

DANSK HANDICAP FORBUND



Aarhus / Randers Afdeling



Foto: Tina Lauridsen

Under skyerne er himlen altid grå

Af Rikke Kastbjerg

Det er sommer, og solen burde skinne fra en skyfri himmel. Men når jeg kigger ud af vinduet, bliver jeg mødt af en dyne af grå skyer.

Det er stort set den samme følelse jeg får, når jeg kigger på de forhold, som det danske samfund tilbyder mennesker med handicap. Det er efterhånden svært at bevare optimismen i det handicappolitiske arbejde, så for mig at se er arbejdet og den fælles indsats vigtigere end nogensinde.

I forsommeren blev vi i afdelingen gjort opmærksom på, at flere af vores medlemmer havde modtaget brev fra Voksen Handicap, Aarhus Kommune, om oprettelse af et BPA-team. I brevet bad kommunen borgerne om at udfylde en samtykkeerklæring »til at indhente relevante oplysninger.«

Derudover gav Voksenhandicap udtryk for, at formålet var at give opfølgningen et kvalitetsløft med fokus på trivsel, arbejdsmiljø og selvstændig tilværelse.

Det var svært at tro på formålet i lyset af, hvad der ellers foregår, og samtykkeerklæringen oplevede vi ikke som et kvalitetsløft. Derudover var det heller

ikke beskrevet præcist, hvad samtykkeerklæringen skulle bruges til. Brevet blev opfattet af vores medlemmer som en trussel - ikke en positiv opfordring til samarbejde.

På baggrund af brevet formulerede handicappolitisk udvalg en skarp kritik, som jeg sendte til Aarhus Kommune.

Heldigvis var DHF ikke den eneste organisation, der reagerede og kontaktede Aarhus Kommune med kritik. Resultatet blev, at kommunen trak deres brev tilbage. Ifølge Voksenhandicap var der sket en meget beklagelig, administrativ fejl. De besluttede derfor at tilbagekalde og annullere alle samtykkeerklæringer.

Kampen er sikkert ikke slut endnu, men dette viser, at det kan betale sig at protestere, når noget ikke er i orden.

Rikke

Nyt stort svømmebad i Randers

Af David Holmberg, formand for Handicaprådet i Randers Kommune



Byrådet i Randers Kommune godkendte på deres møde den 18. juni 2012 en aftale om at opføre et nyt stort svømmebad i Randers by på Viborgvej tæt ved

Randers Stadion. Byrådsbeslutningen om svømmebadet er kompliceret at blotlægge, fordi der er tale om et såkaldt OPP-projekt og »OPP« står for offentlig-privat-partnerskab, hvor den offentlige instans her selvsagt er Randers Kommune.

I forbindelse med udbuddet kom der kun ét tilbud, og det var fra Leisure Danmark, som med en 30-års kontrakt blev valgt til »at finansiere, projektere, opføre, eje og drive svømmebadet, og så får Randers Kommune brugsret til et antal timer mod en fast årlig betaling. Tilbudsgiver køber den udbudte grund og opfører en bygning, hvor der i to særskilte komplekser etableres dels et svømmebad dels et fitnesscenter« (citeret fra dagsordenspunktet). Videre om projektet står der:

»Projektet omfatter en bygning langs

Viborgvej indeholdende i stueplan et 50 meter bassin, et varmtvandsbassin, en morskabsafdeling, omklædningsafdeling og caféområde samt på 1. sal en wellnessafdeling med yderligere et varmtvandsbassin samt en fitnessafdeling«.

Opsummerende får svømmebadet: 50 meter bassin med otte baner og med 200 tilskuerpladser på den ene langside; varmtvandsbassin til terapi på 8*13 meter; morskabsafdeling med et bassin på 278 m² med spaområde, to vandruksjebaner, boblezone, modstrømsbane, babybassin på 70 m² og udendørsbassin på 60 m². På 1. etage (og der kommer elevator) er der varmtvandsbassin på 6*10 meter placeret i wellnessafdelingen samt forskellige saunaer og dampbade; udendørs saunahave med sauna, pejs og solpladser. Fitnessafdelingen etableres selvstændigt, og den indgår ikke i Randers Kommunes brugsret.

