

CP MAGASINET INDBLIK

NR 5 · OKTOBER 2022

TEMA om mobning

Forskning: Børn med CP skal findes hurtigere

Landsformanden fejret og ny næstformand valgt

En ny kursusretning

CP Danmark 
Landsforeningen for cerebral parese

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 Kamilla Broch Bøgelund

Mail: kabb@fjordstjernen.dk

Mobil: 44128501



Om os

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

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

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

Vi er beliggende ved havnefronten i Holbæk nær Holbæk Centrum.

Læs mere på vores hjemmeside: www.Fjordstjernen.dk

elsass
fonden 

Forskning,
samarbejde og
videndeling

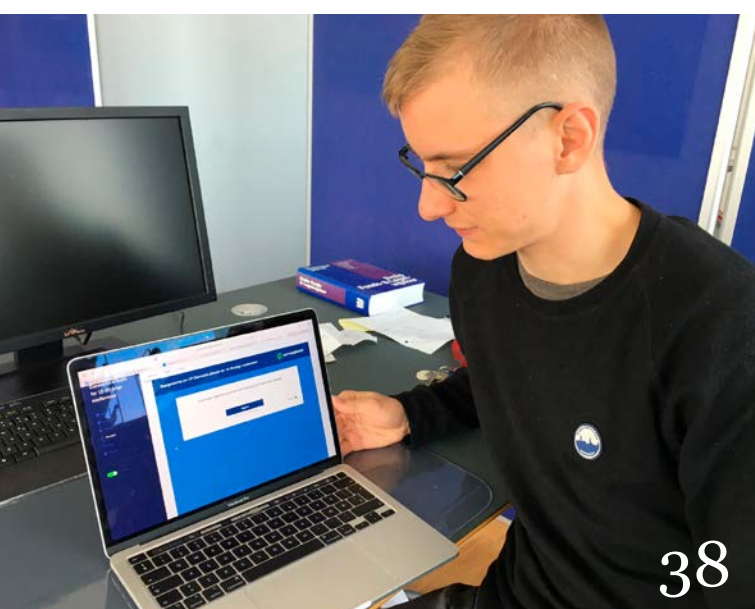
Ny viden og
direkte støtte

Aktiviteter,
kurser og ophold

Vi arbejder for at øge
livskvaliteten for mennesker
med cerebral parese

Læs mere på elsassfonden.dk





Artikler

- 5** At høre til...
- 8** Tidlig diagnose og indsats
- 13** Landsformanden blev fejret
- 17** Digital mobning
- 18** Mobning udviklede sig til social eksklusion
- 20** Mobning hærder ikke
- 22** Husk du er mere end dit handicap
- 24** Mobning på arbejdspladsen
- 26** God stemning på CP Danmarks landsmøde
- 37** Tilde er alle vegne
- 38** Jonas vil være markedsføringsøkonom

Rådgivning

- 28** Kurser: Blikket rettes mod fælles mål
- 29** To særlige VIP-dage for søskende
- 30** Forskelsbehandling er ulovlig
- 31** Kontakt til rådgiverteamet
- 33** Efterskole
- 41** Seminar om ASK og Literacy
- 43** Nye kogebøger med 'hjrnerigtigt' kost

Faste sider

- 4** Leder: Hvem vil være den handicappolitiske hukommelse efter valget?
- 6** Viden om
- 11** Nyt fra sekretariatet
- 14** Den politiske dagsorden
- 35** Nyt fra CP Ung
- 44** Kredsaktiviteter og kalender

Hvem vil være den handicap-politiske hukommelse efter valget?



Statsministeren er den eneste der med sikkerhed ved, hvornår vi skal til valg. Men det ændrer ikke ved, af det politiske system allerede i august gik i valgkampsmode med kampagner på busser og reklamesøjler, TV-debatter mellem statsministerkandidaterne og politiske forhandlinger, der går i stå, fordi det er vigtigere at positionere sig frem mod valget, end at indgå i politiske aftaler. Det er den politiske virkelighed - og den virkelighed vi vil se ind i til efter et valg.

Derfor er det en politisk hovedprioritet lige nu, at sikre, at vores vigtige igangværende handicappolitiske mærkesager huskes og bæres med over på den anden side af valgdagen - og uanset regeringskonstellationen - bliver en del af en ny regerings politiske program.

“Det er en politisk hovedprioritet lige nu, at sikre, at vores vigtige igangværende handicappolitiske mærkesager huskes og bæres med over på den anden side af valgdagen.

Det gælder først og fremmest den politiske opfølgning på evalueringen af det specialiserede socialområde. Handicapområdet er i laser. Det ved alle der har en sag i kommunen – og det kan ingen, der følger debatten være i tvivl om. Skulle der være en enkelt tvivler, så kom Rigsrevisionen i foråret med en voldsom kritik af forvaltningen på handicapområdet.

Men forhandlingerne om den helt nødvendige reform er strandet. Vi er enige med regeringen i, at en specialeplan, som foreslået, er en vigtig del af løsningen. Men en specialeplan uden en reform af visitationen og en finansiering, er helt meningsløs. En gestus uden indhold – en raket uden sprænghoved.

Men det er ikke kun den store og helt nødvendige reform, der risikerer politisk glemsel. Den nuværende regering har lovet en officiel undskyldning til de efterlevende efter særfor sorgen. En sober og grundig udredning dokumenterer omfattende overgreb på individer og et massivt systemsvigt. Den uret går ikke væk – ligeså lidt som nødvendigheden af en undskyldning – blot fordi der udskrives valg.

Der samme gælder en række vigtige politiske aftaler, som er indgået, men ikke udmøntet. Det gælder aftalen om en forbedret STU, forbuddet mod brug af rådighedstimer i BPA om dagen og afskaffelse af aldersgrænsen ved bevilling af hjælp til overvågning om natten efter §95.

Det er helt afgørende reformer og vigtige ændringer med vidtgående betydning for mennesker med cerebral parese. De må ikke gå i glemmebogen i valgkampen. Vi har simpelthen ikke råd til at tabe flere års arbejde for bedre vilkår på gulvet i en valgkamp.

Hvem er det, eller de partier, som vil tage ansvar og melder sig som hukommelsen, der sikrer, at disse helt nødvendige reformer, bliver del af den politiske dagsorden – også på den anden side af valget?

*Pia Allerslev
Landsformand, CP Danmark*

At høre til...



En stor udstilling med mennesker, der skal kæmpe ekstra for at blive anerkendt af samfundet, er nu på vej rundt i landet.

Det gælder om at være på rette sted på det rigtige tidspunkt, og det var CP Danmarks direktør Mogens Wiederholt, da han onsdag den 14. september deltog i ferniseringen på fotoudstillingen 'At høre til'.

Udstillingen, der er skabt af fotograf Andreas Haugbjerg i samarbejde med Danske Handicaporganisationer (DH), består af 20 store fotostater med 20 unikke historier af forskellige mennesker med handicap. En af de medvirkende er Cath Mathilde Borch Jensen, der her ses i to udgaver under et interview med en DR-radio journalist.

Cath er en af CP Danmarks meget aktive kvinder, og samtidig en kvinde med holdninger som hun ikke er bange for at eksponere. Cath, der har cerebral parese og kørestolsbruger, oplever ofte at hendes handicap står i vejen, når det handler om flirt, sex og kærlighed, fordi flirten ofte bliver slukket, før den udvikler sig. Hun føler, at hun har så meget at give af, men sjældent får mulighed for det.

Baggrunden for udstillingen er, at der i Danmark lever mere end 500.000 mennesker med et større eller mindre handicap, der ifølge undersøgelser er mere ensomme, føler sig diskrimineret, har flere smerter og har større risiko for at blive udsat for fysisk, psykisk eller seksuel vold, end andre. Det kan være alt lige fra ordblindhed til sclerose og nedsat hørelse. Fotografen har derfor fundet 20 mennesker med handicap, der fortæller om at finde fællesskaber, hvor de føler sig set som dem, de er.

Udstillingen blev officielt åbnet på Christiansborg Slotsplads af DH's formand, Thorkild Olesen og socialminister Astrid Kragh. Efter en uge på Slotspladsen og en periode på Islands Brygge vises udstillingen på Axeltorv i Næstved fra 1. oktober til 17. november og i Platanhaven i Odense fra 18. november til 11. januar 2023. Senere vises udstillingen i Svendborg, Sønderborg, Esbjerg, Silkeborg, Aarhus og Aalborg.

FH

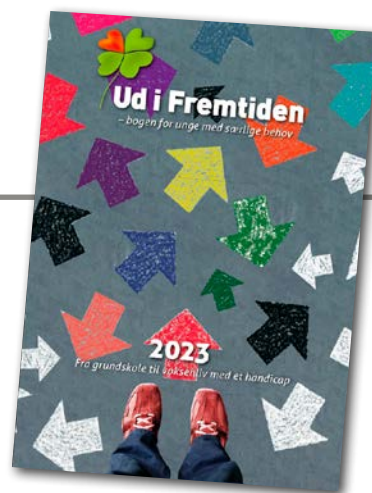


Fotos: Elsass Fonden

Solskinsdag i mangfoldighedens tegn

Mere end 400 personer, gæster og frivillige, var involveret i Elsass Fonden store festival, der blev afholdt lørdag den 13. august i strålende sol. Alle sejl var sat for at skabe en god ramme og et spændende indhold til danmarkshistoriens første festival for mennesker med cerebral parese. Fondens store park i Charlottenlund var rammen om aktiviteterne, og heri var fyldt masser af aktiviteter, forlystelsesboder og madboder, som gæsterne dagen igennem hyggede sig med. Bl.a. var det muligt at prøve kræfter med en svævebane, kreative workshops, vandaktiviteter og meget andet.

Det dagslange program, som først sluttede ved midnat, bød også på underholdning med flere store danske artister som Shaka Loveless, Kaya Brüel og Pede B. Scenen blev ligeledes betrådt af dygtige kunstnere med cerebral parese, bl.a. Elsass Koret, stand upperen Nikolaj Jartved, rapper T-Man og DJ Rumle. Festivalen var unik ved, at det ikke kun var gæsterne der fik en dejlig dag i godt selskab. Også de ca. 100 frivillige, hvoraf mange selv har cerebral parese, fik en god oplevelse længe før alle andre. De havde nemlig før jul meldt sig som frivillig og siden deltaget i planlægningen af festivalen, og på dagen var mange med til alt det praktiske. Et forløb - og et fællesskab med et spændende mål - der var en god mulighed for at afprøve det at være frivillig og gøre en forskel til glæde for andre.



Fra folkeskolen til voksen med et handicap

En opdateret 2023-udgave af bogen 'Ud i Fremtiden', for unge med særlige behov, er netop udkommet. Det er godt opslagsværk for bl.a. specialvejledere, fagpersoner på skoler med specialklasser eller inkluderende elever, men også for forældre og pårørende, der i bogen får et fint overblik over mulighederne. Bogen indeholder regler og love, uddannelsesmuligheder efter folkeskolen, STU-loven med uddannelsesplan, gymnasiale uddannelser, EUD og FGU, visitation og oplysninger om jobmuligheder efter en STU. Samtidig finder man en samlet oversigt over alle landets uddannelses tilbud til unge med særlige behov. Oversigten, der er inddelt i syv geografiske områder, indeholder desuden tilbud om opholds- og bosteder. Bogen udgives af forlaget KSI.



Nyt program fra IOF

IOF, der står for 'Hovedstadens aftenskole for voksne med handicap', blev startet tilbage i 1957 og har i årenes løb bragt megen glæde til tusindvis af mennesker med handicap. Og det gør de igen i år. Programmet for 2022/23 indeholder en bred vifte af undervisningstilbud, bl.a. afspænding og bevægelse, silkemaling, keramik, syning, vævning, madlavning og musik og meget mere. Også it-undervisning og hjælp til brug af pc og internet samt en række fine debatarrangementer med bl.a. skuespilleren Amalie Dollerup, instruktør Ole Bornedal og livsstilseksperter Anne Glad er på programmet. Kurserne startede i begyndelsen af oktober, mens debatarrangementerne afholdes hen over vinteren og frem til foråret 2023. Læs mere på www.iof.dk



Podcastserie om normalitet

I en ny podcastserie om normalitet udforsker journalist Sonja Furu, hvad vi opfatter som normalt og unormalt. Mød bl.a. hjerneforsker Peter Lund Madsen, videnskabsjournalist Lone Frank, instruktør Jesper Dalgaard og forfatter Anna Juul i podcastserien, der udkommer på baggrund af bogen Unormale Mennesker. I det første afsnit taler Sonja Furu blandt andre med Tilde Kristensen, der har cerebral parese og sidder i kørestol, og hjerneforsker Peter Lund Madsen. Hvordan bliver Tilde mødt ude i samfundet? Hvorfor agerer fremmede mennesker ofte akavede i Tilde Kristensens nærvær? Podcasten 'Unormale mennesker' kan findes, hvor du normalt lytter til podcasts. Den er tilrettelagt og produceret af Cecilie Blomquist, i samarbejde med Strandberg Publishing, og udgives i anledning af Bevica Fondens 150-års jubilæum.



Det er ikke til at se det hvis man ikke lige ved det, men Mikkel H. Lund var en del af crewet, der blev hyldet i Grand Teatret.

Mikkel H. Lund i ny filmrolle – som sig selv!

Mikkel H. Lund, der har fået sin skuespilleruddannelse i England, deltager med mellemrum i spændende teater- og filmprojekter. I øjeblikket er han aktuell i en lille rolle i filmen 'Tusind timer'. Mikkel, der har cerebral parese og sidder i kørestol, var nem at caste, for hans rolle er at spille sig selv. Sammenhængen er, at en af filmens bærende roller er en sangerinde i et rockband, som har haft et bijob som hjælper for Mikkel. Udover at være en del af filmmanuskriptet viser rollerne også hvor godt et bruger-hjælper forhold kan fungere. Det var filmens instruktør Carl Moberg, som kendte Mikkel i forvejen og havde set ham i hans sidste optræden i filmen 'Usynligt Hjerte', der tilbød ham rollen. Den var nærmest skræddersyet til Mikkel, og han takkede derfor prompte ja. - Og selv om det blot er en lille rolle er jeg glad for løbende at få tilbudt forskellige roller, fortæller Mikkel H. Lund, der var med til gallapremieren den 28. august i Grand Teatret i København, hvor han blev hevet med op på scenen for at blive hyldet.

Flere og flere visiteret til fleksjob kommer nu i job

Aldrig har så mange været i arbejde i Danmark som nu, hvor Danmarks Statistik i juni havde registreret 2.963.000 lønmodtagere. Det var 7. måned i træk med fremgang i beskæftigelsen. For landets fleksjobbere kan den stigende beskæftigelse også mærkes. Det fremgår af beregninger som Danske Handicaporganisationer har foretaget. De nye tal viser, at ledigheden blandt fleksjobbere er nede på 12,7 procent. For halvandet år siden var tallet 17,4 procent. - Det er en rigtig positiv udvikling, men vi håber at mange flere kommer i arbejde nu hvor ledigheden på det generelle arbejdsmarked er helt nede på 2,5 procent, siger CP Danmarks landsformand Pia Allerslev, der glæder sig over udviklingen, hvor der dog stadig er plads til forbedringer.

Stort CP-projekt skal sikre tidlig diagnose og indsats

Børn med cerebral parese skal findes og hjælpes langt tidligere end i dag. Det er ambitionen for et nyt, landsdækkende forskningsprojekt som sættes i gang 1. april 2023.

*Professor Christina Høi-Hansen.
Foto: Rigshospitalet.*



I Danmark får børn med cerebral parese (CP) ofte stillet diagnosen sent – i gennemsnit når de er omkring 13 måneder. CP, der skyldes en forstyrrelse af hjernens udvikling før eller omkring fødslen, kan ikke helbredes, men børnenes hverdag og motorik kan støttes og styrkes markant ved korrekt behandling og træning. Især hvis den startes så tidligt som muligt, mens hjernen stadig er under udvikling

muligt, mens hjernen stadig er plastisk. Vi ved, at hjernen er mere modtagelig for den rette træning, jo yngre børnene er. Derfor ønsker vi både at undersøge, om vi via et målrettet screeningsprogram kan stille diagnosen CP langt tidligere end i dag og samtidig teste, om vi gennem et individuelt tilpasset træningsprogram til børn i risiko for CP kan mindske følgerne af en eventuel hjerneskade, fortæller professor Christina Høi-Hansen.

“ Hvis barnet vurderes som værende i risiko for cerebral parese, indgår det i studiet, hvor det følges og monitoreres med regelmæssig opfølgning, til barnet er 2 år.

Hvis man kan stille diagnosen langt tidligere, end i dag – f.eks. allerede når børnene er et halvt år – vil man kunne hjælpe børn med CP til et forbedret motorisk funktionsniveau og deres familier til øget viden om diagnosen.

