

FEBRUAR 2024
24. ÅRGANG



- LIVET MED UDVIKLINGSHANDICAP

Lev Vestjylland



HERNING • RINGKØBING-SKJERN • HOLSTEBRO • IKAST-BRANDE • LEMVIG • STRUER
WWW.VESTJYLLAND.LEV.DK • MØD OS OGSÅ PÅ FACEBOOK

I dette nummer...



Side 13



Side 11



Side 23



Side 25

Forsiden: Marc Hansen

Lovgivningen er ændret

Der skal i dag afgives aktivt samtykke til, at en deltager må fotograferes, og at billederne må bruges.

Vi håber, at I accepterer, at vi bruger fotos fra vores aktiviteter, på hjemmesiden og i kredsbladet, så vi kan dele ud af de gode oplevelser!

Ønsker du billeder slettet, så skriv til:

bjarneaarkrog@lev-vestjylland.dk

Lev har brug for at få opdateret medlemskartoteket med e-mailadresser. E-mailen skal bruges til hurtigere kontakt til medlemmerne. Derfor vil vi gerne, du sender en mail til Levs sekretariat: lev@lev.dk Med oplysningerne om e-mail samt medlemsnr. og navn, der står i adressefeltet bag på bladet.

DEADLINE FOR 2024

Tekst sendes senest

Blad nr. 2 11. april

Blad nr. 3 23. juli

Blad nr. 4 18. oktober

Udkommer

Maj

August


November

Artikler og billeder til kredsbladet sendes til:

E-mail: blad@lev-vestjylland.dk

Ønsker du et eksemplar af kredsbladet med din artikel/billeder? Så send os din postadresse.

SATS OG TRYK

 Intryk Tlf. 7021 1000 · www.intryk.dk

ANNONCER

Rosengrenen ApS

Hovedgaden 8 · 8670 Låsby

Tlf. 86 95 15 66 (kl. 8.30-12.00 og 12.30-15.00)

Mail: info@rosengrenen.dk

- hvortil alle spørgsmål vedr. annoncer bedes rettet

LEDEREN:



NØDRÅB I NATTEN - OG I NYTÅRET



Tv2 har i Operation X vist to dokumentarudsendelser, som Morten Spiegelhauer har lavet.

Det var to udsendelser med meget ubehageligt indhold, som viste en umenneskelig indstilling til arbejdet med andre mennesker. Mennesker som har brug for hjælp og støtte.

Det paradoksale ved det hele er, at der er meget lidt opmærksomhed og nærmest ingen opfølgning på disse programmer i hverken TV eller aviser.

Det er tankevækkende og meget skuffende.

Ikke mindst fordi der, kort efter disse to udsendelser, blev vist to andre Operation X-udsendelser om vanrøgt af heste. Disse udsendelser fik megen opmærksomhed fra både politisk side, flere andre TV-stationer og aviser, som skrev meget indigneret om denne behandling og mishandling af hestene.

Der har senere igen været opfølgning på disse hesteprogrammer. Det er ekstra tankevækkende, fordi der ikke var synderlig interesse og ingen fokus på udsendelserne om mennesker med ekstra behov for hjælp. Men hestene og menneskene omkring disse fik meget opmærksomhed.

Vi skal være gode ved vores dyr - ingen diskussion om det. Hvad med vores medmennesker?

” Jeg kan ikke forstå, hvad en regering skal gøre godt for, hvis det ikke er for at hjælpe de svage. De stærke skal sgu nok klare sig.

Udtalt af Kim Larsen, sanger

Vi ønsker jer alle et godt nytår med større fokus, opmærksomhed og hjælp til vores målgruppe.

Edel og Bjarne Aarkrog



Lev Vestjylland inviterer til

TEMAAFTEN



onsdag den 6. marts 2024 kl. 19-21.30

Seksualitet hos mennesker med udviklingshandicap

Perspektiver på forebyggelse og håndtering af seksuelle overgreb

HUSET, Danmarksgade 13A, 7500 Holstebro

Oplægsholdere er specialkonsulent Lotte Avnby og psykolog Christina Gundgaard Pedersen begge fra "Landsbyen Sølund's" lærings- og videnscenter i Skanderborg. Vi inviterer pårørende og personale fra bosteder, dagtilbud, skoler og opgangsfællesskaber og lignende til en temaaften med oplæg og mulighed for spørgsmål til oplægsholderne.

Både medlemmer og ikke medlemmer af Lev er velkomne.

Der serveres kaffe/te med brød.

Det er gratis at deltage, men af hensyn til køkkenet ønskes der tilmelding **senest 1. marts 2024** til Edel Husted på tlf. 2245 8306 med sms eller på mail: aarkrogh@youmail.dk (hvis der ønskes allergikost, bedes dette oplyst).

Pladserne fordeles efter "først til mølle-princippet". Vi ser frem til, at der kommer mange interesserede til dette vigtige emne.



Lotte Avnby



Christina Gundgaard Pedersen

INVITATION TIL GUDSTJENESTE FOR UDVIKLINGSHÆMMEDE MED TANTE ANDANTE BAND

Lørdag den 13. april kl. 11 i Nørrelandskirken, Døesvej 1, Holstebro

Kom og oplev en gudstjeneste, hvor vi slipper fantasien løs, synger og hører musisk bibelfortælling. Gratis for alle!

