

RYK

magasin
for rygmarvsskadede

4 · 2008 · 30. årgang



Danmarks største bilhus for biler med særlig indretning
- Vi har løsninger til ethvert behov.

Langhøj
konsulentteam

Hos os er professionalisme en selvfølge!



Hasselager Centervej 26 | 8260 Viby J
Tlf. 87 41 10 40 | Fax 87 41 10 41
www.langhoej.dk

LIFESTAND LSA Helium

SUPERLET KØRESTOL MED STÅFUNKTION...



Lifestand Helium er konstrueret til aktive og sporty brugere, som på egen hånd ønsker at komme op i stående stilling for at udføre praktiske gøremål. Sæde, ryg oprejsningsfunktion forhåndsindstilles til brugerens højde og vægt.

medema[®]

Medema Danmark AS · Telefon +45 70 10 17 55
Afdelinger: Herning · Køge · Odense
E-mail: info@medema.com · www.medema.dk

Få hjælp
til din hjælpeordning

Vi tilbyder dig hjælp til følgende:

Fuld administration af din hjælpeordning

- Rekruttering af hjælpere, der passer til dine behov
- Administration af løn og vagtplaner
- Erfarne og sundhedsuddannede rådgivere
- Sikkerhed for velkvalificerede vikarer

Lønadministration

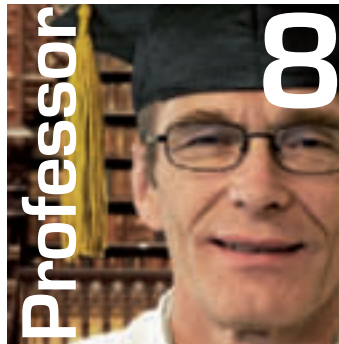
- Håndtering af alle lønforhold
- Kontrakt til hjælpere
- Forsikring af hjælpere
- Fast tilknyttet kontaktperson



HandicapHjælp
DANMARK

HandicapHjælp Danmark
Stationsalléen 42, 1. sal
2730 Herlev
Tlf: 88 88 71 71
www.hhdanmark.dk

Leder: Spil for galleriet	5
Tips & Tricks	7
21 spørgsmål til professoren	8
Hjælpeordning = BPA	12
Pain is temporary - pride is forever	14
Handicappede er ikke interessante	17
Mind over matter	18
Forskning i formålsløse smerter	20
En aften med Nanna Finnerup	21
Orientering fra Klinik for Rygmarvsskader	22
Nyt træningstilbud	22
Orientering fra Paraplegifunktionen	23
Gå Johnny	23
Læs med ørerne	24
KØBENHAVN – for alle ... eller ...?	26
Nye bilregler	29
Det var en sejr!	30
Forårsseminar: Hold da helt ferie!	32
Sid ned og ski	33
RYK'ter	34
Årets kunstner	36
Kort Nyt	38



Indhold



Foto: Martin Tanggaard



Kære læser

Julen står for døren, og med julen følger gaver. For de mange, der er afhængig af hjælp i dagligdagen, vil den nye hjælpeordning, BPA blive én af de store gaver i det nye år, for med den følger en række forbedringer. RYK! har set nærmere på, hvad BPA kommer til at betyde.

Vi har fået landets første professor udi rygmarvsskader. RYK! har snakket med Fin Biering-Sørensen om professoratets betydning for bl.a. den fremtidige rygmarvsskadebehandling.

Smerteforsker Nanna Finnerup forsvarer sin ph.d i denne måned. Læs om hendes forskning.

RYK! har snakket med den stolte, olympiske mester i svømning, Karina Lauridsen, der vendte hjem med en guldmedallje fra PL i Beijing, og vi har

set på mediedækningen af PL, der ikke afsatte mange timer til legene og de danske udrætsudøvere.

På årets sommerkursus på Egmont Højskolen deltog nyskadede Rita Christensen. Det fortryder hun ikke og anbefaler varmt andre nyskadede at tage med på sommerkursus.

“Hvorfor gå, når man kan flyve”, et statement den irske sangskriver og musiker Paddy Slattery lever efter. RYK! har besøgt Sofia Stensland, der er kunstneren bag RYKs gaver til samarbejdspartnere. Hun fortæller om, hvor hun henter inspiration til sine billeder. Og så har RYK! fulgt den nye tilgængelighedsrute sammen med Københavns nye projektleder på tilgængelighedsområdet.

Birgitte Bjørkman, redaktør

SPECIALOPBYGNINGER



HANDICAP

- Busser
- Personbiler



Allerede når du sætter dig ind i den nye VW fornemmer du, at det er *din* bil. Den personlige indretning, de ergonomiske hensyn og rummeligheden gør det nemt og bekvemt at bevæge sig rundt. Her er taget hensyn til det hele.



Vi leverer overalt i Danmark

Komfort + VW - den perfekte løsning...

I VW busserne er der tænkt på alt, som gør såvel kørslen som opholdet i bilen attraktiv.

Optimale pladsforhold, fleksibilitet og righoldigt udstyr gør køreturen til en oplevelse. Bl.a. kan rattet indstilles i højde og længde, integreret jostickgearstang gør den nem at nå og letter gearskiftet. Sådan kunne vi blive ved....

VW busserne fås i 3 udstyrsversioner.



Christian Rosendahl



Per Zoëga

Vi er specialister i opbygning og indretning af VW handicapbusser og tilbyder totalløsninger udført nøjagtigt efter dine ønsker og behov.

Kontakt Christian Rosendahl eller Per Zoëga for yderligere oplysninger på tlf. 7542 0600.



Villy Veirup as

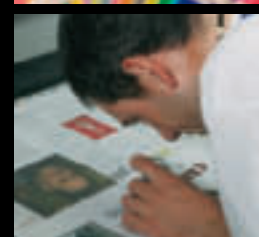
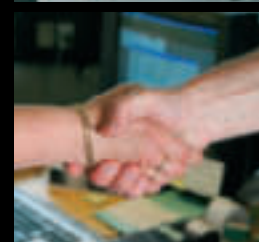
Industrivej 1 • 6760 Ribe • 7542 0600
www.vw-ribe.dk • ribe@volkswagen.dk



special-trykkeriet viborg a/s
GRAFISK PRODUKTION

Gå til specialisten...

- **Specialist i grafiske tryksager**
- **Tryk til tiden**
- **Overlad det trygt til os**



Det Europæiske Miljøagentur



EMAS-miljøregistreret

Livøvej 1 • 8800 Viborg • Tlf. 8662 4033 • Fax 8662 4675 • www.special-trykkeriet.dk • E-mail stviborg@stviborg.dk

Spil for galleriet



I forbindelse med beslutningen om, at Klinik for Rygmarvsskader i Hornbæk skal flyttes til Glostrup Hospital, er der blevet nedsat en arbejdsgruppe, der skal redegøre for behovene og give et forslag til den fysiske udformning af stedet. Der har været repræsentanter fra RYK, Hornbæk, Glostrup m.fl. Gruppen har haft et godt konstruktivt samarbejde, og der er blevet lyttet til vores erfaringer og ønsker.

Hospitalet i Glostrup har god gavn af at trække på vores og Hornbæks erfaringer, da de med klinikken får en helt ny udfordring end hidtil, i og med at de går fra at være et traditionelt hospital til også at være et rehabiliteringscenter. Resultatet af gruppens arbejde var et godt forslag til bygningernes indretning, som vi kan stå inde for.

Arbejdsgruppens oplæg til Region Hovedstaden var et center med 45 senge og en hal med plads til sportsaktiviteter. Efterfølgende er regionens økonomichef, Morten Rand Jensen kommet med et alternativt besparende forslag med 40 sengepladser. Flere sengekrævende områder er generelt blevet skåret i forslaget med 5-10 % over én kam. Det afspejler en fuldstændig ignorant holdning i forhold til de sundhedsfaglige argumenter, der ligger til grund for det oprindelige forslag. Der er udelukkende skelet til økonomien.

Meddelelsen om færre senge blev præsenteret for os på det sidste af arbejdsgruppens møder og vakte stor forundring. Region Hovedstaden har i dette forløb indtil videre været en tung organisation at arbejde med, og set fra et demokratisk synspunkt halter den alvorligt bagud i dialogen med brugerorganisationerne. Lige fra de indledende høringsrunder om hospitalsplanen har man ønsket saglige argumenter, men når det kommer til stykket, er det tilsyneladende spil for galleriet. Det er ikke, hvad man kan forvente i et moderne demokratisk samfund. Kommunalreformen har i dette eksempel betydet endnu større afstand mellem borgere og de besluttende politikere. Det må siges at være i skarp kontrast med intentionen bag reformen.

At spare på sengekapalet er dumt. Hornbæk har 45 senge i dag og behovet for større kapacitet bliver mere presserende i fremtiden. Den udvikling kan Hornbæk dokumentere. Så hvis man allerede nu skærer i antallet af sengepladser, bliver der et alvorligt problem i fremtiden, der så må klares med halvdårlige og dyre lappeløsninger.

Muligheden for at få en sportshal med basket- og rugbybane ser vi som en oplagt chance til at tiltrække rollemodeller for de nyttil-

skadede. En fast etableret flok af rollemodeller er en mangel i dag og kunne være en afgørende del af rehabiliteringen. Med en hal med plads til basket- og rugbybaner kunne man have en sportsforening fast tilknyttet til stedet, som dermed lettere kan komme i dialog med de indlagte og vise versa.