Det er netop ambitionen med det nye forskningsprojekt CP-EDIT, som professor Christina Høi-Hansen fra Rigshospitalets Afdeling for Børn og Unge og Mary Elizabeths Hospital står i spidsen for. Det sker i tæt samarbejde med forskere og klinikere fra både Aarhus Universitetshospital, Aalborg Universitetshospital og Herlev Hospital:

- Cerebral parese kan ikke helbredes, men prognosen kan bedres, hvis børnene får den rette støtte så tidligt som

Diagnosen skal findes hurtigere

- Vi ved fra andre studier, at diagnosealderen for CP i Danmark er 13 måneder for de seneste fødselsårsgange, og vi ved, at den kan komme helt ned på et halvt år. Men det kræver, at man laver et screenings- og støtteprogram, der sætter ind, allerede når man har den mindste mistanke om, at barnet kan være i risiko for at få cerebral parese enten på grund af graviditetsforløbet, fødslen, eventuelt sygdomsforløb i tidlige levemåneder eller relevante symptomer, forklarer Christina Høi-Hansen.

Derfor vil forskerne i det nye projekt teste et nyt målrettet screeningsprogram baseret på internationale erfaringer. Screeningsprogrammet består af både motoriske test, der er tilpasset barnets alder, MR-skanninger og i nogle tilfælde en helgenomanalyse (avanceret diagnose-redskab, når lægerne står over for en diagnose, de ikke kan bestemme), så man hurtigt og sikkert kan få be- eller afkræftet en diagnose og evt. årsager hertil.

Forskningsprojektet CP-EDIT er kommet i stand takket være en stor donation fra Elsass Fonden på knap 9 mio. kr. Donationen har betydet, at det er muligt at lave et nationalt set-up, der sikrer, at der på alle de fire involverede hospitaler både er en børneneurolog, en fysioterapeut og en ergoterapeut tilknyttet projektet. De tre fagpersoner



står for henholdsvis den neurologiske vurdering, opfølgningen af barnet og interventionen GO-PLAY.

Starten på et nationalt samarbejde

Projektet er et led i udviklingen af CP-klinikken i Mary Elizabeths Hospital på Rigshospitalet, og målet er at projektet skal blive til et fast etableret nationalt samarbejde, der involverer daglige kliniske rutiner. Screeningsprogrammet er derfor etableret i et samarbejde med børneafdelingerne på de fire involverede hospitaler; Rigshospitalet, Aarhus Universitetshospital, Herlev Hospital og Aalborg Universitetshospital.

Hvis et af hospitalerne har mistanke om, at et barn er i risiko for cerebral parese f.eks. på grund af et fødsels-

forløb, et svært sygdomsforløb eller genetiske forhold i familien, får familien tilbud om at deltage i projektet. Hvis de takker ja, bliver barnet testet motorisk af en børnefysioterapeut, der bliver gennemført en neurologisk undersøgelse, og hjernen bliver MR-skannet. I alt vil 500 børn i risiko for cerebral parese blive screenet i projektet.

Hvis barnet vurderes som værende i risiko for cerebral parese, indgår det i studiet, hvor det følges og monitoreres med regelmæssig opfølgning, til barnet er 2 år. Ca. 160 børn, som enten har CP eller er i høj risiko for at få CP, vil indgå i den opfølgende forskningsdel, hvor halvdelen af børnene - via lodtrækning - skal teste interventionen GO-PLAY, hvor de tilbydes individuel fysisk træning med hjælp fra en fysioterapeut fra det lokale involverede hospital.

Alle har fordel af at deltage i studiet

Uanset, om man kommer med i gruppen af børn, der får ekstra individuel træning eller ej, vurderer forskerne, at der er for alle børn og forældre er en stor fordel ved at deltage i studiet, hvis man får muligheden.

Christina Høi-Hansen forklarer, at forældrene via studiets nye screeningsprogram får klar besked om evt. diagnose langt tidligere end i dag, hvor man ofte vælger at se tiden lidt an for at vurdere, om funktionen bedrer sig, eller bliver værre. Dermed misser man nogle gange muligheden for at støtte og træne med barnet i den periode, hvor hjernen er mest plastisk.

- Hvis et barn har CP, ved vi, at det kan hjælpe at stimulere på den rigtige måde og iværksætte fysioterapi tidligt. Derfor tilbyder vi som en del af forskningsstudiet interventionen GO-PLAY, som består i, at familierne over en halvårlig periode er i tæt dialog med en fysioterapeut, der besøger familien i hjemmet og træner målrettet med barnet. Et eksempel på en træningsindsats kan være, at man går ind og hjælper til en forbedret håndfunktion for børn med spasticitet i den ene side af kroppen, forklarer Christina Høi-Hansen.

Tre vitale mål med projektet

Projektet går officielt i gang 1. april 2023, når alle testmetoder og programmer er gjort klar, og målet er tredelt; at sænke diagnosealderen, at bedre børnenes prognose og

teste alle dele af udredning og opfølgning til forhåbentlig senere national implementering.

Elsass Fondens direktør Peter Lindegaard glæder sig over at projektet nu kommer i gang:

- Fra forskning ved vi, at det er vigtigt for barnets senere udvikling, at diagnosen stilles så tidligt som muligt. På den baggrund ser vi meget frem til resultaterne af det spændende projekt, understreger direktøren.

Projektet har ud over støtte fra Elsass Fonden også modtaget støtte fra Rigshospitalet og Danske Fysioterapeuters fond for forskning, uddannelse og praksis udvikling.

Målet med projektet

Det er håbet, at projektet vil gøre lægerne i stand til finde børn med CP langt tidligere end i dag – måske allerede mens de blot er i risiko for at få cerebral parese. Målet er samtidig at forbedre prognosen markant, så langt flere børn lever godt med CP. Endelig er der et stort ønske om at få valideret og testet et opfølgningsprogram, hvor man systematisk tester og støtter børnene med relevant motorisk træning allerede, når der er den mindste mistanke om, at barnet kan have CP.

Der tilbydes et miljø i hjemlige rammer, hvor hensynet til den enkelte prioriteres højt.
Der tilbydes aktiviteter tilpasset den enkelte, såvel internt som eksternt.

Teglvænget 54 Als
9560 Hadsund
Tlf. 98 58 18 58
www.hvem-kan.dk

Den selvejende institution **HVEM • KAN** Voksen-socialt opholdssted



Det er tanken, der tæller... støt CP Danmark med et OK-kort

Hvis du ligesom bladets redaktør, og hundredevis af andre, tanker diesel eller benzin på en OK-tankstation med et kort tilknyttet CP Danmark, så ryger der hver gang penge i kassen til støtte for CP Danmark. Det sikrer en god sponsoraftale som OK og CP Danmark indgik for nogle år siden. For hver liter støtter du med 5 øre, uanset hvor i landet du tanker, og er kortet nyt, får foreningen en ekstra bonus på 200 kr. når du har tanket de første 500 liter. Det er nemt og gratis at få et OK Benzinkort. Klik ind på www.ok.dk - og husk at koble Spastikerforeningen/CP Danmark til aftalen. Vi har sponsornummer 561634. Har du et OK Benzinkort i forvejen, så kan du nemt få det tilknyttet foreningens sponsoraftale. Du skal blot ringe til OK på 70 10 20 33 og oplyse foreningens navn og dit kortnummer.



Farvel til Helle med besøg fra Samsø

Efter 21 års ansættelse i CP Danmark var det helt forståeligt et vemodigt øjeblik for Helle Thomsen, der havde sidste arbejdsdag i sekretariatet 26. september. Både Helle, og de øvrige medarbejdere, hvoraf flere også har mange års ansættelse i foreningen, kunne under afslutningsfrokosten bidrage med gode minder og sjove historier fra 'memory lane'. Anne og Tom fra Samsø, som Helle igennem 14 år har samarbejdet med omkring drift og vedligeholdelse af foreningens tidligere feriehus på Samsø, var inviteret med til afslutningen. De nød selskabet, maden, talerne og den gode snak, og var glade for at være med til at sende Helle godt afsted mod pensionen og en ny spændende tid.

Rådgivningstilbud nu også på sundhed.dk

Det er ikke kun på foreningens hjemmeside www.cpdanmark.dk du kan hente oplysninger om CP Danmarks forskellige rådgivningstilbud. Det kan du også på platformen www.sundhed.dk, hvor vi håber at få spredt det gode budskab til flere.

HB-møde i november

Årets sidste hovedbestyrelsesmøde afholdes lørdag den 19. november kl. 10 med dagsorden ifølge vedtægterne. Et af de faste punkter på mødet i november er fastsættelse af næste års budget.



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.



Det bedste skoleår i dit liv

Besøg os og mærk fællesskabet

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

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

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



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



Susan Aakjær Larsen på Facebook

HARDSYSSEL

E F T E R S K O L E

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

Dennis Maler ApS

Vi udfører alt indenfor malerfaget

Fladhøjvej 1 • 6230 Rødekro
Mobil: 30 35 05 81 • lykke@maler-lykke.dk
www.maler-lykke.dk

PJS

40 59 41 48

v/ peder Juel Sørensen
Vestagervej 100 • Sall • 8450 Hammel

Jord og kloak service ■ Aut. kloakmester ■ pjsjord@gmail.com



SCANDIC PELAGIC A/S
HAVNEVAGTVEJ 5
DK-9990 SKAGEN
TEL. +45 9845 4000
scandicpelagic.com



Alt i solafskærmning
AALYKKE Markiser ApS

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

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

Raitex A/S

KLOAKSERVICE • VOGNMAND
MILJØ • DØGNVAGT



www.staeten.dk
E-mail: staeten@staeten.dk
Tlf. 98 42 88 22



Eftermiddagen igennem var der stort ryk-ind af gæster, der ville fejre Pia.

Landsformanden blev fejret

AF FRANDS HAVALESCHKA

Først rundede Pia Allerslev 50 år, og et par dage efter blev hun genvalgt som landsformand for CP Danmark – og fejret igen!

En god gerning kan som bekendt ikke gøres ofte nok. Sådan har CP Danmarks landsformand Pia Allerslevs det når hun målrettet samler støttebeløb ind til forskellige formål, bl.a. til Børneulykkesfondens Legehelte. Hun går gerne gennem ild og vand for at nå målet, og hun elsker ekstreme udfordringer.

Således begav hun sig i sommer ud på en næsten 7000 km lang cykeltur – som nogle vil kalde vandvittig – da hun sammen med sin mand, Henrik Uth, cyklede fra Nordkap i Norge til Sydfrankrig tæt på Nice på en måned. Ikke så meget for at holde sommerferie, for det blev der ikke meget af, men for at støtte indsamlingen til Legeheltene.

Tidligere på året var hun deltager i et velgørenhedsarrangement, arrangeret af Adventure for Charity, hvor en strækning på 150 km i Sinai ørkenen skulle forceres som en del af en støtteindsamling.

Noget af kærligheden, til alle de andre hun hjælper med at støtte, fik hun heldigvis tilbage, da rigtig mange fødselsdagsgæster var mødt op for at fejre hendes 50 års fødselsdag den 27. september. Det blev en stor hyldest til den tidligere borgmester i København, der modtog masser af blomster, gaver og varme ord. De var der alle sammen, både samarbejdspartnere, venner og tidligere politiske 'fjender'.

Både før og efter blev hun fejret i mere private omgivelser, og kulminationen på hendes festuge blev genvalget til landsformand på CP Danmarks landsmøde på Egmont Højskolen, hvor deltagerne fejrede hendes fødselsdag i forbindelse med festmiddagen lørdag aften.



Ingen fødselsdag uden kage...



En af dagens mange gratulanter var tidligere minister Jytte Hilden, der selv kunne fejre rund fødselsdag for kort tid siden, hvor hun fyldte 80.



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



Gennembrud i sagen om overvågning

Vedholdenhed er en dyd – og når det gælder handicappolitik er det ikke blot en dyd, men en nødvendighed. Og vedholdenhed har der virkelig været behov for i sagen om retten til at få hjælp til overvågning (serviceloven §95, stk.3), når man har en så svær funktionsnedsættelse, at man har behov for overvågning døgnet rundt. En lille gruppe har et døgnnet-rundt-behov for, at nogen kan gribe ind, hvis man fejlsynker, kaster op eller får noget galt i halsen. Uden overvågning kan det få fatale konsekvenser.

For syv år siden slog en landsretsdom fast, at der ikke er hjemmel i serviceloven til overvågning. Men for tre år siden lykkedes det så, at få afsat 60 mio. kr. på finansloven til en genindførelse af hjælp til overvågning - men desværre kun for unge i aldersgruppen 18-23 år - og kun om natten.

Kommunernes Landsforening (KL) hævdede nemlig, at en fuld ordning for alle ville koste flere hundrede millioner, mens vi påstod, at målgruppen for ordningen er så lille, at der vil være rigelig plads til alle inden for rammen af de 60 mio. kr.

Resultatet blev, at det blev besluttet at lave en evaluering, som skulle følge forbruget og afgøre, hvor omfattende en ordning, der er økonomi til inden for de 60 mio. kr. Og nu er regeringen og støttepartierne klar med svaret: Det er plads til alle uanset alder!

Regeringen, støttepartierne og Alternativet offentliggjorde den 30. august en aftale, som fjerner aldersgrænsen for brug af ordningen om overvågning i nattetimerne.

- Det er et kæmpe fremskridt for de få, men meget hårdt ramte familier, som har behov for hjælp til overvågning døgnet rundt, siger Mogens Wiederholt, direktør i CP Danmark, i en kommentar til aftalen. Afskaffelse af aldersgrænsen er et stort skridt i den rigtige retning, helt godt bliver det først, når vi også får mulighed for overvågning i dagtimerne, understreger han.

CP Danmark varmer derfor op til næste slag, som bliver kampen for, at få samme rettigheder til overvågning i dagtimerne, som vi nu har fået i nattetimerne. Vedholdenhed er fortsat en dyd.

om natten. Nu mangler vi bare samme rettighed i dagtimerne.
[#dkhandicap](#) [#dkpol](#)



Regeringen, Socialistisk Folkeparti, Radikale Venstre, Enhedslisten og...
sm.dk

12.36 · 30.08.2022 · [Twitter for iPhone](#)

|| Vis Tweet-aktivitet

2 citat-Tweets 8 likes



Jakob Sølvhøj @JakobSoel... · 6 d. ...

Svarer @MogensMW

Enig. Vi er ikke i mål før rettigheden også udstrækkes til at gælde i dagtimerne. Den melding har jeg også givet Astrid Krag - og bedt om at få beregnet omkostningerne. Så må vi håber, at vi ikke skal ud i samme kamp om regnestykkerne med KL for at få klar besked.



Mogens Wiederholt
@MogensMW

Tak til @Astridkrag
@JakobSoelvhøj @charlottebroman
@rvthorholm og @TorstenGejl for at forfølge og følge op! Ikke mindst for de familier, som i sin tid kæmpede indædt, men mistede ordninge på grund af aldersgrænsen, er i dag en stor dag @JeppeKerckhoffs
@epilepsi @thomaskrog



Mogens Wiederholt @MogensMW · 6 d.

Yes! Nu fjernes aldersgrænsen for overvågning. Et enormt fremskridt for den lille gruppe svært handicappede, som nu - uanset alder - kan få støtte til overvågning om natten. Nu mangler vi bare samme rettig...

Regeringen klar til at sige undskyld til anbragte under særfor sorgen

På lederplads her i bladet og i debatindlæg i bl.a. Jyllandsposten, har landsformand Pia Allerslev argumenteret for, regeringen bør give efterlevende fra særfor sorgen en officiel undskyldning for de ydmygelser, de havde været udsat for, mens de var anbragt i særfor sorgens varetægt i perioden mellem 1930-1980. Baggrunden er - også gennemgået i CP INDBLIK nr.3, juni 22 - en omfattende redegørelse, som socialminister Astrid Kragh har fået udarbejdet af en forskergruppe tilknyttet forsorgsmuseet i Svendborg. Udredningen dokumenterer ikke alene omfattende individuelle overgreb, men også systematiske systemsvigt.

Og nu har Astrid Kragh meddelt, at regeringen har besluttet, at den vil give en officiel undskyldning i lighed med den der tidligere er givet til Godhavndrengene, drenge der var blevet ydmyget og omsorgssvigtet, mens de boede på drengehjemmet Godhavn. Ministeren har oplyst, at undskyldningen vil blive givet ved et arrangement, men hvornår og hvordan er endnu ikke fastlagt.



Ingen aftale om det specialiserede socialområde på denne side af et valg?

I skrivende stund tyder alt på, at der ikke kan landes en aftale, som opfølgning på den stort anlagte evaluering af handicapområdet. Regeringen præsenterede i slutningen af maj sit politiske udspil "Et liv med ligeværdige muligheder" oven på evalueringen af det specialiserede socialområde - og udspillet blev stort set på dag ét hældt ned af brættet af såvel handicapbevægelsen som regeringens støttepartier.

