

DANSK HANDICAP FORBUND

---

# AALBORG



# RG

---

Aalborg og Jammerbugt kommuner



*Fotograf: Jan Pedersen*

# Indholdsfortegnelse

Indholdsfortegnelse .....	side 3
Kære medlem .....	side 5
Hjælpebidler og ferieophold.....	side 7
Kom og vær' med.....	side 7
Ændring af kørsel .....	side 9
Farvel til Aase.....	side 11
Udflugten til Slettestrand .....	side 11
Forårsfest.....	side 15
Flexiture med NT.....	side 17
DHF's holdaktiviteter.....	side 19
Aktivitetsskalendarer .....	side 21
Tirsdagsklubben på Lejbjergcentret .....	side 21
Informationer.....	side 22
Bestyrelseslisten .....	side 23
Udtræden af bestyrelsen .....	side 23

**Ønsker du bladet på CD?**

*Skriv til [bestyrelsen@dhf-aalborg.dk](mailto:bestyrelsen@dhf-aalborg.dk)*

*Forsiden:*

*Motiv fra udflugten til Slettestrand*

*Fotograf: Jan Pedersen*

# Kære medlem

Sikke en sommer, med hedebløge og torden-skrald – for bestyrelsen både helt konkret og i overført betydning!

Kommunernes økonomi er presset og det ved vi, at nogle af jer mærker, i form af afslag på ansøgninger om hjælpemidler, personlig/praktisk hjælp, handicapbetingede merudgifter mv. DHF Aalborg har mærket det i form af et beskåret tilskud fra kommunen, i de midler som vi skal lave alle de medlemsrettede aktiviteter for – det såkaldte tilskud til frivilligt socialt arbejde.

Konsekvensen af den pressede økonomi er, at bestyrelsen har måttet se kritisk på afdelingens omkostninger. Noget kan vi tilrette straks, hvor andet fordrer mere langsigtede dispositioner.

Vores årlige ferietur er eksempelvis en omkostningstung aktivitet, som generalforsamlingen bad os genoverveje – dette års ferietur har vi ikke kunnet ændre, men fremadrettet kan vi justere formen i vores rejseaktivitet. Noget vi har kunnet justere allerede nu er vores kørselsordning og det har vi gjort – medlemmer med behov for kørsel får fortsat dette tilbud og til samme pris, men vi har valgt en løsning der er billigere for DHF Aalborg og desuden mere fleksibel for det enkelte medlem. Det kan du læse mere om inde i bladet.

I sommerferien fik vi en barsk nyhed, da vi fik varslet en stigning i lejen af svømmefaciliteterne på Lejbjergcenteret – en stigning hvormed lejen fra 2011 bliver ti gange højere! Lejbjergcenteret har også mærket de kommunale besparelser og det smitter så af på os! I skrivende stund kan vi ikke overskue konsekvenserne, bestyrelsen arbejder videre med problemstillingen, men i yderste konsekvens kan det betyde, at vi fremover ikke vil

kunne tilbyde svømning i varmtvandsbassin.

DHF er en af flere handicaporganisationer, der tilbyder varmtvandssvømning og er ramt af lejestigningen. Med lejestigningen, udgiften til livredder, underviser og hjælpere, bliver det svært for alle foreninger, at tilbyde varmtvandshold som medlemmerne kan betale, for med de allerede reducerede tilskud til vores arbejde, kan vi næppe hente lejestigningen i frivilligpuljen.

Svømning er et eftertragtet medlemstilbud, fordi det er med til at vedligeholde den enkeltes funktionsniveau - øge deres velbefindende og livskvalitet. For mange er varmtvandsbassinet den eneste mulighed de har, for at kunne bevæge kroppen. De enkeltpersoner der rammes, hvis vi må lukke svømning, vil have svært ved at finde et andet tilbud og det kan få konsekvenser for deres fysiske og psykiske funktionsniveau. Det er ikke usandsynligt, at det vil føre til øgede omkostninger til behandling – udgiften flyttes så til en anden kasse og en række mennesker med handicap betaler med en forringet livskvalitet!

