

# CP MAGASINET INDBLIK

**NR 1 · FEBRUAR 2025**

---

**TEMA: Kreative udfoldelser**

---

**Jasmins vej til venskaber**

---

**Bliv klar til skolestart  
- spørgsmål og svar**

---

**Online kurser:  
Nu gratis for medlemmer**

---

# DryNites®

KLINISK STUDIE DOKUMENTERER\*:

## Bedre nattesøvn, trivsel og livskvalitet

Førende sengevædnings eksperter slår fast at DryNites® hjælper med:

- ✓ en bedre nattesøvn
- ✓ at forbedre livskvaliteten for børn og forældre
- ✓ at forbedre børns fysiske velvære
- ✓ at håndtere sengevædning ved at forbedre børns trivsel

**Clinically Proven**  
for a better night's sleep



Forskellige sugekerner til

**Piger & Dreng**



Når sengevædning er en del af hverdagen hjælper DryNites® både barn og forældre til at få en god nats søvn. DryNites® har ekstra høj beskyttelse, er designet så de ligner almindelige underbukser og udviklet i et særligt lydløst materiale.

DryNites® natunderbukser fås i de fleste supermarkeder, Matas og på apoteket i 3 størrelser: 4-7 år, 8-13 år og 13+ år.

Læs mere på [drynites.dk](http://drynites.dk)

\*ClinicalTrials.gov Identifier: NCT04620356



## Artikler

- 5 Jasmins vej til venskaber
- 13 TEMA: Kreative udfoldelser
- 14 Små aftryk i verden – på besøg i Centerbørnehaven
- 18 Grobund for glæde – kreative sysler på Jonstrupvang
- 21 4 gode grunde til at dyrke kreative aktiviteter
- 23 4 tips til dig, der vil i gang med at crafte
- 25 Kunsten bryder den usynlige is
- 29 Online kurser på vej – gratis for medlemmer
- 33 5 spørgsmål, forældre stiller op til skolestart
- 36 Nordisk møde gav styrket sammenhold og viden
- 38 Frivillige i CP Danmark: Her gør vi en forskel

## Faste sider

- 4 Leder: Vi har viden om kognition – lad os nu bruge den!
- 8 Viden om
- 10 Den politiske dagsorden
- 41 Det sker
- 46 Siden sidst

CP Magasinet INDBLIK - ISSN 2446-4139 · Årgang 74 nr. 1/2025 · **Protektor:** H.K.H. Prinsesse Benedikte · **Udgivet af:** CP Danmark, Blekinge Boulevard 2, 2630 Taastrup, tlf. 38 88 45 75, **mail:** cpdanmark@cpdanmark.dk, [www.cpdanmark.dk](http://www.cpdanmark.dk) · **Redaktion:** Pia Allerslev (ansvarshavende), Stine Mørkeberg (redaktør) · **Annoncer:** Agerbakken 21, 8362 Hørning, tlf. 86 91 46 87, email: [info@cp-magasinet.dk](mailto:info@cp-magasinet.dk) - CP Danmark optager ikke annoncer fra politiske partier · **Layout:** FL Reklame, tlf. 70 22 18 70 · **Tryk:** Stibo A/S · **Oplag:** 3.900 · **Distribution:** PostNord (udsendes gratis til foreningens medlemmer 5 gange om året og udgives også elektronisk). · **Eftertryk:** Med tydelig kildeangivelse er tilladt. De fremførte synspunkter står for forfatterens egen regning og deles ikke nødvendigvis af redaktionen og CP Danmark. Redaktionen forbeholder sig ret til at forkorte og redigere i indsendt materiale. · **Forsidefoto:** Alvina på tre år udforsker materialer, farver og sin krops formåen i specialinstitutionen Centerbørnehaven. Læs historien om institutionens kreative aktiviteter og formålet med dem på side 14.

## Vi har viden om kognition – lad os nu bruge den!



Forskning viser, at mange børn med cerebral parese (CP) har kognitive vanskeligheder, selvom de er normalt begavede, og der kommer løbende mere viden om, hvordan det er muligt at kompensere for vanskelighederne. Fra person til person er der store forskelle på, hvilke udfordringer ens CP giver. Derfor mener vi i CP Danmark, det er helt afgørende, at der bliver lavet en individuel udredning af kognitive styrker og vanskeligheder, som kan danne grundlag for en tilpasset opfølgning. Det er især vigtigt ved de overgange i et barns liv, hvor vi ved, at viden om barnets kognitive udfordringer har betydning for dets trivsel og udvikling – for eksempel forud for barnets skolestart.

En undersøgelse fra 2023 viser, at kun omkring 40 procent af børn og unge med CP gennemfører grundskolen i Danmark. Det er et enormt spild af ressourcer, for flere har faktisk evnerne til det. Hvis alle børn får en udredning inden skolestart, kan de bedre få den rette støtte og de nødvendige hjælpemidler i skolen, og forældrene kan blive klædt på til at håndtere situationen. Det vil give børnene bedre mulighed for at gennemføre deres skolegang. Men det kræver, at børn og unge med CP får lettere adgang til de kognitive undersøgelser.

“ Hvis alle børn får en udredning inden skolestart, kan de bedre få den rette støtte og de nødvendige hjælpemidler i skolen...”

**Norske retningslinjer**  
De norske retningslinjer for opfølgning på kognitionen hos mennesker med CP findes på [metodebok.no/cp](http://metodebok.no/cp)

I Norge og Sverige ser det anderledes ud – der har forskere og fagprofessionelle udviklet et opfølgingsprogram for kognition, som anvendes systematisk til opfølgning af alle med CP. Det er formidlet af det norske sundhedssystem i retningslinjer, som findes online. Danske forskere og fagpersoner opfordrer – i en samarbejdsaftale for det danske opfølgingsprogram for børn og unge med CP – til også at inddrage kognition i tilgangen til børn med CP i Danmark. Det samme gør vi i CP Danmark.

Vi har god viden og erfaringer fra lande, vi kan sammenligne os med. Nu skal regioner og kommuner tage ansvar for, at den viden også kommer børn med CP i Danmark til gode.

Sundhedsvæsenet må ikke slippe børnene efter diagnosticering. Der er også brug for en højt specialiseret udredning af diagnosens betydning for det enkelte barns kognitive udfordringer. Det kræver specialiseret viden og et løbende samarbejde mellem regionen – der har det sundhedsfaglige ansvar – og kommunen, der står for det socialfaglige. Det fungerer ikke i dag.

I CP Danmark ser vi alt for mange eksempler på, at manglende udredning af den kognitive funktion kan få tragiske konsekvenser for den enkelte: Personen kan ende med at mistrives, være ude af stand til at gennemføre en uddannelse eller senere hen varetage et job.

Det kan vi som samfund ikke være bekendt, når vi har den viden og de erfaringer, der skal til.

*Pia Allerslev  
Landsformand, CP Danmark*

### Det kan du gøre som forælder:

Være opmærksom på, at nogle udfordringer hos dit barn kan skyldes kognitive vanskeligheder og efterspørge en neuropsykologisk udredning i barnets kommune. Er I medlemmer af CP Danmark, kan I få råd og vejledning om kognitive vanskeligheder og hjælp til at vurdere kognitive tests og neuropsykologiske vurderinger. Se rådgivningens kontaktinfo på [cpdanmark.dk](http://cpdanmark.dk) eller på side 34.

## “Jeg vil hellere have fem venner, der virkelig forstår mig”

Som barn kæmpede Jasmin Haugaard for at få venner, fordi hun skilte sig ud. Indtil hun erfarede, hvad et ægte venskab går ud på.

AF STINE MØRKEBERG | PRIVATFOTO

Når 21-årige Jasmin Haugaard tænker tilbage på sine år i folkeskole og specialskole, husker hun følelsen af at være bagud i forhold til de andre elever, der enten ikke havde nogen diagnoser eller havde helt andre problematikker end hendes kombination af cerebral parese (CP) og ordblindhed.

Hun følte sig ikke kun bagud i timerne, men også i frikvartererne. For hun gik langsomt end mange af de andre børn, og der var ikke altid faciliteter, som gjorde det muligt at deltage på lige fod i legen.

- I skolegården cyklede de andre børn meget rundt, og jeg fik først sent mulighed for at cykle med på en handicapvenlig cykel. Når vi skule fra lokale til lokale i skolen, faldt jeg altid bagud. Jeg stressede mig selv ved at forsøge at følge med til alt, og jeg gjorde ekstra meget for at få venner, fordi jeg var bagud med mange andre ting, siger hun.

Jasmin Haugaard er medlem af bestyrelsen i CP Ung, og til april er



*Jasmin Haugaard er 21 år. Til daglig går hun på HF Ordblind i Aarhus og er medlem af bestyrelsen i CP Ung. Her ses hun i Prag, hvor hun sidste sommer var på ferie med sin kæreste.*

hun oplægsholder på webinarer ‘Ungdomsliv med CP: Venskaber og fællesskaber’. Netop fordi hun selv har oplevet vanskeligheder ved at indgå i venskaber som barn og ung, håber hun, at andre unge med CP kan lære noget af hendes historie. Både fortalt her i CP INDBLIK og på webinarer.

### Veninderne havde ikke tid

Jasmins anstrengelser for at følge med klassekammeraterne resulterede i en form for venskaber. Men det var relationer præget af uligevægt, erfarede Jasmin senere.

- I mine teenageår søgte jeg venin-

der så meget, at jeg blev undertrykt af min søgen. Jeg gav og gav, lyttede og lyttede, men når jeg så havde brug for, at mine veninder lyttede til mig, havde de ikke tid, fortæller Jasmin.

Dengang kunne hun ikke se det selv, men hendes mor og kontaktlærer gjorde hende opmærksom på det.

- Du giver for meget af dig selv, i forhold til, hvad du får tilbage, sagde de.

### Redning på introturen

I 10. klasse kom Jasmin på efterskole ▶▶

“ Jeg lyttede til dem, når de fortalte om deres problemer, men de tog også hånd om mig, når jeg havde haft en svær dag.



i Hobro, hvor hun gik to år på samme klassetrin. Introturen på første år gik til Polen, og den blev et vendepunkt for Jasmin.

- Vi kørte rundt i en turbus, og da vi en aften gjorde et sidste stop for at købe mad, kunne mine ben ikke mere. En af drengene endte med at bære mig ud af bussen, og en gruppe på fem piger støttede mig på skift ved at holde om mine underarme, så jeg ikke væltede. Jasmin griner ved mindet:

- Det var måske lidt *overkill* at bære mig, men det betød meget, at der for en gangs skyld var nogen jævnaldrende, der hjalp mig, siger hun.

#### Nye fortrolige

Efter episoden i Polen, inviterede pigerne fra bussen Jasmin over i deres "hus" på efterskolen, hvor de spillede brætspil og snakkede. Hun blev også inviteret med, når pigerne stod på rulleskøjter.

- Fordi jeg har dårlig balance, kunne jeg ikke løbe med, så jeg kiggede mest på, tog tid på deres løb og snakkede. Men bare det at få tilbuddet og blive inkluderet, betød meget for mig, siger Jasmin og fortæller videre:

- Vi begyndte at dele oplevelser og tanker begge veje. Jeg lyttede til dem, når de fortalte om deres problemer, men de tog også hånd om mig, når jeg havde haft en svær dag. Det var først der, jeg mærkede, hvad det vil sige at have rigtige venner.

Venerne hjalp også Jasmin, når hun havde brug for en hånd med noget, og de tilbød at købe varer med fra det lokale supermarked.

- Det var guld værd, at de passede på mig og gad sætte sig ind i mit handicap, siger hun.

#### "Jeg har behov for..."

Jasmin oplever, at de nye venskaber på efterskolen fik gode vilkår, dels fordi der var god kemi mellem hende og vennegruppen, men også fordi hun lærte sig selv og sin CP bedre at kende.

- Jeg var sammen med nye mennesker, som stillede spørgsmål til ting omkring min CP, jeg ikke før havde tænkt over. Pludselig skulle jeg forklare, hvorfor jeg gjorde, som jeg gjorde. Jeg begyndte at udtrykke mine behov og sige til mine nye venner: "Jeg har behov for ekstra tid til at tage tøj på" eller "jeg er træt, så jeg er desværre nødt til at tage tidligt hjem i aften."

I dag holder Jasmin stadig fast i mange af vennerne fra efterskolen. Derudover er der kommet en håndfuld nye til fra HF Ordblind, hvor hun går i dag.

- Der er også mange i min klasse, jeg ikke har så god kemi med. Men jeg vil hellere have fem venner, der virkelig forstår mig, end at tale med alle uden at være fortrolig med nogen, siger Jasmin.

### Mød Jasmin på webinar om venner og fællesskaber

Jasmin er en af to oplægsholdere på webinarret 'Ungdomsliv med CP: Venner og fællesskaber', som afholdes af CP Danmark 3. april. Kurset handler om, hvordan man kan finde fællesskaber og skabe relationer, når man føler sig anderledes som følge af CP.