Udspillet indeholder fornuftigt nok en model for en helt ny specialeplan, som skal sikre at der findes højt specialiseret faglighed til rådighed. Men kritikerne, inklusiv CP Danmark og den ørige handicapbevægelse, påpeger, at højt specialiseret viden er til ingen verdens gavn, hvis der ikke er mekanismer, der sikrer, at borgerne rent faktisk kommer i kontakt med den relevante faglighed. Vi kender alle til fremragende VISO-udredninger og anbefalinger, som kommunerne bare kører over, fordi man ikke vil betale hvad det koster. Det vil vi bare

få mere af, hvis vi introducerer en specialeplan, hvor der ikke samtidig justeres på visitationen og finansieringen, så de to mekanismer presser kommunerne til at 'benytte den bedst tilgængelige faglighed'.

Men på det punkt har regeringen været urokkelig, mens De Radikale, Enhedslisten og SF har stået side om side med os i kravet om, at en specialeplan uden en samtidig reform af visitationen og en ændret finansiering, er meningsløs. En gestus uden indhold.



Finanslov tom for ambitioner og penge til handicapområdet

Hvis de to øvrige sager: "overvågning" og "undskyldning" kan betragtes som handicappolitiske sejre, så må man bare konstatere, at finansloven for 2023 er alt andet end en succes for handicapområdet.



BMW Service v/Jan Neumann

Motorcykelværksted i RØDOVRE

Damhus Boulevard 55 • 2610 RØDOVRE

Tlf.: 36 72 49 67

bmw-service-jan-neumann.business.site

Åbningstider:

man: 07.00–17.00

tir: 07.00–17.00

ons: 07.00–17.00

tor: 07.00–17.00

fre: 07.00–17.00

lør: Lukket

søn: Lukket

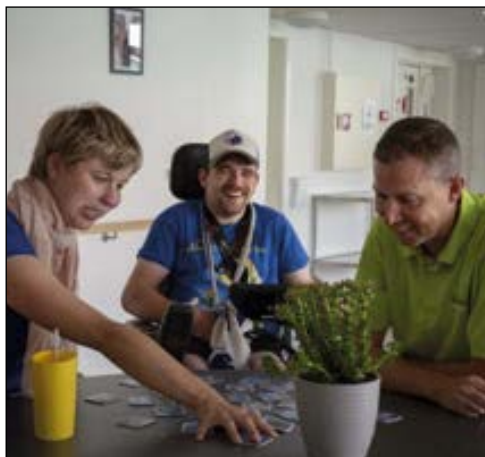
IOF.dk

Aftenskolen for voksne med handicap

Nyt program udkommer til august!
Ring 38 60 71 11 for at få det tilsendt.
Du kan også se det på www.iof.dk



IOF er en aftenskole for mennesker med et bevægelses-
handicap i Hovedstadsområdet. Vores undervisning foregår
i lokaler med gode adgangsforhold og særligt udstyr.



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

Vi gør dem der vil, til dem der kan

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

Kildehaven

Kildehaven

Hovedgaden 95 • 4520 Svinninge
www.kildehaven.com

Hou Søsportcenter



Fuldt tilgængelige feriehus i smukke omgivelser

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

Vi har også Danmarks
bedst tilgængelige svømmehal

VANDHALLA

Digital mobning er et stigende problem

Når vi i denne udgave af CP INDBLIK har valgt at rette fokus på mobning, så er det ikke med et ønske om at afdække hele den store verden af fortrædeligheder. Det er blot håbet at kunne 'kradse lidt i lakken' så vi alle tænker os om og siger fra hvis vi oplever noget som ikke burde ske.

For mobning finder sted alle vegne, både blandt voksne og børn, i studiemiljøet, på arbejdspladsen, i sportsklubben, grundejerforeningen, ja alle steder hvor mennesker mødes.

Mobning er således ikke noget der kun sker i skolegården. Det foregår i stigende grad også digitalt, men dog stadig blandt ens skolekammerater. Det viser en undersøgelse, som Telenor sammen med analyseinstituttet Wilke gennemførte blandt børn i alderen 10-12 år samt deres forældre.

Undersøgelsen viste, at 60 procent af børnene har prøvet at være udsat for digital mobning i form af eksklusion eller grimme kommentarer online, og at 50 procent har prøvet at modtage sårende/grimme kommentarer enten om dem selv eller en ven. Samtidig har 25 procent oplevet at blive holdt udenfor i online spil, hvor tonen ofte er meget hård, viser undersøgelsen.

Forældre er ikke klar over omfanget af mobning

Undersøgelsen viser dog, at forældrene ikke helt er klar over, hvor stort et problem digital mobning egentlig er blandt deres børn. I undersøgelsen deltager både børn og forældre, og undersøgelsen viser, at digital mobning er mere udbredt blandt børnene, end forældrene er klar over.

Mens 60 procent af børnene siger, at de har oplevet digital mobning, så er det kun 1 ud af 3 forældre, at mener at deres barn er blevet udsat for digital mobning. F.eks.

angiver 26 procent af børnene, at de har modtaget grimme kommentarer på sociale medier, mens kun 12 procent af deres forældre siger, at deres barn har modtaget grimme kommentarer på de sociale medier.

Samtidig føler mange forældre sig ikke godt klædt på til at håndtere digital mobning og synes, at det er svært at håndtere, når barnet mobbes.

En af mange

Dette er blot en af mange undersøgelser om mobning som er beskrevet i pressemeddelelser og på nettet. Også Børnerådet og Dansk Center for Undervisningsmiljø har gennemført undersøgelser om digital mobning, der viser sig at være et stigende problem i takt med det enorme tidsforbrug på onlinemedier. Det er altså ikke blot den fysiske mobning man skal passe på, men også hvad der kan skjule sig bag skærmen til cyperspace.

På de næste sider har vi samlet en buket af artikler som belyser emnet på forskellig vis. Herunder historier om folk, der har mærket det på egen krop og et spændende indlæg fra en forsker, der fortæller hvad mobning egentlig reelt går ud på.

Red.



Mobning i skolen udviklede sig til social eksklusion

Ydmygelse på ydmygelse var i mange år en fast del af skoleskemaet.

AF MICHELLE ANDERSEN OG FRANDS HAVALESCHKA

"Jeg blev mobbet. De kaldte mig spasser. De tog mine ting – bl.a. min madpakke. De provokerede mig for at se om jeg kunne løbe (hvilket jeg ikke kunne). De kastede ting efter mig, bl.a. sølvpapir og mad. De stak mig med den spidse ende af en passer og pakkede den væk så jeg ikke kunne bevise noget, hvis jeg en sjælden gang fik fat i en lærer".

Det var bestemt ikke dansk og matematiktimerne som Cæcilie Nisbeth husker bedst fra sin skolegang på en bornholmsk skole i 90'erne, men derimod ydmygelserne i klassen og i frikvartererne. Mobning hun selv betegner som social eksklusion.

- Samtidig vidste de godt, at jeg havde et iltet temperament og kunne blive meget hidsig, men det var blot benzin på deres bål og animerede til endnu mere mobning, fortæller Cæcilie Nisbeth, der selv om hun nu er fyldt 36 år, stadig tydeligt husker sin skolegang.



Lærerne var tilsyneladende ligeglade

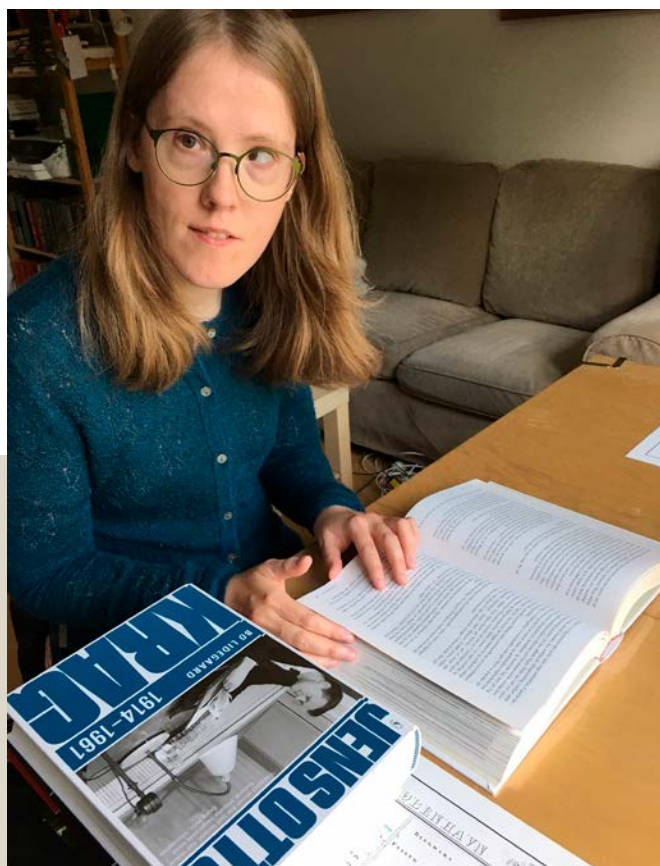
- De andre elever i klassen ville ikke være sammen med mig i frikvartererne og jeg blev aldrig inviteret med hjem, men det værste var, at lærerne tilsyneladende var ligeglade. De vendte det blinde øje til, og det fik lov at passere helt frem til afslutningen af 8. klasse.

Det var så slemt at Cæcilie ofte låste sig inde på skolens toiletter for at få fred.

Cæcilie tror, at en af årsagerne til at lærerne den gang ikke gjorde noget for at stoppe mobningen var lærergruppens uvidenhed om at diagnosen cerebral parese ikke blot er en fysisk funktionsnedsættelse men også rummer mange andre udfordringer, bl.a. af kognitiv art. Det var ganske enkelt ikke anerkendt i lærergruppen. Det er nok den store forskel på 90'erne og nu, mener hun.

Kort om Cæcilie

Cæcilie Nisbeth er 36 år og blev født 12 uger for tidligt med en længde på 37 cm og en fødselsvægt på 1070 gram. Hun har cerebral parese og var i flere år formand for CP Ung og siden kasserer i en af CP Danmarks kredsforeninger. Cæcilie gik 0.-9. klasse i en almindelig folkeskole på Bornholm og tog 10. klasse på en friskole på øen. Hun startede på HF enkeltfag og tog siden en kontoruddannelse i København. Cæcilie er i dag ansat som administrativ medarbejder i et fleksjob 15 timer om ugen.



“ Det eneste lyspunkt i den problematiske skolegang var forældrenes store opbakning omkring Cæcilie.

- Lærerne troede det var noget jeg fandt på, så de var mere eller mindre ligeglade når jeg klagede over smerter eller over at jeg ikke kunne gennemføre gymnastikøvelserne eller var i stand til at overskue tingene, hvis der skete ændringer.

Ofte blev Cæcilie presset til at overskride sine grænser for hvad hun kunne, bl.a. til at gå 5-10 km i faget idræt, hvilket hun ikke kunne klare rent fysisk.

Heldigvis er lærerne bedre uddannet i dag og har en helt anden pædagogisk tilgang til tingene. Men man kan undre sig over, at lærerne ikke greb ind, uanset om de kendte omfanget af mobningen eller ej.

Fik trøst hos forældrene

Det eneste lyspunkt i den problematiske skolegang var forældrenes store opbakning omkring Cæcilie, hvis smertefulde klager fra skoledagen blev modtaget med stor alvor.

- De var guld værd for mig, de kæmpede mod skolen alt hvad de magtede og min mor brugte timer på at trøste mig når jeg kom hjem. I det hele taget sørgede mine forældre for at jeg fik en tryk barndom.

Cæcilie husker, at forældrene jævnligt prøvede at råbe lærerne op og tog initiativ til at holde møder på skolen. Men ingen havde indberetningspligt over for lærerens ageren, så der skete ikke noget i folkeskolen. I 8. klasse ebbede det lidt ud af sig selv. Her var det nogle andre ting, der trak.

Den primære årsag til at Cæcilie kom igennem den hårde skolegang var at hun vidste hun var dygtig i skolen:

- Jeg lå i den gode ende af klassen, så selvom de behandlede mig som skidt, så vidste jeg inderst inde, at jeg var dygtigere end dem og det var en rigtig god følelse.

Alenetid blev den bedste tid

I bund og grund er Cæcilie introvert - det var hun også den gang - men oplevelserne i skolen har nok betydet, at hun som voksen er blevet endnu mere tilbageholden.

Men hvordan kunne Cæcilie så holde det ud, og hvad gjorde hun selv for at skærme sig fra oplevelserne?

Midt i alle problemerne fandt Cæcilie ud af, at det var okay at være alene. Faktisk blev det hurtigt sådan, at hun havde det allerbedst når hun var alene.

- Jeg fandt ud af, at jeg glædede mig til at lege med Lego, når jeg kom hjem. Jeg nød min alenetid og blev lidt reddet af at jeg samtidig var introvert og ikke havde det store

sociale behov, understreger Cæcilie, der i dag ikke har de store problemer med fortidens oplevelser.

- Sådan har børn nok alle dage været indrettet, men jeg har da nag til lærerne i en eller anden forstand. Dem som burde gøre noget men ikke gjorde det. Derfor har jeg i dag svært ved at stole på folk, men generelt er det ikke noget jeg går og spekulerer på i dagligdagen.

CÆCILIES 3 GODE RÅD:

- 1 Vær der for dit barn og skab et trygt hjem
- 2 Fortæl de andre forældre om dit barns eventuelle udfordringer.
- 3 Prøv at klæde dit barn på til at kunne sætte ord på sin CP-diagnose, så det kan svare for sig i skolen.



Opholdsstedet Moesgaard

Arnborgvej 15

6933 Kibæk

Tlf. 97 19 12 80

www.opholdsstedetmoesgaard.dk

Mobning hærder ikke. Det handler om at gøre andre fortræd

Børn bliver ikke stærkere af at blive mobbet. Det skader dem tværtimod på både kort og lang sigt, for mobning går ud over deres helbred, de får lavere karakterer i skolen og lavere løn som voksne.

AF TINE LOUISE MUNDBJERG ERIKSEN, SENIORFORSKER I VIVE, INDLÆGGET BLEV OPRINDELIGT BRAGT I ALTINGET.

En hård kultur hærder. Det er der nogle mennesker, der har hævdet, efter at dokumentaren Herlufsholms Hemmeligheder blev sendt på TV 2. Men det passer simpelthen ikke. Mobning skader, både på kort og på lang sigt.

Faktisk er forskere bemærkelsesværdigt enige om, hvad konsekvenser ved mobning er. Børn, der er udsat for mobning, har større risiko for at udvikle angst og depression. De får lavere karakterer ved 9. klasse-eksamen, de tager kortere uddannelser som unge, og de får lavere løn som voksne.

Vi udstøder andre for ikke selv at blive udstødt

Mobning handler om at gøre andre fortræd. Det er systematisk og finder sted over længere tid. Sådan en adfærd skal vi ikke acceptere. Men hvorfor får den så alligevel lov til at eksistere?

En forklaring er, at vi mennesker er sociale individer, som har brug for at være en del af et fællesskab. Derfor kan vi

finde på at tage del i en adfærd, som vi kan se, er normen i fællesskabet.

Hvis der bliver mobbet i klassen, kan frygten for at blive udstødt få os til at tage del i adfærden. Vi udstøder andre for ikke selv at blive udstødt. Og mobning er ikke kun et problem i skolen, det finder også sted på arbejdspladserne. Her fører det blandt andet til større sygefravær. Et centralt spørgsmål er derfor, om det er en adfærd, vi tager med os videre i livet?

Vi ved ikke, hvordan indsatser virker

Det er ikke det enkelte barn, der er udsat for mobnings eget ansvar at sige fra. Vi ved, at det er kulturen i fællesskaber, vi skal sætte ind over for, hvis vi skal stoppe mobning.

Studier viser, at mobning kan forebygges, men vi mangler mere solid viden om, hvor godt de forskellige indsatser, vi har sat i gang for at forebygge mobning, fungerer og hvordan de fungerer, især i en dansk kontekst.



Kort om forskeren:

Tine Louise Mundbjerg Eriksen har en ph.d. i økonomi fra Aarhus Universitet. Hun har i flere år ydet en stor forskningsindsats med fokus på sammenhængen mellem trivsel og performance, både blandt elever i folkeskolen og blandt medarbejdere i offentlige og private organisationer. Hun har undersøgt hvordan et psykisk arbejdsmiljø påvirker fastholdelsen af medarbejdere, deres performance, helbred og arbejdsmarkedstilknytning, og vist at elever der er udsat for mobning klarer sig dårligere i skolen. Et generelt fokus i hendes forskning er social ulighed.

Begrænsninger på data har ligeledes gjort, at vi ikke ved, hvordan indsatser til forebyggelse af mobning påvirker de sociale fællesskaber i klassen.

