere eller længere uddannelsesforløb for spastikere over 18 år, herunder også til studieophold, til studierejser samt hjælp til en evt. støtteperson.

For at komme i betragtning til uddelingen i 2022 skal du sende ansøgningen senest den 15. april 2022 på mail til safemail@msadvokat.dk. Skriv Willy Kunst's Fond i emnefeltet. Fonden anvender ikke ansøgningsskemaer.

Du skal i ansøgningen beskrive formålet med den ønskede støtte samt det anslåede støttebehov. Oplysninger om dine økonomiske forhold samt dokumentation for din diagnose skal også medsendes. Ansøgere kan forvente svar i juni 2022.

Bestyrelsen for Willy Kunst's Fond

TEMA OM PÅRØRENDE

Der lever ca. 10.000 mennesker med cerebral parese i Danmark. Samlet har de tilsammen over 50.000 pårørende, der er parat til at hjælpe. Det er denne gruppe af oversete helte vi har fokus på i dette nummer af CP INDBLIK.

Pårørende er en vigtig ressource

Pårørende er en vigtig gruppe, som ofte bliver overset. Og uanset om det er en medfødt diagnose, der skal støttes op om, eller sygdom senere i livet, så spiller pårørende en afgørende rolle. Fælles for de pårørende; søskende, kæreste, ægtefælle, bedsteforældre, onkler og tanter m.fl. så har de alle fået nogle andre vilkår, end det de havde tænkt sig. Drømme er bristet, og nye udfordringer er dukket op.

- Og det er man nødt til at omfavne, for det har indflydelse på alle, fortæller Malene Gerd Petersen, der i mange år har arbejdet som specialpædagogisk konsulent, og nu er ansat som familieekonsulent i Silkeborg Kommune, hvor hun er tilknyttet en række handicapfamilier.

- Det skaber ofte sort samvittighed, om man gør det godt nok, men det skal man bestemt ikke have, i stedet skal man række ud og bede om hjælp, også selv om det kan være svært. Og så er det som forældre vigtigt at passe på sig selv og få ladet batterierne op, så man har kræfter til at være en god mor eller far.

Særlige kompetencer

Malene Gerd Petersen har stor erfaring med relationerne omkring søskende, som hun i en årrække har studeret og holdt oplæg, kurser og workshops for. Hendes erfaring siger, at søskende til en bror eller søster med handicap altid får nogle særlige kompetencer.

- De lærer at klare mange ting selv, bliver hurtigere modne og selvstændige og gode til at tage hensyn til andre. Det er kompetencer, som betyder, at de altid vil kunne spotte, hvem i klassen, der har det svært, for de er vant til at scanne stemningen i hjemmet, og afgøre om det er i dag, jeg skal sige at mit gymnastiktøj blev væk i skolen, eller om jeg skal vente til i morgen.

- Selv når søskende bliver voksne og flytter hjemmefra,

kommer de aldrig længere væk end til kulissen, de vil altid være der, det ligger i søskendes DNA, fremhæver hun.

Deltagelse skaber rammen

Når det gælder bedsteforældre, onkler og tanter, så er det også vigtigt at få dem inddraget i rollen som pårørende. Selvfølgelig kan der være forskellige udfordringer, bl.a. med alder og geografi, men hvis det er muligt, så kan de 'spilles på banen' med gode råd og opfordringer om at være sammen med barnet med handicap længere tid ad gangen. Det giver dem mulighed for at lære hinanden bedre at kende og dermed skabe en normalitet, der giver tryghed.

Det har skabt mange gode relationer i familien mellem de forskellige aldersgrupper og fjernet frygten for det ukendte. Det, at deltage og dele tanker med andre, er nemlig meget afgørende for at skabe en god ramme som pårørende.



Malenes store ønske:

Hvis hver klasselærer fra 0-10. årgang brugte én time hvert år til at scanne deres klasser og høre, hvem der er pårørende, hvad pårørende betyder, give tid til erfaringsudveksling og undervise, så ville vi på bare 10 år kunne opfostre en hel generation med et fælles sprog og en åbenhed og nemmere tilgang til det at være pårørende samt en lethed i kontakten med andre pårørende.

CP Danmark opruster indsatsen til pårørende

En stor bevilling fra Socialstyrelsen vil i de kommende tre år være med til at styrke indsatsen overfor den store gruppe af pårørende.

AF MOGENS WIEDERHOLT, DIREKTØR

Som landsformand Pia Allerslev skriver i sin leder, så er pårørendekompetencer ikke noget, man nødvendigvis er født med. At blive pårørende til et menneske med cerebral parese kommer typisk pludseligt og uden forvarsel.

Fra den ene dag til den anden er man pludselig mor, far, søster, bror eller bedsteforælder til et barn eller barnebarn med cerebral parese. Der vendes praktisk og følelsesmæssigt fuldstændig op og ned på en hverdag – og man skal finde sig en plads i en ny rolle som pårørende.

Det har vi selvfølgelig altid vidst i CP Danmark, og vi har altid løbende haft tilbud til pårørende. Men i kraft af en stor bevilling fra Socialstyrelsen på 2,5 millioner kroner har vi i de næste tre år mulighed for at sætte ekstra strøm til vores pårørendeindsats, ikke kun til foreningens medlemmer, men til alle med cerebral parese.

Udvidet social- og psykologfaglig rådgivning

For mange er den første erfaring med pårørenderollen kaos. Sorg og følelsesmæssigt kaos og kaos i forhold til pludselig at skulle orientere sig i



Foto: michaeljung/ www.shutterstock.com

et helt nyt univers af myndigheder, love og regler. Derfor udvider vi vores individuelle rådgivning, hvor pårørende kan henvende sig og få konkret individuel vejledning i egen sag.

Udover øget åbningstid i telefonrådgivningen vil der også være øget mulighed for fremmøde og rådgivernes

deltagelse i eksterne konsultationer. Rådgivningstilbuddet er åbent for alle med cerebral parese.

Også vores 'kollektive rådgivning', dvs. vores tilbud om kurser og webinarer vil blive udvidet. Vi tilbyder årligt fem pårørendekurser og et endnu ikke fastlagt antal webinarer, som fordeler sig mellem de forskellige målgrupper.

Netværk for pårørende

Mange pårørende føler sig alene og isoleret med deres bekymringer, kampe og frustrationer. Erfaringsmæssigt ved vi, at netværk med andre i samme situation er en god og effektiv vej til større indsigt og giver mange nye idéer til, hvordan man håndterer egen situation.

Kontakt os, hvis du har idéer og forslag

I CP Danmark har vi lagt en plan, men vi er samtidig meget åbne over for idéer og forslag til initiativer, som kan styrke vores pårørenderarbejde. Det kan f.eks. være idéer til kursusindhold, emner til webinarer eller videoer, interesse for netværksdeltagelse. Alt har interesse og kontaktpersonen er Trine Kamp Larsen på tkl@cpdanmark.dk - vi glæder os til at høre fra dig.

CP Danmarks direktør, Mogens Wiedersholt, glæder sig over bevillingen fra Socialstyrelsen, der nu giver foreningen mulighed for at sætte stor fokus på de pårørende.



Derfor vil vi bruge en del kræfter på at opbygge netværk, hvor forældre, søskende eller bedsteforældre kan mødes, dele erfaringer og støtte hinanden. Er du allerede nu interesseret, så kontakt os endelig. Det er Trine Kamp Larsen, som koordinerer - hun kan kontaktes på: tkl@cpdanmark.dk.

Nyt informationsmateriale

Vi har i en årrække haft en 'forældrepakke' med pjecer, som beskriver forskellige vinkler på cerebral parese. Pakken er primært udviklet til og fordelt via hospitalernes børneambulatorier. Pakken vil i den kommende tid blive udvidet med yderligere tre nye pjecer, henvendt til forældre, søskende og bedsteforældre.

Pjecer er gode til mange ting, men der er også situationer, oplevelser og erfaringer, som dårligt formidles via pjecer. Derfor vil der i den kommende tid blive produceret en række helt nye videoer og podcast, som i billeder og lyd fortæller om sider af pårørelivet, som bedst formidles den vej.

Samarbejde med børneambulatorierne

Alle forældre, og mange andre pårørende, har en tæt og løbende kontakt til børneambulatorierne. Derfor er det helt naturligt at styrke foreningens fokus på og samarbejde med børneambulatorierne, når målet er at intensivere indsatsen over for pårørende.

Derfor kommer vi også i den kommende tid til at udbygge vores samarbejde med ambulatorierne som en vej til at få en tættere kontakt til først og fremmest forældrene, men også til sundhedspersonalet.

De forskellige aktiviteter og tilbud præsenteres løbende på foreningens hjemmeside cpdanmark.dk - så hold øje med den.

Pårørendedage indføres i år

For nogle år siden stillede EU krav om, at pårørende skulle have ret til at tage fri fra arbejde i mindst fem dage om året for at varetage deres rolle som pårørende. De gav medlemslandene nogle år til at få det indført, og på den baggrund tager Folketinget nu stilling til et lovforslag om at indføre pårørendedage. CP Danmark er meget positiv over for de kommende omsorgsdage for pårørende og har forsøgt at påvirke beslutningen sammen med 26 andre organisationer, der alle er en del af Pårørendeinitiativet. De har sendt et brev til Folketingets Beskæftigelsesudvalg og Ligestillingsudvalg, samt til en række ordførere, for at give anbefalinger til lovforslaget. Blandt andet, at der skal være fuld lønkomensation, at begrebet pårørende skal defineres bredt samt at pårørendedagene kan afvikles på en fleksibel måde.

Zebra på rejse

Benjamin har en lillesøster, der hedder Victoria Hope. Efter en voldsom fødsel, der gav hende mange helbredsmæssige udfordringer, har hun været genstand for megen glæde og store bekymringer. Det skriver 15-årige Benjamin om i sin bog 'Zebra på rejse'. Titlen kommer fra Victoria Hope, der ikke rigtig kunne udtale, hvad hun fejlede, da hun var mindre. Så cerebral parese blev i hendes mund til Zebra på rejse. 'Zebra på rejse' er skrevet af Benjamin B. Mathiesen og udgivet på forlaget HOPE. Bogen er på 60 sider, og flot farveillustreret af kunstneren Titika Fahlén. Vejledende pris 179 kr. ISBN: 978-87-972009-2-6.



Portrætbog om søskende til mennesker med handicap

'Sondemad og flødeboller' er titlen på en fremragende portrætbog om søskende til mennesker med handicap. 15 personer i alderen 8 til 64 år beretter om hvordan det påvirker ens liv, når man har en bror eller søster med et handicap. Bogen er skrevet af Malene Gerd Petersen og illustreret af Jens Bloch m. fl. Målgruppen er pårørende, pædagoger og andre fagfolk inden for læring, rådgivning og sundhed. Biblioteket anbefaler bogen til højtlesning fra 8 år og selvlesning fra 14 år. Bogen er på 168 sider og har ISBN 978-87-717706-4-3. Den er udgivet i 2017 på Special-Pædagogisk Forlag, og de rørende historier holder stadig 100 procent. Takket være en god aftale med forfatteren, der har et lille oplag, hun selv har fået lov at sælge, kan CP Danmarks medlemmer og pårørende m.fl. købe bogen til blot 150 kr. plus forsendelse (normalpris 348 kr.). Det sker ved henvendelse til mgpetersen@live.dk



Vi er glade for de valg vi har truffet

Linda Jensen er mor til 15-årige Aksel, der er multihandicappet. Det har skabt nogle særlige vilkår, der både kan give smil på læben og frustrationer over kommunen.

AF BENJAMIN STEENGAARD RASMUSSEN · FOTO LASSE SKOV

- Aksel er vild med at se Lykkehjulet. Programmet passer godt til ham, selv om han bliver lidt træt til sidst i det, fortæller Linda Jensen om sin 15-årige søn, der er multihandicappet.

Linda er 45 år, gift med Lars på 49 år og sammen har de fem børn – familien bor i Tommerup på Vestfyn. Den ældste er 19 år og derefter følger to gange tvillinger på henholdsvis 17 og 15 år. Aksel er altså på det yngste hold tvillinger og blev født på Odense Universitetshospital. Han manglede ilt ved fødslen og er deraf blevet multihandicappet. Han har cerebral parese, har ingen selvstændig funktion, ser dårligt og bliver udtrættet hurtigt.

- Aksel har i dag et omfangsrigt plejebehov i det daglige, og for eksempel tager det ham 1½ time at spise, forklarer Linda.

Aksel bliver meget nemt sanseligt påvirket, faktisk kan han bogstaveligt

talt dø af skræk, og hans tilstand er sådan, at han ikke skal være for meget ude af hjemmet, da han reagerer dårligt på nye indtryk.

- For et par år siden byggede vi huset om, og i mellemtiden boede vi i skurvogne og pavilloner i haven. Da vi flyttede ind i huset igen, fik Aksel det så dårligt, fordi der var lavet noget om, at han skreg og fik feber. Det endte med, at Aksel og jeg måtte sove i køkkenet i fire måneder, fortæller Linda og konstaterer:

- Vi gør normalt det, vi plejer, for det er svært at gøre andet med Aksel.