Sommeren var også præget af skandalen i hjemmeplejen, hvor det kom frem i pressen, at medarbejderne nogle steder snyder borgerne for den bevilgede hjælp, for at kunne holde timelange pauser og ordne private gøremål i arbejdstiden.

Bestyrelsen og jeg har naturligvis gjort os tanker, om denne praksis også forekommer i Aalborg og Jammerbugt kommuner. Jeg vil opfordre jer til, at fortælle os om jeres oplevelser, hvis i ikke får den bevilgede hjælp – det skal frem i lyset, hvis der også fuskes i vores område!

*(fortsættes side 7)*

Heldigvis er alt ikke skidt og økonomiske trængsler. Vi afsluttede første halvår med et par meget vellykkede arrangementer – en fest og en udflugt! Samtidig oplevede vi stor efterspørgsel på vores aftentur i Zoo senere på året. Det er dejligt for bestyrelsen, at vores arbejde belønnes med glade og interesserede medlemmer – men det forpligter også, for de

kommende arrangementer skal være mindst ligeså efterspurgt og vellykkede!

Lotte Mørkhøj



Formand

---

## Hjælpebidler og ferieophold

Det har hidtil været svært at få bevilget hjælpebidler, hvis man f.eks. ferierede i sit sommerhus. Man skulle selv medbringe de hjælpebidler, som man var bevilget på hjemadressen.

Ankestyrelsen har imidlertid truffet en principafgørelse (c-49-06). Hvis der er tale om en væsentlig afhjælpning af dit handicap skal kommunen bevilge ekstra hjælpebidler til brug i sommerhuset. I den pågældende sag havde ansøger oplyst, at hun ønskede at holde ferie 1

uge forår og efterår samt 2 uger om sommeren.

Ankestyrelsen lagde vægt på ansøgers mulighed for at holde ferie i Danmark, som ikke-handicappede. Det sidste er interessant, fordi det overordnede hensyn ikke ret ofte ses i disse afgørelser. Før denne afgørelse blev man henvist til at skulle benytte handicapegnede feriesteder med de nødvendige hjælpebidler.

*Annette Christensen*

## Kom og vær' med!

### **Sig go'nat til dyrene i Aalborg Zoo**

Torsdag den 30. september kl. 18-20  
– det er muligt at komme ind i haven  
og spise kl. 17.00.

Pris 25 kr. – mad og drikke er for egen  
regning (medbragt mad må spises i haven).

Vi blev blæst omkuld af tilmeldinger til Zoo-  
turen og har derfor besluttet at undersøge,  
om der er basis for at udvide arrangementet,  
så vi bliver vist rundt i 2 hold.

Ring til Annette Christensen  
Tlf. 9827 2298 / 2229 0405,  
hvis du er interesseret i at komme med!



# Ændring af kørsel

## til klub og undervisning

Bestyrelsen har besluttet at ændre kørselsordningen til Tirsdagsklub, med virkning fra sæsonstart nu i september måned.

Den nye ordning er mere fleksibel end vores hidtidige kørselsordning. Det er muligt at komme tidligere hjem, hvilket flere medlemmer har efterspurgt og det er muligt at få kørsel til enkelte klubdage, hvilket er en fordel for medlemmer der ikke går til undervisning.

Din udgift vil være uændret og der vil fortsat være tale om kollektiv kørsel, men fremover skal du selv bestille kørsel til hver klub/undervisningsdag.

Du skal selv betale for hver kørsel direkte til chaufføren (husk penge til betaling). Første klubaften skal du have en kvittering for turen, så du kan dokumentere din udgift. Du vil få refunderet forskellen på det klubkørselen plejer at koste og det din flextur koster. Udbetalingen vil finde sted den sidste klubaften (tirsdag, den 23. november), eller efter aftale.

Du skal fremover selv bestille kørsel til hver klub/undervisningsdag. Kørslen skal bestilles hos NT, som en flextur. Hvis du er kørestolsbruger og f.eks. skal bruge liftbil eller rampe, skal du fortælle det ved bestillingen. Du skal være klar til afhentning ved din gadedør på det aftalte afhentningstidspunkt.