Arkitekten, der har udformet forslaget, er i sidste øjeblik – uden om os – blevet bedt om at udarbejde et forslag, hvor klinikken i Hornbæk først flytter ind senere, for at apopleksiramte og hjerne-skadede kan flytte ind i de lokaler, der senere skal bruges til rygmarvsskadede. Jo længere en flytning udskydes, des større mangel på personale bliver der på klinikken, fordi det personale, der ikke flytter med til Glostrup, vil søge andre steder hen, når de får muligheden. Tidsplanerne har svinget voldsomt siden den første udmelding om flytningen, og nu skabes yderligere usikkerhed for personalet. Desuden risikerer vi bare, at træningsfaciliteterne m.v.

ikke bliver optimale i forhold til vores gruppe. Hvorfor ikke bygge det hele færdigt, så alle de planlagte afdelinger kan flytte ind samtidigt?

Jeg opfordrer hermed regionens relevante embedsmænd og politikere til at gå i dialog om, hvordan der skabes en løsning, der tilgodeser de enkelte patientgruppers behov bedst muligt, i stedet for denne enerådende attitude, der bliver lagt for dagen. I skrivende stund afventer vi svar på et brev til Regionsrådet, hvor vi spørger til beslutningsgrundlaget, åbenhed i beslutningsprocesser og deres visioner for det kommende rehabiliteringscenter. Vi har god kontakt til enkelte regionspolitikere og vi slipper dem ikke!

Mikkel Bundgaard, formand

Se mere: ryk.dk/sundhed/spinalcentre

LEDER



udgives af RYK – Rygmarvsskadede i Danmark **Redaktionens adresse:** Birgitte Bjørkman, Syvendehusvej 61A, 2730 Herlev • tlf. 4498 8181/2625 8181 • mail: redaktion@ryk.dk **Redaktør:** Birgitte Bjørkman **Redaktion:** Birgitte Bjørkman, Janke Bondam, Gunnar Evers og Peter Marx **Korrektur:** Solveig Hansen **Layout og grafisk tilrettelæggelse:** Birgitte Bjørkman **Tryk:** Special-Trykkeriet Viborg as

Abonnement: RYK – Rygmarvsskadede i Danmark, Hans Knudsens Plads 1A, 2100 København Ø • tlf. 3929 3555, ma – to ml. 9-13 • mail: info@ryk.dk **Annoncesalg:** Mediaspace, mail: info@mediaspace.dk • mediaspace.dk **Forside:** Morten Bibow **Deadline nr. 1/2009: 1. februar 2009.**

RYK er den landsdækkende interesseorganisation af og for de 2500-3000 danskere, der har para- og tetraplegi. RYK udgiver medlemsbladet RYKI, håndbøger, pjecer, afholder seminarer og arbejder bl.a. for at forbedre behandlingstilbudene for rygmarvsskadede. RYK er en specialkreds i Dansk Handicap Forbund **Hjemmeside:** ryk.dk **Formand:** Mikkel Bundgaard, Frederiks Alle 28, 2, dør C, 8000 Århus C • mail: mb@ryk.dk • tlf. 8612 5363

Hovedsponsorer for RYK:



astratech.dk



handicare.dk



coloplast.dk

Wolturnus bygger skræddersyede kørestole, der passer nøjagtigt til dig



■ W5JR kan vokse med barnet, uden at stolen er tung og klodset .



■ Wolturnus costum built med drivhjul forrest, folderyg, armlæn (swing away)



■ Tukan fastrammekørestol m. justerbar fodstøtte, vægt fra 6,8 kg.
Fås også med justerbar bagaksel og folderyg.



■ W5 fuldsvejset fastrammekørestol, vægt fra 6,0 kg.
Fås også med justerbar bagaksel, fodstøtte samt folderyg.



■ WSD fastrammekørestol m. justerbare opklappelige fodplader,
justerbar bagaksel og folderyg. Fås også med fast bagaksel og fast ryg.



■ Dalton fastrammekørestol m. aftagelige svingbare benstøtter,
justerbar bagaksel, folderyg samt armlæn.

De viste modeller kan leveres med anti-tip, sideplader med skærm, armlæn, skubbehåndtag mm.

wolturnus

Wolturnus A/S • Halkærvej 24B • 9240 Nibe • Tel: 96 71 71 70 • info@wolturnus.dk • www.wolturnus.dk

Tips Tricks

Nem proptrækker



Denne elektriske proptrækker fra Peugeot er den perfekte gave til den, der selv ønsker at trække sin gode rødvin op – men ikke har kræfterne til det. Ved at trykke på den nederste dråbeformede knap fanges proppen og ved tryk på den øverste dråbeformede knap trækkes proppen ud af flasken. Julen er reddet! Ingen overbelastede skuldre, proprester i vinen eller ærgrelse over, at vinen slet ikke blev trukket op. Den elektriske proptrækker går under navnet Elis og er elegant udført i materialerne stål og akryl. Den er 20 cm høj og vejer 1445 gram. Pris 699 kroner. Der medfølger genopladelige batterier og lader i en flot gaveæske. Yderligere oplysninger på tlf. 6127 1764 eller boligfryd.com. BB



Praktisk "kurv"

Denne magasinholder faldt jeg over på kunstmuseet Louisiana. Jeg kom straks til at tænke på RYK's mange læsere. Her er en smart og praktisk kurv til opbevaring, og til at have med sig på skødet. Den har flad kvadratisk bund i skind – her er ingen generende dupper eller skarpe kanter, der skærer ned i låret. Designet er smart og enkelt udført i en lækker skindkvalitet. Den måler 34 x 34 x 31 cm og findes i følgende flotte farver: sort, brun, rød og natur. Design: Jørgen Møller. Vejledende udsalgspris: kr. 850,-. Læs mere på orskov.com eller kontakt tlf. 4919 4949. BB



Flavour Shaker

Jamie Olivers opfindelse erstatter en morter i køkkenet. Så har man lettere ved at ryste end at støde, så giver Flavour Shaker en fantastisk mulighed for at knuse og male ingredienser som hvidløg, krydderier, urter, nødder, mv. Og så er den fantastisk til at "pille" hvidløg. Så har man svært ved at pille skallen af hvidløgsfed, så er der her hjælp at hente. Du smider blot hvidløgsfedene i shakeren, ryster et par gange – og vupti! hvidløgsfedene er pillet! Flavour Shaker er to-delt med en indvendig keramisk kugle, der gør alt arbejdet med at knuse og hakke indholdet. Shakeren er nem at rengøre og tåler maskinopvask. Den findes i den klassiske model, der er sort/grå samt i to nye smarte farver, Red Hot og Olive. Fås i førende isenkræmmere over hele landet. Læs mere på flavourshaker.dk hvor der også findes spændende opskrifter. BB

Mobilt cocktailbord

Dette cocktailbord er på hjul og kan flyttes rundt, hvor der er behov for et ekstra anretterbord, eller når cocktail og chips til gæsterne skal ruller ind fra køkkenet. Bordet er enkelt designet og i glas og sort. Højden er 71 cm og bordpladen måler 35 x 63 cm. Bordet er set hos BoConcept og koster 1.999 kr. Ring for nærmeste forhandler tlf. 7013 1366 eller se boconcept.dk. BB



21 spørgsmål til professoren



I denne tid skriver Fin verdenshistorie. Intet mindre. Inden for lægevidenskaben. Af samme grund er USAs Nationale Sundhedsinstitut vilde med ham.

Det er stort, at vi nu har fået en professor i neurorehabilitering med fokus på rygmarskader. Men hvad betyder det egentlig? Det har vi spurgt den nyudnævnte professor Fin Biering-Sørensen om. Og hvem er Fin egentlig?

Tekst: Anders J. Andersen
Foto: Morten Bibow

Jeg ved på forhånd, at der vil blive ét vanskeligt sted i den mission, redaktionen har sendt mig ud på, når jeg skal interviewe klinikchef, overlæge, dr. med. og nu altså også professor i paraplegi, Fin Biering-Sørensen. Jeg skal kun have stof til én sølle artikel, men frygter at komme hjem med stof til en hel bog. Og mine bange anelser med at sortere alt det nedgrifede holder stik. Hvornår skriver nogen en bog om den mand?

Verdenshistorie

Inden vi overhovedet får taget hul på mine velforberedte 21 nedskrevne spørgsmål, sprudler Fin for at fortælle om et meget aktuelt projekt, som RYK!s udsendte reporter lidt dovent lytter til. For alle, der kender manden, ved, at en beretning om at Fin først skulle til et møde i London for derefter straks at tage videre til Washington, ikke er noget særligt. For Fin, altså. Men den sløve reporter fornemmer også en uro hos Fin: "... at det var hårdt ...". Det ligner ham ikke!

Og det kan nok være, at reporter-kuglepennen pludselig får travlt og begynder at flyve henover det blanke papir, da læsernes udsendte vågner af dosen og finder ud af, hvad Fin egentlig har gang i.

Kort om Fin

Født i 1948. Faren var læge og moren fysioterapeut. Læge i 1975 og siden 1986 overlæge på Hornbæk. Over 400 skriftlige arbejder. Gift med Maja, der også er læge. Har fire børn, hvoraf en er læge og to er medicinstuderende. Bor i sit barndomshjem, en lejlighed på Østerbro. I 1971 fire-dobbelt dansk mester i svømning og dengang indehaver af fire danske rekorder. Dyrker masterssvømning (old boys) og slået omkring 110 danske mastersrekorder og knapt 40 nordiske mastersrekorder. Rejst i 130 lande og skrevet tre bøger herom. Æresmedlem af RYK.