Da han blev født, var Linda hjemme-gående med tre børn, og det stod hurtigt klart, at på grund af Aksel måtte Linda blive i hjemmet, og nu – 16 år senere – er hun stadig hjemme. I dag er hun ansat af kommunen til at varetage Aksels hjemmeskole, som er en nødvendighed på grund af hans

funktionsniveau, samt den omfattende plejeopgave. Efter tre år uden hjælp har familien nu endelig fået god aflastning i hjemmet 37 timer om ugen, hvilket trods alt giver Linda lidt luft i det tætpakkede dagsprogram.

Rummelige søskende

Med fem børn i husstanden er der mange hensyn at tage, og det kan være svært at tilgodese alle.

- Vi har fra starten besluttet os for ikke at lukke os omkring Aksel, for det er vigtigt også at have øje for hans søskende. Men det er samtidig også vigtigt for os at vise hans søskende, at Aksel er lige så meget værd, som de er, siger Linda.

I hjemmet er der pga. Aksel nogle hensyn, der skal tages, men det har samtidig lært de fire søskende en særlig rummelighed over for andre – en rummelighed, der, ifølge Linda Jensen, næsten kan være for meget nogle gange. Men uden for huset kører de på med skole, sport og venner – og ja, så er der også lige behovet for ferie.

- Vi har prøvet at tage på ferie en enkelt gang med Aksel, men det gør vi ikke igen, for alt skal være som det plejer for ham, ellers fungerer det ikke. Så vi er blevet mestre i at dele os. Har vi en uges ferie, så tager Lars for eksempel afsted nogle dage, og så bytter vi, så der kan være en hjemme hos Aksel, forklarer Linda, der sammen med sin mand heldigvis aldrig har haft et stort behov for at rejse sydpå.

Kamp mod kommunen

- Da Aksel lå i sin kuvøse på sygehuset, og bekymringerne fyldte, tænkte jeg,



Karen t.v., der er Aksels ældste søster, viser ham noget morsomt på skærmen mens Signe og Linda kigger på.

“ Vi har en gammel Opel, vores hus er grimt og vi kommer ikke to uger til Gran Canaria, men børnene står glade op om morgenen.

at nu kommer der nogen og hjælper os, husker Linda.

Men så enkelt gik det ikke. 16 år efter kan hun se tilbage på et enormt tidskrævende arbejde med at få den hjælp til sin søn, som han har behov for.

- Det er helt urimeligt, at man får et barn med udfordringer, og så er det ikke det at tage sig af barnet, der fylder mest, men at skulle være sagsbehandler, ergoterapeut, have lægesamtaler osv. forklarer Linda.

Familien skal hele tiden være på vagt over for, om Aksel får det, han har behov for. Det er et fuldtidsarbejde at tage sig af alle opgaverne omkring ham: de utallige møder med kommunen, ture på apoteket, sårpleje, behandlinger, tjekke op på om merudgifterne er blevet udbetalt osv.

- Vi har fået mange børn – det er vores valg – men fordi et af dem har et handicap, så bliver der holdt ekstra øje med, at vi gør det godt nok. Så vi skal ikke være dem, der glemmer madpakken, ikke kommer til forældremøderne eller henter for sent, understreger Linda, der skulle forklare en veninde om udfordringen med kommunen og illustrerede det således:

- Jeg har aldrig været omgivet af så mange mennesker, men alligevel følt mig så alene.

God energi fra kredsarbejdet

Til gengæld føler hun sig bestemt ikke alene, når hun er aktiv i CP Danmarks kreds på Fyn, hvor der er god stemning, dejlige mennesker og glade børn



Familien samlet til en hyggestund omkring Aksel. F.v. Linda, Signe, Rasmus, Karen og Nikolai.

med cerebral parese. Det giver hende god energi at bidrage til kredsarbejdet, og så har hun fået noget helt unikt ud af det.

- Jeg har mødt mange mennesker denne vej, som jeg ellers ikke ville have mødt, og det er meget berigende. Jeg har på en måde to liv – ét i normalverdenen, hvor man snakker om bestemte ting, lægger glade billeder på Facebook og har fokus på andre gode ting, og så er der det andet liv med andre pårørende, hvor man kan tale om det, der virkelig betyder noget, sejre og nederlag og det, der gør rigtig ondt. Der har jeg lært meget, konstaterer Linda.

En vigtig opgave

At have et barn som Aksel med behov

for så meget hjælp kræver svære beslutninger, søvnløse nætter og morgenhår i dagevis.

- I en sen aften efter tre døgn uden søvn kan jeg da godt tænke; gid jeg havde et almindeligt arbejde. Men reelt vil jeg ikke opgive dette, for det er en vigtig opgave for os at give Aksel det bedste, han kan få, forklarer Linda, der ikke går rundt og spekulerer over, om de skulle have gjort noget anderledes.

- Vi har en gammel Opel, vores hus er grimt og vi kommer ikke to uger til Gran Canaria, men børnene står glade op om morgenen, så vi er også glade for de valg, vi har truffet, med de vilkår vi har, slutter Linda Jensen.

Hvorfor vælge **Olivia Danmark** som din BPA-leverandør?

- ✓ Vi er godkendt af Socialtilsyn Hovedstaden.
- ✓ Du og dine behov er i fokus og du får en fast tilknyttet BPA-rådgiver.
- ✓ Vi har et brugervenligt IT-system til at oprette nye medarbejdere, lægge vagtplaner mm.
- ✓ Du får adgang til en vikarportal, hvor du kan søge efter vikarer.
- ✓ Vi har et indgående kendskab til lovgivningen.
- ✓ Vi fører altid en fortrolig og uformel dialog, når vi rådgiver og vejleder dig.

Vil du vide mere?

Kontakt BPA-rådgiver Dea eller Edith på
8888 7171
bpa@olviadanmark.dk
www.olviadanmark.dk

Olivia
Danmark

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.

REGION

Kommunikationscentret



VIL DU MED UD PÅ

NYE OPLEVELSER

Egmont Højskolen
www.egmont-hs.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)

Hvad er en fremtidsfuldmagt?

I forbindelse med at sygdom rammer, eller en diagnose bliver en del af ens hverdag, rejser der sig typisk mange spørgsmål om fremtiden. Hvordan skal vi klare dagligdagen? Hvad med økonomien? Hvordan er omgivelserne gearret til udfordringen? Hvordan kan vi som pårørende beskytte hinanden og hjælpe den, der er direkte berørt?

Et af de redskaber, man har til rådighed, er en såkaldt fremtidsfuldmagt, som mange mener bør være udfærdiget i alle familier – uanset om der er sygdom involveret eller ej. I 2017 blev der lavet en lov om fremtidsfuldmagter, der giver mulighed for, at en anden person kan tage vare på sine interesser, hvis man mister evnen til at træffe beslutninger om økonomiske og personlige forhold.

Der er mange tilfælde, hvor man ikke selv kan tage vare på økonomien. Det kan skyldes en medfødt diagnose, men det kan også senere i livet skyldes demens eller ulykker.

Fremtidsfuldmagten kan hjælpe fuldmagtsgiveren til at undgå økonomiske problemer. Fuldmagtshaveren kan agere på vegne af fuldmagtsgiveren, og derved hjælpe med at sørge for at regninger bliver betalt, søge erstatninger/forsikringsudbetalinger (kritisk sygdom, ulykkesforsikring og tab af erhvervsevne), huset sættes til salg, gæld indfries og meget andet. Alternativt risikerer den syge/ulykkesramte at komme i uføre på grund af manglende betalinger.

Man kan lade advokater foretage arbejdet for et honorar i størrelsesor-

den et par tusinde kroner, men man kan faktisk godt selv udarbejde en fremtidsfuldmagt ligesom testamenter og skøder. For at være juridisk gældende skal fremtidsfuldmagten dog være digitalt underskrevet og godkendt af notaren. Til det skal man bestille tid i den retskreds, man tilhører, så notaren ved fremmøde kan sikre sig, at fuldmagtsgiver er i stand til fornuftsmæssigt at oprette fremtidsfuldmagten, og at det er den rette person, der er til stede. Det koster et gebyr, hvorefter fuldmagten bliver noteret i Personbogen.

Når man udfærdiger papiret, skriver man, hvem der skal have fuldmagt – der kan godt være flere – og hvad fuldmagten skal indeholde. Det normale er, at ens forældre eller partner

får fuldmagt til personlige og økonomiske forhold.

Hvis man ønsker at ændre i fremtidsfuldmagten, skal man skrive en helt ny. Der kan kun være én fremtidsfuldmagt, men der må gerne være flere personer, der er givet fuldmagt.

Når fuldmagten skal bruges

Når – og hvis – man får brug for fuldmagten, i det tilfælde at fuldmagtsgiver ikke længere kan varetage egne interesser, så skal man søge om at få den sat i kraft ved Familieretshuset (tidligere Statsforvaltningen). Familieretshuset afgør ud fra den enkeltes situation, om der er grundlag for at fuldmagten bringes i spil. Typisk vil Familieretshuset bede om en lægeerklæring sammen med ansøgningen.



En fremtidsfuldmagt er god at have. Den giver sikkerhed og kræver blot en mindre engangsudgift, fortæller CP Danmarks socialrådgiver, Mia Ibæk Touborg.

Vi tager en dag ad gangen og undgår unødige bekymringer

Anni Vesterdahl Flensted er bedstemor til en masse piger, blandt andet Lærke på fem år der har cerebral parese. Sammen med sin mand hjælper hun datterens familie i hverdagen.

AF TRINE KAMP LARSEN

Som pensionerede pædagoger kunne Anni og hendes mand Henrik hurtigt se, at barnebarnet Lærke, der er tvilling, ikke udviklede sig som sin søster. Børnene var født for tidligt, og allerede 10 dage efter fødslen fik Lærke sin første operation for vand i hovedet, og ud over diagnosen cerebral parese har hun også epilepsi.

Anni lagde mærke til, at der ikke var den samme kontakt med Lærke som med søsteren, og hun reagerede anderledes på øjenkontakt. I dag er pigen fem år og multihandicappet. Hun kan udtale få ord, men har intet sprog som sådan, ingen gangfunktion, meget begrænset gribefunktion og er helt afhængig af hjælp. Og det er lige præcis det, Anni kan bidrage med. Hun er en stor hjælp for familien og lader sig

ikke slå ud af diagnosen og fremtidsudsigterne. Hun tager en dag ad gangen.

“ Vi har altid været tæt forbundet og er blevet det endnu mere.

Mange børnebørn giver ro og erfaring

Lærke er langt fra Annis første barnebarn. Faktisk har hun hele syv børnebørn fordelt på sine tre børn, så da Lærke og hendes tvillingesøster kom til, havde hun ikke alene mere tid og overskud, fordi de andre børnebørn var blevet større, men også mere ro.

Alt det med diagnosen skulle nok gå. Hun startede med at flytte ind hos Lærkes mor Nanna, hvis mand er i miltæret og meget væk:

- Vi har altid været tæt forbundet og er blevet det endnu mere. Vi skal bare lige kigge på hinanden, så ved vi, hvad den anden mener. I og med at der var to spædbørn, så tog vi en hver, så at sige, og fik det hele til at køre selvom der var meget at se til.

Mormor Anni og Lærke kan godt lide at komme ud i naturen sammen.





Ta' familien med til Skive Festival 4. juni

Kom og få en musikalsk oplevelse sammen med familien og gode venner, når CP Danmarks kredse omkring Skive inviterer til Skive Festival 2022.

Vi tilbyder igen i år en speciel éndagsbillet til lørdag den 4. juni fra klokken 12.00 til 24.00 i vores telt ved festivalen. Der er musik på festivalpladsen fra kl. ca. 15. til 02.00.

Prisen for éndagsbilletten er 300 kr. for voksne og 175 kr. for børn under 15 år og hjælpere, (prisen for hjælpere dækker kun for maden). Billetprisen til endagsarrangementet omfatter entré til Skive Festival, aftensmad og fri kaffe/te og en muffin i vores telt.

Og til de hurtige: Køb voksenbillet inden den 14. april og få den til 200 kr. og spar 33 procent.

Bestil dine billetter nu hos Bent Ole Nielsen, CP Danmark - Vestjylland, mail: cpskive@mail.dk eller ring på telefon 97 14 24 83 eller 21 29 48 44 (hverdag efter kl. 16).

Oplys navn, medlemsnummer, antal billetter, hvilken kreds du tilhører eller hvilken kommune du bor i. Betaling på konto 7613 - 1011868 eller på MobilePay 21 29 48 44. Bestillingen er først gyldig, når betalingen er foretaget.

Praktiske oplysninger:

CP Danmarks telt åbner kl. 12.00, og der kan spises medbragt mad til fri kaffe/te eller køb af Hancock sodavand/fadøl til lav festival pris.

Alle tilmeldte får mulighed for at bestille en lækker picnic-kasse eller en sandwich efter eget valg til frokost. Picnic eller sandwich er klar i teltet 12.00. Bestillingsseddel bliver sendt til alle tilmeldte.

Musikprogrammet tilsendes deltagerne, når det bliver offentliggjort.

*Vi ses på Skive Festival!
Festudvalget*



Anni er dog meget opmærksom på at være bedstemor og ikke pædagog, for hendes faglige baggrund må ikke overskygge forholdet til hverken børnene eller datteren og svigersønnen. Og hun blander sig ikke, medmindre hun bliver spurgt. På den måde overskrider hun og Henrik ikke nogens grænser og står alligevel til rådighed for den unge familie.