Vi anbefaler, at du bestiller kørselen med ønsket ankomst på Lejbjergcentret kl. 18.45 (17.45 til det tidlige svømmehold) – hjemtransporten kan du bestille efter eget ønske. Du bliver hentet op til 15 minutter før og 45 minutter efter det ønskede afhentningstidspunkt, ved bestillingen får du det præcise afhentningstidspunkt oplyst af NT.

Hvis du ikke kan komme til/fra din gadedør uden chaufførens hjælp og derfor ikke kan bruge flexkørsel, skal du kontakte Peter Klitgaard på tlf. 29 93 12 62 der ligeledes kan hjælpe dig hvis du har spørgsmål til den nye kørselsordning.

Lotte

## Bestilling

Flextur kører ikke efter en fast køreplan. Den tilrettelægges fra time til time, og du skal selv bestille din kørsel hver gang, du vil af sted.

### **Kørsel bestilles på tlf. 99 34 11 34 mellem 07.00-20.00**

Senest 2 timer før ønsket afhentning ringer du til bestillingscentralen på tlf. 99 34 11 34. Bestillingscentralen er åben alle dage kl. 7.00-20.00. I tidsrummet 20.00 - 23.00 er telefonen åben for henvendelser, der vedrører forsinkelser og aflysninger. Man kan IKKE bestille flextur efter klokken 20.00.

Du kan tidligst bestille flextur 14 dage før du skal bruge den.

Har du et fast transportbehov, kan du lave en fast aftale med NT og du skal blot huske at afbestille kørselen ved afbud.

Enkeltture skal bestilles fra gang til gang, tidligst 14 dage før turen skal køres.

# Farvel til Aase

Vi har længe vidst, at Aase Nielsen, Lejbjergcentrets leder gennem mange år, havde besluttet at gå på efterløn. Aase havde valgt at markere sin afsked med en reception mandag den 21. juni. Måske meget typisk for Aase, havde hun ønsket at receptionen skulle være helt uformel, og især for brugere og personale på Lejbjergcentret.

Aase har igennem hele sin karriere kæmpet

for at Lejbjergcentret skulle være et godt og attraktivt sted for brugerne. Der er noget at leve op til for Aases efterfølger, Lone, som vi jo heldigvis kender i forvejen.

Kære Aase, der skal fra DHF Aalborg lyde en stor tak for din indsats - vi ønsker dig held og lykke med din fremtid som aktiv efterløkker!

*Peter Klitgaard*

---

## Udflugten til Slettestrand

Den 27. maj mødtes en flok medlemmer til sommerudflugt på Slettestrand. Turen var arrangeret sammen med Klubben for Brugere og Hjælpere i Nordjylland og dagen var velvalgt, for efter en lang periode med kulde og regn, havde vi skønt solskinsvejr.

Efterhånden som de tilmeldte kom frem til Slettestrand, samledes vi udenfor på fællesområdet. Slettestrand var ved at ombygge en lejlighedsfløj og pladsen bar præg af byggeriet. Husets faste kusk havde travlt med at få en flok gæster hjulpet tilrette på hestevognen, og få fordelt både kørestolsbrugere og gående gæster hensigtsmæssigt på vognen. I baggrunden skiftevis grinende og hvinende en teenagepige højlydt, mens hun gyngede faretruende højt. Her emmede af liv og aktivitet!

Vi blev hver og en budt hjertelig velkommen af Slettestrands ejer, daglige leder og allestedsnærværende »mor« Inger Marie Kronborg. Da vi alle var bænket i opholdsstuen og havde fået kaffe i kopperne, fortalte Inger Marie om Feriecenterets historie og drift.

Historien om hvordan en flok skolelærere fra



Fotograf: Jan Pedersen

Fyn købte det skrantende feriecenter og med hårdt arbejde, jernvilje, hjerterum, stor opfindsomhed og en god sans for købmandskab, har fået skabt det Slettestrand vi har i dag – et ferie og kursussted »for mennesker«, er på mange måder tankevækkende. De havde ikke mange penge med til opstarten og lokalbefolkningen var de første år mildest talt mistroiske overfor tilflytterne, hvilket betød, at de ikke ret gerne benyttede centerets faciliteter. Alligevel er det lykkedes, med ét tiltag ad gangen, at udvikle et ferie- og kursuscenter, der i høj grad er blevet forankret i nærmiljøet og gerne bruges af de lokale.

