

NYHEDSBREV

Blad nr. 19



**HJERNESKADE
FORENINGEN**

LIV DER REDDES - SKAL OGSÅ LEVES

Okt. -Nov. - Dec.

Læs bl.a. i dette
nummer:

Kontoret flytter til
Guldhøj

Om vores tur til Trente
Mølle

Tilbage til Svalereden!

Ny aktivitet, vi starter
sløjd ;-)

Tid til Julefrokost

Aktivitetslisten er
opdateret!

Invitation til mad &
motion



Hygge ved bålet på Trente Mølle



Når nu vinteren nærmer sig!

Det er blevet efterår, når du læser dette blad, og endnu en sommer er på vej til de varme lande, og inden vi ser os om er det blevet jul igen i Danevang!

Men først skal vi selvfølgelig igennem både oktober og november, hvor der sker en masse i foreningen.

Vi åbner et sløjdhold, så har du lyst til at arbejde med træ, så er chancen der nu. Og så har vi åbnet vores nye kontor i Guldhøj. Vi tager igen til Svaleredens Camping i uge 36 - **OG** - selvfølgelig afholder vi den traditionsfaste julefrokost. Det bliver den 30. Nov, og igen i år afholdes den i Hjerneskadecentret i Hillerslev (Husk tilmelding til Lonnie)



Nyt fra formanden



Sommeren er forbi og efteråret byder på blæst og mere regn, træernes blade skifter farver til gul/orange og det bliver koldere som dagene går. Vi trækker indendørs og hygger os i skæret af stearinlys og måske en brændeovn.

Vi byder på flere nye aktiviteter i foreningen - et af dem er: **Vi byder op til dans** i 10 byer på Fyn heraf 4 byer på Sydfyn. Et samarbejde mellem Albanifonden og Hjerneskadeforeningen. Læs mere i bladet.

Vi har fået et kontorlokale i Foreningshuset Guldhøj i Ringe - tiltrængt og dejligt, og nu kan Frank og jeg forhåbentlig holde privat og forening adskilt fra hinanden.

Men samtidig åbner det op for nye aktiviteter i Guldhøj. Vi vil afholde 1-2 foredrag om måneden evt. i samarbejde med de øvrige foreninger, som holder til i Guldhøj.

Vi laver en åben café formiddag om tirsdagen fra kl. 9-12, hvor alle (også ikke medlemmer) kan komme og hygge sig sammen. Der vil være mulighed for at strikke/hækle, sy eller har man lyst til at læse avisen, tage et spil kort eller andet, er der også plads til det. Der er altid en kop kaffe klar, og det kræver ingen tilmelding for at deltage.

Og endelig - så har vi fået os et sløjdlokale, det har været længe undervejs, men heldigvis er det lykkedes at finde et egnet og godt sted på Espe Skolen. Håber mange vil vise interesse for denne nye aktivitet - både ramte og pårørende og der vil kunne skabes små og fine produkter, til glæde og gavn.



Efteråret og vinter byder på flere nye tiltag!

På Langeland prøver vi at nå vores medlemmer - ikke samlet et sted f.eks. i Rudkøbing - næ, nej, - vi kommer ud i byerne og håber på denne måde, at vi kan få hilst på alle og få en dialog i gang. For hvad ønsker vores medlemmer, hvad kan vi gøre mere eller er der noget som skal være anderledes? Et spørgsmål/svar som forhåbentlig kan hjælpe bestyrelsen på vej til nye tiltag på Langeland - for borgerne.

Tag godt imod vores Nyhedsblad og jeg håber at se eller gense rigtig mange af jer til et eller flere af vores arrangementer.

Formanden



For at skabe lidt luft, og få bedre plads, har vi besluttet at flytte vores kontor til en mere lukrativ adresse og til bedre omgivelser.

Det har længe været et ønske at få bedre plads på kontoret og specielt til de borger-/bisiddersamtaler, som vi gennem flere år har afholdt i vores private hjem.