'Vi kunne ikke have gjort det uden jer'

Anni har seks aflastningstimer om ugen hos datteren plus tre timers rengøring. Så hver tirsdag går turen fra Falster til Solrød, hvor hun hjælper med almindeligt husligt arbejde som tøjvask og rengøring. Når det er klaret, hygger hun med Lærke og familiens to øvrige børn, mens mor Nanna har tid til at løbe en tur, se veninder eller anden hverdagsluksus.

Anni overnatter altid hos familien, så hun ikke skal køre hele vejen tilbage til Falster. Det er til glæde for alle:

- Jeg nyder det, børnene nyder det, og jeg får energi af det. Jeg glæder mig altid, og jeg vil ikke undvære et øjeblik sammen med Lærke eller nogen af mine andre børnebørn, understreger Anni.

- Min mand er her ikke nær så ofte som jeg, men støtter og hjælper med en masse praktiske ting. Vores datter og svigersøn har ofte sagt, at de ikke kunne gøre det uden os. Vi er enormt meget sammen. Vi tager på ferie sammen, hvor vi kigger lidt efter ungerne, så forældrene kan få lidt tid for sig selv, og vi har en tradition med at invitere alle vores børnebørn på ferie en uge hver sommer.

Hvad med fremtiden?

Men selvom det lyder som den helt perfekte familiekonstruktion, er Anni alligevel opmærksom på fremtiden:

- Vi har sagt til dem, at de med tiden må kigge på andre støttemuligheder. Jeg er 72 år og min mand to år yngre, og vi bliver ikke ved med at have de samme kræfter som nu. Samtidig bliver Lærke ikke mindre plejekrævende, snarere tværtimod. Så der kommer en tid, hvor mormor og morfar skal suppleres op med mere hjælp udefra.

- Vi skal ikke male fanden på væggen, men man må forberede sig lidt på fremtiden, slutter Anni, der glæder sig til mange flere oplevelser med alle børnebørnene.

Familien Clausen samler på gode oplevelser

En plejefamilie, som i mange år har været en uvurderlig støtte, storebroren Sebastian og moren Bente Lis. Det er de nære pårørende, som betyder rigtig meget for Daniel Kok Clausen.

AF FRANDS HAVALESCHKA

Daniel, der er 33 år og født med cerebral parese, er meget afhængig af hjælp stort set hele døgnet. Han fik diagnosen meget tidligt, sidder i manuel kørestol med hjælpemotor og er uden verbalt sprog. Men han har en god familie, et indholdsrigt liv og er glad for sit bosted, hvor han har egen lejlighed og hver dag får – og bidrager med – input på stedets dagtilbud.

Men lige i dag hygger han sig hjemme hos sin mor i Tune. Det gør han i øvrigt hver tirsdag, hvor han kombinerer sin ugentlige træningssession hos Øfeldt i Karlslunde med en hyggedag hos sin mor, Bente Lis Clausen. Og når duften af lækker aftensmad begynder at brede sig, tropper hans storebror Sebastian også op og slutter sig til selskabet.

- Det er en tradition, vi har haft i rigtig mange år, stort set lige siden at Daniel flyttede ind i Kildehaven i Svinninge. Så hver tirsdag bliver der hygget og serveret lækker lørdagsmad, fortæller Bente Lis, der glæder sig hver gang, den lille familie er sammen.

Det skal lige siges, at der sammen med arrangementet altid følger en overnatning med for Daniel, der plejer at tage tilbage til Kildehaven onsdag formiddag. Men netop i denne uge er besøget forlænget et par dage på grund af stor coronasmitte blandt personale og beboere i Kildehaven.

- Så er der jo ingen grund til at udfordre skæbnen og give

“Da hverken Lars-Erik eller jeg havde forældre eller søskende, som vi kunne trække på, så var det jo fantastisk med de to reservebedsteforældre.



Daniel og Bente Lis til tirsdagshygge i Tune, der strakte sig nogle dage ekstra på grund af coronasmitte på Daniels bosted.

sig selv unødvendige bekymringer, når Daniel har det godt her, understreger Bente Lis.

Og netop bekymringer er ikke noget, Bente Lis samler på. Hun sammenligner sig med et møbel med 100 skuffer, som aldrig åbnes samtidig, men hives ud enkeltvis, når et problem opstår, eksempelvis skolevalg, indlæggelser, kommunale bevillinger m.v. Så bliver problemet løst og skuffen skubbet på plads. Det har hun altid gjort – og føler det giver ro.

Storebror er der altid

I mange år var faderen Lars-Erik også en fast del af hyggen, men ham mistede familien desværre for fire år siden. Og den ulykkelige situation har gjort familiebåndet endnu stærkere. Sebastian, der er fem år ældre end Daniel, har altid haft et tæt og godt forhold til sin lillebror, men efter faderens død er tilknytningen blevet endnu stærkere. Han er helt klar over, at det er ham, der skal tage over, hvis de en gang kommer til at stå alene. Det har han altid vidst, og det vil han gerne.

Når man snakker med pårørende om deres udfordringer, så giver samarbejdet med kommunen ofte mange udfordringer, men på det punkt har Bente Lis ikke haft de store problemer. Tværtimod var det kommunen der meget tidligt, allerede da Daniel var godt et år, tilbød at aflaste familien med en plejefamilie.

Og den fandt Bente Lis selv i vuggestuen, hvor en af pædagogerne meldte sig. Pædagogen og hendes mand blev derefter reservebedsteforældre for Daniel, indtil han startede på Geelsgårdskolen, da han var 8 år. I starten var det hver tredje weekend, hvilket senere blev udvidet til også at omfatte hver onsdag samt i forbindelse med små ferier.

- Da hverken Lars-Erik eller jeg havde forældre eller søskende, som vi kunne trække på, så var det jo fantastisk med de to reservebedsteforældre, som Daniel er virkelig glad for. Vi har fortsat kontakt med dem og mødes til sammenkomster for Daniel på forskellige mærkedage, fortæller Bente Lis.

Flyttede til Svinninge

Da Daniel blev voksen gav han selv udtryk for, at det nok snart var på tide at flytte hjemmefra. Han prøvede hvordan det var på et aflastningshold på Jonstrupvangs ungeafdeling og senere på Kildehaven, der på det tidspunkt var et nyetableret bosted i Svinninge. Daniel var begejstret, og kort tid efter flyttede han til Kildehaven, hvor han nu har boet i 10 år.

Her hygger han sig sammen med de andre beboere på 'Gården', som er navnet på deres dagtilbud. Han er der hver dag og tilknyttet linjen 'Krop og læring', hvor de læser aviser, ser og snakker om pressemøder og generelt beskæftiger sig med dagligdagens liv og udfordringer. Også Facebook, YouTube og fester er på programmet.

Lige nu er Daniel begyndt at glæde sig til at temperaturen atter kommer over 10 grader, for så starter hans sæson i Team Tvillings Holbæk-afdeling.

- Det er virkelig en stor glæde for Daniel at være med der, og så er det også bare helt vildt at se den indbyrdes glæde, løberne og atleterne har sammen, fremhæver Bente Lis, der følger ham til træningen hver søndag i sæsonen.

Hun understreger, at selv om man er forholdsvis passiv i løbestolen som atlet, så skal der bruges mange kræfter på bare at holde sig fast og oprejst i stolen.

Det er derfor en rødkindet og godt brugt Daniel, der vender tilbage fra den 10 km lange træningstur, men altid med et stort smil på læben.

Ud og opleve verden

På spørgsmålet om, hvad der er det bedste som familien har gjort for Daniel, er Bente Lis ikke et sekund i tvivl:

- Det har været at give ham gode oplevelser på lige fod med alle andre og mulighed for at opleve verden. Vi har rejst meget og blandt andet været på Malta, Kreta og mindst 15 gange på Tenerife, og så har vi været i Norge og stå på ski. Derudover har vi ofte været i sommerhus rundt omkring i Danmark, hvor det vildeste nok var den gang, vi slæbte Daniel med op til Hammerhus på Bornholm. Det var hårdt, men sjovt og gav hele familien en oplevelse, som vi mange år efter stadig snakker om.



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



**Hkc
Transport
ApS**

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



Opholdsstedet Moesgaard

Arnborgvej 15
6933 Kibæk
Tlf. 97 19 12 80

www.opholdsstedetmoesgaard.dk

Mange pårørende kender ikke mulighederne for hjælp

Når det gælder pårørendes muligheder og rettigheder inden for lovgivningen, oplever vi i CP Danmarks rådgivning, at flere af ordningerne er oversete. Mange er udfordret, men ved ikke, at der kan være hjælp at hente. Derfor vil vi her opridse muligheder og hjælpeordninger efter barselsloven og serviceloven.

Børn og unge under 18 år:

Barselsloven giver forældre ret til at modtage dagpenge i forbindelse med pasning af alvorligt syge børn under 18 år, hvis de i forbindelse med barnets sygdom helt eller delvis opgiver arbejde. Barnets sygdom skal medføre behov for ophold på hospital eller lignende institution i minimum 12 dage. Behandling eller pleje i hjemmet kan sidestilles med ophold på hospital. Kravet om, at sygeperioden skal være på mindst 12 dage gælder ikke for enlige forsørgere. Hovedreglen er, at der højst kan ydes dagpenge i 52 uger inden for 18 måneder (§ 26).

Tabt arbejdsfortjeneste til forældre til børn under 18 år med psykisk/fysisk funktionsnedsættelse. Der er mulighed for fuld eller delvis tabt arbejdsfortjeneste - herunder kompensation for enkelt dage ved hospitalsbesøg og lignende (§ 42).

Ledsageordning til børn og unge 12-18 år, der ikke kan færdes alene



Foto: Monkey Business Images/ www.shutterstock.com

på grund af betydelig nedsat funktionsevne. 15 timers månedlig ledsagelse og ret til selv at udpege en person til at udføre opgaven. Hovedreglen er dog, at ledsageren ikke må have en meget nær tilknytning til barnet/den unge (§ 45).

Hjælp i hjemmet til personlig pleje og/eller praktisk hjælp. Det kan man få via kommunens hjemmepleje, privat firma eller man kan vælge selv at udpege en person, der så ansættes – jf. § 94 i afsnittet nedenfor om voksne (§ 83).

Aflastning eller afløsning i hjemmet.

Kommunen har pligt til at sørge for tilbud om afløsning eller aflastning til forældre, der passer et barn med nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne. Afløsning gives i hjemmet, mens aflastning gives uden for hjemmet, f.eks. i form af døgnophold i aflastningsfamilie eller aflastningsinstitution (§44 - Jf. § 84).

Voksne:

En voksen med nedsat funktionsevne, der har behov for hjælp i det daglige, er først og fremmest kommunens ansvar.

Rapport afslørede manglende kendskab til støttemuligheder

For nogle år siden udkom rapporten "Pårørende på arbejdsmarkedet", der beskrev, hvilke udfordringer erhvervsaktive pårørende står overfor, og hvordan udfordringerne påvirker deres arbejdsliv. I rapporten viste beregningerne, at hele 22 procent af Danmarks befolkning er erhvervsaktive pårørende, samt at 42 procent ikke havde viden om de forskellige hjælpeordninger fra offentlige myndigheder. Rapporten viste også, at blot 28 procent kendte til muligheden for aflastning og afløsning.

Forældre til en hjemmeboende voksen med nedsat funktionsevne har ret til "blot" at være forældre. Hvis forældrene ønsker at påtage sig visse opgaver vedr. den hjemmeboende, er det helt i orden, men det bliver dermed ikke en forpligtelse for dem. (SL §§ 81, 82)

Det er altid kommunens ansvar at sørge for den fornødne hjælp til den voksne hjemmeboende, herunder at vurdere en ansøgning om hjælp i forhold til alle relevante muligheder i lovgivningen.

Hjælp i hjemmet til personlig pleje og/eller praktisk hjælp. Det sker via kommunens hjemmehjælp, privat firma eller man kan vælge selvudpeget hjemmehjælp – jf. § 94 nedenfor (§ 83).

Aflastning eller afløsning i hjemmet. Kommunen har pligt til at sørge for tilbud om afløsning eller aflastning til ægtefælle, forældre eller andre nære pårørende, der passer en person med nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne. Afløsning gives i hjemmet, mens aflastning gives uden for hjemmet, f.eks. i form af tilbud om dag-, nat- eller døgnophold.

Socialpædagogisk bistand. Kommunen skal tilbyde hjælp, omsorg eller støtte samt optræning og hjælp til udvikling af færdigheder. Denne ordning omfatter også ledsagelse f.eks. til læge og hospital. Enkelte kommuner tillader, at en pårørende i en periode ansættes til sådanne opgaver (§ 85).

Selvudpeget hjemmehjælp. En person, der er berettiget til praktisk hjælp og/eller personlig pleje (§ 83) kan vælge selv at udpege en person til at udføre opgaverne. Den pårørende eller en anden person ansættes af kommunen (§ 94).

Pårørende kan ansættes som hjælpere, hvis borgeren har behov for personlig hjælp og pleje samt for støtte til praktiske opgaver i hjemmet, i mere end 20 timer ugentligt, og ikke selv kan være arbejdsleder (§ 95,3).

Borgerstyret personlig assistance (BPA). Ansættelse af hjælpere hvis borgeren selv kan være arbejdsleder (§96).