Stedets grundidé er, at det er for »mennesker« – ikke for en bestemt slags mennesker, eller mennesker med bestemte behov, men for alle! Mens vi drikker kaffe er en flok kommunalt ansatte, i jakker og slips, i gang med et kursus ovenpå. En lille flok lokale er ved at samle sig udenfor, til en udflugt med hestevogn og madkurv. Stedets feriegæster siver rundt mellem stedets faciliteter; svømmehal, motionscenter, legeplads og husets kiosk, hvor der er godt gang i issalget! Imens har de ansatte travlt med at servicere alle og gøre klar til dagens næste måltid.

De ansatte er en historie for sig. En del af dem er i familie med lærerparret, der efterhånden har måttet købe adskillige huse omkring centeret, for at få plads til alle de tilflyttende familiedlemmer. Andre ansatte er faste beboere på selve feriecenteret, eller rettere, på det bosted der er tilknyttet. Det er mennesker, der ikke kan magte en selvstændig bolig og under normale omstændigheder ikke kan magte et arbejde, men på Slettestrand får de en funktion – stor eller lille! Og så er der endelig de lokale, der i første omgang ikke ville vide af centeret.

Efter kaffen har vi et par timer til oplevelser, inden vi skal spise middag. Inger Marie haster af sted, hun skal over på mountainbikebanen og køre ræs. Vi trækker allesammen udenfor. Pigen på gyngen hviner fortsat – et par gange med risiko for, at hele gyngestativet letter! Nu er det tydeligt, at der er mange forskellige gæster. En del er, som os selv, kørestolsbrugere – et par halvstore drenge kører om kap med deres el-stole og det går stærkt! En flok unger fra et ferierende bofællesskab har fået gang i en vandkamp – de har ikke noget talesprog, men vandet og deres hvin fortæller os, at de er glade og har det sjovt! Vi trækker ned mod stranden, for man kan jo ikke tage til Slettestrand, uden at skulle bese og mærke havet!

Sand og kørestole er normalt ikke nogen god

kombination, men på stranden her er der udlagt riste, så vi kan færdes uproblematisk, helt ned til vandet. Der mangler et par riste og vi ved, at dem er Inger Marie på jagt efter ude i kommunen. Ristene på stranden her er feriecenterets ejendom, men den gode ide har bredt sig til andre strande, hvor kommunen har udlagt riste. Om vinteren samles alle riste til central opbevaring, også feriecenterets, og i år har kommunen så lagt et par af feriecenterets riste forkert ud. Nede ved vandet er der pludselig ikke så varmt længere og hjælperne får travlt med at hjælpe os i varmere tøj. Vandet og lyset er fantastisk smukt – vandet med bløde blå og grønne nuancer og lyset med det særlige spil, som netop er kendetegnende for dette område. Godt kolde ruller vi tilbage mod feriecenteret.

Gruppen spredes. Nogle går på opdagelse i husets faciliteter – svømmehallen trækker! Andre går over for at bese en flok miniheste – de er meget små og ser særdeles velnærede ud, eller måske er der føl på vej – det får vi aldrig opklaret! En del af gruppen har lavet en aftale med kusen og skal på rundtur i området. El-kørestolen kommer helt uproblematisk op ad den sindrige rampe og er snart kørerklar i vognen. Tænk sig – en el-kørestol i en hestevogn – meget kan lade sig gøre her, fordi de vil finde løsninger!

Senere får jeg en rundvisning i en nyrenoveret ferielejlighed. Inger Marie er kommet tilbage fra mountainbikebanen og har lige et hul i timeplanen, inden hun skal undervise i vandgymnastik. Vi har fået lov at besøge en beboet lejlighed – alt er nemlig lejet ud. Indretningen er lækker og velgennemtænkt, og tilgængelighed er en selvfølge. Badeværelset er indrettet med gode og fleksible hjælpemidler, der er el-senge i værelserne og man kan liftes fra A til B med den rumdækkende lift, hvis det er behovet. Det er en smart detalje, at flere

lejligheder kan slås sammen til en, hvis man er mange der ferierer sammen. Inger Marie er tydeligvis en ildsjæl! Undskylder nærmest, at alt på centeret endnu ikke er ombygget – det tager jo tid og koster mange penge.