## Søg legat til uddannelse fra Willy Kunst's Fond

#### Om fonden:

Willy Kunst's Fond blev oprettet i 2006 af en mand ved navn Willy Kunst efter ønske i hans testamente. Han havde selv CP og var væver i mange år. CP Danmark har for nyligt overtaget administrationen af fonden.

Er du i gang med en uddannelse eller påtænker du at starte på en, så har du mulighed for at søge et legat hos 'Willy Kunst's Fond til støtte for voksne med cerebral pareses Uddannelse'.

Fondens formål er at yde støtte til kortere eller længere uddannelsesforløb for voksne med cerebral parese (CP) over 18 år, herunder også til studieophold og studierejser samt hjælp til en eventuel støtteperson.

Legater fra fonden uddeles én gang årligt. For at komme i betragtning til uddelingen i 2025 skal du sende en elektronisk ansøgning senest den 15. april 2025 til CP Danmark.

Du finder ansøgningskemaet på foreningens hjemmeside: [www.cpdanmark.dk/legater/](http://www.cpdanmark.dk/legater/)

#### Du skal i ansøgningen kort beskrive:

- Formålet med den ønskede støtte
- Hvordan støtten kan hjælpe dig
- Hvilket beløb, du søger

Desuden skal du give oplysninger om og dokumentation for dine økonomiske forhold og din diagnose.

Ansøgere til fonden kan forvente svar i juni 2025.

Bestyrelsen for Willy Kunst's Fond



## CP INDBLIK udkommer 4 gange i 2025

I det nye år går CP Danmarks medlemsmagasin fra fem til fire udgaver årligt. Ændringen sker for at kunne opretholde kvaliteten i magasinerne og samtidig give plads til andre opgaver. Magasinerne resten af året forventes at udkomme: 19. maj, 15. september og 1. december. Magasinet vil lande i postkassen hos medlemmerne senest fire hverdage efter udgivelsesdagen.



Foto: Colourbox.dk



Foto: Colourbox.dk

## Første CP-fodboldskole vest for Storebælt

Til sommer afholdes den første fodboldskole for børn med CP vest for Storebælt nogensinde. Det sker 2.-4. juli i Risskov, og den danske fodboldklub VSK Aarhus står bag. Fodboldskolen er for alle interesserede børn med CP eller anden lignende fysisk funktionsnedsættelse i alderen 6-14 år – fra hele landet. Den er primært egnet for børn, der kan bevæge sig uden stok og rollator. Du kan læse mere og tilmelde dit barn på vskaarhus.dk

## CP Danmark fylder 75 år i 2025



I år er et særligt år for CP Danmark, for til efteråret runder foreningen 75 år. Jubilæet vil blive markeret på forskellig vis i årets løb i forbindelse med CP Danmarks aktiviteter. Foreningen har også fået et særligt jubilæumslogo, som du finder på forsiden af bladet her.

## Nu kan du skrive digital post for dine nærmeste

Hjælper du en nærtstående med at læse Digital Post fra offentlige myndigheder, får du nu flere muligheder. Som noget nyt kan du nemlig også få adgang til at skrive og besvare posten på hans eller hendes vegne. Du kan anmode om adgang til funktionerne gennem Digital Post på Borger.dk – eller du kan henvende dig i Borgerservice.

## Nyt bevægelsesområde på Egmonthøjskolen i støbeskeen

Højskoleelever og gæster på Egmont Højskolen får i fremtiden bedre rammer for at røre sig i det fri – uanset funktionsniveau, alder og livsvilkår. Der er nemlig et nyt bevægelsesområde i støbeskeen, som tegnestuen LYTT Architecture skal stå for. Planen er, at selve arbejdet med at anlægge bevægelsesområdet vil begynde i forsommeren 2025. Projektet bliver til med støtte fra en række fonde. Du kan læse mere på egmont-hs.dk -> aktuelt -> projekter

Læs mere her



## Hvor kan jeg gratis eller billigt tage ledsager med?

En ny hjemmeside viser dig mere end 1.150 steder, hvor det er muligt at tage din hjælper eller ledsager med uden at betale fuld pris for vedkommende.

Dermed giver den det hidtil bedste overblik over mulige steder at bruge kortet. Den nye hjemmeside er udviklet af Danske Handicaporganisationer og hedder ledsagekort.dk

*Transport, forlystelsesparker og museer. Det er blot nogle af de typer af steder, man kan benytte ledsagekortet.*



Foto: Colourbox.dk

## Danskerne ønsker mere inklusion

Danskerne vil gerne, at mennesker med handicap bliver mere inkluderet i samfundet. Det viser en undersøgelse fra Danske Handicaporganisationer. Af undersøgelsen fremgår det at:

- Syv ud af ti danskere (69 procent) gerne ser, at flere børn med handicap går i den almindelige folkeskole – under forudsætning af, at de får den nødvendige støtte.
- Seks ud af ti danskere (59 procent) gerne ser, at de får flere kolleger med handicap på deres arbejdsplads.
- Syv ud af ti danskere (69 procent) gerne ser, at flere mennesker med handicap deltager i samme fritidsaktiviteter som dem selv.





På siderne her får du et overblik over de vigtigste politiske aktiviteter, som CP Danmark holder øje med og kommer med indspark til i første halvår af 2025.

AF KATRINE FINKE, DIREKTØR I CP DANMARK

## Specialeplan: Behov for den rette hjælp

Til februar lovbehandles en kommende specialeplan på det højt specialiserede socialområde – herunder handicapområdet. CP Danmark og andre handicaporganisationer har gjort opmærksom på behovet for politisk handling på området lige siden regeringen kom med et udspil om en specialeplan tilbage i 2022.

I CP Danmark holder vi øje med, at specialeplanlægningen kommer til at sikre, at mennesker med handicap får den rette hjælp og indflydelse på forløbet fra start, uanset hvem, de er, og hvor, de bor. Det er særligt vigtigt at sikre i de kommuner, hvor der ikke er nok borgere til at etablere den nødvendige specialiserede indsats inden for kommunen.



## Aktiv livshjælp, ikke dødshjælp

Diskussionen om aktiv dødshjælp går ind i en ny fase. Regeringens "udvalg for en mere værdig død" forventes at aflevere sit refleksionsoplæg i begyndelsen af året. Herefter skal regeringen finde ud af, hvordan den vil gå videre med Mette Frederiksens forslag om at legalisere aktiv dødshjælp i Danmark. CP Danmark har i 2023 taget stilling til ikke at støtte forslaget. Vores valg er aktiv hjælp til et godt liv. Vi skal som forening – og som samfund – gøre vores yderste for, at et hvilket som helst liv får værdi og kan leves med værdighed. Bag dette ligger der svære diskussioner, og der skal være plads til forskellige holdninger, men vi vil blive ved med at sætte fokus på vores opbakning til livet.

## Sundhedsstruktur og fordeling af læger

Sundhedsminister Sophie Løhde vil i foråret fremsætte en stor lovpakke, som beskriver regionernes og de nye sundhedsråds kommende struktur. Det er afgørende, at de kommende strukturer muliggør den rette balance mellem specialiserede regionale tilbud til borgere med komplekse behov og den nære kontakt i de kommunale sundhedstilbud.

Det var CP Danmark allerede i efteråret med til at sætte fokus på sammen med en række andre handicaporganisationer i et debatindlæg bragt i Sundhedsmonitor og Socialmonitor.

Regeringens lovpakke vil også indeholde en model for fordeling af praktiserende læger i Danmark. Forhåbentlig vil den bidrage til at mindske den sociale og geografiske ulighed i sundhed, der er i dag.

Når regeringen fortsætter arbejdet med sundhedsreformen, holder vi også øje med den forenkling af regler om hjælpemidler, som er lovet i reformaftalen og ikke mindst, hvordan sundhedsreformens fokus på bedre involvering af patienter og pårørende bliver gennemført.



## Merudgifter

Også inden for merudgifter har vi øjeblikket rettet mod Christiansborg i februar. Der lovbehandles en ny model for ydelser på området nemlig.

Det er tiltrængt med en ny model for merudgifter, og den bør forenkles til fordel for både sagsbehandlere og modtagere af ydelserne. Det har CP Danmarks socialrådgiver Line McMonagle gjort opmærksom på, da hun har givet input til Socialministeriets arbejde med en ny model. Vi forventer, at lovforslaget afspejler de gode bidrag, der er kommet fra CP Danmark og andre handicaporganisationer.



CP Danmarks direktør Katrine Finke og Hjernesagens direktør Anne Gotlieb Hertz til møde med en række andre aktører om læger tilknyttet bosteder.

## Faste Læger på botilbud

I 2025 er en ny ordning trådt i kraft, hvor faste læger knyttes til bosteder. CP Danmark og Hjernesagen mødtes med blandt andre Kommunernes Landsforening (KL) og Praktiserende Lægers Organisation (PLO) for at diskutere ordningen. Vi hilser den velkommen som et vigtigt skridt i retningen mod at sikre bedre lægedækning blandt samfundets udsatte – og dermed mindske uligheden i adgang til sundhed i Danmark.

Den nye ordning betyder, at de beboere, der ønsker det, fremover kan benytte en læge, der er fast knyttet til deres botilbud. Ordningen indebærer også et månedligt besøg af en praktiserende læge, der giver undervisning og sparring til ledelse og personale på botilbud.

Det frie lægevalg gælder fortsat, så borgerne vælger selv, om de vil benytte sig af den fast tilknyttede læge eller bruge en anden praktiserende læge.

Den store fordel ved ordningen er, at mere dialog imellem læge og personale på bosteder og større viden hos begge parter vil give bedre muligheder for at opdage og behandle helbredsproblemer, håndtere medicin og på anden måde støtte op om beboernes sundhed.

For at ordningen kan komme beboerne til gode, er det afgørende, at den bliver godt ført ud i livet lokalt. Hjernesagen og CP Danmark har opfordret PLO og KL til at gå i dialog med de bosteder, der allerede har en velfungerende ordning med en fast læge tilknyttet for at få inspiration. Vi har også opfordret til at invitere handicaporganisationerne på besøg igen, når bostederne er i gang med den nye ordning.

## DIESELolie, SMØREolie ELLER ADBLUE?

Vi kan levere det hele og sikrer personlig  
betjening med en service i top.



Tlf. 7568 7300 • post@hk-hornsyld.dk • www.hk-hornsyld.dk



HELE LANDET **SAC** Følg os på facebook

LEASING OG UDLEJNING AF KASSE- OG LADBILER

[www.sacbiler.dk](http://www.sacbiler.dk)

**JL** FØLG MED

*Osterlars* Snedker og  
Tømrefirma

Naturligt Håndværk &  
Levende Brugskunst  
*fra Bornholm*

Stavsdalvej 52  
3760 Gudhjem  
Tlf. 2568 1854  
[www.jlsterlars.dk](http://www.jlsterlars.dk)

**LINEO**

REVISION I RÅDGIVNING I SKAT  
STATSAUTORISERET REVISIONSANPARTSSELSKAB

Karen Blixens boulevard 7 • 8220 Brabrand  
Telefon 52 80 52 90 • kontakt@lineo.dk • www.lineo.dk

**RANDERS REALSKOLE  
FOR FREMTIDEN**

RANDERS  
REALSKOLE

Fra 0.-10. klasse, SFO med før-  
skoleundervisning samt en række  
sports- og fritidstilbud

**Danfoss**

Danfoss Ally™ er Danfoss' nye  
elektroniske radiatortermostater og  
er frontløber i smartvarmekategorien.

Danfoss Ally™ App giver let adgang til  
at fjerne styre dine radiatorer og du kan  
nemt planlægge din opvarmning,  
så den passer til dine daglige rutiner.  
Med enestående præcision og op til  
23% energibesparelser.

Læs mere om Danfoss Ally™ på  
[ally.danfoss.dk](http://ally.danfoss.dk)

**Cava Plastics**

Sprøjtestøbning fra 5 gram op til 5 kg i emnevægt  
Bearbejdning / Samling og pakning  
Konstruktionsrådgivning

Houvej 12 • 9550 Mariager  
Tlf. 98 54 15 55 • Fax 98 54 15 37  
E-mail: [cavaplastics@cavaplastics.dk](mailto:cavaplastics@cavaplastics.dk)  
[www.cavaplastics.dk](http://www.cavaplastics.dk)

**SØSTRENES**  
Begravelsesforretning  
BEGRAVELSE MED HJERTET

Omsorg  
Empati  
Ordentlighed

4070 7848

Jeg svarer telefonen på alle tider af døgnet.

Trekronergade 43 • 2500 Valby  
Gladsaxevej 130 • 2860 Søborg  
Egedal Centret 69, 1.sal 3660 Stenløse  
[www.sb-begravelse.dk](http://www.sb-begravelse.dk) • [info@sb-begravelse.dk](mailto:info@sb-begravelse.dk)



Søs på tre år har CP og går i  
specialinstitutionen Centerbør-  
nehaven, der benytter kreative  
aktiviteter til at understøtte  
børnenes udvikling.

# Inspiration til at udforske din kreativitet

I dette tema sætter vi fokus på, hvad du – eller dit familiemedlem  
med CP – kan få ud af at lave kreative aktiviteter.