Ledsageordning til voksne, der ikke kan færdes alene. Ret til 15 timers månedlig ledsagelse til selvvalgte aktiviteter og ret til selv at udpege en person til at udføre opgaven. Hovedreglen er dog, at det ikke må være en ledsager, man har en meget nær tilknytning til (§ 97).

Pårørende kan ansættes til pasning af nærtstående i hjemmet i en periode, hvis alternativet er døgnophold eller plejebestanden svarer til fuldtidsarbejde. Ansættelsen kan være i op til seks måneder og forlænges med indtil tre måneder, hvis særlige forhold taler for det (§ 118).

Pasning af døende i eget hjem. Den nærtstående, der passer, er berettiget til plejevederlag (§ 119).



Har du brug for en bisidder?

Føler du, at din sag er kørt fast og har brug for at have en person med, som kan lytte og støtte dig? Så er du som medlem af CP Danmark velkommen til at kontakte foreningens bisidderkoordinator, Mie Juul Pedersen, for at høre nærmere om mulighederne.

Mie Juul Pedersen kan kontaktes på mail: mjp@cpdanmark.dk eller på telefon 38 38 03 10 tirsdage kl. 10.00-13.00 og fredage kl. 10.00-13.00.



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. 9-13 (rådgivning til pårørende)
og fredag kl. 9-12
på telefon 38 14 88 98

Psykolog Klaus Christensen



Tirsdag kl. 9-12 (rådgivning til pårørende)
tirsdag kl. 15-18 og
torsdag kl. 9-12
på telefon 38 88 45 95

Bisidderkoordinator Mie Juul Pedersen

Tirsdag kl. 10-13
Fredag kl. 10-13
på telefon 38 38 03 10
Mail: mjp@cpdanmark.dk



TOFTEGAARD BYG APS

Stenstrupvej 37 . 4573 Højby

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

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

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

Hos PH-EL & Sikring

er vi eksperter indenfor boligrenovering

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

Skal du renovere? Har du gjort dig tanker om:

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

Rådfør dig med os, inden du renoverer

Vi giver et godt og uforpligtende tilbud på opgaven.

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

PH-EL & Sikring
Skudehavnsvej 27, 2150 Nordhavn · Tlf. 39 16 31 31 · www.PH-EL.dk



MEMBER AF
TEKNIQ
INSTALLATIONER OG SERVICE



Fra 0.-10. klasse, SFO med førskoleundervisning samt en række sports- og fritidstilbud

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

REMA 1000

Åkirkebyvej 49 , 3700 Rønne



Jens Christian Viborg



Baggesen

BEGRAVELSESFORRETNING & STENHUGGERI



Louise



Klaus



Kirsten



Søren



Helle

Vi tager hånd om dig og dine kære



Frederikshavnsvej 58 · 9800 Hjørring

Telefon 98 90 15 11

www.baggesen.dk · Døgnvagt

Velkommen til en verden af viden

2022 er året, hvor vi kører løs med kurser, og der er masser af opdateret viden, netværk og erfaringsudveksling, når vi mødes fysisk den kommende tid.

AF KURSUSKONSULENT TRINE KAMP LARSEN

Skolestart, støttemuligheder, udredning og overnatning i det fri. Der er muligheder nok, når vi i CP Danmark inviterer til kurser i løbet af foråret. Vi følger naturligvis de officielle retningslinjer i forhold til coronasituationen, og vi giver pengene tilbage, hvis corona sætter en stopper for deltagelse i et kursus, man har meldt sig til. Vi håber, at vi ses. Man sover bare bedre i det fri

Men bare rolig: Det er først til sommer. Vi har hyret en af Danmarks bedste naturvejledere Mette Mortensen (som du måske kender fra programmet Alene i vildmarken) og bedt hende om at strikke et program sammen til os, når turen går ud i det fri.

I løbet af weekenden hygger vi os, prøver kræfter med naturen, laver et lille orienteringsløb, laver bål, griller skumfiduser og fortæller røverhistorier om aftenen, inden vi kravler ind i soveposerne og finder ro i vores shelter. Få styr på familielivet med cerebral parese

Hvad betyder det for hverdagen i en familie, når der kommer et barn med cerebral parese? Hvad er cerebral parese for en diagnose, og hvordan spotter man de kognitive udfordringer, så man kan hjælpe barnet og resten af familien til at fungere bedst muligt?

Det er nogle af de ting, vi kommer ind på, når vi holder kurset Familie med cerebral parese. Ud over oplæg fra en børnelæge og en psykolog giver CP Danmarks socialrådgiver også en introduktion til, hvilke støttemuligheder serviceloven giver. Det er gratis at deltage i dette kursus.

Kom godt i gang med skolen

Det er så vigtigt at komme godt fra start, men for mange børn med cerebral parese kræver det særligt fokus, hvis deres behov skal opfyldes. Dette kursus stiller skarpt på,

hvilke forhold der styrker indlæringen, hvordan hjerneska-den kan påvirke barnets potentiale for læring og koncen-tration, og hvordan man kan støtte barnet bedst muligt, så barnets skolegang bliver vellykket.

Med os har vi en psykolog, der taler om diagnose og ind-læringspotentiale og -udfordringer, en fysioterapeut, der fortæller om sit daglige arbejde med at støtte børn i fysisk velvære i løbet af en skoledag, og en socialrådgiver, der gennemgår folkeskolelovens støttemuligheder.

Kursets deltagere går hjem med konkrete råd til, hvordan de kan støtte barnet – og dets lærere – i at optimere indlæ-ringen, hvordan barnets fysik og fysiske rammer kan støtte en bedre skolegang og, ikke mindst, en masse god viden om støttemulighederne.

Læs mere om kurserne

Du kan læse mere om alle kurser på vores hjemmeside cpdanmark.dk/kurser. Du er også velkommen til at skrive til kursuskonsulent Trine Kamp Larsen på tkl@cpdanmark.dk hvis du vil have yderligere oplysninger eller har forslag til nye kurser.

'Ud i det fri' bliver afholdt 18.-19. juni i Ry, Jylland.

'Familie med cerebral parese' bliver afholdt 26. marts i København. Det er gratis at deltage i dette kursus.

'Kom godt i gang med skolen' bliver afholdt 30. april i Odense.



Ortopædisk Håndskomageri
Åbyhøj ApS

Efter individuelle
mål fremstilles:



Ortopædisk fodtøj
Ortopædisk træ-fodtøj
Fodindlæg tilpasset Deres fodtøj
Korrektion af fabriksfodtøj
Bandager i forbindelse med fodtøj
Alm. reparationer iøvrigt



ROBERT HANSEN

Silkeborgvej 235 • 8230 Åbyhøj
Tlf. 8615 2177



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



Roskilde
Tlf. 4638 0200
www.danskboligbyg.dk



**Færdigblandet
beton**

Gammelrand
Dancert

Tlf. 59 28 01 10 / Bt 40 28 01 11
Kontakt os for tilbud og levering
Gammelrand Beton A/S, Gl. Skovvej 6 A, 4470 Svebølle
www.gammelrand.dk • E-mail: jg@gammelrand.dk



Mette K. Søgaard
Mobil: +45 24 49 31 75
ms@mksregnskab.dk

MKS Regnskab
Agervænget 9, Snoldelev
DK-4621 Gadstrup



HJE Ventilation
Præstefælledvej 12
2770 Kastrup
Tlf. 32 52 84 43
www.hje.nu

BE Consult

Æblehaven 9 • 2680 Solrød Strand

Ikke alle er lige gode til tal
BE Consult kan hjælpe dig med det hele

Tel. 40 18 81 87
info@birgereskildsen.dk
www.birgereskildsen.dk

BEGRAVELSESFORRETNINGEN
Per Wraa
Nærværende og personligt



Valdemarsvej 3A • Kristrup Torv • Randers SØ

Tlf. 86 40 77 00
bede-mand.dk

Rosenholm Begravelse, Risskov Begravelse,
Ebeltoft Begravelse, Aarhus Begravelse



Ferrarivej 5 • 7100 Vejle
Tlf. 75 83 44 04



Kastanievej 9 • **22 52 02 50**
www.finnsautosunds.dk



*Overskud
til hinanden*

GF TrekantOmrådet
Tlf.: 7013 8080



Grundlagt 1893
Mesterladden 33
2820 Gentofte

Tlf. 39 65 02 07



78 kommuner har nu en uvildig borgerrådgiver

En række kommuner har allerede været i gang, og nu kommer flere til. De ansætter en uvildig borgerrådgiver med støtte fra staten.

CP Danmarks landsformand, Pia Allerslev, ser det som et positivt signal, at mange kommuner nu får ansat en borgerrådgiver.

AF FRANDS HAVALESCHKA

Der blev i finansloven for 2021 afsat 135 mio. kr. til at ansætte borgerrådgivere i landets kommuner. Det tilbud har 47 kommuner takket ja til og på baggrund af ansøgninger fået penge fra puljen. I ansøgerfeltet havde 11 af kommunerne allerede været i gang, men de søgte penge til at opnormere deres eksisterende borgerrådgiverfunktion.

Det betyder, at 78 af landets 98 kommuner fra i år vil have en uvildig borgerrådgiver ansat. I alt har Bolig- og Planstyrelsen, der forvalter midlerne, uddelt ca. 86,6 mio. kr. til opgaven, der dækker over en fireårig periode.

Danske Handicaporganisationer (DH) og deres lokalafdelinger har gennem de seneste år arbejdet for at gøre politikere og kommuner opmærksomme på de positive effekter af uvildige borgerrådgivere. Det samme har CP Danmark, der længe har bakket op om den uvildige borgerrådgiverfunktion og opfordret kommunerne til at ansætte borgerrådgivere.

Et positivt signal

I 2021 havde kommunerne yderligere det incitament, at de kunne søge om penge til opgaven fra en pulje i finanslovsaftalen.

- Det har en række kommuner nu benyttet sig af, og det ser vi som et positivt signal om, at mange kommu-

ner nu vil gøre en indsats for at øge retssikkerheden for mennesker med handicap, vurderer CP Danmarks landsformand, Pia Allerslev.

- Borgerrådgiverne skal styrke borgernes relation til kommunen og bidrage til, at mennesker med handicap i højere grad støttes og rådgives i at få den rigtige hjælp. Det ser vi frem til - nu mangler vi blot at få de sidste 20 kommuner med, lyder hendes opfordring.

Jobfunktionen genoptaget flere steder

Der er mange måder at gribe det an på. I Allerød Kommune har man f.eks. valgt at dele en uvildig borgerrådgiver med Hørsholm Kommune, og i Helsingør Kommune er tilskuds muligheden fra staten årsagen til, at man nu har genoptaget jobfunktionen. I mange år havde Helsingør Kommune en velfungerende borgerrådgiver ansat, men

stillingen blev sparet væk. Nu har kommunen fået bevilling til at ansætte en borgerrådgiver i en 20 timers stilling.

I Gribskov Kommune blev stillingen nedlagt i 2018, da kommunen længe havde været økonomisk presset, men de har nu brugt støttemuligheden til at ansætte en borgerrådgiver fra 1. marts. I et jobopslag på kommunens hjemmeside fremgår det, at borgerrådgiveren skal 'guide og hjælpe kommunens borgere, brugere og erhvervsliv med at finde rette vej i det kommunale system, både når de er usikre ved den første kontakt, eller hvis de oplever, at de er kørt fast i systemet'.

Også Silkeborg er en af de mange kommuner som har benyttet sig af muligheden. De nedlagde stillingen i 2016, men nu bliver en ny borgerrådgiver ansat takket være støttemidlerne.

Kommuner der har fået del i støtten

Allerød, Assens, Billund, Brøndby, Brønderslev, Fanø, Fredensborg, Frederikssund, Gribskov, Guldborgsund, Halsnæs, Hedensted, Helsingør, Holstebro, Hørsholm, Ikast-Brandeborg, Jammerbugt, Kalundborg, Kerteminde, Langeland, Lolland, Lyngby-Taarbæk, Nordfyns, Næstved, Odense, Odsherred, Ringkøbing-Skjern, Silkeborg, Solrød, Stevns, Syddjurs, Thisted, Varde, Vejle, Vesthimmerland og Ærø.

Derudover er disse 11 kommuner tildelt midler til at opnormere deres borgerrådgiverfunktion: Dragør, Esbjerg, Frederiksberg, København, Randers, Ringsted, Roskilde, Slagelse, Svendborg, Vordingborg og Aalborg.

STATUS EFTER KV21: To lokalpolitikere med vind i sejlene

Lone Olsen og Majbritt Møller Nielsen, der begge har børn med cerebral parese, får nu mulighed for at løfte nogle af dagligdagens mange udfordringer op til et politisk niveau.

AF FRANDS HAVALESCHKA

I forbindelse med kommunal- og regionsrådsvalget i november præsenterede vi i CP INDBLIK og på CP Danmarks hjemmeside ni af CP Danmarks medlemmer, der havde valgt at stille op som kandidater. De fik alle ni et flot valg med fine stemmetal, og Lone Olsen fra Tårs og Majbritt Møller Nielsen fra Jægerspris fik endog så mange stemmer, at de begge blev valgt.

Lone Olsen kan nu se frem til en rigtig travl periode. Dels blev hun genvalgt til Hjørring Byråd, men hun blev også valgt til regionsrådet i Nordjylland, som en af de 11 Venstre-folk, der nu har plads omkring bordet.