På vej over til resten af gruppen på terrassen registrerer jeg, at pigen på gyngen stadig hviner og gynger – hvem ved, måske har hun normalt ikke mulighed for at kunne udfolde sig sådan, uden at blive tysset på?

På terrassen er alle ved at være samlet - de sidste kommer til kort efter mig. Alle sludrer på kryds og tværs, og nyder solen – DHF'er og klubmedlemmer. Eftermiddagens oplevelser fordøjes og vi er enige om, at der endnu er mange uudforskede muligheder i området. Der kommer også forskellige forslag til andre

udflugtsmål i det nordjyske. Huset ved Bratbjerg Søerne er måske en mulighed? Vi kunne jo tage en madkurv med? Bag os er svømmehallen og vi kan følge vandgymnastikholdet derinde – puha, hvor de slider!

Snart er det spisetid og det er godt, for vi er alle blevet sultne i den friske luft. Vi søger mod fællessalen og finder det bord, der er reserveret til os – det tager tid at få os alle på plads, kørestolene fylder jo godt og hjælperne skal sidde rigtigt, i forhold til hver enkelt bruger, men det lykkes! Omkring os summer det af liv, fra slipsefolket, feriegæsterne og de faste beboere – den bornholmske hanekylling, sovs og kartofler forsvinder som dug for solen!

*Lotte*



Fotograf: Jan Pedersen





# Forårsfest

Fredag den 7. maj blev dørene på Lejbjerg-centret slået op for vores traditionsrige forårsfest. Der var i år gjort store anstrengelser for at det skulle blive en vellykket fest, og anstrengelserne bar god frugt.

Efter varm anbefaling havde vi hyret gruppen »The Sixties« til at stå for den musikalske underholdning. De levede fuldt op til anbefalingerne og formåede at tilpasse musikken, så det var til at føre en samtale, mens vi spiste, men de kunne så sandelig også sætte »gang i den«, så danselulvet blev fyldt.

Det var annonceret, at maden havde et australsk tema. Hvori det australske egentlig bestod, fandt jeg aldrig ud af, der var hverken kænguru eller koalabjørn i maden, jeg fik, men godt var det. En enkelt var uheldig at få et stykke kød, der var en sene i, og mente derfor at det var sejt. Jette, du skulle have prøvet et andet stykke! De 4 gange jeg var oppe at fylde min tallerken, var kødet mørt hver gang.



Fotograf: Christian Sørensen

Vores frivillige hjælpere, Trine og Tanja, havde lovet at skaffe mandskab, så festen kunne afvikles. Der var fuld service på hele aftenen. Jeg håber, alle fik sagt tak til dem, for uden vores frivillige kan vi umuligt afvikle et sådant arrangement.

Der er åbenbart tradition for at uddele et par buketter blomster i løbet af forårsfesten. Fuldt fortjent fik Trine den ene, for sin utrættelige indsats. Jeg synes alle de frivillige fortjener en stor buket. Det havde åbenbart været svært at finde en kandidat til den anden buket, for til min store overraskelse fik jeg den. 1000 tak – der tog i sgu fusen på mig!

I år var det angiveligt sidste gang, at vi afholdt forårsfesten på Lejbjergcentret. Vi har fået at vide, vi fremover kun kan disponere over lokalerne om tirsdagen, hvorfor vi må ud at lede efter andre muligheder.

Tak til alle, både deltagere, hjælpere og arrangører, fordi I var med til at skabe en herlig aften.

Peter Klitgaard



Fotograf: Christian Sørensen

Forårsfest.  
Fotograf:  
Christian Sørensen.



# Flexture med NT

Som omtalt andetsteds i bladet, er det ikke længere Olesens Busser, der skal køre for os om tirsdagen. Vi vil i stedet bruge NTs Flextursordning. Flextur kan bruges af alle, og er altså ikke kun for personer, der i forvejen er bevilget handicapkørsel.

## Brug din fordør som stoppested

NT Flextur er et billigt og fleksibelt alternativ, når du skal ud af døren. Du bliver hentet ved din fordør og bragt hen, hvor du vil, på næsten samme måde som med en taxa - bare billigere.