I denne tid skriver Fin verdenshistorie. Intet mindre. Inden for lægevidenskab. Af samme grund er USAs Nationale Sundhedsinstitut vilde med ham. – For første gang er hele verden blevet enige om et "data set" inden for ét område, og det område er rygmarskader. Det betyder, at man opbygger en journal med data på en måde, der gør behandlingen af rygmarskadede sammenlignelig. Vi kan fremover sammenligne vores behandlingsresultater, uanset hvor i verden det er sket, gestikulerer og næsten råber Fin.

Her er der engagement. Jeg ved, det er stort det her. Sammenlignelige data vil styrke behandlingen og forskningen. Og så på vores område! Som de eneste.

"Vi"

- Det er noget, vi har lavet, svarer Fin på mit spørgsmål om idemanden og primus motor for at opnå enighed i alle mulige internationale fora.

Det er nemlig ikke let og altså også enestående. Jeg mistænker Fin for ikke at tale helt sandt, når han her bruger ordet "vi". Jeg presser ham med nogle vedholdende spørgsmål og til sidst giver han sig: Et lille nik suppleret med et beskedent "Ja, det er mig!" er Fin i en nøddeskal.

Under hele interviewet lader han flere gange skinne igennem, at rygmarskadebehandling er tværfaglig. I hans dybe respekt for andre faggruppers indsats, bruger han ofte ordet "vi", hvilket sikkert også er rigtigt. Men lige så sikkert er det, at han også åbent og ukrukket lader andre få del af æren, hvor den i virkeligheden skal tilskrives ham.

Professorat

Endelig kan jeg begynde på mine 21 spørgsmål: *Hvad betyder professoratet for dig selv?*

– Ikke meget, svarer han. – Jeg har jo i en årrække gjort en professors arbejde! Fx har jeg haft 15 ph.d.-studerende gennem årene. Jeg ser hele fundamentet for interviewet skride. "Ikke meget"? Heldigvis besinder han sig og tilføjer:

- Der kommer mere fokus på rygmarskadede, og det bliver lettere at få penge til forskningsprojekter. Bl.a. udløser professoratet en mio. kr. til forskning årligt i fem år. Og så vil jeg styrke det tværfaglige. Fin vender igen tilbage til det tværfaglige. Forventer man, at professoren vil styrke det højere akademiske skoleridt, så tager man fejl. Selvfølgelig vil Fin også styrke lægeforskningen, men det er ikke det, han taler om. I stedet taler han om at værdsætte alle faggrupper inden for hospitalsvæsenet, om at han som professor kan fremme plejens og terapeuternes arbejde, hvordan man kan udnytte deres kunnen og erfaring, som læger ikke har, og i det hele taget få de mange dygtige medarbejdere frem i lyset.

– Jeg underviser allerede på videreuddannelse af læger, men jeg vil også gerne undervise medicinstuderende på Københavns Universitet. Det kan professoratet åbne mulighed for. Det kan vække de studerendes interesse og gøre det lettere at rekruttere læger til vores område på længere sigt. Har nogen været lidt usikker om Fins fremtidige arbejde, så maner han det i jorden: – Patienterne vil indtil videre ikke mærke nogen større forskel, da jeg stadig vil gå stuegang på Hornbæk, noget som jeg prioriterer meget højt. Og jeg vil fortsat være klinikchef.

Fin tilføjer:

- Og jeg er utrolig glad for RYKs arbejde for at få rejst penge til professoratet, bl.a. via jeres kontakter til Sahva Fonden.

Rygmarskadebehandlingen i DK

- Vores force herhjemme er, at vi kan spille på hele klaviaturet. Ser vi en mulighed i udlandet, så iværksætter vi behandlingen herhjemme. I udlandet ser vi ofte, at ét center er rigtig godt til en ting og kun det. Så skal brugerne shoppe fra det ene sted til det andet. Vi har hele pakken og koordinerer indsatsen til de forskellige specialer, fortæller hans stolt og fortsætter:

- Vi har et offentligt sundhedsvæsen, hvor vi samarbejder, deler viden og slet ikke på samme måde konkurrerer med hinan-

HJÆLP DIG SELV!

Ny lovgivning - frit valg 2009
Din mulighed for at vælge os!

Få en hjælper fra HandiHelp



Til dig som bruger

- Rekruttering og administration inden for hjælpeordningen
- Erfarne medarbejdere med baggrund i sundhedssektoren
- Supervision - så ordningen kører stabilt
- Sikkerhedsrepræsentant - så arbejdspladsen er i orden
- Akutteam - så du er dækket ind af hjælpere du kender

Til dig som hjælper

- Find en bruger i vores omfattende database
- Kurser - så du altid er velforberedt til dit arbejde hos en bruger
- Overenskomstmæssig løn med alle gældende tillæg
- Bliv en del af vores akutteam

HandiHelp
Omøgade 8, st.th.
2100 København Ø

Telefon: +45 39 20 64 64
kontakt@handihelp.dk
www.handihelp.dk

HandiHelp Kolding
Buen 6-8, Kontor 1, 2 og 3
6000 Kolding

Telefon: +45 72162270
kontakt@handihelp.dk
www.handihelp.dk



HandiHelp



F R I H E D E N

Stald Friheden støtter også RYK

den. Med de tendenser, der er i øjeblikket for privatisering, kan man godt blive lidt bekymret.

Råd

Kommer vi til at gå?

– Nej, ikke i min tid. Det er simpelt hen for kompliceret, siger professoren.

På spørgsmålet om han har nogle råd til os brugere, siger klinikchefen:

- I ved, hvor skoen trykker, så I skal fortælle os, hvad vi kan gøre bedre. Det kan I fx gøre ved at udfylde evalueringsskemaerne ved udskrivelsen. Det er ikke sikkert, vi kan opfylde ønskerne, men det er vigtigt for os med åben dialog, så vi ikke går i forsvarsposition.

Handicapidræt

Fin begyndte sin karriere som ryglæge, som han også skrev sin doktordisputats om. I 1977 mødte han Bodil Eskesen, der begyndte rygmarvsskadebehandlingen i Danmark og i øvrigt stiftede RYK. Hun førte ham ind i handicapidrættens, hvor Fin omlagde det internationale klassificeringssystem sammen med nordmanden Harald Natvig. Her mødte han mennesker med rygmarvsskade.

– Da Bodil stoppede, så jeg en mulighed inden for rygmarvsskadede og blev overlæge.

Fin har et sjovt medansvar for, at det hedder Paralympiske Lege: Andre handicapgrupper var modstandere af navnet, fordi de forbandt det med paraplegikere, der var en dominerende gruppe på det tidspunkt. Da Fin på et møde forklarede, at "para" betyder "ved siden af", fik det nuværende navn tilslutning.

Fritid

Arbejde, fritid og interesser flyder sammen for Fin. Der er ingen forskel.

– Jeg føler mig utrolig privilegeret. Mit område er utroligt spændende, så jeg kan sagtens besvare mails på ferie. Og det giver et stort netværk i bekendtskabskredsen.

Om dagen mailer jeg med Europa, om aftenen med USA og om morgenen med Australien, fortæller han.

- Og så har vi jo altid rejst utroligt meget. Også med vores børn, som vi har været på alle kontinenter med. Det har vi prioriteret højt og brugt vores penge på for at vise vores børn udsyn, vise hvor privilegerede vi er herhjemme og give vores børn forståelse for andre kulturer.

Glostrup og Hornbæk

Fin ville helst have flyttet Hornbæk til Riget, men er optimistisk med hensyn til

at komme til Glostrup, hvis økonomien til nybyggeriet med bl.a. multihal holder.

– Vi er blevet godt modtaget på Glostrup, hvor vi er blevet modtaget med åbenhed over for vores ønsker.

I 1952 var Fin selv blandt de første patienter på Hornbæk med hofteleidelsen Calve-Legg-Perthe. Her lå han i sengen i halvandet år. Kuriøst nok er det nu muligt, at han som barn åbnede ballet og som professor lukker og slukker Hornbæk.

Professor er en stillingsbetegnelse ved højere læreanstalter og altså ikke en akademisk grad som fx dr. med.

Rund dag

Fin Biering-Sørensen, professor, overlæge, dr.med., fyldte 60 år den 9. oktober. Fin Biering-Sørensen har siden 1986 været overlæge på Rigshospitalet, siden 1992 klinikchef ved Klinik for Rygmarvsskader, Neurocentret og i sommer blev han professor i neurohabilitering med specielt fokus på rygmarvsskader. Siden 1978 har Fin Biering-Sørensen også arbejdet med handicapidræt og haft adskillige poster nationalt såvel som internationalt inden for dette område.

RYK! ønsker Fin Biering-Sørensen tillykke med fødseldagen.

BB

Tiltrædelsesforelæsning

Tekst: Birgitte Bjørkman



Ved Fin Biering-Sørensens tiltrædelsesforelæsning i oktober overrakte Anders J. Andersen og Viggo Rasmussen fra RYK den nyudnævnte professor et kunstværk af Sofia Stensland.

rektor på RH Jørgen Jørgensen og direktør for Neurocentret på RH Karsten Junker. Blandt rækken af talere var også Anders J. Andersen fra RYK, der bl.a. roste Fin for hans mangeårige og givtige samarbejde med RYK.

- Fin, du har RYKket så meget. Som læge, som sparringspartner for RYK – ikke mindst sundhedspolitisk -, som forsker med en imponerende produktion ... og så er du vores første professor på området. Tillykke med det. Vi ser frem til endnu mange års samarbejde med dig.

Også funktionschef på Klinik for Rygmarvsskader, Hanne Gregersen lykønskede med professoratet.