TEKST OG FOTO: STINE MØRKEBERG

Tag med på besøg på botilbuddet  
Jonstrupvang og specialinstitutionen  
Centerbørnehaven, hvor henholdsvis  
voksne og børn med CP udfolder sig  
med forskellige kreative sysler og  
fortæller om – eller viser – hvad det  
giver dem. Læs om, hvad fagpersoner  
siger, du kan få ud af at male, strikke,

reparere ting eller andre kreative akti-  
viteter. Og få gode råd med på vejen,  
hvis du selv vil i gang.

Vi kommer også omkring kunstens  
verden i en artikel af Cath Borch  
Jensen med CP, der fortæller, hvor-  
dan hun igennem sit arbejde med

at formidle og udøve kunst kommer  
tættere på andre mennesker og de på  
hende – på tværs af handicap.

God læselyst!

# Små aftryk i verden

I specialinstitutionen Centerbørnehaven eksperimenterer børnene med, hvad deres kroppe formår at skabe. De glemmer de begrænsninger, der kan følge med et handicap, og udvikler både deres motorik og tro på sig selv og deres kroppe.

TEKST OG FOTO: STINE MØRKEBERG

Et udvalg af malerbøtter og glimmerdåser i forskellige kulører byder sig til foran fire små mennesker fra en af børnegrupperne i Centerbørnehaven i København. På skift får de præsentert farverne. Alvinas øjne lyser op:

- Rød og lyserød, lyder hendes valg af maling. Kombineret med guldglimmer.

Hun og de andre børn blander maling og glimmer sammen i plastikkugler og -hjerter. Hos flere af dem lyster den ene side af kroppen bedre end den anden. Alvina på tre år og to af de andre børn har CP, mens det fjerde barn har en anden diagnose. Hos børnene med CP bliver den mest besværede side af kroppen inddraget som støtte, når glimmeren skal op af æsken eller materialerne skal blandes sammen ved at...

- Ryste, ryste, ryste! Som Alvina synger, idet hun kommer til at tænke på Kaj & Andrea-sangen 'Bom Tjikke Bom'. Imens får materialerne i plastik-kuglerne en ordentlig mikse-tur med håndkraft.

Bagefter lægger hun mærke til sine festklædte hænder, fulde af glimmer, og hun griner højt.

## Kroppen kan godt

Nicklas Priis guider og støtter først



Alvina i gang med at lave sit kunstværk.

Alvina, så Ida på tre år, i deres udfoldelser. Han er pædagog med linjefag i kreative udtryksformer og fortæller efter aktiviteten, at de i Centerbørnehaven har kreative aktiviteter omkring en gang ugentligt i små grupper som denne.

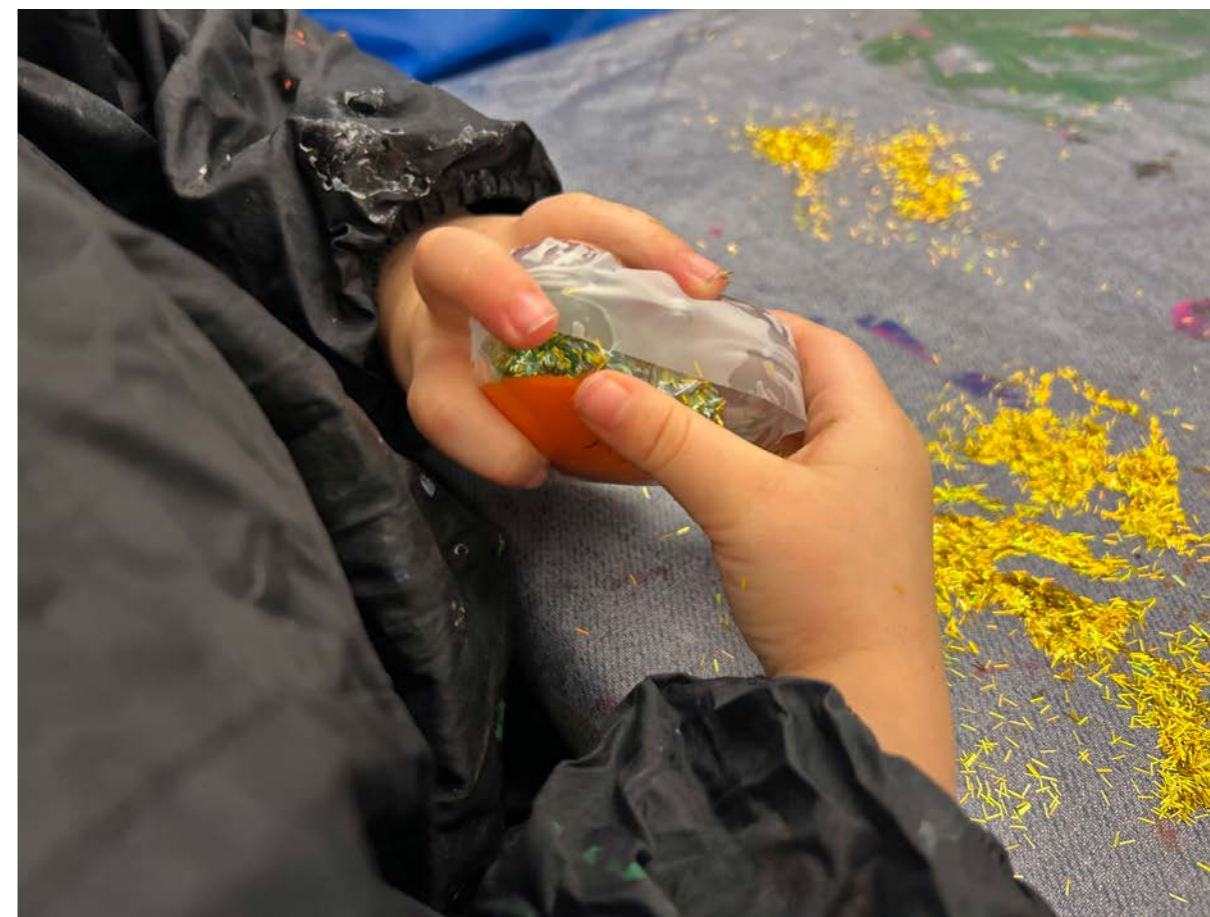
- Børnene får mulighed for at sætte aftryk i verden og få erfaringer med, hvad deres kroppe kan. Det er godt for dem, der har CP, fordi de i forskellig grad er begrænset i nogle ting i deres hverdag. Det glemmer de ofte, når de er i gang med de kreative aktiviteter, siger han og tilføjer:

- De børn, der har halvsidig CP, træner samtidig at bruge den side af deres kroppe, de har mindst kontrol over.

Når der ikke er glimmerkugler på programmet, puster børnene for



Røre, se, høre, dufte. Det har hele kroppen godt af, men det er især vigtigt for den side af kroppen, barnet har mindst kontrol over på grund af CP.



Børnene får gennem de kreative aktiviteter erfaringer med, hvad deres kroppe kan. Små sejre som at ryste maling og glimmer effektivt sammen til et personligt kunstværk.

## Centerbørnehaven

Er en specialinstitution for børn på 0-6 år, bl.a. børn med CP, muskelsvind, erhvervede hjerneskader og sjældne sygdomme.





Pædagog Nicklas Priis guider og støtter Ida i hendes kreative udfoldelser.

eksempel sæbebobler blandet op med maling på papir, laver hånd- og fodaftryk eller pynt til fastelavn og påske – for blot at nævne nogle få eksempler.

#### Ekspirer i børnehøjde

Under dagens kreative aktivitet på stuen undersøger de fire børn, hvad der sker med materialerne, når de blander dem sammen. De kigger fascineret på kuglerne før og efter rysteturene. Triller dem hen ad bordet, frem og tilbage imellem hinanden og griner over hele hovedet, når kammeraterne griber deres bolde.

En af pigerne, Søs på tre år, har fået glimmer på tøjet. Leende ryster og vasker hun det af.

- Skal vi høre Bom Tjikke Bom? spørger en anden pige, Ida, ivrigt. For da de små kunstværker er ved at være færdige, rækker koncentrationen ikke meget længere, og nu er det tid til at bruge kroppen på en anden måde.



Søs gør sig fri af glimmer med hjælp fra pædagog Dorte Albrechtsen.

De giver den fuld gas med at hoppe, dreje, ryste og vrikke – nogle med støtte fra gangstativer – og til sidst "sove". Kaj & Andrea afløses af rolig musik, og selvom de små kroppe blot sover ræsesøvn, falder de til ro. Får en tiltrængt pause inden de enten skal videre med stuens program eller

træne med Centerbørnehavens fysioterapeut.

Til eftermiddag, når de bliver hentet af deres forældre, kan de så stolt vise deres små kunstværker frem som vidnesbyrd om dagens bedrifter.

## Øget livskvalitet for mennesker med cerebral parese

**elsass**  
fonden

Forskning og viden

Kurser og aktiviteter

Legatstøtte

Følg os

[www.elsassfonden.dk](http://www.elsassfonden.dk)

Vær med i LOBPA

# Foreningen for Danmarks bedste BPA-arbejdsledere

Ring eller skriv til os i dag og hør mere

70 12 30 12 [lobpa@lobpa.dk](mailto:lobpa@lobpa.dk)

**LOBPA**  
[www.lobpa.dk](http://www.lobpa.dk)

**Vidste du at:**  
LOBPA har varetaget arbejdsgiveransvaret for BPA-arbejdsledere siden 2009  
LOBPA er brugerstyret, og mennesker med handicap bestemmer vores retning  
LOBPA arbejder non-profit – et eventuelt overskud går til vores medlemmer



# Grobund for glæde

Snakken går lystigt om stjernetegn, fester på Jonstrupvang og meget mere, imens skaberne af 'Musiktræet' udfører deres sysler. Nogle har brug for at fordybe sig, enten i nærheden af de andre beboere eller ved et afsides bord efter behov.

Ud af arbejdet med saks, papir, pandepind og træ vokser rolige stunder med positive oplevelser for Jonstrupvangs kreative sjæle.

FOTO OG TEKST: STINE MØRKEBERG

Et helt særligt træ har slået rødder på botilbuddet Jonstrupvang. Det breder sine grene et godt stykke ud over en 2,5 x 7,5 meter lang væg og vil snart spille beboernes yndlingsmusik fra bluetooth-højtalere bag blafrende blade, når man trykker på en knap. Musiktræet er et stort, kreativt pro-

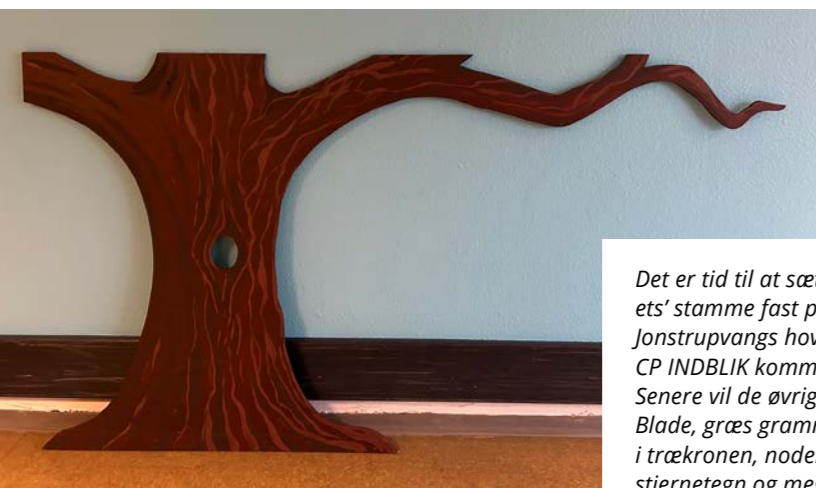
jekt lavet af træ, papir, gamle gramfonplader og elektronik. Det er blevet skabt lidt ad gangen, mandag for mandag, gennem lidt over et år af mennesker med cerebral parese (CP), der benytter Jonstrupvangs aktivitetstilbud. Mange finurlige detaljer til træet er klar, og flere er ved at blive

produceret, da CP INDBLIK besøger botilbuddet en mandag i januar.

Tass Hussain er blandt dem, der bidrager til træet. Han sidder i kørestol og fortæller – gennem hovedbevægelser og smil – at han synes, det er sjovt og spændende at være med. Tass har blandt andet malet bladene til trækrone i grønne nuancer ved hjælp af en pandepind spændt fast på sit hoved.

## Sammen om positive oplevelser

Musiktræet er det største kreative projekt på Jonstrupvang, men samtidig blot ét af mange. I aktivitetstilbuddet skaber brugerne interaktive kigkasser med lyde fra naturen og fortællinger, nyfortolkninger af kendte kunstværker, syprojekter, reparationer af elektronik og fantasifuld indretning til temafester.



Det er tid til at sætte 'Musiktræets' stamme fast på væggen på Jonstrupvangs hovedgang, da CP INDBLIK kommer på besøg. Senere vil de øvrige dele følge: Blade, græs gramfonplader i trækrone, noder, lyskæder, stjernetegn og meget mere.



Filtblomster i alskens farver er færdigproduceret og klar til at tilføre sommerstemning på Jonstrupvang.