Handicaprådet har nedsat en følgegruppe, som inddrages i alle de forhold, der vedrører personer med handicap og tilgængeligheden i svømmebadet. Der er dog entydigt i kravspecifikationerne stillet en række

krav til faciliteter og tilgængelighed. Og allerede på nuværende tidspunkt er der diskuteret parkeringspladser, indgangsparti, højde på dankortautomat, opladere til minicrossere/el-scootere, handicapomklædningsrum, lifte til bassiner, elevatoren, handicaptolletter, saunadørs bredde osv. osv. Jeg er derfor fortrøstningsfuld omkring, at svømmebadet bliver et svømmebad for alle, som det også er tiltænkt, og at svømmebadet dermed bliver et godt og tilgængeligt sted for personer med handicap.

I alt koster svømmebadet 214 mio. kr. Randers Kommune har dog ingen

omkostninger til at etablere svømmebadet, men kun de løbende udgifter på ca. 12 mio. kr. årligt til leje af timer i svømmebadet (5.280 timer årligt) og til andre omkostninger. Misligholdes kontrakten væsentligt og/eller går den private partner konkurs, er Randers Kommune forpligtiget til at overtage (købe) svømmebadet til den favorable pris af 116 mio. kr., der efter tre års drift nedsættes løbende.

Se plancher med billeder og plantegninger af svømmebadet i bilagsmaterialet til dagsordenspunktet, som findes på randers.dk. Svømmebadet forventes at stå klar til brug i august 2014.

Mad med Mille fortsætter til efteråret

Den tredje onsdag i måneden mødes vi, laver mad og spiser sammen. Alle kan være med: Hvis du ikke lige selv kan pille løg, kan din hjælper, og hvis du ikke har hjælper, kan du holde dem, der piller løg, i ørerne.

Det foregår i fælleshuset Myrholmsvej 85 i Viby fra kl. 17 til ca. 21.

Prisen er kun 50 kr., hjælpere spiser gratis med og drikkevarer kan du købe for en flad femmer eller selv tage med.

Efterårets datoer er: 10. oktober (flyttet en uge frem pga. efterårsferien) og 21. november. Husk at melde dig til senest aftenen før på m-lhahn@hotmail.com eller 61 60 97 27.

Vel mødt

Mille

Eksotisk træf

I september er der ingen Mad med Mille, men derimod et eksotisk træf på Fristedet i Skæring lørdag den 15. september. Arrangementet er i samarbejde med Montebellos Vennekreds og globale elever fra Egmont Højskolen. Detaljeret program og endelig pris fås ved tilmelding til Solveig på sol1920@gmail.com.



De foreløbige planer indebærer en eksotisk aften med mad og kulturindtryk til den sædvanlige favorable pris og hyggelige medvirken som i Mad med Mille, derudover kan man deltage i overnatning på Fristedet (begrænset antal pladser) og en tur til Verdenskortet ved Klejtrup med guidet rundvisning og madpakker. Har man ikke selv bil, vil vi forsøge at arrangere samkørsel.

Kalender

15. september	Eksotisk træf
8. oktober	Bestyrelsesmøde
10. oktober	Mad med Mille
18.-21. oktober	DHF kongres, afdelingen har fire delegerede og tre HB-medlemmer med, strategiplanen »Ind til kernen« skal debatteres og DHFs Arbejdsmarkedspris bliver uddelt.
8. november	Kunstbesøg på ARoS
17. november	Årsmøde i Region Midt
21. november	Mad med Mille

Legater i DHF Aarhus / Randers Afdelingen

Legaterne er beskedne og vil derfor ikke nødvendigvis blive uddelt hvert år. Størrelsen på legaterne vil max være på kr. 750,-

Feriefonden af 1976:

Dette legat kan søges af alle medlemmer af afdelingen, som deltager i afdelingens weekend- eller udlandstur. For at komme i betragtning, skal man være økonomisk dårligt stillet og ville deltage i arrangementet.

Mener du, at du opfylder kravet, skal du:

- Sende en ansøgning, med begrundelse, til afdelingens formand, senest én måned før deadline på arrangementet
- Vedlægge din sidste årsopgørelse

Du vil inden deadline få besked, om du er kommet i betragtning.