- Udnævnelsen er yderst velfortjent.

Københavns Universitet får en professor, med en stærk faglig profil, som yder en usædvanlig stor arbejdsindsats i sit job.

I forbindelse med at overlæge, dr.med. Fin Biering-Sørensen er udnævnt til professor i Neurorehabilitering med specielt fokus på rygmarvsskader ved Københavns Universitet med tilhørende overlægestilling ved Rigshospitalet, Neurocentret, holdt Fin Biering-Sørensen tiltrædelsesforelæsning den 16. oktober på Rigshospitalet. Titlen på forelæsningen var "Rygmarvsskader – fra ingen til mange, og endnu flere muligheder". For de mange, der var mødt op, blev det en rejse gennem Fins livsværk, der strækker sig over mange år og inkluderer samarbejde med en lang række forskere fra hele verden. imponerende!

Efterfølgende var Rigshospitalets direktion vært ved en reception, hvor der blev lejlighed til at hædre Fin Biering-Sørensen for hans store indsats i behandling og forskning af rygmarvsskader. Her var fremmødet lige så stort, og der var flotte ord fra hospitalsdi-

Det er Institut for Neuro- og Sansefag, Københavns Universitet, der sammen med Rigshospitalet og Sahva Fonden har oprettet det femårige, kliniske professorat med fokus på de udfordringer, der møder rygmarvsskadede personer i deres dagligdag.

Hjælpeordning bliver til

BPA

Den 1. januar træder loven om en ny og forbedret hjælpeordning i kraft. Samtidig skifter hjælpeordningen navn. Vi skal lære at sige BPA, som står for **Borgerstyret Personlig Assistance**. Loven kan bane vejen for en BPA, der sætter borgerens behov i centrum. Men meget afhænger af den tilhørende vejledning og kommunernes vilje til at forstå lovens rette ånd.

Tekst: Jens Bo Sørensen og Vibeke Sørensen • Illustration: Jan Robert Thoresen



Som det første og mest i øjenfaldende ved Borgerstyret Personlig Assistance (BPA) kan man konstatere, at modtagerne af hjælpeordninger ikke længere betegnes som brugere, men som borgere. Og det er der et væsentligt signal i. Politikerne ønsker faktisk, at borgerens behov definerer hjælpen, og at borgeren dermed får mulighed for et selvstændigt liv. Vejledningen til BPA er ikke kommet i skrevne stund, så der kan være ændringer, som vi ikke tager med her. Men der er tre nyheder, som vil få væsentlig betydning for, hvem der fremover kan få en BPA.

Aktivitetsniveauet ikke afgørende

Kravet om et højt aktivitetsniveau forsvinder. Hidtil har dette krav betydet, at der ikke nødvendigvis er taget hensyn til borgerens alder og fysiske formåen. I de nye regler skal man i stedet alene se på borgerens behov.

I RYK glæder vi os over dette tiltag. Vi ved, at der nu er flere af vores medlemmer, som kan komme i betragtning til ordningen. På vores ældre medlemmers vegne kan vi glæde os over, at de ikke længere skal ud

i lange og opslidende kampe for at få lov til at beholde deres hjælp. Kampe, de har måttet tage, fordi kommunerne har et krav om, at de, på trods af alder, skal have et, til tider, større aktivitetsbehov end ikke-handicappede borgere på samme alder, og uden skelen til funktionsnedsættelser som følge af mange år som handicappet.

Fravalg af arbejdsgiveransvar

Kravet om at være arbejdsgiver forsvinder. Man kan i den nye ordning vælge at overgive arbejdsgiveransvaret til en privat virksomhed, en forening eller en nærtstående. Det vil sige, at man ikke længere selv behøver at stå for bl.a. administration, vikardækning og praktiske ting i forhold til ansættelse og afskedigelse.

Men det er et valg, man kan tage. Det vil sige, at hvis man i dag har hjælpeordning og fungerer godt i rollen som arbejdsgiver, så kan man fortsætte som man plejer. Men omvendt har RYK kendskab til medlemmer, som vil tage imod tilbuddet med kyshånd, fordi arbejdsgiverrollen føles belastende, og måske som endnu en ekstra opgave i en ellers hektisk hverdag med job

og familie. Det er dog et krav, at man selv kan fungere som den daglige arbejdsleder. Det vil sige, at man skal kunne være i stand til at planlægge og varetage sit liv samt formidle det til hjælperne.

I forhold til ovenstående er RYK glad for, at kommunen ikke kan byde ind som arbejdsgiver, da vi mener, at det kan medføre nogle ikke tilsigtede problemer, da kommunen samtidig er bevilgende myndighed.

Vi er lidt mere skeptiske overfor det faktum, at en nærtstående kan være arbejdsgiver. Vi kan godt se, det for eksempel vil være en god ide og en stor hjælp, hvis forældre kan hjælpe deres barn godt på vej med en ordning. Men vi kan også se, at det kan give et afhængighedsforhold, som kan række langt ind i voksenalderen.

En anden ting er, at en nærtstående i princippet også kan være en fra hjælperstaben, og det kan skabe en masse problemer i forhold til kollegaerne indbyrdes.

En god kattelerm

Den nye lov giver kommunerne mulighed for at tildele en BPA til borgere, der egentlig ikke opfylder kravene, men hvor BPA skøn-

nes at være den mest optimale løsning. RYK har kendskab til enkelte medlemmer, som har et kludetæppe af forskellige ordninger for eksempel hjemmehjælp, ledsageordning og socialpædagogisk bistand til at hjælpe dem med hverdagen, fordi de ikke lever op til kravene for at få en hjælpeordning.

Kommunen får i den nye ordning mulighed for at tilbyde disse mennesker en BPA, hvis det skønnes at den bedst kan sikre en helhedsorienteret og sammenhængende hjælp for borgeren.

Den vigtige vejledning

Vejledningen til loven er i skrivende stund desværre ikke på plads. Og den er vigtig. Den tydeliggør lovens bogstav og definerer lovens "ånd". Vi kan kun håbe, den bliver betydeligt klarere end den hidtidige, således at der sættes en tyk streg under, at borgeren er i centrum og at kommunale spareplaner ikke finder plads i vejledningen. Kommunerne har boltret sig i underlige fortolkninger af den gamle § 96. Fortolkninger, som ligger langt fra de oprindelige tanker bag loven. I stedet for et liv "tæt på det normale", har nogle borgere måtte leve i en skrabet, minuttyransk hverdag. Det skulle gerne være slut.

Hjælpernes løn

Hjælpernes ansættelsesvilkår hænger ikke direkte sammen med loven om BPA. De knyttes derimod til satspuljemidlerne, som i skrivende stund er ved at blive forhandlet på plads. Der er afsat 126 millioner i 2009 til at "normalisere området". Det betyder forhåbentlig ordentlige løn- og pensionsforhold for hjælperne i hele landet, uden regionale skævheder. Hvordan det praktisk gøres er svært at spå om. Men pengene er afsat, og de længe ventede forbedringer kommer 1. januar 2009 uanset hvad. Spørgsmålet er bare, hvordan de ser ud.

Stiftelse af ny forening

En af løftestængerne til både en velfungerende BPA og ordentlige løn- og pensionsforhold er ved at komme på plads. Det sker med etableringen af LOBPA – Landsorganisationen Borgerstyret Personlig Assistance. LOBPA (udtales loba) er en nystiftet forening for og af borgere med personlig assistance. Foreningen bliver en landsdækkende, non-profit organisation til varetagelse af arbejdsgiveransvaret for de BPA modtagere, der måtte ønske at overdrage det. De hjælpere, der ansættes i LOBPA, vil komme under overenskomst. LOBPA forventer at have en overenskomst klar i dette efterår.

RYK hilser LOBPA velkommen. Vi mener, det er vigtigt, at der er en medlemsstyret forening, der kan varetage både medlemmernes og hjælpernes interesser, og som kan konkurrere med servicevirksomhedernes tilbud.

Der forhandles i skrivende stund mellem bl.a. fagorganisationen FOA og en række bruger- og arbejdsgiverforeninger, bl.a. LOPBA. Inden årets udgang skal der ligge en overenskomst for landets handicaphjælpere. RYK! ser nærmere på indholdet i overenskomsten i næste nummer. BB

LOBPA

Partierne bag satspuljeaftalen 2008 har afsat to mio. kr. til etableringen af den nye brugerstyrede forening Landsorganisationen Borgerstyret Personlig Assistance (LOBPA) med henblik på at give personer med hjælpeordning mulighed for at overdrage arbejdsgiveropgaverne til LOBPA.

Den første generalforsamling holdes primo 2009, hvor der skal vedtages vedtægter og rammer for organisationens tilbud, og bestyrelsen vælges blandt foreningens medlemmer. Som medlemmer optages alle, der på nuværende tidspunkt har en hjælpeordning efter servicelovens § 96. Medlemskab er ikke betinget af, hvorvidt man til sin tid vælger at overføre arbejdsgiveransvaret til LOBPA eller i øvrigt gøre brug af LOBPAs ydelser.

Den mere langsigtede plan for LOBPA er at udvikle en samlet service til borgere og hjælpere, der blandt andet skal omfatte rekruttering af hjælpere, vikarservice, løn- og skatteadministration samt uddannelse.

LOBPA opfordrer alle med BPA til at melde sig ind i den nye organisation. Årligt kontingent: 100 kr. Indmeldelse: info@lobpa.dk Kontonummer: Nordea reg.nr. 2279 konto 8973 176 766. Yderligere oplysninger ved henvendelse til formand Janne Sander, tlf. 3616 8541 / 6168 8541. Læs mere på lobpa.dk, hvor man bl.a. kan læse: Spørgsmål & svar. BB

Kommentar til BPA fra Stig Langvad, formand for Danske Handicaporganisationer (DH).

