

# Dansk Handicap Forbund

Himmerland afdeling

Blad nr. 2 · 2015 · Årgang 21



God sommer til alle



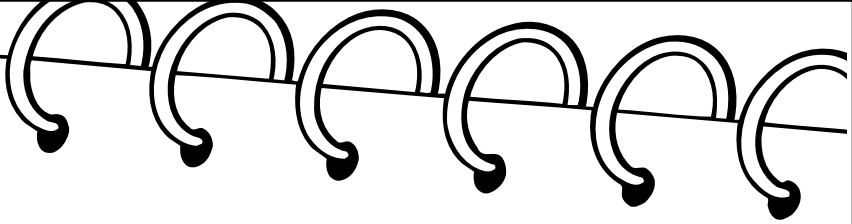
vore medlemmer



## Lokalafdeling for

Vesthimmerland, Rebild  
& Mariager Fjord

[www.danskhandicapforbund.dk/himmerland](http://www.danskhandicapforbund.dk/himmerland)



**Råbjerg Mile:  
Handicapdag og rullende trapper  
Onsdag den 8. juli**

Arrangør: Naturstyrelsen, Vendsyssel

**Bowlingaften i Hobro  
Fredag den 25. september**  
Arrangerer DHF Himmerlands afdeling bowlingaften  
hos Bowl n' Fun, Jyllandsvej 15, 9500 Hobro

**Hjemmeside:** [http://danskhandicapforbund.dk/  
afdelinger/lokalafdelinger/himmerland/](http://danskhandicapforbund.dk/afdelinger/lokalafdelinger/himmerland/)

DHF Himmerland er også  
på Facebook: <http://www.facebook.com/>

**Er du flyttet:  
husk at melde adresseændring  
til Dansk Handicap Forbund  
på tlf.: 39 29 35 55**

*Mvh. bestyrelsen*

# Beretning: DHF Himmerland 2014

2014 har jo været forrygende vejr-mæssigt, sommeren bød på varme-grader så vi kunne lege Costa del sol hjemme i haven, vinteren har været våd og blæsende men de store mængder sne har vi heldigvis ikke set.

Vi har afholdt 1 bowlingaftner i Gatten; i foråret, hvor der er blevet spillet på 4 baner. Det er fint, men der er stadig plads til flere. Der er altid en rigtig god stemning både når der bowles og efterfølgende spisning.

Søndag den 29. juni mødet 60 lyst-fiskere i alle aldre op til fiskeri ved Vilsted sø, hvor Løgstør lystfiskerforening, Pirken og DHF Himmerland i samarbejde med naturvejleder Karin Winther fra Vesthimmerlands Kommune, havde arrangeret en fiskedag hvor der var mulighed for at komme ud at sejle med handicap-bådene.

En dejlig august dag besøgte DHF Himmerland Lille Vildmosecentret. Det var en hyggelig dag med 15 deltagere. Vi startede inde på centret hvor Formidler Bent M. Nielsen fortalte om mosens tilblivelse, anvendelse og udvikling gennem tiden samt fremtidige planer og mosens dyreliv.

Midt i september gik vores ferierejse

til Mallorca. En god planlagt rejse, hvor alles behov var tilgode set. En stor tak til Dorte og Ninna og til hjælperne som var med. Uden dem kunne det ikke lade sig gøre.

Den 28. september deltog vi igen i frivilligmarked i Dr. Ingrid Hallerne i Farsø. 3 bestyrelsesmedlemmer var med, hvor der blev lavet en fin stand.

Regionen har afholdt 2 møder: Første møde i april, orienterede regionsrepræsentanterne om hovedforbundets økonomi.

I september var der et orienteringsmøde med efterfølgende regionsmøde.

På orienteringsmødet var den nye direktør Jens Bouet og Susanne Olsen mødt op, her kom Jens Bouet med en orientering om forslag til ny struktur i Dansk Handicap Forbund.

På efterfølgende årsmøde blev foreslået til ny struktur diskuteret så vi var klædt på til at komme til kongres.

Kaj Hansen ønskede ikke genvalg som regionsrepræsentant.

Peter Klitgaard blev valgt som repræsentant som sammen med Willy

Øgaard skal varetage vores interesser i forbundet. Desuden blev Christian Sørensen og Dorte Vejs valgt som henholdsvis 1. og 2. suppleant.

Kongressen i oktober var meget præget af DHF's økonomi.

Det nye strukturforslag som var fremsat, var baseret på store besparelser, men blev nedstemt. Så der blev et nyt forslag fremsat med ikke så store besparelser i. Dette blev vedtaget.