Mindelegat for fhv. viceborgmester H. P. Jensen og hustru Jessy:

Dette legat kan søges af alle medlemmer af DHF Aarhus / Randers Afdelingen. For at komme i betragtning, skal man være økonomisk dårligt stillet.

Mener du, at du opfylder kravet, skal du:

- Sende en ansøgning, med begrundelse, til afdelingens formand, senest den 30. september.
- Vedlægge din sidste årsopgørelse

Har du ikke hørt fra os i oktober, er du ikke kommet i betragtning.

Så er det igen tid for et besøg på Aros

Vi skal opleve både Edward **Munch** og Tony **Matelli**.

Datoen er fastsat til **torsdag den 8. november 2012.**

(Vi mødes kl. 16.45 i forhallen)

Vi har en guidet rundvisning fra kl. 17.00.

Rundvisningen har fokus på **Matelli** og varer en time.



Vores forslag er så lidt spising på ARoS og derefter ser vi på Edward **Munch** og andet godt.



ARoS har åbent til kl. 22 om torsdagen. Hvis det ikke er (for) koldt kan vi jo også gå en tur i »Your Rainbow Panorama«.

ARoS ligger på Aros Allé 2, 8000 Aarhus C (lige ved siden af Musikhuset).

Indgangsbilletten er gratis (afdelingen betaler).

Endelig tilmelding skal mailes til Per – per@perjac.dk – eller ringes på tlf. 23 82 42 11 senest en uge før, det vil sige torsdag den 1. november.

Glæd dig og vel mødt nok en gang!

Rolling Devils gjorde det igen!

Af Per Jacobsen, fotos: Tina Lauridsen

En lørdag sidst i maj måned var Tovshøjskolen ramme om dette års finalestævne i kørestolsfodbold. De lokale helte, »Rolling Devils«, måtte denne gang slide hårdere end de foregående år for at redde endnu en guldmedalje til klubben. Der er lidt usikkerhed om, hvor mange mesterskaber man nu er nået op på. Men det hævdes at være ikke under 8, skriver OTTE.

Ganske imponerende af de djævlé!

Finalemotstanderen var som så ofte før københavnerne, som denne gang fik pakket sig godt og grundigt sammen i en slags betonforsvar på mange hjul. Af samme grund nåede de (københavnerne) ikke frem til ret mange chancer for at score. De kunne velsagtens tælles på én hånd!

»Rolling Devils«, derimod, havde flere gode scoringsforsøg, men modstandernes forsvar holdt stand til omkring midt i anden halvleg. Så kom endelig den gode mulighed for at slå til med en scoring, sikkert sat/skubbet ind af Mark Kornerup Sam, holdets flittige målscorer.

Foran med 1-0, så var kampen i realiteten afgjort. »Devils« kunne nu blot pakke sig i forsvaret og trække tiden.

De senere år er både Aalborg og København blevet stærkere i spil og taktik, men det gik altså også denne gang for vores lokale djævlé. Man har nu kvalificeret sig til Champions League, i skrivende stund kendes dog hverken tid eller sted.

Dejligt med den store publikumsopbakning og den gode stemning.



Kørestolsfodboldturnering finale dagen

Vi skulle spille slutspillet i Aarhus - nærmere betegnet Tovshøjskolen i Brabrand.

Der var fire hold med - IH Aalborg Powersoccer, CPH. Bad Boys fra København 1, Tjørring Dolphins fra i nærheden af Herning og sidst - men ikke mindst vores eget hold Rolling Devils 1 fra Aarhus.

Vi vandt den første kamp en klar sejr på 6 - 0 over Tjørring Dolphins.

Derimod fik vi det som ventet meget svært mod CPH. Bad Boys, som også på papiret er nr. 2 herhjemme. Det blev 1 - 0 til vores hold. Det blev en spændende kamp fordi CPH. Bad Boys 1 har den mand (Oliver Berg Sørensen), som blev topscorer med 22 mål. Så ham skulle vi hele tiden passe på. Vi har dog en Mark Sørensen, som laver mål på samlebånd for vores hold med 18 mål i den forgangne sæson.

Vi takker for den massive publikum støtte som var lidt overraskende. Som man siger et massivt støtte giver en femte mand ekstra. Vi er jo normalt kun 4 spillere på banen ad gangen.