Tekst: Bente Ovesen

- Den nye hjælpeordning indeholder enestående forbedringer, konstaterer Stig Langvad. Jeg træffer ham i telefonen, hvor han påstår, at han er så begejstret, at han ikke kan få armene ned. Han understreger sine positive forventninger yderligere ved at sige:
- Selvom vi fortsat venter på bekendtgørelsen og vejledningen er jeg sikker på, at ordningen bliver langt bedre end hvad vi har nu. Overskriften på den nye BPA er deltagelse og normalitet. Stig Langvad fremhæver især bortfaldet af kravet om et højt aktivitetsniveau, som en forbedring. I dag risikerer borgere med § 96 at blive smidt ud af ordningen, hvis deres aktivitetsniveau vurderes til at være for lavt.
- Loven lægger op til at der skal udmåles en helhedsorienteret hjælp, og er samtidig et opgør med tankegangen om, at hjælpen udmåles efter de kvalitetsstandarder, der gælder på hjemmehjælpsområdet.
- En anden klar forbedring er, at den enkelte borger kan fravælge arbejdsrollerollen og overdrage den til andre.
- For fx høje tetraplegikere betyder det, at kravene til den enkelte – og fokus for den enkelte – bliver dagligdag og ledelse, hvilket betyder, at flere vil og kan glide ind i ordningen, vurderer Stig. Stig Langvad er også bestyrelsesmedlem i den nyoprettede LOBPA, Landsorganisationen Borgerstyret Personlig Assistance, som BPA-modtagere kan overdrage arbejdsgiveransvaret til.
- Der er afsat 126 millioner kr. til lønning, hvilket giver mere attraktive assistentstillinger. I øjeblikket forhandler vi overenskomst ud fra tre bærende principper: Rekruttering – anciennitet/ belønning for at blive i stillingen – og endelig indførelse af pensionsordning, barselsløn mv.
- Loven træder i kraft 1. januar 2009, men vi forventer at fravalg af arbejdsrollerollen først bliver en mulighed fra 1. marts eller 1. april, idet det tager tid at få LOBPA kørt på plads, slutter Stig Langvad.



- Paralympisk guld er det største, man kan opnå. Jeg har trænet til det her i to år, og selve deltagelsen i PL har været et mål næsten fra jeg begyndte at svømme som handicappet. RYK! har snakket med Karina Lauridsen om at blive paralympisk mester.

Karina Lauridsen jubler over at have taget guld i Beijing 2008

Pain is temporary - pride is forever

Tekst: Peter Marx
Foto: Preben Søborg

Karina Lauridsen har siddet i kørestol i syv år, siden hun brækkede ryggen, da en faldskærm ikke foldede sig ordentligt ud. Den 24. september i år stod hun øverst på den paralympiske medaljeskammel og fik guldet om halsen. Før sit uheld med faldskærmen dyrkede Karina svømning og triatlon og havde en karriere inden for Forsvaret. Da jeg taler med hende, har hun lige overstået dagens anden træning. Der tegner sig hurtigt et billede af en person af få ord, men med masser af holdninger. En person, der ikke lader sig kue af noget.

Skal man være sej for at blive en god svømmer?

”Det kræver da en vis disciplin at træne hver dag. Man skal hele tiden overvinde sig selv for at blive bedre. Men det er også nødvendigt at have glæde ved det man gør. Og være åben overfor forandringer. Min træner har ofte forslag til ting, der skal laves om. Det er også vigtigt at have drømme, og en af mine var at vinde medalje ved PL. Men det kan da godt være, jeg er lidt stædig. DHIF lavede en T-shirt med et tryk, der sagde: ”Pain is temporary, pride is forever”, og det synes jeg er meget sigende. Den hårde træning er hurtigt glemt, men oplevelserne, jeg har haft med min svømning, og medaljerne – det har jeg for altid.”

Beijing 2008

En af de oplevelser, Karina har haft, var selve arrangementet omkring PL. Alene det at kvalificere sig er en bedrift, som blev hyllet ved åbningsceremonien af 90.000 tilskuere.

”Det var en stor ære at deltage i indmarchen og ren gåsehud at komme ind på stadion. Helt overvældende. Der slog jeg bare fra og

nød at være med. Og så må jeg indrømme at det gav hjertebanken, da ham i kørestolen hejste sig op og tændte flammen. Det var virkelig storslået.”

Det danske hold boede sammen i OL-byen, i fine grønne omgivelser. Kun ti minutter med bus fra svømmestadion. Maden var god, selv om Karina savnede en dansk bøf til sidst. Men vigtigst var, at det var et velsmurt arrangement.

”Jeg er imponeret over, hvor høflige og professionelle de har været. Der stod altid nogen klar til at hjælpe. De gør tingene på deres måde, men jeg mener, vi kan lære lige så meget af dem, som omvendt. Man følte heller aldrig at de var trætte efter et langt OL. Tværtimod var de meget seriøse og medierne var på 24 timer i døgnet.”

Fik du set andet end svømmestadion?

”Der blev også tid til lidt sightseeing. Jeg er meget interesseret i historie, og Den forbudte by er helt fantastisk. Kineserne var også meget interesserede i os, så vi måtte ofte stille op til en lille fotosession med de lokale.”

Verdensrekord

Karina fik tæt på optimalt udbytte af den megen træning, ved at vinde en bronze i rygcrawl og en guld i medley. I sidstnævnte satte hun desuden verdensrekord.

Du ser meget glad ud, da du får guldmedaljen om halsen, kan du huske det?

”Det kan du tro”, griner hun. ”Det var så stort og jeg vil aldrig glemme det. På den anden side er jeg ikke sikker på at jeg har fattet det endnu. Paralympisk guld er det største, man kan opnå. Jeg har trænet til det her i to år, og selve deltagelsen i PL har

været et mål næsten fra jeg begyndte at svømme som handicappet.”

At sætte en verdensrekord betyder, at du har svømmet hurtigere end nogen anden, nogensinde. Desuden vandt du med en halv banelængde og det ser ikke ud som om der er nogen, der kan true dig. Kan du ikke lige så godt stoppe nu?

”Jeg var faktisk ikke bevidst om hvor mine konkurrenter befandt sig under finalen, for jeg havde totalt fokus på mit eget løb. Og jeg har ikke en gang selv set finalen endnu. Med hensyn til rekorden, ved jeg, at jeg kan slå den igen. Så det er slet ikke svært at sætte sig op til. Som svømmer er man vant til at kæmpe mod sig selv og sine egne tider. Man kan jo ikke ændre ved de andres. Men jeg håber og satser da på at være med til næste PL i London.”

Du var i forvejen verdensmester i medley. Har der ikke været et enormt forventningspres op til PL?

”Jeg var nok favorit, men forventede ikke selv som sådan at vinde, forstået på den måde, at man ikke kan tage noget for givet. Det duer ikke. Så ja, selvfølgelig har der været visse forventninger, men jeg kan jo kun gøre mit bedste og det gør jeg vitterligt også. Jeg forsøger altid at blive bedre. Desuden har der været god opbakning fra min træner og DHIF.”

Man kan ikke gradbøje talent

Siden hjemkomsten har Karina modtaget en del opmærksomhed og modtaget flere priser, bl.a. Hans Just Idrætspris og Gudmund Schacks legat. Desuden er det første gang, PL-medaljer har udløst pengepræmier.



Karina svømmer sig til guld.

Er det ikke rart med noget kontant anerkendelse?

”Jo bestemt. Det er jeg meget stolt over. Men det er alligevel spøjst, at der skal differentieres mellem OL og PL i det hele taget, at en OL-medalje giver højere bonus. Det sender et forkert signal om, at der ikke sættes lige så meget pris på handicapidræt. Danmark mangler stadig meget i at opnå ligestilling. Ligesådan med de kongeliges fest, der kun er for OL-deltagerne. Men dem er jeg nu ligeglad med. Jeg svømmer lige godt af den grund.”

Er det ikke fair nok at sige, at konkurrencen er så meget større hos rasksvømmerne, og at der derfor er mere opmærksomhed om for eksempel Jeanette Ottesen end dig, selv om du faktisk har leveret større resultater på papiret, end hun har?

”Selvfølgelig er der større konkurrence på den måde, at der er flere udøvere indenfor raskidrætten. Men man kan ikke gradbøje talent på den måde. Inden for raskidræt devaluerer man heller ikke håndboldspillernes præstationer, bare fordi der er flere lande, der spiller fodbold. Og jeg træner lige så hårdt som rasksvømmerne for at nå

mine mål. Jeg oplever det også i medierne, hvor de ser mig som en handicappet svømmer. Jeg ser mig selv som en atlet med et handicap. Når det er sagt, er der øget respekt for vores resultater, trods alt. Der er mange, der genkender mig til træning og ved, at jeg har vundet medaljer til PL. Det er da en udvikling fra i begyndelsen, da jeg kom i svømmehallen og livredderen kom styrtende for at redde mig fra det dybe bassin.”

Det giver en god ballast

Er dit liv så forandret nu?

”Jeg lever som jeg plejer og træner som normalt. Men svømningen som sådan har måske forandret mig. Det giver en god ballast i andre dele af mit liv at vide, at det er muligt at sætte sig høje mål og nå dem. For eksempel i forhold til arbejde. Men jeg har nu aldrig haft lyst til at pive over at sidde i kørestol. Jeg vil hellere se fremad og udgangspunktet er nu en gang, at jeg sidder i stolen.”

