

Hovedcirklen



Hjerneskadeforeningen

årgang 22 · nummer 4 · december 2011

Hjerneskadeforeningens lokale afdelinger



REGION HOVEDSTADEN

EGEDAL

Formand: Sanny Freund
☎ 4818 4031 - Mobil: 4029 2731
e-mail: ksfreund@privat.dk



FREDERIKSSUND

Formand: Terkel Maack,
☎ 6081 7768
e-mail: t.maack@mail.dk



FURESØ

Formand: Helle Bomgaard,
☎ 2177 5755
e-mail: helle@bomgaard.com



HALSNÆS

Formand: John Mortensen,
☎ 4774 5157
e-mail: vito.obo@mail.dk



HELSINGØR

Formand: Marie Klintorp,
☎ 4970 3130
e-mail: marie.klintorp@hjsf.dk



NORDSJÆLLAND

Formand: Lisbeth Holmgaard,
☎ 2044 6578 efter kl. 19.00
e-mail: sydkajen@mail.dk



STORKØBENHAVN

Formand: Lene Juul,
☎ 7755 4573 - Mobil 2229 2201
e-mail: lenējuulj3@gmail.com



REGION NORDJYLLAND

HIMMERLAND

Formand: Tove Swartz
☎ 30 52 48 03
e-mail: toveswartz@mail.dk



NORDJYLLAND

Formand: John Andersen
☎ 2121 3818
e-mail: john@cityhouse.dk



THISTED-MORS

Formand: Anne Marie Lodahl,
☎ 9792 6013 - Mobil: 2814 7641
e-mail: frede-lodahl@mail.dk



REGION MIDTJYLLAND

HEDENSTED-HORSENS

Formand: Berit Nybroe,
☎ 7567 3646 - Mobil: 4056 9319
e-mail: bnybroe@mail.dk



MIDT/VESTJYLLAND

Formand: Elmer S. Gade,
☎ 9712 5461
e-mail: elmer@gade.mail.dk



RANDERS

Formand: Ole Støvring
☎ 2117 7330
e-mail: olestoerving@live.dk



SILKEBORG

Formand: Anne Grethe Nyborg,
☎ 2984 6114
e-mail: agpedersen@privat.dk



SKIVE

Formand: Tracy Fleur Pedersen,
☎ 2106 5859
e-mail: hjsf.skive@mail.dk



VIBORG

Formand: Niels Jacob Vestergaard,
☎ 4018 3135
e-mail: njv@vestergaard.mail.dk



ÅRHUS/ØSTJYLLAND

Formand: Jette Sloth,
☎ 8949 1717
e-mail: js@hjerneskadeforeningen.dk



REGION SYDDANMARK

FYN

Formand: Ingemann Jensen
☎ 6473 1167
e-mail: inje@post3.tele.dk



SYDFYN

Formand: Lonnie Braagaard,
☎ 2020 4080
e-mail: lonniemalmberg@hobby-art.dk



HADERSLEV

Formand: Alite Karoline Petersen,
☎ 7453 3743
e-mail: alite@webspeed.dk



SYDVESTJYLLAND

Formand: Alex Jensen
☎ 4011 3077
e-mail: alex@youseepost.dk



SØNDERBORG

Formand: Pia J. Ketelsen
☎ 2047 4349
e-mail: f29560@danfoss.com



VEJLE, FREDERICIA OG KOLDING

Formand: Carsten Lykke-Kjeldsen,
☎ 7593 0839
e-mail: CL@munkensdam.dk



AABENRAA / TØNDER

Formand: Erling Kaspersen,
☎ 7468 7334
e-mail: eogkkaspersen@mail.dk



REGION SJÆLLAND

KØGE BUGT

Formand: Willy Andersen,
☎ 5614 0744
e-mail: kiwiand@get2net.dk



SYDSJÆLLAND, MØN OG LOLLAND-FALSTER

Formand: Arne Høegh,
☎ 5486 4300
e-mail: agh@dlgpost.dk



VESTSJÆLLAND

Formand: Lise Kiving,
☎ 2299 3972
e-mail: lise-n@live.dk



Protector for
Hjerneskadeforeningen
Hendes Kongelige Højhed
Kronprinsesse Mary

Hjerneskadeforeningens hovedkontor:

Brøndby Møllevvej 8
2605 Brøndby
Tlf. 4343 2433
Fax 4342 2430



Marianne
Schirmacher



Kirsten
Arntoft

Girobank reg.nr. 3348 kontonr. 195-0096
info@hjerneskadeforeningen.dk
www.hjerneskadeforeningen.dk

RÅDGIVNING:

Socialrådgiver Helen Maria Lustrup
Tlf. 6038 4119
helen@hjerneskadeforeningen.dk
Tirsdag - (telefonrådgivning) kl. 17-19
Fredag - (telefonrådgivning) kl. 10-13



RÅDGIVNING:

Socialrådgiver Eva Hollænder
Tlf. 6038 4119
eva@hjerneskadeforeningen.dk
Tirsdag - (telefonrådgivning) kl. 17-19
Fredag - (telefonrådgivning) kl. 10-13



RÅDGIVNING:

Neuropsykolog Henning Olsen
Tlf. 6038 4119
info@hjerneskadeforeningen.dk
Tirsdag - (telefonrådgivning) kl. 17-19
Fredag - (telefonrådgivning) kl. 10-13



HJERNESKADEFØRENINGENS:

TELEFONRÅDGIVNING:

Når der rettes henvendelse til rådgivningen vil vi registrere henvendelsesårsager, samt hvilken lokalitet i landet man ringer fra. Registreringen skal tjene til at pege på generelle behov og mangler for skadede og pårørende. Al brug af registrering vil naturligvis ske i anonymiseret form.

De hyppigste årsager til hjernesker er:

Kranietraume (slag mod hovedet som følge af ulykker eller vold). Trafikulykkerne står for 75% af tilfældene.

Apopleksi (slagtilfælde som følge af blodprop eller blødning i hjernen).

Andre udlosende årsager kan være infektionssygdomme som hjernebetændelse, tumorer, iltmangel ved hjertestop, samt organiske opløsningsmidler.



Hjerneskadeforeningens lok. afdeling Vestsjælland gennemførte i oktober i Slagelse et meget vellykket offentligt debatmøde om genoptræning og kommunernes økonomi. Sanne Salomonsen, som er Hjerneskadeforeningens ambassadør, deltog i arrangementet – her fotograferet sammen med Lise Kiving, lok. afdelings formand og initiativtager til og ansvarlig for arrangementets gennemførelse.

DIREKTØR:

Svend-Erik Andreasen
Tlf. 2232 1644
sea@hjerneskadeforeningen.dk

**HOVEDBESTYRELSEN:**

Formand: Niels-Anton Svendsen
Tlf. 2637 3777
Niels-anton@niels-anton.dk

**NÆSTFORMAND:**

Elmer S. Gade
Tlf. 9712 5461
elmer@gade.mail.dk



John Andersen
Tlf. 2121 3818
john@cityhouse.dk



Mogens Bomgaard
Tlf. 4448 4065
mogens@bomgaard.com



Lisbeth Holmgaard
Tlf. 2044 6578
sydkajen@mail.dk



Tracy Fleur Pedersen
Tlf. 2106 5859 efter kl. 15
HJSF.Skive@mail.dk



Alite Karoline Petersen
Tlf. 7453 3743
alite@webspeed.dk



indhold

Leder	5
Vejledning om kommunal rehabilitering	6
Specialiseret hjerneskaderehabilitering under pres	7
Opmærksomhedspunkter til videreudvikling af hjerneskaderehabilitering i det nære sundhedsvæsen	8
Skal hjerneskedede motionere?	10
Brainstorm 2012	13
Der er muligheder	14
Hvad i alverden er meningen?	15
Tur til Harzen	16
Med familien down under	17
Vil du være med til at belyse de sociale virkninger ved hjerneskaade?	19
Hovedtropperne - Slettestrand 2011	21
Debat med hjernen i centrum	22
Sanne Salomonsen indvier center for træning af hjerneskedede børn	25
Lokalafdelinger	27



8



10



22

ANNONCETEGNING:

Dansk Blad Service ApS
Vestergade 11 A
Postboks 16
5540 Ullerslev
Tlf. 7070 1225
info@danskbladservice.dk

Alle spørgsmål vedrørende annoncer bedes rettet hertil.



Hovedcirklen ansvarshavende: Bestyrelsens forretningsudvalg - ISSN 1396-7924 | **Redaktion:** Svend-Erik Andreasen | **Deadline 2012:** Nr. 1: 14. februar 2012 · Redaktion af dette blad sluttede den 07.12.2011 · Næste nummer udkommer marts 2012



Hjerneskadeforeningen ønsker alle vore medlemmer, samarbejdspartnere og annoncører en rigtig glædelig jul og et lykkebringende nytår

Abonnement: Abonnement og medlemskab koster kr. 250,- og tegnes ved henvendelse til Hjerneskadeforeningens kontor. Redaktionen modtager gerne artikler til bladet. Helst på CD eller e-mail. Send gerne billeder med. Artikler i bladet dækker ikke nødvendigvis Hjerneskadeforeningens synspunkt med undtagelse af lederen. Gengivelse af artikler fra bladet er tilladt med kildeangivelse. Hjerneskadeforeningen er en uafhængig brugerstyret interesseorganisation, der arbejder for hjerneskadaramte familier.

Brug hinanden – og BRUG OS!

Af Niels-Anton
Svendsen,
landsformand



Foto: Henning Kaag

Der er et helt utroligt fokus på hjerneska-
deområdet – et fokus, som vi skal vide at
bruge konstruktivt til at skabe bedre vil-
kår for rehabilitering efter en hjerneska-
de. Der sker en masse positive ting rundt
om i landet, men desværre får vi fortsat
for mange beretninger om, at forholdene
ude i virkeligheden ikke i et tilstrækkeligt
og rimeligt omfang dækker behovet.

Som tidligere omtalt i lederen er vi i en
rigtig god og konstruktiv dialog med
Kommunernes Landsforening (KL). KL
har således udsendt ”Opmærksomheds-
punkter” til samtlige landets kommuner.
Her har man med afsæt i forløbsprogram-
merne oplistet en række punkter, som
kommunerne skal være opmærksomme
på. I henvendelsen er der refereret tal
fra Sundhedsstyrelsens forløbsprogram-
mer. Det fremgår, at ca. 90% af voksne,
der rammes af en hjerneska-
de har behov for rehabilitering, mens det kun gælder
ca. 25% af børn og unge. Hjerneska-
deforeningen har gjort opmærksom på, at
disse tal ikke er rigtige.

KL peger i henvendelsen på, at ”få” har
behov for en højt specialiseret rehabili-
tering. Vi vil nu drøfte nærmere med KL,

hvad de mener med ”få”? – For det er må-
ske for ”få”!

Du kan finde KL’s Opmærksomheds-
punkter på Hjerneska-
deforeningens
hjemmeside.

Arbejdet med de såkaldte rammeaftaler
er nu lagt i hænderne på kommunerne og
varetages af de 5 Kommunale Kontakt
Råd (KKR). Socialministeren havde peget
på, at udsatte børn og unge skulle be-
handles i rammeaftalerne for 2012 og KL
har så tilføjet hjerneska-
deområdet. Det
ser vi som et positivt udtryk for en vilje
til arbejde for bedre vilkår i hele landet.
Vores dialog med KL afspejler også det
forhold, at vi har brug for hinanden, hvis
opgaven skal løses på en ordentlig og for-
nuftig måde.

Der er 3 centrale aktører, når vi taler hjer-
neskaderehabilitering: Myndighederne –
de professionelle – brugerne.

Myndighedernes stærke side er, at de sid-
der med beslutningskompetencen og res-
sourcerne. Deres svaghed er, at de som
udgangspunkt ikke ved så meget om hjer-
neska-
de og mulighederne for rehabilitering.
De professionelle stærke side er, at de
ved rigtig meget om deres speciale og har

arbejdserfaring indenfor dette speciale.
Deres svaghed er, at et speciale er ret
begrænset i forhold til den hjerneska-
ramte og dennes pårørendes nye samlede
livssituation.

Brugernes stærke side er, at vi ved noget
om hvad det vil sige at leve med en hjerne-
skade 24 timer i døgnet og 365 dage om
året. Vores svaghed er, at vi ikke umiddel-
bart har en faglig viden om hjerneska-
de. Nu kommer så pointen! – De 3 aktører
udgør tilsammen en gruppe uden svaghe-
der! - Kan de 3 aktører komme i dialog,
forsøge at finde en højere grad af fælles
forståelse for de udfordringer vi står over-
for, vil vi ganske sikkert kunne nå langt.
Det er det, som Hjerneska-
deforeningen
arbejder målrettet på.

Vi skal blive bedre til at bruge hinanden! –
Både myndigheder og professionelle skal
blive bedre til at inddrage os, til at se os
og vores arbejde ude lokalt som et væ-
sentlig bidrag i rehabiliteringsprocessen
– som én af hovedvejene tilbage til livet!

*Afslutningsvis ønskes alle en rigtig glædelig jul
og et lykkebringende og travlt nytår!*

Vejledning om kommunal rehabilitering

En præsentation af målgrupper for rehabilitering

Af Helen Lustrup

Som nævnt i sidste nummer af Hovedcirklen vil jeg forsætte med at præsentere de væsentligste punkter af vejledning om kommunal rehabilitering – her målgrupper for rehabilitering.

Anvendelse af målgrupper for rehabilitering

Det nævnes i vejledningen, at det ofte vil være fælles for borgere med en funktionsnevnedesættelse, at de kan tilhøre flere målgrupper for indsatser indenfor det enkelte forvaltnings- og fagområde og på tværs af områderne.

De har som oftest påbegyndt et rehabiliteringsforløb på sygehus, hos egen læge eller i en kommunal forvaltning.

Målgruppen for rehabiliteringsindsatser er borgere med nedsat funktionsevne, som har brug for

- en tidsbestemt sammenhængende og tværfaglig indsats for at opnå samme grad af funktionsevne som tidligere eller bedst mulig funktionsevne

Og det er borgere, der af forskellige årsager har brug for

- en kommunal rehabiliterende indsats hovedsageligt fra forskellige forvaltnings-/fagområder.

Der arbejdes med overordnede målgrupper, men det pointeres i vejledningen, at en konkret individuel vurdering af borgers samlede rehabiliteringsbehov altid bør udgøre det faglige grundlag for at

tage beslutninger og iværksætte indsatser. Når målgrupper for rehabilitering anvendes, er det ikke sygdomme og diagnoser, der er det afgørende. Det centrale for vurdering af behovet og indsatsen for rehabilitering er følgerne af sygdommen, og hermed hvordan det påvirker funktionsevnen og evnen til at mestre sygdommen.

Jeg gennemgår kort i det følgende de enkelte områder, hvor de overordnede målgrupper for rehabilitering anvendes, og herunder hvor de hjerneskadede borgere tilhører målgrupper for rehabilitering.

På sundhedsområdet er målgruppen for rehabilitering borgere, hvis funktionsevne er nedsat som følge af somatisk eller psykisk sygdom eller ulykker.