Frokost efter gudstjenesten i kirkens menighedslokaler.
Pris 60 kr. (gratis for ledsagende personale).
(Ved tilmelding efter d. 27. marts er frokostprisen 70 kr.)

Skriftlig tilmelding til frokosten, **helst inden d. 27. marts kl. 12** på
e-mail: lenetrondheim@gmail.com eller SMS: 21 30 87 56.
Oplys: Bosted, antal brugere og ledsagere.

Pengene indsamles ved frokosten – bosteder betaler samlet med aftalt beløb.
Enkelt personer betaler med aftalt beløb.

På forhånd tak.

Gudstjenester for udviklingshæmmede arrangeres af pædagoger, repræsentanter fra Lev og andre personer med tilknytning til udviklingshæmmede fra den vestlige del af Viborg Stift.



Lev Vestjylland inviterer til Generalforsamling

Onsdag den 21. februar 2024 kl. 18.00
Huset Holstebro, Danmarksgade 13A, Salen



Program for dagen - ca. tider:

- 18.00 Ankomst.
- 18.00 Spisning – oplys ved tilmelding angående glutenfri eller laktosefri.
- 19.00 Vores ny direktør, Marie Louise Johannesen kommer med et lille indlæg.
- 19.30 Generalforsamling.
- 21.00 Kaffe med flødeskums-lagkage.
- 21.30 Afslutning.

Af hensyn til maden: Tilmelding senest d. 9. februar med navn og deltagerantal på: pej@lev-vestjylland.dk, tlf. 2873 8405 – gerne på sms.

Forslag til generalforsamlingen skal være bestyrelsen i hænde *senest onsdag d. 31. januar.*

Dagsorden:

1. Valg af dirigent og valg af referent.
2. Bestyrelsens beretning.
3. Det reviderede regnskab og forslag til budget til godkendelse.
4. Godkendelse af årshjul.
5. Behandling af indkomne forslag.
6. Valg for en periode af to år:
 - a. Kredsbestyrelsens formand
Poul-Erik Jensen, modtager genvalg.
 - b. Kredsbestyrelsens øvrige medlemmer:
Ole Trillingsgaard, modtager genvalg.
Inge-Lise Pilgaard, modtager genvalg.
Henriette Sværke Jakobsen, modtager genvalg.
Jens Christian Iversen, modtager genvalg.
Edel Husted, modtager genvalg.
Bjarne Aarkrogh, modtager genvalg.
Helene Madsen, modtager genvalg.
 - c. Suppleant:
Birtha Laursen, modtager genvalg
 - d. Revisor:
Leo Vajhøj, modtager genvalg.
 - e. Ny opstiller:
7. Eventuelt.

Lemvig Kommunes Handicappris 2023 blev givet til Leo Vajhøj

Årets handicappris 2023 i Lemvig Kommune gik til Leo Vajhøj, som er formand for Solsikkerne i Lemvig.

”Solsikkerne” er en forening bestående af frivillige, som er dedikeret til at støtte unge mennesker med særlige behov. Formålet er at skabe et mødested og et

fællesskab og sørge for masser af gode oplevelser til de handicappede. Med prisen til Leo Vajhøj fulgte et beløb på 2.000 kr. fra Lemvig Kommune.

Leo Vajhøj blev først involveret i frivilligt arbejde for 33 år siden, da hans søn, Jonas, blev født med Downs syndrom. Det var naturligt for Leo at deltage et sted, hvor unge mennesker som Jonas kunne tilbringe deres fritid. Han bemærkede, at der ikke var mange tilbud til denne målgruppe. Solsikkerne var allerede grundlagt, og der var muligheder for at understøtte og udvide dette tilbud. Derfor besluttede Leo sig for at hjælpe og har været en værdifuld del af foreningen lige siden.

Klart og konkret

Når det kommer til læring og erfaring i frivilligt arbejde, påpegede Leo, at det er vigtigt at have klare programmer og aktiviteter, da denne type medlemmer har forskellige behov og interesser. Han har lært, at det kræver tålmodighed og fleksibilitet at samarbejde med en bred vifte af mennesker med forskellige handicap.

Til dem, der overvejer at starte som frivillige f.eks. i et sted som Solsikkerne, så opfordrer Leo til at tage springet og opleve, hvad især denne målgruppe kan give tilbage. Og så er det bare en dejlig fornemmelse at opleve, hvordan ens indsats påvirker andre positivt.

Leo Vajhøj fortalte om sin overraskelse og påskønnelse ved at blive nomineret til Årets Handicappris. Han udtrykte taknemmelighed over, at hans arbejde og indsats blev anerkendt, og han bemærkede, at han fortsætter med at engagere sig, fordi han ser hvor meget det betyder.

Leo Vajhøj's bemærkelsesværdige bidrag til Solsikkerne er en inspirerende påmindelse om, hvordan frivillige kan gøre en betydelig forskel i andres liv. Han er uden tvivl en værdig kandidat til Årets Handicappris, og hans engagement og dedikation er et lysende eksempel for os alle.