Jeg håber på at det kan være med til at økonomien bliver rettet op. Direktør Jens Bouet arbejder hårdt på det, med nye tiltag og nytænkning.

Julebanko den 3. december blev afholdt i Aktivitetscenteret i Aars. Det er også en af de faste traditioner.

Den 13. december 2014, var vi 15 glade personer, fra Dansk Handicap Forbund, Himmerland afdelingen, der mødtes til en julefrokost på Aars Ho-

tel, med dertilhørende dejlig mad og rigtig god musik.

Bladet udkommer 4 gange årlig. Vi bestræber os på at lave et så alsidigt blad som mulig, men sidder I derude og brænder med forslag eller materiale som kan gøre bladet bedre er I velkommen til at bidrage.

Jeg vil benytte lejligheden til at takke BB Consulting og annoncørerne i bladet for det gode samarbejde.

Vi er godt repræsenteret i Danske Handicap Organisationer (DH) både i Mariager Fjord og Vesthimmerland, men vi mangler en i Rebild.

Der er afholdt 6 bestyrelsesmøder i årets løb, jeg vil gerne takke alle bestyrelsesmedlemmer for godt fremmøde og den gode arbejdslyst og humør I møder op med.

*DHF Himmerland  
Formand, Bodil Holm*

# Generalforsamling

Onsdag den 11. marts 2015 kl. 18.00 afholdte DHF Himmerland generalforsamling i Aktivitetscentret, Bymidten, Aars.

Aftenen startede med lidt mad og lidt hyggesnak.

Til generalforsamlingen, var regionsrepræsentant Peter Klitgård mødt op, samt en del medlemmer.

Formand bød velkommen, og gav ordet videre til Peter Klitgård som blev valgt til dirigent.

Formanden aflagde beretning. Derefter fremlagde kasserer regnskabet, som blev gennemgået og godkendt.

Valg til bestyrelsen. Formand Bodil Holm blev genvalgt, Ninna Rask Hansen blev også genvalgt, Svend Jensen

blev også genvalgt til bestyrelsen.

Suppleanter blev Majbrit og Jesper.

Sidst men ikke mindst afsluttede vi aftenen med kage og kaffe.

Bestyrelsen har konsolideret sig således:

**Formand:**

Bodil Holm

**Næstformand:**

Ninna Rask Hansen

**Kasserer:**

Dorte Vejs

**Sekretær:**

Gurli Sloth

**Bestyrelsesmedlem:**

Svend Jensen

**Suppleanter:**

Majbrit Mortensen og Jesper Knudsen



*Bodil Holm*

# Råbjerg Mile: Handicapdag og rullende trapper

Onsdag den 8. juli 2015 - kl. 13.30 til ca. 16.30



Naturstyrelsen Vendsyssel lægger for ottende gang kørestolsbane ud i Råbjerg Mile.

Kørebanelen begynder der hvor asfalten på p-pladsen slutter. Banen er 350-400 meter lang, hvilket betyder, at man kan komme så langt op at man gerne skulle kunne se både til Skagerrak og Kattegat.

På dagen, kan vi få svar på mange spørgsmål, som melder sig, hvor



kommer Milen og sandet fra? Hvilke dyr, planter og fugle trives i dette ørkenlandskab? Er der stjernestøv og kviksand i Milen?

Da det skal være muligt, for rigtig mange at benytte kørebanelen og få en god oplevelse som vil huskes længe vil banen være til rådighed i dagene 8. - 9. - 10. - 11. - 12. juli.

**Mødested:** Ved toiletbygningen på Råbjerg Miles P-plads. (Der er Handicap toilet).

## **Turledere:**

Naturvejleder Villy K. Hansen og skovarbejder Mikael Olesen.

## **Arrangør:**

Naturstyrelsen, Vendsyssel.

## Sommerhuse i Hals



Dansk Handicap Forbunds fire sommerhuse ligger i natursmukke omgivelser tæt på skov og strand. Husene er bygget og indrettet specielt med henblik på kunne huse personer med bevægelseshandicap.

Husene kan lejes med fortrinsret af alle medlemmer af Dansk Handicap Forbund, de øvrige Nordiske landes handicapforbund, det tyske handicap forbund og af andre forbund/foreninger under Danske Handicap-organisationer. De kan også lejes af venner og støtter til foreningen samt af private.

Tre af husene har en hæve/sænke seng og alle husene har toilet stole og et stort funktionelt badeværelse.

Sommerhusene ligger få hundrede meter fra vandet og med egen private flisebelagte sti til stranden. Selve grunden, som er en stor naturgrund, ligger på en lille sommerhusvej, med egen indkørsel og parkeringspladser foran husene. Husene ligger i et naturområde udenfor Hals by, og der er ca. 2 km. ind til byen hvor indkøbsmuligheder af dagligvarer, butikker og havnemiljø.

