

April, Maj, Juni 2021

LOKALAFDELING  
SYDFYN OG ØERNE



# HJERNESKADE FORENINGEN

LIV DER REDDES - SKAL OGSÅ LEVES

**Bornholm Rundt  
2022**

**Hjerneskadeforeningen  
SYDFYN OG ØERNE**

Formanden har ordet  
Nyt Hjemmesidedesign  
Generalforsamling  
Gå med Bornholm Rundt  
Shelerture  
Walk and Talk  
Ferietur i 2022?  
Sommerfesten





# Formanden har ordet!

Af Lonnie Braagaard

Foråret er på vej og vi går lysere tider i møde. Ikke kun med vejret men forhåbentlig også i forenings regi. Coronaen er her stadig og formentlig et godt stykke tid endnu, men vi har været – og er fortsat - gode til at fastholde de retningslinier, som regeringen har udstukket. Hvornår vi kan åbne for de indendørs aktiviteter, er stadig uvist, men ikke så langt væk som tidligere.

Vores gåtur Bornholm rundt i maj 2022 er nu udbredt til alle lokalafdelingerne og tilmeldingerne er så småt ved at komme ind. Vi her på Sydfyn er godt i gang med træningen. Vi har vores Walk & Talk grupper både i Ringe, i Faaborg og cirka hver anden søndag går vi et sted i grønne omgivelser – og der er stor tilslutning til det hver gang. Med den lysere tid kommer varmen og vi skal have gang i vores shelterture. Vi har planlagt ture både med overnatninger og ture, hvor vi mødes om eftermiddagen og laver mad og snobrød over bål. Har du endnu ikke været med på vores shelterture skulle du prøve det. Det er så givende og befriende at være et med naturen. Vi er fælles om madlavningen og vi går nogle ture. Det er total – social hygge!

Vores generalforsamling har været udskudt pga. corona, men NU afholder vi den uanset hvad. Kan vi ikke være indendørs, ja så afholder vi den udendørs. Vi stiller et stort telt op i vores baghave, alle tager varmt tøj på og vi holder selvfølgelig afstand og spritter af. Men lad os nu se, om der ikke bliver åbnet for flere samlet indendørs inden.

Nogle af os i bestyrelsen har prøvet at snakke sammen over zoom (platform på computer) og det gik godt. Vi afprøver det et par gange mere og så lægger vi det ud som tilbud til alle – om at mødes på zoom platformen. Det kræver du har et camera og en mikrofon. Tilslutningen kan vi hjælpe dig med. Men det er blevet en succes ude i flere af vores andre lokalafdelinger og selvfølgelig skal det afprøves her hos os.

Jeg håber alle fortsat har det godt og er kommet godt videre her i coronatiden. Jeg glæder mig til vi kan åbne for vores aktiviteter igen og til at mødes med jer alle. Jeg savner vores sammenkomster hvad enten det er fællesspisninger, malerstunderne i Hillerslev eller udflugter ud i det blå og opleve noget sammen.





# Hjemmesiden

[Www.hjsf-sydfyn.dk](http://www.hjsf-sydfyn.dk)

Vores egen hjemmeside er under konstant forandring, og vi arbejder hele tiden på at forbedre indhold og overskueligheden på hjemmesiden.

I skrivende stund er forsiden ved at få en tiltrængt ansigtsløftning, hvilket skulle ende med en langt mere brugervenlig opsætning, og overskueligheden forøges betydeligt, ved blandt andet at indføre »interaktive« billeder, som ved klik med musen åbner indholdsrunder med tekst/billeder!

Grundet Coronasituationen er det begrænset hvor mange aktiviteter du kan finde på hjemmesiden, men lige så snart vi igen må genåbne vil vi lægge alle aktiviteter op på vores nye kalender, som du finder under »DET SKER« i menulinjen.

Vi arbejder på et galleri med billeder/fotos fra de mange ture vi har været på, ligesom der vil være mulighed for at hente billeder og videoer fra de ture vi allerede har været på.