En inspirerende påmindelse om, hvordan frivillige kan gøre en betydelig forskel i andres liv

For over tre årtier siden begyndte Leo Vajhøj sin rejse som frivillig for Solsikkerne, en forening dedikeret til at støtte unge mennesker med særlige behov. Hans engagement har siden været med til udvidelser af flere aktivitetstilbud samt en betydelig renovering af klubfaciliteterne. Alt sammen noget der beriger medlemmernes liv og skaber en varm og inkluderende atmosfære.

Udvidelse og renovering af Solsikkerne

Under Leo Vajhøjs ledelse er Solsikkerne blevet udvidet med flere aktiviteter og har gennemgået betydelige renoveringer for at sikre, at de fysiske lokaler er tidsvarende og tilgængelige for alle medlemmer og pårørende. Klubben holder ugentlige klubaftener, hvor Leo møder medlemmerne i en dialog og med stor respekt. Hans ledelse har ført til en varm og velkendt atmosfære, som medlemmerne og deres pårørende værdsætter.

Leo Vajhøj har også været initiativtager til at introducere nye og moderne aktivi-

tetsmuligheder for klubbens medlemmer, og har udnyttet sit omfattende lokale netværk til at sikre spændende og berigende klubaftener. Dette har inkluderet besøg fra lokale idrætsfolk, politi og brandvæsen for at aktivere, engagere og inspirere medlemmerne.

Leo Vajhøj fortæller, hvordan hans tid som frivillig har påvirket ham personligt. Han har bemærket, at det sociale element og samværet med mennesker med særlige behov i alle aldre og med forskellige former for handicap har givet ham meget tilbage. Det har styrket hans forståelse for mangfoldighed og deres ligefremme facon.

Betydningen af Solsikkerne

Når det kommer til betydningen af Solsikkerne og hans indsats, understregede Leo beskedent, at det ikke kun er ham, der har gjort en forskel. Foreningen blev

Fortsættes næste side



Leo Vajhøj

startet for over fire årtier siden og har siden da udviklet og forbedret sig, og han er glad for at have været en del af denne udvikling.

Han har set, hvordan de unge mennesker, der deltager i Solsikkerne, har haft glæde af det. De værdsætter fællesskabet og muligheden for at deltage i forskellige aktiviteter og udflugter. Under covid-19-pandemien blev det endnu tydeligere, hvor meget Solsikkerne betyder for med-

lemmerne, da de havde færre steder at gå hen og følte sig isolerede.

Leo Vajhøj fremhævede også den positive indvirkning af Solsikkerne på lokalsamfundet. Han nævnte, at foreningen har hjulpet med at skabe et inkluderende samfund og giver personer med handicap mulighed for at deltage aktivt i det lokale foreningsliv og tage del i lokalområdet ved f.eks. at besøge lokale virksomheder og institutioner.

”

Der er altid kontant afregning: Hvis man er kommet til at lave en lille fejl, så får man det at vide med det samme. Det gælder heldigvis også den anden vej, hvis man gør noget godt. Jeg kan faktisk rigtig godt lide den umiddelbarhed disse unge mennesker kommer med.

Leo Vajhøj



Levs landsformand, Anni Sørensen sender følgende tak til Hennes Majestæt Dronningen for hendes mangeårige protektorat for Lev.

På vegne af Handicaporganisationen Lev – Livet med udviklingshandicap, vil jeg hermed udtrykke min store tak for Deres indsats som Danmarks Dronning gennem 52 år.

Desuden vil jeg hermed udtrykke vores store taknemmelighed over Deres Majestæts protektorat for Lev.

De har været vores protektor siden 2001, og det er vi meget taknemmelige for.

De overtog protektoratet efter Deres mor, Dronning Ingrid, som også gennem sine 24 år som vores protektor betød meget for Lev, for mennesker med udviklingshandicap og for vi pårørende.

Jeg vil gerne takke for Deres interesse og opbakning til vores arbejde og for Deres smukke maleri af vores "Forglem-mig-øj" i 1988.

Jeg vil desuden endnu engang takke for Deres Majestæts nytårstale i 2021, hvor vi blev mindet om, at vi alle bør møde hin-

anden med forståelse og respekt – også mennesker med handicap. Lev arbejder for mennesker med udviklingshandicap og deres pårørende, og mange af vores medlemmer oplever at blive set ned på eller slet ikke at blive set.

Derfor er vi så taknemmelige for, at Dronningen minder hele Danmark om, at vi alle bør opføre os ordentligt – med forståelse, varme og respekt overfor hinanden – også mennesker med handicap.

Foreningen Lev ønsker Deres Majestæt og Deres familie alt godt i fremtiden

Med venlig hilsen Anni Sørensen

Temadag med Malene Gerd Pedersen i Bakkehuset Videbæk

Søskende er også pårørende

Lørdag den 4. november 2023 blev der afholdt en temadag i Bakkehuset Videbæk: "Søskende er også pårørende" med Malene Gerd Pedersen.

Malene Gerd Pedersen har specialiseret sig i vejledning til forældre og i at sætte fokus på, og skabe tilbud og fællesskaber til søskende til børn, unge og voksne med handicap.

Malene har forfattet en bog "Sondemad og Flødeboller". En bog med historier om 15 personer mellem 8 og 64 år.