Ligeledes har det været svært at skille arbejdet i Hjerneskadeforeningen fra det private liv. Det råder vi så bod på nu, hvor vi flytter kontoret til Guldhøj i Ringe.

Vi vil være at finde på **Floravej 11, 5750 Ringe lokale C6 - 1. Sal.**

**Kom og besøg os i vores nye kontor.
Vi er der mandag, tirsdag & torsdag fra 9 til 12**



og som altid er der selvfølgelig kaffe på kanden.
PS der er ikke elevator (endnu)!

Telefontiden er som altid mandag til fredag fra 10-12

Nyt

HANDIKAPKØRSEL

Vigtigt

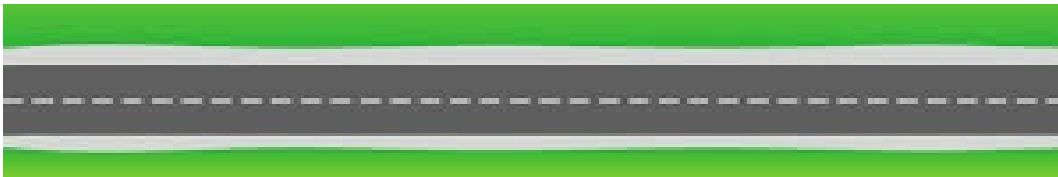


Faaborg-Midtfyn Kommune har nu besluttet at den regel der gælder for handikapkørsel, også gælder for senhjerneskadede, og samtidig har man fjernet den begrænsning der tidligere har været på 104 ture, således kan man resten af indeværende år kan køre ubegrænset, og det gælder også ud over

kommunegrænsen!

Ligeledes er det vedtaget, at man gratis kan medbringe en ledsager på turen!

Hvis du ikke har modtaget brev fra borgerservice vedr. ændringen, skal du kontakte Kirsten Demuth på telefon **7253-6572** for at få det ændret!



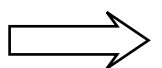
Trente-



Mølle

Forlænget weekend på Trente Mølle

Lonnie og Frank havde arrangeret et ophold i skønne omgivelser den 2.-4. August. Ved ankomsten ved 15-tiden fik vi udleveret nøgler og anvist værelser, som ligger i en længe for sig selv.



Derefter var der kaffe og hjemmebagt kage udenfor i det fri, med udsigt til møllen, åen og skoven. Snakken gik livligt indtil der skulle tilberedes aftensmad (koteletter og pølser over bål), som Frank stod for. Tilbehøret tog nogle af os kvinder os af inde i køkkenet.

Efter aftensmaden var der nogle som tog hjem, men de ville komme igen lørdag.

Da mørket begynder at falde, sætter vi os ved bålet og der bliver bagt snobrød i gløderne og sunget bålsange - Søren sang for. Vi hyggede os et par timer ude men senere trak vi ind i pejsestuen. Skuespiller Preben Kaas har ejer Trente Mølle og vi googled selvfølgelig stedet og Lonnie kunne fortælle om, bl.a. monologen med Dirch Passer - op å dåå, blev opfundet der sammen med Preben Kaas. Kim Larsen og andre sangskrivere har også brugt Trente Mølle til at hitte på sange/tekster der.

Lørdag morgen fik vi morgenmad udendørs kl. 8. Dorthe kom havde bagt boller og vejret var skønt. Der var intet planlagt på programmet, så nogle gik en tur i området - fandt "Kys frøen" - et aktivitetssted for børn og voksne, hvor de kan udforske naturen. Andre hyggede med snakke- og strikkesøjlet.

Vi spiste frokost og til eftermiddagskaffen fik vi besøg at Lise og Dan (fra Lokalafd. Vestsjælland).

Aftensmaden bestod af kyllingebryst og pølser tilberedt over bål af Dorthe og Camilla. Vi bagte igen snobrød i gløderne og senere gik vi i pejsestuen og hyggede videre til omkring midnat.