Som noget nyt introducerer vi en »shop« hvor du kan købe alt lige fra tøj til armbånd, og samtidig støtte foreningen, da overskuddet går ubeskåret til vores aktiviteter i foreningen.

Du finder også oplysninger om kommende ture, om det så er en enkelt dag, et par dage, eller en ferietur, ja så er det her du skal søge og finde svar.

På vores hjemmeside kan du også læse de sidste mange numre af vores eget nyhedsblad!

Ligesom du også her på hjemmesiden finder alle oplysninger om vores store tur i 2022, hvor vi går Bornholm rundt.

Har du forslag eller er der noget du mangler på hjemmesiden, så send os en mail, du finder mailadresser i bunden af denne side.

Har du forslag til ændringer mv?  
Så skriv til [Frank@hjsf-sydfyn.dk](mailto:Frank@hjsf-sydfyn.dk) eller til  
[Carsten@hjsf-sydfyn.dk](mailto:Carsten@hjsf-sydfyn.dk)



Hjerneskadeforeningen  
SYDFYN OG ØERNE

## Vil du med på en fantastisk tur Bornholm Rundt i maj 2022?

Vi går Bornholm Rundt på en uge i det skønne maj, hvor foråret er på sit højeste og solen luner på vores tur rundt! Hjerneskadeforeningen Sydfyn arrangerer i samarbejde med vores andre lokalafdelinger turen »Sæt fodspor på Bornholm«, hvor vi håber at rigtig mange vil deltage, og sætte fodspor på Bornholm, og dermed også i offentlighedens bevidsthed omkring Hjernekadeproblematikken.

PS. Der er mulighed for at komme med som feriegæst eller heppekor

At gå Bornholm rundt kan have mange fordele og oplevelser. Mere motion, frisk luft, socialt samvær på en anderledes måde og det at mødes med andre ligesindede – uanset handicap.



Vi går Bornholm rundt i 5 etaper ca. 20 km om dagen. Vi bor på Æblehaven Feriecenter/Storløkke Feriepark ved Allinge. Der spiser vi morgen- og aftensmad og derfra er vores udgangspunkt hver dag. Vi har følgebiler med på hele ruten rundt. Bilerne vil servicere os med frisk vand og frokost og har man brug for et hvil eller ikke kan klare mere den dag, kan man blive samlet op af en følgebil.

Ved dagens slutdestination transporteres vi tilbage til Allinge og næste morgen kører de os tilbage til slutdestinationen som er starten på den nye dags etape.

Denne udfordring ønsker vi ikke blot skal være for vores lokalafdeling Sydfyn & Øerne, men for alle lokalafdelinger under Hjerneskadeforeningen – 27 i alt.

Det vil være en kæmpe oplevelse for rigtig mange, udover den motion og friske luft der følger med, så vil det samtidig give deltagerne et stort socialt samvær blandt ligesindede.

**Baggrunden** for denne tur er Coronapandemien, alle de restriktioner og nedlukninger af alt – også for det sociale frivillige liv, har medført at det ikke er muligt at mødes med andre ligesindede indendørs. Mange af vores medlemmer er ensomme og savner det sociale samvær. Vi skulle finde på alternative måder at mødes på.

Der blev dannet gå-grupper, der blev arrangeret shelter ture og på en af disse ture kom samtalen ind på, om vi kunne gå over en længere strækning, måske over flere dage og for alle – uanset vores handicap.



Så vi tænkte motion, frisk luft, socialt samvær, gåture på længere strækninger og med overnatninger, så var det oplagt at gå Bornholm rundt.

### **Forløb 2021:**

For at kunne gennemføre en vandring på ca. 106 km over 5 dage kræver det træning og atter træning. Der skal trænes hver dag og over længere strækninger og der skal styrketræning til.

Vi fortsætter vores gå-grupper, som mødes hver uge og får gået nogle kilometer – og i løbet af i år får vi oparbejdet styrke nok til at kunne gå 20 km hver dag. Vi har planlagt vandreture i løbet af året som er på mellem 10-20 km pr. gang.