Herunder er de hjerneskadede borgere målgruppen for rehabilitering eks. når sygdomme og tilstande påvirker mange funktioner på en gang som de fysiske, mentale og kognitive funktioner. Når man får nedsat eller mister de kognitive funktioner påvirkes ofte det samlede funktionsniveau, og således den pågældendes muligheder for at udføre aktiviteter (eks. arbejds-, uddannelses- og fritidsaktiviteter) og i f.t. social deltagelse i samfundslivet.

På **socialområdet** arbejdes der med overordnede målgrupper som ”børn og unge”, ”socialt udsatte”, ”borgere med handicap” og ”ældre”. Herunder kan også være borgere som pga sygdom har behov for at få støtte efter servicelovens bestemmelser.

Mennesker med handicap er ligeledes en overordnet målgruppe på socialområdet med behov for rehabiliterende indsatser. Borgere med vidtrækkende fysiske og kognitive handicap f.eks. som følge af en hjerneskade tilhører også denne målgruppe.

Der er et overlap mellem de nævnte grupper, og de hjerneskadede borgere kan tilhøre flere af grupperne afhængigt af alder, livsbetingelser, sygdom, funktionsniveau, tilstødende problematikker mv.

På **beskæftigelsesområdet** er målgruppen for rehabilitering de mennesker, som har andre problemer end ledighed eller problemer i forhold til at kunne fastholde et arbejde. Målgruppens begrænsninger i arbejdssevnen skyldes mangeartede årsager som eks. sygdom, psykiske lidelser, og misbrug. Målgruppen rummer også de hjerneskadede borgere, som er langvarigt sygemeldte, og som er i stor risiko for at miste deres tilknytning til arbejdsmarkedet. Men der er også de sygemeldte med langvarigt og alvorlig sygdom, som gradvist kan vende tilbage til arbejdsmarkedet, hvor egne ressourcer, støtte i den sygemeldtes netværk, arbejdspladsens indstilling og tilrettelæggelse af arbejdet har afgørende betydning for rehabiliteringsforløbet.

På **undervisningsområdet** er det specialundervisningsområdet, hvor målgruppen for rehabilitering er børn og voksne med en funktionsnevnedesættelse, hvor funktionsnevnedesættelsen kan afhjælpes eller begræn-

ses gennem undervisning eller anden specialpædagogisk bistand. På specialundervisningsområdet er der ikke specielle målgrupper, men tilbuddet gives ofte til borgere med synsnedsettelse/ tale-, stemme- og sprogvanskeligheder/ hørenedssettelse/erhvervet hjerneskade og borgere med psykiatriske, psykiske og sociale vanskeligheder. Tilbuddet er målrettet borgere, hvor følgerne af funktionsnedsettelsen begrænser dem i at klare de daglige gøremål i privat- og samfundslivet.

Vurdering af behov for rehabilitering

I vejledningen bemærkes det, at for at

kunne iværksætte en målrettet og systematisk indsats er det vigtigt løbende at foretage en individuel vurdering af borgernes funktionsevne, opstille delmål, følge op på indsatserne og evaluere resultaterne samt tilpasse den fremtidige indsats efterfølgende.

Og da behovene for borgere med samme funktionsnedsettelse kan være forskellige understreges det, at det afgørende, at rehabiliteringstilbud gives

- med inddragelse af borgeren og
- der altid foretages en individuel vurdering af funktionsniveau og, helhedssituation og dermed borgerens samlede rehabiliteringsbehov.

Afsluttende bemærkninger

Det er godt, at vejledningen pointerer, at rehabiliteringstilbud bør gives ud fra en konkret individuel vurdering af borgerens samlede rehabiliteringsbehov. Men der vil med overlappning og opsplitning af målgrupper under flere lovområder være en øget risiko for koordineringsproblemer.

En forenkling af målgrupper og regelsæt vil således gavne de hjerneskadede borgere, der har behov for rehabiliteringsindsatser. Hermed undgås også at borgerne begrænses i at få adgang til ydelser og tilbud fra andre kommunale forvaltninger, når de har henvendt sig og fået adgang til ét forvaltningsområde.

Specialiseret hjerneskaderehabilitering under pres

- Hjerneskadeforeningen er dybt bekymret

Af Eva Hollænder

De centrale udmeldinger

Sundhedsstyrelsen har i 2011 udgivet såvel rapporten Hjerneskaderehabilitering - en medicinsk teknologivurdering (MTV) og Forløbsprogrammer for rehabilitering af mennesker med erhvervet hjerneskade.

Ifølge MTV'en er det veldokumenteret, at tværfagligt/multidisciplinært samarbejde har effekt på et rehabiliteringsforløb. Det beskrives videre, at det er karakteristisk for den virkningsfulde tværfaglige indsats, at den ydes i miljøer med en klart afgrænset målgruppe eller problemstilling.

Forløbsprogrammerne bygger videre på MTV'ens viden og peger på behovet for at opretholde og videreudvikle tre niveauer i hjerneskaderehabilitering efter udskrivelse, nemlig et basalt niveau, som varetages af kommunen, et avanceret niveau, som varetages af kommunen i samarbejde med eksterne fagpersoner med særlig kompetence inden for et givent specifikt område og et specialiseret niveau, som varetages af de specialiserede hjerneskadetilbud som

samlede, helhedsorienterede og intensive forløb. Forløbsprogrammerne præciserer dermed, at kommunerne hverken kan eller skal løse alle rehabiliteringsopgaver selv. De skal også anvende specialiserede hjerneskadetilbud.

Den aktuelle situation

Alligevel er de specialiserede tilbud under meget stærkt pres. Det har desværre ført til lukning af tilbud eller nednormering af personalestab. Stort set alle specialtilbud har måttet forholde sig til at skulle håndtere færre kommunale henvisninger ved at reducere eller ved at lukke.

I det sidste år er således lukket 8 særlige tilbud til hjerneskaderehabilitering. Det svarer til knapt halvdelen af de tilbud, som fandtes i 2010. Disse tilbud har været til stor gavn i hjerneskaderehabiliteringen og har fuldt ud levet op til Sundhedsstyrelsens anbefalinger om specialiseret tværfaglighed.

Hjerneskadeforeningen følger med meget stor bekymring udviklingen på området.

Når et helhedsorienteret, tværfagligt specialtilbud lukker, spredes den faglige ekspertise. Den styrke og virkning, der ligger i, at en tværfagligt sammensat personalegruppe løbende fastholder og opdaterer deres specialviden, er svær at fastholde, når en godt samarbejdet personalestab spredes for alle vinde.

Vejen frem

Indenrigs- og Sundhedsministeriet under den tidligere regering har udmeldt puljemidler på 150 millioner kroner til kommunerne. Der er 95 kommuner, som har ansøgt - dvs. stor kommunal interesse. Det er en forudsætning for at få tildelt puljemidler, at kommunen inddrager et/flere specialiserede hjerneskadetilbud i deres projekt, hvilket viser, at de centrale myndigheder fortsat er opmærksomme på behovet for særligt specialiserede hjerneskadetilbud. Hjerneskadeforeningen er dybt bekymret og stærkt tvivlende om dette er tilstrækkeligt til at sikre opretholdelse af specialistviden.



Opmærksomhedspunkter til videreudvikling af hjerneskaderehabilitering i det nære sundhedsvæsen

- Nye veje til bedre sammenhæng og kvalitet for borgeren

Af Aase Engberg
Konsulent, dr. med., speciallæge
i neurologi
Formand for Hjerneskade-
foreningens ekspertpanel

Fra Kommunernes Landsforeninger (KL) er ovennævnte opmærksomhedspapir fornylig udsendt til samtlige danske kommuner.

Baggrunden er de forløbsprogrammer for rehabilitering af hhv. voksne og børn, som Sundhedsstyrelsen publicerede i juni 2011.

Opmærksomhedspapiret må hilses velkomment, eftersom kommunerne med kommunalreformen fra 2007 fik en opgave, de ikke uden videre kunne forventes at være klædt på til at løse.

Og hvordan bliver de så vejledt med det nye papir?

Der indledes med en beskrivelse af Sundhedsstyrelsens bud på problemets tal-mæssige omfang, som mildt sagt er be-hæftet med stor usikkerhed, som det også anføres. Det fremgår det så som citet fra Sundhedsstyrelsens forløbsprogram, at der er 20.000 indlæggelser af voksne og 1500 af børn. Heraf skulle 18.000, eller 90% af de voksne have behov for rehabi-litering efter udskrivelse, hvorimod kun 125-375 børn, eller 8 - 25% skulle have et sådant behov.

Hvorfor 90% af de voksne skulle have behov for rehabilitering uanset om de-res mulige hjerneskade er udredt eller ej,

og hvorfor der er så stor forskel på pro-centerne for voksne og børn med behov for rehabilitering, er der ingen forklaring på, ej heller i Sundhedsstyrelsens forløbs-programmer. Men det urealistisk store totaltal af voksne skjuler det strukturelle problem, der er opstået med decentrali-seringen. Man får det fejlagtige indtryk, at næsten alle kommuner får et tilstræk-ke ligt patientgrundlag til at opbygge eks-pertise.

Citat: *"Ikke alle borgere har en genoptræ-ningsplan med sig, og ofte er genoptrænings-planen ikke dækkende nok. Der mangler oplysninger fra speciallæge, neurolog, neuro-*

psykolog, logopæd, specialundersøgelser m.v. Som det er i dag, tager genoptræningsplanen primært stilling til fysisk indsats (genoptræning). Genoptræningsplanen kan derfor ikke alene anvendes som rehabiliteringsplan. For at sikre overgangen fra hospital til kommune, herunder kommunens mulighed for at udarbejde realistiske og målbatte rehabiliteringsplaner, er der brug for et udførligt udskrivningsnotat fra den enkelte afdeling. I forbindelse med kommunens rådgivning fra hospitalet er det særligt den neuropsykologiske vurdering, der er brug for.”

Så sandt, som det er skrevet! Desværre har kommunerne ret til at fortolke genoptræningsplanen som de vil, d.v.s.de har metodefrihed uanset deres niveau af ekspertise. Og man har ikke gengivet oplysningen fra forløbsprogrammet side 20: ”Der er evidens for, at der skal mindst 45 minutters daglig træning til inden for hvert focusområde for at opnå forbedring.”

Citat: ”At kommunen er opmærksom på, om der ved udskrivning foreligger en kognitiv vurdering”

Igen: I teorien så sandt som det er skrevet! Men hvad skal kommunen bruge den til, hvis kognitiv rehabilitering – som adskillige kommuner har meldt ud - ikke er en del af den pågældende kommunes serviceniveau? Dette til trods for, at dansk forskning har vist, at de kognitive og andre mentale problemer på længere sigt er af større betydning for de fleste skadede end evt. fysiske følger.

Citat: ”Mange kommuner har allerede etableret en hjerneskadekoordinatorfunktion”

Et initiativ, der må hilses velkomment, specielt på grund af kommunernes opdeling i flere forvaltninger, som den hjerneskadede ellers skulle opsøge hver for sig. Følgende passus fra side 48 i forløbsprogram for voksne savnes i opmærksomhedspapiret:

”I forbindelse med udskrivning fra sygehus af personer med et genoptræningsbehov, skal både sygehuset og kommunen udpege en kontaktperson, som har ansvaret for koordinationen af genoptræningsforløbet.”

Det fremgår heller ikke, som ellers anført i forløbsprogrammet for voksne s. 43, at koordinatorfunktionen skal ”sikre visitation og bevilling til alle indsatser”.

Citat: ”At kommunen sikrer, at der er en bred faglig viden om hjerneskade til stede hos relevante aktører i kommunen”

Da det er et stort arbejde blandt professionelle inden for hjerneskadeområdet at opnå og opretholde en adækvat neurofaglig viden, er det en gåde, hvordan sådan viden skal kunne opnås og opretholdes blandt enhver kommunes personale – uanset om der er 2000 eller 500.000 indbyggere og uden specifikke krav om, hvad det vil sige at have ”en bred faglig viden” .

Citat: ”Ved et fåtal af borgere med erhvervet hjerneskade vil kommunerne gøre brug af et eksternt, intensivt og specialiseret tilbud. Her er indsatsen organiseret i et tæt koordineret teambaseret, interdisciplinært samarbejde, den er gruppebaseret og helhedsorienteret og individuelt målrettet den enkelte borgers behov (rehabilitering på specialiseret niveau). Et meget lille antal hjerneskadede med problemskabende adfærd vil ligeledes have behov for rehabilitering i dertil specialiserede tilbud. Desuden kræver de meget få børn og unge med erhvervet hjerneskade særlig opmærksomhed i kommunen og de har ofte brug for særlige tilbud.

Hvorfra vides, at det kun er ”et fåtal”, de har brug for eksterne tilbud, og at der er tale om ”et meget lille antal hjerneskadede med problemskabende adfærd?” Dette fremgår ikke af forløbsprogrammerne. Kommunerne vander sig med rette over de få, der kræver ”bevogtning” døgnet rundt. Men ændret adfærd af noget mildere karakter er et hovedproblem for genintegration socialt og uddannelses/arbejdsmæssigt for frontalskadede personer, og frontallapperne hører til de hyppigst ramte områder ved traumatisk hjerneskade.

Citat: ”Fagspecialisterne skal ud i kommunerne.”

Men der er helt sikkert ikke tilstrækkeligt mange f.eks.neuropsykologer til, at der kan være bare én i hver kommune. Og hvor længe ”holder” en fagspecialist, der

ikke arbejder i et relevant miljø med mulighed for diskussion med fagfæller? Der er jo på det holistisk-neuropsykologiske område, der er demonstreret effekt af hjerneskaderehabilitering! Og et holistisk-neuropsykologisk miljø kan ikke oprettholdes i alle kommuner.

Der er positive takter i KL’s papir, specielt, at man gør opmærksom på betydningen af de mentale skader. Men desværre lider papiret af de samme mangler, som kendes fra forløbsprogrammerne:

- 1) Fra Sundhedsstyrelsens forløbsprogrammer videreføres en fatal sparsomhed mht anvendelse af ordet SKAL, så det sundhedsfaglige ansvar overlades til kommunerne uanset deres niveau af ekspertise og deres forudsætninger for at opbygge en sådan. Og da ordet ”finansiering” ikke forekommer i forløbsprogrammerne, er denne vigtige faktor heller ikke viderekommunikeret!
- 2) Papiret tager desuden ikke højde for, at Sundhedsstyrelsens mangelfulde vurdering af antal voksne med behov for rehabilitering skjuler det strukturelle problem, der opstod ved decentralisering af ansvaret for rehabilitering efter skader på menneskekroppens mest komplicerede organ.
- 3) Ikke blot de ofte mangelfulde genoptræningsplaner, men også kommunerne manglende pligt til at følge dem er et hovedproblem i den skete decentralisering
- 4) Med forventningen om, at ”Specialisterne skal ud i kommunerne parret med en udokumenteret oplysning om, at kun ” et fåtal af borgere med erhvervet hjerneskade vil kommunerne gøre brug af et eksternt, intensivt og specialiseret tilbud.” vil papiret fremme den igangværende nedbrydning af de specialiserede tilbud. Og dermed også reducere mulighederne for fremtidig uddannelse af specialister samt for forskning inden for rehabilitering efter hospitalsfasen.

Skal hjerneskadede motionere?