Så vi vandt mesterskabet igen = cirka 11. år i træk.

Vi får mere og mere modstand herhjemme. Og det mener jeg er sundt for sporten.

Næste sæson bliver slutspillet afviklet i København, hvor det kunne være dejlig, om nogle tilskuer vil tage turen derover for at støtte vores hold, og måske - hvis vi har heldet med os - har vi begge Århus hold med.

*Med venlig hilsen
Palle Düring*

Foto: Tina Lauridsen



Healt & Rehab Scandinavia bød på lidt af hvert

Af Rikke Kastbjerg, Foto: Arne Hansen

I slutningen af maj tilbragte jeg tre travle dage i Bella Centret i København. Her havde DHF en stand på Skandinaviens største messe inden for social- og sundhedsområdet.

Vores stand havde en ny placering i år - næsten i forreste række, så de besøgene så os som noget af det første. Det kunne vi mærke, og standen var godt besøgt. Ud over at informere om DHF og hvad vi kan tilbyde, satte standen fokus på det ulandsarbejde, vi laver. Kurve og smykker fra Afrika skabte en farverig og hyggelig atmosfære, og det lykkedes os at sælge en hel del.

For mig at se var det i år en lidt anderledes messe. Jeg oplevede, at flere af firmaerne var mere interesserede i at

tale med os og evt. samarbejde med os, end de har været tidligere. Helt konkret blev der skabt et samarbejde med Goloo, der står bag Årets Nyhed.

Goloo har udviklet et engangsbækken. Bækkenet er oprindeligt tænkt til hospitaler, plejehjem og lignende, men jeg ser også mulighed for, at vores medlemmer kan have det med de steder, hvor der måske ikke lige er et toilet i nærheden. Goloo har allerede oprettet en webshop, hvor produktet kan købes, - se mere på golooshop.com. Her finder du også et engangs-bækken, der kan sættes på en toiletstol.

Health & Rehab Scandinavia afholdes hvertandet år i Bella Centret i København. Jeg håber, vi ses derovre i 2014.



Vi vil jo gerne gøre det (bedre)

Af Solveig Hansen

- Det er jo et landsdækkende problem (det der med, hvordan medierne kan være meningsdannere med en skævridding af virkeligheden)... alle politikere er jo også oppe mod både et pres via deres kalendere men også alle de djøffere, der sidder talstærke og kan jonglere med tal og argumenter osv.

Sådan startede René sin karriere i DHFs lokalafdeling, da bestyrelsen og HPU sidste efterår havde indbudt til en drøftelse af, i hvilket omfang og på hvilke vilkår, han og afdelingen kunne tænke sig et fremtidigt samarbejde for at profilere borgere med handicap, imødegå det stigmatiserende billede af os som udgiftstunge og krævende og i stedet skabe forståelse blandt vores medborgere (og implicerede fagfolk) for vores livs begrænsninger og muligheder.

Claus Bjarne fremhævede brugerne af handicapkørsel (og sin egen gamle køleskabssag) til at illustrere, at vi jo sagtens kan finde cases til at målrette, at vi ikke skylder skylden på de slunkne kommunekasser eller på andre grupper af borgere (ikke engang djøffernes lønninger) men forholder os til aktuelle problematikker og manglen på kompensation og solidaritet.

René mindede os om, at de nedskæringer, der rammer bredt, naturligt vil have bevågenhed og få store menneskemængder til at troppe op til demonstrationer mod fx ringere vuggestuevilkår – mens fx borgere med handicap med yderst forskellige vilkår og behov, anbragte børn og unge og andre »små« grupper jo naturligt ikke har et massivt netværk til at støtte op om sagen.

Per foreslog, at René som noget af det første kunne »liste op« hvem på den lokale »Borgen« der kan være vores støtter i givne sager, kontakter i pressen/medierne, andre oplagte personer og instanser, der skal i vores netværk og på hvad måde, de skal plejes. Fodre medierne med, hvordan vi synes, noget kan vinkles; som ex de buschaufførers skure, der skulle være tilgængelige – hvorfor f.... ska' de skure være tilgængelige? Nej, hvorfor er vinklen ikke: »Hvorfor har vi et bus-selskab, der bygger ulovligt?«

René startede her en reel rådgivning:
- Brug en god tone, ring rundt til de 31 byrådspolitikere og forklar, hvilke konsekvenser en nedskæring vil medføre, spørg, om de er klar over....? Gi' dem noget at reflektere over. Eksemplet er Chr. Tiende-hjemmet, hvor på-

rørende gruppe og tidligere beboere samt personalet blev skudt i stilling og formåede at vende billedet og stemningen og afværge lukning.