Pædagog Emilie Monefeldts hænder udfører den praktiske del af de kreative sysler for Tass Hussain, da der skal laves dekorative noder til værket 'Musiktræet'. I andre dele af processen har han selv udført arbejdet, blandt andet ved brug af pandepind.

Diana Hallkvist, afdelingsleder for aktivitetstilbuddet, forklarer, at aktiviteterne har flere formål:

- Overordnet skal de skabe socialt samvær og fremme positive oplevelser og glæde hos brugerne. Derudover stimulerer de sanserne hos personerne med CP, som i processen rører ved forskellige materialer, ser farver og former, dufter og lytter til lyde og musik.

## Sanserne bliver vækket

Bag aktiviteterne ligger en tankegang om at skabe balance mellem "high - og low arousal" for personerne med CP. Det betyder, at personalet igennem aktiviteterne støtter dem i at regulere deres niveau af opmærksomhed.

- Kreative aktiviteter kan øge niveauet af dopamin og serotonin i kroppen, så man får energi og bliver i godt humør. For kørestolsbrugere, der ikke altid kan bevæge sig frit, er det en god måde at opnå det på, forklarer Diana.

- Personer med CP kan også opleve,

at de nemmere bliver overstimulerede og stressede end andre. Det kan aktiviteterne også afhjælpe, især når de foregår i rolige omgivelser, siger hun.

## Kreativiteten vokser videre

Stemningen er netop afdæmpet. Sakse arbejder sig roligt igennem filt og papir og blander sig med kliren fra plastikperler. Filtblomster i blå, gul, rød og pink pryder det store bord, som det skabende hold sidder rundt om. Der bliver kreeret blødt græs til at placere under træet og stjernebilleder i papir, der kan lyse op på "himlen" bag 'Musiktræets' krone. Nogle har selv hænderne i materialerne, andre bliver inddraget i farvevalg, former og motiver, mens personalets hænder udfører den praktiske del. Hyggelige samtaler og latter fylder rummet sammen med roen.

De planlagte elementer til træet er næsten færdige, men der er ingen fast slutdato.

- Brugere skal have tid til selv at bidrage, træffe beslutninger og få kreative idéer til træet undervejs, forklarer Diana.

## Fakta

- Jonstrupvang har aktiviteter alle hverdage, som benyttes af 40 personer. Stort set alle har CP. De fleste brugere er beboere på Jonstrupvang, mens 12 kommer udefra.
- Brugere deltager en eller flere dage om ugen og fordeler sig på op til tre forskellige daglige aktiviteter efter eget valg.

Efter halvanden time afsluttes dagens arbejde. Brugere betragter træets stamme og grene, som pedellen netop har hængt op på væggen på botilbuddets hovedgang. Efter deres instruktioner. De taler om, hvordan træet vil se ud, når det folder sig helt ud med lyd og lys. Musikken må ikke blive for høj, bemærker en beboer på holdet. Men generelt er der tydelig stolthed at spore hos de kreative sjæle over det værk, de sammen er ved at skabe.



## 4 gode grunde til at dyrke kreative aktiviteter

Mennesker med funktionsnedsættelser kan have stor gavn af at crafte – at skabe noget med deres hænder eller via hjælpemidler. Sådan lyder erfaringen fra Tina Thomsen, der arbejder inden for området. Her forklarer hun hvorfor:

TEKST: STINE MØRKEBERG | PRIVATFOTO

1. Det ligger dybt i alle mennesker at ville skabe noget med hænderne. For mange tusinde år siden skabte vi mennesker redskaber, ting, tøj og mad for at holde os varme, tørre og mætte. Det frigiver dopamin, som er et kemisk stof i hjernen, der gør os glade.
2. Vi trives, når vi gør noget, vi er gode til. Når du har en funktionsnedsættelse, er der måske noget, du har sværere ved end andre, men der vil altid være noget, du er god til. Det kan du blandt andet dyrke gennem aktiviteter, hvor du skaber et produkt.
3. At crafte kan give samhørighed med andre mennesker, enten ved at du mødes og skaber produkter sammen med dem, deler tips på sociale medier – eller ved at du for eksempel strikker en trøje til en, du holder af. Det forebygger den ensomhed, der for nogle kan følge med at have en funktionsnedsættelse.
4. Når du crafter, har du mulighed for selv at vælge din aktivitet. Det giver en følelse af frihed, som kan være ekstra vigtig at opleve, hvis du til hverdag har meget brug for hjælp fra andre.

### Hvad er craft-psykologi?

At crafte er at skabe et materielt produkt, hvor du bruger dine kompetencer og er passioneret omkring processen. Craft-psykologi handler om de positive gevinster ved at crafte, altså hvordan det bidrager til, at du trives.



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

**Vi kan – vi vil og vi gør sammen**

Læs mere på [www.kildehaven.com](http://www.kildehaven.com) eller kontakt os på Tlf. 59 21 17 00 eller på mail: [info@kildehaven.com](mailto:info@kildehaven.com)

**Kildehaven**  
Boliger & Sundhedscenter

**Kildehaven**  
Hovedgaden 95 • 4520 Svinnige  
[www.kildehaven.com](http://www.kildehaven.com)

## DU HAR OPGAVEN VI HAR LØSNINGEN

Kompressorer



**AAA**  
ISO 9001  
certificeret

Generatorer



**GRANZOW**  
INDUSTRIAL SOLUTIONS since 1935

Vakuüm & Pumper



Automatik



Service & Værksted



Ejby Industrivej 26 · 2600 Glostrup · T: 43 20 26 00  
Helge Nielsens Allé 6C · 8723 Løsning  
[info@granzow.dk](mailto:info@granzow.dk) · [www.granzow.dk](http://www.granzow.dk)

## Vejlefjord Rehabilitering

Viden & Forandring

**Vejlefjord Rehabilitering tilbyder udarbejdelse af neuropsykologiske vurderinger til unge og voksne med cerebral parese. Vurderingen kortlægger mentale styrker og udfordringer for at kunne anviser relevante anbefalinger, som kan være støttende ind i hverdagen og job/uddannelse.**

Udredningsforløbet varetages af en neuropsykolog og koster 15.000 kr. inklusiv en skriftlig rapport.

Vejlefjord Rehabilitering · 7682 3333 · [visitationen@vejlefjord.dk](mailto:visitationen@vejlefjord.dk) · [www.vejlefjord.dk](http://www.vejlefjord.dk)

TEMA | KREATIVE UDFOLDELSER

# 4 tips til dig, der vil i gang med at crafte

Har du overvejet at give dig i kast med at male, strikke, bygge eller dyrke en anden kreativ aktivitet? Så få gode råd med på vejen her.

TEKST: TINA THOMSEN OG STINE MØRKEBERG | FOTO: COLOURBOX.DK / SVIATLANA LAZA

Tina Thomsen anvender i vidt omfang craft-aktiviteter i sit arbejde med borgere med funktionsnedsættelser. Hun giver følgende råd til dig, der selv vil i gang:

### 1. Find en passion og dyrk den.

Find noget, du kan lide at lave. Hvis du er fysisk udfordret, så se om du kan få hjælpemidler. For eksempel kan du bruge specialredskaber til at holde materialerne fast, så du kan nøjes med at arbejde med én hånd. Forskellige former for teknologi kan også hjælpe dig på vej – som for eksempel en 3D-printer.

Prøv dig frem og spørg andre med lignende udfordringer, hvad de gør.

### 2. Lav gerne craft-aktiviteter 30-60 minutter om dagen

På den måde får du flest positive effekter ud af aktiviteterne.

For at finde tid, kan det være nødvendigt at forvalte din energi ved at planlægge, prioritere pauser og sige "pyt", når noget ikke går efter planen. Skriv eventuelt craft-aktiviteterne i din kalender.

### 3. Lav din egen buffet af craft-aktiviteter

Find gerne et udvalg af aktiviteter, du kan vælge imellem.

Dit energiniveau kan variere fra dag til dag, og du bliver måske hurtigere udtrættet på grund af din cerebrale parese (CP). Til dage med mindre overskud er det godt at have aktiviteter, der ikke kræver meget af dig. For nogle kunne det være at strikke ret, male i malebrog eller snitte i en pind.

Lave keramik, male, sy, strikke, bygge, snitte, bage... At crafte dækker over mange forskellige aktiviteter, hvor du skaber et produkt med dine hænder eller med hjælpemidler.

Til dage, hvor du har lang tid til rådighed, er frisk og udhvilet, kan du måske male store malerier, designe en figur og printe den med en 3D-printer eller afprøve en ny bageopskrift.

### 4. Styrk dine fællesskaber gennem din craft-aktivitet

Det kan være, du vil gå til foredrag, kurser eller andet med fysisk fremmøde for at blive bedre til det, du har valgt at bruge tid på. Eller måske er du mere til at udveksle erfaringer via Facebookgrupper, pins på Pinterest eller andre online fællesskaber?

Det kan også være, du laver en speciel ting til en person der har betydning for dig. Det kan give en følelse af succes at sætte et fysisk spor i dine kæres verden.

### Tina Thomsen og craft-psykologi

Tina Thomsen er konsulent på Center for Specialundervisning og Kommunikation (CSK) i Haderslev, hvor hun til daglig arbejder med borgere med både fysiske og kognitive funktionsnedsættelser. Hun bruger i høj grad craft-aktiviteter til at hjælpe dem med at håndtere livet med funktionsnedsættelserne. Hun har i 2024 opkvalificeret sig i form af en "certificeret grunduddannelse i craft-psykologi" hos en virksomhed, der også hedder Craft-psykologi. Du kan læse mere om tankegangen og metoderne på [craftpsykologi.dk](http://craftpsykologi.dk)



# Kunsten bryder den usynlige is

I mit arbejde som udstillingsværtinde opstår samtaler, der bringer mig tættere på andre mennesker, og vice versa – med og uden handicap.

AF CATH BORCH JENSEN, UDS STILLINGSVÆRTINDE, DANSER OG FORMIDLER AF TABUBELAGTE EMNER PÅ TVÆRS AF MEDIER | FOTO: SE BILLEDTEKSTER

Min mor har, fra jeg var ganske lille, fortalt mig, hvordan hun og min far i deres unge punkerdage i 1980'erne klistrede billeder af maleren Marc Chagall på plexiglasvæggene i den kuvøse, jeg tilbragte mine første måneder i. For jeg blev født tre en halv måned for tidligt, med en fødselsvægt svarende til en liter mælk og en kvart liter piskefløde. Min for tidlige fødsel medførte, sammen med iltmangel under fødslen, at jeg fik CP.

Mens jeg lå dér i den udsmykkede kuvøse, spillede mine forældre klassisk musik for mig, og min mor læste den irske forfatter James Joyce's roman 'Ulysses' højt, imens hun konstant holdt mig i sin hånd. Jeg har smilet meget ad hendes genfortælling af min ankomst i verden. Selvom

▶▶

*Cath er 40 år og har CP. Til daglig arbejder hun som udstillingsværtinde på kunstcenteret Copenhagen Contemporary. Derudover er hun formidler på tværs af medier, kropsaktivist, konsulent og danser. Foto: Marie Rosenkrantz Gjedsted.*



I 2023 genopførte Cath sit danse-soloværk 'ModerTræ' på festivalen Delte Vande i Brønshøj Vandtårn – I samarbejde med Sopran og Komponist, Annette Pødenphant. Foto: Alex Mørch

mine forældres tilgang var småexcentrisk, er jeg overbevist om, at min start i livet har haft stor betydning for både min overlevelse som spæd og min kærlighed til kunsten sidenhen. Og ligesom musikken oplæsningen, og anden kunstnerisk stimulering dengang var med til at knytte bånd mellem mig og mine forældre, oplever jeg, at kunsten den dag i dag også bringer mig tættere på andre mennesker, og dem på mig – med og uden handicap.

#### Noget at være fælles om

Mine forældre var og er teatertechnikere, og teaterforestillinger, musik, sang, litteratur og dans var et centralt omdrejningspunkt i min opvækst – Som jeg også sidenhen kontinuerligt har valgt til. I dag arbejder jeg til dagligt i fleksjob som udstillingsværtinde på kunstcenteret Copenhagen Contemporary, hvor jeg formidler national og international samtidskunst, blandt andet gennem samtaler med gæsterne og besvarelser af deres spørgsmål. Derudover er jeg mangeårig selvlært danser inden for integreret dans, der, blandt meget andet, fokuserer på – gennem dansen – at bygge bro imellem mennesker

med varierende kropslige og menneskelige præmisser og vilkår.

Præcis hvordan kunsten har haft og har betydning for mit liv, også i forhold til min CP, er egentlig udfordrende at sætte ord på. Først og fremmest fordi de oplevelser, kunsten tilbyder, ofte er uudtalte. De kommer til os gennem sanserne og følelserne. Og på den måde er de en invitation til at mærke og blive opmærksomme på det, vi ikke taler om – med os selv og med hinanden.