**Af fysioterapeut
Marie Louise Irskov, Neuroform**

På skoler, arbejdspladser og i medierne fokuseres i dag på at vi alle skal holde os i form. At sørge for tilgængelighed af passende tilbud til borgere i alle aldersklasser er en samfundsmæssig pligt, og tilbudene er mangfoldige forudsat du har din fulde førlighed, og ikke er afhængig af hjælp for at komme omkring. Umiddelbart ser det nemlig ud til, at Sundhedsstyrelsens anbefalinger vedr. motion til voksne ikke gælder mennesker med bevæge-handicap, hvilket kan undre, når anbefalingerne har til formål at fremme sundhed og forebygge livsstilssygdomme.

Sundhedsstyrelsen anbefaler voksne: at være moderat fysisk aktive 30 minutter dagligt, samt at konditionstræne 2 gange om ugen i 20 til 30 minutter.

Moderat fysisk aktiv vil sige at cykle eller gå en tur, havearbejde eller trappegang. Altså aktiviteter hvor pulsen kommer lidt op.

Konditionstræning derimod er når pulsen stiger betydeligt, så du føler dig forpustet og har svært ved at føre en samtale, som ved svømning, hurtig gang eller løb.

Ser vi f.eks. på de unge hjerneskadede, har de ofte et langt liv foran sig, og bl.a. derfor er det nødvendigt, at de får mulighed for at dyrke motion. Træning skal for de unge hjerneskadede ikke udelukkende handle om at generhverve tabte færdigheder, men også om at holde sig i form.

Hvorfor er motion vigtig?

Mange mennesker, også unge hjerneskadede, har tendens til overvægt. Motion kan mindske overvægt! Motion mindsker risikoen for hjertekarsygdomme, sænker blodtrykket og kolesteroltallet, hæmmer afkalkning af knoglerne og fremmer balancen. Det er også beviseligt at: motion fremmer selvtilliden, fremmer evnen til at koncentrere sig og dermed indlæringsevnen, medvirker til bekæmpelse af depression og giver velvære. Man siger populært, at ”motion booster hjernen”, hvilket er helt i tråd med, hvad vi oplever i klinikken, nemlig at når træningen er ”intensiv og hård nok”, så sker der et løft af både de fysiske OG de mentale funktioner.

Altså mange gode grunde til at unge hjerneskadede skal dyrke motion, idet den fysiske inaktivitet, mange af dem lever med, er skadelig for den unge både nu og på længere sigt.

Motion - hvordan kan det lade sig gøre?

Styrke- og konditionstræning er ofte ”hård” træning, hvilket sjældent afskrækker de unge. For en meget stor del af de unge hjerneskaderamte kan det sagtens lade sig gøre at motionere, uanset om den ramte har et funktionsniveau, der betyder, at vedkommende er kørestolsbruger, eller den ramte har gangfunktion.

Træningen skal oftest tilrettelægges helt individuelt, så der f.eks. ydes hjælp til at komme op på crosstraineren, fastgøre en hånd med en bandage, eller styring af et knæ mens den unge konditionstræner. Et seleophæng kan yde eksternt støtte til at holde balancen på gangbåndet, så gang- eller løbehastigheden kan blive høj nok til, at pulsen stiger.

Styrketræning fremmer styrken i overkrop, arme og ben. Hjerneskaderamte mangler



styrke i lammede arm og ben, men der er oftest også nedsat styrke i den arm og det ben, der er bedst fungerende. Uheldigt, fordi netop den bedst fungerende del af kroppen skal kompensere for den ringere funktion i den lammede del af kroppen. Og mens nogle har brug for fysisk støtte til at mestre træningsapparaterne, skal andre have hjælp til at tælle og holde sig i gang og ikke miste tråden. Alle resultater skrives ned, så vi sikrer progression i forløbet, og så den unge stimuleres til at yde sit maksimale - helst mere end ved sidste træning.

Jeg vil understrege, at motion ikke skal stilles i stedet for den neuro-fysioterapeutiske behandling som mange unge hjerneskadede modtager, som f.eks. træning af stand – og gangfunktion, håndens finmotorik og koordinering af bevægemønstre. Konditions- og styrketræning skal være supplerende træning, for at fremme helbredstilstanden hos den unge. Gevinsten er, at det løfter funktionsniveauet: når benene er styrket er det lettere at gå op ad trapperne, og når konditionen er bedret, er det lettere at klare gangtræning udenfor i terrænet.



Om Jakob

Jakob er i dag 22 år. For knap 4 år siden pådrog han sig en svær traumatisk hjerneskade. Gennem de sidste 2½ år har Jakob trænet på klinikken.

Jakob ankom i el-kørestol. Han kunne dårligt sidde og holde balancen og hovedet hang med hagen på brystet. Han kunne kun rejse sig og stå med 2 personers hjælp. Han fik sondemad, var meget træt, og faldt

derfor hyppigt i søvn undervejs i træningen. Jakob havde episoder med nyresten, som er en kendt komplikation til det meget stillesiddende liv. Hans sprog var meget påvirket, havde ingen talte ord, men benyttede sig af stoveplade.

Jakobs mål var urokkeligt fra starten: Han ville op at gå og allerhelst løbe!

Jakob træner 3 timer 2 gange om ugen, og gennem de sidste 2 år har han brugt hen ved halvdelen af tiden på styrke og konditionstræning.

Styrketræning er rettet mod arme, overkrop og ben. Umiddelbart skete der 2 ting da Jakob begyndte at styrketræne: han fik mentalt overskud, faldt ikke længere i søvn, og han kunne tilbringe flere timer i en aktiv kørestol, som han lærte delvist at gå frem selv. Konditionstræningen får Jakob, når han øger sin puls betragteligt i forbindelse med intens styrketræning og gangbåndstræning.

Jakob har nu fremmet sin udholdenhed betydeligt, og styrketræningen har givet ham kræfter til at bevæge sig, så han har en selvstændighed, der betyder, at hans hjælper nu kun skal støtte ham. Mere arbejde til Jakob, mindre til hjælperen. Han kører selv sin manuelle kørestol med præcision, og forflytter sig i alle sammenhænge med stor selvstændighed. Han rejser sig selv, blot han har noget at holde ved, og han går i høj gangramme sammen med kun én hjælper. Jakob træner også på trapper og gang uden gangramme, men her er han på sit yderste af, hvad han lige nu kan præstere.

Undervejs i træningen får Jakob en spisepause, hvor han sidder på en almindelig spisestol, og ja: Jakob har ikke længere sonde, men spiser selv. Han var topmotiveret for at øve sig i at spise. Det var

ganske enkelt et underprioriteret område, hvor han boede. De sproglige udfordringer lever Jakob med, men efterhånden kan han udtrykke en del ord.

Styrke og konditionstræning har støttet Jakob i at få et langt højere funktionsniveau end tidligere, og Jakob er kommet i god form. Han magter en højere grad af selvstændighed fordi han har et fysisk og mentalt overskud, der gør ham engageret. Han er en ung mand, der trods sin skade har et godt helbred, og som nu ikke er i risiko for at få følge- og livsstilssygdomme. Han træner hårdt 2 gange om ugen, og er nu på det niveau, hvor han kan efterleve Sundheds - styrelsens anbefalinger, ved også at være fysisk aktiv, samlet set en halv time om dagen i hjemmet.

Motion er for alle

Som i mange andre sammenhænge, når det handler om hjerneskadede og rehabilitering, er Jakobs præstationer i høj grad resultatet af, at engagerede pårørende insisterer på et godt liv for Jakob. At være fysisk aktiv i dagligdagen, er for mange unge hjerneskadede kun en mulighed, hvis der er stædige pårørende eller engagerede hjælpere i deres nærhed.

Svaret på overskriften er JA! Hjerneskadede skal motionere, og motion skal være et tilbud for alle. Unge som ældre. Skadet eller uskadet. Overfor mange svage grupper, som f.eks. overvægtige børn og unge, er der en samfundsmæssig tendens til at tage ansvar for at hjælpe disse udsatte samfundsborgere. Man ønsker at fremme deres sundhed, fordi gevinsterne er så åbenlyse. Men er det mindre åbenlyst, at samfundet også har en gevinst ved at lade unge såvel som ældre hjerneskadede motionere?



Brainstorm 2012 - oplevelser på vandet!

Af Jette Sloth

Igen i 2012 tager Brainstorm på togt i tre både.

Togtet går fra søndag den 19. august i uge 33 til fredag den 24. august i uge 34.

Udgangshavn og hjemkomsthavn bliver Åbenrå.

I år vil sejladsen foregå i det sydfynske Øhav. Nærmere omtale af turen i næste nummer af Hovedcirklen.

Har du lyst til at prøve kræfter med det maritime liv, så ring til Hjerneskadeforeningens kontor på tlf. 4343 2433. Her får du tilsendt en tilmeldingsblanket, som du udfylder og sender tilbage til kontoret

- deadline for tilmelding er senest den 1. maj. Herefter vil du få svar med yderligere oplysninger om turen, praktiske forhold etc.

Prisen inkl. kost bliver 3.500 kr. Prisen er eksklusiv rejseudgifter til og fra ud- og hjemkomsthavn samt drikkevarer og lommepenge. Visse kommuner yder tilskud så henvend dig eventuelt til din egen kommune for at høre om eventuel økonomisk hjælp.

VIGTIGT: Har du en hjælper til daglig eller bor på institution, hvor der er hjælpere som støtter dig, skal du også have en hjæl-

per med på sejlturen. Vi kan ikke tilbyde personlig hjælp. Vil du gerne vide mere om Brainstorm kan du ringe til nedenstående skipper, som har sejlet de sidste mange år. Kenneth kan måske hjælpe dig såfremt du er i tvivl om det er noget for dig.

Kenneth Sloth Mikkelsen, tlf. 4126 6477. Hjerneskadeforeningens motto "Liv der reddes, skal også leves" passer fint med et maritimt ordsprog der siger - "At sejle er at leve". Så kom og vær med til at skabe endnu en god sejleroplevelse - mød andre mennesker og få noget frisk havluft. Vel mødt på Brainstorm 2012!

Støt op om vores vigtige sag!

Skaf flere medlemmer til Hjerneskadeforeningen!!!

Burde din nabo, din ven, din bror, din datter eller andre i din familie ikke også være medlemmer af Hjerneskadeforeningen??? Mange flere medlemmer i Hjerneskadeforeningen vil give øget opmærksomhed, synlighed og gennemslagskraft i samfundet og dermed også i det politiske beslutningssystem, vedrørende vor vigtige sag.

Indmeldelse på tlf. 4343 2433 eller på www.hjerneskadeforeningen.dk



Der er muligheder

Af Keld Sørensen

Jeg blev i sept. 2003 ramt af et multiinfarkt i hjernen, og det var starten på et nyt liv for mig. Indtil jeg blev ramt, havde jeg en god erhvervskarriere som bl.a. proces tekniker, systemansvarlig og programfører. I min fritid var jeg svæveflyvepilot gennem en årerække, og jeg var aktiv indenfor cykelsport, ligesom jeg var aktiv jæger.

Da jeg vågnede efter en uge i koma, var verden fuldstændigt forandret. Jeg måtte til at begynde forfra med stort set alt. Jeg var lammet i højre side, mit syn på venstre øje var også blevet reduceret. Blodpropperne sad i de forreste pandelapper, venstre hjernehalvdel og i lillehjernen.

Det første år kunne jeg kun bevæge mig ved hjælp af en rollator, og det endda med besvær. Jeg var fange i min egen krop!! Mine mentale skader blev også mere og mere tydelige. Min korttidshukommelse havde taget skade, jeg havde koncentrationsbesvær, og blev hurtigt udtrættet, både fysisk som mentalt.

Efter at have været gennem et afklarende forløb på Jobcenter Silkeborg, stod det klart at jeg ikke kom på arbejdsmarkedet mere, og i 2006 blev jeg tilkendt pension. Det var en chokerende oplevelse, at jeg nu ikke engang kunne være på arbejdsmarkedet mere.

Som et forsøg på at genvinde min førlighed, købte jeg i 2004 en havkajak, for på denne måde at genoptræne min balance. Og det lykkes efter rigtigt mange forsøg at holde mig på vandet.

I imidlertid savnede jeg også samværet med andre mennesker, og det bragte mig i sommeren 2004 til Silkeborg Roklub, hvor man lidt undrende tog imod mig. Hvordan skulle jeg dog på nogen måde kunne ro, endsige komme ned i båden? Dette spørgsmål og mange andre blev besvaret af mange venlige og hjælpende hænder i klubben, som tog rigtigt godt imod mig.

I klubben fandt jeg hurtigt motionsrummet og romaskinerne, og efter næsten et års slid i maskinerne, havde jeg genvundet en stor del af min førlighed og styrke. I starten måtte jeg binde min lamme højre arm fast med gaffa tape til trækåndtaget, for på den måde at få gang i armen. Jeg har udviklet mig meget i klubben; både fysisk og mentalt. Jeg tog løbende uddannelser i klubben, og er nu instruktør, klubtræner og langturstyrmand i klubben.

Jeg talte i vinteren 2008 med bestyrelsen om at starte et ergometerhold for handicappede, og jeg fik grønt lys. Det første hold startede februar 2009, og der var to personer, samt deres bostøtter på holdet. Som tiden gik, fik afdelingen vokseværk,

og i dag tæller afdelingen 24 medlemmer. Afdelingen består primært af senhjerne-skadede, som alle profiterer meget positivt på træningen og samværet. To af medlemmerne er kommet så langt med træningen, at de er blevet frigivet som roere. Det er meget stort. Afdelingen har også et hold som består af mennesker med svære sociale problemer. Også her har træningen gjort en kolossal forskel. Silkeborg Roklubs handicapafdeling har således på godt to år vokset sig op til at være en af Danmarks største handicapafdelinger indenfor rosport, idet afdelingen varetager fysiske som mentale handicaps. Silkeborg Kommune tildelte mig i december 2010 socialudvalgets Initiativpris for arbejdet med de handicappede. Jeg håber med denne artikel, at andre i samme situation ser, at der er muligheder fremfor begrænsninger og at rosport er for alle.

Som tillæg til ovenstående kan man se mere på min hjemmeside: www.humlebi.net

Og på <http://www.silkeborg-roklub.dk/Handicapafd>. Det er roklubbens hjemmeside, hvor handicapafdelingen er beskrevet.

Jeg står selvfølgelig til fuld disposition for yderligere, lige som jeg ser frem til at høre fra jer.



Hvad i alverden er meningen?

– bogantologi om at leve med kronisk sygdom og handicap

Hvordan lever man et liv med kronisk sygdom og handicap? For de fleste er det et tungt og udfordrende livsvilkår og kan give anledning til mange eksistentielle overvejelser. Cand.mag. Lisbeth Riisager Henriksen, som selv lever med kroniske sygdomme og har gjort sig mange overvejelser i den forbindelse, har taget initiativ til og redigeret bogantologien "Hvad i alverden er meningen?" Om at leve med kronisk sygdom og handicap.

Den er i første omgang skrevet til mennesker, der lever med en kronisk sygdom el-

ler et handicap, enten selv eller som pårørende. Den kan således blandt andet have interesse for mennesker med hjerneskade og deres pårørende. Derudover vil også behandlere, læger, sundhedspersonale, psykologer, præster m.fl. kunne hente større indsigt i, hvilke problemstillinger, udfordringer og tanker, som optager kronisk syge eller handicappede mennesker og deres pårørende.