Syv søskende havde tilmeldt sig dagen samt 9 andre pårørende.

Efter introduktion og fremvisning af en film som oplæg, deltes vi i to grupper. Gruppe 1 med de yngre pårørende og gruppe 2 med andre pårørende.

Gruppe 1 sammen med Malene Gerd Pedersen havde nogle små opgaver, de drøftede med hinanden. Gruppe 2 havde nogle spørgsmål, som Malene havde med og dem drøftede vi med hinanden.

Der var opsamling og afrunding i plenum ved Malene.



Malene Gerd Pedersen

Der blev kort vendt nogle af de ting, der fylder i hverdagen som pårørende til handicappede. Både gode og dårlige. Til afslutning fik vi lidt mad og drikke og en masse snak.

Alle gav udtryk for, at det havde været nogle gode timer.

En af søstrene har givet udtryk for, at det var givende, som søster til en handicappet. Og da hun selv har et barn med

diabetes, tænker hun, at emnet også kan bruge i den forbindelse til en tilsvarende dag.

Hun syntes, at det måske kunne være et godt tilbud med sådan en dag, når der kommer nye i systemet. Også for de der har været i systemet længere, kan udveksle erfaringer.

Center Bakkehusets Venner og Pårørenderådet v/ Bakkehuset Videbæk

Musik skaber glæde og samhørighed

Klokken er 10 og en masse forventningsfulde mennesker sidder klar til det store arrangement. 20 deltagere har meldt sig til at skulle synge for deres kollegaer.

Det hele startede med, at vi oplevede at flere af borgerne i huset gerne ville optræde med en sang, så vi greb ideen og inviterede til et arrangement kaldet "stjerne for en formiddag".

15 stillede op i første omgang. Nogle var dog ikke helt trygge i at skulle synge alene, så de fandt en som de kunne synge med. Så var trygheden skabt.

Publikum var super gode og klappede stort af alle deltagere. Der var ingen præmier, for alle var vindere. Man kunne nærmest se, hvordan folk voksede med opgaven.

Efter et par uger kom en borger og spurgte, om vi ikke skulle gøre det igen og så kalde det "julestjerne for en formiddag". Jeg kiggede på ham og spurgte, om han så ville være min med-vært og også synge. Det ville han gerne. Denne borger har aldrig været med til at synge eller optræde før, når vi har lavet noget i huset, men han synes det havde været et fantastisk arrangement sidste gang, så nu ville han også gerne være med.

Dagen kom, og de 20 deltagere sad klar og lige så mange publikummer sad klar til at klappe og støtte de modige deltagere. Efterhånden som formiddagen skred frem, kom der flere glade og fantastiske deltagere til.

Musik og sang frigør kreative ressourcer, fordi det udfordrer os og opfordrer os til at bryde nogle grænser.

Sang er godt! Det viser forskning. Ikke bare bliver man glad, man sover også bedre og bliver mindre stresset, fordi kroppen

udløser endorfiner, som giver os overskud og får os til at slappe af rent fysisk.

Sang kan også give en intens følelsesmæssig oplevelse af at være "høj" – eller sågar transcendent oplevelser. Man kan komme igennem hele følelsesspektret, fra melankoli og vrede til glæde og jubel, og det kan give en emotionel forløsning. Men ikke nok med det, musik styrker også immunforsvaret og skærper vores koncentration, hukommelse og opmærksomhed.

Sang og musik er også et fantastisk redskab til at øve sig på både de personlige og sociale kompetencer.

Marc udtaler: "Jeg er nervøs hver gang inden jeg skal synge og foretrækker derfor at synge med en makker, men når jeg så er kommet i gang med at synge, så glemmer jeg al nervøsitet. Jeg bliver rigtig glad, når jeg synger og synes det er dejligt, når folk rigtig klapper af mig". Så på Værkstedet Lundgården i Ikast fortsætter vi med at synge af fuld hals.

*Skrevet af
Anja Braunschweig Chaluppa
2. januar 2024*

Se den muntre collage på de næste sider.





JULE-Stjerne for en for



middag



KANDIS

Kulturfestival 2024

Kulturfestival den 20. marts 2024
i Ringkøbing-Skjern Kulturcenter

Ringkøbing - Skjern Kulturcenter åbner kl. 8.30


Indgang A

Kl. 9.00 Velkomst med kaffe og rundstykker

kl. 9.30 Musikalske indslag

Kim Bernt Jensen

Djursland Folkehøjskoles musiklinje

 Djurslands Folkehøjskole

Kl. 11.00 Middag

kl. 12.00 KANDIS

kl. 13.00 Kulturfestivalen slutter.

Sidste tilmelding mandag den 11. marts 2024

Voksne..... 200 kr.

Børn (under 15 år)..... 100 kr.

Ledsagere Gratis

Morgenmad:

Kaffe med boller 42 kr.

Te med boller 42 kr.

Saftevand med boller..... 42 kr.

Frokost

Sandwich..... 42 kr.

Uspecificeret smørrebrød 24 kr.

1/2 liter sodavand..... 25 kr.