Derudover er der en voksende fokus på implementering af indsatser, da ellers effektive programmer har vist sig ikke at virke, når de rulles ud i stor skala. Spørgsmålet er, om det også gælder indsatser til forebyggelse af mobning, især hvis vi samtidig implementere elementer, der kun tidligere har været afprøvet i kontekster langt fra den danske.

Men Peter klarer sig da godt?

Når jeg deler viden fra min forskning, bliver jeg ofte præsenteret for historier om skoletiden: "Peter, som jeg gik i klasse med, blev mobbet. Men i dag har han et godt job, en kone og nogle søde børn."

Og det er også meget muligt, at han klarer sig godt. Men vi glemmer at tænke på, hvordan han ville have klaret sig, hvis han ikke skulle have brugt tid og kræfter på at håndtere uacceptabel adfærd. Hvis skolen havde været det trygge rum, det burde have været, havde han haft endnu bedre forudsætninger for at trives, udvikle sig og lære.

Mobning skader på både kort og lang sigt. Og vi skal ikke acceptere mobning som en uundgåelig del af skolelivet. Derimod skal vi forældre og lærere være gode rollemønstre og vise vores børn, hvordan man behandler hinanden ordentligt og skaber en kultur, hvor der er plads til alle.

Samtidig har vi forskere og praktikere et ansvar for fortsat at arbejde på, hvordan vi forebygger mobning. Og vi skal følge de innovative indsatser op med dybdegående evalueringer af både indsats og implementering, så vi får skabt et solidt fundament for forældre og lærere at stå på, så vores børn får de bedste forudsætninger for at trives og udvikle sig.

Kort om VIVE:

Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd er en dansk analyse- og forskningsorganisation, der blev oprettet under navnet Socialforskningsinstituttet i 1964 (SFI). I 2017 blev SFI slået sammen med analyse og forskningsorganisationen KORA og blev til VIVE, der leverer viden, som bidrager til at udvikle velfærdssamfundet og til at styrke kvalitetsudvikling, effektivisering og styring i den offentlige sektor både i kommuner, regioner og nationalt.

BLINDECENTER BREDEGAARD



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

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



Den Sociale
Virksomhed



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

VIL DU MED UD PÅ

NYE OPLEVELSER

Egmont Højskolen
www.egmont-hs.dk

Husk du er altid meget mere end dit handicap!

I skolen kendte de mig i forvejen og var gode til at acceptere den jeg var, fortæller Erik Olsen.

AF MICHELLE ANDERSEN OG FRANDS HAVALESCHKA

Erik Olsen er netop fyldt 20 år og har efter sommerens afslutning på HHX – handelsgymnasium i Hillerød – kastet sig over et vikarjob som pædagogmedhjælper på en specialskole i Hillerød. Hele efteråret knokler han på for at tjene penge til et længere ferieophold i Indien i januar sammen med sin bedste ven Christian.

- Det bliver fedt, vi skal primært rejse rundt i det nordlige Indien og bl.a. opleve Taj Mahal, Agra Fort og det gyldne tempel, fortæller den nyudklækkede HHX-student, der ser frem til et sabbatår med mange spændende oplevelser.

Der er således meget at se frem til, og da Erik generelt er et positivt menneske har det altid overskygget den kendsgerning, at han også er født med cerebral parese (CP). Bevarer, en let form for CP vil mange mene, men alligevel en venstre side der er påvirket med små synlige tegn på hånd og fod, især når han er træt. Synlige gener som sagtens kunne være en udløsende faktor for mobning i folkeskolen.

Men den har Erik heldigvis ikke oplevet i nævneværdig grad:

- Jeg bor i en lille forstad til København så de andre i min folkeskoleklasse var jo dem jeg var vokset op med. De kendte mig i forvejen og var gode til at acceptere den jeg var.

- I gymnasiet var det lidt anderledes for der kendte jeg ikke nogen da vi startede, men det kom jeg jo til hen ad vejen, og her skulle jeg bare fortælle min historie. Det måtte jeg selvfølgelig gøre med jævne mellemrum når nye klassekammerater dukkede op.

En del af Erik

- Mit handicap er naturligvis en stor del af mig. Jeg har haft en normal og tryk opvækst med forældre, der altid har støttet mig, tre søde søskende og gode venner. Det er selvfølgelig aldrig normalt at have et handicap, men jeg har haft det trygt og godt, så det har givet mig en god ballast til livet, fortæller Erik.

Handicappet har derfor aldrig været en negativ del som han hader. Mange med handicap går og drømmer om at kunne slippe for det, men Erik har accepteret at han er født som han er, og det er ikke noget der går ham på i hverdagen.

Har du oplevet at føle dig udenfor i folkeskolen?

- Ja det har jeg. Jeg havde en rigtig dårlig balance da jeg var mindre så jeg lærte at cykle ret sent. Jeg ville selvfølgelig gerne have kunnet cykle i folkeskolen, men det kunne jeg ikke, så her opstod ind imellem nogle situationer, hvor jeg følte mig udenfor.

- Men jeg føler ikke at det var mine venner, der holdt mig udenfor, men mine egne begrænsninger, så det var faktisk mit fysiske handicap, jeg følte mig begrænset af, fremhæver Erik.

Åben om sit handicap

Har du haft oplevelser med mobning under din uddannelse på HHX?

- Nej, faktisk ikke. Man kan ikke se mit handicap medmindre man ved det,



Erik er et positivt menneske, der ikke er typen, som stikker hovedet i busken.

Eriks gode råd for at undgå mobning:

- ▶ Vær åben om dit handicap og vis det som det er.
- ▶ Opbyg gode relationer til folk, der har forståelse for det at have et handicap. Det er fedt med et godt netværk.
- ▶ Det er altid rart at finde en anden med samme handicap som man kan spejle sig med/i.
- ▶ Vær velforberedt når du skal starte på nye ting, f.eks. skole, uddannelse og job, fortæl om dine behov og bed om den hjælp du har brug for.
- ▶ Husk du er ikke dit handicap, vær ikke bange for at vise andre sider af dig selv.



Erik elsker fodbold, og selv om det ikke længere bliver til så meget træning på klubplan, så hiver han bolden frem en gang imellem.

Sådan oplever Erik sin cerebral parese

"For det meste fysisk. Jeg fungerer som jeg skal. Min hånd hænger lidt, og hvis jeg er træt halter jeg en smule og trækker lidt på det ene ben. Jeg løber lidt sjovt. I hverdagen kommer det mest til udtryk når jeg er træt. Kognitivt har jeg ikke de store udfordringer, dog kæmper jeg en del med træthed. Når min krop bliver træt på grund af min CP bliver humøret påvirket og min tolerancetærskel lavere.

Han har spillet fodbold i mange år og gør det stadig ind imellem. Han startede til træningen i den lokale fodboldklub som lilleputsspiller på lige fod med alle andre, og har også spillet en del kampe. På et tidspunkt fik han et praj om, at han havde store muligheder for at komme på CP-landsholdet.

Her har han i flere år været en del af talentholdet og spillet sammen med mange, der er dårligere stillet rent fysisk end ham selv.

Og det er så her dilemmaet opstår, hvor Erik som 20-årig er kommet i klemme imellem de nok så berømte 'to stole'. Han er for fysisk udfordret til klubfodbolden og for god til CP-fodbolden, men et godt kompromis har været at gå trænervejen!

Dilemmaet med de to betragtninger er noget han også er stødt på i flere andre sammenhænge, bl.a. med jobansøgninger. Her har han længe været i tvivl om han skulle bruge 'handicapkortet' når han søgte jobs, specielt når det er svært at se hans handicap med mindre at man ved det.

- I starten fortalte jeg i ansøgningen at jeg havde et handicap, men det gør jeg ikke længere, nu søger jeg uden den oplysning, fortæller Erik, der som nævnt er i fuld gang med et sabbatår efter sin HHX.

Fleksibelt sabbatår og økonomi

Hvor længe sabbat-perioden skal vare er han lidt i tvivl om, men tankerne kredser om 1-2 år, hvor han skal arbejde, rejse og vedligeholde sin fysiske træning for at blive motorisk bedre i kroppen. Regelmæssig træning er noget han formentlig vil blive ved med at praktisere resten af livet. Det har i hvert fald ligget i baghovedet lige siden han for godt 10 år siden var en af de første der testede det virtuelle Mitii-træningsprogram.

Til gengæld ved han nogenlunde godt i hvilken uddannelsesretning han skal gå, når han skal starte på en videregående uddannelse, hvilket hans rigtig fine HHX-karakterer inviterer til.

- Det skal være noget med international økonomi, international business og politik eller måske noget i banksektoren, det kunne i hvert fald være mega spændende, mener Erik, der et stykke ude i fremtiden godt kan se sig selv som en glad 'talknuser'.

og den måde jeg taler om mit handicap på, har gjort det lettere for andre at acceptere det, fordi jeg selv har accepteret det. Jeg er meget åben om mit handicap, og jeg tror at det har haft stor betydning for at jeg ikke er blevet mobbet, vurderer Erik.

- Folk kan godt lide når man er åben og ligefrem, og det giver samtidig et godt førstehandsindtryk.

Erik har også masser af humor og selvironi, og kan joke med sit handicap og sine begrænsninger, hvilket også er med til at lette stemningen og acceptere ham som en del af fællesskabet.

- Jeg mener det er ret vigtigt at folk ikke betragter dig som et offer det er synd for. Det skal ikke være handicappet der styrer dig, for man er ikke udelukkende sit handicap, men også en masse andet, understreger Erik.

Mere end sit handicap

Noget af det 'andet' som Erik således også er, handler om hans store interesse for fodbold.

Mobning på arbejdspladsen

Mobning på arbejdspladsen bunder ofte i én af to situationer: Uløste konflikter eller når nogen skiller sig ud. Hvis ikke der bliver taget hånd om disse situationer i tide, kan det starte eksklusionsprocesser og ende med forskellige former for mobning. Nogle af de kendte former er konflikt-, kontrol-, strafmobning og humor-mobning.

Blandt de mest almindelige årsager til mobning er uløste konflikter. Her optrædes en konflikt mellem to eller flere parter i en grad, så én af parterne føler sig mobbet. Konflikten

bliver til mobning, når den ene part får overtaget i det indbyrdes magtforhold og opfattes som mere magtfuld end den anden. F.eks. fordi den ene part støttes af kollegaer eller lederen, eller fordi den anden ikke kan forsvare sig mod angrebene, hvilket kan være på grund af sin position på jobbet, sygdom eller andre forhindringer.

I grupper med behov for at sætte regler eller grænser for arbejdets udførelse kan der opstå kontrolmobning. Kontrolmobning er, når systematiske negative handlinger bruges

til at kontrollere kollegers måde at arbejde på. Budskabet er at fortælle, at: "Den måde, du udfører dit arbejde på, bryder vi os ikke om. Du skal gøre det på vores måde. Som vi plejer".

Kontrolmobning finder typisk sted for at sikre, at alle i gruppen gør tingene på samme måde. Der kan også være mange uskrevne regler på en arbejdsplads. Det kan være regler om arbejdets udførelse, at man f.eks. skal sætte en ny skraldepose i, når skraldespanden tømmes. Kolleger, som bryder disse uskrevne regler, kan blive udsat for strafmobning. Det vil

Typiske eksempler på mobning

Bagtalelse eller sladder: Der tales negativt eller sladres om den mobbede.

Nedgørelse: Den mobbede eller dennes arbejdsindsats nedgøres, f.eks. når andre er til stede.

Manglende tillid: Der gives udtryk for manglende tillid til, at den mobbede kan gøre noget som helst rigtigt.

Sprogbrug: Tonelejet overfor den mobbede er hård og grov.

Manglende information: Vigtig information tilbageholdes eller der gives fejlagtig information til spørgsmål, som har betydning for den mobbedes arbejdsopgaver.

Ud på et sidespor: Den mobbede køres ud på et arbejdsmæssigt sidespor ved løbende at blive fritaget for gode og interessante opgaver.

Fratagelse af arbejdsopgaver: Den mobbede fratages opgaver eller ansvarsområder uden gyldig forklaring.

Kilde: Arbejdstilsynet

sige, at de udsættes for systematiske negative eller krænkende handlinger som straf for det, de har gjort eller ikke har gjort – for at gå imod strømmen.

Humor på arbejdspladsen kan være en kilde til arbejdsglæde, men kan også være det modsatte. Det er derfor vigtigt at skelne mellem humor, som er opbyggende, og som styrker fællesskabet, og den humor, som er destruktiv og ødelægger personer og fællesskabet.



Vidste du:

At hvert år bliver ca. 12 procent af alle voksne danskere udsat for noget, de selv vil betegne som mobning.

At arbejdstilsynets definition bruger begrebet krænkende handlinger som en samlet betegnelse for handlinger, hvor en eller flere personer på arbejdspladsen udsættes for mobning, seksuel chikane eller anden nedværdigende adfærd i arbejdet.



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)

Er du kasserer?

Vi skaber overblikket i dit foreningsregnskab og hjælper med

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

Ring til Jette på 2279 2288

og hør, hvordan du kan spare tid og bekymringer.

OPTIVIZE

+45 2279 2288 · jette@optimize.dk · www.optimize.dk

Landsformand Pia Allerslev
takkede Tobias Jørgensen og
Jacob Nossell for at stille op
til kampvalget til næstfor-
mandsposten.



Spørgelysten var stor under hele landsmødet.



Årets landsmøde gav ny næstformand

Stor gensynsglæde, gode debatter om fremtidens forening - og kampvalg om næstformandsposten, der gik til Jacob Nossell. Det var nogle af overskrifterne på CP Danmarks landsmøde på Egmont Højskolen første weekend i oktober.

Efter aflysningen i 2020 på grund af corona-restriktionerne var der set frem til landsmødet i år, og ingen blev skuffet. Rammerne på Egmont Højskolen sikrede både tryghed og stor tilgængelighed, og så var det blot op til deltagerne selv, at bidrage med indholdet. Og det gjorde de.

Allerede på førstedagen fredag, der var udnævnt til foreningspolitisk dag, blev meget sat på plads. Landsformand Pia Allerslev bød velkommen til hendes første fysiske landsmøde i spidsen for CP Danmark, og hun var synlig glad og stolt over at berette om foreningens aktiviteter, og det store engagement, der udvises på alle niveauer i foreningslivet. Men formanden tog også hul på udfordringerne omkring generationsskifte i foreningen, økonomi, medlemsrekruttering – og ikke mindst de løsninger

og strategier, der er sat i søen i den forbindelse.

Der er blevet gennemført besparelser og de økonomiske prioriteringer er lagt om, der er sat et stærkt fokus på at få flere projekter i foreningen og så er der ikke mindst lagt op til et nyt stort digitalt medlemshvervningsprojekt, som vi kalder Roxy-projektet.

Efterfølgende blev foreningens strategiplan 'Interessevaretagelse og fællesskab' for arbejdet frem til 2024, præsenteret og drøftet af forsamlingen, der havde muligheder for at komme med friske indspark til udformningen. Planen, der sætter fokus på to ben: Interessevaretagelse og fællesskab indebærer bl.a. den nævnte hvervekampagne, fokus på frivillighed, udbygning af netværk, politisk indsats mod ulighed og en fortsat synliggø-

relse af det samlede CP-miljø gennem større og tættere samarbejde med Elsass Fonden om en bedre hverdag for mennesker med CP.

Nogle af målene er bl.a. at være til stede på alle de centrale handicap-politiske arenaer og få cerebral parese anerkendt som et lille, men højt specialiseret handicapområde, der kræver en højt specialiseret indsats i en kommende specialeplan. Overordnet er det for CP Danmark også et vigtigt mål, at udvikle såvel de fysiske som digitale fællesskaber.

Jacob Nossell valgt til ny næstformand

I forlængelse af strategiplanens fokus på interessevaretagelse vedtog landsmødet to politiske udtalelser om den aktuelle kritiske energisituation, som betyder voldsomt stigende udgifter



Weekenden igennem var stemningen god på CP Danmarks landsmøde, hvor knap 70 deltog.



Lørdag aften skabte DJ T-Mouse en god feststemning.

Råt for usødet: Med udgangspunkt i deres bog 'Fri os fra medlidenhed', gav Asger Lind Krebs og Peter Rosenmeier deres bud på, hvad der skal til for at få et arbejde.

for beboere i botilbud, og en udtalelse om den kritiske uddannelses- og jobsituationen for mennesker med handicap. På trods af spæde tegn på forbedringer er mennesker med CP stadig de sidste i jobkøen.

Kulminationen på fredagens program var valg til formandskabet. Pia Allerslev genopstillede til posten som landsformand, og blev med stående bifald genvalgt uden modkandidat. Derimod skulle landsmødet vælge ny næstformand, da Mads Witt Demant efter fire år på posten ikke ønskede at fortsætte.

Næstformanden skulle findes efter kampvalg mellem Tobias Jørgensen og Jacob Nossell. En afstemning, der faldt ud til Jacob Nossells fordel. Han er valgt for to år frem til 2024, og glæder sig til at komme i gang med arbejdet.