Kontakt Ulla Ussing Houmann på tfl. +45 25 30 08 57 eller på mail: [ullaussing@gmail.com](mailto:ullaussing@gmail.com)

# **Bowlingaften i Hobro**

## **OBS OBS OBS**

**Fredag den 25. september 2015**

Arrangerer DHF Himmerlands afdeling, bowlingaften  
hos Bowl n' Fun, Jyllandsvej 15, 9500 Hobro

Vi bowler fra kl. 17.00 – kl. 18.00,  
bagefter spiser vi.

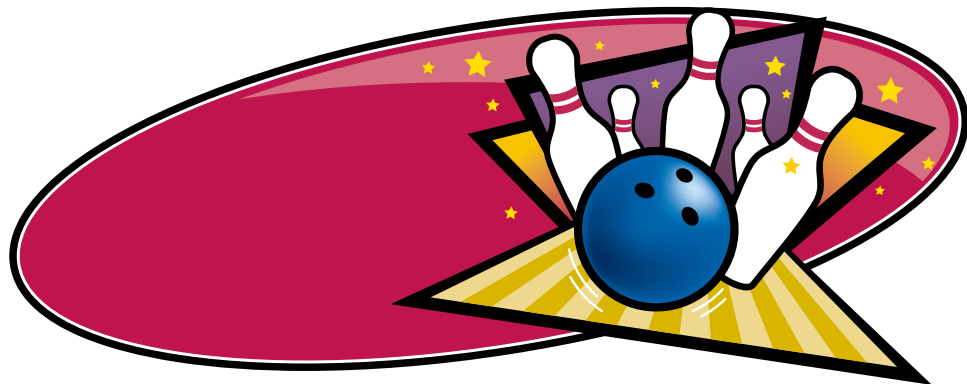
**Standard grillbuffet - Pris kr. 199,-**

Prisen er pr. person, for bowling og mad,  
ved min. 4 personer pr. bane + sko leje.

**Kom og vær med til en hyggelig aften.**

**Tilmelding senest den 10. september 2015 til:**

Svend Jensen, på mail: [svendjensen9500@gmail.com](mailto:svendjensen9500@gmail.com)  
eller tlf. 4092 4936.





# FÆRGE JAZZ

M.M



Ta med på en  
vidunderlig sejltur  
på Limfjordens vande med  
Hals-Egense færger.  
Der sejles hver gang fra  
Hals ved færgelejet kl. 19.00.  
Pris pr billet kr. 350

Der er stort  
Ta'selv' bord fra



Billetbestilling på  
[www. faerzejazzhals.dk](http://www.faerzejazzhals.dk)  
eller ved  
Willy Øgaard 22 96 93 80



## PROGRAM FOR 2015

- |            |                                    |
|------------|------------------------------------|
| 02. JULI   | MUSIK.: EAST COAST OLD STARS       |
| 03. JULI   | MUSIK.: DE GALVANISEREDE LEOPARDER |
| 13. AUGUST | MUSIK.: EAST COAST OLD STARS       |
| 14. AUGUST | MUSIK.: EAST COAST OLD STARS       |
| 20. AUGUST | MUSIK.: DE GALVANISEREDE LEOPARDER |
| 21. AUGUST | MUSIK.: DE GALVANISEREDE LEOPARDER |
| 28. AUGUST | MUSIK.: THE IRISH WATERFALLS       |



Dansk Handicap Forbund  
Hals afdeling

## Informationer

### Skal du flytte eller er du flyttet?

**Husk**, at give Dansk Handicap Forbund besked; Postvæsnet eftersender kun post i få måneder, derfor er det **meget vigtigt**, at du husker at give besked ved adresseændring.

### Vores blad udkommer kun 4 gange årlig

Derfor er det vigtig at du også følger med på vores hjemmeside [www.danskhandicapforbund.dk/afdelinger/lokalafdelinger/himmerland](http://www.danskhandicapforbund.dk/afdelinger/lokalafdelinger/himmerland) og Facebook <http://www.facebook.com/> om eventuelt nyt.