Søndag var vi nødt til at spise morgenmad i spisesalen, da vejret var ustadigt. Bagefter var det tid til oprydning både på værelserne og i de rum vi havde benyttet. Der blev tid til en kop kaffe med hjemmebagt kage til.

Vi spiste frokost og fik rengjort det sidste inden det var tid til at sige farvel til hinanden.

Jeg tror, på alles vegne, jeg kan sige tak til Lonnie og Frank for en dejlig weekend.

Jette Paaske





JULEFROKOST



Igen i år byder vi på den efterhånden så traditionsrige julefrokost, og som i de forgangne år, afholder vi den i vores lokaler i Hillerslev.

Pris pr deltager 125.00 kroner.

Vi byder indenfor i varmen, til god mad og hygge, **pakkeleg** og *Ris ala Mande*.

Lørdag den 30. November fra

kl. 14:00 til 21:00.

Medbring en pakke til en værdi af max 20.00 kroner

Tilmelding til Lonnie på tlf. **2020 4080** senest 27. November



Vi fik slet ikke nok af Nordjylland, da vi var der sidst. Der var og er alt for meget at se på, så derfor tager vi afsted igen!

Vi har booket samme campingplads, og de samme hytter som sidst, og selvfølgelig tager vi teltet med igen!

Var du ikke med sidst vi var i Nordjylland, ja så er chancen der nu, men skynd dig, for der bliver rift om pladserne!

Vi har ikke planlagt noget, for mulighederne er mange i Nordjylland. Hvad med et besøg i den tilsandede kirke. I fire hundrede år samlede den menigheden, indtil sandflugten lagde sig hen over kirkevej og kirkegård og forfaldet satte ind, så man i 1795 så sig nødsaget til at ophøre med at holde gudstjeneste, og kirken blev lukket.

Eller hvad med en vandretur på Råbjerg Mile, en 1000 m lang og 1000 m bred sandbunke, der rummer ca. 4 mio. m³ sand og har sit højeste punkt 40 m over havet. Den flytter sig med vinden med mere end 15 m årligt i øst-nordøstlig retning mod Kattegat.



Du kan også tage færgen til Sverige fra Frederikshavn, eller kaste snøren i vandet og fange en fisk fra havnemolen i Sæby. Gå en tur i minibyen i Sæby eller hvad med en tur til Skagen og slendre i de smalle gader, sætte sig og spise en is,

eller drikke en kop kaffe!



Eller hvad med et besøg på Voergaard Slot - Kom indenfor i en fantastisk verden med eventyrlige fortællinger og uhyggelige spøgelseshistorier. Kryb ind i fangekælderens, oplev de uvurderlige kunstschatte og kongelige antikviteter og find blodpletten, der ikke kan vaskes af

(slottet er ikke egnet for personer med gangbesvær).

Prisen er 800,00 kroner + forplejning på 400,00 kroner, og det er uden transport, men vi vil forsøge at arrangere samkørsel, så der bliver plads til alle! (Vi lejer som altid en bus med plads til 8). Prisen er pr. person, og udregnet efter at man er 4 i en hytte.



ØVRIGE AKTIVITETER

Fredag den 11. - søndag den 13. oktober - Sort sol Safari tur

Tirsdag den 22. oktober - Biograftur i Rudkøbing

Fredag den 25. oktober - Fredagshygge i Guldhøj lok. A2

Fredag den 22. november - Fredagshygge i Guldhøj lok. A2

Lørdag den 30. November - Julefrokost i Hillerslev.

Tilmelding senest den 27/11 til Lonnie på tlf: 2020 4080

2020:

Januar måned - Biograftur i Faaborg

Søndag den 26. januar - Generalforsamling kl. 13:00

Afholdes i Guldhøj Floravej 11, kælderen lokale A2
(adgang med kørestol/rollator muligt)

(Hjerneskadeforeningen servere frokost fra kl. 12:00
husk tilmelding til Lonnie på 2020 4080, hvis du ønsker at
deltage i frokosten!)