Tema om uddannelse og beskæftigelse

Landsmøde-programmet lørdag og søndag var tema-relateret til emnet 'uddannelses og beskæftigelse'. Her var en række spændende oplægsholdere kaldt ind og bidrog med vigtig viden på området. En af dem var professor Thomas Bredgaard, der er leder af Center for Arbejdsmarkedsforskning ved Aalborg Universitet, der fortalte spændende og informationsmættet om både udfordringer og muligheder for mennesker med handicap på arbejdsmarkedet, hvilket afstedkom en fin diskussion.

Efterfølgende berettede Pernille Van Kleef, politisk konsulent i SUMH, om udfordringerne i uddannelsessystemet og sammenhængen mellem uddannelse og job for mennesker med handicap. Temaet blev rundet af med en spændende paneldiskussion mel-

lem Lene Maj Pedersen fra Jobcentret i Rødovre, Tina Højager, akademiker med CP, og Ronnie Stormfeldt, der er med i direktionen i firmaet Proshop. Drøftelsen gav et spændende og praksisnært billede af de udfordringer, løsninger og strategier som både virksomheder, jobcentre og ikke mindst de der søger job, benytter sig af. En øjenåbner for rigtig mange af os.

Senere satte landsmødet yderligere fokus på ungdomsuddannelser og videregående uddannelser og her leverede Maja Nørskov Sommer, der er studerede med CP og psykolog Klaus Christensen, god viden til weekendens samlede læringspensum. Ligesom Lene Maj Pedersen og Tina Højager gik flere spadestik dybere i en workshop om barrierer og løsninger i forhold til at få fodfæste på jobmarkedet, når man har CP.

En ny kursusvej: **Blikket rettes mod vores fælles mål**

Fremover kommer der fuld spot på medlemmernes behov, når nye kurser udbydes af CP Danmark.

AF STINE STENHOLT, KURSUS- & PROJEKTMEDARBEJDER

Hvis vi, som organisation skal arbejde for vores mål om at "Mennesker med cerebral parese skal have de samme muligheder som alle andre for at leve et aktivt, indholdsrigt og selvstændigt liv", så skal vi sætte spot på hvad det er CP Danmarks medlemmer egentlig har behov for, og vi skal bidrage til at skabe netop disse muligheder.

“ Vi skal arbejde målrettet på at lave aktiviteter og kurser, hvor vi får den viden, som vores medlemmer efterspørger, ud over rampen.

Som ny kursus- og projektmedarbejder ser jeg vores organisation udefra. Jeg har ikke de vante gange eller "vi plejer" inde under huden endnu – og det kan man jo vælge at se som noget positivt eller måske som noget positivt forstyrrende. Det forsøger jeg i hvert fald at gøre. Med den nye jobtitel følger der også et ansvar, og en respekt for den viden og de erfaringer som allerede ligger i vores organisation og hos vores medlemmer.

Som organisation skal vi repræsentere vores medlemmer, vi skal skabe relevant indhold og relevante tilbud og det kan vi kun gøre hvis vi tør løfte blikket, arbejde tæt sammen og være undersøgende i forhold til de behov der viser sig.

Med det in mente skal vi både udbyde kurser og udvikle tilbud, som foreningens medlemmer kender til og som er populære, men vi skal også kigge på de blinde pletter og turde udvikle os.

Vi starter med gode, velkendte kurser

Derfor ser vi ind i både et efterår og et forår, hvor de velkendte kurser som Den stressede hjerne og Familie med CP er på plakaten – kurser som henvender sig til den yngre målgruppe af børn, unge og deres forældre.

Som ny medarbejder oplever jeg heldigvis, at mange af vores medlemmer henvender sig med gode og relevante perspektiver på, hvorfor kurserne ikke kun er interessante for den yngre del af vores medlemmer, som er under aldersgrænsen på 25 år som Socialstyrelsen har sat for kurserne.

Som medlemmer giver I mig god viden om hvordan og hvorfor tematikker som f.eks. Den stressede hjerne også er relevant når man bliver ældre og har CP. Hvilke nye udfordringer der opstår og hvorfor der kan være behov for at høre mere om bestemte temaer.

Kurser udvikles for medlemmerne

Hvis vi for en stund vender tilbage til indledningen og fremhæver målet for CP Danmarks virke: "Mennesker med cerebral parese skal have de samme muligheder som alle andre for at leve et aktivt, indholdsrigt og selvstændigt liv", så betyder det netop også, at vi skal repræsentere vores medlemmer i de tilbud, kurser og aktiviteter vi udvikler.

Vi skal arbejde målrettet på at lave aktiviteter og kurser hvor vi får den viden, som vores medlemmer efterspørger, ud over rampen og til alle dem som finder det relevant og interessant.

Hvordan det kommer til at ske, ja, det vil tiden vise, men pointen er, at jeg som nyansat i CP Danmark betræder og asfalterer en ny vej - og jeg har blikket rettet mod vores fælles mål.

I kan godt glæde jer, det gør jeg.



På tegnebrættet:

Online tilbud, aktiviteter i både Jylland og på Sjælland, og så kommer der også til at ske noget med en podcast og et par videoer. Desuden er V.I.P. Søsken-dedag et nyt initiativ som er under udvikling.

Malene Gerd Petersens mangeårige erfaring på søskendeområdet får vi nu glæde af på CP Danmarks to V.I.P. kurser.



Søskende en slags V.I.P.

CP Danmark inviterer til to særlige dage for de helt særlige pårørende.

AF STINE STENHOLT, KURSUS- & PROJEKTMEDARBEJDER

Specialpædagogisk konsulent Malene Gerd Petersen har arbejdet med søskende til børn med handicap igennem de sidste 22 år, både med søskendekurser, forældresamtaler, børne- og unge samtaler, bogudgivelser, artikelskrivning og filmproduktion. Malene har blandt andet afholdt mange søskendekurser og foredrag i patientforeninger rundt omkring i landet.

I kurser og oplæg holder Malene fokus på, hvordan det er at være søskende i en pårørende-relation, der ofte er et livslangt vilkår. Det er et mål, at give denne sårbare, og ofte usynlige pårørende gruppe, en mulighed for at spejle sig i andre, få taletid, lytte til andre, fortælle egen historie og blive inddraget i et fællesskab.

Dette fællesskab ønsker vi i CP Danmark at fremme ved at invitere til to søskendedage. En V.I.P.-dag hvor vi sætter spot på lige præcis den 'Very Important Person' som en søskende er. Vi afholder Søskendedag på Sjælland i november 2022 og i Midtjylland i marts 2023.

Vi udvikler sammen

Rammerne og indholdet til søskendedagene er noget vi udvikler i et samarbejde mellem CP Danmark, specialpædagogisk konsulent Malene Gerd Petersen og Søskendeforeningen SØF. Medinddragelse er en præmis for bæredygtig og mangfoldig udvikling, og netop derfor søger vi at inddrage både viden og erfaringer fra arbejdet med vores pårørende-medlemmer og deres behov i processen.

Netværk – for både børn og forældre

Formålet med søskendedagen er at lave en helt særlig dag for netop den del af vores medlemmer og pårørende, som ofte glemmes lidt i farten. Men formålet er også, at invitere forældrene ind i et netværk, et fællesskab for forældre der også er forældre til søskende til et barn med cerebral parese.

Du kan læse mere og tilmelde dig og dit barn til dagen på vores hjemmeside cpdanmark.dk i menuen 'Medlemstilbud'.





15 søskende fik ordet

Malene har i bogen 'Sondemad og flødeboller' givet ordet til 15 søskende til mennesker med handicap, den yngste er 8 år gammel og den ældste er 64. Trods aldersforskellen, og de mange forskellige handicaps, som beskrives, løber der en rød tråd igennem bogens søskende-portrætter, og den er i sig selv et spejl for mange, både søskende, forældre og fagpersoner. Sidst i bogen er et tomt kapitel, hvor læseren kan skrive sig selv ind i fællesskabet.



Kort om SØF

Søskendeforeningen SØF er en forening for mennesker, der har en søskende med handicap. Her kan du møde andre i samme situation. Alle kender følelsen af at stå alene med tanker. Når man har en søskende med handicap, kan man hurtigt føle, at man ikke kender andre i samme situation. I SØF skabes der et fællesskab for søskendepårørende, hvor de kan møde andre i samme situation og dele erfaringer og oplever. Læs mere på www.soefo.dk

Forskelsbehandling er ulovlig

Vidste du at hvis du bliver forskelsbehandlet, kan du klage til Ligebehandlingsnævnet?

AF MIA IBÆK TOUBORG, SOCIALRÅDGIVER

Ligebehandlingsnævnet er et uafhængigt nævn, som træffer afgørelse i sager om forskelsbehandling efter de danske ligebehandlingslove. Det er kun personer, som er direkte berørt af den forskelsbehandling, de klager over, der kan få en klagesag behandlet i nævnet. Hvis Ligebehandlingsnævnet kommer frem til, at der er sket ulovlig forskelsbehandling, kan nævnet tilkende klageren en godtgørelse for krænkelsen.

Forskelsbehandlingsloven forbyder både direkte og indirekte forskelsbehandling, ligesom chikane også er omfattet af forbuddet mod forskelsbehandling.

Forskelsbehandling og chikane

Direkte forskelsbehandling er, når en person behandles ringere end en anden person bliver, er blevet eller ville blive behandlet i en tilsvarende situation, når grunden til den ringere behandling er på grund af handicap.

Indirekte forskelsbehandling er, når en bestemmelse, et kriterium eller en praksis, der tilsyneladende er neutral, vil stille personer på grund af handicap, ringere end andre personer, medmindre den pågældende bestemmelse, betingelse eller praksis er objektivt begrundet i et sagligt formål, og midlerne til at opfylde det er hensigtsmæssige og nødvendige.

Der er tale om chikane, når en uønsket adfærd i relation til handicapet finder sted med det formål eller den virkning at krænke en persons værdighed og skabe et truende, fjendtligt, nedværdigende, ydmygende eller ubehageligt klima for den pågældende.



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,
torsdag 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

Forbuddet mod forskelsbehandling på grund af handicap gælder både inden for og uden for arbejdsmarkedet.

På arbejdsmarkedet

En arbejdsgiver må ikke lægge vægt på handicap i forbindelse med ansættelse, under en ansættelse og i forbindelse med afskedigelse.

Arbejdsgivere har en forpligtelse til at tilpasse arbejdspladsen i forhold til ansatte med handicap, så medarbejderen kan fungere i stillingen på lige fod med medarbejdere uden handicap. Det betyder, at en arbejdsgiver objektivt og loyalt skal vurdere, hvilke tilpasninger der er nødvendige på arbejdspladsen, for at en person med handicap kan bestride stillingen.

Hvis udgiften er uforholdsmæssigt stor, kan arbejdsgiveren afvise at ansætte ansøgeren. Det gælder dog ikke, hvis udgiften i et vist omfang betales af det offentlige.

En arbejdsgiver er ikke forpligtet til at tilbyde en person med et handicap beskæftigelse, hvis personen ikke længere er kompetent, egnet og disponibel i forhold til at varetage sin stilling.

Arbejdsgiveren skal bevise, at en konkret tilpasning ikke var mulig eller ville medføre en uforholdsmæssig stor byrde.

Lov om forbud

I 2018 trådte lov om forbud mod handicapdiskrimination i kraft. Loven supplerer beskyttelsen mod diskrimination på arbejdsmarkedet og gælder på alle områder i samfundet, dog ikke i rent private aktiviteter. Det er f.eks. ikke lovligt, at en restaurant afviser en person, blot fordi vedkommende bruger kørestol, eller at et forsikringsselskab afviser at forsikre en person alene med henvisning til, at personen har et handicap.

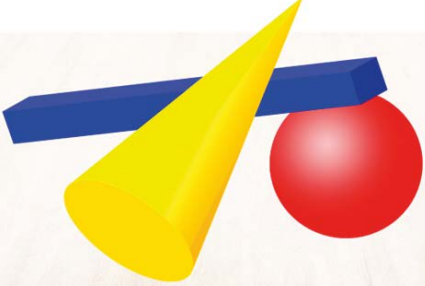



FIND DIT
VÆRKSTED PÅ
FIRSTSTOP.DK

DIT LOKALE DÆK & AUTOSERVICE VÆRKSTED



FIRSTSTOP
DÆK & AUTOSERVICE



Anders Johansen-Bain
Snedker ^{ApS}
30 33 88 14






FREMTIDEN FOR DET FLEKSIBLE ARBEJDSMARKED

Tornskadevej 25 | 7600 Struer
Tlf. 22 39 47 51 | www.dayworker.dk



JYSK HANDI
hjælpemidler til børn og voksne siden 1990




Sammen er vi stærkere

Det er vigtigt for os, at fremstille hjælpemidler af høj kvalitet og ikke mindst imødekomme brugernes behov for et hjælpemiddel der virkelig gør en forskel i deres hverdag.

ALT ER MULIGT

En humlebi er usædvanligt tung i forhold til sit vingefang, og faktisk burde den ikke kunne flyve. Men lykkeligt uvidende om dette faktum - så flyver den trods alt.

SE MERE PÅ WWW.JYSKHANDI.DK



THYGE'S VVS A/S

54 13 63 60

AUT. VVS-INSTALLATØR & KLOAKMESTER
www.thygesvvs.dk



Klinisk tandtekniker
Ninna Aarøe Nielsen

RÅDHUSGADE 12, ST. TH., 8300 ODDER TLF. 86 560 130

EFTERSKOLE

Antallet af elever på efterskole sætter ny rekord

Et skoleophold på en efterskole er mere populært end nogensinde. I alt er 32.447 elever begyndt på efterskole i år, og det er ny rekord. Sidste år var tallet 31.745 og året før 30.669.

Det viser tallene fra Efterskoleforeningen. Tilgangen er naturligvis noget, der glæder foreningen og de i alt 241 efterskoler, som findes i Danmark.

Det er især tilgangen af elever på 10. klassetrin, der er årsag til den store stigning i elevantallet. 10. klasserne har oplevet en stigning på 1238 elever, mens rekrutteringen til 8.-9. klasserne har vist et fald på 536 elever. Det gennemsnitlige elevtal pr. efterskole er i år 134 – sidste år var det 132.

Elever med handicap følger fremgangen

Men hvordan går det så med søgningen af elever med handicap? Da GD-PR-reglerne forbyder konkrete tal har redaktionen foretaget en rundringning til en række specialefterskoler og til de fire almene efterskoler som også tilbyder inkluderende efterskoleophold for en gruppe med funktionsnedsættelse.

Generelt har alle specialefterskoler været fyldt op i de senere år, men mange oplever en fortsat stigende interesse. Flere efterskoler har oplevet, at de blev fyldt op langt hurtigere end tidligere, mens andre har måtte etablere ventelis-

Et efterskole-ophold giver personlig udvikling og læring for livet. Her et billede fra Østed Efterskole, der sammen med Århus Efterskole, Hardsyssel Efterskole og Faaborgens Efterskole inkluderer en gruppe elever med funktionsnedsættelser.



te, hvilket de ikke havde praktiseret i flere år. På en af de nyeste specialefterskoler har søgningen været så stor at man efter få år har overvejet at udvide med fem pladser.

Fakta om efterskoler:

Der findes i alt 241 efterskoler i Danmark for unge i alderen 14-18 år. Herunder 20 ordblindееfterskoler, for elever med ordblindhed eller tilsvarende læse-skrivevanskeligheder, 18 specialefterskoler, der henvender sig til elever med generelle indlærings-

vanskeligheder, udviklingsforstyrrelser mv. og fire almene efterskoler, der rummer inkluderende grupper for elever med handicap. Så har du cerebral parese, er du ordblind, har en diagnose inden for autismspektret eller har andre behov eller handicap, så er der også et efterskoletilbud til dig. Samtidig vil unge med en mindre funktionsnedsættelse inkluderes på almene efterskoler på lige fod med alle andre ud fra deres interesser til f.eks., sport, musik, sprog, it og mange andre linjefag.

Du kan læse mere på efterskolerne.dk



ÅRHUS Røntgen & Ultralyd



Specialister i ultralyd af sener, led og slimsække inklusiv blokadeanlægninger.

- Kort ventetid
- Professionelt personale
- Venlig betjening
- Hurtigt svar

Speciallæger:
Christian Ancher Iversen
Lars Bolvig

Morten Børupsgade 10B • 8000 Århus C
www.roentgenklinikken.dk
Mail: skrivtil@roentgen-klinikken.dk
Telefon: 8620 6000
Telefontid: man. - tors. kl. 9-14 og fre. 9-12



Jørgensen Juletraesservice

Bækkelundsvej 15, 8930 Randers NØ

Tlf. 40 28 02 34
www.juletraesservice.dk



AS Facader

www.asfacader.dk

– din professionelle samarbejdspartner inden for glas og facade!