Bogen er delt op i to hoveddele. Første del handler om nogle af de almene eksistentielle problemstillinger og over-

vejelser, som kronisk sygdom og handicap kan medføre. Her er der fokus på den psykosociale dimension med kapitler om, hvordan identiteten og selvværdet påvirkes, om sorg og afmagt, om skam og om depression, der ofte kan blive en følgesygdom. Der er også kapitler om relationerne: om parforholdet, om singlilivet, om hvordan det påvirker børn at vokse op som syge og handicappede, og om hvordan det påvirker børn at vokse op som pårørende i en familie, der er ramt af kronisk sygdom.

Anden del sætter ord på nogle af de religiøse spørgsmål og overvejelser, som livet med sygdom og handicap kan afføde – med kristendommen som klangbund. Det er bl.a. spørgsmål om, hvordan man kan finde mening og forlige sig med sådan en situation – et spørgsmål, som fylder utroligt meget for mange af dem, som er ramt. Her findes bidrag om, hvordan troen både kan hjælpe og udfordres, og hvordan man kan bruge troen til at finde trøst, håb og mening.

Bogens bidragydere er fagpersoner, der har emnet tæt inde på livet i kraft af deres arbejde, uddannelse og forskning. Der er bidrag af Helga Døssing Hansen, Tom Andersen Kjær, Jørgen Due Madsen, Steen Bonde, Hanne Urup Engbjerg, Lene Østergaard, Ingrid Lund, Bente Østerberg, Michael Wagner Brautsch, Dorte Toudal Viftrup, Leif Andersen, Niels Christian Hvidt, Ruth Østergaard Poulsen, Trine Kern Kernel og Lisbeth Riisager Henriksen.

Lisbeth Riisager Henriksen (red.): Hvad i alverden er meningen? Om at leve med kronisk sygdom og handicap. Unitas Forlag 2011. 326 sider. Vejl. udsalgspris 249 kr. Yderligere info og blog på unitasforlag.dk



Tur til Harzen

4.-11. september 2011

med 33 personer, otte kørestole og tre rollatorer.

Af Alite Petersen

De 33 deltagere kom fra forskellige lokalforeninger og fordelte sig med 21 fra Haderslev, ni fra Aabenraa/Tønder og tre fra Sønderborg.

Liftbussen blev lejet hos SydVest-Bus, Løgumkloster, der samlede os op i Christiansfeld, Haderslev, Hammelev og Rødekro. Meget fin bus med Super chauffør. Ved ankomst til Harzen blev 25 indkvarteret på 4* Hotel Weisser Hirsch i Wernigerode, mens de sidste otte kørte ca. syv km videre og blev indkvarteret på Hotel Zur Waldschänke i Drübeck, hvor også chaufføren blev indkvarteret, og bussen fik plads.

Hotellerne var perfekte både hvad adgangsforhold, mad og personale angik. Wernigerode har en meget lang gågade med et utal af butikker, og der er overalt meget handicapvenligt. Kan absolut anbefales som rejsemål.

Drübeck er nok bedst egnet for naturelskere – men deltagerne herfra deltog på samtlige udflugter, der fortrinsvis fandt sted efter kl. 14.00.

I Tyskland betales der Kurafgift på mellem 1,90 – 2,00 Euro/person/dag, men er gratis for handicappede. Imidlertid havde vi ikke de ønskede dokumentationer, men



en opringning fra hotellet til den administrative myndighed medførte, at vi alle blev fritaget for afgiften og derved sparede 350 Euro, som gemmes til næste tur.

Af vore arrangementer kan nævnes:

Tur med Wernigeröder Schlossbahn, som vi ikke kan anbefale til personer, der ikke kan tåle rysteture.

Tur til Goslar og Drübeck, hvor vi begge steder fik kaffe med meget store kager.

Besøg i Vildtpark med Harzens dyr, hvor vi spiste frokost på restauranten.

Sejltur på Okerdal-Sperre Søen, hvor vi fik pølser og kartoffelsalat. Der var meget stejlt ned til søen, men det blev værre, da vi skulle op igen, for her fik selv vore

gode stærke mænd sved på panden af at skubbe kørestolene op.

Man gør nogle erfaringer på sådan en tur. Havde forlods tænkt meget på fordelene ved, at de pårørende nu blev fritaget for madlavning, men ikke på, at flere blev mere belastede end i hverdagen. Derfor skal vi satse på, at der skal flere frivillige hjælpere med.

En stor tak til alle de der gav en hånd med – herunder også den utroligt hjælpsomme chauffør Bent. Uden Jer havde turen ikke været den succes den blev.

Vi gennemførte turen for 3.800 kr./person, hvilket lod sig gøre ved, at vi havde søgt fondsmidler til liftbus + arrangementer.

Med familien Down Under

En rejsedrøm blev til en drømmerejse, da Jørgen Meier trodsede sine mén efter en hjerneblødning og inviterede sin travle familie på en rejse til Australien. Den dag i dag er han forundret over, at det kunne lade sig gøre.

På Jørgen Meiers spisebord ligger et kort over Australien. Der har det ligget i to år, godt beskyttet af et lag gennemsigtig film. I begyndelsen blev kortet brugt til at give drømmene om en rejse Down Under næring. Siden sad familien samlet omkring det, mens de hver især udpegede de steder, som de gerne ville opleve. I dag er kortet et minde om en rejse, som stod på ønskelisten i årevis, et minde om et land, der gjorde uudsletteligt indtryk, et minde om tre uger med sjov og hygge med hele familien og oplevelser, der flyttede grænser.

Tre generationer på rejse

- Rejsen til Australien var min gave til mig

Artikel fra www.myplanet.dk



selv, da jeg fyldte 60. Den tog lang tid at planlægge og kom til at koste noget mere end en fest. Men hvor er jeg glad for, at vi kom af sted alle sammen, fortæller Jørgen Meier.

Tre generationer var med. Jørgen Meier og hans fire sønner, to svigerdøtre og to børnebørn. Sydney, den røde ørken med Uluru/Ayers Rock og Great Barrier Reef var omdrejningspunkterne for turen.



Nøje planlagt

Alt var nøje tilrettelagt på forhånd med hjælp fra My-Planet.

- Dels havde vi små børn med, og dels er jeg efter en hjerneblødning gangbesværet. Så vi er sårbare. Derfor var det vigtigt, at alt klappede undervejs, fortæller Jørgen Meier.

- Vi cyklede gennem Sydney, nogle var på Bridge Climb, vi kørte firehjulstrækker gennem outbacken, fløj i lutballon ved Uluru og snorklede og dykkede på Great Barrier Reef. Det var fantastisk, mindes Jørgen Meier og fortsætter:

- Kortet på spisebordet minder mig hver dag om det mest utrolige ved det hele: at det kunne lade sig gøre.

Læs mere om familiens rejse:

www.joergenmeier.dk

og www.meieriaustralien.blogspot.com

Vil du være med til at belyse de sociale virkninger ved hjerneskade?

Deltagere søges til studie i erhvervet hjerneskades indflydelse på informationsbearbejdning og sociale problemer

Personer med erhvervede frontale eller højresidige hjerneskader søges til studie der skal belyse sammenhængen mellem problemer med informationsbearbejdning og en forandret evne til at indgå i sociale sammenhænge, som et resultat af hjerneskade.

Formålet med studiet er at få afprøvet en række nye testmetoder, baseret på spørgeskemaer samt neuropsykologiske og socialkognitive tests. De nye testmetoder kan føre til en hurtigere og grundigere udredning, så personer med erhvervet hjerneskade hurtigere kan påbegynde genoptræning af sociale evner. Testningen vil som udgangspunkt finde sted på Center

for Hjerneskade på Amager, med mindre andet aftales, og vil have en varighed af ca. 3 timer.

For at kunne deltage i studiet, er det nødvendigt at du:

- er over 18 år,
- har en erhvervet hjerneskade, enten lokaliseret frontalt og/eller i højre hemisfære, som følge af enten tumor, apopleksi eller ulykke,
- læser, forstår og kan gøre dig forståelig på dansk

Som testperson er det vigtigt at du ikke har større hjerneskader andre steder end ovennævnte områder, ikke har sproglige vanskeligheder eller er ord- eller farveblind.

Alle henvendelser er af interesse, og al deltagelse er frivillig og uden vederlag. Deltagere kan til enhver tid trække deres tilsagn om deltagelse tilbage.

Deltagerne i undersøgelsen får ultimo 2012 fremsendt et resumé af resultaterne. Kopier af artikler, der er baseret på undersøgelsen, vil endvidere kunne blive fremsendt efter nærmere aftale. På forhånd tak for hjælpen.

For yderligere information, kontakt:

Klaus Nielsen

Ph.d.-studerende ved Center for Hjerneskade/Københavns Universitet

tlf.: 35 32 80 20

e-mail: klaus.nielsen@cph.ku.dk

Legater

Takket være bevilling fra Zangger Fonden har Hjerneskadeforeningen mulighed for at uddele legater til vore medlemmer.

Der kan fortrinsvis søges om støtte til sygdomsbehandling, der er omkostningskrævende enten som følge af selve behandlingen eller som følge af de til behandlingen nødvendige hjælpemidler.

Vejledende retningslinier for ansøgninger:

- Der kan tidligst søges tilskud/økonomisk støtte efter 1 års medlemskab af Hjerneskadeforeningen.
- Da det er vigtigt, at midlerne kommer så mange af foreningens medlemmer til gode som overhovedet muligt, vil der normalt ikke kunne ydes støtte mere end to gange fra fonden.
- Der kan ikke ydes tilskud/økonomisk støtte til aktiviteter, der er omfattet af offentlig forpligtelse. (Først søges kommunen – hvis afslag, vedlægges dette ansøgningen).
- Der skal foreligge en udførlig begrundelse for ansøgningen. (Dvs., det er utilstrækkeligt at begrunde med f.eks. "dårlig økonomi").
- Der kan kun søges til reelle merudgifter. (Dvs., der kan ikke søges til kost, lommepenge og lignende).
- Tilskudsmodtageren har pligt til at oplyse, hvis der ydes tilskud/økonomisk støtte fra anden side, idet der fra Zangger Fonden ikke kan ydes et større beløb, end de faktiske merudgifter.

Ansøgninger indsendes til lokalformanden i den lokale afdeling man tilhører.

Zangger Fonden er godkendt af Socialministeriet. Det betyder, at der ikke skal betales skat af et tildelt legat.



Slettestrand 2011

Af Mikkel Jørgensen

Først vil jeg gerne sige tak for endnu en rigtig hyggelig weekend.

I år valgte vi at invitere Alex Skærlund – teammedarbejder ved DHIF (Dansk Handicap Idræts-Forbund) og hans kone fysioterapeut Birgitte Jørgensen, som gav os en lille forsmag på forskellige handicap-idrætsgrene f.eks. avishockey, shiftennis, boccia og en slags curling uden is.

Evalueringsskemaerne fra kurset fortæller os at nogle af medlemmerne gerne ville have haft mere teoretisk undervisning. Dette er selvfølgelig noget bestyrelsen, vil tage til efterretning!!

Ydermere er der ytrere ønsker om, at vi skal mødes to gange om året. Dette vil vi selvfølgelig drøfte.

På kurset debatterede vi hvorvidt vi skulle arbejde på, at komme tilbage under Hjerneskadeforening - bestyrelsen anbefaler dette!

Det blev gjort klart for medlemmerne, at det er et stort og ressource-krævende projekt at være en selvstændig forening. Der er brug for flere frivillige, som kan trække det "tunge læs", da der er mange arbejdsopgaver.

Bestyrelsen garanterede, at vi ville få Hovedtropperne med, som en ungdomsafde-



ling – mere eller mindre som vi kender den i dag!!

Desuden drøftede vi hvordan vi alle bedst kunne udbrede kendskabet til Hovedtropperne i forhold til at skaffe nye medlemmer.

Feriecentret er super hyggeligt og handicapvenligt

I forbindelse med feriecenteret har de bostedet Delfinen, hvor der bor mennesker med forskellige handicaps, der alle fra bostedet Delfinen arbejder på feriecentret. Centeret har fået flere kvalitetsstempler, priser og der er skrevet artikler om stedet. Hvis du har fået lyst til at læse mere om dette dejlige steds historie, kan du gøre dette ved at skrive; www.slettestrand.dk/default.asp?PageID=125 i adresselinien på computeren.

Vi har endnu en god nyhed; Lars Klarskov (Kbh.) har sagt ja til, at være frivillig i landsbestyrelsen, vi glæder os meget til dette.

Lars inviterer alle Hovedtropper til sin 40 års fødselsdag fredag d. 6. april 2012.

Festen finder sted: Saltværksvej 12, 2770 Kastrup i "ActionCenterAmager.

Man kan komme fra kl. 13-17.00. Hvis du har lyst til at deltage i årets fødselsdags-FEST, skal du give Camilla en tilbagemelding – S.U. senest torsdag d. 1. marts – dette kan du gøre på tlf. 3025 1608 eller på: camilla3025@gmail.com

Eller du kan kontakte formanden, Mikkel på tlf. 2871 2184 eller mikkel@hovedtropperne.dk

Bl.a.: Hvis du har idéer til kommende kurser, som vi kan holde i Hovedtropperne – dét kan være temaer, du synes, vi skal have op i Hovedtropperne, som er spændende for dig – og andre Hovedtropper...

Det kan også være andre ting – for husk at: Hovedtropperne er din forening – og til for dig!

Her finder du Hovedtropperne



HOVEDTROPPERNES
LANDSBESTYRELSE

Landsformand Mikkel Jørgensen
Tlf. 2871 2184
formand@hovedtropperne.dk

Næstformand
Bjarne Frederiksen

BESTYRELSESMEDLEMMER:

Jenny Auerbach
Flemming Ravn

LOKALAFDELINGER:

FYN:
Camilla Krag Gotfredsen . Tlf. 2588 8154
camillakraglarsen@hotmail.com

STORKØBENHAVN
Michael Skjorbæk Larsen . Tlf. 2621 6776
michael@hovedtropperne.dk

NORDJYLLAND:
Malene Sulkjær . Tlf. 5127 6788
hovedtropperne-aalborg@hotmail.com

Hovedtropperne er en forening under
Hjerneskadeforeningen

Debat med hjernen i centrum

Mange nødvendige spørgsmål om træning og kommunernes økonomi kom til debat

Af Lise Kiving



Sanne og Sunshine Band.