Uge 8 - Cafébesøg i Svendborg

Uge 11 - Hjerneuge

Uge 17 - Biograftur i Rudkøbing

Uge 20 - Cafébesøg i Faaborg

Onsdag den 27. maj - Bakketur og Cirkusrevyen

Lørdag den 13. juni - Ærødag

Lørdag den 27. juni - Sejltur med Helge

Uge 33 - Cafébesøg i Rudkøbing

Lørdag den 15. august - Sommerfest

Søndag den 30. august - søndag den 6. september - Campingferie i
Sæby

Torsdag den 17. september - Aktivitet på Ærø

Lørdag den 26. september - Foreningernes dag i Svendborg

Uge 41 - Cafébesøg i Ringe

Lørdag den 24. oktober - Besøg i Randers Regnskov

Uge 46 - Biograftur i Ringe

Lørdag den 28. November - Julefrokost i Hillerslev



Aktivitetslisten

Faaborg-Midtfyn Kommune

Alle aktiviteter foregår i Hjerneskadecentret i Hillerslev, Kirkegyden 1B, 5750 Ringe. Med mindre andet er angivet ved arrangementet.

Mandag den 4/11

Fællesspisning kl. 17:00 til kl. 20:00

Vi mødes og spiser sammen, menuen aftales fra gang til gang.
Pris kr. 50 for maden - Tilmelding til Lonnie på 2020 4080 senest fredagen før aktiviteten: Frank er kok.

Mandag 14/10 - 11/11 - 9/12

Mandehørm kl. 17:00 til kl. 20:30

En speciel aften med god mad, vin eller øl og rigtig mandehygge - helt sikkert UDEN kvinder! Menu aftales fra gang til gang.
Tilmelding til Frank på tlf. 6177 6633.
Pris kr. 50.

Mandag den 21/10 - 18/11 - 16/12

Spilleaften kl. 16:00 til kl. 20:00

Vi spiller brætspil, kort, terninger eller noget helt andet, spiser vores medbragte mad sammen og hygger os.
Tilmelding til Lonnie på 2020 4080 senest søndagen før.

Mandag den 28/10 - 25/11.

Tøseaften kl. 17:00 til kl. 20:30

En pigeaften hvor vi spiser sammen, tøsefniser og hygger med strikketøjet. Pris aftales fra gang til gang. Tilmelding senest fredagen før Lonnie på tlf. 2020 4080

Malerhold hver mandag og onsdag fra kl. 9:00 til kl. 12:00.

Aktivitetslisten

Guldhøj

Fredagshygge 25/10 - 22/11 kl. 15:30 - 17:30

Vi mødes kl. 15 og drikker en kop kaffe/te og hygger os et par timer inden vi siger god weekend og tak for endnu en god måned i det sociale netværk.

Tilmelding til Lonnie på tlf. 2020 4080 eller på facebook senest dagen før.



Hillerslev:

Børn og unge til en hjerneskadet forældre

En gruppe børn og unge, hvis ene forældre har erhvervet sig en hjerneskade, mødes den sidste torsdag i måneden fra kl. 17:15-18:45. Her får de dannet et lille socialt fællesskab blandt ligesindede i et trygt lukket forum. De får sat ord og følelser på det de går og tumler med og sammen med en fagperson får de bearbejdet deres frustrationer gennem tale, ved at tegne eller ved at lege. Der er måske ikke altid overskud til at lytte og forstå de yngste familiemedlemmer i den nye hverdag der skal leves – med en erhvervet hjerneskade i familien.

Projektet fortsætter så længe der er børn og unge som vil deltage og der er altid plads til en mere.

Har du et barn som kunne få gavn af at deltage i denne gruppe så kontakt Lonnie på tlf. 2020 4080.