Tlf.: 7025 1511
Smedevej 14 • 7430 Ikast
CVR: 12516894



KommunikationsCenter Thisted
- for at kunne mestre livet

Vi tilbyder
Særlig tilrettelagt
Ungdomsuddannelse (STU)
til unge med ADHD

Kr. Kolds Gade 3
7700 Thisted

Telefon 99 17 27 25

mail: kommunikationscenter@thisted.dk - www.thisted.dk/kc



Køkken - Bad
Bryggers - Garderobe

www.AUBO.dk

AUBO
Køkken for kendere



Den fulde **salgspakke**
Fast **fair** salær
Gratis salgsvurdering

BEDRE BOLIG SALG
MARIANNE SKOVBOGAARD

TLF. 5055 7605

msk@bedreboligsalg.dk
bedreboligsalg-msk.dk

BEDRE BOLIG SALG



lpm 

Brian Nielsen
Produktionsmedarbejder hos LPM

"Jeg oplever LPM som en virksomhed der er villig til at vise nødvendige hensyn, hvis man selv viser viljen til at gøre en indsats. Jeg har vist LPM at jeg kan og vil, og LPM har vist mig en tillid som betyder, at jeg i dag har ansvaret for mit eget område i virksomheden."

LPM Production • Energivej 34 • 6870 Ølgod
Tlf. 76 98 22 55 • www.lpm-production.dk

CC BILER

CARSTEN CHRISTENSEN
Indehaver
Mobil 4062 4410

e-mail: cc@ccbiler.dk • www.ccbiler.dk

NYE LOKALER:
VÆRKSTEDSVEJ 20 • 5500 MIDDELFART

Ny formand og ændringer i bestyrelsen

Hen over sommeren er der sket ændringer i sammensætningen af CP Ungs bestyrelse. Formanden Frederik Walter Olsen, Jonas Brodersen og Jacob Hesselund har valgt at sige farvel til bestyrelsesarbejdet for at få mere tid til job, studie og andre interesser.

- Jeg vil gerne benytte lejligheden til at takke alle tre for deres super fine indsats gennem flere år, siger Nynne Suzet Kristensen, tidligere næstformand som nu har overtaget formandsposten indtil næste generalforsamling.

- Vi har stadig en rigtig god bestyrelse med gode kræfter, og mange gode ideer, som vi skal have realiseret i den kommende tid. Samtidig er suppleanten Viktor Knudsen nu rykket ind som fuldgældigt bestyrelsesmedlem.

Ud over formanden Nynne, består bestyrelsen af Peter Holm, som er næstformand, Bertram Rumle Hvalsø, Jonas Dreijøe, Fie Deneke og Viktor Knudsen.



Vil du være med i 'årets julekalender'?

Den nye bestyrelse sprudler af gode ideer, en af dem vil CP Ung præsentere fra julemånedens start. Det handler om en julekalender, hvor det er planen at 24 personer med cerebral parese bliver præsenteret på CP Ungs sociale medier.

- Vi efterlyser derfor personer som har lyst til at være med i denne personlige julekalender, opfordrer Nynne Suzet Kristensen, der håber at rigtig mange vil melde sig.

- Julekalenderen skulle gerne vise den store mangfoldighed som cerebral parese indeholder og helst også med en stor geografisk spredning. Så vi efterlyser personer med alle former for CP fra alle dele af landet, og selv om man er over 36 år, og har sprængt aldersgrænsen for CP Ung, så kan man sagtens være med alligevel.

Sammen med bestyrelsen forbeholder ungdomsformanden sig ret til at vælge blandt de indkomne deltagere, hvis alt for mange 'ligner hinanden'.

Vi du være med i årets julekalender så meld dig til via CP Ungs Facebookgruppe eller Instagram. Skriv alder, hvor du er fra og kort om dig selv. Du kan også skrive en mail med samme oplysninger til Nynne på: nynnesuzetkristensen@gmail.com



Undervisning og hjælp til dine særlige behov



CSU-Slagelse

Center for Specialundervisning

58 57 57 60

csu-slagelse@slagelse.dk

<http://csu.slagelse.dk>



LH
Laboratorie
Service



*Vi udfører reparation
og service af næsten alle
former for laboratorieudstyr.*

Lyngsiesvej 14B
8210 Århus V
Tlf.: 86 92 37 71
info@lhlab.dk
www.lhlab.dk



ANNES/01.2012

Køb professionelle
**sygepleje- og
husholdnings-
produkter**

www.abenaprivat.dk



JNP Consulting

Virksomhedskonsulent kvalitet/miljø

v/ John N. Poulsen

Engdraget 21 • 6870 Ølgod • Tlf. 81 75 36 32
www.jnp-consulting.com



Vestjyllands Andel

Industrivej Nord 9B - 7400 Herning - Tlf. 9736 6444 - www.vja.dk

BAVNEHØJ
SOLIDT MURVÆRK

Murerfirmaet Bavnehøj ApS

Bavnehøjvej 14 | 8700 Horsens
post@bavnebyg.dk | www.bavnebyg.dk
Tlf. 60 64 03 07



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.

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



Det var en spændende oplevelse at være i studiet med Sonja Furu, fortæller Tilde Kristensen t.v.

Tilde er her, der og alle vegne

Det har været et godt år for 24-årige Tilde Kristensen, der har været med i flere spændende aktiviteter.

AF FRANDS HAVALESCHKA

Der kan da kun være én der hedder Tilde Kristensen, tænkte redaktøren? Men når navnet dukker op i så mange forskellige sammenhænge og aktiviteter, som tilfældet har været på det seneste, så kan man godt blive i tvivl.

Men jo, den er god nok. 24-årige Tilde Kristensen fra Midtjylland har haft et rigtig spændende år, hvor hun efter tre års ophold på Egmont Højskolen både har været med i planlægningen af Elsass Festivalen som frivillig, og med i en ny podcast. En podcast som journalist og forfatter Sonja Furu har produceret i forlængelse af hendes bogudgivelse 'Unormale mennesker' tidligere på året i samarbejde med Bevica Fonden.

- Jeg blev kontaktet af Sonja Furu, som havde snakket med en af mine højskolekammerater, da hun i en periode boede på Egmont Højskolen i forbindelse med indsamling af materiale til bogen. Sonja forklarede lidt om konceptet til podcasten og spurgte om jeg havde lyst til at være med, og det havde jeg, fortæller Tilde Kristensen, der tidligere har medvirket i to podcast, bl.a. en om seksualitet og handicap.

God radiostemme og holdninger

Tilde er en ung kvinde, der både har en god radiostemme og holdninger, og det var noget Sonja Furu kunne bruge. Sammen med Signe Flensborg blev Tilde kaldt ind til optagelserne i juni måned, hvor hun bl.a. fortalte om kontrasten mellem livet på Egmont Højskolen og livet efter. Optagelserne blev senere kommenteret af hjerneforsker Peter Lund Madsen, som en del af podcastens indhold.

- Så desværre mødte jeg ikke Peter Lund Madsen, det kunne jeg ellers godt have tænkt mig, siger Tilde.

Her i sommerens løb, har hun udover mange spændende aktiviteter i sit dagtilbud i Fårevejle, også brugt en del kræfter som frivillig på Elsass Festivalen. Hun har deltaget i planlægningen og stod i en børnebod på festivaldagen, hvor hun lavede ansigtsmaling og 'tatoeringer'.

- Jeg tilmeldte mig på deres hjemmeside sidste år og deltog i et opstartsmøde tilbage i november 2021. Siden har



Tilde var en af de mange frivillige, der var med til Elsass Festivalen. Foto: Elsass Fonden.

jeg fulgt planlægningen og forsøgt at rekruttere flere til festivalen fra min egen kredsforening, fortæller hun.

- Det er et initiativ og en energi som vi har nydt gavn af, fortæller Solveig Christiansen, der er kredsformand i CP Danmark Nordvestsjælland. Vi tog det op i bestyrelsen og besluttede at slå et slag for deltagelse i festivalen, blandt andet ved at tilbyde kredsabat.

Det benyttede en hel del sig af, både børn, unge og ældre. Nogle som frivillige, sammen med deres hjælpere, og andre som deltagere.

Min drøm er at blive markedsføringsøkonom

Det vil jeg forsøge gennem min uddannelse, der er en god blanding af teori og praksis, fortæller Jonas Linulf.

AF JONAS LINULF, PRAKTIKANT I CP DANMARK

Jeg hedder Jonas, og jeg går på Zealand, Sjællands Erhvervsakademi i Roskilde, hvor jeg læser til markedsføringsøkonom. Jeg er lige startet på 4. semester, hvor jeg nu i 12 uger har været i gang som praktikant i CP Danmark, hvorefter jeg skal skrive min hovedopgave.

Uddannelsen som markedsføringsøkonom tager to år, og handler om, hvordan man markedsfører et produkt. Det er en uddannelse, der består af en god blanding af teori og praksis. Mange af de lærere, der arbejder på erhvervsakademiet, har stor erhvervs erfaring fra andre jobs end undervisning. Det betyder at man i undervisningen bliver godt rustet til arbejdsmarkedet når man er færdig med uddannelsen. I min tid hos CP Danmark er det første gang jeg oplever, hvordan det er at arbejde som markedsføringsøkonom.

Mens man læser, lærer man på de to første semestre hvordan det er at arbejde nationalt i Danmark, og på 3. semester lærer man en del om, hvordan det er at markedsføre et produkt i et andet land eller på det internationale marked. Det er en god vej at vælge, hvis man gerne vil arbejde med marketing i sit arbejdsliv.

Udfordringer med udtrætning

I forbindelse med uddannelsen har jeg haft nogle problemer i forhold til den udtrætning man oplever, når man har cerebral parese og skal holde koncentrationen i lang tid. Både her i min praktikperiode, men også på de lange skoledage, har jeg oplevet udtrætning. Det kan blive et problem hvis man skal være på hele dagen, både undervisningsmæssigt og socialt.

Det betyder, at jeg nogle gange 'falder ud' i en samtale med mine klassekammerater, eller når vores lærer gennemgår noget på tavlen som vi skal tage noter til. Udfaldet kan i værste fald betyde, at jeg mister noget af det læreren siger undervejs. Oftest sker det i de sidste timer på lange skoledage, så kan min hjerne godt få problemer og stå helt af. Når jeg bliver klar i hovedet igen kan det være svært at følge med, fordi jeg ikke fik fat i det der tidligere blev sagt.

Det store problem med udtrætningen er at jeg får svært ved at få tid til alle de ting jeg gerne vil nå i hverdagen, fordi jeg mangler energi. Det kan påvirke mit overskud til at være lige så social i hverdagene, som jeg er i weekenden.

Hvorfor denne uddannelse?

Jeg har valgt uddannelsen ud fra hvad der var spændende i gymnasiet, hvor jeg læste en EUX. De fag der var interessante, er således de samme fag som jeg har nu. Samtidig har det givet mig mulighed for at fravælge nogle fag, så nu har jeg udelukkende fokus på de fag jeg godt kan lide. Det har givet mig meget mere overskud i hverdagen.

En stor del af mine overvejelser gik også på, at det skulle være en uddannelse jeg havde gode muligheder for at komme igennem, hvilket ville være en personlig sejr.

Når man skal videre fra gymnasiet har man selv ansvaret for sin læring. Det er derfor vigtigt at man træffer de rigtige beslutninger omkring sin uddannelse. Det kan være svært at vælge - sådan har alle unge det sikkert - men når man er afklaret giver det en stor motivation, når man ved det hele kører på ens

personlige initiativ. Der er ikke nogen, der kommer og klarer noget for dig. Det gælder også hvis du har personlige udfordringer.

God støtte fra SPS

Men heldigvis er der også god støtte at hente i uddannelsessystemet. En af de muligheder er SPS (specialpædagogisk støtte), som giver dig værktøjer, som kan hjælpe dig igennem studiet. Det giver dig sikkerhed og betyder at din uddannelse, undervisere, vejledere m.v., gør det bedste de kan for sikre at du får så gode muligheder som muligt på lige fod med de andre på uddannelsen. SPS har for mig været en stor hjælp til at fastholde mig i mit uddannelsesforløb. Uden den støtte ville jeg nok have haft svært ved at nå så langt som jeg nu er kommet med min uddannelse.

Tankegang når man skal vælge uddannelse

Det er vigtigt at finde noget som man synes er spændende at læse og kan lide, fordi man kommer til at investere masser af tid og kræfter i sin uddannelse. Det betyder, at jo mere interessant man synes det er, jo flere kræfter er man indstillet på at lægge i studiet. På en videregående uddannelse er der en masse læsning, der skal læses til dagen efter. Hvis ikke man får det gjort, er der stor risiko for at man kommer bagud, fordi nye lektier kommer oveni næste gang. Er man bagud kræver det ekstra energi.

Det er således hårdt arbejde man lægger i en videregående uddannelse, fordi det forventes du bruger lige så meget tid på at studere som du ville bruge, hvis du havde et fuldtidsarbejde.



Det betyder at man rundt regnet skal bruge omkring 37 timer om ugen. Ud over timerne på studiet bruger du også en del tid på at arbejde hjemme. Her er det vigtigt, at man kan strukturere sin tid, så man også har mulighed for at slappe lidt af. En god struktur er samtidig med til at sikre at du får den søvn, du har behov for så du kan få hverdagen til at hænge sammen.

Hvad kan uddannelsen bruges til?

Uddannelsen er med til at give dig en større viden inden for marketing. De fleste der tager uddannelsen får mulighed for at arbejde i et marketingbureau, et reklamebureau eller i firmaer, hvor der løbende skal analyseres og produktudvikles.

Det er dog sjældent at en virksomhed har behov for en fast-ansat markedsføringsøkonom, så derfor kommer man som ansat i et bureau til at arbejde med mange forskellige firmaer i kortere og længere perioder. Man vil ofte møde mange forskellige mennesker i ens arbejdsliv og det kan godt være en stor udfordring med CP, fordi det kræver ressourcer at være blandt folk man aldrig har mødt før. Det kan betyde at dagene i starten godt kan opleves meget tunge, med mange nye indtryk.

Jeg har endnu ikke prøvet det, men jeg håber, at jeg kan lære det og senere finde et godt arbejde på et fedt bureau.



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



DYRK GLÆDEN



Besøg os: i butik f/sport24dk sport24.blog @sport24dk www.sport24.dk



Tømrer- og snedkerfirma
Gammelby Møllevej 10
6700 Esbjerg • 75 12 05 55
mail@staas.dk • www.staas.dk

lyngdorf-byg aps

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



Ambulance

Sygetransport

Samaritter

Førstehjælpskursuser

www.sommersambulanceservice.dk

TLF: 51 412 112 / info@sommersas.dk

DEN GODE pleje

God pleje af kroppen i alle livets faser

Klik ind på

www.dengodepleje.dk

og få dækket dit plejebæhov



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

BEIERHOLM
VI SKABER BALANCE

**REVISION . REGNSKAB
RÅDGIVNING . SKAT**

Sletten 45 . Holstebro . 97 41 22 11

www.beierholm.dk

Seminar om ASK og Literacy

ISAAC Danmark byder på en spændende dag, for dig, som gerne vil have svar på hvordan man udvikler skrive- og læsefærdigheder som ASK-bruger (alternativ, supplerende kommunikation). Det er et seminar, der finder sted den 25. november og målgruppen er professionelle fagmedarbejdere og pårørende.

Hvorfor behøver vi et engelsk ord til at tale om læse- skrivefærdigheder? Og hvorfor er literacy vigtig, også for ASK brugere? Hvad er literacy egentlig, og hvad kan forskningen i ASK og literacy lære os? Hvordan kan vi arbejde med literacy i praksis sammen med børn, unge og voksne uden talesprog?

Med disse spørgsmål har ISAAC Danmark lagt op til en spændende dag for alle, som gerne vil lære mere om det vigtige emne og som gerne vil opleve danske og internationale eksperter i ASK og literacy.

Programmet byder bl.a. på oplæg af professor Martine Smith fra Dublin, der er tale- og sprogterapeut, Hilde Kolstad Danielsen fra Statped i Norge og de to ASK-brugere Astrid Lorenzen og Jeppe Forchhammer.



Kort ASK-seminaret:

Dato: Fredag den 25. november 2022.

Sted: Københavns Professionshøjskole, Campus Frederiksberg, Nylandsvej 27-29, 2000 Frederiksberg.

Tilmeldingsfrist: 7. november. Læs mere om tilmelding og program: www.isaac.dk/tilmelding/

SE UDGIVELSEN ONLINE
scan her:

CP INDBLIK

Helle for fællesskab og udvikling
Efterskoleophold for sent udviklede unge

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

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

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

helle
for at komme videre

Alex SLAMSUGNING

Få et uforpligtende tilbud
Altid konkurrencedygtige priser

Ring på 59 31 55 00

Slamsugning • Kloakspuling • TV-inspektion • Industrispuling
Transport af farligt gods og affald

WWW.ALEXSLAMSUGNING.DK

Tuluna design Tøj til dig med særlige behov

Ud i livet med handicap

Gør hverdagen lettere

Af & på - UDEN forflytninger

Skal vi også hjælpe dig?