For Majbritt Møller Nielsen, der stillede op for Nye Borgerlige, er der tale om en politisk debut i Frederikssund Byråd, hvor hun skal repræsentere partiet alene i den nye valgperiode, som startede ved årsskiftet.

Desværre bød valget også på en skuffelse for Lene Nielsen, der efter to valgperioder i Mariagerfjord Byråd ikke fik stemmer nok til at repræsentere Socialdemokratiet – og de handicappedes stemme – i en periode mere.

Redaktionen har talt med de tre politikere for at høre mere om, hvad der nu skal ske, og hvad deres forventninger er til fremtiden.

En travl periode venter

Lone Olsen kender alt til handicapområdet. Hun er 45 år og mor til to børn, hvoraf Camille på otte år har cerebral parese. Hun mener, at vi alt for ofte glemmer mennesket bag, når vi taler handicap.

- Retorikken handler mere om, at det er en udgiftspost. Livskvalitet er langt nede af listen, og det vil jeg gerne være med til at ændre. Som mor til Camille oplever jeg lang sagsbehandlingstid og den ofte manglende vejledning som de største benspænd og noget af det, der kan løftes til et politisk niveau, vurderer Lone Olsen, der ser et kæmpe problem, når det gælder tilliden mellem borger og systemet.

- Som medlem af kommunens Sundhed-, Ældre- og Handicapudvalg fik vi i sidste periode sat gang i nogle spændende tiltag omkring bl.a. selvvisitering på madservice, og vi har drøftet, om der var samme muligheder inden for hjælpemiddelområdet. Det er et arbejde, vi skal fortsætte med, ligesom vi også skal kigge på sagsbehandlingstiden på handicapbiler og om vores BPA-ordning fungerer tilfredsstillende.

Derudover er Lone Olsen blevet næstformand i kommunens Børne-, Fritid- og Undervisningsudvalg, hvilket betyder at hun nu får berøring med både børne- og voksenhandicapområdet. Hun er overbevist om, at jo mere sammenhæng der kan skabes, desto bedre er det, og hun vil derfor gerne have fjernet den silotænkning, der har en tendens til at snige sig ind i udvalgene.

- Med min nye post i regionen vil jeg styrke samarbejdet mellem kommune og region, for vi ser ind i en tid, hvor kommuner skal løfte flere opgaver i det nære sundhedsvæsen. Det er også en opgave, som jeg ser frem til, fremhæver Lone Olsen.

Fik udvalgsønsker opfyldt

For Majbritt Møller Nielsen, der stillede op i Frederikssund Kommune, blev valget også en stor succes. Hun opnåede et flot stemmetal som spidskandidat for Nye Borgerlige og er nu repræsenteret i byrådet.

Hele familien Olsen nyder naturen i det nordjyske.



- Selv om vi ikke er med i konstitueringsaftalen, så fik jeg mine tre ønsker opfyldt. Det var at få en plads i udvalgene for Omsorg og Ældre og Social og Sundhed samt plads i kommunens handicapråd, fortæller Maibritt Møller Nielsen, der føler sig godt modtaget i byrådet og ser frem til det kommende arbejde.

Som mor til datteren Smilla på 24 år, der har cerebral parese, er det politiske områder, som hun har stor interesse i og erfaring med. Det er kompetencer, der nu skal bruges, og her er platformen i byrådet jo ikke den værste at agere ud fra.

- Jeg vil bl.a. arbejde på at sikre borgernes retssikkerhed. Desuden at pengene kommer til at følge borgeren, så de ikke får tildelt hjælp, de ikke kan bruge, og så skal der langt mere frit valg på hylderne, mener Maibritt Møller Nielsen, der har tænkt sig at skabe en tæt kontakt til borgerne og besøge kommunens forskellige tilbud, institutioner og medarbejdere, så hun ved, hvad hun taler om, når det kommer på den politiske dagsorden.



Maibritt Møller Nielsen og datteren Smilla hygger sig i hjemmet i Jægerspris.

Regner med at genopstille om fire år

Efter otte år i byrådet i Mariagerfjord Kommune opnåede Lene Nielsen desværre ikke genvalg til kommunalvalget i efteråret. Hun er ærgerlig og skuffet, men tog resultatet helt roligt på valgaftenen. Til gengæld er hun nu blevet formand for handicaprådet.

AF BENJAMIN STEENGAARD RASMUSSEN

- Som jeg har det i dag, så stiller jeg op igen til næste kommunalvalg, siger Lene Nielsen, da hun bliver stillet det spørgsmål, hun nok har fået flest gange, siden stemmerne blev talt op på valgaftenen og desværre ikke gav

hende fire år mere i byrådet i Mariagerfjord Kommune.

Det var ud på aftenen, den 16. november 2021, at Lene Nielsen, der har cerebral parese, blev klar over, at pladsen i byrådsalen gik til en anden kandidat.

- Jeg var overrasket over min egen reaktion, for jeg var ret rolig omkring det, selvom jeg selvfølgelig var ærgerlig og skuffet. Havde det været tidligere, havde jeg måske været mere følsom omkring det og var blevet påvirket mere, fortæller Lene Nielsen, der stillede op for Socialdemokratiet.

Men 57-årige Lene Nielsen er blevet mentalt styrket, da hun har gået til musikterapi, og er afklaret med, at hun ikke kunne have gjort det meget anderledes i valgkampen.

Efter to valgperioder får Lene Nielsen nu en pause fra byrådsarbejdet i Mariagerfjord, men hun regner med at stille op igen til næste kommunalvalg.

- Jeg synes ikke, at jeg har gjort det dårligt, men der er bare nogle, der har gjort det bedre end mig, konstaterer hun.

Brev fra pårørende

Efter valgresultatet fik Lene et brev fra en pårørende til en borger på et botilbud.

- Den pårørende skrev til mig, hvor meget det havde betydet, at jeg sad i byrådet, og hvad det ville betyde fremover, når jeg ikke skulle sidde der længere. Så der er stadig brug for min stemme, siger Lene Nielsen om det flotte brev.

Derfor tænker Lene da også, at hun genopstiller om fire år. Men indtil da vil hun gerne bruge sin viden og erfaring andre steder og er blandt andet blevet formand for handicaprådet. Fysisk er Lene Nielsen, trods sit handicap, faktisk blevet bedre de senere år, fordi hun er begyndt at træne, og derfor tænker hun også, om et skånejob måske er en mulighed, hvor hun kan bruge sine erfaringer.



Brug en F.R.I.-rådgiver



REMA 1000
Meget mere discount!

Erantisvej 48 • 4700 Næstved • Tlf. 55 71 95 25

[factum²]
for god forudsigt

Lindved Møllevvej 14 • 5260 Odense S
Mobil 3175 5458 • cdm@factum2.dk
www.factum2.dk



**Logistik
Centralen A/S**

Professionel transport
og lagerhåndtering



Telehøjen 6 • 5220 Odense SØ
Tlf. 70 27 85 11 • www.logistikcentralen.dk



@nordjyskspecialraadgivning

Nordjysk Specialrådgivning
Vi tager hånd om helheden

Skalhuse 5, 9240 Nibe
+45 42 79 98 82
nsr@nordjyskspecialraadgivning.dk
www.nordjyskspecialraadgivning.dk

Sponsoreret
HANDY MAN SEIERSEN



Bautahøj
Konferencehotel - ude men hjemme

www.bautahoj.dk

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

FLEXIBLE®
FKTEKNIK DESIGN

Munkevænget 4 • 5492 Vissenbjerg • Tlf. 40 16 83 41 • www.fkteknik.com

REMA 1000

Frederiksborgvej 86
2400 København

Vi støtter
Lokalt

HTC-Biler A/S



SERVICEPARTNER

Vi har specialuddannet mekanikere,
med min 5 dages kursus pr. år.
(man kan ikke være god til alle biler)

Autoriseret VW og SKODA Servicepartner.

SKODA



Servicepartner

HTC-Biler Hadsten A/S - www.htc-biler.dk - Kirkevej 67 - 8370 Hadsten - Tlf.: +45 86 98 24 55



MULTI-TEK
Kvalitetsprodukter siden 1988

Tlf.: 87110090
www.multitek.dk

Branddøre Sikkerhedsdøre Ståldøre Brandporte Brandvinduer



Theresavej 1 • 7400 Herning • Tlf. 97 12 46 11

Snorkling og kajakroning var blot nogle af de mange aktiviteter, som Julie Morell Jensen prøvede på det ugelange ophold på La Santa sammen med Parasport Danmark.



CP OG IDRÆT: **Udfordringer, et forpligtigende fællesskab og venner for livet**

Et langt personligt træningsforløb kulminerede med deltagelsen i sportslejren på La Santa, og det har virkelig givet motivation til meget mere, beretter Julie Morell Jensen.

AF JULIE MORELL JENSEN

Deltagelsen i Parasport Danmarks Sportslejr på La Santa er ultimativt én af de største oplevelser, jeg har haft. Det har givet minder for livet, gjort mig fysisk og mentalt stærkere og givet mig en tro på, at jeg, på trods af min CP, kan klare mere, end jeg selv tror. Hvis du får muligheden for at deltage, så grib den. Det vil du ikke fortryde.

Jeg søgte om at blive en del af sportslejren på La Santa, fordi jeg ville give mig selv en udfordring i en periode, hvor jeg har haft stort fokus på kost, motion og øget aktivitet efter et langt genoptræningsforløb.

Jeg ville simpelthen finde ud af, hvad jeg kunne med min nye og stærkere krop. Tidligere har jeg dyrket en smule motion, men har altid givet op, fordi det har været en udfordring at finde noget, der passede til mit funktionsniveau.

Mere aktivitet i hverdagen

Da jeg i begyndelsen af marts 2021 blev udvalgt til at deltage, begyndte jeg at tænke over, hvordan jeg kunne få

mere aktivitet ind i hverdagen og blive stærkere inden afrejsen. Jeg trænede i vand og begyndte at cykle igen efter flere års pause. Begge dele har givet mig blod på tanden til mere, men det føles alligevel som et soloprojekt, når jeg cyklede landevejene tynde. For jeg kunne jo alligevel ikke følge med de andre.

Turen til La Santa i november 2021 – projektets afslutning – oversteg mine vildeste forventninger og blev virkelig en øjenåbner for mig. Jeg var en del af en fuldstændig fantastisk gruppe, som virkelig formåede at få det bedste frem i hinanden.

De mål, den enkelte satte, blev gruppens mål, og vi bakkede hinanden op og heppede på hinanden, græd og grinede sammen. Det mærkede jeg særligt, da jeg blev udfordret i en kajak. Det var ikke lige mig, og jeg havde allermest lyst til at give op, men med hjælp fra vores dygtige trænere og vores gruppe kom jeg ud igen og fik vendt fiaskoen til succes.

Alt i alt fik jeg virkelig meget ud af turen: Jeg kom ud og cykle i bjergene i smuk solnedgang, øgede min gangdistance i stegende hede, snorklede i klart blåt vand og udfordrede min finmotorik til Paddle Tennis.

Også på det mentale plan rykkede turen mig. Vores dygtige mentaltræner hjalp mig med at lære min nye krop at kende, samtidig med at jeg fik nogle værktøjer til at klare situationer, som normalt ville presse mig. Sidst, men ikke mindst hjalp mentaltræningen til, at jeg efterlod nogle af de negative følelser i en bugt i La Santas mørke og erstattede dem med positiv energi.

Jeg skal klart til at dyrke mere motion

Gennem de otte måneder, som forløbet har varet, er jeg både blevet fysisk og mentalt stærkere. Efter at jeg er begyndt at tabe mig, har jeg lettere ved at komme rundt og har ikke så mange smerter, som jeg havde før i tiden. Det betyder, at jeg har mere overskud til at dyrke motion – og motionen hjælper også klart til, at jeg ikke oplever så mange smerter mere.

I september, forud for turen, blev jeg introduceret til framerunning. Det var en motionsform, som jeg ikke tidligere har overvejet, men som jeg blev gjort opmærksom på gennem projektet. Det var lige mig. Pludselig kan jeg løbe – noget som jeg aldrig troede, jeg skulle komme til.

Det er en motionsform, som jeg er blevet virkelig glad for – og måske er det lige præcis det, der skal til, for at jeg bliver stærk nok til at kunne løbe den 5 km. tur med min far, som jeg aldrig havde troet, jeg kunne komme til?



Kort om Julie

Julie Morell Jensen er 28 år og har cerebral parese. Hun bor i Nørresundby og har en uddannelse som cand. mag i kultur, kommunikation og globalisering. Hun er formand for CP Danmark Nordjylland og arbejder til dagligt som kommunikationsmedarbejder i virksomheden Industribejdsning Nord.

Den gode oplevelse i et fællesskab med andre

Sportslejren på Club La Santa, som har været afholdt i flere år, er blevet til gennem en fælles pulje for personlige legater, som er oprettet af Vanførefonden, Bevica Legater og Bevica Fonden. Formålet med puljen er at give mennesker, der er udfordret af deres handicap og økonomi, mulighed for gode oplevelser sammen med andre. Takket være puljen har deltagerne fået opholdet betalt.