Forældre café:

Café for forældre til børn og unge med en hjerneskade og - eller med angst

- kontakt Lonnie på tlf: 2020 4080 for nærmere info.

Langeland Kommune

Vi har pt ingen aktiviteter på Langeland.

Svendborg Kommune

Vi har pr ingen aktiviteter i Svendborg.



Ærø Kommune

Vi mødes på "Skibet" om torsdagen i ulige uger fra kl. 15 til 17:30. Der er mange muligheder for socialt samvær. Kontakt Catharina Freudendahl for at høre mere om "Skibets" aktiviteter. Catharina har tlf. 2384 4637 og mail: cath.dione@gmail.com.



Hovedtropperne (HT) i Odense

Er du ung mellem 16-35 år og har du fået en hjerneskade og savner du nogle andre unge at være social med, så kontakt Lonnie på tlf. 2020 4080 for at høre nærmere om vores Hovedtropper. Det er unge, som mødes i socialt netværk og hygger sig - blandt andre ligesindede. Der arrangeres biografture, udflugter og mange andre ting – men vigtigst af alt er, at du er med til at bestemme, hvad I skal lave.

Vi mødes torsdag i lige uger på Lille Glasvej, Kanslergade 8 fra kl. 17:30-20:30.

Vi spiser sammen og hygger os med forskellige aktiviteter som f.eks. film, bingo, comedy, spil/quizaften og evt. gåture med opgaver via app.

Tilmelding til Laura fra URK på tlf. 6170 2534 eller på mail: hovedtropperne.odense@gmail.com senest tirsdagen før.





VI BYDER OP TIL DANS

Motion er godt - musik er godt

Så dans er rigtigt godt

Vi byder alle med funktionsnedsættelse og deres pårørende til en omgang dans med Elisabeth Dalsgaard og hendes Rehappy Ballroom Fitness program

Alle arrangementer starter kl. 15:30 og varer cirka 2 timer.

Pris 50,- kr per deltager.

Og med i prisen er en unik "Vi byder op til dans" T-Shirt - så tilmeld dig/jer nu på www.hjerneskadet.nemtilmeld.dk og få een på opleveren.

Vi danser i

Faaborg

den 27/11 - Sundvænget 4-8, Faaborg

Ringe

den 28/11 - i Aulaen på Guldhøj, Floravej 11. Ringe

Svendborg

den 26/11 - Svendborg Idrætscenter, Ryttervej 70. Svendborg

Rudkøbing

den 12/12 - i beboerhuset i Longelse, Longelsesvej 12, Rudkøbing

Albani

**HJERNESKADE
FORENINGEN**
LIV DER REDDES - SKAL OGSÅ LEVES

Træmand/kvinde

Til november tager vi hul på endnu en aktivitet.

Så indvier vi vores sløjde lokale i Espe, hvor vi har fået mulighed for at være om mandagen fra 9.30-12.30, og er der behov for flere timer finder vi også ud af det. Det kunne være en sen eftermiddag, eller et aftenhold?

Har du lyst og mod på at prøve kræfter med denne spændende hobby, så er det nu du skal tilmelde dig.

Jeg tænker at vi kan bygge en ramme til vores billeder, et skærebræt til vores køkken, et fuglehus/bræt- eller noget helt helt andet. - Projektet er mangfoldigt, og så længe du ikke regner med at kunne bygge en ny carport, eller et køkken til familien, er mulighederne til stede!