Vi har indgået et samarbejde med naturterapeut Kirsten Heide, som har gået mange og lange vandringer rundt om i Danmark og i Europa. Hun vil guide os gennem forløbet i år med træning, råd og vejledning og arrangere vandringer på de længere strækninger. Hun vil selv gå ruten rundt på Bornholm inden vi alle skal deltage i 2022, som hun også selv deltager i.



Kan du ikke gå de mange kilometer hver dag, er du stadig velkommen til at gå med, så går du bare de kilometer du kan, og efterfølgende kan/vil du blive samlet op af en af vores følgebiler, som er med på hele turen rundt om Bornholm.

Eller du kan deltage som HEPPEKOR, hvor du kan blive kørt ud på ruten og stå og heppe på deltagerne når de kommer forbi, eller deltage i lidt frivilligt arbejde, og uddele vand/kiks til de tørstige- og sultne deltagere, der går turen

rundt.

**Du har også mulighed for at deltage som feriegæst, og bare nyde Bornholm, vi har booket et stort feriecenter, hvor der er plads til alle!**

### **Prisen:**



Der er forskel på om du deltager som aktiv gående på turen, eller om du deltager som feriegæst/Heppekor på turen, da vi søger sponsorpengene til turen.

Vi kan allerede nu tilbyde at du som **AKTIV** kommer gratis til og fra Bornholm, samt rundt på Bornholm, eneste krav er at du **AKTIVT GÅR MED PÅ TUREN - OG ER IFØRT TUR T-SHIRTEN.**



Ingen siger du skal gå alle 20 kilometer, du går med det du kan, og så er det det!

Tager du med som feriegæst, eller heppekor, er der desværre ikke nogen økonomisk støtte at hente.

Prisen for at leje en hytte på Æblehaven Feriepark starter ved 4.000,- kroner for en uge. I hytten er der plads til 4 personer, og service og kogegej til 4 personer.

Der kan eventuelt også være plads i en delt hytte, hvor du bor sammen med andre, eventuelt i dit eget værelse, (prisen er da 2.500,- kr/uge – i delt dobbeltværelse er prisen 1.250,- kr./uge) (For feriegæster og heppekor er turen til- og fra Bornholm IKKE medregnet i prisen.) (Men mon ikke vi kan finde en billig løsning)?

## **Forløb 2022:**

Vi fortsætter med træningen i foråret, hvor Kirsten Heide er med på mange af de længere strækninger for at støtte, hvor det er nødvendigt.

Sydfyn: lørdag den 14. maj 8.30 vil vi samlet køre i busser fra Sydfyn til Bornholm (over Ystad/Rønne) med færgen kl. 13.30 og med ankomst til Allinge, hvor vi bliver indkvarteret på Æblehaven Feriecenter omkring kl. 15.30.

Etape 1: søndag morgen starter vi vores vandring fra Allinge, går langs kysten eller på cykelstier - i det omfang det er muligt af hensyn til de, som er dårligt gående eller bruger hjælpemidler såsom stok eller rollator. Undervejs gør vi ophold for at spise frokost, som følgebilerne har med. Vi slutter ved Havnen i Hasle, hvor vi derefter transporteres tilbage til Feriecenteret.

Etape 2: mandag kører følgebilerne os tilbage til slutpunktet fra søndag. Her starter vores vandring på de næste ca. 20 km. Ruten går fra Hasle og efter 6-7 timers vandring inkl. frokostpause slutter vi ved Søndre Landevej lidt efter Arnager, hvor vi bliver kørt tilbage til Feriecenteret.

Etape 3: tirsdag er strækningen fra Søndre Landevej og til Snogebæk Havn. Vi går så vidt muligt via Dueodde strand, hvor der er ca. 5 kilometer hårdt pakket sand.

Etape 4: onsdag er strækningen fra Snogebæk Havn til Bølshavn. Turen går meget på landevej, eller de mindre sideveje, vi spiser frokost i Årsdale på havnen.