### Indlæg til lokalbladet

Har du et oplæg eller bare en beretning/fortælling eller en god oplevelse som du vil dele med andre medlemmer, så skriv til os på mail: [dhf-himmerland@mail123.dk](mailto:dhf-himmerland@mail123.dk)

### Hovedforbundet - Dansk Handicap Forbund

Dansk Handicap Forbund  
Blekinge Boulevard 2  
2630 Taastrup  
Telefon: 39 29 35 55  
E-mail: [dhf@dhf-net.dk](mailto:dhf@dhf-net.dk)

# Nye regler for tandlægebesøg

## Nye regler for tandlægebesøg

*Hvorfor skal jeg være grøn, gul eller rød?*

Det skal du, fordi Sundhedsstyrelsen har indført nye nationale kliniske retningslinjer. Ifølge disse retningslinjer skal din tandlæge foretage en såkaldt risikovurdering og placere dig i en grøn, gul eller rød kategori.



Din tandlæge vurderer dette ud fra, om du har aktiv sygdom, fx caries eller tandkødsbetændelse, og i hvor høj grad du selv kan ændre dine såkaldte risikofaktorer, fx dine tandbørstevaner. Et af formålene med retningslinjerne er at motivere dig til i højere grad at tage et medansvar for

din egen tandsundhed. Det kan du fx gøre ved at være endnu grundigere med tandbørste og tandtråd og ved at holde igen med sodavand og andre søde sager. Tal med din tandlæge om, hvad du konkret kan gøre for at få en bedre tandsundhed.

Hvornår træder de nye regler i kraft, Du skal inddeles i grøn, gul eller rød kategori, når du første gang kommer til tandlægen efter den 1. april 2015. Hvis du allerede er i gang med et behandlingsforløb, sørger din tandlæge for, at din behandlingsplan justeres i overensstemmelse med de nye ydelser i Tandlægeoverenskomsten.

Læs mere:

[http://www.tandlaegeforeningen.dk/Patienter/gul-roed-groen/faq\\_gron-gul-rod.aspx](http://www.tandlaegeforeningen.dk/Patienter/gul-roed-groen/faq_gron-gul-rod.aspx)



# Medlemsskab

Dansk Handicap Forbund (DHF) arbejder for at forbedre forhold-ene for fysisk handicappede i Danmark, så vi kan leve på lige vilkår med alle andre. Tilgængelighed, ordentlige sociale forhold og gode boliger er blandt forbundets mærkesager.

Du kan for samme kontingent indmelde dig i én eller flere af DHF's specialkredse:

- RYK (Rygmarvsskadede i Danmark)
- Forældrekredsen
- Ungdomskredsen
- Amputationskredsen

Du bliver automatisk registreret som medlem i DHF Himmerland, som er forbundets lokalafdeling. Vi dækker kommunerne Vesthimmerland, Rebild & Mariager Fjord.

---

DHF Himmerland udsender et medlemsblad fire gange om året, hvor du får lokalt stof og tilbud fra afdelingen, men også aktuelt stof fra DHF.

Kontingentet for 2015 er 310 kr. for enlige og 465 kr. for samboende.

Ring til Bodil Holm på  
Tlf.: 50 91 90 05

Eller gå ind på  
<http://danskhandicapforbund.dk/>

---

# Bestyrelsen for DHF Himmerland 2015

## Formand

Bodil Holm                      Kærgaardsvej 16                      Mobil 50 91 90 05  
9681 Ranum  
e-mail: dhf-himmerland@mail123.dk

## Næstformand

Ninna Rask Hansen              Nørdalvej 8, Giver                      Mobil 22 67 31 16  
9600 Aars  
e-mail: ninnalh@yahoo.dk

## Kasserer

Dorte Vejs                      Tofteparken 90                      Mobil 30 61 37 92  
9600 Aars  
e-mail: dorte.vejs@youmail.dk

## Sekretær

Gurli Sloth                      Gartnervangen 14                      Mobil 22 24 39 38  
9240 Nibe  
e-mail: gms@mail123.dk

## Bestyrelsesmedlem

Svend Jensen                      Adelgade 67, 2. 14                      Mobil 40 92 49 36  
9500 Hobro  
e-mail: svendjensen9500@gmail.com

## Suppleanter

Majbrit Mortensen              Engblommevej 11                      Mobil 24 24 73 61  
9640 Farsø  
e-mail: benjamin-majbrit@hotmail.com

Jesper Knudsen                      Nørresøbakken 68                      Mobil 20 91 59 83  
8800 Viborg  
e-mail: jesperknudsen@fibermail.dk

## Forbundets adresse

Blekinge Boulevard 2 - 2630 Taastrup                      Tlf. 39 29 35 55

## Deadline

Blad 3              Materialedeadline 17. august 2015                      Udkommer uge 37  
Blad 4              Materialedeadline 19. oktober 2015                      Udkommer uge 46

---

Spørgsmål vedr. annoncer rettes til BB Consulting på telefon 98 37 97 70