Måske netop derfor har både scene-, billed- og installationskunsten altid tilbudt mig unikke og intime oplevelser, men også oplevelser, jeg har kunnet dele med andre, med og uden handicap. Ofte har jeg fornemmelsen af at forglemme og række ud over mig selv og ind i fællesskaberne, fordi netop kunsten tilbyder os noget at være fælles om. For eksempel når børn såvel som voksne museumsgæster – efter et par hurtige spørgsmål om min kørestol – spørger nysgerrigt til kunstværkerne – og om jeg selv laver kunst? Derudfra får vi gensidigt inspire-

### Cath Borch Jensen

- ◆ Du kan læse mere om de udstillinger, Cath formidler i sit arbejde, på [copenhagencontemporary.org/](http://copenhagencontemporary.org/)
- ◆ Du kan følge med i Caths formidling af kunst og andre emner på tværs af medier på: [facebook.com/cath.borchjensen](https://facebook.com/cath.borchjensen) og [instagram.com/cath\\_spastikermedstil](https://instagram.com/cath_spastikermedstil)

rende snakke om, hvad kunst er og kan, og hvordan den er og bliver tilgængelig for alle mennesker.

I de situationer oplever jeg, at mine bidrag og mit nærvær bliver essentielt for gæsterne, samtidig med, at jeg selv bliver beriget.

#### “Nåååh, så du arbejder her!”

Min formidling af kunst bidrager ikke blot til at udvide menneskers opfattelse af den, men også deres forståelse af handicap. Adskillige gange i løbet af min arbejdsdag får museumsgæster simultan overraskelse i øjnene og smil på læberne over at møde mig flere steder i kunstcentret – som kompetent medarbejder, i kørestol. Nogle klør sig endda i håret over min imødekommenhed, førend de udbryder:



Cath på arbejde på Copenhagen Contemporary. Privatfoto.

- “Nåååh, så du arbejder her!”

Hvorefter et nyt lag usynlig is brydes, og nye samtaleemner og aha-oplevelser kommer op til overfladen – om livet og kunsten. Og om gæsternes forestilling om mennesker med handicap, sammenholdt med deres møder med mig.

I de situationer kan jeg ikke undgå at blive ekstra varm om mit formidlende, kropsaktivistiske og relationelle hjerte. For som filosofen Kjeld Edsberg Løgstrup skrev:

- Den enkelte har aldrig med et andet menneske at gøre, uden at han holder noget af dets liv i sin hånd.

“Oftentimes har jeg fornemmelsen af at forglemme og række ud over mig selv og ind i fællesskaberne, fordi netop kunsten tilbyder os noget at være fælles om.

# Online kurser på vej – gratis for medlemmer

Foråret byder på et bredt udvalg af online kurser i CP Danmark inden for emner som lovgivning, nyeste forskning, fællesskaber og arbejdsmarked. Som noget nyt er de alle gratis for medlemmer. Få overblikket her og på foreningens hjemmeside.

TEKST: STINE STENHOLT, PROJEKT- OG KURSUSANSVARLIG I CP DANMARK |  
FOTOS: LASSE SKOV (AF BARN), ØVRIGE: COLOURBOX.DK (BL.A. PEOPLEIMAGES.COM)

## Barnets lov

**Tid:** 11. marts

**Sted:** Online

**Frist for tilmelding:** 4. marts

På dette webinar sætter vi spot på, hvilken betydning lovgivningen har for dit barn og jeres familie. I vil møde CP Danmarks Socialfaglige rådgiver, Line McMonagle, og der vil være mulighed for at stille spørgsmål.

## Når fordomme står i vejen

**Tid:** 25. marts

**Sted:** Online

**Frist for tilmelding:** 11. marts

Hvordan bliver nogle former for kroppe favoriseret i vores samfund – også kaldet ableisme? Og hvordan kan man forholde sig kritisk til det gennem så-

kaldt cripteori? Det kan du høre mere om på dette webinar, hvor du kan møde forskerne Emil Falster og Olivia Dahl, som både vil give en introduktion til begreberne og give dig viden, du kan bruge i dit hverdagsliv. Hvis du vil sikre dig en plads på kurset, så skynd dig, for vi forventer, at det bliver hurtigt booket.

## Ungdomsliv med CP: Venner og fællesskaber

**Tid:** 3. april

**Sted:** Online

**Frist for tilmelding:** 27. marts

Hvordan kan man som ung med cerebral parese (CP) håndtere de udfordringer, der opstår, når man føler sig anderledes i grupper? Det deler Jasmin Haugaard og Peter Holm ►►

## Sådan deltager du

Du deltager i kurserne hjemme fra over Teams via et link, du får tilsendt. Vi anbefaler, at du bruger en computer, tablet eller iPad – det gør det nemmere at se oplægget og skrive spørgsmål undervejs. Et par dage inden webinarer sender vi et link til din mail. Husk at tjekke spamfilter og uønsket post. På dagen og tidspunktet for mødet, klikker du blot på linket og vælger "deltag". Kurset optages og sendes til deltagerne et par dage efter, så du har mulighed for at gense oplæggene.



### Hvem kan deltage?

Alle kan deltage i CP Danmarks kurser og aktiviteter, men som noget nyt er det gratis for medlemmer.

ud af deres personlige erfaringer med på dette webinar. De har selv CP og kommer på webinarer omkring oplevelser med ensomhed, hvordan de selv har fundet nogen, de føler sig trygge ved, og hvordan de har fundet modet til at sige: "Jeg har CP, og det er sådan, det er."

Webinaret er både for dig, der er ung med CP, og for dem, der er tæt på dig.

Under webinarer kan du som deltager sende spørgsmål ind, som bliver besvaret i løbet af sessionen.

#### Din vej til uddannelse og job

**Tid:** 5. maj

**Sted:** Online

**Frist for tilmelding:** 30. april

På dette webinar dykker vi ned i de muligheder, der findes, når du, der har CP, skal tage en uddannelse eller finde dig et job. Socialfaglig rådgiver Line McMonagle fra CP Danmark introducerer dig både for forskellige typer af uddannelser, muligheder for støtte og lovgivningen om dem. Tina Højager, der arbejder som fleksjobambassadør og selv har CP, deler



ud af sine personlige erfaringer og sin viden fra sit arbejde i Københavns Kommune.

#### Dig og din krop - Intimitet, sex og bevægelse

**Tid:** 14. maj

**Sted:** Online

**Frist for tilmelding:** 6. maj

Hvilken rolle spiller intimitet, krop og bevægelse for sundhed og livskvalitet? Og hvordan kan du bruge den viden, når du eller en af dine nærmeste har CP? Det kan du få indblik i på dette webinar. Seksualitetskonsulent Sofie Krog fra Sammenslutningen af Unge Med Handicap og fysioterapeut Stine Flensburg fra Elsass Fonden deler ud af deres viden og erfaringer.

## Gratis adgang til Hjælpe- & Virkemiddel Messe i Odense

Danske Fysioterapeuter holder Fagkongres i Odense Kongres Center har i 2025 temaet "Fysioterapi i bevægelse".

For 8. gang er der Hjælpe & Virkemiddel Messe med gratis adgang for både brugere og professionelle i sundhedssektoren. Billet skal dog bestilles online i forvejen enten på vores eller Danske Fysioterapeuters hjemmeside.

På vores stand C-3315 som deles med firmaet ROLKO, har vi grej til at gå og løbe for de yngste fra 10 md. og til resten af livet! Vi har inviteret repræsentanter fra Friluftsmotions- og idrætsverdenen til at skabe mere dialog og dele viden om virkemidler i samarbejdet med mennesker.

For mig handler det om at vise vejen og gøre den legitim farbar fra Rehab-terapi, over Rehab-idræt og til selvstyret idræt og friluftsoplevelser, og især slå et slag for den "Idrætslige Scenesættelses Magiske Kraft" og knytte netværk på kryds og tværs!

### Udstillingens Åbningstid

• **Onsdag den 12. marts 2025 kl. 9.30 - 18.00**

**Frame-EX, Frame Running udviklingsprojekt.**

Hør om 4 klubber, der satser stort på at få flere unge ind i Frame Running på foreningsplan og DSU der forsker i "Best Practice-anbefalinger" de næste 3 år).

• **Torsdag den 13. marts 2025 kl. 8.45 - 20.00**

**Dansk Håndcykelklub & Para cykling DK.**

Hør om cykeltyper og miljøer og Parasport-cykelløb for handicappede 2025- 2028.

• **Fredag den 14. marts 2025 kl. 8.45 - 16.55**

**Joint Run Kerteminde & Natur for Alle.**

Hør om et nyt motionsløb arrangeret for os med mobilitetsudfordringer for at samle ind til en grejbank for inklusionsidræt på Nordfyn, samt Frontløberne der landet over inviterer andre med ud til naturoplevelser.



BY CONNIEHANSEN



## Det bedste skoleår i dit liv

Besøg os og mærk fællesskabet

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

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

Læs mere om skolen og book et besøg, hvor I kan opleve stemningen på [hardsyssel.dk](https://hardsyssel.dk)



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

Susan Aakjær Larsen på Facebook

**HARDSYSSEL**  
EFTERSKOLE

Hardsysselvej 2 / Vejrum / 7600 Struer  
T 97 46 47 33 / [hardsyssel.dk](https://hardsyssel.dk)





# 5 spørgsmål, forældre stiller op til skolestart

Skal dit barn snart starte i skole eller har brug for mere støtte omkring sin skolegang, end det får nu? Så læs med her på en række spørgsmål, jeg jævnligt får i rådgivningen om emnet – og mine svar.

AF LINE MCMONAGLE, SOCIALFAGLIG RÅDGIVER I CP DANMARK | FOTO: COLOURBOX.DK

Alle forældre ønsker, at deres barn får den bedste skolegang. Det gælder selvfølgelig også forældre til børn med cerebral parese (CP). Mange børn med CP har dog brug for ekstra støtte for at lære, udvikle sig og trives. Derfor er støttemuligheder i skolen et af de emner, der ofte går igen i CP Danmarks rådgivning.

Overordnet er der to slags støtte: "Supplerende undervisning og anden faglig støtte" og "specialundervisning eller anden specialpædagogisk bistand". I første omgang vurderer skolen, om dit barn har brug for støtte i mere eller mindre end 9 timer om ugen. Det afgør nemlig, hvilken af de to typer støtte, dit barn skal have.

I denne artikel kan du læse mere om, hvilke typer støtte, der findes via folkeskoleloven, og hvordan de bliver sat i værk. ▶▶

### Hvad er supplerende undervisning og anden faglig støtte?

Hvis dit barn har brug for støtte i op til 9 timer (12 lektioner) om ugen i en almindelig klasse, skal skolen tilbyde supplerende undervisning eller anden faglig støtte. Her kan skolen for eksempel sætte ind med ordninger med to lærere og undervisningsassistenter, som både kan hjælpe den enkelte elev og klassen som helhed.

Anden faglig støtte kan også være personlig assistance, hvis dit barn for eksempel har brug for hjælp til at få overtøj af og på, få bøger op af tasken eller deltage i idræt.

I nogle tilfælde vil skolelederen involvere PPR (Pædagogisk Psykologisk Rådgivning), men det er ikke et krav.

### Hvad er specialundervisning eller anden specialpædagogisk bistand?

Vurderer skolen, at dit barn har behov for støtte i undervisningen i minimum 9 timer per uge, skal den indstille til, at PPR udarbejder en pædagogisk psykologisk vurdering (PPV).

Viser PPV'en, at dit barn har brug for støtte mere end 9 timer om ugen, skal skolen iværksætte specialundervisning eller anden specialpædagogisk bistand.

Støtten kan tilrettelægges meget forskelligt og kan i mange tilfælde imødekommes på skolen – enten i den nuværende klasse eller i en specialklasse. Vurderer skolelederen, at dit barn ikke kan få den nødvendige støtte på den nuværende skole, bliver sagen typisk taget op i et visitationsudvalg, som beslutter, om barnet skal henvises til et andet specialtilbud i eller uden for kommunen.

Forældrenes og barnets ønsker skal inddrages og så vidt muligt følges, men i sidste ende træffer visitationsudvalget beslutningen.

### Brug for rådgivning?

Har du spørgsmål i forbindelse med dit barns skolestart eller andre spørgsmål til CP Danmarks rådgivning, er du velkommen til at kontakte:

- ◆ Socialfaglig rådgiver Line McMonagle på tlf. 38 14 88 98 inden for åbningstiderne: Tirsdag kl. 14.30-18, torsdag kl. 8.-11.30 og fredag kl. 9-12.
- ◆ Psykolog Klaus Christensen på tlf. 38 88 45 95 i åbningstiderne: Tirsdag kl. 9-12 og onsdag kl. 9-12.



### Kan vi vælge et andet tilbud om specialundervisning?

Det frie skolevalg gælder som udgangspunkt også forældre til børn med behov for specialundervisning.

Hvis I som forældre ikke ønsker at benytte det tilbud om specialundervisning, kommunen har visiteret jeres barn til, har I mulighed for at vælge et andet i den kommune, I bor i, eller en anden kommune. Det kræver dog, at der er plads på den ønskede skole, og at tilbuddet svarer til det tilbud, kommunen har valgt. Vurderer kommunen for eksempel, at en specialklasse er tilstrækkelig, kan I som forældre umiddelbart ikke vælge en specialskole.