Etape 5: torsdag går vi fra Bølshavn og slutter af i Allinge. Nu har vi gået omkring 106 km og turen Bornholm Rundt er fuldendt.

Alle går ikke i samme tempo og det er der også plads til. Ingen kommer til at sakke bagud alene.

Fredagen skal bruges til afslapning og vi slutter af med en lille fest om aftenen. Lørdag rejser vi hjem igen. Vi skal med færgen fra Rønne mod Ystad kl. 12.30 med ankomst til Ystad kl. 13.50. Vi er tilbage på Sydfyn omkring kl. 17.

Prisen er lidt svær at udtale sig om på nuværende tidspunkt, da vi søger sponsorpenge til de fleste udgifter. Prisen for overnatning er fra 1250,- kroner i delt dobbeltværelse, dertil kommer mad og drikke. Mad og drikke kan tilkøbes for omkring 250,- kr. pr/dag. Eller man kan vælge at lave sin egen mad, og på den måde spare lidt på kostbudgettet. Se i øvrigt vores hjemmeside [www.hjsf-sydfyn.dk](http://www.hjsf-sydfyn.dk) hvor du finder flere oplysninger.

Hytterne ligger i det skønne Allinge på nordsiden af Bornholm, og er velegnet fra 2 til 6 personer.

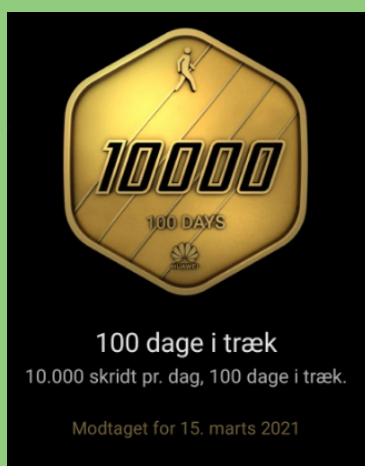
I forbindelse med hvordan man ønsker sin indkvartering er der næsten frit valg. Der er huse til 2 personer og til 6 personer, og jo flere man bor sammen jo billigere bliver prisen jo! Men vil man bo alene eller bare et par i huset er det også helt fint. De nøjagtige priser finder du på vores hjemmeside under punktet Økonomi!

Vi håber at så mange som muligt vil deltage på denne tur, hvor vi sætter fodspor ikke kun på Bornholm, men i den politiske, faglige og kommunale verden!

Du tilmelder dig (aktiv,ferie,heppekor) til Lonnie på 2020 4080 og senest 1/5-2021 indbetaler du tilmeldingsgebyret på 1.000,- kr. pr. deltager!

Tilmeldingsgebyret tilbagebetales ikke, da vi skal betale depositum på hytterne!

## 1.000.000 skridt på 100 dage



**Vores energiske medlem Klaus Bo Jensen har netop den 15. Marts i år opnået dette flotte resultat. 1 million skridt på 100 dage.**

**Vi ønsker ham stort tillykke med det flotte resultat. Og glæder os til at se ham på turen Bornholm Rundt i 2022, hvilket burde blive en »smal« sag efter sådan en præstation!**

	<b>April</b>	<b>Maj</b>	<b>Juni</b>
1	Skærtorsdag Gåtur i Håstrup		Gåtur Ringe
2	Langfredag		Gåtur Faaborg
3		Gåtur Ringe	Gåtur Faaborg
4	Påskedag	Gåtur Faaborg	Sheltertur
5	2. Påskedag	Gåtur Faaborg	Sheltertur
6	Gåtur Faaborg		Sheltertur
7	Gåtur Faaborg		Gåtur Ringe
8			Gåtur Faaborg
9			Gåtur Faaborg
10		Gåtur Ringe	
11		Gåtur Faaborg	
12	Gåtur Ringe	Gåtur Faaborg	Ærødag ??
13	Gåtur Faaborg	Kristihimmelfarsdag	
14	Gåtur Faaborg		Gåtur Ringe
15			Gåtur Faaborg
16			Gåtur Faaborg
17		Gåtur Ringe Sheltertur Fredericia	Shelaterdag
18		Sheltertur Fredericia	
19	Gåtur Ringe	Sheltertur Fredericia	
20	Gåtur Faaborg		
21	Gåtur i Grejsdalen		Gåtur Ringe
22			Gåtur Faaborg
23		Pinsedag	Gåtur Faaborg
24	Shelaterdag Trente Mølle	2. Pinsedag	
25		Gåtur Ringe	
26	Gåtur Ringe	Gåtur Faaborg	
27	Gåtur Faaborg	Gåtur Faaborg	
28	Gåtur Faaborg		Gåtur Ringe
29			Gåtur Faaborg
30	Store Bededag	Generalforsamling	Gåtur Faaborg
31		GåturRinge	