René havde netop været på Christiansborg i fire uger – er jo førstesuppleant, - og kunne berette fra satspuljeforliget og overbragte den gode nyhed, at handicapkonventionens til lægsprotokol vil blive vedtaget i det kommende (indeværende) år. Vi glæder os over denne udvikling.

Jørgen L. bragte som eksempel fra Randersområdet, at kommunen var gået ind og havde skåret i hans BPA, 32 timer mindre om ugen, og det er jo umuligt at praktisere at ansætte hjælpere, der skal arbejde et par timer, gå et par timer osv. – men kommunen har tilladt sig at ridse op, hvor mange timer Jørgen må handle, deltage i møder og alle de andre, daglige gøremål, hvor Jørgen har brug for sin personlige hjælper. Andre opgaver kan løses af hjemmeplejen, så kommunen mener, de kan sætte en standard for sine borgere med hjælpebehov.

Vi kredsede meget om hjemtagning, hvor vi oplever, at kommunernes økonomi er afgørende for politikken på området, uanset deres fine forsikringer om, at de hjemlige tilbud er (mindst!) lige så gode.

René lovede at sende os det nye satspuljeforlig og et notat, der rækker tilbage til satspuljen 2008, et notat om, hvordan pengene to år efter rent faktisk var fordelt. Bloktilskud bliver på samme møde duttet (fordelt via nogle nøgletal) så der i princippet gives forholdsmæssige tilskud til eksakte ordninger, uanset om der er borgere, der har de berørte ordninger – og derfor også fordeles skævt på andre eksakte områder. Aarhus er fx den kommune, der har flest BPA-ordninger, men når satspuljemidlerne skal fordeles, får de kun en forholdsmæssigt mindre andel til udgifterne. Tiden løb (på efterårsmødet), så Per bad René om nogle tanker omkring ankesystemet, og René bedyrede, at han gerne ville ansættes, så løn og forventninger skulle jo også aftales....

HUSK!

Meld dig på vores mail-liste, så vi nemt kan finde dig, hvis der er et godt tilbud, der ikke nåede at komme i bladet. Skriv »DHF-mailliste« i emnefeltet og send den til m-lhahn@hotmail.com

Hold dig orienteret på vores hjemmeside: dhf-aarhus.dk om nye tiltag, arrangementer og nyheder.

Redaktionen

September · 21

Tilmeld dig allerede nu, hvis du vil være sikker!

Vi tager på medlemsweekend til Schleswig i maj/juni 2013

Vi er nu i gang med at planlægge den store medlemsweekend i 2013 og ikke alt er på plads, men det kommer det.

Foreløbig er det planen, at vi tager til Schleswig – Holsten og oplever noget af det gamle land. (Ak så tabte land).

Her er lidt til fantasien – husk på, at der stadig arbejdes på programmet:

Indkøb, besøge kirker, Gottorp Slot, Dannevirke, gåtur på havnen, udflugt til Friedrichsstad og ganske megen hygge.



Praktisk

Overnatning: Hotel Alter Kreisbahnhof i Schleswig

Ankomst: Fredag den 31. maj efter kl. 16
(Evt. ankomst allerede om torsdagen for interesserede)

Afrejse: Søndag den 2. juni efter brunch

Pris: Ikke fastsat endnu, men formentlig under en tusse.
Børn er med på halv pris. Hjælpere er gratis.

Hjælpemidler: På hotellet er der gode handicapværelser (to-mands).
Hvad der ellers er af hjælpemidler, finder vi ud af.

Forhåndstilmelding: til Per på per@perjac.dk eller på tlf. 23 82 42 11.
Helst på mail. Bindende tilmelding skal gives senest den 1. oktober.
(Tilmeldingen er efter først til mølle princippet).

