

# Dansk Handicap Forbund

Himmerland afdeling

Blad nr. 4 · 2013 · Årgang 19



Vinteren



står for døren



## Lokalafdeling for

Vesthimmerland, Rebild  
& Mariager Fjord

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



## **Julebanko**

**Mandag den 25. november kl. 19.00**

Afholder vi vores årlige banko i aktivitetscentret,  
Bymidten 15, 9600 Aars

*Arrangør: DHF Himmerlands afdeling*

*Læs mere inde i bladet*

## **Julefrokost**

**Lørdag den 14. december 2013 kl. 18.30 til 01.00**

Igen i år arrangerer Dansk Handicap Forbund  
Himmerlands afdelingen julefrokost på Aars Hotel,  
Himmerlandsgade 111, 9600 Aars.

*Læs mere inde i bladet.*

## **Generalforsamling**

**Mandag den 10. marts 2014 kl. 19.00**

Dansk Handicap Forbund Himmerland afdeling  
afholder generalforsamling  
i Aktivitetscentret, Bymidten, Aars.

*Læs mere inde i bladet.*

**Mvh. bestyrelsen**

# Julebanko

**Mandag den 25. november kl. 19.00**

Afholder vi vores årlige banko i aktivitetscentret,  
Bymidten 15, 9600 Aars

**pris pr. plade kr. 10.-  
3 plader for kr. 25.-**

Efter spillet kan der købes kaffe m. æbleskiver – pris kr. 25.-

*Alle er velkommen*



# Julefrokost

Igen i år arrangerer Dansk Handicap Forbund Himmerlands afdelingen julefrokost på Aars Hotel, Himmerlandsgade 111, 9600 Aars

**Lørdag den 14. december 2013 kl. 18.30 til 01.00**

Pris pr. person kr. 299,- for medlemmer  
med fri drikke af øl, vin og sodavand hele aften.  
Og for ikke medlemmer er prisen pr. person kr. 349,-

## Natmad til julefesten

Der kan bestilles asparges- eller karrysuppe til natmad,  
pris pr. person kr. 45,-

Musikken leveres af Repeat og er et 2 mands orkester  
som spiller under middagen samt efter følgende til dans.

**Tilmelding kan ske til Ninna Rask Hansen på tlf. 22 67 31 16,  
senest 8. december 2013**

Tilgængeligheden for kørestolsbrugere på Aars Hotel er i orden,  
og kørestolsindgangen findes på bagsiden af Aars Hotel.



## Ferie tur til Spanien 2013

Vi var 26 glade og forventningsfulde, der mødtes i Billund Lufthavn, en meget tidlig morgen i august, heraf var de 6 børn. Vi skulle flyve kl. 7.00. Ved frokost tid landede vi i Costa de Almeria, hvor der stod to busser parat til at køre os til hotellet. Efter en kort køretur var vi fremme. Deres liftbusser er helt på højde med det vi har hjemme.



*Frokost i restauranten*

På hotellet var alt inklusiv, så vi kunne straks gå ind i restauranten og få noget at spise, ja vi kunne næsten spise og drikke døgnet rundt. Da det var meget varmt, skulle der en del væske til. Især aftnerne nød vi me-



get, med en temperatur omkring de 28 grader. Der var underholdning hver aften, med musik og dans.

Det var dejligt med en tur i poolen, bagefter kunne man sidde i solen og blive tør.

Vi var 3 der havde Swiss Tracer med og en havde crosser.



*På aftenur med Swiss Tracer*

Vi boede tæt på byen og strandpromenaden var lige uden for døren så der var god mulighed for at komme rundt på egen hånd.

Vi var også på en heldags tur med bus op i bjergene, det var et meget varieret terræn, nogen steder kunne man se langt, der var mange drivhuse på de flade områder og pludselig var der høje bjerge med mange hårnåle sving.

Vi var inde og se, hvordan de lavede keramik, en vase eller skål kunne laves på få minutter.