Det er med en helt speciel følelse, at jeg kører fra vores store debatmøde på Hotel Frederik d. II i Slagelse. Det er torsdag aften, den 6. oktober 2011, og det har været en lang og spændende dag. Vi har i lokalforeningen arbejdet hårdt i mange måneder for at få debatmødet succesfyldt i land. Og en succes blev det! Det er en god følelse, at over 100 mennesker ud over avislæsere, TV2 Øst-seere og DR-radiolyttere har hørt det vigtige og klare budskab om, at senhjerneskadedes træning ikke må blive klemt eller glemt i den kommunale kassetænkning. Det var vores mål med dette møde, at budskabet ved hjælp af alle til rådighed stående midler

skal ud NU. Samtidig – mens jeg sidder her i bilen på vej til Sorø og grunder lidt – er det jo tankevækkende, at debatmødet på ALLE måder har været en succes samtidig med, at stort set alle panel- og mødedeltagere hele dagen har påvist, at der virkelig er STORE problemer og udfordringer omkring kommunernes varetagelse af denne vigtige og specielle opgave. Vi lærte også i dag nødvendigheden af, at vi ikke får opmærksomhed omkring en vigtig sag ved at komme med faglige argumenter alene. Heldigvis havde både Hjerneskadeforeningens flittige ambassadør, Sanne Salomonsen og Svend-Erik Andersen sagt ja til at komme, og vi var endog så heldige, at vi havde fået Sunshine Band fra VASAC i Slagelse til at spille og synge

før mødet. Med Sanne og Sunshine Band sammen udviklede hele starten på det ellers alvorlige møde sig til en uforglemmelig jam-session, hvor mødedeltagerne blev mødt af sublim rock og smukke ballader. Så der var både klapsalver, smil og en lille tåre i øjenkrogen hos alle de begejstrede tilhørere, og det blev en god og positiv start på vores debatmøde.

Efter en kort velkomst fra ordstyrerne fortalte foreningens direktør Svend-Erik på en god måde om dagens alvorlige emne, og hvor aktuelt og vigtigt det er at tage problematikken op. Sanne – hele Danmarks Rock-Mama – fik derefter ordet, og hun fortalte om sine oplevelser i forbindelse med den blodprop, hun fik for nogle år siden, og hun berettede enga-



Paneldeltagere.



Koncentrerede mødedeltagere.



Sanne og Lise

geret og bevægende om tiden lige efter blodproppen. Hun talte om at vågne op til en helt ny virkelighed. ALT skulle læres igen – det var helt forfra. Sanne fortalte ærligt og åbent om, at det kun var fordi hun var så heldig at blive hjulpet hurtigt, og fordi hun fik den helt nødvendige behandling, træning og vejledning, der skulle til fra professionelt hold, at hun kom ud ”på den anden side” velfungerende og i et helt stykke fysisk og psykisk. Havde hun ikke fået den rigtige støtte og træning, delte Sanne med os, kunne hun slet ikke gætte på, hvordan hun ville have haft det i dag.

Herefter blev panelet, som bestod af to afvore medlemmer sammen med kompetente fagfolk på hjerneskadeområdet og kommunalpolitikere fra Slagelse og Sorø Kommuner, bedt om at tage plads. Vi og vores ordstyrer havde nok frygtet en smule, at otte beretninger om og med hjerneskadede var FOR en stor mundfuld. Men både ved kaffepausen og senere, da uret nærmede sig 16, følte vi vist alle sammen, at debatten var gået utroligt godt og med respekt for alle i salen. Vore medlemmer Susanne og Bjarne havde fortalt hver deres historie om at være hjerneskadet og de udfordringer problemer det medførte. Mødedeltagerne i salen kvitterede med begejstret applaus og med en ny indsigt om, hvor hård en indsats det kræves at komme tilbage til et godt og værdigt liv efter skaden, og hvor meget og hvor stødtigt, der skal kæmpes ofte alene og ofte også ”mod vindmøller”.

Vi havde glædet os til ekspertpanelets indlæg. En repræsentant fra Hjerneskadecenteret i København gennemgik levende og tankevækkende Centerets tilbud og resultater på genoptræningsområdet. Efter en fortjent kaffepause havde to udvalgsformænd fra hhv. Slagelse og Sorø ordet, og de fortalte om deres kommuners konkrete tiltag og planer på hjerneskadeområdet. Vi fik en god fornemmelse for, at ønsket om at kunne tilbyde gode genoptrænings- og jobtræningsmuligheder ER til stede, men det efterfølgende mindre gode budskab er jo det, vi kender nemlig, at der ofte – som i kommunerne generelt – ikke er økonomi til at opfylde alle ønsker og behov på hjerneskadeområdet – i hvert fald ikke lige nu.

Rehabiliteringscenteret Vejlefjord og hjerneskaderådgivningen fra Sorø Kommune var repræsenteret, og de havde begge deres store erfaringer fra mange års genoptræning med sig. Og med den autoritet fortalte de begge illustreret med præsentationer på storskærmen om vigtigheden af træningen – i disse indlæg specielt om træning af de svært skadede. Og de understregede – som de øvrige hjerneskadeeksperter havde gjort – et stort ønske om at blive brugt af kommunerne.

Herefter var der en kort pause, før der blev inviteret til en times ”Åben Debat” om de indlæg, der havde været, og tilhørerne blev anmodet om at deltage aktivt og med relevante og tankevækkende beretninger fra livet som hjerneskadet og som pårørende.

Der var en livlig og givende debat. Naturligvis med mange spørgsmål rettet til kommunerne, som både blev kommenteret af resten af panelet både med supplerende bemærkninger og gode råd til spørgerne.

Et af debattens helt store spørgsmål fra salen var genoptræning af både ældre og nyskadede, og det store og akutte behov for forståelse for betydningen af den langsigtede vedligeholdelsestræning. Også her understregede eksperterne på hjerneskadeområdet, at kommunerne bruger dem for lidt.

En spørger fortalte om en ung mand med en frontallapsskade, der var kommet ud i et alkoholmisbrug. Der blev sat ind med en bevilling på massiv støtte, og han kom tilbage på ret spor. Så blev bevillingen til støtte taget fra den unge mand, og nu er han røget ud i misbrug igen. Er det en fornuftig disposition, og mon ikke det er bedre og billigere for kommunerne at bevare støtten og give ham et anstændigt liv i stedet for at bruge ”kassetænkning”? Sådanne var de personlige beretninger mange og bevægende.

Kommunernes repræsentanter kunne naturligvis ikke gå ind i enkeltsager på mødet, men de var begge enige i, at det er vigtigere at se på den enkelte og ikke først og fremmest på paragraffer. Og fra behandler side og rådgiver side blev det pointeret at liv, der reddes – skal også leves. Alle disse indtryk kom til mig, da jeg kørte videre i aftenmørket, og da jeg næsten var hjemme igen tænkte jeg på, hvor der dog er mange ting at tage fat på. Men jeg var også tilfreds, for hvor er det godt, at vi fik åbnet for debatten netop på et tidspunkt, hvor behovet er så stort. Det er en debat, som IKKE må stoppe her, men som skal følges op af mødet i Sorø til foråret. Hvor vi møder op med oplysninger om, hvad vej udviklingen er gået og helt sikkert en fornyet opfordring til kommunerne om at prioritere træningen højt.



Sanne fortæller.

Sanne Salomonsen indvier center for træning af hjerneskadede børn

Børnecenter for Rehabilitering kan nu hjælpe børn og unge med erhvervet hjerneskade fra hele Sjælland med intensiv træning i nye moderne rammer.

Af Lisbeth Harre

Sanne Salomonsen var fredag den 16. september med til at indvie Den Hvide Villa i Virum, hvor børn og unge med erhvervet hjerneskade fra hele Sjælland nu får de bedste betingelser for rehabilitering. Med nye moderne trænings- og undervisningsrum vil tværfaglige teams hjælpe børnene, de unge og deres pårørende tilbage til en tilværelse med indhold og muligheder.

Centerchef Lisbeth Harre bød velkommen, hvorefter Arly Eskildsen, formand for Handicap – og Psykiatriudvalget i Region Hovedstaden, Sanne Salomonsen i sin egenskab af ambassadør for Hjerneskadeforeningen, samt Hjerneskadeforeningens direktør Svend-Erik Andreasen alle gav centret et par ord med på vejen.

- Vi sætter stor pris på, at engagerede folk på hjerneskadeområdet vil være med til at sætte fokus på, hvor vigtigt det er med en specialiseret og intensiv genoptræning og neurorehabilitering, når man får en hjerneskade som følge af sygdom eller ulykke. Det gælder både for voksne og for børn. På Børnecenteret har vi mulighed for at inddrage hele familien i et intensivt og individuelt forløb, som har stor betydning for barnets mulighed for at genvinde tabte kognitive, fysiske og sociale færdigheder, sagde Lisbeth Harre.

Hvert år får omkring 3000 børn og unge en hjerneskade i Danmark. Af dem har ca.150 behov for et længere rehabiliteringsforløb. Børnecenter for Rehabilite-

ring i Virum har de sidste 12 år tilbudt specialiseret rehabilitering af børn og unge med hjerneskader og er i dag et regionalt tilbud under Region Hovedstaden. Her kan kommuner over hele landet gøre brug af centrets store ekspertise.

- Jeg er imponeret over medarbejdernes store engagement og indsats her i Den Hvide Villa, hvor de bruger den nyeste viden og alle nødvendige moderne faciliteter til at få børn og unge fra især hele Sjælland, men også fra resten af landet, tilbage til et liv så tæt på det "normale" som overhovedet muligt, sagde Arly Eskildsen.

Sanne Salomonsen ønsker som ambassadør for Hjerneskadeforeningen nu også at sætte fokus på forholdene for børn og unge, der på grund af sygdom eller ulykke har fået en hjerneskade og kæmper for at få deres førlighed og kompetencer tilbage.

- Det er vigtigt, at vi alle råber op. Det er her sådan en som mig kan hjælpe til, med at være en "pain in the ass" så flere bliver klar over, at der eksisterer et tilbud som Børnecenteret, hvor børn og unge kan få den nødvendige eksperthjælp, så de kan få livskvaliteten tilbage. Da jeg var indlagt, kom der en 5-årig ind med en blodprop i hjernen, men hvor går man hen og får hjælp som forældre i den situation?

- Forholdene for de hjerneskadede er blevet ringere, efter at kommunerne har overtaget de tidligere amters opgaver og vi er i Hjerneskadeforeningen meget bekymrede over konsekvenserne af de mange specialtilbud til hjerneskadede, der p.t. lukker og er lukningstruede, sagde Svend-Erik Andreasen, som sluttede sit indlæg af med at dirigere et 6 foldigt hurra for Børnecenteret med et inderligt ønske om rigtig "god vind fremover" for dette fremragende specialtilbud.



Sanne Salomonsen med Magnus og Amalie.



Sanne Salomonsen med Arly Eskildsen, Lisbeth Harre og Svend-Erik Andreasen.

Om huset

Den kendte forfatter August Strindberg har også huseret i Den Hvide Villa - tilbage i 1886. Han boede i huset sommeren over og blev bl.a. inspireret til sin roman Tschandala. Det er derfor et hus med sjæl og historie, som Børnecenteret har indviet.

Om Børnecenteret

Børnecenter for Rehabilitering er Region Hovedstadens specialiserede neurohabiliteringstilbud til børn og unge fra hele Sjælland, der har erhvervet en hjerneskade som følge af sygdom eller ulykke samt deres familier. Seks faggrupper samarbejder i teams om de intensive og individuelt tilrettelagte rehabiliteringsforløb. De specialiserede teams tager også ud til særlige konsulent- og udredningsopgaver i resten af Danmark og på Grønland.

Hjerneskadeforeningen:

Læs mere om lokalafdelingernes aktiviteter på hjemmesiden www.hjerneskadeforeningen.dk
under lokalafdelingen, hvor du også finder de lokale nyhedsbreve - HUSK DEADLINE TORSDAG DEN 14. FEBRUAR

REGION HOVEDSTADEN

EGEDAL

V/ SANNY FREUND



Vi mødes hver 1. torsdag i måneden fra kl.10 - 12.30, fra okt. og fremover på Græstedgårds nyopførte hovedhus i lokale 10 - Udlejrevej 13 B, Ølstykke. Kom og vær med til at skabe et hyggeligt samvær og et godt netværk skadede og pårørende imellem, over kaffen og en bid brød. Der er nem adgang for kørestolsbrugere.

Arrangementer:

Ved vores musikarrangementet 4. nov. på Græstedgård som var udbudt til regionen, var der tilmeldt 51 deltagere.

8. dec. havde Frederikssund inviteret til Tivolitur med foredrag af neuropsykolog Lars Siert.

9. dec. var der julearrangement på Græstedgård med efterfølgende auktion over egne medbragte ting.

Juleferie fra 10. dec. til 4. jan. 2012

Vi ønsker alle en rigtig glædelig jul og et godt nytår.

5. jan. har vi vores første medlemsmøde i det nye år

24. jan. 2012 kl. 19 har vi generalforsamling på Græstedgårds hovedhus i lokale 10, Udlejrevej 13 B, Ølstykke.

Onsdagsklubben:

Er stedet for skadede fra Egedal og Frederikssund. Vi mødes hver onsdag fra 12-14.30 på Elværket i Frederikssund til hyggelig samvær, og ca. 1 gang om måneden arrangeres der ture, samt den årlige weekendtur med pårørende. Her er vi alle ligestillede og har derved bedre mod til at turde udfolde sig. Aktivitetskalenderen finder du på vores hjemmeside.

Juleferie fra 8. dec. til 4. jan. 2012

Har du spørgsmål eller vil vide mere, besøg vores hjemmeside og du er altid velkommen til at ringe til Sanny på 4818 4031.

FREDERIKSSUND

V/ TERKEL MAACK



Næste års generalforsamling er mandag den 23. januar kl. 19.00 i Elværket i Frederikssund.

Sammen med næste Nyhedsbrev modtager medlemmerne indkaldelsen til generalforsamlingen.

Frederikssund afdelingen ønsker alle vore medlemmer en rigtig god jul samt et lukkebringende nytår.

Bestyrelsen har et ønske om, at kunne sende Nyhedsbreve og andet informationsmateriale ud til medlemmerne via e-mail, derfor opfordres medlemmerne til at sende en mail til formanden på mail: terkel.maack@gmail.com

Det er et ønske både fordi portoer er en stor udgift, men også for at kunne videre sende informationer hurtigere. Dem der ikke ønsker at benytte mail, vil fortsat kunne få Nyhedsbreve og Informationer via post.

Onsdagsklubben: se under Egedal.

FURESØ

V/ HELLE BOMGAARD



Først en rigtig glædelig jul samt et godt nytår til alle vore medlemmer. Furesø har et samlingssted for skadede.

Endvidere er der tilbud til både skadede og pårørende. Tilbudene omfatter forskellige arrangementer såsom hygge og foredrag samt ture mm.

Samlingsstedet for skadede

Samlingsstedet er lige nu på Ryetvej 17, Værløse, men fortsat hver fredag fra kl. 10 til 13.

Samlingsstedet er det sted, hvor du kan være dig selv samtidig med, at du er sammen med andre ligestillede i et uforpligtende samvær. Stedet har nogle gode rammer for hyggeligt samvær og udveksling af erfaringer samt mulighed for forskellige aktiviteter.

Fælles arrangementer:

04.12.11. Holdt vi julefrokost på Vossevang Kro

18.01.2012 Generalforsamling

20.06.2012 Cirkusrevy

Nærmere oplysninger om arrangementerne herunder pris, sted og tidspunkt fås hos Helle eller Annelise.

Kontakt Helle på tlf. 2177 5755 eller Annelise på tlf. 2947 5459.

HALSNÆS

V/ JOHN MORTENSEN



Generalforsamling afholdes mandag, d. 16. januar 2012 kl. 19:00 på Skjoldborg.