	Juli	August	September
1			Gåtur Faaborg
2		Gåtur Ringe	
3		Gåtur Faaborg	
4		Gåtur Faaborg	
5			
6			Ferie
7		Sheltertur	
8		Sheltertur	på
9	Trente Mølle	Gåtur Ringe	
10	ophold	Gåtur Faaborg	
11	ophold	Mal på Pipstorn	Bornholm
12			
13			Gåtur Ringe
14			Gåtur Faaborg
15			Gåtur Faaborg
16		Gåtur Ringe	
17		Gåtur Faaborg	
18		Gåtur Faaborg	Sheltertur
19			med Kirsten
20			Gåtur Ringe
21		Sommerfest	Gåtur Faaborg
22			Gåtur Faaborg
23		Gåtur Ringe	
24		Gåtur Faaborg	
25		Gåtur Bornholm	
26			
27			Gåtur Ringe
28			Gåtur Faaborg
29			Gåtur Faaborg
30		Gåtur Ringe	
31		Gåtur Faaborg	

# Grejsdalen

21. April 2021

## Vil du med på en dejlig vandretur?

Vi tager til Grejsdalen i det skønne april, nærmere betegnet den 21. april og går en tur i det dejlige kuperede område ved Vejle.

Der vil i lighed med vores andre ture, være mulighed for at arrangere en eller anden form for transport. Vi forventer at kunne køre fra Odense banegård kl. 8:30, og forventer at ankomme til Grejsdalen ved 10-tiden, hvor Naturterapeut Kirsten Heide venter på os. Kirsten er tovholder på turen Bornholm rundt, og har i mange år gået land og rige tyndt, og Kirsten vil lede os gennem dette skønne område. Turen er led i forberedelserne til vores store tur, hvor vi går Bornholm rundt i 2022, og derfor et vigtigt led i træningen til at kunne gå de mange kilometer!

Vi går et par timer og holder så hvil og indtager vores frokost, som du selv skal medbringe, ligesom du har drikkevarer med, og eventuelt vandrestave eller en stok er også en god idé at medbringe!

Du tilmelder dig til turen i Grejsdalen ved at kontakte Lonnie på telefon **2020 4080** senest den 18/4. Du skal have egen madpakke med, samt drikkevarer!

Turen er mindre egnet for personer med gangbesvær, og ikke for personer med Rollator eller kørestol!





Det er efterhånden en fast tradition at vi tager på ferie i uge 36, og vi har været både i ind- som i udland! Vi har besøgt Bornholm og Nordjylland, Spanien - og så melder spørgsmålet sig om, hvor vi skal tage hen i 2022?

Coronasituationen har jo ændret vores rejsemønster og muligheden for at kunne rejse udenlands! Så er det vi håber at det ser bedre ud i 2022, men hvor skal vi tage hen??

Vi spørger derfor vores medlemmer om hvad I gerne vil? Hvor skal vi tage hen, skal det være indland eller udland?

I 2017 var vi på Balka Strand på Bornholm.

I 2018 var vi på Svalereden campingplads i Nordjylland.

I 2019 var i Fuengirola i Spanien.

I 2020 var vi igen på Svalereden i Nordjylland.

I 2021 tager vi på tur til Bornholm, på Sannes Familiecamping.