*På besøg i et grotte hus.*

Vi besøgte en familie, som havde bygget deres hus inde i grotterne, der var 23 grader året rundt. Det var ikke de fattige, der valgte, at bo på den måde. De havde fladskærm, der var 4 fjernsyn i huset.

Frokosten havde vi med fra hotellet, den nød vi i en park.



*Frokost i parken.*

Sidste stop på turen, var hos en vinbonde, hvor der var mulighed for, at smage på herlighederne.

Med liften på bussen, var det nemt for os kørestolsbrugere, at komme ud og ind.



*Liftbussen i Spanien*

Der var nedsænkede fortove, overalt hvor vi kom, så vi fik slet ikke brug for rampen vi havde med.

Jeg vil slutte her med en stor tak til Ninna og Dorte, for en god tur, i havde gjort et godt forarbejde. Der skal også lyde en stor tak, til vore 4 hjælpere, uden jeres hjælp, var denne tur ikke mulig. Der var også flere andre på turen der gav en hånd med, det luner alt sammen.

*M.v.h. Gurli Sloth*











# Ferie tur til Roquetas de Mar,

*Almeira Spanien*

*Det var med stor forventning vi skulle med DHF-Himmerland ud at rejse, det var første gang vi skulle på ferie i udlandet med kørestol. Derfor var spændinger ekstra stor hvordan ville det fungere i lufthavnene og på hotellet.*



## *Aftenstemning*

Efter ankomst til Billund gik det for-bavset nem med tjek ind af bagage, kørestole, crosser. Her efter blev vi ført ud til flyer, her var personalet klar til at hjælpe ikke gående om bor på flyet, fin service. Da vi landede i Almira, Spanien var der også tjek på tingene, selv lifts bussene var af en god kvalitet. Så de spørgsmål der havde været inden afrejsen var ubegrundet.

Hotellet som vi boede på hed Hesperia Sabinal er et godt hotel, dejlige

værelser, en fantastisk udsigt over Middelhavet, service i top i spisesalen, og der var god plads til alle.



## *Strandpromenaden*

En formiddagstur på strandpromenaden var ud til saltsøerne som var en køre- og gåtur på 2 km. En hyggelig og spændende tur forbi andre hoteller og med masser af gadehandlere som faldbød at mulig, især fodboldstrøjer, jeg kunne dog ikke få en med Christian Eriksen på. Det var kun spanske fodboldsidoler de havde.

Om aftenen gik turen den anden vej af strandpromenaden en tur på 3,5 km. Ud til Castillo de Santa Ane en gammel borg, videre til en lystbådehave hvor vi besøgte et lokalt værtshus inden turen gik tilbage til hotellet.

Vi var heldig at kunne leje en liftsbus en dag, til en tur til Sierra Nevada. Her kom vi gennem noget af Andalusiens storslåede natur. På turen besøgte vi et keramikværksted, på vej op til byen Guadix hvor vi besøgte en grotte landsby. Turen gik videre til Spaniens højeste beliggende vinbodega Valle de Laujar hvor der var smagsprøver på alle deres produkter.



*Tur til saltsøerne*

Frokosten var pakket fra hotellet og sendt med bussen, så vi kunne indtage den i det fri. På hjemturen kom vi forbi mange, mange drivhuse. Andalusien kaldes også Europas spisekammer.



*Der smages på alle de dejlige vine*

Ellers var der afslapning, badede i pølen om formiddagen, om eftermiddagen gik turen til stranden som lå lige udenfor hotellet, til en dejlig svømmetur i Middelhavet - pragtfuld – det havde en dejlig temperatur. Med den varme krævede det en del væske. Om aften råhyggede vi os alle ved pølen til spansk musik og dans.



*Hygge i pølen*

Selv en dejlig ferie slutter, det gjorde denne også. Efter at der var pakket og tjekket ud blev vi kørt til lufthavnen og igen var der tjek på at få os igennem til flyet, så gik turen tilbage til Billund og så var det hjem.