AF TORBEN HAHN NYGAARD

I december 2019 tog et hold på 18 personer med forskellige handicap afsted til Club La Santa på Lanzarote, hvor Parasport Danmark afholdt sin årlige sportslejr. Blandt deltagerne var 35-årige Sanne Archana Thorup, der er født med cerebral parese. Hjemvendt fra sportslejren ønskede Sanne en mere aktiv hverdag.

- Efter turen til Club La Santa aftalte jeg med turens projektleder, Torben Nygaard, at jeg skulle overveje om framerunning var noget for mig. Torben ringede i sommeren 2020 og sagde: "Er det nu, vi tager til Randers og prøver framerunning? Du kan bare sige nej bagefter, men giv det lige en chance." Og så tog jeg med, men egentlig bare for at sige, at jeg havde prøvet, men at det blev et nej, fortæller Sanne Thorup.

- Men jeg tog fejl. De var så søde i Randers Freja Para-atletik, og jeg følte mig velkommen med det samme. Jeg kunne ikke andet end at give det en chance, og det er et af det bedste valg, jeg har taget, siger Sanne om sit første besøg i para-atletikklubben i Randers.

Kommende landsholdsløber fandt selvtilliden med framerunning

Sanne Archana Thorup, der er født med cerebral parese, var en del af Parasport Danmarks sportslejr på Club La Santa tilbage i 2019. Siden da har hun gjort så store fremskridt på sin framerunner, at landstræneren nu har sendt bud efter hende.



Efter et liv med mange fysiske udfordringer har Sanne fundet stor glæde i at dyrke idræt.

ner har ikke kun skabt en mere aktiv hverdag for Sanne. Efter et liv med mange fysiske udfordringer, tolv knæoperationer og flere genoptræningsforløb har Sanne nu skruet op for de sportslige drømme.

- Jeg vil gøre alt og mere til, for at nå så langt som jeg kan med framerunning. Så kan jeg sige, at jeg gav mig selv fuldt ud og mere til. Nu kan jeg endelig kalde mig atlet, og hvem havde troet det? Ikke mig!

Det er da heller ikke uden grund, at Sanne kan drømme om at komme langt med inden for framerunning. Efter ét års træning blev hun inviteret via hendes klubtræner.

- Det kunne være virkelig vildt at komme med til de store stævner. Jeg begyndte at løbe i august 2020 og ét år efter blev jeg spurgt, om jeg ville være med på bruttolandsholdet. Det er stadig uvirkeligt, men det er rigtigt, hvilket hun er utroligt glad for.

Efter at være begyndt til framerunning, har Sanne fået en større tro på sig selv. Ikke mindst efter mødet med atletiktrænerne, der med det samme kunne se hendes evner.
- Jeg har altid gerne ville løbe. Det har bare ikke været en mulighed, men det er det nu. Det er ubeskriveligt,

at der er nogle der tror på, at jeg kan det her. Det er med til at give mig selvtillid og jeg har opdaget, at jeg faktisk kan mere end jeg selv troede, fortæller Sanne.

Drømmen om de store stævner
At få fart i benene på sin framerun-

 **Ziggy Montage**
Svejsning • Reperationer • Opstilling og flytning af maskiner



Ziggy Montage
Søvej 21, 5792 Årslev • Tlf: 27 42 64 73
info@ziggymontage.dk • www.ziggymontage.dk

 **HJ Autorep**



Ouevej 3 • 9500 Hobro
Tlf: 21432926
Email: kontakt@hjautorep.dk

REMA 1000
Jyllandsgade, Ringsted
v/købmand Mathias Hartmann


Kalundborg

Nytorv 8, 1, 1. • 4400 Kalundborg • Tlf. 70 30 09 00 • kalundborg@3f.dk
www.3f.dk/kalundborg

REMA 1000
Godthåbsvej 225 • 2720 Vanløse
Tlf. 88 52 69 91


ARJ Technology
www.arj-technology.dk

Brøns Ingeniørfirma ApS
 www.broens-ing.dk

Damvej 12 | Brøns | 6780 Skærbæk
Tlf. 74 75 34 24 | Fax 74 75 31 20

REMA 1000
Kasernen - Ringsted

Kaserne Alle 1 • 4100 Ringsted • 57 64 40 60

 **Thisted-Fjerritslev
Cementvarefabrik A/S**

Stevnsvej 17 • 7700 Thisted
Tlf. 97 92 25 22 • E-mail: salg@tct.dk
Beton - naturligvis

 Se mere på
www.tct.dk

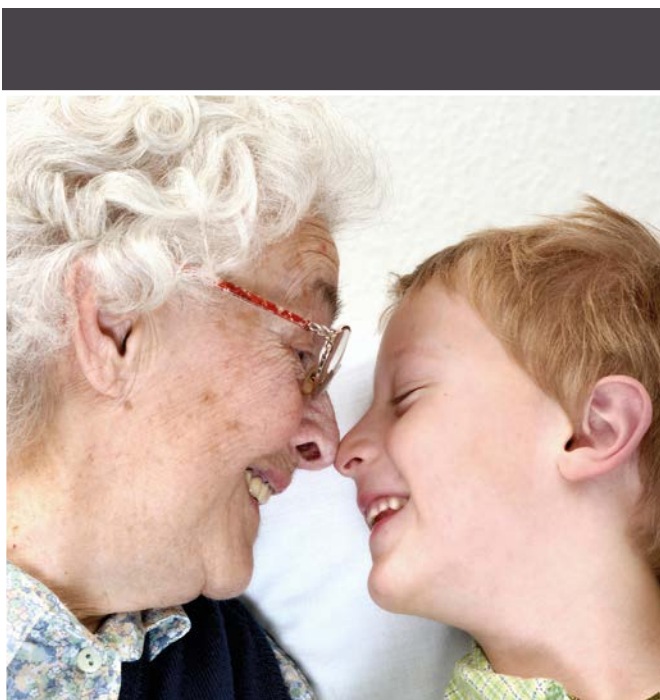
REMA 1000
Meget mere discount!

Løvbakken 4 B • 9400 Nørresundby
Tlf. 96 32 05 30

REMA 1000
Toftthøjvej 2 • 4130 Viby Sjælland
Tlf. 46 14 13 20

 **Entreprenør
Henning Have A/S**

Vejen 7536 2911
Kolding 7550 4400



En gave i dit testamente

Din familie er vigtigst. Og skal selvfølgelig komme først. Men selv en lille gave i dit testamente vil gøre en stor forskel for CP Danmarks fremtidige arbejde for mennesker med cerebral parese.

Det er en god idé at få juridisk bistand til dit testamente. Betænker du CP Danmark, betaler vi op til 5.000 kr. for oprettelsen af testamentet hos en advokat. Vil du vide mere, så læs om arv og testamente på cpdanmark.dk eller ring til os på telefon 38 88 45 75.

CP Danmark er en velgørende forening og er derfor fritaget for boafgift. Dermed går alt, hvad du betænker CP Danmark, ubeskåret til foreningens arbejde for mennesker med cerebral parese.

CP Danmark 
Landsforeningen for cerebral parese

Thisted Køreskole

v/Palle Lindberg
Birkebakken 20, 7730 Hanstholm

Tlf. **2174 2170**

TEORI: Jernbanegade 26, 7700 Thisted

Thisted-Køreskole.dk

Mail: thistedkoreskole@hotmail.com



NemStatik

Make IT simple

Spar tid, gør komplekse statistiske beregninger nemmere

Søren Frichs Vej 38K 1. Sal, Kontor nr. 6 • 8230 Åbyhøj
Tlf.: +45 24 44 40 29 • Email: nemstatik@nemstatik.dk

www.nemstatik.dk

Skoventrepreneur Frede Andersen A/S



Niels Peter tlf. 20 15 27 51 • 20 86 51 44 • CVR 35 63 71 76

Lintrupvej 40, 6600 Lintrup

info@frede-andersen.dk

www.fredeandersen-maskinstation.dk

REMA 1000

Øresundsvej

Øresundsvej 23, 2300 København S

Købmand
Kenn Seewaldsen



TJ Montage

Klevehøjvej 6A, 2630 Taastrup

Tlf.: 21 94 70 67

Email: tbmontoer@gmail.com

Jv Træpiller

20 89 27 33

v/ Jan Bo Vinding

Årbyvej 38 • 4400 Kalundborg • jvtraepiller.dk

CP DANMARK STORKØBENHAVN

Formand Mansoor Siddiqi
Mail: msi@parasport.dk

FEST MED 'RECEPTEN' UDSAT

På grund af den store coronasmitte har vi valgt at udsætte festarrangementet på Geelsgårdskolen, hvor bandet Recepten skulle have spillet den 5. marts. Når forholdene igen tillader det, melder vi en ny dato ud på Facebook og andre digitale medier.

Birte Hagelund

CP DANMARK NORDSJÆLLAND

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

CP DANMARK ROSKILDE

Formand Bente Lis Clausen
Mail: bentelis@tunenet.dk

VI STARTER MED BOWLING

Vi har allerede årets første arrangement på plads. Vi starter med en omgang bowling den 6. marts (se aktivitetskalenderen), og inden længe får vi de næste arrangementer programsat. Blandt andet tænker vi på at besøge Haaning bilmuseum, og så skal vi besøge Olsen Banden hos Nordisk Film, men meget mere om dette i næste nummer af CP Indblik.

Bente Lis

CP DANMARK NORDVESTSJÆLLAND

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

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.

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.

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. De resterende træningslørdage i foråret 2022 afholdes 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: bjpost@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.

SUCCEFULD KREDSTUR TIL VANDHALLA

Det lykkedes at samle 19 personer, da vi i begyndelsen af november inviterede til en dejlig kredstur til Vandhalla på Egmont Højskolen. Det blev en god weekend med masser af hygge og våde timer i den lækre svømmehal. Kredsens havde lejet svømmehallen både fredag aften og lørdag eftermiddag, så vi til fulde kunne nyde den store vandruksjebane og varmtvandsbassinet. Det var en stor succes. Weekendens igennem spiste vi i højskolens kantine, så der



BLADUDGIVELSER I 2022

Blad	Afleveres til Postvæsenet
Nr. 1	14. februar
Nr. 2	19. april
Nr. 3	20. juni
Nr. 4	22. august
Nr. 5	17. oktober
Nr. 6	05. december

GLEM IKKE AT HUSKE...

Deadline til CP Magasinet INDBLIK nr. 2/2022, der udkommer medio april: Almindeligt stof 10. marts – kredsaktiviteter senest 20. marts – men meget gerne før. Materiale modtages på mail: fh@cpdanmark.dk

CP DANMARK STORSTRØM

Kontaktperson: Marianne Hansen
Mail: kreds9@live.dk

var dejlig tid til fælles samvær, og lørdag aften hyggede vi i Tehuset med kaffe, te og diverse spil. Efter frokosten søndag var en masse glade mennesker klar til hjemrejse. Kredsen takker for den fine opbakning til den skønne weekend.

Rasmus Madsen fra Svinnige var en af deltagerne, der hyggede sig på turen.



AKTIVITETSKALENDER

For at skabe et godt overblik over alle kommende kredsarrangementer – og samtidig oplyse om de enkelte aktiviteter kun er forbeholdt kredsens medlemmer eller er for alle – har vi samlet annonceringerne i en aktivitetsliste. Vi håber, den vil give dig et godt overblik over mulighederne.

Red.

20. FEBRUAR

- TUR TIL SHU-BI-DUA THE MUSICAL

CP Danmark Storstrøm arrangerer tur til forestillingen 'Shu-bi-dua – The Musical' i Tivolis Koncertsal.

Tid: Søndag den 20. februar 2022, kl. 15.00.

Sted: Vesterbrogade 3, 1630 København V.

Pris: 100 kr. pr. billet.

Tilmelding: Efter først til mølle fra 10. februar 2022 kl. 08.00 til 15. februar kl. 24.00 på mail: kreds9@live.dk eller evt. telefon 24 83 14 87. Betaling til Nordea regnr. 0678 kontonr. 0712 714 522.

Info: Begrænset billettantal, heraf enkelte kørestolspladser. Ved spørgsmål ring til 24 83 14 87.

Arrangementet er for alle medlemmer af CP Danmark.

23. FEBRUAR

- GENERALFORSAMLING I VIBORG MED MIDDAG OG OPLÆG

CP Danmark Midtjylland holder generalforsamling og middag den 23. februar. Vi starter med stor buffet kl. 18, derefter generalforsamling og oplæg af landsformand Pia Allerslev om foreningens visioner, og hvordan de føres ud i livet, samt om fremtidens udfordringer med Covid-19. Derefter hygge og snak over kaffen.

Tid: Onsdag den 23. februar 2022 kl. 18.

Sted: BDO Lounge, Tingvej 17, 8800 Viborg.

Tilmelding: Til Jørgen Knudsen på telefon 97 51 20 60 eller mail: jk@asgaard-online.dk – senest 20. februar 2022.

Info: Bestyrelsens årsberetning udsendes til de tilmeldte inden generalforsamlingen og bliver kort gennemgået på aftenen.

Arrangementet er kun for kredsens medlemmer.