Læs mere om hotellet på hotel-alter-kreisbahnhof-de

Siddende aerobic

I samarbejde med bl.a. PTU Østjyllandskredsen forsøger vi i Montebellos Vennekreds at samle en flok til uforpligtende samvær og supplerende træning. Hen ad vejen beslutter vi, hvor ofte vi vil mødes og om hvad. Vil du være med til at mødes på Fristedet i Skæring og træne fx Zumba, spille kongespil eller få pulsen op med siddende aerobic, så kontakt Solveig på 41 17 29 45 eller send mail til sol1920@gmail.com.

Cathrine Guldborg er landets eneste siddende aerobicinstruktør og hun har udgivet en DVD med træningsøvelser i siddende aerobic, der er træning for overkroppen. Træningen foregår på stol, bold eller i kørestol til musik i højt tempo. DVDen indeholder fire dele, som man kan afspille samlet eller hver for sig: Opvarmning/konditionstræning, styrke/muskelopbyggende træning med håndvægte, udstrækning og kort introduktion til siddende latin.

Siddende Aerobic, træningsDVD ved aerobicinstruktør, Cathrine Guldborg.

Instruktør: Lone Illum. Musik: MoveYa. Fotograf: John Mortensson. Optagelse: Skan Film. Location: Hillerød fysioterapi og træningscenter. Deltagere fra aerobicholdet i Lyngby Handicap Idræt. Spillelængde: 55 minutter. Udgivet 2012. Pris 149 kr. Købes på ryk.dk eller cathrine-guldborg.dk.

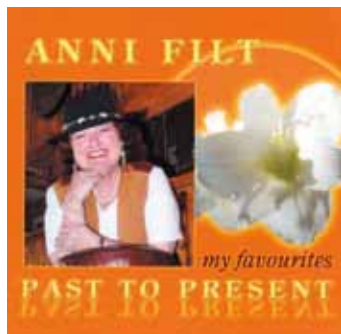


Støt vore annoncører - De støtter os

Mød Anni Filt

Kom og hør om det at have giggt og samtidig have livskvalitet og endda overskud til at underholde andre mennesker. Countrysangeren Anni Filt holder foredrag om et liv med giggt fortalt med humor og krydret med dejlige countrysange.

Efter en buffet med lidt godt til maven underholder Anni Filt med »en broget buket« og ønskekoncert med danske sange.



*Blot én af Annis
13 CD-udgivelser*

Tid: 11. september 2012 kl. 18:30

Sted: Ugelbølle Forsamlingshus, Overgårdsvej 4, Ugelbølle, 8410 Rønde

Pris: 60,- pr. person – husk også kontanter til drikkevarer og måske et par CDer

Arrangør: Gigtforeningens Randers-Djursland-kreds, Syddjurs lokalgruppe

Tilmelding til: Af hensyn til det praktiske er sidste tilmelding mandag den 10.09, gerne med navneangivelse, til Ida Christensen, mail: pic@email.dk

Tid at stresses ned

Har du brug for afspænding af sind og krop i en travl hverdag?

PTU har netop udgivet en cd med lette øvelser i afspænding og mindfulness. CD'en koster 80 kroner og kan købes på ptu.dk/shop

Du kan få en lille smagsprøve på CD'en på [youtube/RmKZa30VnSg](https://www.youtube.com/watch?v=RmKZa30VnSg)



On the road again

En flot portrætbog med fokus på BILEN. Bilister med bevægelseshandicap vil blive inspireret, og professionelle kan hente menneskelig indsigt og nyttig viden i RYKs bog: ON THE ROAD AGAIN - efter en rygmarvsskade. Gennem 16 portrætter berettes om en variation af praktiske løsninger og bilens personlige betydning, når man til daglig er begrænset af kørestolens hastighed og distance. Portrætteerne varierer mellem lange interviews og korte, personlige statements. Bogen er illustreret af fotograf Mads Eneqvist, der har fundet spændende locations til de mange og flotte helsidefotos.

104 sider. Pris 100 kr. + forsendelse.

Medlemmer af DHF kun 80 kr. + forsendelse.

Ved køb af 5 bøger kr. 80 pr. bog og ved 60 kr. pr. bog + forsendelse.