NT Flextur kører den kortest mulige vej i forhold til de passagerer, der har bestilt. I praksis betyder det, at der kan være andre passagerer der skal hentes eller afleveres på turen. Derfor vil turen også typisk vare lidt længere end i egen personbil.

## Flexibilitet til dig

Flextur er for alle. Eneste krav er at start- eller slutadressen ligger i Region Nordjylland, og at din rejse foretages mellem klokken 06.00 - 23.00.

Jammerbugt, Brønderslev, Rebild, Hjørring og Frederikshavn kommuner har særlige billige takster for Flextur. Kommunerne yder her et tilskud, så man kun skal betale 2,50 kr. pr. km. Bemærk, at de nedsatte takster kun gælder for rejser internt indenfor den enkelte kommunes grænser.

## Særlige forhold for handicappede

Flextur tilbyder også kørsel med vogne med lift, så der kan medtages kørestole o.l. Hvis du ønsker at blive afhentet af sådan en vogn, skal du oplyse det ved bestillingen. Som udgangspunkt skal du altid oplyse om du medbringer kørestol, rollator eller andre ganghjælpemidler ved bestilling. Udover dit normale hjælpemiddel, har du ret til gratis at medbringe endnu et hjælpemiddel. *Kørestolsbrugere kan medbringe en hjælper gratis.*

Du kan læse om alle betingelserne for Flextur på NTs hjemmeside:  
[www.nordjyllandstrafikselskab.dk](http://www.nordjyllandstrafikselskab.dk)

Peter

# DHF's holdaktiviteter

DHF Aalborg arrangerer i samarbejde med FOF Aalborg, i lighed med tidligere år, aften-skoleundervisning. Forskellen på FOF's øvrige fagudbud og holdene i DHF Aalborg er, at vi tilbyder mindre hold, hvor der er »plads« til at have et bevægelsehandicap. Det betyder, at undervisningsstedet er tilgængeligt og det er muligt at få hjælp, hvis du har brug for en hånd til visse arbejdsprocesser. Hvis du har hjælper-ordning/BPA eller har brug for kontinuerlig hjælp i forbindelse med undervisningen, skal du dog have din egen hjælper med.

## Træsløjd

Her kan du producere både stort og småt i træ. Uanset om du drømmer om at lave en bordskåner, en fuglekasse eller en fodskammel, har du mulighed for at udleve drømmen på dette hold.

## Håndarbejde

Her kan du udleve dine kreative evner med nål og tråd, garn, stof og læder. Holdet producerer alverdens nyttige sager, kun din fantasi sætter grænsen.

## Glasmaling/Porcelænsmaling

Her males på glas og porcelæn og det er op til dit ambitionsniveau at afgøre, om du vil producere et askebæger eller et helt spisestel.

## Bevægelse i varmt vand

Det 32 grader varme vand er et ideelt træningssted for mennesker med et bevægehandicap. Kroppen føles let i vandet og det bliver her muligt at bruge selv svage muskler.

## It-værksted

Her kan du lære at benytte en computer, eller blive dygtigere til at bruge computeren. Drømmer du om at lave din egen hjemmeside,

bearbejde dine digitale fotos, lave flotte indbydelser, eller et budget i regneark, så kan du udfolde dig her.

## Workshop for kortmagere

At modtage et personligt fremstillet kort er en særlig glæde, idet der er brugt tid og kreativitet på at skabe kortet, og ofte er det en lille gave i sig selv. Du vil få kendskab til nogen af de mange materialer og teknikker, der findes specielt til kortfremstilling. Du vil også få mulighed for at lave andre ting i papir/karton, f.eks. små æsker.

## NLP Personlig udvikling

Skab mere glæde i din hverdag. Find dine ressourcer og bliv mere tydelig i din kommunikation. Bliv bevidst om dit kropssprog, og få redskaber til at skabe en positiv dialog med dine medmennesker. Få større indsigt for dig selv og dine værdier. Kurset vil tage udgangspunkt i positiv tænkning. Der vil være både teoretiske oplæg og praktiske øvelser. Du vil få mulighed for at arbejde med dine personlige mål.