### Kan mit barn få støtte på en privat- eller friskole?

Er dit barn optaget på en privat- eller friskole, har hun eller han også ret til at få den nødvendige støtte. Skolen kan søge rådgivning hos PPR i den kommune, skolen ligger i, og det er også PPR, der skal udarbejde en PPV ved behov.

Går dit barn i privat- eller friskole og har brug for støtte i mere end 9 timer ugentligt eller behov for enten personlig assistance eller hjælpemidler, kan skolen søge tilskud hos Styrelsen for Undervisning og Kvalitet. Men uanset, om skolen får økonomisk støtte eller ej, skal den give eleverne den nødvendige undervisning og støtte.

Støtte i mindre end 9 timer om ugen skal fri- eller privatskolen selv sørge for.

### Kan jeg klage over afgørelser om støtte?

Ja, men muligheden for at klage afhænger af typen af støtte og om dit barn går på en folkeskole, privat- eller friskole. Har du brug for rådgivning i den forbindelse, er du velkommen til at kontakte CP Danmarks rådgivning.

IOF.dk

Aftenskolen for voksne med handicap

Nyt program udkommer til august!  
Ring 38 60 71 11 for at få det tilsendt.  
Du kan også se det på [www.iof.dk](http://www.iof.dk)



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



## Hou Søsportcenter

Fuldt tilgængelige feriehus i smukke omgivelser

[www.hou-seasport.com](http://www.hou-seasport.com) • +45 87 81 79 99

Vi har også Danmarks bedst tilgængelige svømmehal  
**VANDHALLA**

VIL DU MED UD PÅ  
NYE OPLEVELSER

Egmont Højskolen  
[www.egmont-hs.dk](http://www.egmont-hs.dk)

## SPEED RUNNER

Når det skal være let!

Frame Runner i aluminium for små og store børn, unge og voksne

Odense Kongress C. Fysioterapeuters Fagkongres & Hjælpe- & virkemidler Udstilling, 12-14 marts

Mød os på stand nr. C-3315, medudstiller ROLKO. Bestil gratis billet via vores hjemmeside.



Tema de yngste & de ældste i bevægelse, samt PR-gæster fra Para-cykling DK, FRAME-EX & DH Kertemindes "Joint Run"

BY CONNIEHANSEN

Vassingerødvej 105 | 3540 Lyngø  
Telefon: 2943 3767 | [facebook.com/byconniehansen](https://facebook.com/byconniehansen)  
[mail@by-conniehansen.com](mailto:mail@by-conniehansen.com) | [www.BY-CONNIEHANSEN.com](http://www.BY-CONNIEHANSEN.com)

# Nordisk møde gav styrket sammenhold og viden om ældre med CP

I december var CP Danmark værter for arrangementet CP Norden, hvor repræsentanter fra seks lande blev klogere på, hvordan vi sammen kan arbejde for bedre forhold for voksne med CP.

AF JULIE MORELL, CP DANMARKS REPRÆSENTANT VED CP NORDEN OG FORMAND FOR CP DANMARK NORDJYLLAND | FOTO: ELSASS FONDEN

Ældre med cerebral parese (CP) var temaet, da CP Danmark 4.-6. december i 2024 var værter for det årlige nordiske møde CP Norden. Tre dage, der bød på oplæg, sparring og idéudvikling på tværs af de seks lande Danmark, Norge, Sverige, Island, Færøerne og Finland.

Jeg havde fornøjelsen af at deltage som repræsentant for forretningsudvalget og CP Danmarks medlemmer på mødet, som gav nye interessante perspektiver på forholdene for mennesker med CP.

## Forskelle på tværs af landegrænser

Efter ankomst og en velkomstdrink med mulighed for at mingle med de andre deltagere, bød CP Danmarks direktør, Katrine Finke, velkommen til København ved en uformel middag inden programmet for alvor gik i gang.

På det nordiske mødes anden dag havde vi fornøjelsen af at besøge Elsass Fonden, hvor vi blev klogere på smertelindring på Island og en undersøgelse af ensomhed foretaget af vores finske søsterorganisation. Den viser med al tydelighed, at mennesker med CP i Finland har svære ved at indgå i fællesskaber end mennesker uden CP, hvad end det handler om at få job eller deltage i fritidsaktiviteter og foreningsfællesskaber.

Resultaterne fra undersøgelsen er ikke overraskende, men der var bred enighed om, at der er behov for at gøre noget ved det. Det ville være relevant også at få mere viden om dette i Danmark, så det håber jeg, bliver muligt i fremtiden.

På den sidste dag besøgte vi Handicaporganisationernes Hus, hvor vi fra de seks lande blev klogere på, hvordan systemet ser ud i Danmark



Repræsentanter ved CP Norden 2024 samlet foran Elsass Fondens bygning i Charlottenlund, hvor de på mødets anden dag blev klogere på smertelindring på Island og en undersøgelse af ensomhed, som vores finske søsterorganisation har lavet.

for voksne med CP. Her stod det særligt klart, at Danmark ikke giver de samme muligheder til voksne, som det er tilfældet hos vores nordiske naboer i Norge og Sverige, hvor der er mere opfølgning på voksnes sundhed. Senest er der udarbejdet en norsk metodebog med retningslinjer for opfølgning for voksne med CP. Der var blandt deltagerne – både forskere og personer med CP – bred enighed om, at det ville være gavnligt, hvis den med nogle tilpasninger på sigt kunne blive implementeret i de andre nordiske lande, herunder Danmark.

Om eftermiddagen på mødets sidste dag havde vi fornøjelsen af et besøg fra Regionshospitalet Hammel Neurocenter, hvor de er i gang med et fem-årigt projekt for voksne med CP i forhold til sundhed og rehabilitering. Her blev vi klogere på de udfordringer, denne målgruppe har, og hvilken hjælp, de har brug for.

Regionshospitalets oplæg understregede behovet for, at et lignende tilbud bliver udbredt i hele Danmark som et fast tilbud. Noget, CP Danmark kæmper videre for. Oplægget gav samtidig inspiration til flere af de andre lande.

## Vi skal videre – sammen

Hvad sker der, når man sætter nogle af de mest engagerede, dedikerede og vidende mennesker fra CP-området sammen i to dage? Vi lærte meget om, hvor vi er ens, og hvor vi er forskellige. Vigtigst af alt, blev vi klogere på, hvordan vi sammen kan forbedre vilkår på tværs af landegrænser.

Ved afslutningen af CP Norden i København blev en ny arbejdsgruppe nedsat. I december i år rejser vi til Finland, og netop nu debatterer arbejdsgruppen, hvilket tema, det næste møde i CP Norden skal have.

“ Vigtigst af alt blev vi klogere på, hvordan vi sammen kan forbedre vilkår på tværs af landegrænser. ”

# Frivillige i CP Danmark:

## Her gør vi en forskel

Marianne Nørremose Bæk og Erik Olsen medvirker gennem frivilligt arbejde i CP Danmarks sekretariat til at løse opgaver med alt fra at skabe overblik over medlemmer til at varetage deres interesser.

TEKST: STINE MØRKEBERG | FOTO: KATRINE MARIE KRAGH (MARIANNE) OG CP DANMARK (ERIK)

Der er som regel lidt ekstra liv i CP Danmarks sekretariat på tirsdage og torsdage. På hver af de to dage kommer to frivillige, Marianne Nørremose Bæk og Erik Olsen, der hjælper til med opgaver i sekretariatet.

Marianne startede i et praktikforløb i april sidste år og er siden november fortsat på frivillig basis. Måske kender du hende fra CP-TV, foreningens tv-kanal, som hun igennem flere år har været en af drivkræfterne bag.

Hendes opgaver består blandt andet i at udsende materialer, holde CP Danmarks kredse opdateret på info om medlemmer og løse praktiske opgaver.

- Jeg lærer rigtig meget af at være her. Samtidig føler jeg, at jeg gør en forskel, når jeg bidrager til foreningens arbejde for mennesker med cerebral parese, siger hun.

### Vil give noget tilbage

Erik Olsen startede i december og hjælper til med politiske opgaver i sekretariatet. Blandt andet er han med til at løse opgaver forud for kommunal- og regionsrådsvalget til november. Erik er ved at tage en international uddannelse inden for erhvervsøkonomi og politik på Copenhagen Business School i København.

- Jeg ville gerne være frivillig i CP Danmark, fordi jeg her kunne komme til at lave opgaver, som giver mig relevant erfaring i forhold til min uddannelse og passer med min interesse for politik, siger han og tilføjer:

- Samtidig ville jeg gerne give noget tilbage til CP-området. For jeg føler selv, at jeg har været rigtig godt hjulpet af tilbud derfra, blandt andet igennem et program i Elsass Fonden med fysioterapi og ergoterapi. Jeg vil gerne bidrage til, at andre med cerebral parese (CP) også får lige muligheder, siger han.

### Lærer anderledes end sidemanden

Ud over deres faglige kompetencer har Marianne og Erik også erfaring med livet med handicap, da de begge selv har CP.

Marianne er til daglig jobsøgende og har nogle skånehensyn i forhold til de fysiske og kognitive udfordringer, der følger med hendes CP. Både i det frivillige arbejde i CP Danmark og i forbindelse med sin jobsøgning gør hun meget ud af at forventningsafstemme, hvad der skal til for, at hun kan fungere godt i et job:

- Jeg har fortalt fra starten, at jeg ikke lærer ligesom sidemanden. Men hvis man kan sætte tid af til at sætte mig ind i tingene, lave lister og svare på mine spørgsmål, har man til gengæld en super stabil arbejdskraft, siger Marianne.

### Værdifuld hjælp og energi til sekretariatet

Også CP Danmarks sekretariat mærker, hvordan de to frivillige gør en forskel.

- Marianne og Erik løser opgaver, som vi ellers ikke ville nå. Vi har både stor glæde af deres faglige kompetencer og deres erfaring som medlemmer. Samtidig giver de en indsprøjtning af god energi til kontoret, siger foreningens direktør Katrine Finke.

*Marianne Nørremose Bæk er 44 år og har erfaring fra tidligere frivilligt arbejde i organisationer. Hun har en sproglig studentereksamen bag sig.*

*Erik Olsen er 22 år og i gang med en bacheloruddannelse inden for erhvervsøkonomi og politik på Copenhagen Business School.*



# Sol, sommer og Skive Festival

Der venter en musikalsk oplevelse i hyggeligt selskab, når CP Danmarks kredse i Vest- og Midtjylland inviterer til Skive Festival lørdag den 7. juni 2025.

Nu kan du få en særlig endagsbillet til Skive Festival, hvis du er medlem af CP Danmark. Foreningens kredse i Vest- og Midtjylland tilbyder nemlig en særlig billet, der gælder lørdag den 7. juni 2025 kl. 14-24, både i kredsenes telt og på festivalpladsen. Der er musik på Skive Festival fra ca. kl. 15-02.

## Medlemspris:

- Voksne: 350 kr.
- Børn under 15 år og hjælpere: 200 kr. (prisen for hjælpere dækker maden)

Prisen omfatter entré til Skive Festival og mad og drikke i kredsenes telt: Aftensmad, kage og fri kaffe og te. Har du brug for andre måltider, er du velkommen til at medbringe mad. Sodavand og fadøl kan købes.

## Bestil billetter

Du kan bestille dine billetter hos Bent Ole Nielsen fra CP Danmark Vestjylland på mail: cpskive@mail.dk eller tlf. 21 29 48 44 (hverdage efter kl. 16).

Oplys venligst navn, antal billetter og din kreds eller kommune. Samtidig bedes du indbetale billetprisen på konto nr. 7613 - 1011868 eller på MobilePay 21 29 48 44. Først derefter er tilmeldingen gyldig.

Vi ses på Skive Festival!



## En gave i dit testamente



Vidste du, at du kan støtte mennesker med cerebral parese (CP) ved at testamentere dele af eller hele din formue til CP Danmark? På den måde er du med til at give fremtidens børn, unge, og voksne med CP en bedre hverdag og muligheden for at leve et værdigt, indholdsrigt og selvstændigt liv.

CP Danmark skal som humanitær organisation ikke betale boafgift af arv. Dermed går alt, hvad du testamenterer, ubeskåret til at forbedre vilkårene for mennesker med CP.

### Vi betaler advokatens salær

CP Danmark anbefaler, at du får en advokat til at hjælpe dig med at tegne dit testamente. Vælger du at tilgodese CP Danmark i dit testamente, betaler vi advokatens salær op til 5.000 kroner.

Det koster dig 300 kroner at få testamentet underskrevet i Skifteretten.

Er du interesseret, så kontakt CP Danmarks sekretariat på telefon 38 88 45 75 eller mail: cpdanmark@cpdanmark.dk

## Det sker

Gå foråret i møde med inspirerende oplæg og fællesspisning i din lokale kreds og glæd dig til herlige udflugter og ferieophold med andre, der kender til livet med CP. Her får du et overblik over kommende aktiviteter i CP Danmarks kredse.

### CP Danmark Storkøbenhavn

#### Tur i Carlsberg Byen

Kom med på en guidet tur i Carlsberg Byen og hør historien om bygningerne og gamle dage på Carlsbergs tidligere bryggerier. På den fire kilometer lange tur får du både den gamle og den nye bydel at se. Til slut er der mulighed for at købe drikkevarer på Home of Carlsberg.