Bogen vil senere på året blive suppleret med en webbaseret bilguide på ryk.dk, hvor den kan bestilles online, eller man kan ringe på 39 29 35 55.



KOL-patient blev fri for hosteanfald og medicin

I årevis døjede Jonna Nielsen fra Kolding med kraftige hosteanfald forårsaget af rygerlunger. Nu er hun imidlertid – efter seks måneders brug af danskproduceret luftrensere – blevet hostefri og kan undvære inhalationsmedicin.

Jonna Nielsen har røget det meste af livet – og gør det fortsat, selvom hun for år tilbage fik stillet diagnosen KOL (rygerlunger). Den 48-årige alenemor fra Kolding vil stadig gerne stoppe med at ryge, men mærker ikke længere meget til at være KOL-patient. De kraftige hosteanfald og afledte muskelsmerter er nemlig gradvis forsvundet i løbet af et halvt års tid. Vendepunktet blev et besøg hos frisøren.

– Hun har en luftrensere stående, som forhindrer de skrappe hårprodukter i at skabe et dårligt indeklima i salonen. Ifølge hende havde samme maskine hjulpet andre af med vejtrækningsproblemer samt astmatiske og allergiske reaktioner, og hun mente, at luftrenseren også kunne hjælpe mig, siger Jonna Nielsen, der dog fra starten var skeptisk. – Jeg turde ikke tro på, at det lille apparat kunne gøre så stor nytte, beretter koldingenserens, der ikke desto mindre valgte at anskaffe to luftrenserne af typen Jimco MAC 500, der er på størrelse med en skotøjsæske. – Det var først og fremmest i håb om, at de ville gøre en forskel for mine børn, der blev udsat for dårligt indeklima pga. passiv rygning og skimmelsvamp i hjemmet. Det gjorde udslaget, at forhandleren gav mig mulighed for at få en luftrensere uforbindende på prøve i 14 dage.

Aldrig mere hosteanfald derhjemme

Efter at have anskaffet luftrenserne kunne Jonna Nielsen hurtigt mærke en bedring. – *Indeklimaet blev mærkbart bedre. Hosteanfaldene aftog i styrke, og de afledte muskelsmerter fortog sig. Alt i alt følte jeg mig langt bedre tilpas og fik mere overskud i hverdagen. I løbet af et halvt års tid ophørte hosteanfaldene helt, og det var ikke længere nødvendigt at bruge inhalationsmedicin. Til daglig mærker jeg ikke længere noget til, at jeg har KOL, fortæller koldingenserens, der er i dag er fuldstændig medicinfri – bortset fra, når hun er væk hjemmefra i længere tid.*

– Når jeg er væk i flere dage, er det stadig nødvendigt at bruge inhalator. Jeg bliver tung i hovedet og hoster, men slet ikke så voldsomt som tidligere. Problemet kan løses ved at medbringe en af luftrensere.

Dræber mikroorganismer og forbedrer indeklimaet

Jonna Nielsen glæder sig også over, at luftrensere har forbedret indeklimaet og reduceret røggenerne. – *Luften føles mere ren og frisk, og vi mærker ikke længere en kraftig røglugt, når vi træder ind i huset eller snuser til vores tøj. Ikkerygere, der kommer på besøg, kan heller ikke lugte, at her ryges. Allermest vigtigt er det, at børnene ikke generes af røgen på samme måde som tidligere,* siger hun.

Ifølge Kirsten Larsen fra AIR-TECH, som forhandler luftrensere, eliminerer de bl.a. bakterier, skimmel og pollen og forebygger således også smitte med eksempelvis influenza. – *Teknologien, som er patenteret af danske Jimco, har modtaget EU's miljøpris og anvendes af mange tusinde private, virksomheder og institutioner over hele verden. Ud over af personer med KOL, vejrtrækningsproblemer, astma og allergi benyttes de bl.a. til at fjerne lugtgener fra mados og brændeovne samt i sommerhuse, campingvogne og kældre,* oplyser hun.