## **MEN HVAD MED 2022? Hvor skal vi tage hen??**

Der er kommet et forslag om en tur til Sjælland, og besøge København og se vores hovedstad, besøge Tivoli og eller Bakken? Der ligger også et forslag om en tur til Prag, som i september er en stor oplevelse, så er der ikke det store turistpres, og priserne er til at leve med! Men hvad mener du?? Du kan ringe, skrive eller maile dit forslag, eller bruge kontaktformularen på vores hjemmeside, og en sidste mulighed er at sende et almindeligt brev med Post Nord!

Men lad os høre fra dig, for uden dine idéer og forslag sker der ikke noget!



**Bonfire** *i det lyse forår*



# På Trente Mølle

## Vil du med på en Sheltertur?

**Lørdag den 24. april tager vi på tur til Trente Mølle, og laver mad over bål!**

Vi mødes på Trente Mølle, Trentevej 7, klokken 15:00 i Broby og går derfra til Shelterpladsen (der er ca. 200 meter) hvor vi hygger og laver mad over bål, vi bager snobrød og når mørket falder på, så slutter vi efter nogle dejlige timer i den friske natur!

Turen er for alle, også med rollator og kørestol, dog vil jeg ikke anbefale kørestol, hvis det har- eller regner meget, da vi skal over græs og ind i skoven! Men er vejret perfekt bliver det en helt vidunderlig oplevelse, at sidde ved bålet, spise aftensmad og bage snobrød på pind.

Regner det, ja så tager vi afsted alligevel, for oplevelsen bliver ikke meget mindre af den grund! Bare det at mødes med andre mennesker i denne Coronatid, og få snakket og hygget, og få en oplevelse med hjem er bare lykken!

Prisen for mad og kaffe/the er 40,- kr. pr person - Husk egne drikkevarer og SIDDEUNDERLAG (tæppe/pude eller lign.)

Tilmelding og betaling senest 20. april på MobilePay nr. 20 20 40 80.



# Generalforsamling 2021

**DU INDKALDES HERVED TIL ORDINÆR GENERALFORSAMLING  
I HJERNESKADEFORENINGEN LOKALAFDELING SYDFYN & ØERNE**



**Floravej 11- 5750 Ringe- Lokale A1**  
Der er adgang for personer med rollator og kørestol

**Der afholdes ordinær Generalforsamling i Hjerneskaedeforeningen lokalafdeling Sydfyn & Øerne søndag den 30. Maj fra klokken 13:00 til ca. 14:30.**

Der er kun adgang for medlemmer af Hjerneskaedeforeningen lokalafdeling Sydfyn & Øerne.

Medlemskontingentet skal være indbetalt for at få adgang til- og stemmeret på generalforsamlingen.

**GRATISMEDLEMMER** har adgang til generalforsamlingen, men har IKKE stemmeret på generalforsamlingen.

Ønsker du at opstille til bestyrelsen, skal du meddele dette senest på generalforsamlingen. Som bestyrelsesmedlem deltager du i bestyrelsesmøder, hvor aktiviteter og arrangementer planlægges, ligesom du deltager aktivt i de fleste af foreningens ture/arrangementer mv.

Dagsorden i flg. vedtægterne, som kan læses på lokalafdelingens hjemmeside [www.hjsf-sydfyn.dk](http://www.hjsf-sydfyn.dk). Se under »om os!«

Forslag der ønskes behandlet på Generalforsamlingen, under punkt 4 i vedtægterne, skal indsendes til formanden senest den 16. Maj 2021.

## Sommerfesten

**Vi tror og håber på, at vi igen i år kan afholde vores efterhånden faste tradition, nemlig GrillParty hos formanden, i selvsammes baghave!**

**Sommerfesten er planlagt til at finde sted den 21. August fra kl. 15.00 til vi ikke orker mere.**

**Noter det allerede nu i din kalender.  
Mere om dette i næste nummer af dette blad.**



## **Vi tager på Sheltertur i den skønne danske natur.**

Så tager vi igen på Sheltertur med overnatning, »Onepot« over bål, og bager snobrød i (lige over) gløderne.