Hjerneskadeforeningen:

Læs mere om lokalafdelingernes aktiviteter på hjemmesiden www.hjerneskadeforeningen.dk under lokalafdelinger, hvor du også finder de lokale nyhedsbreve - HUSK DEADLINE TORSDAG DEN 14. FEBRUAR

Kl. 18:00 inden generalforsamlingen byder foreningen på et par stykker smørrebrød.

Tilmelding til spisningen til Birgitte og John Mortensen senest 2. januar 2012 tlf.: 4774 5157 eller mail: vito.obo@mail.dk

Medlemsmøde første mandag hver måned fra kl. 15.15-17.15 i Skjoldborg, Valseværksstræde 5a, 3300 Frederiksværk. Vi byder på kaffe/the med tilbehør.

Badminton i Melbyhallen hver tirsdag kl. 14.30-15.45 i sæsonen september-april.

Mail-adresser: Vi vil gerne opfordre vore lokal-medlemmer fra Halsnæs om at sende deres mail-adresse til formanden på vito.obo@mail.dk - så kan du/I modtage nyhedsbreve mm på mail og derved spare på portoudgiften.

Nyhedsbrev og kvartalskalender udsendes til vores medlemmer, men har du/I mulighed - så klik ind på www.hjerneskadeforeningen.dk - læs om de forskellige tilbud både lokalt, regionalt og på landsplan.

Region Hovedstadens lokalforeninger har besluttet, at lokalmedlemmerne frit kan tilmelde sig de forskellige arrangementer uanset hvilken lokalforening, der arrangerer. Der kan dog være nogle arrangementer, der kun er for den enkelte lokalforenings medlemmer, men så vil det være oplyst på opslaget. Der kan være forskel på deltagerpris, "lokal-pris" eller "regional-pris", da man søger tilskud lokalt/kommunalt.

HELSINGØR

V/ MARIE KLINTORP



Vi har flere sjove ting på programmet.

HUSK vores faste møder i Lokalforeningen:

1. ste tirsdag i måneden "TIRSDAGSCAFEEN" kl. 10.00-12.00.

3. die onsdag i måneden "MØDESTEDET" kl. 14.00-16.30

Begge dage foregår i "Fællessalen", Fioldgade 17A, Helsingør, hvor der serveres kaffe/te og vi får en hyggelig snak og planlægger kommende arrangementer i foreningen.

Hver torsdag er der bowling ude på Rønnebær allé kl. 14.00-15.00.

Vi har en fast bane og der koster 25 kr. per gang at deltage.

Julefrokost blev afholdt d. 29 nov. på Scandlines Aurora.

Til kalenderen:

Sidste medlemsmøde før jul 21 dec. serverer vi æbleskiver til kaffen. Alle bedes tage en lille gave med (maks 25 kr.) så vi kan rafle.

Vil du med til Cirkusrevyen ons. 20 juni (kun for medlemmer i Helsingør), så husk at melde dig til, vi har købt billetterne.

Husk generalforsamling 19. januar.

Vi vil gerne opfordre vores medlemmer i Helsingør at sende sin mail-adresse til formanden marie.klintorp@hjerneskadeforeningen.dk, så vi kan spare lidt på porto-udgiften.

Region Hovedstadens lokalforeninger har besluttet, at lokalmedlemmerne frit kan tilmelde sig de forskellige arrangementer uanset hvilken lokalforening, der arrangerer. Der kan dog være nogle arrangementer, der kun er for den enkelte lokalforenings medlemmer, men så vil det være oplyst på opslaget. Der kan være forskel på deltagerpris, "lokal-pris" eller "regional-pris", da man søger tilskud lokalt/kommunalt.

NORDSJÆLLAND

V/ LISBETH HOLMGAARD



Onsdagscafe for hjerneskeramte i lokalafdeling Nordsjælland Hvad er onsdagscafeen?

Onsdagscafeen er den aktivitet som Lokalafdeling Nordsjælland indtil videre vil prioritere højest.

I Onsdagscafeen er der mulighed for at være sammen med andre hjerneskeramte eller deres familier hver den 1. onsdag i måneden fra kl. 15.00-17.00.

Der vil også blive arrangeret f.eks. udflugter eller andre aktiviteter som du kan være med til foreslå - eller måske har du blot lyst til at mødes med ligestillede og få en rigtig hyggelig snak. Der er stort set ingen grænser for, hvad man i Onsdagscafeen kan beslutte sig for. Så har du lyst til at stifte bekendtskab med onsdagscafeen, kan du blot møde op den 1. onsdag i måneden i Frivilligcenter Græsted som er beliggende i den gamle stationsbygning på "Græsted Syd", Holtvej 8, 3230 Græsted.

Vil du høre mere om onsdagscafeen - så kontakt René eller Inger Lise Bøgeskov på telefon 48 7179 84 eller under lokalafdeling Nordsjælland www.hjerneskadeforeningen.dk

"Lyspunktet"

Lyspunktet i Hillerød er ligeledes et tilbud som kan anbefales. Her er mulighed for at deltage i bowling, EDB-undervisning eller blot sociale samvær. Vil du vide mere om Lyspunktet så kontakt Lars Larsen på tlf. 2145 94 05.

Lokalafdeling Nordsjællands ordinære generalforsamling

Lokalforeningens generalforsamling er der, hvor du som medlem



Hjerneskadeforeningen:

Læs mere om lokalafdelingernes aktiviteter på hjemmesiden www.hjerneskadeforeningen.dk under lokalafdelinger, hvor du også finder de lokale nyhedsbreve - HUSK DEADLINE TORSDAG DEN 14. FEBRUAR

har mulighed for at være med til at præge afdelingens aktiviteter og naturligvis også bestemme hvem der skal sidde i lokalforeningens bestyrelse.

Vi håber derfor, at rigtig mange vil møde op til generalforsamlingen 2012 som afholdes mandag den 9. januar 2012 kl. 19.00 i frivillig-centeret, Holtvej 8, 3230 Græsted.

Flere måske bliver væk fra generalforsamlinger fordi de er bange for, at de ved at møde op risikerer ufrivilligt at blive indvalgt i en bestyrelse. Vi syntes nu bestemt ikke det skal afholde nogle fra at komme. Umiddelbart er det ikke i lokalafdeling Nordsjælland vanskeligt at finde kandidater til bestyrelsesarbejdet, så kom endelig frit frem - vi vil glæde os til at se mange af lokalafdelingens medlemmer.

Da Lokalforeningen ønsker at byde på lidt spiseligt efter generalforsamlingen skal vi bede om tilmelding til dette senest den 4. januar 2012. Tilmelding til René Bøgeskov, tlf. 2145 9097 eller mail: reneboegeskov@gmail.com

Til slut vil jeg benytte lejligheden til at ønske alle en rigtig glædelig jul og et rigtig godt nytår.

Læs mere om lokalforeningernes tilbud på www.hjerneskadeforeningen.dk eller kontakt lokalafdelingsformand Lisbeth Holmgård på mail: Sydkajen@mail.dk eller tlf. 2044 6578.

STORKØBENHAVN

V/ LENE JUUL



Lokalforeningen Storkøbenhavn afholder fortsat medlemsarrangementer hver den første mandag i måneden. Pårørende er ligeså velkomne som skadede. Møderne finder sted på Lyshøjgårdsvej 43, 2500 Valby.

Disse mandage åbner vi dørene allerede kl. 15.00, for at hygge og være sammen og få tips fra kokkene der står for madlavningen.

Udover den 1. mandag i måneden bliver der i regionen og på lokalt plan arrangeret forskellige arrangementer. Hold øje med dem på Hjerneskadeforeningens hjemmeside www.hjerneskadeforeningen.dk, gå ind under lokalforeninger og dernæst Region Hovedstaden.

I vort Nyhedsbrevet, som bliver sendt ud til medlemmerne, vil du ligeledes se hvad der sker, så sæt kryds i kalenderen og tilmeld dig, hvis der er noget der har din interesse.

Det er nu endelig blevet en realitet at man hver mandag kan få specialundervisning i computer, korsang/musikforståelse eller afspænding, træning, bevægelse samt motion og kost.

HUSK: Generalforsamling den 23. januar 2012, kl. 19.

Bemærk, at på Lyshøjgårdsvej har også Hovedtropperne deres gang. Hovedtropperne er for unge med hjerneskrade. Hver onsdag fra kl. 17-21 har de fællesspisning, hygge, foredrag og hvad man ellers finder på. Derudover arrangeres forskellige ture. Hovedtropperne kan du finde på www.hjerneskadeforeningen.dk.

REGION NORDJYLLAND

HIMMERLAND

V/ TOVE SWARTZ



Som ny formand glæder jeg mig over en overvældende opbakning til lokalforeningen Himmerlands oprettelse. En bestyrelse på 9 medlemmer har konstitueret sig og arbejder nu på at realisere de aktiviteter, som der er behov for. Med den nye lokalafdeling håber vi at komme tættere på medlemmerne og deres nærmiljø i de tre himmerlandske kommuner: Mariagerfjord, Rebild og Vesthimmerland. Vi har fået en base i lokaler på Behandlingscentret Østerskoven i Hobro, hvilket på mange måder bidrager og inspirerer til en høj kvalificeret tilgang til hjerneskradeområdet. Men der vil også blive afholdt aktiviteter andre steder i de tre kommuner.

Bestyrelsen har foreløbig planlagt månedlige fælles arrangementer for skadesramte, pårørende og andre interesserede med oplysende foredrag og sociale aktiviteter som mål. Herudover etableres forskellige aktivitetstilbud til grupper eller enkeltpersoner.

7. december holdt vi vort julearrangement.

Derudover håber vi at se dig til følgende arrangementer:

25. januar kl. 19.00: Generalforsamling på Behandlingscentret Østerskoven, Hobro.

29. februar kl. 19.00: Café med socialt samvær.

28. marts kl. 19.00: Foredrag.

Pårørendegruppe:

Du får nu mulighed for at deltage i en samtalegruppe for pårørende. Gruppen varetages af en neuropsykolog 3-4 gange á 2 timer m.h.p. rådgivende støtte, hvorefter gruppen fortsætter som selvhjælps-/samværsgruppe med støtte fra en "tovholder". Der er tavshedspligt i gruppen. Tilbuddet er gratis. Hør nærmere på tlf. 3052 4803 eller tilmeld dig på toveswartz@mail.dk.

ASP (akut støtte til pårørende):

Er du pårørende til en person, der pludselig er ramt af ulykke eller sygdom, som påvirker hjernen? Den første tid kan være kao-



Hjerneskadeforeningen:

Læs mere om lokalafdelingernes aktiviteter på hjemmesiden www.hjerneskadeforeningen.dk under lokalafdelinger, hvor du også finder de lokale nyhedsbreve - HUSK DEADLINE TORSDAG DEN 14. FEBRUAR

tisk som pårørende, og du kan derfor få en samtale/besøg af en ASP-person, der selv har oplevet tilsvarende og som kan støtte og vejlede dig. ASP-personen har tavshedspligt. Tilbuddet er gratis. Kontakt tlf. 3052 4803.

SNUS (socialt netværksprojekt for unge senhjerneskadede):

Er du ung (omkring 16-30 år) og skadesramt og har du mod på at få hjælp til at genopbygge og bevare et socialt netværk? Og har du lyst til at være sammen med andre unge i samme situation? Så får du mulighed for at deltage i et nyt projekt for unge senhjerneskadede fra januar 2012. Der vil være aktiviteter en aften hver anden uge, som skifter imellem sociale aktiviteter på cafélignende værested på Østerskoven og arrangementer "ud af huset", bl.a. til lokale fritidsforeninger. SNUS-projektet ledes af en professionel medarbejder, og du er selv med til at planlægge aktiviteterne. Deltagelse i projektet er gratis, men du skal selv betale for fortæring og andre ekstraordinære udgifter på samme vilkår som i en fritidsforening. Hør nærmere på tlf. 2032 0884 eller tilmeld dig på birgittemariejensen@yahoo.dk

Rådgivning og vejledning:

Du er altid velkommen til at kontakte et bestyrelsesmedlem med spørgsmål vedr. hjerneskadeforeningen, eller hvis du har brug for at drøfte din situation generelt. Hvis du har behov for særlig rådgivning og vejledning i forhold til hjerneskeområdet kan du kontakte neuropsykolog Tove Swartz på tlf. 3052 4803.

Nærmere oplysninger om lokalforeningens arrangementer og aktiviteter sendes til lokalforeningens medlemmer pr. mail eller post. Hvis vi endnu ikke har din mailadresse, bedes du sende den til os, da vi gerne vil spare porto. Du kan også finde oplysninger på foreningens hjemmeside: www.hjerneskadeforeningen.dk/ lokalforeninger/region Nordjylland/Himmerland.

Hvis du har nogle idéer, er du velkommen til at kontakte os. Hvis du på andre måder har lyst til at hjælpe os med at få den nye lokalforening til at fungere, vil vi også meget gerne høre fra dig. Måske har du lyst til at hjælpe ved arrangementer eller på anden måde give en hånd med. Al hjælp værdsættes – både store og små indsatser!

NORDJYLLAND

V/ JOHN ANDERSEN



Onsdag den 7. december 2011 afholdt vi julearrangement i City House med lækker juleanretning, hygge, sang, gavespil og amerikansk lotteri.

Deltagerprisen var kun kr. 100 pr. person og drikkevarer kunne købes til små høkerpriser. Deltagerne medbragte hver en lille gave til en max værdi på 30 kr. til gavespillet.

Alle medlemmer, ægtefæller/samlever og pårørende m.v. var velkomne til at deltage.

Onsdag den 25. januar 2012, kl. 19.00 i City House, Jyllandsgade 20, 9000 Aalborg (gratis P-billet kan hentes i receptionen) afholdes ordinær generalforsamling med dagsorden ifølge Hjerneskadeforeningens vedtægter.

Der vil senere blive fremsendt udførlig dagsorden med bilag til alle medlemmerne. Efter generalforsamlingen er lokalforeningen vært ved et lettere traktement. Tilmelding af deltagerantal skal ske senest mandag den 23. januar 2012 til formanden John Andersen på tlf. 9877 1700 eller via e-mail til john@cityhouse.dk. Vi glæder os til at se jer alle til vores årlige generalforsamling, hvor alle medlemmer har mulighed for at komme med input og evt. forslag til nye bestyrelsesmedlemmer og til de fremtidige aktiviteter.

Der vil tillige ved generalforsamlingen blive taget stilling til etablering af en eventuel selvstændig Lokalforening for Vendsyssel. Nærmere herom vil fremkomme sammen med selve mødeindkaldelsen.

Opfordring:

Hvis der blandt medlemmer eller pårørende er nogle ildsjæle som har lyst til at indgå i bestyrelsesarbejdet – eller nogen som måske har gode ideer til kommende aktiviteter - så vil vi i bestyrelsen være meget glade for at få det at vide. Vi ser frem til at høre fra dig, hvis du har nogle gode forslag på hjerte.

THISTED - MORS

V/ ANNE MARIE H. LODAHL



Du er altid velkommen i vores café hver tirsdag fra kl. 14.00 til 16.00 på Kommunikationscentret Thisted, Kr. Koldsgade 3. Ca-féen er både for den skadede og for pårørende. Vi slutter året med gløgg og æbleskiver tirsdag den 6. december og starter op igen efter nytår tirsdag den 10. januar.