Lev Vestjylland

DISKOTEK

HVER GANG TORSDAG MED LIVEMUSIK PÅ FERMATEN

INFORMATION

- Du skal være fyldt 16 år.
- Du skal betale 20 kr. i entre.
- Fermatens garderobe koster 20 kr.
- Ledsager / personale GRATIS entre.

FLERE OPLYSNINGER

Herning: Inge-Lise Pilgaard, tlf. 3031 9290
E-mail: inge-lise.pilgaard@kreds.lev.dk

Holstebro: Edel Husted, tlf. 2245 8306
E-mail: aarkrogh@youmail.dk

Fermaten, Smallegade 4, Herning

East End, Østergade 18, Holstebro

2024



11. april East End, Holstebro
VÆR OBS PÅ DE NYE TIDER

15. august East End, Holstebro
VÆR OBS PÅ DE NYE TIDER

24. oktober East End, Holstebro
VÆR OBS PÅ DE NYE TIDER

Alle dage på East End er fra kl. 18.30-21.15

www.lev-vestjylland.dk

2024 FERMATEN

14. marts Band: Kaj og Stjerneerne

23. maj Band: Mariebjerg

12. september Band: Banditterne

21. november Band: Knudmoseskolen

Alle dage på Fermaten er fra kl. 19-21.30

Kunne I tænke jer
at spille på FERMATEN?
Ring til Inge-Lise og få en aftale.

Når du deltager i et LEV- Vestjylland-arrangement, accepterer du, at der bliver fotograferet og billederne bliver brugt på Facebook, i kredsbladet og på hjemmesiden



Vestjyske elever på højskole



Gensynsglæden var stor, da højskoleelever i sne og kulde mødte frem på Djurslands Folkehøjskole efter juleferien. Eleverne er fra hele landet, og de har det til fælles, at de har et udviklingshandicap og at de brænder for højskolelivet.

En del elever er fra Vestjylland – Lemvig, Hvide Sande, Viborg, Struer, Harboøre mm. - og gensynsglæden med elever fra København, Middelfart, Aarhus, Aalborg, Frederikshavn m.fl. er stor. På tværs af geografi, aldersforskelle og forskelle i funktionsniveauer har de nemlig formået at opbygge et helt særligt fællesskab. Og selvom det er dejligt at være hjemme på juleferie, savner de alligevel vennerne, fællesskabet, musikken og latteren på højskolen.

Søndag den 7. januar er juleferien slut, og glæden over at være tilbage i en hverdag med undervisning, samvær med kam-

merater og oplevelser er tydelig. En medvirkende årsag er måske, at der er faste forudsigelige rammer, og det giver overskud til at udfolde sig.

Nogle elever har set frem til at komme tilbage til deres linjefag, og andre vælger at udfordre sig selv, ved at prøve noget nyt.

Snakken går livligt blandt musikeleverne, som fra efteråret har kufferten fyldt med koncertoplevelser fra deres optrædere på højskolen, på stor scene i Aarhus Festuge og en optræden på Strøget i København. Som musikelev får man mulighed for at 'shine' og være stjerne i rampelyset. Engagementet og energien fra eleverne er exceptionel, når de optræder. Bag scenen mærker man, at fællesskabet og elevernes omsorg for hinanden er enestående.

Der er mange forskellige faglinjer og valgfag (idræt, friluftsliv, kunst, mad&have, iPad mm), og eleverne har forskellige grunde til at komme på højskole.

Nogle elever vælger at tage et eller flere år på højskole for at blive mere modne og selv-

stændige – altså som et skridt på vejen til at flytte hjemmefra, blive klar til at flytte i bofællesskab eller i egen lejlighed med støtte. De vælger højskolen for at få læring og et ungemiljø med masser af oplevelser.

Andre elever er mere livserfarne og er på højskole i en periode på 3 måneder, et halvt eller et helt år. De kommer for at få nye oplevelser, et frirum, ny inspiration, hvis de for eksempel har boet mange år i et bofællesskab eller i egen lejlighed.

Fælles for alle fremmødte elever er, at de ser frem til et forrygende højskoleophold. Et nyt år er i gang på højskolen, og stemningen er allerede i top

*Heidi Vølcker
(Lev Djursland og
Djurslands Folkehøjskole)*



Hyldest til de mest fantastiske medtrænere

Hanne Tronhjem og Rikke Bro Jensen fortjener så meget ros og anerkendelse, fordi de hver eneste tirsdag i håndboldsæsonen møder op i Struer Hallen. Her trænes der håndbold med en glæde og gejst, der er helt fantastisk.

Struer Handicap Håndbold har været med i 15 år, og de har begge to været med i de fleste år. Sammen med de to kan alt lade sig gøre.

Når håndboldsæsonen slutter, er de begge med på gå-/løbe-holdet, vi har hen over sommeren. Alle frivillige, jeg møder i håndboldhallerne, er nogle seje, skønne og fantastiske mennesker, der fortjener al verdens ros.

Jeg fremhæver Hanne og Rikke, fordi de er tæt på mig, jeg oplever dem hver tirsdag, hvor de giver så megen glæde og energi til os alle.

En ydmyg og glad medtræner Hanne Lillie



Fødselsdag på Center Bakkehuset i Videbæk

Søndag den 6. januar fejrede vi Winnies fødselsdag med musik og sang.