**Tid:** Lørdag den 24. maj kl. 13.30. Turen tager to timer.

**Sted:** J. C. Jacobsens Gade 1, 2500 København.

**Pris:** Gratis.

**Tilmelding:** Senest 19. maj til mathiaswchr@webspeed.dk

**Godt at vide:** Turen er kørestolsvenlig.

#### Bowling og buffet

Giv den fuld skrue på bowlingbanerne i godt selskab og slut af med at nyde en lækker buffet i selskab med andre med cerebral parese (CP) og deres nærmeste.

**Tid:** Lørdag den 21. juni kl. 15.

**Sted:** Bowlerneshal - Grøndal, Grøndal Multicenter, Hvidkildevej 64, 2400 København NV.

**Pris:** 150 kr. Ledsager er gratis.

**Tilmelding:** Senest 1. juni til Jesper på sejejesper@live.dk - oplys venligst, hvis du er kørestolsbruger og/eller har ledsager med. Tilmelding er efter først til mølle-princippet.  
**Godt at vide:** Der er bowlingramper til kørestolsbrugere.

### CP Danmark Nordsjælland

#### Den blå planet

Lær om livet i havet, når CP Danmark Nordsjælland inviterer til en guidet rundvisning på Den Blå Planet. Vi slutter dagen af med at spise i Cafe Plankton. Arrangementet er for dig, der er medlem af kredsen, og dine nærmeste.

**Tid:** Mandag den 17. marts kl. 17-20.

**Sted:** Jacob Fortlingsvej 1, 2770 Kastrup.

**Pris:** 75 kr. pr. deltager. Indbetales på MobilePay Box 7388UU.

**Tilmelding:** Senest 1. marts til Linda på Rishavevej@gmail.com (først til mølle). Oplys venligst ved tilmelding om du/I har ledsagerkort, og husk i så fald at medbringe det på dagen.

Foto: Daniel Rasmussen



## Følg med på Facebook

Du har også mulighed for at holde dig opdateret på CP Danmark Nordsjællands aktiviteter via kredsens Facebook-gruppe CP-Nordsjælland Kreds 4.

## CP Danmark Roskilde

### Bowling

Glæd dig til at tage kegler i hyggeligt selskab.

**Tid:** Vi mødes søndag den 6. april kl. 11.30 i bowlinghallen. Spisning foregår kl. 13.30 hos La Rustica.

**Sted:** City Bowling Roskilde, Ro's Have, 4000 Roskilde og La Rustica, RO's Torv 1, 4000 Roskilde.

**Pris:** 100 kr. pr. deltager. Beløbet betales med kontanter på dagen.

**Tilmelding:** Senest 31. marts til Bentelis@tunenet.dk eller tlf. 50 71 98 63.



### Classic Car House

Lad dig fascinere af en samling af 300 klassiske biler på museet Classic Car House. Inden rundvisningen stiller vi sulten med en frokost.

**Tid:** Lørdag den 21. juni kl. 12. Rundvisningen starter kl. 14.

**Sted:** Classic Car House, Kongevejen 79, 2800 Lyngby.

**Pris:** 100 kr. for alle, der deltager. Beløbet betales med kontanter på dagen.

**Tilmelding:** Senest 31. marts til bentelis@tunenet.dk eller tlf. 50 71 98 63.

## CP Danmark Storstrøm

### Generalforsamling med oplæg

CP Danmark Storstrøm inviterer til generalforsamling med flere spændende oplæg. Mød CP Danmarks direktør Katrine Finke og byrådsmedlem og næstformand i Handicaprådet i Næstved Michael Perch. De fortæller begge om deres opgaver, og hvad vi kan bruge deres ekspertise til.

Der vil også være oplæg med Jens Tamborg, der giver en kort introduktion til CP Danmarks bisidderkorps i

Næstved og Daniel Bente, der deler ud af sine erfaringer med at have en bisidder med til møder.

Der vil være varm frokost for de deltagere, der allerede har tilmeldt sig spisning. Desuden byder kredsens på kaffe, kage og frugt.

Efter generalforsamlingen trækkes der lod om 3 x 2 biografbilletter.

**Tid:** Lørdag den 1. marts kl. 10 (frokost og kaffe kl. 12.30).

**Sted:** Birkebjerg Allé 9, 4700 Næstved.

**Pris:** Gratis.

**Tilmelding:** Der har været tilmeldingsfrist for deltagere, der spiser med. Har du endnu ikke tilmeldt dig, kan du stadig nå at deltage i selve generalforsamlingen uden spisning.



Colourbox.dk / Galyna Andrushko

### Efterårsferie på Skærbæk Centret 2025

Glæd dig allerede nu til en dejlig efterårsferie på Skærbæk Centret i Sønderjylland. Du og dine nære bliver indkvarteret i familiehytter eller handicaphytter efter behov. Der vil være fælles ture ud fra centret, for eksempel til Rømø, Ribe, Museum Frello i Varde og besøg hos Elsass Fonden i Kolding. Glæd dig også til at dyste i et PL-sportsstævne for store som små.

Turen er for dig, der er medlem af CP Danmark – uanset hvor i landet, du bor.

**Tid:** 10.-19. oktober

**Sted:** Skærbæk Centret, Storegade 46, 6780 Skærbæk.

**Pris:** Voksne: 200 kr. pr. dag. Børn: 100 kr. pr. dag.

Forplejning er med i prisen ved nogle arrangementer, resten af måltiderne er for egen regning. Kørsel til og fra centret betaler du selv.

**Tilmelding:** Senest 1. marts kl. 12 til cpstorstroem@gmail.com

**Godt at vide:** Du har mulighed for at deltage det antal dage, der passer dig og dine nærmeste bedst i løbet af weekenden. Yderligere info bliver sendt ud omkring 1. april til de tilmeldte.



Foto: Colourbox.dk / Knud Erik Christensen

## CP Danmark Fyn

### Familieweekend

Vi håber at se dig og din familie til en hyggelig weekend i Dronningens Ferieby i Grenaa. Dagene byder på samvær, snak og leg for børnene. Hver familie får eget feriehus, og CP Danmark Fyn sørger for mad, drikke og underholdning i løbet af weekenden. Glæd dig også til festmiddag lørdag aften.

**Tid:** Weekenden 13.-15. juni.

**Sted:** Dronningens Ferieby, 8500 Grenaa.

**Pris:** 500 kr. pr. voksen og 250 kr. pr. barn (0-12 år).

**Tilmelding:** Til Linda på cirkusjensen@gmail.com – oplys venligst navn på deltager og alder på børn. Efter tilmelding fra Linda indbetales beløbet til foreningens konto: Reg.nr. 0933, kontonr. 4378144272. Du bedes oplyse dit navn ved indbetaling. Din tilmelding er først gældende, når du har indbetalt beløbet og modtaget en mail med bekræftelse. Tilmelding er bindende og efter først-til-mølle-princippet.

**Godt at vide:** Hvis du ønsker at forlænge dit ophold, så du ankommer før eller bliver efter den fælles weekend, kan du bestille det hos Dronningens Ferieby. Prisen for det afregnes direkte med dem.

### Hold dig opdateret på Facebook

Der kommer løbende flere aktiviteter i kredsens. Dem kan du blandt andet holde øje med i Facebookgruppen cerebralparese/CP Danmark Fyn

## CP Danmark Sydvestjylland

### Generalforsamling og banko

Tag dine familiemedlemmer under armen og kom til en inspirerende dag med generalforsamling i CP Danmark Sydvestjylland. Dagen byder på hygge, mad, generalforsamling og banko. Der vil være mulighed for at komme med ris, ros og ideer til de ting, der sker i kredsens.

**Tid:** Lørdag den 15. marts kl. 13 til ca. 17.

**Sted:** Kvaglundparken 1, festsalen i stuen.

**Pris:** Gratis.

**Tilmelding:** Senest 1. marts til Connie på kristensenconnie@live.dk eller tlf. 27 58 91 47 (bedst efter kl. 19).

**Godt at vide:** Vi starter med at spise.

## CP Danmark Sydøstjylland

### Generalforsamling med cykelrytter Martin Heggelund

Ved dette års generalforsamling i kredsens kan du opleve para-cykelrytter Martin Heggelund fortælle om sin deltagelse i De Paralympiske Lege 2024 i Paris og hans vej dertil. Undervejs kan sulten og tørsten slukkes med frokost, sodavand, kaffe og kage.

**Dato:** Lørdag den 1. marts.



Martin Heggelund, foto: Tim Buitenhuis.

**Godt at vide:** Alle medlemmer af kredsen modtager en invitation med mere info.

### CP Danmark Sydøstjylland på Facebook

Du kan også holde dig opdateret på aktiviteter i kredsen ved at følge kredsens Facebook-side CPDanmark Sydøstjylland

### CP Danmark Vestjylland

#### Generalforsamling med besøg af direktør

Kredsen afholder generalforsamling med spisning og besøg af CP Danmarks direktør Katrine Finke.

**Tid:** Mandag den 24. februar kl. 17-21.

**Sted:** Herning Vandrehjem, Holvingknuden 2, 7400 Herning.

**Tilmelding:** Der har været frist.

### CP Danmark Midtjylland og - Vestjylland

#### Skive Festival

Glæd dig til en sommerdag med musik og feststemning på Skive Festival.

**Tid:** Lørdag den 7. juni kl. 14-24.

**Sted:** Strandtangen 1, 7800 Skive.

**Pris, tilmelding og mere info:** Se side 40.



### CP Danmark Midtjylland

#### Følg med på Facebook

Du kan løbende holde dig opdateret på kredsens aktiviteter i Facebook-gruppen CPDanmark - Kredse Midtjylland

### CP Danmark Østjylland

#### Generalforsamling med buffet og foredrag

CP Danmark Østjylland afholder generalforsamling med spisning og foredrag.

**Tid:** Tirsdag den 25. februar kl. 18.30-senest 22.

**Sted:** Aarhus Efterskole, Brunbakkevej 21, Skåde, Højbjerg.

**Tilmelding:** Der har været frist.



Foto: Colourbox.dk

### AQUA Akvarium & Dyrepark

Oplev de glubske gedder på jagt i søens dyb og følg den rekordstore kæmpemalle, der lurder under vandoverfladen. Kredsen inviterer til en vild oplevelse med privat rundvisning i den udendørs dyrepark. Efterfølgende går vi på opdagelse indendørs ved akvariet, og der er mulighed for at overvære fortællinger om dyrene, imens de fodres.

**Tid:** Lørdag den 29. marts kl. 10.

**Sted:** AQUA Akvarium & Dyrepark, Vejlsøvej 55, 8600 Silkeborg.

**Pris:** 100 kr. pr. deltager.

**Tilmelding:** Senest onsdag den 20. marts til kimwp@mail.dk

**Godt at vide:** Du har mulighed for at spise din medbragte frokost og snacks i dyreparkens madpakkeområder.

### Slap af-weekend på Feriecenter Slettestrand

(fuldt booket)

84 deltagere fordelt på 29 familier drager til foråret afsted på en afslappende weekend på Feriecenter Slettestrand-

**Tid:** 16.-18. maj.

**Sted:** Feriecenter Slette Strand, Slette Strandvej 142-144, Fjerritslev.

**Pris:** Voksne: 950 kr. Børn (0-12 år): 600 kr. Hjælper: 700 kr.



Foto: Jens Thimm

**Tillæg for hund:** 150 kr.

Tre daglige måltider er med i prisen.

**Tilmelding:** Alle pladser er booket. Ønsker du at komme på venteliste, så skriv til kimwp@mail.dk

### CP Danmark Nordøstjylland

#### Generalforsamling med besøg af direktør

Oplæg med CP Danmarks direktør Katrine Finke og fælles spisning er på programmet til CP Danmark Nordøstjyllands generalforsamling.

**Tid:** Tirsdag den 25. februar kl. 17.30.

**Sted:** Kantinen på Hjernecenter Randers, Bakkevej 1, 8920 Randers NV.

**Pris:** Gratis.

**Tilmelding:** Der har været frist.

### Familieweekend på Feriecenter Slettestrand

Lyder familieweekend i naturskønne omgivelser ved Vesterhavet tillokkende? Så skal du med på denne tur! Der er fokus på hygge og socialt samvær for dig, din familie og andre familier.

Feriecentret er handicapvenligt og byder på en nyrenoveret svømmehal, en fantastisk legeplads og adgang til strand. Der er mulighed for at ride ture, male på sten, bage pandekager over bål og meget mere. Under opholdet vil du blive forkælet med lækre måltider, som feriecentret står for.

**Tid:** Fredag den 23. maj kl. 17 - søndag den 25. maj kl. 11.

**Sted:** Feriecenter Slette Strand, Slettestrandvej 140, 9690 Fjerritslev.

**Pris:** For børn til og med 12 år: 500 kr. For øvrige deltagere: 800 kr.

Prisen dækker ophold og måltider (aftensmad fredag tre måltider lørdag og morgenmad søndag). Drikkevarer er for egen regning.