Fakta om luftrenseren Jimco MAC 500

- Afhjælper vejrtrækningsproblemer og hoste samt øvrige reaktioner forårsaget af allergi, astma og KOL
- Reducerer lugtgener fra bl.a. rygning, brændeovne, madlavning, inkontinens, fugt og manglende udluftning
- Skaber et bedre indeklima og forebygger smitte
- Pris: kr. 3.500 inkl. moms
- Forhandler: AIR-TECH, tlf. 75 53 99 33, air-tech@air-tech.dk
- Læs mere på www.air-tech.dk

Parkeringsregler

Indehavere af et handicapparkeringskort har ret til at parkere på de særligt afmærkede handicappladser. Med parkeringskortets forside klart synligt i forruden, må man desuden parkere således:

- Indtil 15 minutter på steder hvor alene af- og pålæsning er tilladt, steder med parkeringsforbud samt gågader, hvis ærindekørsel er tilladt. Man må ikke overtræde standsningsforbud.
- Indtil 1 time på steder, hvor 15 eller 30 minutters parkering er tilladt.
- Tidsubegrænset på steder, hvor 1, 2 eller 3 timers parkering er tilladt - med mindre der på skiltet med handicapsymbolet er angivet en tidsbegrænsning. I givet fald skal denne følges og p-skiven indstilles.
- Tidsubegrænset på steder med billetautomat (parkometer eller parkomat) hvis man ved ankomsten betaler for det maksimalt tilladte tidsrum, der gælder for personer uden parkeringskort. Dette gælder IKKE på p-pladser, som »overvåges« af Europark / Q-Park.
- **Det er gratis at parkere på offentlige pladser** i byerne København, Hillerød, Gudhjem, Næstved, Odense, Svendborg, Kolding, Vejle, **Aarhus**, **Randers**, Silkeborg, Helsingør, Horsens, Aalborg og Skagen. Her skal du blot huske at indstille p-skiven.
- Er der ikke en handicapplads, eller er den optaget, gælder samme lempelser, hvis du parkerer på en almindelig parkeringsplads.

2- og 3-hjulede invalidekøretøjer skal anvende parkeringspladser beregnet for motorcykler.

På private områder som fx ved boligselskaber og indkøbscentre, hvor det er private firmaer, der står for kontrollen, skal man altid følge de regler, de skilter med. De fleste steder betyder det normal betaling og samme tidsbegrænsning som alle andre.

Ønsker du en afmærket p-plads ved dit hjem og/eller din arbejdsplads, skal du henvende dig til kommunen, hvis det drejer sig om offentlig vej. Er der tale om privat vej, skal du kontakte ejeren.

DHF's lokalafdeling - Bestyrelsen

Formand

Rikke Kastbjerg Østerby Alle 20 Tlf. 20 22 04 23
8310 Tranbjerg k@stbjerg.dk

Kasserer

Per Jacobsen Vosnæsparken 9 Tlf. 86 99 54 30
8541 Skødstrup Mobil 23 82 42 11
Medlem af det lokale beskæftigelsesråd per@perjac.dk

Bestyrelsesmedlemmer

Claus Bjarne Christensen Midvintervej 9 Tlf. 86 10 46 88
8200 Århus N info@handiplanplus.dk

Helle Szydowski Bymosevej 5 Tlf. 30 62 28 07
8210 Århus V hsz@aarhus.dk

Marie Louise Hahn (Mille) Myrholmsvej 31 Tlf. 61 60 97 27
8260 Viby J m-lhahn@hotmail.com

Jørgen Laursen Asser Rigs Vej 68 Tlf. 50 50 59 43
8960 Randers SØ joergen.laursen@live.dk

Suppleanter

Jørgen Arentoft Horsevænget 28 Tlf. 86 29 37 32
8310 Tranbjerg J jlarentoft@mail.dk

Thomas Dall Bymarksvej 3, Over Fussing Tlf. 25 34 50 57
8920 Randers NV thomasdall@mail.dk

Redaktør

Solveig Hansen Engvej 9 Tlf. 41 17 29 45
8560 Kolind sol1920@gmail.com

Afdelingens hjemmeside: dhf-aarhus.dk

Medlemsbladet

Bladet udgives af DHF Aarhus / Randers Afdeling.

Redaktør: Solveig Hansen - Ansvarshavende: Rikke Kastbjerg

Næste nummer af bladet udkommer i uge 45.

Materiale sendes til Solveig Hansen senest 8. oktober

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