I samarbejde med kontaktperson og afdelingsleder havde jeg arrangeret 2 timers samvær med musik og sang med omsorgsmusikant Susanne Jensen Dahl. Det var for at give Winnie en oplevelse på sin fødselsdag sammen med de af de andre beboere, der havde mulighed for at komme i Multisalen med den nødvendige hjælp.

Hvis der var mangel på personale til at hjælpe, var det helt ok, at forældre kom med, når Susanne ville bruge en lørdag eftermiddag til at komme og spille og synge.

Winnies søster og jeg var enige om, at det kunne blive en god oplevelse for dem alle. Og det blev det. De fleste holdt ud i de 2 timer, hvad flere ansatte og Susanne ikke rigtig havde troet.



Det blev en god eftermiddag med musik og sang sammen med omsorgsmusikant Susanne Jensen Dahl.

Det var skønt at se den glæde, det gav hos borgerne. Og en god ting var, at man kunne ønske sange og melodier, man kendte.

En anderledes lørdag eftermiddag for beboerne. Det var det også for nogle personaler. At se og opleve beboerne mødes sådan, og at se glæden smitte af imellem dem.

Hilsen en glad beboer, søster og mor

Besøg på Fenskær Efterskole

En skøn dag i november havde jeg den store fornøjelse at være chauffør for Anette Kjær fra Struer Handicap Håndbold. Hun skulle, sammen med Anette Svejstrup fra Parasport Danmark, lave et træningsforløb og efterfølgende holde et lille oplæg om håndbold, for elever på Fenskær Efterskole.

Det vil sige, det kunne være en hvilken som helst sportsgren, det drejede sig om. Sport behøver ikke at være på eliteplan. Sport er noget, alle kan deltage i. Det drejer sig om at finde den sportsgren, man synes passer til en. Finde det kammeratskab sporten også kan byde ind med. Hvis man dyrker sport, og får en masse grin og glade stunder, kan man sagtens glemme at det kan være lidt hårdt. Om du vil løbe, gå, cykle, spille bold eller noget helt andet, er op til dig. Kommer du først i gang, er jeg sikker på du får meget mere end kun sporten, og det er mindst lige så vigtigt.



At være en del af en holdsport kan, ud over motionen, give fællesskab, selvtillid, sejre individuelt og sammen – og forhåbentlig også bare hygge med andre, der har samme interesse som en selv.

Pointen fra Parasport Danmark er at udvide kendskabet til alle de klubber, der er i landet, der har åbnet dørene for alle – med eller uden handicap.



Parasport Danmark har kendskab til alle klubberne, og kan altid være behjælpelig med adresser og kontaktpersoner.

*Hilsen Hanne Lillie
Håndboldtræner
og engang imellem chauffør*

Håndbold på Lyngs Efterskole

Tirsdag den 24. oktober var der inviteret til håndboldtræning til de, der kunne komme til Lyngs Idrætsefterskole til et par timers håndboldtræning.

Eleverne skulle stå for træningen, der blev trænet, kigget på, og vi fik nye ideer. Det var fra kl. 16 til 17.30, der blev trænet, derefter brusebad og en let gang aftensmad, inden vi sagde tak for i dag. Man skulle selv finde ud af at komme derop, enten jeres institution, forældre eller andre, der evt. kunne hente og bringe. De der ville være med skulle give Hanne besked. – De af holdkammeraterne, der ikke var på Facebook, skulle de hjælpe med opslaget.

Hanne



Special Olympics håndbold

Sæsonen er også i gang i region 1

Lørdag den 14. oktober var Struer Handicap Håndbold vært ved årets divisionsstævne.

Der kom spillere og trænere fra: Frederikshavn, Viborg, Skanderborg, Ebeltoft og Vejlbj Risskov – og sammen med Struer fik vi gang i sæsonen.

Dette første stævne drejede sig om at få inddelt holdene i den rigtige pulje. Det er en opgave, udvalget har. Spillerne er bare så glade for endelig at komme i gang, og de tænker ikke meget over bedømmelsen.

Der kan godt være problemer, f.eks. at et A-hold møder et C-hold, eller et hold ikke har spillere nok.

Det er nok det, der er mest fantastisk, for de problematikker løses stille og roligt

på stævnedagen. Det C-hold, der skulle møde et A-hold, lånte en af A-holdets spillere. Selv om hun skulle spille mod sit eget hold, løste hun det til UG, og var med til at gøre spillere på C-holdet gode. Så er det, for mig, håndbold på et højt plan. Alle vil rigtig gerne vinde, men når vi står med de enkelte problemer, er alle også klar på at løse det sammen. Den sejr, den enkelte oplever til træning og til kampe, den er helt ubeskriveligt.

Jeg kunne ønske at mange flere ville tage ved lære af alle vores superskønne og gode håndboldspillere, og den måde at være med til at løse problemerne/udfordringerne på er så flot. Den glæde og gejst når de går på banen, og også deres – i topklasse – måde at være på udenfor banen, er enestående.

Jeg føler mig utroligt privilegeret at få lov til at dele deres oplevelser med dem. Må også lige nævne, at når vi mødes til stævnerne, så møder jeg også de super skønne og fantastiske trænere fra de andre klubber, og hver eneste krammer, hilsen og smil gør bare denne verden til et bedre sted.