Jeg er i skrivende stund, ved at samle tegninger ind til diverse små projekter, så ligger du inde med tegninger til lidt sløjdearbejde, må du da gerne sende den/dem til mig på mail frank@hjsf-sydfyn.dk

Tilmelding til Frank på tlf. 6177 6633



Sådan

eller



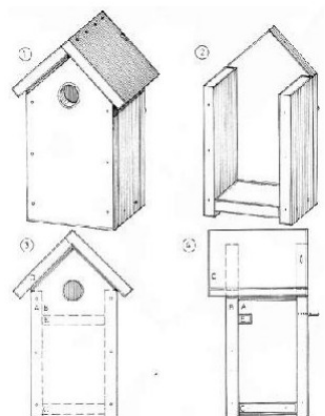
Sådan

Arbejdstegning

1) Kassen som færdig og lukket.
Læg mærke til sadeltaget, hvor det ene stykke er sømmet på endeflader af det andet.

2) Tag og forstykke er fjernet, så man kan se bunden.

3) Kassen set forfra:
A: sider
B: for- og bagstykke
C: bund





**HJERNESKADE
FORENINGEN**
LIV DER REDDES, SKAL OGSÅ LEVES



**FAABORG-MIDTFYN
KOMMUNE**

*Sammen skaber vi det
bedste sted at bo*

Invitation til oplæg om mad og motion Vi byder på smagsprøver og der serveres kaffe/the.

Tirsdag d. 14-11-2019 kl. 16.30 - 18.30

**Hjerneskadecentret Faaborg-Midtfyn
Hillerslev, Kirkegyden 1B, 5750 Ringe**

Tilmelding: Tlf. 72 53 62 70 eller mail: ingmh@fmk.dk senest d. 12/11-19



Grafik: Colourbox

Er du hjerneskadet eller pårørende til en – og har du spørgsmål eller behov for råd og vejledning, er du velkommen til at kontakte Lonnie.

Telefontid mandag-fredag kl. 10-12

Nyhedsbladet udsendes 4 gange om året. Næste gang 15. december 2019.

Deadline til bladet er 1. december 2019

Ønsker du indlæg i Nyhedsbladet, sendes det til:

mail@hjsf-sydfyn.dk

Bladet udkommer til ca. 200 husstande på Sydfyn & Øerne, samt i elektronisk form, på vores hjemmeside www.hjsf-sydfyn.dk, hvor det kan læses i 1½ år fra udgivelse! Bladet tilsendes også relevante samarbejdspartnere samt institutioner med virke indenfor hjerneskade-området

LOKALAFDELING

SYDFYN OG ØERNE



**HJERNESKADE
FORENINGEN**

LIV DER REDDES - SKAL OGSÅ LEVES

Formand:

Lonnie Braagaard
Tlf. 20 20 40 80
mail@hjsf-sydfyn.dk

Næstformand:

Carsten S. Simonsen
Tlf. 30 22 69 54
zims.uk@gmail.com

Sekretær/kasserer:

Frank Andersen
Tlf. 61 77 66 33
frank@hjsf-sydfyn.dk

Bestyrelsen

Catharina Freudendahl
cath.dione@gmail.com

Bestyrelsen

Kim Priskorn
kimpriskorn1963@hotmail.com

Bestyrelsen

Christian B. Madsen
c30b84@hotmail.com

Bestyrelsen

Janne Degn Skalkam
Jumbojanne@gmail.com

Bestyrelsen

Søren O. Larsen

Bestyrelsen

Tina Ryborg Nikander
ryborgnikander@gmail.com

Bestyrelsen

Karin Andersen
PÅ ORLOV

**Ad hoc
medlem/Hjernespin**
Jesper Skrædderdal



Facebook.com/hjerneskadeforeningen Fyn og Sydfyn

www.hjsf-sydfyn.dk

Hjerneskadeforeningen Sydfyn & Øerne

Floravej 11. 1.sal lokale C6

5750 Ringe

Tlf. tid: Man-fredag kl. 10-12 på tlf: 2020 4080

Reklame i bladet, koster:

1 A5 side i farver 400,- kr. pr gang

½ A5 side i farver 300,- kr. pr gang

¼ A5 side i farver 200,- kr. pr gang

Bestil 4 indrykninger og betal for 3

(Annoncen kan ændres fra blad

til blad uden beregning.)