## Tid, sted og pris

På alle hold starter undervisningen den 7. september. Undervisningen foregår på Lejbjergcentret, tirsdage om aftenen og koster 420 kr. halvårligt. Hvis du bor i Aalborg, har du mulighed for at blive tilmeldt vores kørselsordning til Lejbjergcentret. Læs nærmere om kørselsordningen andet sted i bladet.

Du kan tilmelde dig holdundervisningen og kørsel hos: Thomas Pedersen, tlf. 20 77 06 66 eller Peter Klitgaard, tlf. 29 93 12 62 eller på mail til [bestyrelsen@dhf-aalborg.dk](mailto:bestyrelsen@dhf-aalborg.dk)

*Peter Klitgaard*

# Aktivitetskalender

Tirsdag	d. 7. september	kl. 18.00-22.00	Tirsdagsklub og holdundervisning
Tirsdag	d. 14. september	kl. 18.00-22.00	Tirsdagsklub og holdundervisning
Tirsdag	d. 21. september	kl. 18.00-22.00	Tirsdagsklub og holdundervisning
Tirsdag	d. 28. september	kl. 18.00-22.00	Tirsdagsklub og holdundervisning
Torsdag	d. 30. september	kl. 18.00-22.00	Guidet rundtur i Aalborg Zoo
Tirsdag	d. 5. oktober	kl. 18.00-22.00	Tirsdagsklub og holdundervisning
Tirsdag	d. 12. oktober	kl. 18.00-22.00	Tirsdagsklub og holdundervisning
Tirsdag	d. 19. oktober		Efterårsferie
Tirsdag	d. 26. oktober	kl. 18.00-22.00	Tirsdagsklub og holdundervisning
Tirsdag	d. 2. november	kl. 18.00-22.00	Tirsdagsklub og holdundervisning
Tirsdag	d. 9. november	kl. 18.00-22.00	Tirsdagsklub og holdundervisning
Tirsdag	d. 16. november	kl. 18.00-22.00	Tirsdagsklub og holdundervisning
Tirsdag	d. 23. november	kl. 18.00-22.00	Tirsdagsklub og holdundervisning
Tirsdag	d. 30. november	kl. 18.00-22.00	Tirsdagsklub og holdundervisning Juleafslutning med FOA-koret, samt æbleskiver og gløgg.
Tirsdag	d. 7. december	kl. 18.00-22.00	Julebanko

**Hvor intet andet er anført foregår aktiviteten på Lejbjergcentret, Sonjavej 2, 9000 Aalborg.**

## Tirsdagsklubben på Lejbjergcentret

Alle medlemmer er velkomne til DHF Aalborgs klubaftener, fra kl. 19.00-22.00. Der sælges vand/øl samt kaffe og the til Lejbjergcentrets priser. Efter holdundervisningen kl. 21.00 vil det som regel være muligt at købe lidt at spise.

Der er altid mindst ét bestyrelsesmedlem til stede på klubaftener. Vedkommende kan hjælpe nye klubdeltagere til rette og kan formidle kontakt, hvis du ønsker et emne forelagt for bestyrelsen, eller har spørgsmål eller problemer du ønsker hjælp til. F.eks. ønsker kontakt med en bisidder.

DHF's holdundervisning foregår på klubaftener. Der er en beskrivelse af de enkelte hold i dette blad. Kontakt bestyrelsen, hvis du er interesseret i at deltage på et hold.

Du kan finde flere informationer på [www.dhf-aalborg.dk](http://www.dhf-aalborg.dk).

# Informationer

## Klub og holdundervisning

Det fremgår af aktivitetskalenderen hvilke tirsdage vi tilbyder klub og undervisning. Klubadressen er: Lejbjergcentret, Sonjavej 2, 9000 Aalborg. Lejbjergcentret er tilgængeligt for alle!

Ønsker du at deltage i et hold, kontakt Thomas Pedersen. E-mail: [tirsdagsklub@dhf-aalborg.dk](mailto:tirsdagsklub@dhf-aalborg.dk)

## Tirsdagsklubbens kørselsordning

Du kan blive tilmeldt kørselsordningen ved henvendelse til:

Peter Klitgaard 📞 2993 1262 eller  
Thomas Pedersen 📞 9633 0666 / 2077 0666.  
Husk, at bestille din kørsel hos NT, mellem kl. 07.00 og 20.00 på 📞 9934 1134.