En dejlig og godt tilrettelagt tur som kan anbefales, stor tak til alle rejse-deltagerer og ikke mindst til Ninna og Dorte.

*Tak for turen Bodil & Ulrik Holm*

# Frivilligmarked 2013

*DHF Himmerland deltog i frivilligmarked i Dr. Ingrid Hallerne i Farsø*

Udbuddet og variationen var stor, da frivillige fra hele kommunen stillede op med stande og information til alle interesserede ved Frivilligmarked 2013 i Farsø.



*DHF Himmerlands stand*

Vigtigheden af det store frivillige arbejde, som udføres i mange forskellige sammenhænge overalt i kommunen, var det centrale emne i åbningstalen, som var lagt i hænderne på formanden for Kultur- og Fritidsudvalget, Jan Dyregaard.

»De frivilliges indsats er ofte afgørende for, at vi både som børn og voksne kan dyrke vores fritidsinteresser, at vores lokale historie bevares og gives videre til kommende generationer, og at vi kan få hjælp, hvis vi har behov for støtte i det daglige - uanset om vi er unge eller gamle«, sagde Jan Dyregaard og understregede, at det er

denne frivillige indsats man gerne vil synliggøre med Frivillig-markedet.

I forbindelse med Frivillighedsmarked 2013 uddeltes Frivillighedsprisen 2013 - en pris som tildeles af Fonden for Farsø Sparekasse til enkeltpersoner eller grupper, som har ydet en markant indsats i det frivillige sociale arbejde i Vesthimmerlands Kommune.

Blandt seks meget kvalificerede kandidater faldt valget i år på Sonja Marcussen, Aars, som har været aktiv i opstarten af Sorggrupperne i Aars. Grupperne har siden starten i 2005 haft 65 børn og unge i et længere forløb i grupper, der ledes af psykologer og frivillige med det formål at forebygge social eksklusion og bearbejde de psykosociale problemer, det kan medføre at miste forældre eller søskende.



*Frivilligprisen 2013 overrækkes til Sonja Marcussen af Kurt Friis Jørgensen*

Formanden for Kommunens socialudvalg, Kurt Friis Jørgensen (V), stod for prisuddelingen, hvor han også fremhævede den frivillige indsats, som Sonja Marcussen har udført i andre sammen-

hænge bl.a. på Vesthimmerlands Museum og som bisidder på det sociale område. Endelig har prismodtageren også været medlem af Frivillighedsrådet i perioden fra 2007 til 2012.

## **Generalforsamling**

**Dansk Handicap forbund Himmerland afdeling  
afholder generalforsamling**

**Mandag den 10. marts 2014 kl. 19.00  
i Aktivitetscentret, Bymidten, Aars**

### **Dagsorden:**

1. Valg af dirigent
2. Valg af referent
3. Valg af stemmetællere
4. Formandens beretning
5. Fremlæggelse af regnskab for 2013/v. Kasserer
6. Indkomne forslag
7. Valg af kasserer
8. Valg af 1 bestyrelsesmedlemmer
9. Valg af 2 suppleanter
10. Fremtidige aktiviteter
11. Eventuelt

Alle medlemmer er velkomne til spisning, kl. 18.00.  
Af hensyn til maden skal du tilmelde dig senest den 1. marts 2014  
til Bodil Holm, mobil: 50919005

Efter generalforsamlingen er der en kop kaffe/te med brød.

Forslag, der ønskes behandlet på generalforsamlingen,  
skal være formanden i hænde, senest 8 dage før generalforsamlingen.

*Med venlig hilsen  
bestyrelsen*



# Farsø EL scooter klub

*Livskvalitet af højeste grad*

*På en dejlig solskins dag i oktober, besøgte jeg Farsø EL scooter klub i Farsø sø anlæg.*

Klubben har været aktiv i ca. 6 år og har 10 medlemmer i aldersgruppen fra 55 til 93 år. Jan Jensen fra Farsø er formand for klubben, meget aktiv og altid klar med en hjælpende hånd.