CP DANMARK BORNHOLM

Formand Karen Nisbeth
Mail: karen@nisbeth.dk



MADLAVNING MED PROFESSIONEL KOK

Den 27. november havde vi inviteret til madlavning i Det levende Køkken i Østermarie. Her havde vi besøg af kokken Mark Winter, der til daglig arbejder hos Novo Nordisk, bl.a. med deres professionelle cykelhold for diabetesramte. Mark fortalte om gode råvarer, næringsindhold og tips til nem og sund madlavning. Derefter blev vi delt op i tre grupper, der hver skulle lave en let menu. Den bestod af en indisk dhal med fisk, knækbrød med nøddedip og pappadoms. Til dessert er is af bær med pynt.



De tre madhold morede sig gevaldigt undervejs og kunne konstatere, at selv om råvarer og opskrifter var ens, var resultaterne det ikke helt. Vi hyggede os under og efter spisningen, hvor vi fik mange gode snakke, både med Mark og med hinanden, hvoraf flere ikke havde mødtes før. Der deltog seks børn og otte voksne, og vi kan konstatere, at madlavning er en fantastisk familieaktivitet, som varmt kan anbefales.

Karen Nisbeth



Få overblik på hjemmesiden

Du kan finde alle kredsens arrangementer – og mange flere – på foreningens hjemmeside:
www.cpdanmark.dk/aktiviteter

CP DANMARK FYN

Formand Mads Witt Demant
Mail: cpdkfyn@gmail.com

VI ER KLAR TIL ET AKTIVT FORÅR

Vi håber, at alle er kommet godt ind i 2022 og er klar til et spændende forår. Vi har i bestyrelsen mødtes 'i skyen' her i starten af året og planlagt gode oplevelser med jer fantastiske medlemmer her i foråret. Derfor skal I sætte kryds og allerede nu tilmelde jer forårets aktiviteter. For én ting kan vi godt love: Det bliver vildt!

Søndag den 3. april: Familieudflugt til Odense ZOO

Lørdag den 21. maj: Udflygt til Skovtårnet i Gissselfeld Klosters skov.

Mandag den 6. juni: Royal Run i Kolding - One Mile

Se mere om disse tre arrangementer i aktivitetskalenderen her på kredsiderne, og husk at følge med på Facebook - Cerebral Parese/CP Danmark Fyn, hvor vi løbende opdaterer aktiviteterne. Vi håber at se rigtig mange af jer!

Bestyrelsen

CP DANMARK SØNDERJYLLAND

Formand Tobias Jørgensen
Mail: 2bias1997@gmail.com

CP DANMARK SYDVESTJYLLAND

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

VELLYKKET JULEFEST PÅ ÅRRE KRO

CP Danmark Sydvestjylland afholdt den 4. december sin årlige julefest. Det skete i samarbejde med Dansk Handicap Forbund (DHF) i Esbjerg, hvor medlemmer fra begge foreninger deltog og fik en festlig aften i hinandens selskab. DHF havde arrangeret buskørsel, som samlede de tilmeldte op på strategiske destinationer og kørte dem hjem igen. Traditionen tro var vores faste musiker Michael de Linde klar ved tangenterne, og han sørgede for topunderholdning, mens personalet på Årre Kro, hvor festen blev holdt, klarede den kulinariske del af arrangementet og serverede de traditionelle retter, som hører julen til. Det blev en fin dag i godt selskab.

Jan Grønbaek

CP DANMARK SYDØSTJYLLAND

Formand Jens Peder Roed
Mail: jproed@stofanet.dk

VI TAGER HUL PÅ 2022

Så tager vi hul på et nyt år og har allerede inviteret til to aktiviteter: Generalforsamlingen den 28. februar i Kolding og weekendturen til Feriencentret Slettestrand den 20.-22. maj. Læs mere om arrangementerne i aktivitetskalenderen.

Bestyrelsen

CP DANMARK VESTJYLLAND

Formand Bent Ole Nielsen
Mail: bon@privat.dk

CP DANMARK MIDTJYLLAND

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

SÅ ER VI IGEN I GANG!

Vi håber, at alle trods vedholdende pandemi-genvordigheder er kommet godt i gang i 2022 og ser frem til et gensyn med alle til vores arrangementer i corona-sikre omgivelser. Tjek altid vores Facebook-side: CP Danmark – Kreds Midtjylland.

Bestyrelsen



24. FEBRUAR

- GENERALFORSAMLING MED SPISNING OG FOREDRAG

CP Danmark Østjylland inviterer til generalforsamling, der indledes med fælleshygge og Aarhus Efterskoles populære buffet, inklusiv en øl/vand på kredsforeningens regning. Generalforsamlingen starter kl. 19.30, hvorefter der vil der være et interessant foredrag. Arrangementet slutter kl. 22.

Tid: Torsdag den 24. februar 2022 kl. 18.30.

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

Pris: Gratis.

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

Arrangementet er kun for kredsens medlemmer.

25. FEBRUAR

- GENERALFORSAMLING I ESBJERG

CP Danmark Sydvestjylland afholder generalforsamling. Inden generalforsamlingen 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 kl. 18-21.)

Info: Uden tilmelding kan man ikke forvente at deltage i spisningen.

Arrangementet er kun for kredsens medlemmer.

25. FEBRUAR

- GENERALFORSAMLING I NÆSTVED

CP Danmark Storstrøm afholder generalforsamling og pizza-arrangement i Næstved. Der startes kl. 17.45 med spisning for både børn og voksne. Kl. 18.30 er der Disney Sjov og hygge for børnene, og kl. 19 starter generalforsamlingen med dagsorden ifølge vedtægterne.

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

Sted: Frivilligcenter Næstved, Farimagsvvej 16, 4700 Næstved.

Tilmelding: Til spisning er nødvendig - senest 18. februar på mail: kreds9@live.dk eller til Annette Berg telefon 24 83 14 87.

Info: Der bydes på fredagsslik, chips, frugt og grønt til alle.

Arrangementet er kun for kredsens medlemmer.

28. FEBRUAR

- GENERALFORSAMLING, SPISNING OG OPLÆG I KOLDING

CP Danmark Sydøstjylland holder generalforsamling den 28. februar. Vi starter med spisning, derefter generalforsamling ifølge vedtægterne, hvorefter Rasmus Lund Sørensen fortæller om sin deltagelse i TV-programmet "Tabu" med Rune Klan og bidrager med sjove historier.

Tid: Mandag den 28. februar kl. 18.

Sted: KUC, Ågade 27, 6000 Kolding.

Pris: Gratis.

Tilmelding: Til Kurt Hansen på mail: engtoften10@mail.dk eller telefon 25 11 12 58 og 22 15 21 50 - senest 21. februar.

Info: Der udsendes indbydelse til alle kredsmedlemmer.

Arrangementet er kun for kredsens medlemmer.



28. FEBRUAR

- GENERALFORSAMLING, MIDDAG OG OPLÆG I HOLBÆK

CP Danmark Nordvestsjælland holder årets generalforsamling. Vi starter aftenen med fælles middag med kredsen som vært. Herefter byder vi velkommen til vores landsformand, Pia Allerslev, der fortæller om sine visioner for CP Danmark og i sit oplæg forsøger at svare på spørgsmålet: Dronningen har fokus på handicappolitik - hvordan kan vi bruge det?

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

Sted: Fjordstjernen, Isefjords Allé 27, 4300 Holbæk.

Pris: Gratis.

Tilmelding: Senest 21. februar til Marianne Kristensen på mail: mariannesouendergaardkristensen@gmail.com

Arrangementet er kun for kredsens medlemmer.

6. MARTS

- BOWLING I ROSKILDE

CP Danmark Roskilde arrangerer årets første bowling-aktivitet, der som sædvanligt foregår i Roskilde hos City Bowling. Efter bowlingen går vi på Ros Torv og spiser sammen på restaurant Lá Rustica.

Tid: Søndag den 6. marts kl. 12.

Sted: City Bowling, Ros Have 16, 4000 Roskilde.

Pris: 100 kr. Ledsager er gratis.

Tilmelding: Til Bente Lis på mail: bentelis@tunenet.dk – senest 28. februar.

Arrangementet er for alle medlemmer i CP Danmark.

12. MARTS

- GENERALFORSAMLING BORNHOLM

CP Danmark Bornholm holder generalforsamling, hvor der skal tages stilling til kredsens fremtid. Frands Havaleschka fra sekretariatet deltager som dirigent og leder os igennem drøftelserne, hvor der er flere scenarier i spil. Kredsen er vært ved en frokost.

Tid: Lørdag den 12. marts 2022 kl. 12.

Sted: Aakirkebyhallerne, Grønningen 3, 3720 Aakirkeby.

Pris: Gratis.

Tilmelding: Karen Nisbeth, mail: karen@nisbeth.dk eller telefon 30 28 13 85 – senest 4. marts.

Info: Det er vigtigt, at medlemmerne møder op for at få indflydelse på, hvordan vi kan videreføre CP-arbejdet på Bornholm. Alle får indkaldelse pr. mail eller brev.

Arrangementet er kun for kredsens medlemmer.

13. MARTS

- BOWLING I RANDERS

CP Danmark Nordøstjylland inviterer medlemmer med pårørende til bowling og efterfølgende spisning.

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.

Arrangementet er primært kun for kredsens medlemmer, andre er velkomne, hvis der er plads.

GOD TEMADAG MED MARIA STENO

Med Maria Steno som en dygtig oplægsholder holdt vi 20. november en temadag med overskriften 'Få indflydelse i kommunen'. Med tanke på, at det efter kommunalvalget er vigtigt at få størst muligt indflydelse på de kommunale beslutningstagere, valgte vi gennem temadagen at få inspiration til det arbejde. Gennem dagen fik vi indsigt i kommunale beslutningsprocesser og beslutningstagernes forskellige roller, redskaber til dialog med kommunen og viden om, hvordan vi som forening kan arbejde systematisk med lokal lobbyisme. Der var rig mulighed for at få sparring på vores lokale mærkesager, så vi kom langt omkring. Maria Steno er en inspirerende oplægsholder, som er tidligere

FANTASTISK AFTEN MED MIA

Den 8. december havde vi besøg af CP Danmarks socialrådgiver Mia Touborg, der holdt oplæg om emnet "overgang til voksen" og besvarede spørgsmål fra de fremmødte. Deltagelsen var desværre præget af, at der var stor coronasmitte i omløb og derfor mange afbud. Men vi fik en fantastisk aften. Mia kom omkring rigtig meget, og lagde mest energi i at fortælle om de områder, som deltagerne ville vide noget om. Når det gælder overgangen til voksenlivet, så er det et meget svært juridisk område, og lovgivningen på voksenområdet ligger meget langt fra det, vi er vant til fra børneområdet. Mange af de ændringer, som vores unge kommer ud for, når de bliver 18 år, ligger så langt fra, hvad man kan forstå, at det er ret rystende. Vi hørte bl.a. også om problemerne på BPA-området, når kommuner sætter ind med sparekniven, og det derfor er svært at leve et aktivt/socialt og værdigt liv. Også kampen for at de nødvendige hjælpemidler kan være hård. Vi hørte om lovgivningen, når den unge skal flytte hjemmefra, og om hvilke muligheder der er for at få



kommunalpolitiker, kommunikationsrådgiver og forfatter til bogen "Lokal lobbyisme". Vi fik hver udleveret et eksemplar af bogen under kurset og har på baggrund af kurset overvejet at oprette en politisk erfaringsgruppe for kredsmedlemmerne, som skal mødes et par gange om året for at udveksle egne erfaringer og idéer. Det arbejder vi videre med.

Bestyrelsen

hjælp, hvis den unge bliver hjemme. Bl.a. lærte vi om de mange paragrafer, som Mia på en omhyggelig måde hjalp os med at fortolke, når man bliver 18 år. Vi hørte også om personligt og økonomisk værgemål.

Det er desværre sådan, at man som forældre skal være godt inde i lovgivningen, det var derfor ærgerligt, at Mias besøg ramlede sammen med coronaudbruddet, så jeg håber at vi kan tilbyde en aften med Mia igen om nogle år.

Jørgen Knudsen

Lene, en af deltagerne, sagde efter arrangementet:

“Jeg rettede personligt henvendelse til vores kommune dagen efter og sagde, at jeg gerne ville have min søn ind under en anden paragraf.



19. MARTS

- TEMADAG - SKIVE 'SÆT DAGSORDENEN I DEN LOKALE PRESSE'

CP Danmark Midtjylland arrangerer temadag, hvor vi sætter fokus på lokalpressen. Den kompetente underviser, freelancejournalist og forfatter, Thomas Bjerg, som bl.a. har arbejdet på Jyllands-Posten, styrer dagen. Handicapområdet er under pres, derfor er det mere end nogensinde påkrævet, at vi får udbredt kendskabet til vilkårene og behovet hos mennesker med handicap.

Tid: Lørdag den 19. marts 2022 kl. 10.-15.

Sted: BOWL'N'FUN, Sdr. Boulevard 13, 7800 Skive.

Pris: Gratis

Tilmelding: Jørgen Knudsen på mail: jk@asgaard-online.dk eller telefon 51 15 20 61 – senest 12. marts 2022.

Info: Plads til 20 deltagere så tilmelding efter først til mølle.

Arrangementet er for alle medlemmer af CP Danmark

3. APRIL

- TUR TIL ODENSE ZOO

CP Danmark Fyn samler familien til en hyggelig dag i Odense Zoo den 3. april. Vi inviterer alle medlemmer til en skøn dag mellem pingviner, løver og flamingoer samt på en guidet tur i dele af parken og senere frokost-sandwich.