Vi har heldigvis en dejlig sæson foran os, og jeg ser frem til hvert eneste stævnedag, også selvom vi kører langt. Det gør ikke noget. Hygge i bussen og derefter hygge i hallen.

Ja, hvor heldig er man lige.

*Hanne Lillie
Struer Handicap Håndbold*



Idrætsklubud i LEV-Vestjylland's kommunekredse

Redigeret af Jørn Erik Simonsen, idrætskonsulent ved Parasport Danmark

Herring

Idræt	Håndbold	Håndbold	Fodbold	Floorball	Svømning	Badminton	Gymnastik
Forening	Gullestrup GBIF	Kolund/Lind GF	Hammerum IF	Herring Pirates Floorball Club	Herring Svømmeklub	Sap Handicap Idræts Forening	Sap Handicap Idræts Forening
Aldersgrupper	Børn + voksne	Børn	Børn + voksne	Børn + voksne	Børn	Voksne	Voksne
Kontakt	Lise-Lotte Damkjær Eriksen	Thomas Pedersen	Carsten Sjørørd	Elisabeth Troj Rasmussen	Ole Suhnsen	Mette Nilsen	Mette Nilsen
E-mail	lottegole@webspeed.dk	thomas.pedersen@unlver.com	carstens@bjp.dk	etjprivat@gmail.com	os@herringgk.dk	sohm@dlaakon.dk	sohm@dlaakon.dk
Telefon	40 32 28 18	27 88 71 89	61 55 04 74	22 73 64 20	42 14 30 55		

Holstebro

Idræt	Håndbold	Bowling	Gymnastik	Svømning	Fodbold
Forening	TTH Holstebro	Keglen	HGF	Holstebro Svømme club	FC Fri Special
Aldersgrupper	Voksne	Børn + voksne	Børn	Børn + unge	Børn
Kontakt	Søren Frøjk	Henrik Borg	Bodil Kvist	Troels Iversen	John Olsen
E-mail	sofroejk@mail.dk	henriks@brevkasse.net	Bodil.kvist@normal.com	formand@hsc-holstebro.dk	john@vest.dk
Telefon	20 29 74 53	21 74 33 09	40 20 62 48	29 66 31 02	

Ikast/ Brande

Idræt	Golf	Riding	Hockey/Floorball	Svømning	Bowling	Aletik	Boccia	Golf	Gymnastik	Håndbold
Forening	Ikast Tullamore Golf Club	Højris Rideklub	Handicapridestklubben Skjold	Handicapridestklubben Skjold	Handicapridestklubben Skjold	Handicap Idræt 88	Handicap Idræt 88	Brande Golfklub	Handicap Idræt 88	IFS Håndbold
Aldersgrupper	60+	Børn + voksne	Børn + voksne	Børn + voksne	Børn + voksne	Voksne	Voksne	Voksne	Voksne	Voksne
Kontakt	Lars Trillinggaard	Karin Lindved	Jim Christensen	Elisabeth Pedersen	Inger Svendsen	Ellen Hansen	Ellen Hansen	Jette Skott Kristensen	Ellen Hansen	Søren Sørensen
E-mail	info@kasttullamoregolf.dk	karin.lindved@njrk.dk				e@hansen.mail.dk	e@hansen.mail.dk	handegolfklub@brandegolfklub.dk	e@hansen.mail.dk	s158en@gmail.com
Telefon	24 24 88 81	21 44 86 48 (E: kl. 16.00)	23 44 44 39	20 81 58 83	20 72 59 64	75 76 15 29	75 76 15 29	97 18 21 79	75 76 15 29	29 48 09 66

Lemvig

Idræt	Håndbold	Boccia	Floorball	Svømning	Bowling	Fodbold	Gymnastik
Forening	NNEH Håndbold Klub	Solsikke	Solsikke	Solsikke	Solsikke	Lemvig Gymnastikforening	Lemvig Gymnastikforening
Aldersgrupper	Voksne	Voksne	Voksne	Voksne	Voksne	Voksne	Børn og unge
Kontakt	Ib Andersen	Erik Jensen	Erik Jensen	Erik Jensen	Erik Jensen	Hanne Sig Weibel	Hanne Sig Weibel
E-mail	ib.vindrup@gmail.com	fabjerg@spardk	fabjerg@spardk	fabjerg@spardk	fabjerg@spardk	hannesig.weibel@gmail.com	hannesig.weibel@gmail.com
Telefon	29 82 25 28	26 91 85 24	26 91 85 24	26 91 85 24	26 91 85 24	20 24 12 21	20 24 12 21

Struer

Idræt	Håndbold	Skydning	Svømning	Bowling	Riding	Håndbold
Forening	Struer Håndbold	Olympia Struer	Olympia Struer	Olympia Struer	Olympia Struer	Resen KFUM - Lykkefjega
Aldersgrupper	Voksne	Voksne	Børn + voksne	Børn + voksne	Børn + voksne	Børn
Kontakt	Birthe Nilsen	Ketty Andersen	Cerda Entkjær	Cerda Entkjær	Cerda Entkjær	Rikke Bjergager Gade
E-mail	post@struerfh.dk	kja@vestpost.dk	gerdaentkjaer@gmail.com	gerdaentkjaer@gmail.com	gerdaentkjaer@gmail.com	rikkebjergagergade@gmail.com
Telefon	42 15 49 08	23 42 09 71	22 31 83 76	22 31 83 76	22 31 83 76	40 52 57 23