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



Neuropædagogik Huset LI. Nørremark



**Opholdssted, bo og naboskab
skole samt ressourcecenter**
Vi kan ikke slukke mørket, men tænde lyset

Vi er et neuropædagogisk behandlingstilbud der modtager børn, unge og voksne der har en hjerneskade og/eller har været udsat for groft omsorgssvigt. Vi har 33 års erfaring i neuropædagogik med nedenstående problematikker. Eks. ADHD - Autisme - Asperger syndrom - medfødte hjerneskader - påførte hjerneskader Føtal alkohol syndrom - Menigitis - diagnosticerede psykiatriske lidelser.

Vi tilbyder:
Opholdssted. Fonden Familiecenter LI. Nørremark 11-18 årige.
Botilbud Oasen ApS § 108.
Botilbud og naboskab Svalereden/Friheden § 85 - § 107- en mands projekt.
Fonden Specialskolen "Spirilen".
Erhvervsskolen "Skruen"

Undervisning i neuropsykologi/pædagogik. Underviser: Neuropsykologihuset Bakkedal ApS.
Undervisning i praktisk neuropædagogik. Underviser Neuropædagogikhuset: Vibeke Monnick

Ledige pladser: En på Familiecentret LI. Nørremark - En på Oasen
Administrativchef Jan Bartholomæussen, tlf.: 21 55 75 97 • www.lillenorremark.dk



RANDERS REALSKOLE FOR FREMTIDEN

**Fra 0.-10. klasse, SFO med før-
skoleundervisning 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



MALERFIRMAET HANS LARSEN

Erantisvej 49 • 4700 Næstved
Tlf. 55 72 35 86 • www.hanslarsen.dk




STRANDBYNET HAMPEJAN GROUP

Sildevej 24 - DK-9970 Strandby - Tlf.: +45 98 48 13 00
info@strandbynet.dk - www.strandbynet.dk



KORTERMANN-IT

Englandsvej 8 • 5700 Svendborg
Tlf. 70 300 330 • info@kortermann-it.dk
www.kortermann-it.dk

AV-CENTER

Din landsdækkende leverandør af professionelle Audio / Video løsninger.

Kontakt os på 70 20 29 55
eller se mere på www.avcenter.dk.

Nye kogebøger skal hjælpe mennesker med hjerneskade

I 2009 udgav Elsass Fonden en rustik kogebog med masser af viden og gode opskrifter med titlen Food for Brains, skabt af de to dygtige kokke Nikolaj Kirk og Mikkel Maarbjergh. Men efter mere end 10 år som populært køkkeninventar hos mange med CP var tiden moden til at opdatere og udvide bogens indhold.

Det er sket nu med udgivelsen af to nye koge- og vidensbøger med titlen Mad til Eftertanke. Bøgerne er skrevet til mennesker med cerebral parese, men er relevante for alle, der ønsker at leve 'hjerterigtigt'. Bogen findes i to udgaver: én målrettet børnefamilier og én til unge og voksne med diagnosen.

Bøgerne er udviklet i et tæt samarbejde mellem Elsass Fonden, Københavns Universitet og kokkene Pernille Skjødt og Charlotte Nowak.

Udgangspunktet er, at det du spiser og drikker har stor indflydelse på din hjerne og din krops funktioner. Derfor har danske forskere og praktikere i fællesskab opsamlet viden fra de sidste 10 år og skabt en ny kogebog, som er særligt målrettet mennesker med hjerneskade.

Hvilken betydning har kost og ernæring for et sundt og godt liv med en hjerneskade? Og hvordan 'striker' man helt konkret sin kost sammen mest hensigtsmæssigt? Det er nogle af mange spørgsmål, som to nye koge- og vidensbøger giver svar på.



De to kogebøger kan købes online hos Apotekernes A.M.B.A. eller downloades gratis på Elsass Fondens hjemmeside.

Viden til hverdagen

- For Elsass Fonden er kost og ernæring et ud af flere vigtige strategiske indsatsområder i missionen om at øge livskvaliteten for mennesker med CP, fortæller adm. direktør Peter Lindegaard.

- Fra forskning ved vi, hvor stor betydning den rigtige ernæring har for hjernens funktion og udvikling. Vi håber derfor, at bøgerne kan bidrage til at gøre hele situationen omkring madlavning og spisning nemmere, hyggeligere og sundere for både børnefamilier og voksne med CP.

Det er Elsass Fondens forskningschef,

Jens Bo Nielsen, som er faglig ansvarlig for bøgerne og han fortæller, at der er lagt mange kræfter i bøgernes tilblivelse. Således har flere forskellige fagprofessionelle bidraget til indholdet, heriblandt professorer, terapeuter og kokke med speciale i ernæring, hjernen og cerebral parese.

- Det har været vigtigt for os at levere et grundigt og gennearbejdet produkt, som både præsenterer ny væsentlig viden, men som samtidig er praktisk anvendelig og taler ind i en genkendelig hverdag, fremhæver Jens Bo Nielsen.

Her kan de købes eller downloades

Bøgerne forhandles hos Apotekernes A.M.B.A., som allerede samarbejder med Elsass Fonden om kosttilskuddet BrainDrops. De koster hver især 349 kr. i løssalg og forhandles kun online. Digitale versioner af begge bøger kan downloades gratis eller læses online på www.elsassfonden.dk

“Bøgerne er udviklet i et tæt samarbejde mellem Elsass Fonden, Københavns Universitet og kokkene Pernille Skjødt og Charlotte Nowak.

KREDSAKTIVITETER

CP DANMARK STORKØBENHAVN

Formand Mansoor Siddiqi

Mail: msi@parasport.dk



FULDT HUS TIL DISCOFEST

Der var fuldt hus til festen på Geelsgaardskolen den 17. september. Bandet Recepten var i topform og spillede, så deltagerne i den grad havde lyst til at synge med og danse. De ni frivillige leverede en formidabel indsats, så alt klappede og deltagerne kunne nyde festen. Stor tak for lån af skolens dejlige festsal og for en stor indsats fra de frivillige, som alle har lovet at komme igen næste gang vi kalder.

Birte Hagelund

CP DANMARK NORDSJÆLLAND

Konst. fm. Lars Søndergaard-Nielsen

Mail: ivs.nielsen@c.dk

CP DANMARK ROSKILDE

Formand Bente Lis Clausen

Mail: bentelis@tunenet.dk

EN DAG I FILMENS VERDEN

CP Roskilde var søndag den 11. september på tur til Nordisk Film i Valby. Arrangementet, der havde tilslutning af 24 personer, startede med en

lækker brunch på Café Emil, hvorefter selskabet gik over til Nordisk Film. Her fik vi en guidet rundvisning, der gav deltagerne et hyggeligt gensyn med kulisser og figurer fra bl.a. Huset på Christianshavn og Olsen Banden.

Bente Lis

CP DANMARK NORDVESTSJÆLLAND

Formand Solveig Krogh Christiansen

Mail: familien.christiansen@privat.dk

FRAMERUNNING

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

GUMMIFRÆSERNE

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. 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.

BLADUDGIVELSER I 2022

Blad	Afleveres til Postvæsenet
Nr. 5	Den 17. oktober
Nr. 6	Den 5. december

HYGGELIGE AKTIVITETER

Vi har haft flere gode aktiviteter i den seneste tid. Kredsens populære CPizza-arrangement blev denne gang afholdt på bostedet Kildehaven. Det var skønt med deltagelse af mange unge med CP - såvel beboere på Kildehaven og udefrakommende. Der var som sædvanlig brætspil, slik og pizzaer, masser af snak og hyggeligt samvær. I august fik kredsens medlemmer tilbud om en reduceret billetpris til den store Elsass Festival, hvis man tilmeldte sig via foreningen. Flere benyttede tilbuddet og havde en dejlig dag i det gode vejr med skøn underholdning og sjove aktiviteter. Nu glæder vi os til julefesten den 20. november i Vig.

Solveig



CP DANMARK STORSTRØM

Formand Erik Hansen
Mail: erikdh@gmail.com



NETVÆRKSGRUPPER PÅ MUSHOLM

Kredsen havde inviteret medlemmerne til en weekend med fokus på netværksgrupper. Der var oplæg af to foredragsholdere og der blev spurgt ind til mange forskellige problematikker. Det blev en dejlig weekend på et meget handicapvenligt sted med fantastisk udsigt til Storebælt fra lejlighederne, rigtig lækker mad og et udsøgt personale, hvor vi virkelig følte os velkomne. Som et lille ekstra plus var der live folkemusik fredag aften. Lørdag blev der tid til en dejlig gåtur, hvor vi nød medbragt te og kage i vejkanthen. Lørdag aften blev der hygget med bålaften, snobrød og masser af pandekager. Kredsen takker Musholm for et godt ophold.

De tre bestyrelsesmedlemmer

GLEM IKKE AT HUSKE...

Deadline til CP Magasinet
INDBLIK nr. 6/2022, der
udkommer primo december:
Almindeligt stof 1. november
– kredsaktiviteter senest
10. november – men meget
gerne før. Materiale modtages på
mail: fh@cpdanmark.dk

AKTIVITETSKALENDER

For at skabe overblik over alle kommende kredsarrangementer bringer vi en samlet oversigt. Alle har mulighed for at deltage på tværs af kredsgrænserne – hvis der er plads.

Red.

31. OKTOBER – OVERGANG FRA UNG TIL VOKSEN

CP Danmark Vestjylland får besøg af CP Danmarks socialrådgiver Mia Iben Touborg, der holder oplæg om overgangen fra ung til voksen. Der bliver rig lejlighed til at stille spørgsmål.

Tid: Mandag den 31. oktober kl. 16.30 til 19.30.

Sted: Scandic Regina, Fønnesbechsgade 20, Herning.

Pris: 150 kr. – beløbet indsættes på konto 7613 1012312 eller via MobilePay 21 29 48 44 med teksten: Ung til voksen.

Tilmelding: Inden 20. oktober til Bent Ole Nielsen, e-mail: bon@privat eller sms 21 29 48 44.

Program: 16.30: Præsentation af Mia og deltagerne. 16.45: Oplæg om lovgivningen på børne- og voksenområdet. 17.45: Sandwich. 18.30: Mia besvarer spørgsmål og giver råd og vejledning. 19.30: Afslutning.

6. NOVEMBER – BOWLING OG BRUNCH

CP Danmark Fyn inviterer til et hyggeligt bowlingarrangement i Odense.

Tid: Søndag den 6. november kl. 10.30.

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

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

Tilmelding: Senest 28. oktober til Linda: cirkusjensen@gmail.com eller telefon 29 82 11 25. Ved tilmelding oplys venligst: Navne på deltagere • Alder på børn • Kørestol • Spiller med bander, rampe, andre hjælpemidler • Bowler IKKE.



6. NOVEMBER – BOWLING I RANDERS

CP Danmark Nordøstjylland inviterer medlemmer med pårørende til bowling og efterfølgende spisning. Det er gratis at deltage, blot skal man selv betale for drikkevarer. Der er bowlingramper til brug for kørestolsbrugere.

Tid: Søndag den 6. november kl. 16.30.

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

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

Tilmelding: Senest 25. oktober 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: Skriftlig indbydelse udsendes til alle kredsmedlemmer.

12. NOVEMBER – JULEBANKO

CP Danmark Sydøstjylland afholder det årlige julebanko, hvor der spilles om ænder, flæskestege, kyllinger og rødvin m.v. desuden er der amerikansk lotteri og et specielt børne/handicapspil. I løbet af eftermiddagen serveres kaffe med boller og lagkage.

Tid: Lørdag den 12. november kl. 14.

Sted: Seniorhuset I P Schmidt, Vendersgade 4, 7000 Fredericia.

Pris: Kaffen er gratis.

Tilmelding: Senest 31. oktober til Kurt Hansen mail: engtoften10@mail.dk – eller telefon 22 15 21 50 eller til Jens Peter Roed telefon 25 11 12 58.

Info: Medlemmer fra andre kredse er velkomne, hvis der er plads.

CP DANMARK BORNHOLM

Formand Karen Nisbeth
Mail: karen@nisbeth.dk

NEUROPSYKOLOG LOUISE BØTTCHER TIL BORNHOLM

Kredsen har inviteret neuropsykolog Louise Bøttcher til Bornholm, hvor hun holder oplæg om de svære overgange hos børn, unge og voksne med CP. Det sker den 16. november kl. 19. Louise Bøttcher er en af vore førende neuropsykologer, når det gælder CP og kognitive vanskeligheder, og

meget efterspurgt. Vi er utroligt glade for at få hende til Bornholm. Denne aften er et enestående tilbud til alle, der selv slås med disse udfordringer eller som blot har almen interesse i emnet. Alle er velkomne. Læs mere i aktivitetskalenderen.

*Bestyrelsen
v/ Karen Nisbeth*

CP DANMARK FYN

Formand Mads Witt Demant
Mail: cpdkfyn@gmail.com

CP DANMARK SØNDERJYLLAND

Formand Tobias Jørgensen
Mail: 2bias1997@gmail.com

CP DANMARK SYDVESTJYLLAND

Formand Connie Kristensen
Mail: kristensenconnie@live.dk

JULEFROKOST I ESBJERG

Et af årets højdepunkter i kredsen er afholdelsen af årets julefrokost med alt hvad hjertet kan begære af god mad og underholdning. Det er lørdag den 3. december kl. 13. Læs mere i aktivitetskalenderen.

FRAME RUNNING I ESBJERG

Hør mere om mulighederne hos tovholder Eva Thornval Nielsen, der kan kontaktes på mail: eva.thornval.nielsen@gmail.com eller telefon 21 16 05 19.

CP DANMARK SYDØSTJYLLAND

Formand Jens Peder Roed
Mail: jproed@stofanet.dk

DEJLIGT AT SE JER ALLE SAMMEN

Hvor var det dejligt at se jer alle til sommerfesten, og skønt at se alle børn i leg og hopla. Efter god mad og snak blev vi underholdt af ballonmanden på ethjulet cykel og masser af andet gøgl. Herligt at både børn og voksne fik et godt grin og en sjov oplevelse. Næste gang vi ses er til bowling 6. november, hvor vi skal tage kegler og nyde god mad i hinandens selskab. Vi slutter af med at ønske hinanden god jul og godt nytår. Sæt også allerede nu kryds i kalenderen mandag den 6. februar 2023 – hvor vi holder generalforsamling i kreds 11 Fyn. Mere info i aktivitetskalenderen og i næste nummer af CP INDBLIK. Husk at følge med på vores facebookside #cerebralparese/cp danmark fyn hvor vi er først med det nyeste til jer!

Bestyrelsen



*Svømmeren Camilla Bitz Witt
holdt foredrag for kredsen.*

BADELAND OG FÆLLESSPISNING

I juni afholdt vi et velbesøgt arrangement i Fredericia Idrætscenter. Vi startede i svømmehallen, hvor vi kunne bruge badelandet og varmtvandsbassinet i to timer. Derefter spiste vi i cafeteriet, og havde besøg af et vore dygtige medlemmer, Camilla Bitz Witt, der er med i landsholdstruppen i parasvømning, og i 2021 vandt DM i 100 m fri. Hun fortalte om sit liv med CP, og om hvordan parasvømningen havde givet hende større livskvalitet og mere selvtillid omkring sit handicap. Det var et meget inspirerende foredrag. Tak til Camilla. Husk vi holder julebanko den 12. november. Se mere i aktivitetskalenderen.

Kurt

CP DANMARK VESTJYLLAND

Formand Bent Ole Nielsen

Mail: bon@privat.dk

OPLÆG OG HYGGE

Kredsen tilbyder i den kommende tid to gode aktiviteter. Den 31. oktober får vi besøg af CP Danmarks socialrådgiver Mia Ibæk Touborg, der holder oplæg om den svære overgang fra ung til voksen og besvarer spørgsmål. Og den 27. november inviterer vi til julebrunch og bowling i Bowl'n Fun i Holstebro. Ud over julehygge med en stor brunchbuffet og en times bowling, er det målet at vi får nogle sjove timer sammen og lærer hinanden bedre at kende. Flere praktiske oplysninger og tilmelding i aktivitetskalenderen.

CP DANMARK MIDTJYLLAND

Formand Jørgen Knudsen

Mail: jk@asgaard-online.dk

ÅRETS JULEFROKOST MED HEINO HANSEN

Vi glæder os helt vildt til at byde jer velkommen til en julefrokost igen. Og hvilken en. Vi har i kredsen formået at booke et begrænset antal pladser til julefrokost med underholdning af Heino Hansen i Tinghallen i Viborg lørdag den 10. december. Og det bliver



16. NOVEMBER – MØD LOUISE BØTTCHER PÅ BORNHOLM

CP Danmark Bornholm har inviteret neuropsykolog Louise Bøttcher til at holde oplæg om de svære overgange hos børn, unge og voksne med CP. Vi skal alle gennem en række overgange fra én livsfase til en anden i løbet af vores liv, noget som kan give ekstra vanskeligheder når man har CP og kognitive udfordringer.