Tid: Søndag den 3. april kl. 10.30 ved indgangen til billetudlevering.

Sted: Odense Zoo, Sønder Boulevard 306, 5000 Odense C.

Pris: Foreningen betaler entré, sandwich og drikke. Alle som har ledsagerkort eller årskort til Zoo må meget gerne medbringe og bruge dette.

Tilmelding: Senest 28. marts til Linda Jensen på mail cirkusjensen@gmail.com eller telefon 29 82 11 25 (husk at oplyse om I har ledsagerkort eller årskort til zoo).

Info: Endeligt program kommer senere.

Arrangementet er for alle medlemmer af CP Danmark.

6.-8. MAJ

- 20 ÅRS JUBILÆUMS-SLAP A'-WEEKEND SLETTESTRAND

CP Danmark Østjylland inviterer til 20. års jubilæums-slap'a-weekend på Feriecenter Slettestrand. Til de hurtige er der stadig enkelte ledige pladser til årets hyggeligste tur. Mulighed for leg, hestevognsture, festmiddag/diskotek, varmtvandsbassin, ture m.v. Ellers frit program.

Tid: Fredag den 6. maj 2022 kl. 15 til søndag den 8. maj kl. 12.

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

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

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

Info: Der er fuld forplejning bortset fra drikkevarer. Kontakt feriecentret, hvis du ønsker ekstra overnatning før/efter Slap a' weekenden.

Arrangementet er primært kun for kredsens medlemmer, andre er velkomne, hvis der er plads.

20.-22. MAJ

- FAMILIEWEEKEND PÅ SLETTESTRAND

CP Danmark Sydøstjylland arrangerer to døgn på Feriecenter Slettestrand med familiehytte, varmtvandsbassin, ture til Vesterhavet, tilgængelig legeplads, hestevognskørsel, festmiddag og dans med diskotek DJ-Tmouse.

Tid: Fredag den 20. maj til søndag den 22. maj.

Sted: Feriecenter Slettestrand, Slettestrandvej 142, Fjerritslev.

Pris: 500 kr. for voksne og 250 kr. for børn 0-14 år. Alle måltider fra fredag aften til søndag morgen er med i prisen, drikkevarer er for egen regning.

Tilmelding: Kurt Hansen på mail: engtoften10@mail.dk eller telefon 25 11 12 58 og 22 15 21 50 - senest 10. marts. Begrænset plads så først til mølle.

Info: Invitationer udsendes til alle kredsmedlemmer.

Arrangementet er kun for kredsens medlemmer.

21. MAJ

- UDFLUGT TIL SKOVTAARNET I GISSELFELD KLOSTERS SKOV

CP Danmark Fyn inviterer til udflugt i Skovtårnet. Oplev suget i maven, se Skovtårnets arkitektur, den sydsjællandske natur og den storslåede udsigt, hvor du kan se til København og Malmø på en god dag.

Tid: Lørdag den 21. maj kl. 11.00.

Sted: Skovtårnsvej 1, 4683 Rønnede.

Pris: Foreningen betaler entré, parkering, frokost og den ene vej over broen.

Tilmelding: Senest 7. maj til Linda Jensen på mail: cirkusjensen@gmail.com eller telefon 29 82 11 25.

Info: Manuelle kørestole uden el og bremse kan ikke anbefales pga. vejen op og ned i tårnet. Turen frem og tilbage igennem skoven til tårnet er ca. 3 km.

Primært kun for kredsens medlemmer, andre er velkomne, hvis der er plads.

6. JUNI

- LØBEFEST I KOLDING ROYAL RUN

CP Danmark Fyn har arrangeret deltagelse i Royal Run. Vi har ekstraordinært fået 30 startnumre til det udsolgte løb i Kolding. For at kunne tilmelde deltagerne med navn har vi brug for en meget hurtig tilmelding. Hjælpere som assisterer ved løbet løber uden startnummer.

Tid/sted: Mandag den 6. juni (2. Pinsedag) Kolding.

Pris: Foreningen betaler startnummer til One mile og kaffe, saft og kage/sukker til deltagerne efter løbet. Endelig program kommer senere.

Tilmelding: Hurtigst muligt efter først til mølle - senest 20. februar til Linda Jensen på mail: cirkusjensen@gmail.com eller telefon 29 82 11 25. Oplys fulde navn(e), alder, telefon og mail samt størrelse på t-shirt (de er små i størrelserne).

Info: Vi mødes til udlevering af startnummer og t-shirt i Kolding.

Primært kun for kredsens medlemmer, andre er velkomne, hvis der er plads.

10.-12. juni

- Familiweekend på Feriecenter Slettestrand

CP Danmark Nordøstjylland arrangerer familiweekend på Slettestrand, hvor hygge og socialt samvær har første prioritet. Kun de lækre måltider er planlagt. Muligheder for bl.a. svømmehal, legeplads, rideture og gåture til stranden. Desuden gratis hestevognstur til Svinkløv Plantage.

Tid: Fredag den 10. juni kl. 17.00 til søndag den 12. juni kl. 11.00.

Sted: Feriecenter Slettestrand, Slettestrandvej 140, 9690 Fjerritslev.

Pris: 500 kr. for børn til og med 12 år og 700 kr. for øvrige. Prisen dækker ophold og måltider, drikkevarer er for egen regning.

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

Info: Skriftlig indbydelse udsendes. Endeligt program tilgår de tilmeldte deltagere.
Primært kun for kredsens egne medlemmer, andre er velkomne, hvis der er plads.

CP DANMARK ØSTJYLLAND

Formand Caspar Vestergaard

Mail: casparvestergaard@gmail.com

STADIG FÅ PLADSER

Der er stadig få ledige pladser til vores 20. års jubilæumsweekend på Feriecenter Slettestrand. Og husk vores generalforsamling. Se mere i aktivitetsskalenderen.

Bestyrelsen

CP DANMARK NORDØSTJYLLAND

Formand Asger Laustsen

Mail: il.as.laustsen@outlook.com

AFLYSNING OG UDSÆTTELSE

På grund af diverse corona-restriktioner og den store smittespredning valgte bestyrelsen at aflyse julefesten i december. En julefest kan man ikke lige erstatte, men vi håber, at det lykkes at afholde en hyggelig julefest i 2022. Datoen er allerede fastsat til den 17. december. Så sæt endelig et X i kalenderen. Bestyrelsen besluttede ligeledes at udskyde kredsgeneralforsamlingen, der oprindeligt var planlagt til afholdelse den 1. februar 2022. Vores landsformand, Pia Allerslev, skulle have deltaget i generalforsamlingen, men vi håber at se hende i Randers, når vi får planlagt et nyt tidspunkt for afholdelsen. I aktivitetsoversigten kan I læse mere om vores bowlingarrangement og turen til Slettestrand.

Asger Laustsen

CP DANMARK NORDJYLLAND

Formand Julie Morell Jensen

Mail: juliemorell@hotmail.com

SVØMNING I AALBORG

Kredsen tilbyder medlemmer mulighed for at røre sig i varmtvandsbassin på Vester Mariendal Skole, så pak badetøjet og medbring godt humør. Både børn og voksne er velkomne. Vi svømmer torsdage kl. 15-19 i varmtvandsbassinet på Vester Mariendal Skole. Svømningen følger skoleårets kalender. Det er gratis for foreningens medlemmer. Skal man have hjælp til omklædning m.v. skal man selv medbringe hjælper. Tilmelding og kontakt: Kirsten Hansen på telefon 20 68 38 00 eller på mail: kihan@stofanet.dk

ARKITEKT- & BYGGEFIRMA

**W I H L B O R G
F R I S C H K N E C H T**

ARKITEKTER M.A.A.

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

Ib Rasmussen Elektric ApS

Tlf. 3581 8287

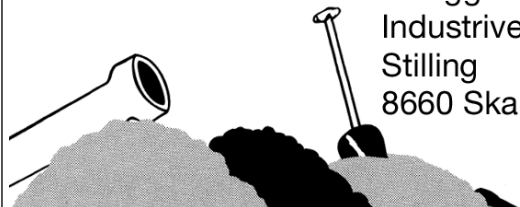
Bispebjergvej 68
2400 København NV

Bjergegaard & Ottesen ApS

Entreprenør og
aut. kloakmester

Tlf. 86 57 21 75

v/ Viggo Ottesen
Industrivej 47
Stilling
8660 Skanderborg



 **Hørby Gulv**
- Kvalitets Gulvrenovering

Afslibning af gulv • Behandling af gulv
Linoleum • Vinyl

Stadionvej 5, Thorshøj • 9750 Østervrå
Telefon Jens: 22 32 36 60
Mail Jens: jens@hoerbygulv.dk
www.hoerbygulv.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>



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-doen-og-aflastningstilbud.dk/>

AVR

www.avkvalves.eu



Huginsvej 8 • 3400 Hillerød

Tlf. 48 17 27 02

www.scancon.dk



RABATCENTRALEN.DK

KVALITET - BARE BILLIGERE

www.rabatcentralen.dk



LAVUK



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 !

NIC-EL EL MED GRØN FOKUS

www.nic-el.dk

VI ER PÅ NATUR-ENERGI



Gammeltoft 1 • 6300 Gråsten

Telefon: 25 64 66 99

E-mail: info@nic-el.dk

NYHED

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



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

Med OK's nye betalingsapp kan du klare betalingen af benzin, diesel og vask på din mobiltelefon. For at bruge app'en skal du have et OK Benzinkort eller OK Erhvervskort, og du kan selvfølgelig stadig støtte lokalsporten.

OK

DEN "BETTE" MALER

v/ Djina Stub - Tlf. 24 45 22 40
d-stub@jubii.dk

Alle former for faglært malerarbejde udføres i høj kvalitet og til konkurrencedygtige priser

www.denbette-maler.dk



Tonnys' rejser

www.tonnys-rejser.dk



Energivej 2 • 8500 Grenaa
Tlf. 40 72 68 01 • info@trejser.dk



54 13 63 60

AUT. VVS-INSTALLATØR & KLOAKMESTER

www.thygesvvs.dk

JC Tagservice



Bregnebjergvej 36

4100 Ringsted

Tlf: 25 85 47 97

www.jctagservice.dk



Danfoss

- verdens største producent af
radiotermostater

DANFOSS A/S • HÅRUP • SILKEBORG



Håndmalede urner designet af Henriette Harboe

Tillid gennem
4 generationer



Vi er glade for at støtte de lokale
arrangementer, med vores annonce

Samtidig vil vi gøre opmærksom på en ting, som mange nok glemmer
nemlig *Ens sidste ønske!* Vi ved aldrig hvornår og hvordan vi skal dø,
så har du skrevet *dit sidste ønske* ned? Klik ind på vores hjemmeside
og download pjecen, hellere i dag, i morgen er det måske for sent!

Korsør
Ligkistemagasinet ApS
Tlf. 58 37 03 72 • www.ligkiste.dk
Jens Baggesens Gade 37, 4220

Aftaler kan træffes i jeres hjem
www.ligkiste.dk

BEIERHOLM
VI SKABER BALANCE

**REVISION . REGNSKAB
RÅDGIVNING . SKAT**

Sletten 45 . Holstebro . 97 41 22 11

www.beierholm.dk



Neopixels®

Premium HR Insulation

Service i højsædet

Danper

www.neopixels.dk

apotek

Apotekerne i Nordjylland



Ambulance

Sygetransport

Samaritter

Førstehjælpskursuser

www.sommersambulanceservice.dk

TLF: 51 412 112 / info@sommersas.dk

lyngdorf-byg aps

Hjortekærsvej 121 C
2800 Kongens Lyngby
Tlf.: 26 79 34 62
lyngdorf@outlook.dk

Ring og få et godt tilbud !



fyringsolie
dieselolie



OLIE A/S

75687300
www.hk-hornsyld.dk



POST

PP DANMARK

MAGASINPOST
SMP
ID-NR. 46276

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

**REMA 1000**

Milnersvej 49 - 3400 Hillerød

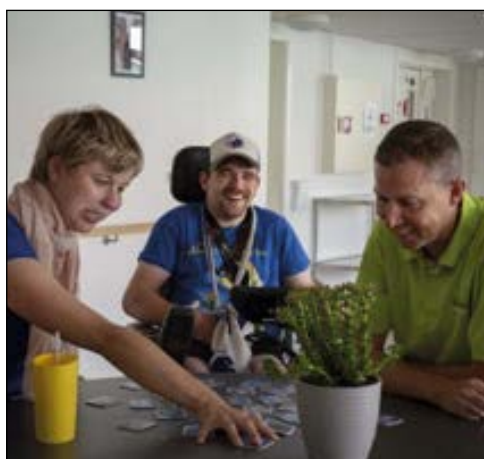
Tlf. 48 28 78 65

NÅR RENGØRING ER EN SPECIALOPGAVE

+45 70 12 00 26



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



Kildehaven er for unge voksne med et handicap, der ønsker at leve et aktivt og selvstændigt liv i fællesskab. Alle beboere er visiteret fra deres hjemkommune efter loven om friplejeboliger. Kildehaven Gården er vores aktivitets- og samværstilbud der ligger i naturskønne omgivelser. Her aktiveres indskrevne brugere i 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 feriehuse i smukke omgivelser

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

Vi har også Danmarks
bedst tilgængelige svømmehal

VANDHALLA