BESTYRELSEN



**Bestyrelsesmedlem
Formand**
Poul-Erik Jensen
Tlf. 2873 8405
Email: pej@lev-vestjylland.dk



**Bestyrelsesmedlem
Kasserer**
Ole Trillingsgaard
Tlf. 2765 4345
Email: olemvig@gmail.com



**Bestyrelsesmedlem
Stedfortræder
Handicaprådet Herning,
Bestyrelsen for
Knudmoseskolen
Sekretær**
Inge-Lise Pilgaard
Tlf. 3031 9290
Email: mmm_pilgaard@hotmail.com



Bestyrelsesmedlem
Bjarne Aarkrogh
Tlf. 4086 4506
Email: aarkrogh@youmail.dk



**Bestyrelsesmedlem
Aktivitetsudvalg**
Edel Husted
Tlf. 2245 8306
Email: aarkrogh@youmail.dk



**Bestyrelsesmedlem
Stedfortræder
Handicaprådet Lemvig
Aktivitetsudvalg**
Henriette Sværke Jakobsen
Tlf. 6175 6724
Email: smedshauge@mail.dk



**Bestyrelsesmedlem
Medlem af Handicaprådet
Lemvig Kommune**
Jens Christian Iversen
Tlf. 9783 4736
Email: dammen07@hotmail.com



**Bestyrelsesmedlem
og medlem af
handicaprådet i Ringkøbing-
Skjern Kommune**
Helene Madsen
Tlf. 2286 4423
Email: heleneam58@gmail.com



Suppleant
Birtha Laursen
Tlf. 2238 3175
Email: birthalaursen@live.dk



Redaktør
Bjarne Aarkrogh
Tlf. 4086 4506
Email: aarkrogh@youmail.dk
bladet@lev-vestjylland.dk

ANDRE MEDLEMMER I HANDICAPRÅDET



**Holstebro Kommune
Medlem af Handicaprådet**
Maja Lykke Groth (DH-medlem)
Tlf. 2578 7476



**Struer Kommune
Medlem af
Handicaprådet**
Lykke Zobbe
Tlf. 2781 3135



**Kontaktperson
Ikast-Brande Kommune**
Lene Bjørn
Tlf. 5150 0918
Email: lenebjorn51@gmail.com



**Studiekreds om udviklings-
hæmmede og kirken,
Viborg Stift**
Bjarne Aarkrogh
Tlf. 4086 4506
Email: aarkrogh@youmail.dk



**Udvalg ved Nørrelands Kirke,
Holstebro
Gudstjenester for
udviklingshæmmede
Kursusudvalg**
Margit Donslund
Tlf. 9787 5737
Email: mdo@stgym.dk

VIL DU VÆRE VEN MED ET MENNESKE MED UDVIKLINGSHÆMNING?

Lev Venner - Holstebro

Poul-Erik Jensen
Formand for Lev Vestjylland om Lev Venner
Tlf. 2873 8405
Email: pej.dalgaard@gmail.com

Lev Venner - Ikast-Brande

Lisbeth Wium Andersen
Frivillighedskoordinator
Psykiatri- og Handicapområdet i Ikast-Brande
Tlf. 9960 3177
Email: liand@ikast-brande.dk

ADRESSER OG TELEFONNUMRE

Lev's Rådgivningstjeneste

Tlf. 80 38 08 88 (LEV betaler samtalen).
Telefonrådgivningen, for medlemmer, er åben kl. 10-12:
mandag, tirsdag og onsdag. Udenfor åbningstiderne
kan rådgivningen kontaktes pr. mail evt. med ønske
om et telefonopkald.
E-mail: raadgivning@lev.dk
Du kan læse mere om LEVs rådgivning på www.lev.dk

Lev's Aftenrådgivning

Hver tirsdag fra kl. 19.00-22.00. Tlf. 2851 5252.

Gaver og bidrag til LEV's arbejde:

Konto: 5332 0245153.
MobilePay: Tlf. 3044 9158.

DUKH rådgivning

Har du brug for hjælp eller rådgivning vedrørende
udviklingshæmmedes særlige problemer og behov,
kan du gratis henvende dig til: Den Uvildige Kon-
sulentordning om Handicapområdet "DUKH", der
kan træffes på tlf. 7630 1930. Se mere på www.dukh.dk

Arbejde og uddannelse

Lev's Klap projekt: www.klapjob.dk

KLAP har til formål, at få mennesker med kognitive
vanskeligheder, på førtidspension, ind på det ordinære
arbejdsmarked.

UU-Nordvestjylland Ungdommens

Uddannelsesvejledning
www.uu-nordvestjylland.dk

TV GLAD: www.tv-glad.dk

Fritid

handicapfritid.dk

Parasport Danmark

Dansk Handicap Idræts-Forbund
Skottenborg 12-14, 8800 Viborg, tlf. 5159 7272
www.dhif.dk - Team Nord.