Paraplyen, Skovparken 1A har åben mandag, onsdag og fredag fra kl. 9.00 til 13.00 og ungegruppen torsdag fra kl. 10.00 til 12.00.



Hjerneskadeforeningen:

Læs mere om lokalafdelingernes aktiviteter på hjemmesiden www.hjerneskadeforeningen.dk under lokalafdelinger, hvor du også finder de lokale nyhedsbreve - HUSK DEADLINE TORSDAG DEN 14. FEBRUAR

Ønsker du at komme i kontakt med personalet i Paraplyen kan Karen kontaktes på tlf. nr. 2012 8076 eller Linda på tlf. nr. 2369 3960.

Vi holder generalforsamling onsdag den 18. januar kl. 17.30 på Kommunikationscentret, Kr. Koldsgade 3. Der bliver sendt en indbydelse ud i december måned.

Så vil bestyrelsen ønske alle en rigtig god jul og et godt nytår. Vi ses forhåbentlig til vores aktiviteter i 2012.

REGION MIDTJYLLAND

HEDENSTED/HORSENS

V/ BERIT NYBROE



Hedensted-Horsens holder generalforsamling lørdag d. 28.1.2012 kl. 14.00.

Brev sendes ud til medlemmerne.

MIDT-/VESTJYLLAND

V/ ELMER S. GADE



Siden sidst har vi haft et par særdeles velbesøgte arrangementer. Det første var en tur til Præstbjerg Naturcenter, hvor der i de hyggelige lokaler blev serveret både grillstegte og kogte pølser med tilhørende kartoffelsalat.

Herefter var der 15 spørgsmål til professoren, hvilket var med til at skabe en rigtig god stemning. Der var naturligvis gevinster. Efterfølgende var der kaffe med lagkage.

Herefter havde vi i samarbejde med Handi-Aktiv Midt Vest et arrangement med Christian Bitz: "Luk munden let røven". Et foredrag om hvad der er fundamentet for et velfungerende liv.

Næste arrangement var "Ben og bowling", der som sædvanligt afholdtes i Holstebro. Efter at de særdeles store ben med tilhørende kartofler og salater var sat til livs, blev der afholdt amerikansk lotteri med mange gevinster. Og så var det tid til at bowle – og der blev bowlet til den store gulmedalje.

Endnu et godt og hyggeligt arrangement.

Vort næste arrangement blev den 29. november. Da afholdt vi den årlige julefrokost/-banko. Som tidligere år foregik dette på Humlum Kro. Også i år var der et fortrinligt julebord, samt mange flotte gevinster. Alt sammen fik man for en god "hund".

Sidste arrangement i dette foreningsår vil være generalforsamlingen, der finder sted i januar 2012.

I forbindelse med generalforsamlingen vil der blive udsendt indbydelse til hvert enkelt medlem.

RANDERS

V/ OLE STØVRING



Det er med stor beklagelse, at vi erfarede, at Johannes Johs. Kristensen, afgik ved døden d. 9. oktober. Johannes kendte vi i foreningen som en tjenstvillig person, og han var meget glad for kontakten med andre mennesker.

Æret være hans minde.

Julen nærmer sig og vi afholdt julefrokost allerede d. 8. december med pårørende.

Micro-Rolltalkén, som vi sidste år fik sponsoreret af Aage og Johanne Louis-Hansen Fonden har været udlånt med stor succes, så stor at vedkommende har besluttet sig for at købe sin egen. Derfor er den igen ledig til udlån. Micro Rolltalk er et kommunikationshjælpemiddel, se nærmere i bladet. Er du interesseret, så kontakt Ole Støvring, tlf. 2117 7330.

SILKEBORG

V/ ANNE GRETHE NYBORG



Vores besøg hos Silkeborg Roklub, var en meget inspirerende aften, for medlemmerne og deres pårørende. Keld Sørensen holdt et spændende oplæg, omkring de senhjerneskadede der går til roning, og vi fik lov at prøve romaskinerne. Nogle få medlemmer er så gode i dag, så de også er med ude at ro på vandet. Keld har selv været ramt af flere blodpropper, så han har stor forståelse, for de vanskeligheder man kan have efter en hjerneskade. Der er plads til flere på Hjerneholdet, hvis du trænger til at få motion, snak og et godt grin.

Ny hjerneskadekoordinator i Silkeborg kommune er Charlotte Brøndum. Hun blev ansat 15. november. Hvis du som senhjerneskadet eller pårørende har brug for vejledning eller hjælp er det hende, der kan kontaktes.

Generalforsamling mandag den 30. januar 2012. Medborgerhuset Bindsevs Plads 5, Silkeborg. Dagsorden bliver udsendt, sammen med forårsprogrammet i juleferien.



Hjerneskadeforeningen:

Læs mere om lokalafdelingernes aktiviteter på hjemmesiden www.hjerneskadeforeningen.dk under lokalafdelinger, hvor du også finder de lokale nyhedsbreve - HUSK DEADLINE TORSDAG DEN 14. FEBRUAR

Samværs kaffe/brød

Onsdag i lige uger mødes de sen hjerneskadede til samværskaffe, klokken 10.00 til 12.00 på Medborgerhuset, Bindslevs Plads 5, 8600 Silkeborg.

Pårørendegruppe

På nuværende tidspunkt har vi en pårørende gruppe, som mødes 1. gang om måneden, der er plads til nye deltager og nye grupper kan også etableres. Ønsker du at være med i gruppen, kontakt formand.

Bestyrelsen:

Formand Anne Grethe Nyborg, agpedersen@privat.dk, tlf. 2984 6114.

Kassere Britta Bang, brittabang@msn.com, tlf. 2325 8643.

Sekretær Susanne Schroll, sus.schroll@gmail.com, tlf. 2910 9984.

Runa Mattesen, mattesen@fibermail.dk, tlf. 2144 0638.

SKIVE

V/ TRACY FLEUR PEDERSEN



Jeres lokalafdeling lukker ned for juleferien fra 17. dec tom 3. januar.

Vores generalforsamling er skemalagt til torsdag den 19. januar kl. 18.45 og finder sted på Social og Sundhedsskolen, Arvikavej 7, 7800 Skive. Dagsorden ifølge vedtægterne. Foreningen er vært med aftensmad der serveres kl. 18. Ønsker du at spise med, skal du, af hensyn til køkkenet, tilmelde dig hos Dora på tlf. 3011 9643 senest 16. jan.

Akut støtte til pårørende

Er du pårørende til en person, der har fået en hjerneskode? Så kan du kontakte en frivillig pårørende, der selv har oplevet, hvordan det føles, når et nært familiemedlem har fået en hjerneskode. De har gjort sig mange erfaringer, som måske kan hjælpe dig, der står i en tilsvarende situation. Som støtteperson kan Bente og Birthe være med til at hjælpe dig med dette gratis tilbud. Henvend dig til Bente Kristiansen, tlf. 8688 1527 eller Birthe Jensen, tlf. 8663 9554.

Bisidder

En person har ret til at have en bisidder med til samtaler hos de forskellige behandlere, læger og alle offentlige myndigheder efter forvaltningsloven. Har du brug for en bisidder ved møder med de

offentlige, sagfører, forsikringselskaber osv., så henvend dig til Birgitte Jørgensen, Skive, tlf. 9751 3859 eller Bente H. Kristiansen, Viborg, tlf. 8688 1527.

Café Lydhør

En støttegruppe for dig, hvis du bare har brug for at komme hjemmefra og snakke om løst og fast med andre ligestillede. Alle er velkommen: Du behøver ikke at være medlem af Hjerneskadeforeningen for at deltage.

Vi mødes på "Mødestedet" Resenvej 17, Skive hver onsdag fra kl. 10 til 12 og der kan købes te og kaffe til rimelige penge. Kom og vær med til at gøre caféen til et levende og hyggeligt mødested.

Kontor tid

Hvis du er interesseret i vores arbejde, aktiviteter, pårørende-, eller selvhjælpsgrupper kontakt vores formand: Tracy Fleur Pedersen, telefonisk mellem kl. 14 til 18 til hverdag på mobilen 21 58 06 59. Alternativt, hver onsdag, fra kl. 12 til 13 kan formanden træffes i "Sundhedshuset", som forefindes på 3. sal af Skive Sygehus. (undtaget sommer og jule ferie)

VIBORG

V/ NIELS JACOB VESTERGAARD



Generalforsamling afholdes tirsdag den 17. januar 2012 kl. 19.00 på Stationen, Lille Sct. Hansgade 7, 8800 Viborg.

I det fjerne lyder klokkerne, snart oprinder dagen, dagen vi længe har ventet på og glædet os til, og her tænker alle nok på 24 december, og det er jo selvfølgelig også rigtigt. Dagen mange har et næsten ligeså forventningsfuldt forhold til er d. 21 december, dagen som er den korteste og altså den dag hvor det vender. Vinteren vender nok ikke, den kan, jævnfør de erfaringer som mennesker bruger energi på at samle, risikere at blive hårdere i både januar og februar, men fra den dag, går det mod lysere tider, og det er, i næsten alle sammenhænge, noget positivt, og altså et positivt bidrag til vores tilværelser efter et kold, våd og mørk efterår.

Sjovt nok er der, mellem de to begivenheder, måske en sammenhæng, der fører højtiden helt tilbage til vore tidligste forfædre, men det bliver nok en helt anden historie og i alle tilfælde bliver det ikke denne gang.

Lige lidt fra vores egen lille store verden.

Jeg synes, at vores "lille" afdeling udvikler sig godt, vi får langsomt flere medlemmer, hvilket jo egentlig ikke er positivt, men da skaden



Hjerneskadeforeningen:

Læs mere om lokalafdelingernes aktiviteter på hjemmesiden www.hjerneskadeforeningen.dk under lokalafdelinger, hvor du også finder de lokale nyhedsbreve - HUSK DEADLINE TORSDAG DEN 14. FEBRUAR

for alle nye medlemmer jo er sket, så er det godt, at de finder behov for at komme i vores forening.

Vi er begyndt at blande os mere i de forhold, der tilbydes vore medlemmer, det er vi, når det gælder kommunale forhold, og det er vi på regionalt niveau. Jeg skrev for nogen tid siden, at pårørende-forhold er et stort ønskeområde for bestyrelsen, men jeg må desværre nok konstatere, at det her ikke, lige i øjeblikket, opleves, som vi går mod lysere tider. Dog befinder vi os på et sted, hvor den eneste vej derfra er mod lysere tider. De forhold der tilbydes pårørende, er efter min opfattelse så ringe, og det sidste slag i den "kamp" er ikke slået, og jeg er overbevist om, at det lykkes at gøre livet som pårørende lettere. Det vil nok aldrig lykkes at gøre overgangen fra at være pårørende til en skadet, ligegyldig om man er ægtefælle til, barn af, forælder til eller har en anden relation, lykkelig. Det vil nok altid være en svær kamp, men hvis og når vore ønsker om en langt større indsats går i opfyldelse, så bliver det forhåbentlig en kamp med en lykkelig udgang.

Vi kæmper videre for alle I, der har den kamp behov.

Vi har fået taget hul på ungdomssiden, der er aftalt et møde mellem unge hjerneskadede i vores kommune og Hjerneskadeforeningens ungdomsorganisation. Datoen er fastlagt og de mennesker mellem 18 og 35 år med en hjerneskade, som vi kender eksistensen af, er kontaktet. Vi håber i bestyrelsen, at det bliver en indsats, der vil bære ind i fremtiden. Har du en viden om et menneske mellem 18 og 35, som har erhvervet sig en hjerneskade, og som kunne have fornøjelse af at være sammen med andre i samme situation, så ring til mig eller bed vedkommende om at ringe til mig på tlf. 4018 3135.

Vores kasserer har desværre meldt fra, og vi har lige nu ikke nogen. Ninette har et barn, som er ramt af en hjerneskade, og forholdene omkring det barn er lige nu så svære, at Ninette ikke har den fornødne tid og den fornødne energi til længere at varetage også jobbet som vores økonomiminister, hvilket vi i bestyrelsen beklager meget, men også forstår.

Tak Ninette for den indsats du har ydet for foreningen, vi har været glade for at have dig blandt os, og vi håber, at du får så meget orden på forholdene omkring din datter, at vi igen kan have fornøjelse af dine mange evner.

Jeg vil bede alle I pårørende til skadede i vores afdeling, om I vil overveje at gå ind i bestyrelsesarbejdet, vi er jo en forening for både skadede og deres pårørende, og vi mangler mennesker, som i højere grad kan tale de pårørendes sag.

Jeg ønsker alle en rigtig glædelig jul et godt nytår, og jeg ønsker, at næste år må blive endnu bedre end dette år har været.

ÅRHUS - ØSTJYLLAND

V/ JETTE SLOTH



Adresse: MarselisborgCentret byg. 11, parterre
P.P. Ørumsgade 11, 8000 Århus C.
Tlf.: 8949 1717.

Tlf. tider: Mandag - torsdag kl. 9.00-12.00.

Træffetider: Formand Jette Sloth mandag kl. 9 - 16, onsdag kl. 9-12, torsdag kl. 7.30-9.15.

Socialrådgiver Ellen Matthiesen onsdag og torsdag 9-12.30

Rådgiver, lektor, emer.cand.cient.pol. Viggo Jonassen, mandag kl. 10-12.

Socialpædagoger Lenette G. Andresen og Nanna Jeppesen, mandag kl. 12-16, tirsdag -torsdag kl. 9-13.

Faste aktiviteter: Åbent kontor: mandag kl. 9 - 12, Samværdsgruppe for skadede: mandag kl. 13.30 - 16.00, Kreative aktiviteter: torsdag kl. 10.00 - 13.00, Pårørende Cafe: første tirsdag i hver måned fra kl. 18.00 - 20.30, Hovedtropper: 3. onsdag i hver måned fra kl. 18.00 - 21.00, undervisning/kurser: alle ugens dage.

Generalforsamling: Lørdag den 28. januar 2012 kl. 10.00 i vore lokaler på MarselisborgCentret (se ovenfor).

Øvrige aktiviteter: Se www.hjerneskadeforeningen.dk - lokalafdelinger - region midt - se Århus.

Yderligere oplysninger kan fås ved henvendelse på 8949 1717 i telefontiden.

REGION SYDDANMARK

FYN

V/ INGEMANN JENSEN



Hjerneskadeforeningen var med på Avistorvet

Danske Handicaporganisationer markerede det første år, efter at Danmark ratificerede Handicapkonventionen på Avistorvet i Odense. I den forbindelse stillede LEV og Hjerneskadeforeningen op med informationsstande. Hjerneskadeforeningen var repræsenteret ved Camilla Krag Gotfredsen fra Hovedtropperne og Kirsten Grove fra Hjerneskadeforeningen og der var pæn interesse for Hjerneskadeforeningens informationsstand, som stod sammen med www.sos-portal.dk

Endvidere var der pænt besøg til selve arrangementet, hvor der blev holdt taler af både politikere og folk fra handicaporganisationerne.