Tid: Onsdag den 16. november kl. 19.

Sted: Aakirkebyhallerne, Grønningen 8, 3720 Aakirkeby.

Pris: 50 kr. pr. person inklusiv kaffe/te og kage.

Tilmelding: Senest 9/11 til Karen Nisbeth, mail: karen@nisbeth.dk eller telefon 30 28 13 85.

Info: Alle er velkomne.

20. NOVEMBER – JULEFEST I VIG

CP Danmark Nordvestsjælland inviterer til juletræsfest med julemad, lotteri, dans om juletræ og masser af godt selskab.

Tid: Søndag den 20. november kl. 12-17.

Sted: Vig Forsamlingshus, Ravnsbjergvej 1, 4560 Vig.

Pris: 120 kr. for voksne, 80 kr. for hjælpere, 80 kr. for børn under 12 år inklusiv slikpose, 30 kr. for slikpose, kan tilkøbes og skal bestilles ved tilmelding.

Tilmelding: Senest 10/11 til Annette på mail: Annetteogwalthers@gmail.com eller Mai-Britt på mail: Mai-britte47@live.dk

Info: Ved tilmelding oplyses det fulde navn, antal slikposer, hjælpere og navn på hjælpere hvis muligt. Tilmelding er først gældende ved registreret betaling til bankkonto Nordea Holbæk 1726 - 5115 613 512.

20. NOVEMBER - JULETRÆSFEST I NORDJYLLAND

CP Danmark Nordjylland inviterer til den årlige juletræsfest med godteposer, julebuffet og dans om juletræet. Som altid tilbydes der lækker mad, hyggeligt selskab og gode præmier til amerikansk lotteri. Tag familien med, vi garanterer at alle kommer i julehumør.

Tid: Søndag den 20. november kl. 11.30-16.00.

Sted: Vejgaard Hallen, Vejgaard Torv 3, 9000 Aalborg.

Pris: 100 kr. for børn og 150 kr. for voksne.

Tilmelding: Senest 6/11 til Helle Bak på telefon 28 22 32 59 eller mail: hellejensen1811@gmail.com

Info: Hvis invitationen ikke allerede ligger i din postkasse vil det ske inden længe – men skynd dig at tilmelde dig årets hyggeligste arrangement.



27. NOVEMBER

- JULE BRUNCH & BOWLING

CP Danmark Vestjylland inviterer til jule brunch og bowling i Holstebro. Vi byder på jule brunchbuffet, salatbar, juice, mælk, kaffe, te, kakao, ta' selv softice og en times bowling. Målet er at få nogle sjove timer sammen, lære hinanden at kende og finde ud af, hvordan kan vi bruge hinanden.

Tid: Søndag, den 27. november kl. 10.30 til 14.00.

Sted: Bowl'n Fun, Dominovej 26, 7500 Holstebro.

Pris: 125 kr. som indsættes på 7613 - 1012312 eller MobilePay 2129 4844 med teksten: Brunch & Bowling.

Tilmelding: Inden den 13/11 - men gerne før - til Bent Ole Nielsen på mail: bon@privat.dk, sms 2129 4844 eller på telefon 97 14 24 83 eller 21 29 48 44 (efter kl. 16).



sjovt. Efterfølgende spiller Le Freak op til dans. Se nærmere informationer i aktivitskalenderen.

Bestyrelsen

CP DANMARK ØSTJYLLAND

Formand Caspar Vestergaard

Mail: casparvestergaard@gmail.com

ÅRET LAKKER MOD ENDEN

Et skønt år begynder at takke af og vi er rigtig glade for at åbningen igen har gjort det muligt at afholde gode arrangementer i løbet af året. Flyvetur fra Århus Lufthavn med de skønneste piloter, kano og bueskydning, hyggeligt samvær på Slette Strand og i skrivende stund står vi lige over for et



Få overblik på hjemmesiden

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

**www.cpdanmark.dk/
aktiviteter**

foredrag med Peter Lund Madsen. Og I november slutter året med vores traditionsrige adventsfest. Vi håber I alle har nydt at kunne mødes på tværs af kredse og landsdele og vi ser frem til at endnu et godt år i bestyrelsen med nye tiltag.

Bestyrelsen

CP DANMARK NORDØSTJYLLAND

Formand Asger Laustsen

Mail: il.as.laustsen@outlook.com

CAMP VED RANDERS NATURCENTER

I dagene 2.-3. september havde kredsforeningen i samarbejde med

FLOT SEJLTUR PÅ SILKEBORG SØERNE

28. august havde kredsforeningen arrangeret sejltur på Silkeborg Søerne med det handicaptilgængelige skib Mågen. Vi startede i silende regn, men efterhånden som vi nærmede os Silkeborg klarede det op. Vi kom i land igen kl. 16 og 10 minutter efter regnede det igen. Så vi var heldige med vejret, og deltagerne nød en pragtfuld sejltur i den smukke natur. På sejlturen til Himmelbjerget spiste vi en let frokost med øl og vand, og efter et længere stop, hvor deltagerne havde mulighed for at bestige 'bjerget', gik turen tilbage mod Silkeborg med kaffe/te og kage. En udfordring var liften ombord, men det blev klaret da en ekspert blev rekvireret og kom ombord i en mindre havn, hvor han løste problemet. Bestyrelsen har kun fået positive reaktioner om turen, hvor 52 deltog.



*Anna Hvam i kørestol og
bagved Brian Laustsen.*



*Cecilia Thomsen og mor
Birgitte Thomsen.*



DH Randers og Randers Naturcenter arrangeret en camp i de natursmukke omgivelser ved Randers Fjord. Her havde alle deltagerne mulighed for en sejltur i handicapvenlige både, hvor de mærkede skumsprøjt og vind i håret. Det var også muligt at fornøje sig med kanoture, klatreture, bueskydning, gåture, bålmad og overnatning i shelters, hvilket kan være grænseoverskridende for mange. Det blev nogle rigtig gode dage så campen vil blive forsøgt afholdt igen til næste år.

HUSK AT SÆTTE X

Bowling den 6. november og julefest den 17. december. Læs mere om arrangementerne i aktivitetskalenderen her på kredssiderne. Husk også at sætte X i kalenderen 9.-11. juni 2023, hvor vi igen har reserveret plads til en hyggelig weekend på Feriecenter Slettestrand.

Bestyrelsen

CP DANMARK NORDJYLLAND

Formand Julie Morell Jensen
Mail: juliemorell@hotmail.com

JULETRÆSFEST

Det bliver aldrig rigtig jul førend kredsen for CP Danmark Nordjylland har afholdt den årlige juletræsfest med godteposer, julebuffet og dans om juletræet. Som altid vil der være en masse lækker mad, hyggeligt selskab og gode præmier til amerikansk lotteri. Tag familien med - vi garanterer at alle bliver fyldt op på julehumør. Det sker den 20. november kl. 11.30. Læs mere i aktivitetskalenderen. Hvis invitationen til årets hyggeligste arrangement ikke allerede ligger i din postkasse vil det ske inden længe.

Bestyrelsen

SVØMNING I AALBORG

Kredsens medlemmer har mulighed for at røre sig i varmt vand - både børn og voksne. Vi svømmer torsdage kl. 15-19 i varmtvandsbassinet på Vester Mariendal Skole. Svømningen følger skoleårets kalender. Det er gratis for foreningens medlemmer. Skal du have hjælp til omklædning m.v. skal du selv medbringe hjælper. **Tilmelding og kontakt:** Julie Morell Jensen, mail: juliemorell@hotmail.com eller telefon 51 16 80 46.

27. NOVEMBER - STOR ADVENTSFEST I VIBY J

CP Danmark Østjylland inviterer til årets store adventsfest, hvor der serveres kaffe, te, hjemmebakket kage, gløgg og æbleskiver. Der vil være fælles hygge, julesange og ikke mindst amerikansk lotteri med mange gode præmier, og julemanden kommer kørende i sin kørestol med gave og godtepose til børn/unge under 18 år.

Tid: Søndag den 27. november, kl. 14. med forventet afslutning kl. 17.

Sted: Bøgeskovgård Aktivitetscenter, Bøgeskov Høvej 5, Viby J.

Pris: 80 kr. for voksne, inkl. lodder til amerikansk lotteri og 1 øl/vand, 50 kr. for børn under 18 år, inkl. 2 sodavand, gave og godtepose, hjælpere er gratis.

Tilmelding og betaling: Senest 14/11 pr. mail til kimwp@mail.dk - deltagerbetaling bedes overført til reg.nr. 4716 kontonummer 4788 163 584 inden den 20/11.

Info: Husk ved tilmelding at skive navn og alder på børn under 18 år.

3. DECEMBER - JULEFROKOST I ESBJERG

CP Danmark Sydvestjylland afholder julefrokost med alt hvad hjertet kan begære af god mad og underholdning.

Tid: Lørdag den 3. december kl. 13-17.

Sted: Guldager Forsamlingshus, Guldagervej 72, 6710 Esbjerg V.

Pris: Gratis for medlemmer + 1 ledsager.

Tilmelding: Senest 26/11 til Connie Kristensen, mail: kristensenconnie@live.dk - telefon 27 58 91 47.

Info: Drikkevarer er for egen regning.

10. DECEMBER - ÅRETS JULEFROKOST I VIBORG

CP Danmark Midtjylland har booket et begrænset antal pladser til julefrokost og underholdning af komikeren Heino Hansen, kåret som Årets komiker 2022. Efterfølgende spiller Le Freak op til dans.

Tid: Lørdag den 10. december kl. 17.15.

Sted: Tinghallen, Tingvej 5, 8800 Viborg.

Pris: For medlemmer 125 kr. ekskl. drikkevarer og for hjælper/ledsager 75 kr. (til maden).

Tilmelding og betaling: Senest 14. oktober til Lene på telefon 30 29 72 05 eller mail: Lene_svensdsen30@hotmail.com.

Info: Ledsagerkort skal medbringes.

17. DECEMBER - JULEFEST

CP Danmark Nordøstjylland afholder julefest for foreningens medlemmer med pårørende. Vi mødes kl. 15.30 til en kort gudstjeneste, derefter nydes kaffe, te eller vand med småkager i Krybten mens kirkens kor synger. Jesper Grønkær underholder med trylleshows og julemanden kommer på besøg og uddeler godteposer.

Tid: Lørdag, den 17. december kl. 15.30.

Sted: Sct. Clemens Kirke, Parkboulevarden, 8920 Randers NV.

Pris: Voksne 80 kr. - børn til og med 11 år 70 kr.

Tilmelding: Senest 7. december 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: Arrangementet afsluttes med smørrebrød, øl, vand og amerikansk lotteri. Skriftlig indbydelse udsendes til alle kredsmedlemmer.





ANLÆGSGARTNER
MØLLERLØKKEGAARD

MøllerLøkkegaard A/S
Huginvej 17 • 4100 Ringsted
Tlf. 71 99 71 08 • kontor@anlaeg-ml.dk
www.anlaeg-ml.dk

MøllerLøkkegaard er din seriøse samarbejdspartner inden for alle typer af anlægsarbejde – i hoved-, fag- og underentreprise. Uanset om du er landskabsarkitekt, ingeniør, offentlig eller privat virksomhed.



Svejsning • Reperationer • Opstilling og flytning af maskiner



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



TIP
RENGØRING

P O Pedersens Vej 41 • 7500 Holstebro • Tlf. 25 15 43 21 • tip-cleaning@outlook.dk
www.tiprengoring.dk



RÖCHLING
Meta-Plast

META-PLAST A/S
Tøjstrupvej 31, 8961 Allingåbro
Tlf. 8648 1711 - Fax. 8648 1710

JK Montage
v/Jesper Kombeck

Koppenbjergvej 11 • 5620 Glamsbjerg
Telefon 20 64 85 09

REMA 1000

Åkirkebyvej 49, 3700 Rønne



Jens Christian Viborg

HILLERØD SMØRREBRØD
www.hilleroedsmoerrebroed.dk



Frederiksværksgade 63 • 3400 Hillerød
Tlf.: 48 26 66 13
Email: kontakt@hilleroedsmoerrebroed.dk



CSK T: 96 17 70 00
www.csk.dk

CSK Stålintustri A/S
Sdr. Thorstedvej 1 | DK-7700 Thisted | csk@csk.dk



WILS & GÖTKE
TØMRERFIRMA ApS



Moderne tømrere
med fleksible løsninger

Marselis Boulevard 55, st. tv.
8000 Aarhus C
Casper: 53 84 92 48
Anders: 24 44 51 42
mail@wilsoggoetke.dk
www.wilsoggoetke.dk

Følg med i vores arbejde



LEJ NYT

Tlf.: 73 70 76 60 • lejnyt@lejnyt.dk • www.lejnyt.dk

REMA 1000

Godthåbsvej 225 • 2720 Vanløse
Tlf. 88 52 69 91



En af de lokale

Smedetorvet 9 • 8700 Horsens

Tlf.: 75 61 03 88

Åben Alle dage 8.00 til 21.00

Hjordkær EL

v. Palle Seehagen

Søparken 73, 6230 Rødekro

El-installatør, Energivejleder.

Tlf. 2963 9066

KEA Autoklave
PHØNIX



Middelfartvej 297 • DK-5200 Odense V

Tlf.: +45 66 16 95 60 • info@keaphonix.dk

www.keaphonix.dk



Chr. Johannsen
entreprenør

*Vi har bygget siden 1952
skal vi sammen skabe historie?*



Kometvej 26B

6230 Rødekro

Tlf.: 74 67 24 62

info@byggeriforpengene.dk

www.byggeriforpengene.dk

Murermester

Tom Boisen

Odense • Tlf. 31 35 81 16



POTTEN

POTTEN ØL- & VINSTUE

Torvestræde 2 • 7800 Skive

Tlf: 97 52 04 30 • www.potten.dk



HBN Bogføring

v/Henny B. Nicolaisen

Årøundvej 72

6100 Haderslev

Tlf. 74 53 04 25

Fax 74 53 31 79

Mobil 21 46 51 25

hennyhbn@gmail.com

VOGNUMAND



30 22 37 29

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

Jydsk Handi Service ApS

Rehabteknik

Salg af nye og brugte EL-SCOOTERE

Reparation af alle typer hjælpemidler



Jydsk Handi Service ApS • Ndr. Stavskærvej 70, Horne • 6800 Varde

Tlf. 75 26 02 07 • post@jydskhandiservice.dk • jydskhandiservice.dk



Naverland 26A

2600 Glostrup

Tlf.: 43 96 49 00

www.teknisk-agentur.dk

Vi er især eksperter indenfor
følgende hovedområder:

- Bioplast
- Masterbatch
- TPE

Vi leverer selvfølgelig alle plasttyper

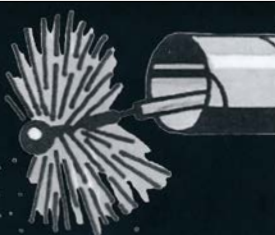
SKORSTENSFEJERMESTER

IVER HAAR

Vemmedrupvej 66 A

4632 Bjæverskov

Tlf. 21 76 41 44



Kloakmester og entreprenør
K.E.S. Køng ApS
Kloakrotte.dk



Vi udbedre forsikringsskader,
løser kloakrotte problemer,
skaber tørre kældre,
ombygninger, og meget
meget andet.

Lundby Hovedgade 136

4750 Lundby

Tlf. 23 71 73 57

www.kloakrotte.dk

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



Din lokale installatør

- El-Service
- Storkøkken
- Køl
- Industriervice
- Brandsikring
- Tyverisikring
- Varmepumper

72 66 80 50



KØKKEN - BAD - RUM

AUBO

Tagtækkervej 7 - 5230 Odense M
Tel: 66 15 66 86 - info@aubo-odense.dk



KROGH & THOMSEN I/S
Revision og Rådgivning

Vi udvikler os sammen

- Virksomhedsskat
- Generationskifte
- Omstrukturering

Ulvehavevej 36
7100 Vejle
Tlf. 7585 7533

www.krogh-thomsen.dk
Registrerede revisorer FSR

Vejle | Grindsted | Kolding | Sønderborg

Svært ved at betjene pc, tablet eller mobil?

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

Vi finder en løsning på
Kommunikationscentret
Region Hovedstaden

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



Kommunikationscentret

Genvind din funktion og få din frihed tilbage



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

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

Bandagist Jan Nielsen - En verden fuld af muligheder

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



**BANDAGIST
JAN NIELSEN A/S**
ORTOPÆDTEKNIK

Bandagist Jan Nielsen A/S • 33 11 85 57 • klinik@bjn.dk • www.bjn.dk