Hænger din medalje derhjemme?

”Den ligger i en boks”, griner hun, før jeg siger farvel.

Hall of Fame

Den danske paralympiske legende Connie Hansen skrev historie, da hun som den første dansker blev optaget i handicapidrættens Visa Paralympic Hall of Fame. Optagelsen skete især på baggrund af hendes imponerende paralympiske præstationer, hvor hun bl.a. har vundet ni guldmedaljer i kørestolsræs, “Jeg er virkelig taknemmelig over at blive optaget i Paralympic Hall of Fame. Jeg har lært et nyt ord i dag, ’inductee’, og det fortæller mig, at det her er noget, der kommer til at stå for altid”, sagde Connie Hansen ved ceremonien, hvor hun blandt andre takkede sin mangeårige træner Britt Olsen.

Connie har siden været et forbillede for mange idrætsudøvere og paralympiske



atleter og ikke mindst blev hun en værdig ambassadør for handicapidrætten. Connie Hansen er nu formand for Dansk Handicap Idræts-Forbunds atletikudvalg.
BB

Reparation
&
Totalhjælp

Adjutor



Pleje- og hjælpemiddelteknik
24 timers døgnvagt

V/Kurt Enghoff, tlf. 51924540, www.adjutor.dk

Medaljebonus

Team Danmark har ved dette års Paralympics valgt at give atleterne medaljebonus for første gang nogensinde. Guldmedaljevindere fik 40.000 kr., mens der var 15.000 kr. og 5.000 kr. til sølv- og bronzevindere. Danmark var repræsenteret i atletik, bordtennis, cykelsport (bane og landevej), goalball (mænd og kvinder), ridning, rosport, sejlads, skydning, svømning og tennis.

BB

De danske sportsfolk nåede målet på ni medaljer. En medalje mere end OL-deltagerne.

Handicapidræt er ikke interessant!

Om de Paralympiske Lege skrev en blogger dagen før legene sluttede: "Der er fandme ikke nogen, der gider og se det ...". Har han ret? Er der ikke seere nok, der gider følge PL? Og er det derfor, de danske tv-medier er tilbageholdende? Og hvad kan man gøre for at skabe større interesse for handicapidræt?

Tekst: Peter Marx • Foto: Preben Søborg

På sporten.dk, der er en af Danmarks største sports-sites, kunne man den 16. september læse et indlæg af en blogger, der mente, at der ikke var seere, der gad at se idrætsudøvere fra de Paralympiske Lege: "... det er ikke særlig sindsoprivende.. de kunne måske godt få lidt plads på dk4 men at skulle optage pladsen fra de store kanaler ville være absurd, desværre men så er handicappede mennesker bare ikke særlig interessante." Indlægget er en reaktion på kulturminister Carina Christensens udtalelser om, at hun vil drøfte public serviceaftalen med DR og TV2. Kulturministeren var selv i Beijing og har hørt kritikken af den minimale dækning, de danske medier har givet af PL.

Jeg vil selvfølgelig respektere bloggerens holdninger. Det er smag og behag, fair nok. Vi hører jo også igen og igen, at idrætsudøvere vil have respekt for deres resultater og ikke på grund af positiv særbehandling. Og det skal retfærdigvis siges, at langt de fleste blogindlæg havde den modsatte holdning. Men spørgsmålet er, om han har ret. Er der ikke nok, der gider at se PL? Og er det derfor, de danske tv-medier er tilbageholdende?

DR viste, som eneste danske kanal, kun sammendrag og kun nogle få minutter hver aften i slutningen af den ordinære sport. Det vil sige en halv times tid i alt, hvilket kan sættes op mod dækningen af OL, hvor der på DR og TV2 i alt blev bragt over 500 timer.

- Havde blot 10 timer været prioriteret i PLs favør, ville vi have været meget tilfredse, udtaler Kristian Bang Larsen, kommunikationskonsulent hos DHIF.

- Og så er der brug for længere sammendrag og live transmissioner fra udvalgte konkurrencer. For eksempel fra bordtennispilleren Rosenmeiers guldmedaljekamp eller Karina Lauridsens finaler i svømning. Karina ankom trods alt som verdensmester, og en medalje var ikke helt overraskende.

Lad os blot se bort fra public service forpligtelser om alsidighed og mangfoldighed. I udlandet er der nemlig en helt anden udvikling i gang. Ifølge DHIF fulgte 800.000 tyske seere dagligt med i PL, og englænderne havde 2,7 millioner seere til åbningen. I Norge og Sverige blev der dagligt bragt en halv time. I Sverige desuden fire live-produktioner.

En begejstret Helene Stjernlöf, der er informationschef i Sveriges Paralympiska Kommitté, har netop været til møde med svensk fjernsyn og fortæller, at seertallene har været oppe på 745.000. Langt højere end tallene for de normale sportsnyheder og en stor overraskelse for SVT selv.

- Succesen er tegn på en positiv udvikling for handicapidræt, siger Helene Stjernlöf, der håber på en hel times daglige transmissioner til næste PL i 2012.

Der er vel ingen grund til at tro, at der er mindre interesse i Danmark end hos vores nabolande.

Jan Rosendal er redaktør på DR-Sporten og mener, at der er kommet betragtelig bedre dækning af de Paralympiske Lege. - Vi sender mere end fra de foregående PL, og i den bedste sendetid lige efter TV-Avisen.

Men det er kun nogle få minutters sammendrag, og der er langt op til vores nabolandes dækning. Jeg foreslår DR-Sportens redaktør, at PL blot får en lille del af den dækning OL har fået. For eksempel har DR vist en del kajakslalom, hvor der ikke deltager danske udøvere. Kunne man ikke forestille sig lige så stor interesse for en kamp ved PL?

- Der er ikke som sådan sammenhæng mellem dækningen af OL og PL. Det er jo ingen hemmelighed, at der er blevet skåret i sporten på DR. Hvis vi først har sendt et hold til OL, koster det ikke meget ekstra at lave flere reportager. Det ville derfor være relativt meget dyrere at lave produktioner fra PL. Hvis du vidste, hvor mange der ringer og vil have deres idræt vist i tv. Desuden er vi i gang med en udsendelse på 2½ time om PL (blev vist i november, red.), fortæller Jan Rosendal.

Her skal det tilføjes, at de 40 minutter af udsendelsen er et tidligere sendt program om den sydafrikanske løber, Oscar Pistorius.

Det er en ond cirkel, hvor seerne har den fordom, at handicapidræt ikke er seriøst og TV ikke vil sende på grund af manglende seere. Jeg tvivler på, at ovennævnte blogger har set meget handicapidræt, før han afgiver sin dom. Interessen skal skabes, blandt andet ved at tv viser seriøs interesse. Så vil der også være handicapidrætter, der kan fange den bredere befolkning.

Ude i de enkelte handicapidrætsklubber kæmpes ofte en hård kamp om opmærksomhed, både hos medier, tilskuere og sponsorer. Omtale betyder flere medlemmer, flere midler og bedre forhold at dyrke idræt under. Større synliggørelse medfører desuden accept af – og respekt for, mennesker med handicap, og fokus på handicapidræt kan derfor være en god mulighed for at få inddraget handicappede bedre i samfundet.

De Paralympiske Lege foregår kun hvert fjerde år, men rigtig mange handicapidrætter deltager. Her findes en oplagt mulighed for skabe positiv opmærksomhed. PL er trods alt den næststørste idrætsbegivenhed i verden efter OL.

Vi må håbe, at de danske TV kanaler vil skele til vort naboland, når der skal forhandles om TV dækning af PL i 2012.

*Bloggen blev skrevet den 16. september på sporten.dk/
kulturminister-onsker-mere-paralympisk-tv.*

PIA & PERNILLES HANDICAPSERVICE ApS

Står du og skal bruge en hjælper, så ring til Pia og Pernilles Handicapservice ApS.

Vi kan hjælpe dig.

Vi er et firma, der rekrutterer og formidler hjælpere ud til handicappede.
Vi dækker hele Danmark.

Vi har en del års erfaring inden for denne branche og vil stå til disposition, når du har behov for det.

- almindelige formidlinger
- serviceordninger
- ledsagere
- lønadministration
- konsulentordninger
- Frit-valg ordninger indenfor ældrepleje

PIA & PERNILLES
Handicapservice ApS

Telefon 4369 2848
www.pphandicapservice.dk
Kontortid: Mandag-fredag 8.30-16.00

BRUGER - HJÆLPER FORMIDLINGEN A/S



Bruger - Hjælper Formidlingen A/S er et landsdækkende firma, som yder service til såvel handicappede som landets kommuner og regioner.

Vi tilbyder bl.a.:

- Gratis rekruttering af hjælpere
- Helhedsløsninger inden for hjælpeordninger
- Administration af ledsageordninger
- Lønservice
- Vikarservice

Hvis du er interesseret i at høre mere om ovenstående, kontakt da venligst Bruger - Hjælper Formidlingen A/S:

Ellebjergrvej 52. I.
2450 København SV
Tlf. 3634 7900

Klamsagervej 35. st.
8230 Åbyhøj
Tlf. 7026 2709

bhf@formidlingen.dk
www.formidlingen.dk

Mind

"Hvorfor gå når man kan flyve" står der på den irske sanger og sangskriver Paddy Slatterys webside, og dette motto løber som en underliggende strøm i både hans sangtekster og livsholdning. RYK! har været i mailkontakt med PaddySlattery og spurgt nærmere ind til hans kreative virke.