Hjerneskadeforeningen:

Læs mere om lokalafdelingernes aktiviteter på hjemmesiden www.hjerneskadeforeningen.dk under lokalafdelinger, hvor du også finder de lokale nyhedsbreve - HUSK DEADLINE TORSDAG DEN 14. FEBRUAR

Hjerneskadeforeningen Fyn prøver som noget nyt at arrangere faste medlemsmøder hver anden og fjerde torsdag på adressen Kallerupvej 58, 5000 Odense C. Her er lokalerne på Rådgivnings- og Kontaktcentret ledige i aften timerne. Forholdene for kørestolsbrugere er gode, ligesom der er bybus tæt ved. Vi har mærket et behov for møder, hvor erfaringsudveksling og socialt samvær, er det bærende. Vi vil naturligvis give møderne et supplerende indhold efter deltagernes ønske.

Fra 1. januar etableres der "Hovedhus" i Odense Kommune – det kommer til at hedde ARK'en, som står for Arbejdsrehabiliteringsklubben.

I Nordfyns Kommune har et tæt samarbejde med Nordfyns Frivillighedscenter og Hjernesagen bevirket, at der sandsynligvis etableres en pårørendegruppe.

Den 25. januar 2012 er der generalforsamling på Rytterkasernen 17, 5000 Odense C kl. 19.



- 1 suppleant for en 1-årig periode
 - Repræsentanter til repræsentantskabet
8. Eventuelt

Dato: torsdag den 29/12 2011 kl. 19.00

Sted: Heine Hansen, Troldekovvej 18 i Svendborg

Har du behov for samkørsel eller blive hentet ved tog/bus –kontakt Lonnie for nærmere på tlf. 2020 4080.

Bestyrelsen byder på kaffe/te samt kager.

Støt op om foreningen ved at deltage!!!!

Bestyrelsen ønsker alle en rigtig glædelig jul samt et godt nytår.

HADERSLEV

V/ ALITE KAROLINE PETERSEN



Lokalklubben "Slapperasen"

Adr.: Aktivitetscentret, Glentevej 39, 6500 Vojens.

Vi mødes 1ste og 3die tirsdag kl. 14.00 – 18.00 hver måned til stolegymnastik, hobbyarbejde, foredrag, spil og socialt samvær + kaffe.

Der afholdes ordinær generalforsamling tirsdag d. 24. januar 2012 kl. 18.00.

Indkaldelse vil blive fremsendt til medlemmerne pr. post.

SYDFYN

V/ LONNIE BRAAGAARD



Bestyrelsen indkalder hermed til generalforsamling med følgende dagsorden:

1. Valg af dirigent
2. Bestyrelsens beretning til godkendelse
3. Fremlæggelse af regnskab
 - a. regnskabet indstilles til godkendelse på førstkommende repræsentantskabsmøde
4. Behandling af indkomne forslag (forslag skal være formanden i hænde senest den 14/12 2011)
5. Drøftelse af lokalforeningens arbejde fremover
6. Fremlæggelse af budget for 2012 til godkendelse
7. Valg af:
 - Kasserer (Pia ønsker genvalg)
 - 3 bestyrelsesmedlemmer for en 2-årig periode (Heine og Bjarne ønsker genvalg)

SYDVESTJYLLAND

V/ ALEX JENSEN



Hjerneskadeforeningen i Sydvestjylland har afholdt sin første ordinære generalforsamling den 22. november på Vindrosen i Esbjerg. Efter en række ønsker fra medlemmerne er vi ved i samarbejde med Hjerneskadeteamet i Esbjerg og CSV-Esbjerg at etablere en pårørendegruppe som skal starte efter jul.

I forhold til de fremtidige klubber og aktiviteter er der lige udsendt et spørgeskema.

Endelig arbejder vi med at lave en anbefaling som skadede og pårørende kan tage med til den praktiserende læge, der overfor lægen anbefaler en række behandlingstyper og steder.



Hjerneskadeforeningen:

Læs mere om lokalafdelingernes aktiviteter på hjemmesiden www.hjerneskadeforeningen.dk under lokalafdelinger, hvor du også finder de lokale nyhedsbreve - HUSK DEADLINE TORSDAG DEN 14. FEBRUAR

SØNDERBORG

V/ PIA J. KETELSEN



Cafe syd afholdes 1. og 3. onsdag i hver mdr. Tilmelding til Pia på tlf. 2047 4349.

Sønderborg har i oktober afholdt stort kaffebord med hjemmebagte kager, og det var en stor succes.

Næste arrangement er vores julefrokost – med overraskelser – som holdes i aktivitetslokalerne på Ulkebøl Plejehjem. Invitationer er sendt ud først i november sammen med en lille hyggelig julehilsen til alle medlemmer i Sønderborg.

Generalforsamling afholdes 21. januar på Troldhøj i Nørreskoven, og indkaldelse blev udsendt sidst i november.

Vi ønsker glædelig jul til alle!

VEJLE, FREDERICIA OG KOLDING

V/ CARSTEN LYKKE-KJELDEN



I det sene efterår har lokalforeningen arrangeret et møde med socialrådgiverne Helen Lustrup og Eva Hollænder og desuden afholdt en ”risengrødsfest” som julearrangement. Forårsprogrammet er stadig i støbeskeen, men kan ses under lokalafdelingen på foreningens hjemmeside.

Følgende ligger dog nu fast: Generalforsamlingen afholdes den 25. januar kl. 18-21 i Frivillighuset, Vendersgade 63, 7000 Fredericia.

Den 20. maj klokken 10-14 stævner det gode skib Mira fra havnen i Middelfart ud på den traditionsrige forårssejlads på Lillebælt.

AABENRAA/TØNDER

V/ ERLING KASPERSEN



Årets julefrokost blev afholdt den 3. december på Holbøl Landbohjem. I september var vi sammen med Haderslev afd. afsted med 33 personer til Hartzen. Den 12. november havde vi et arrangement på Skærbæk fritidscenter. Den 28. oktober modtog vi

en pengegave på 25.000 kr. fra nordslesvisk kvindeforening på folkehjemmet i Åbenrå.

Vores generalforsamling afholdes 7. januar kl. 14 på Mølleværk 24. Dagsorden er udsendt til medlemmerne.

REGION SJÆLLAND

KØGE BUGT

V/ WILLY ANDERSEN



Lokalforeningen har fast månedlig cafe-møde den første tirsdag i hver måned (ikke lørdag/søndag og helligdage) mellem kl. 15.45 og 18.00. Det sker i Møllebo, Nr. Boulevard 101 st. th. i lokale ”Æblekøkenet”, et meget handicapvenligt lokale, hvor du over kaffe m. brød kan møde ligesindede og nogle fra bestyrelsen til en hyggelig snak; nogle gange er der også andet på programmet. Der er både bus 121 og 101A til døren, og S-tog og regionaltoget tæt på. Der er ingen tilmelding, bare mød op, og deltagelse er gratis.

Øvrige aktiviteter kan ses i nyhedsbrevet og i lokalforeningens afsnit på foreningens webside – se www.hjerneskadeforeningen.dk. Klik på lokalforeninger ude til venstre. Kom frit frem og deltag!!

Vi holder den årlige ordinære generalforsamling søndag d. 29/1 2012 kl. 16 på Møllebo (se ovenfor). Der er spisning bagefter, kræver dog tilmelding til Willy senest dagen før.

Hvorfor mure sig inde, når man kan more sig ude!!

SYDSJÆLLAND, MØN OG LOLLAND-FALSTER

V/ ARNE HØEGH



Der afholdes generalforsamling d. 19. januar 2012 på Vordingborg Sygehus. Der vil blive udsendt nærmere information til medlemmerne.

Frivillighedsdag på Torvet i Nykøbing F.

Hjerneskadeforeningen for Sydsjælland, Møn og Lolland-Falsters deltog sammen med 41 andre foreninger i den stort anlagte Frivillighedsdag i Guldborgsund Kommune.

Efter morgenkaffe i Guldborgsund Frivillighedscenter var en del af lokalpolitikere på besøg hos forskellige frivillige organisationer, der gerne hver især ville fortælle om deres netop tilbud.

Om eftermiddagen samledes de mange frivillige i et strålende ef-



Hjerneskadeforeningen:

Læs mere om lokalafdelingernes aktiviteter på hjemmesiden www.hjerneskadeforeningen.dk under lokalafdelinger, hvor du også finder de lokale nyhedsbreve - HUSK DEADLINE TORSDAG DEN 14. FEBRUAR



terårsvej på Torvet i Nykøbing F. Kommune, hvor de enkelte foreninger fra hver deres stadeplads fortalte om og uddelte materiale. Hjerneskadeforeningen havde til dagen fundet frem til sloganet "Pas på pæren," og markerede det yderligere ved at uddele pærer med foreningens logo – en stor succes.

Som en frivillig indsats og et netværk mellem kreative mennesker i Guldborgsund var der kreeret en frivilligsang med tekst af leder af Frivillighedscentret, Inge Hansen og musik af Connie Skovart. Sangen blev nogle gange i løbet af eftermiddagen sunget af en gruppe unge fra MultiCenter Syd.

Lokalforeningen har traditionen tro afholdt et vellykket bowlingarrangement i Vordingborg Bowlingcenter.

VESTSJÆLLAND

V/ LISE NIELSEN



Til opslagstavlen januar, februar og marts 2012

Aktiviteter i Hjerneskadeforeningen

Januar:

Torsdag den 5. januar i Sorø kl. 13.00-17.00 Torsdags Café

Torsdag den 5. januar i CSU, Slagelse kl. 17.00: Generalforsamling

Torsdag den 12. januar i Sorø kl. 13.00-17.00 Torsdags Café

Mandag den 16. januar i Sorø kl. 18.00-20.00 i Sorø: Pc - Café

Torsdag den 19. januar i Sorø kl. 13.00-17.00 Torsdags Café

Mandag den 23. januar i Sorø kl. 18.00-20.00 i Sorø: Pc - Café

Torsdag den 26. januar i Sorø kl. 13.00-17.00 Torsdags Café

Mandag den 30. januar i Sorø kl. 18.00 i Sorø: Medlemsmøde

Spisning og foredrag

Februar:

Torsdag den 2. februar kl. 13.00-17.00 i Sorø: Torsdags Café

Torsdag den 2. februar kl. 17.00 - 20.00 i Slagelse: Medlemsmøde

Fredag den 3. februar Nytårstaffel i Sorø kl. 18.00-? i Sorø: Husk sæt X i kalenderen.

Mandag den 6. februar i Sorø kl. 18.00-20.00 i Sorø: Pc - Café

Torsdag den 9. februar i Sorø kl. 13.00-17.00 Torsdags Café

Mandag den 13. februar i Sorø kl. 18.00-20.00 i Sorø: Pc - Café

Torsdag den 16. februar i Sorø kl. 13.00-17.00 Torsdags Café

Mandag den 20. februar i Sorø kl. 18.00-20.00 i Sorø: Pc - Café

Torsdag den 23. februar i Sorø kl. 13.00-17.00 Torsdags Café

Mandag den 27. februar i Sorø kl. 18.00 i Sorø: Medlemsmøde
Spisning og foredrag

Marts:

Torsdag den 1. marts i Sorø kl. 13.00-17.00 Torsdags Café

Torsdag den 1. marts i Slagelse kl. 17.00-20.00 Medlemsmøde

Mandag den 5. marts i Sorø kl. 18.00-20.00 i Sorø: Pc - Café

Torsdag den 8. marts i Sorø kl. 13.00-17.00 Torsdags Café

Mandag den 12. marts i Sorø kl. 18.00-20.00 i Sorø: Pc - Café

Torsdag den 15. marts i Sorø kl. 13.00-17.00 Torsdags Café

Torsdag den 22. marts i Sorø kl. 13.00-17.00 Torsdags Café

Mandag den 26. marts i Sorø kl. 17.00 i Sorø: Medlemsmøde
Spisning og social hygge

Torsdag den 29. marts i Sorø kl. 13.00-17.00 Torsdags Café

Du kan læse mere om vores arrangementer i næste Nyhedsbrev og på vores hjemmeside www.hjerneskadeforeningen.dk mød os også på Facebook – hjerneskadeforeningen Vestsjælland.

Forbehold for ændringer.

HUSK tilmelding til bestyrelsen en uge før, ellers risikerer mødet at blive aflyst.

Sorø

Slagelse

Sorø kultur og fritidscenter

CSU- Slagelse

Frederiksvej 27

Sverigsvej 15

4180 Sorø

4200 Slagelse

Tilmelding til bestyrelsen:

Lise Kiving 2299 3972 lise-n@live.dk Dan Kiving 5357 8100 dan.kiving@live.dk

Er du flyttet...

Husk at oplyse din nye adresse til Hjerneskadeforeningen på tlf.

4343 2433 eller e-mail: info@hjerneskadeforeningen.dk

Du kan også sende din flyttemeddelelse til:

Hjerneskadeforeningen, Brøndby Møllevvej 8, 2605 Brøndby



Hvem skal bestemme?

**Af Svend-Erik Andreasen,
direktør, Hjerneskadeforeningen**

Arv er et værdifuldt redskab i bestræbelserne for at forbedre de hjerneskaderamte og de pårørendes livsvilkår.

Tidligere var det opfattelsen, at oprettelse af testamenter nok var noget, personer med formuer og overflod ulejlige sig med at få gjort.

Efter den nye arvelov er vedtaget ser det synspunkt i dag ud til at have ændret sig.

I den nye arvelov er tvangsarven blevet mindre, hvorved der er en større del, man selv kan disponere over.

Efter at Hjerneskadeforeningen udsendte brochuren "Hvem skal bestemme over din

arv?", har der glædeligvis været rettet flere forespørgsler om dette emne til Landskontoret.

Venligst bemærk, at eksemplerne på beregning af beløb til arvinger også er gældende for 2012.

Brochuren er lagt på foreningens hjemmeside www.hjerneskadeforeningen.dk under punktet "Hvordan kan jeg støtte?" og vil dér løbende blive opdateret.

Hjerneskadeforeningen håber, at du i forbindelse med eventuelle overvejelser vedrørende arv vil tænke på os i en god sags tjeneste!



Forsiden af Hjerneskadeforeningens brochure. Du kan se hele brochuren på vores hjemmeside.

Vi kan af gode grunde aldrig efterfølgende komme til at takke de mennesker der testamenterer til fordel for Hjerneskadeforeningen, vi kan kun takke på forhånd - hvad vi hermed gør.

Hjerneskadeforeningen

modtager med taknemmelighed alle donationer - store som små

En donation kan f.eks. foretages i forbindelse med den kommende indbetaling af det årlige medlemskontingent. Donationer er afgiftsfri for foreningen og kan således ubeskåret anvendes i foreningens arbejde.

Almindeligt fradrag 2011

De første 500 kr., du giver til en humanitær forening, kan ikke trækkes fra. Men overstiger den samlede pengegave til foreningen 500 kr., kan du i 2011 fratække op til 14.500 kr.

Eksempel 1: Betaler du i 2011 15.000 kr. til en forening, vil du kunne trække 14.500 kr. fra. Beløbet behøver dog ikke blive indbetalt på én gang. Eksempel 2: Indbetaler du f.eks. 4 x 200 kr. i løbet af et år, vil du kunne fratække 300 kr.

Gavegivere skal oplyse CPR-nummer hvis man ønsker fradrag i skatten for de beløb man har indbetalt.

Hjerneskadeforeningens girokonto er: 1950096 · Mærk venligst med "gave"