*Jan i færd med at varme pølser*

Vi mødtes ved søen i Farsø til røde pølser med alt hvad der hører til. Jan havde pølser med som han varmede på stormkøkken. Bordet var pyntet op med billeder fra nogle af deres mange ture.



*El Scooter træf*



*Der snakkes og hygges ved bordet*

Der var en livlig snak på tværs af bordet. Her blev fortalt om alle deres udflugter. Som er mangfoldige, såsom en tur til Lerkenfeld og en tur på Johannes W. Jensens museum, der har også været ture ud til forskellige haver, blandt andet fukser haver, turen ud til Kjær i Strandby er fast på programmet hvert år - her købes friske grøntsager.

Også Farsø byfestoptog er fast hver år, alle køretøjerne bliver pyntet festlig med blomster og flag, og så af sted i høj humør.

*Klubbens logo er en lille egern*



Hvis du har fået lyst til at komme ud at køre med El scooter klubben så er du velkommen til at kontakte Jan Jensen på mobil 20712086.

*Bodil Holm*

# Vidste du

## Legat for medlemmer

Dansk Handicap Forbund administrerer nogle mindre legater, og forbundets medlemmer har mulighed for at ansøge om en legatportion inden årets udgang. Benyt ansøgningsskema, som kan hentes på:  
<http://danskhandicapforbund.dk/nyhed/legat-for-medlemmer/>

## Hvis man skal ud at rejse med kørestol,

så kræver det omhyggelig planlægning hjemmefra, uanset om man skal på sommerhusferie eller på charterrejse med fly til sydens sol. Vi har samlet nogle tips til forskellige rejsemål i ind- og udland, som du selv kan gå videre med.  
[http://danskhandicapforbund.dk/det\\_arbejder\\_vi\\_for/fritid\\_rejser/handicapvenlige\\_rejsemaal/](http://danskhandicapforbund.dk/det_arbejder_vi_for/fritid_rejser/handicapvenlige_rejsemaal/)

## Nyhedsbrev

Hvis du ønsker at blive opdateret med nyheder fra Dansk Handicap Forbund, så tilmeld dig vores nyhedsbrev her.  
[http://danskhandicapforbund.dk/index.php/nyhedsbrev/tilmeld\\_nyhedsbrev/](http://danskhandicapforbund.dk/index.php/nyhedsbrev/tilmeld_nyhedsbrev/)

## Tilfredshedsportalen

På Tilfredshedsportalen kan du se brugertilfredsheden med bl.a. børnehaver, skoler og hjemmepleje. Det gør det nemt at se, hvor tilfredse brugerne er rundt omkring i landet med de forskellige tilbud kommunen tilbyder. Læs mere <http://www.tilfredshedsportalen.dk/Sider/Forside.aspx>.

*Vi ønsker alle vore medlemmer en rigtig glædelig jul  
og et godt og lykkeligebringende nytår.*



*Med venlig hilsen  
Bestyrelsen*



# Bestyrelsen for DHF Himmerland 2013

## Formand

Bodil Holm                      Kærgaardsvej 16                      Mobil 50 91 90 05  
9681 Ranum  
e-mail: bodilholm@123dk.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                      Tlf. 98 66 37 92  
9600 Aars                      Mobil 30 61 37 92  
e-mail: dorte.vejs@youmail.dk

## Sekretær

Gurli Sloth                      Gartnervangen 14                      Tlf. 98 35 33 84  
9240 Nibe                      Mobil 22 24 39 38  
e-mail: gmsloth@pc.dk

## Bestyrelsesmedlem

Finn Ovesen                      Blåkildevej 30                      Mobil 22 61 94 63  
9500 Hobro  
e-mail: finnovesen@gmail.com

## Suppleanter

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

Jesper Knudsen                      Nørresøbakken 68                      Mobil 20 91 59 83  
8800 Viborg  
e-mail: j.knudsen@nypost.dk

## Forbundets adresse

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

## Deadline

Blad 1                      Materialedeadline 27. januar 2014                      Udkommer uge 9

---

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