## Personlige hjælpere

Medlemmer, der har hjælpeordning/BPA kan medtage hjælpere gratis til afdelingens egne aktiviteter.

Har du hjælp efter andre ordninger, eller løner du selv din hjælper, skal du ansøge bestyrelsen om fritagelse for betaling for hjælperen.

## Indlæg til lokalbladet

Indlæg modtages meget gerne og kan sendes til bladets redaktør Lotte Mørkhøj, e-mail: [webmaster@dhf-aalborg.dk](mailto:webmaster@dhf-aalborg.dk).

## Deadline for lokalbladet

Indleveringsfrist: Udkommer ca.  
Nr. 4, 10. oktober uge 46

## [www.dhf-aalborg.dk](http://www.dhf-aalborg.dk)

Kommentarer og indlæg til hjemmesiden kan sendes til webmaster, e-mail: [webmaster@dhf-aalborg.dk](mailto:webmaster@dhf-aalborg.dk).

## Hovedforbundet

Dansk Handicap Forbund  
Hans Knudsens Plads 1 A1  
2100 København  
☎ 3929 3555

E-mail: [dhf@dhf-net.dk](mailto:dhf@dhf-net.dk)  
Hjemmeside: [www.dhf-net.dk](http://www.dhf-net.dk)

## Deadline for Handicap Nyt

Indleveringsfrist: Udkommer ca.  
Nr. 5, 14. september 15. oktober  
Nr. 6, 11. november 13. december  
E-mail: [handicap-nyt@dhf-net.dk](mailto:handicap-nyt@dhf-net.dk)

## Bisiddertjeneste

Har du svært ved at tackle mødet med din kommunale sagsbehandler? DHF har bisiddere, der kan støtte dig. Kontakt hovedforbundet hvis du ønsker støtte fra en bisidder.

## Rådgivningsteam

Er der knas i din sag? DHFs rådgivningsteam kan vejlede dig om dine pligter og rettigheder vedr. sociale ydelser. Kontakt hovedforbundet hvis du ønsker hjælp fra rådgivningsteamet.

## Skal du flytte?

Husk, at give os din nye adresse hvis du flytter! Postvæsenet eftersender kun post i få måneder, derfor er det meget vigtigt, at du husker at give os besked ved flytning.

# Bestyrelseslisten

## Formand

Lotte Mørkhøj  
Løvenborgparken 151  
9400 Nørresundby

☎ 98 17 17 15

✉ post@lotte-m.dk

## Næstformand

Peter Klitgaard  
Ørnevej 19, Tranum,  
9460 Brovst

☎ 29 93 12 62

✉ p1r@nordfiber.dk

## Kasserer

Christian Sørensen  
Dannerhøj 109  
9210 Aalborg SØ

☎ 51 24 99 83

✉ c\_sorensen@gvdnet.dk

## Sekretær

Per Jacobsen  
Sonjavej 15,  
9000 Aalborg

☎ 98 14 64 36

☎ 21 72 82 64

✉ per.j@it.dk

## Bestyrelsesmedlem

Thomas Pedersen  
Stationsmestervej 3, 1. lejl. 23  
9200 Aalborg SV

☎ 96 33 06 66

☎ 20 77 06 66

✉ goelsminde@privat.dk

## Bestyrelsesmedlem

Annette Christensen  
Nervøsvej 72  
9430 Vadum

☎ 98 27 22 98

☎ 22 29 04 05

✉ agurk@pc.dk

## Bestyrelsesmedlem

Jette Abildgaard  
Sjællandsvej 8A  
9230 Svenstrup

☎ 98 38 05 82

☎ 60 73 05 82

✉ abildgaard@gvdnet.dk

**E-mail til hele bestyrelsen**  
**bestyrelsen@dhf-aalborg.dk**

## Udtræden af bestyrelsen

Før sommerferien besluttede Asghar Azizi og Bo Th. Nielsen begge at fratræde som suppleanter til bestyrelsen. Idet bestyrelsen er fuldtallig vil deres fratræden ikke have nogen praktisk betydning for bestyrelsesarbejdet.