**Tilmelding:** Til Asger på tlf. 40 89 56 62 eller mail il.as.laustsen@outlook.com

Tilmelding er efter først til mølle-princippet, hvor kredsens medlemmer har fortrinsret indtil 15. marts. Herefter kan deltagere fra andre kredse tilmelde sig indtil 15. april.

**Godt at vide:** En skriftlig indbydelse udsendes til alle medlemmer, og det endelige program bliver senere sendt til deltagerne.

### Få overblik på hjemmesiden

På foreningens hjemmeside [www.cpdanmark.dk/](http://www.cpdanmark.dk/) aktiviteter kan du finde alle kredsenes arrangementer.

### Hvor kan jeg deltage?

Du har mulighed for at deltage i aktiviteter både i din egen og andre kredse - hvis der er plads.

### Kontakt

På [cpdanmark.dk/kredse](http://cpdanmark.dk/kredse) kan du finde kontaktinformationer på bestyrelsesmedlemmer i din kreds.

# Siden sidst

Fester, framerunning og forkælelse. Vinteren har budt på mange succesfulde arrangementer i CP Danmarks kredse. Her får du et tilbageblik på nogle af dem.

AF FORMÆND OG FRIVILLIGE I CP DANMARKS KREDSE



## Bowling og brunch

Tak for sidst til I medlemmer, der deltog i vores seneste arrangement bowling og brunch – sikke en festlig afslutning på 2024! Vi håber, at alle er kommet godt ind i 2025, og vi glæder os til at ses til de kommende arrangementer. Dem er vi i bestyrelsen i fuld gang med at planlægge. På side 43 kan du se, hvilke aktiviteter, der er på vej.

*(Mads Witt Demant, formand for CP Danmark Fyn)*

## Fest og temamøde om CP, aldring og træthed

Hen mod slutningen af 2024 holdt vi alletiders julefest med stor opbakning fra alle generationer. Der blev hygget igennem med julemad, jule-orkester, lotteri og dans om juletræet.

Interessen var også stor, da vi i efteråret afholdt et temamøde om CP, aldring og træthed. Der var stor spørgelyst og rig udveksling af erfaringer blandt de fremmødte.

*(Solveig Krogh Christiansen, formand for CP Danmark Nordvestsjælland)*

## Generalforsamling med livlig debat

Tre nye bestyrelsesmedlemmer og nye suppleanter kom til, da vi den 15. januar afholdt en succesfuld generalforsamling med et fint fremmøde. Ved samme lejlighed aflagde landsformand Pia Allerslev et berigende besøg, der gav god indsigt i, hvad der for tiden sker på handicapområdet – og engageret debat om, hvad vi kan gøre som lokal forening. Nu glæder vi os til at komme i gang med nye idéer og arrangementer i CP Danmark Nordsjælland. Tak til de fremmødte!

*(Anita Bager, formand for CP Danmark Nordsjælland)*



Foto: COLOURBOX.

## Framerunning, fest og fight

Vi slog rekord for antal deltagere ved et bowling-arrangement i kredsen, da vi en søndag i slutningen af 2024 mødtes 46 glade medlemmer med pårørende for at vælte kegler hos Master Bowl i Randers. Efter intens kamp spiste vi og hyggede os i restauranten. I CP Danmark Nordøstjylland har vi udelukkende fået positive tilbagemeldinger fra deltagerne.

I november stod den også på besøg af CP Danmarks forholdsvis nye direktør Katrine Finke, som overværede en ugentlig træning af frame runnere i Randers. Deltagerne gav den virkelig gas, og det var en fornøjelse at se, hvordan mennesker med svært handicap kan få god motion. Træningsholdet er blevet tildelt ekstra økonomisk støtte fra Elsass-Fonden, så der på sigt kan komme flere deltagere.

Med til afslutningen af 2024 hørte naturligvis en julefest. Den blev afholdt en decemberdag i selskabslokaler i Sct. Clemens Kirke i Randers med hele 86 deltagere. Arrangementet bød på kort gudstjeneste, julehygge med korsang og lækkerier, tryllekunst og besøg af julemanden – en herlig eftermiddag for alle.

*(Asger Laustsen, formand for CP Danmark Nordøstjylland)*



Foto: Colourbox.dk / Arne Trautmann

## Selvforkælelse

I slutningen af december drog CP Danmark Storstrøm på tur til Ringsted Svømmehal for at nyde et par timer i dens dejlige varmtvandsbassin – i det bedste selskab. Efterfølgende bød kredsen på frokost på caféen La Rustica, hvor der blev snakket og grinet godt.

*(Mariann Hald, sekretær, CP Danmark Storstrøm)*





Rughøjvej 11, 5250 Odense SV  
 Mail: [Bellinge@bygma.dk](mailto:Bellinge@bygma.dk)  
[www.bygma.dk](http://www.bygma.dk)  
 Tlf. 65 96 17 81

## Svært ved at betjene pc, tablet eller mobil?

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

Vi finder en løsning på Kommunikationscentret Region Hovedstaden

Læs mere på [www.komcentret.dk](http://www.komcentret.dk) eller kontakt os på 45 11 46 00.



**bangbogføring**

[www.bangbogføring.dk](http://www.bangbogføring.dk)

v/ Niels Bang Sørensen  
 Skottenborg 14 • 8800 Viborg

**8660 0051**

**STARMARK**

[www.starmark.dk](http://www.starmark.dk)



**Nærværende og personligt**  
 - træffes altid

BEGRAVELSESFORRETNINGEN

**Per Wraa**

Tlf. 86 40 77 00 • [bede-mand.dk](mailto:bede-mand.dk)

**BMW Service v/Jan Neumann**

Motorcykelværksted i RØDOVRE

Damhus Boulevard 55 • 2610 RØDOVRE

Tlf.: 36 72 49 67

[bmw-service-jan-neumann.business.site](http://bmw-service-jan-neumann.business.site)

Åbningstider:

man: 07.00–17.00

tir: 07.00–17.00

ons: 07.00–17.00

tor: 07.00–17.00

fre: 07.00–17.00

lør: Lukket

søn: Lukket

**Vil du have en hverdag med færre forhindringer?**

Hos Mejlshede Låse har vi stor erfaring med montering og servicering af automatiske døre samt af fjernbetjening, dørtelefoni og godkendt aflåsning.

Vil du høre mere om mulighederne for dørautomatik, kan du kontakte os på:

**35 39 39 39**



VELKOMMEN TIL EN VERDEN AF MULIGHEDER

**Vil du opleve de nyeste og det bedste inden for hjælpemidler?**



HEALTH & REHAB  
 BY DANISH.CARE

**GRATIS ADGANG**

Kom på Health & Rehab 4. - 6. marts 2025 Bella Center Copenhagen

Har du et handicap, en funktionsnedsættelse, en kronisk sygdom eller er du pårørende, så er et besøg på messen helt sikkert en oplevelse, som du ikke skal være foruden. Kom forbi og bliv inspireret.



[www.health-rehab.com](http://www.health-rehab.com)



[www.hempokaler.dk](http://www.hempokaler.dk) Man./fre. 15.00-17.30 eller efter aftale.

V/LARS HEMMINGSEN - KIRKEBAKKEN 2 - 5591 GELSTED  
 INFO@HEMPOKALER.DK - MOBIL 26 16 58 33 / 22 70 28 14

Privat & Event

**Toiletudlejning**

*Branchens flotteste mobiltoiletter*

**RING 61 77 33 10**

[viptoilet.dk](http://viptoilet.dk)

VIP toilet

Totalrådgivning  
 Bærende konstruktioner  
 VVS-installationer  
 Vej- og kloakanlæg  
 Vandforsyningsanlæg  
 Ventilationsanlæg  
 Byggeledelse  
 Betonrenovering  
 Bygningsrenovering  
 Brandsikring  
 Besigtigelse af fast ejendom

**VOGENSEN**

RÅDGIVENDE INGENIØRER A/S  
 UD BYHØJVEJ 69 // DK 8930 RANDERS NØ  
 TLF 86 42 26 88 // [MAIL@VOGENSEN-AS.DK](mailto:MAIL@VOGENSEN-AS.DK)

**Bæredygtige løsninger for livet** **+GF+**



# DAI

DANSK  
ANODISERINGS  
INDUSTRI A/S

Pantervej 20 . 7700 Thisted  
Tlf. 97 91 10 10 . anodisering.dk



## PROFESSIONEL ENTREPRENØR & ANLÆGSGARTNER

Jeg udfører tømrerarbejde  
med faglig stolthed og præcision.  
Kontakt mig i dag og få et uforpligtende  
tilbud på dit næste byggeprojekt.

Sandskredsvvej 22, 4500 Nykøbing Sj. • Tlf.: 28 90 95 29  
daniel-larsen17@live.dk • www.larsenbygoghave.dk

**BRØRUP  
BILCENTER**

Esbjergvej 76 • 6650 Brørup  
Tlf. 75 38 14 23 • mail@brorupbiler.dk  
www.brorupbiler.dk

We have the  
manpower to  
empower your  
business.

**FH Contractors**

# gastro 13

## Bosted for voksne med erhvervet hjerneskade

BOENHEDEN  
**line Marie**  
www.line.mariejhem.dk  
hjem og livet i fokus

**Aaresøn Biler**

Håndværkervænget 5 • 4873 Væggerløse  
Tlf. 54 17 72 50 • Email: na@aabiler.dk  
www.aabiler.dk

# AMA'R SPORT

Amagerbrogade 165-167 • 2300 København S  
Tlf: 32 58 16 68 • www.amarsport.dk

### VI TILBYDER ANLÆGSARBEJDE OG HAVESERVICE

Har du brug for en professionel anlægsgartner, der kan løfte dit hovedprojekt til nye højder? Hos **Anlægsgruppen** er vi specialister i nyanlæg, vedligeholdelse af grønne arealer og træfældning. Vi er i stand til at tilbyde en bred vifte af opgaver, og ingen opgaver er hverken for store eller for små.

Vi kan bl.a. tilbyde:

- Nyanlæg
- Flisebelægning
- Anlæg af terrasse
- Stubfræsning og træfældning
- Ejendomsservice
- Og mange andre opgaver for en anlægsgartner

**Anlægsgruppen**  
Vi gør din hverdag grønnere

Anlægsgruppen v/Alexander Winther Jensen  
Nygade 20b • 8881 Thorsø  
Tlf.: 27 13 11 40 • awj@anlaegsgruppen.dk  
www.anlaegsgruppen.dk

# Interflex 2021 ApS

Godthåbsgade 33 • 8000 Aarhus C  
Tlf.: 40 19 16 40  
E-mail: ll@inter-flex.dk

# BUNCH

BYGNINGSFYSIK

Staktoften 22A • 2950 Vedbæk  
Tlf.: 5239 7952 • www.bunchbyg.dk

Et brugervenligt og effektivt digitalt system designet til foreninger

- Avanceret medlemsstyring
- Effektiv opkrævning
- Enkelt regnskabssystem

www.winkas.dk



Oslovej 3 • 6230 Rødekro  
info@byggeriforpengene.dk  
Tlf. 74 67 24 62  
www.byggeriforpengene.dk

# S. SØRENSEN Thisted

Tigervej 11 • 7700 Thisted  
Tlf. 97 92 26 22  
s-sorensen.dk

**MENY**  
RANDERS

Bøsbrovej 54 • 8940 Randers SV  
Tlf.: 87 12 06 87

Åbent alle dage 08:00 - 20:00

# REMA 1000

## Frederiksberg

Smallegade 14-18  
2000 Frederiksberg  
Tlf: 27 23 04 22

Alexandra Drejer

# Her er feriehusene, hvor man føler sig velkommen med kørestol

Pragtfulde luksus Birksø bjælkehuse hvor der er kælet for detaljerne, for at give optimale forhold for handicappede. Opfylder alle tilgængelighedskrav for bevægelseshandicappede.



## Samsø, Falster og Sjællands Odde

- 2 huse på Samsø - Sælvig og Nordby.
- 7 huse i Marielyst på Falster.
- 3 huse i Vig ved Sjællands Odde.

Her er tale om rigtig nybyggerstil, indrettet med tidens krav til luksus, og det meget rustikke materiale skaber en helt speciel atmosfære både ude og inde.

- Feriehusene er 108-124 m<sup>2</sup> + 6-20 m<sup>2</sup> overdækket terrasse.
- Plads til 6 (8) - 10 (12) personer, heraf 2-6 kørestolsbrugere.
- Husene i Vig er 170 m<sup>2</sup> med 10 (12) sovepladser.



**Perfekt til  
kørestolsbrugere**

*»Vi har besøgt stedet og kan stærkt anbefale dette, som må betragtes som et ferieparadis for kørestolsbrugere.«*

*John og Bjarne, Handi-Travel-Info*

• Priser fra kr. 4.100/uge

Hvis du vil bygge dit eget handicapegnede hus kontakt:  
Birksø Huse ApS Tlf. 86 84 58 18

Læs mere og se flere fotos på  
[www.cimbria-ferie.dk](http://www.cimbria-ferie.dk)  
Eller rekvirer brochure på  
Tlf. 2673 6922