Det er en - ja fantastisk oplevelse. Bare det at komme ud i naturen, opleve lydene, fuglene, en hjort eller hare, og sidde ved bålet og slappe af, er energi og livsmod for sjæl og krop.

Vi laver mad over bålet og når vi har spist, så er det tid til snobrød over gløderne, og mens de langsomt dør ud, kryber vi til køjs i de åbne Shelters!

Vil du med på overnatning, så er det den 17. til 19. maj, hvor vi tager til Trelde Nes ved Fredericia. Pris 100,- kr. pr. person + madpakke til frokost den 1. Dag. Tilmelding og betaling senest 12/5. Det er også på Trelde Nes vi aftaler resten af dette års Shelerture, som er planlagt til at finde sted 4.-6. Juni, 7.-8. August og 18.-19. September.

**P.s. Du er også velkommen til at deltage som »dagsgæst« hvor du vælger at deltage og derefter køre hjem til din egen seng!**





Vi har stadig vores Walk & Talk grupper og det er blevet en succes – at gå sammen og være sociale sammen, men stadig med afstand til hinanden.

Faste gå-grupper:

**Ringe:** Hver mandag kl. 8.45 går vi Ringe Sø rundt. Vi mødes på hjørnet af Rolighedsvej og Søvej. Kontaktperson: Lonnie på tlf. 20 20 40 80.

**Faaborg:** Hver tirsdag og onsdag kl. 15.00. Vi mødes ved Byporten i Vestergade. Medbring kaffe/the og en kop, så finder vi et sted, hvor vi pauser den med noget at drikke. Kontaktperson tirsdag: Lonnie tlf. 20 20 40 80 og onsdag er det Britta på tlf. 40 94 24 98.

**Langeland:** Kontaktperson: Tina tlf. 27 93 74 42.

**Svendborg og søndagsture:** Kontaktperson: Lonnie tlf. 20 20 40 80.

Følg med på vores face-book side Hjerneskadeforeningen Fyn og Sydfyn – her opdaterer vi løbende!!



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 blad udkommer medio juni

Deadline til bladet er 1. juni 2021  
Ønsker du indlæg i Nyhedsbladet, sendes det til:

**frank@hjsf-sydfyn.dk**

Bladet udkommer til ca. 200 husstande på Sydfyn & Øerne.

Bladet tilsendes også relevante samarbejdspartnere samt institutioner med virke indenfor hjerneskade området.



**HJERNESKADE  
FORENINGEN**

LIV DER REDDES - SKAL OGSÅ LEVES

### **Formand**

Lonnie Braagaard  
Tlf: 2020 4080  
mail@hjsf-sydfyn.dk

### **Næstformand**

Carsten K. Simonsen  
Tlf: 3022 6954  
Carsten@hjsf-sydfyn.dk

### **Sekretær**

Frank Andersen  
Tlf: 6177 6633  
frank@hjsf-sydfyn.dk

### **Kasserer**

Marianne Mondrup  
mollyfyn@hotmail.dk

### **Bestyrelsen**

Kim Priskorn  
kimpriskorn1963@hotmail.com

### **Bestyrelsen**

Christian B. Madsen  
c30b84@hotmail.com

### **Bestyrelsen Langeland**

Tina Ryborg Nikander  
ryborgnikander@gmail.com

### **Bestyrelsen**

Dorthe Rasmussen  
dora19@live.dk

### **Bestyrelsen Ærø**

Catharina Freudendahl  
cath.dione@gmail.com

### **Bestyrelsen Ærø/Langeland** Janne Skalkam



### **1. Suppleant** Jørgen Hansen

Facebook.com/hjerneskadeforeningen Fyn og Sydfyn

Web: [www.hjsf-sydfyn.dk](http://www.hjsf-sydfyn.dk)  
Mail: [mail@hjsf-sydfyn.dk](mailto:mail@hjsf-sydfyn.dk)  
Tlf: 2020 4080 / 6177 6633

Kontor: Floravej 11 5750 Ringe Lok. A4  
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.)