- Lad din stemme blive hørt,
for i dette liv får du kun, hvad du selv giver.

over matter

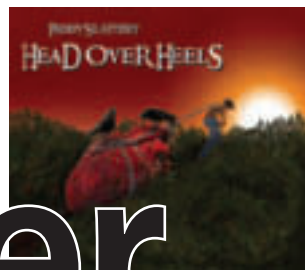
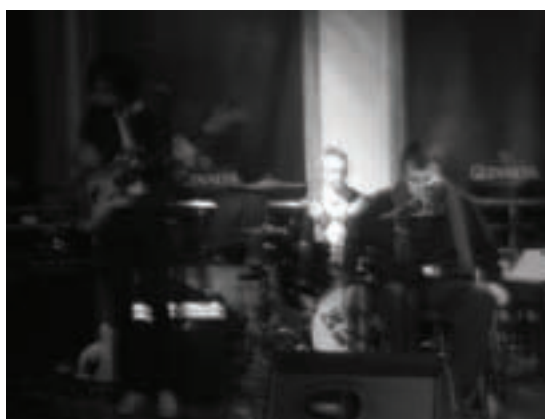
Tekst: Janke Bondam • Foto: Damien Kelly

Paddy Slattery, der i dag er 29, blev i '96 tetraplegiker efter et biluheld. Livet ændrede sig totalt, men ændrede sig på mange måder til det bedre, skriver han på websiden, og dette står til troende, når man læser videre i hans biografi.

Før ulykken var han, som han selv beskriver, en gennemsnitsteensager. Han var tidligt gået ud af skolen og arbejdede seks dage om ugen for en ussel lærerløn, han dårligt nok kunne overleve på. At kunne sove længe om søndagen var ugens lyspunkt. Efter ulykken så verden og mulighederne pludselig helt anderledes ud. Han fulgte forskellige mediekurser på filmskolen og ramlede således ind i et kreativt miljø, der vakte dyb genklang i ham. Der blev produceret kortfilm, skrevet manuskripter, digte og tekster, og musikkompositionen kom efterhånden naturligt til ham.

Mulighedernes døre åbnede sig i langt større omfang end han overhovedet havde kunnet forestillet sig. Og på sin webside skriver han: "... en ting har jeg lært i min tid som rygmarvsskadede, og det er, at det eneste der virkelig invaliderer et menneske, er de begrænsninger, man laver i sit eget hoved. Og specielt i disse tider, hvor teknologien har udviklet sig så meget og gør det lettere for folk med handicap at blive en del af arbejdsstyrken. (...) Og hvis du er lige så heldig som mig, der har personlig assistance, så har du ingen undskyldninger for ikke at gå ud i samfundet som en ligestillet, for når alt kommer til alt, så er det niveau, hvorpå du får succes her i livet og slår igennem i dagens verden, afhængig af din vilje til "at rejse dig" og blive regnet for noget. Lad din stemme blive hørt, for i dette liv får du kun, hvad du selv giver."

Og irske Paddy Slattery har ladet sin meget klare og klangfulde stemme komme til orde på indtil videre to CD'er, hvor han selv har skrevet både tekst og melodi: Debutalbummet *Stand & Deliver* fra 2006 og *Head over Heels* fra 2007. Alene titlerne er sigende for hans drive og tilgang til livet. Metaforerne står i kø for at få luft her; alle med rødderne langt nede i hans trosbekendelse, som efter høstet livserfaring er *mind over matter*, – at ånden er større end materien, at bevidstheden er en så stærk kraft, at alting kan synes



muligt, det handler kun om at indstille sig på det. For Paddy ligger kilden til det hele indenbords, det er bare om at få opladet den indre dynamo.

Hvor kommer inspirationen fra, og er der en sammenhæng med din rygmarvsskade?

- Jeg er ikke sikker på, at der er en sammenhæng, selvom rygmarvsskaden på mange måder har ændret prismet, så lyset brydes på en ny måde. Men nu vi taler om lys, så er det faktisk i mørket, at jeg finder ro og inspiration; dér er lærredet hvidt og umalet, og så skal fantasien og forestillingsevnen sættes i gang for at bringe det til live. Og så er det inspirerende, men i den grad også udfordrende, at lærredet ingen ramme har, der kan begrænse mulighederne.

Så billedligt talt er du maler?

- Man siger, at et maleri maler tusind ord, men modsat kan tusind ord male et ret så godt maleri, og det er på mange måder historien om mit liv. Mine tekster maler således sider af mit livs eksistentielle, poetiske og filosofiske erfaringer og registreringer, fortæller han.

Hvad betyder det for dig, at have fundet din kunstneriske form, det at kunne synge, komponere og skrive tekster?

- Min kunst og min fantasi er min flugt. Det er min inspiration og min fornuft. Det er min licens, min autorisation om du vil, til at give udtryk og luft for mit vanvid. Det er mit univers i min verden, i min dag, i mit sind, i min tåre, i min sjæl. Den er transcendenten af det guddommelige i min krop. Det er den tidløse symfoni komponeret af mit klarsyn, min fornuft, min nysgerrighed og min uro. Den er understrømmen i oceanets dønninger. Det er hvem jeg er, og hvem jeg var og hvem jeg kan være. Det er mit alting. Nå, nu fik du mig helt over i det filosofiske hjørne.

Han er et interessant bekendtskab, denne poetiske, filosofiske, kreative og syngende Irishman. Lyt selv på paddyslattery.com

Forbillede

Paddy har for nylig indsamlet penge til den irske rygmarvsforening ved at skabe offentlig opmærksomhed ved et faldskærmsudspring. - Jeg skaffede penge til S.I.I., Spinal Injuries Ireland, ved at lave det faldskærmsudspring, men for at være ærlig, så var det spændingen ved udspringet, der faktisk motiverede mig til at gøre det. Og jeg mener, at det er vigtigt at vise folk, at visse organisationer som S.I.I. har brug for at udvide folks bevidsthed om, hvad der er muligt for folk med en rygmarvsskade, – og lige præcis dét er lige så vigtigt for dem, som det er for mig mere end de få tusind euros, vi samlede ind. Det handler alt sammen om at fremme en positiv holdning og opmuntre folks egen tro på sig selv. Det er mit højeste mål her i livet.

Forskning i formålsløse

S m

Kroniske smerter, herunder neurogene smerter, er et livsvilkår, som forringer livskvaliteten for mange rygmarvsskadede. I Sverige og Australien viser forskning, at omkring 50 % har neurogene smerter.

Tekst: Nanna Brix Finnerup



De såkaldte neurogene smerter efter en rygmarvsskade er ofte svære at behandle og er i mange tilfælde kroniske. I modsætning til "almindelige" smerter, tjener de ikke noget formål og er således ikke et advarsels-

signal om noget potentielt skadeligt. Smerterne beskrives ofte som brændende, prikkende/stikkende, jagende, isnende eller strammende. I nogle tilfælde kan en let berøring eller noget koldt på huden give anledning til smerter. Hos nogle er sådanne vedvarende eller udløste føleforstyrrelser ikke smertefulde, men alligevel meget generende. Smerterne, eller de ubehagelige føleforstyrrelser, kan være lokaliserede ud for eller neden for rygmarvsskaden, i større eller mindre områder. Behandling er ofte vanskelig, typisk bruges medicin, der benyttes til behandling af epilepsi eller depression. Det er dog ikke i alle tilfælde at disse behandlinger virker tilstrækkeligt.

Følsomme celler

Noget af det, der har optaget os, er, hvorfor nogle rygmarvsskadede får svære smerter, mens andre med helt lignende skader ikke får smerter. Ved at sammenligne rygmarvsskadede personer med og uden neurogene smerter har vi kunnet se, at skadens lokalisation eller omfang (fx komplet/inkomplet) ikke er afgørende. Til gengæld har vi set, at rygmarvsskadede med smerter nedenfor skadesstedet oftere har en øget sensibilitet ud for skadesstedet, således at fx et prik eller en berøring føles ekstra kraftigt i dette område. Det tyder altså på, at der findes nogle celler omkring skadesstedet, der er blevet mere følsomme for stimuli. Det er muligt, at visse celler i dette område bliver aktive uden stimuli og konstant sender beskeder til hjernen, der så opfattes som smerte.

Fokus på hjernen

Udover ændringer omkring brudstedet ved vi, at der sker ændringer i hjernen, som kan bidrage til neurogene smerter. Vi er derfor i gang med et PET skanningsstudie, hvor vi indsprøjter et stof, der binder sig til nogle specielle celler (mikroglia) i hjernen. Derved kan vi se, om cellerne er mere aktiverede i hjernen hos rygmarvsskadede med smerter end ikke-rygmarvsskadede og rygmarvsskadede uden smerte. Er dette tilfældet, er der grundlag for at undersøge, om behandlinger, der er rettet mod disse støtteceller, kan mindske smerterne.

Mavesmerter

Smerter i maven kan også være invaliderende for nogle rygmarvsskadede. Sammen med Klaus Krogh fra Kirurgisk afd., Århus Sygehus samt RYK lavede vi en spørgeskemaundersøgelse for at belyse omfanget af denne komplikation. Smerter inde i abdomen opstod typisk mange år efter skaden og faktisk rapporterede 34 % i undersøgelsen kroniske smerter/ubehag i maven. Mekanismerne bag disse smerter er uklare, men hos nogle hænger de formentlig sammen med nedsat tarmfunktion og forstoppelse. Vi har afprøvet forskellige medicinske behandlinger af neurogene smerter efter rygmarvsskade. For nylig afprøvede vi effekten af levetiracetam (keppra). Desværre var der ingen effekt sammenlignet med kalktabletter (placebo), hverken på smerter eller spasmer.

Smerteudvikling over tid

Sammen med Karolinska Sygehuset i Stockholm er vi i gang med et studie, der skal følge den tidsmæssige udvikling af både neurogene smerter og andre typer af smerter efter rygmarvsskade. Vi vil også se på, om der er faktorer i det tidlige forløb, der kan forudsige, om man får smerter i det senere forløb. Dette foregår ved, at vi følger indlagte rygmarvsskadede med en række spørgsmål og en mindre undersø-

gelse af følesansen for både nedsat og øget følsomhed.

Internationalt samarbejde

For at styrke smerteforskningen har Dansk Smerteforskningscenter startet en Europæisk gruppe af eksperimentelle og kliniske forskere med interesse indenfor området. Centeret deltager også i internationale samarbejder omkring udarbejdelse af dataset indenfor smerte og etablering af en international anerkendt klassifikation af smerter efter rygmarvsskade. Farmaceut Cathrine Baastrup er i gang med et ph.d studie på smerteforskningscentret og forsøger at bedre metoder til vurdering af smerter efter en rygmarvsskade hos rotter og forskellige mulige behandlinger. Hun er aktuelt i Gainesville, Florida, hvor man har stor erfaring med eksperimentel rygmarvsskade og smerter. Med en bevilling fra Veluxfonden er det gjort muligt, at Dansk Smerteforskningscenter også fremover kan forske i dette område.

Nanna Brix Finnerup er cand.med. ved Aalborg Universitet. Den 12. december holdt hun et offentligt forsvar for sin doktorgrad med titlen "Central pain in spinal cord injury". I samme anledning inviteres medlemmer af RYK til en aften på Paraplegifunktionen, hvor man kan høre Nanna Brix Finnerup fortælle om sin forskning. Læs om arrangementet på næste side.

Portrætfoto: Kommunikationsafdelingen, Århus Sygehus.

Dansk Smerteforskningscenter ved Aarhus Universitetshospital har i tæt samarbejde med Paraplegifunktionen i Viborg, og også med Klinik for Rygmarvsskadede i Hornbæk og RYK, forsket i neurogene smerter efter en rygmarvsskade.

erter

Indbydelse

En aften med Nanna Finnerup

RYK inviterer alle medlemmer og indlagte på Paraplegifunktionen i Viborg til en aften med læge og smerteforsker Nanna Finnerup.

**Arrangementet foregår torsdag
15. januar 2009, kl. 19.00**

Nanna Finnerup, Paraplegifunktionen og Dansk Smerteforskningscenter ved Aarhus Universitetshospital har forsket i neurogene smerter efter en rygmærsskade.

Nanna Finnerup vil denne aften fremlægge resultaterne af sin forskning, som hun forsvare ved et disputatsforsvar på Århus Universitet i december.

Nanna Finnerup vil blandt andet komme ind på følgende spørgsmål:

- Hvor skal jeg henvende mig, hvis jeg har uforklarlige smerter?
- Hvilke behandlingsmuligheder er der i dag?
- Hvad arbejder de med i udlandet?

Arrangementet er gratis.

Ønsker man at spise inden arrangementet vil Niels Sehested bestille spareribs med pommes frites, hvidløgsbrød og salat fra Bones. Det koster 160 kr. Der er mulighed for at købe diverse drikkevarer. Spisningen finder sted fra kl. 17.30 – 18.45.

Af hensyn til arrangørerne bedes interesserede tilmelde sig hos Niels Sehested: niels@sehested.org eller på tlf.: 2232 2191. senest den 10. januar.

Foto: Anders Due Kristensen



Orientering

fra Klinik for Rygmarvsskader

I den forgangne tid har Hornbæk gruppen lavet forskellige arrangementer: Sommerfest i september med 89 deltagere – en festlig aften med skøre tjenere og musik, der inviterede til dans. En patient fra Afghanistan kender nogle musikere, også fra Afghanistan, som kom og spillede og sang en aften. En anden patient har holdt et lysbilledforedrag om sine 10 år på Grønland.

Fokus på smerter

I forbindelse med akkrediteringsprocessen har Neurocentrets kvalitetsudvalg valgt at sætte fokus på forskellige områder i form af kampagner af en uges varighed. I foråret var det faldforebyggelse, og i efteråret har vi haft en uges kampagne om smerter. Hvordan registrerer og behandler vi disse symptomer? Alt sammen med henblik på at forbedre patientbehandlingen.

Patient- og pårørende seminar

Seminaret er afholdt i uge 44 og 45, hvor personalet underviser patienter og pårørende i, hvad det vil sige at leve med en rygmarvsskade. Brugen af rollemodeller (tidl. patienter) har en vigtig plads i programmet. Seminaret sluttede af med en aktiv dag med fokus på arbejde, fritid og idræt.

Glostrup projektering

Der har været i alt fire byggemøder mhp. projekteringen for Klinik for Rygmarvsskader i Glostrup. Det har været en god proces, hvor der har været lydhørhed overfor de patient- og personalerelaterede ønsker, vi har fremført. På den baggrund ser det rigtig lovende ud for fremtidens klinik, såfremt vi kan sikre, at de ønsker, der er lagt ind i planeringen på nuværende tidspunkt, kan fastholdes frem til byggeriet er færdigt. Hvornår dette er tilfældet er til gengæld blevet noget mere uklart efter de seneste udmeldinger fra Region Hovedstaden. Endvidere har der været nogen usikkerhed om hvor mange senge, klinikken får til rådighed ved flytningen til Glostrup. Dette forhold forsøger vi aktuelt at få udredt.

Flytning af ambulatorium

Vort ambulatorium på Rigshospitalet (RH) i København flytter midt i november 2008 til en containerbebyggelse bag RHs centralkompleks. Det er en flytning, der er besluttet meget hurtigt pga. bl.a. tilflyttende afdelinger til RH. De, der skal til kontrol i de nye lokaler, får brev herom, herunder hvor man skal komme ind.

Professor-tiltrædelsesforelæsning

Den 16. oktober holdt professor Fin Biering-Sørensen tiltrædelsesforelæsning på RH for et helt fyldt auditorium. Titlen på forelæsningen var: "Fra ingen til mange, og endnu flere muligheder", og var en gennemgang af rygmarvsskadespecialet med dets udfordringer samt et udpluk af nogle af de mange forsknings- og udviklingsprojekter, Fin har initieret eller deltaget i gennem sin lange løbebane indenfor specialet. Derefter var der en flot reception i RHs repræsentationslokaler med taler af lægelig direktør Jannik Hilsted, centerdirektør Karsten Junker, professor i neurokirurgi Bertil Romner, funktionschef Hanne Gregersen samt Anders Andersen og Viggo Rasmussen fra RYK. Til slut takkede Fin for det hele.

Personalet

Nyt trænin



Restauranten med flot udsigt over Søndersø.

Siden slutningen af august har Paraplegifunktionen i Viborg kunnet tilbyde "gamle", selvhjulpne patienter et fire ugers træningsophold.

Tekst: Lasse Thulstrup, overfysioterapeut

På Paraplegifunktionen i Viborg har vi introduceret et fire ugers træningstilbud til vore "gamle" patienter.

Træningen består primært af fysioterapi, da vi ud fra vores venteliste kan se, at mange af vores patienter har behov for et intensivt træningsforløb i fysioterapien i kombination med at der bliver foretaget en vurdering af deres aktuelle hjælpemiddelbehov i forhold til kørestole og siddepuder.

Den daglige træning består af en individuel tid sammen med fysioterapeuten og deltagelse på et eller flere hold. Desuden selvtræning efter et individuelt, tilrettelagt program – og der er mulighed for selvtræning helt frem til kl. 22.

Der bliver optaget journal af lægen, og såfremt der er behov for det, er det muligt at få hjælp/ rådgivning fra vores ambulatoriesygeplejerske samt fra vores øvrige grupper.

Under opholdet bor man på vores patienthotel. Patienter, der bor tæt på Viborg, kan komme ambulantly. Patienthotellet ligger ca. 600 m fra Paraplegifunktionen. Den nye bjergbane kan benyttes til at komme fra hotel til hospital.

Et løft med sidegevinst

Vi er meget glade for, at det har været muligt at få en opnormering igennem til at kunne varetage disse opgaver. Foreløbig er der 10 patienter, der har benyttet sig af dette nye tiltag, og de har udtrykt stor tilfredshed med det intensive træningsforløb. Her har de kunnet sætte fokus på at yde en træningsindsats uden tanke på at skulle tage sig af de mange opgaver, som man ellers har i en travl hverdag.

Det intensive træningsophold har givet patienterne et løft, hvor der er blevet taget hånd om den enkeltes færdighedsniveau, siddestillingsproblema-

tikker og hjælpemidler. Der er også en positiv sidegevinst, idet de indlagte patienter får mulighed for at blive inspireret og ansporet af de "gamle", erfarne patienter.

Ros til patienthotel

Langt hovedparten har boet på patienthotellet og har udtrykt stor tilfredshed med værelserne og ikke mindst maden. Hotellet giver mulighed for at kunne trække sig tilbage og hvile ud efter en hård træningsdag. Til en start har vi haft fire pladser at råde over, men det vil blive reduceret til to pladser ved udgangen af året. Det

skyldes, at to af hotelsengene skal bruges i forbindelse med udslusningsenge i forhold til de primære, indlagte patienter. *Lasse Thulstrup er overfysioterapeut og administrator af træningsopholdet. Kontakt Lasse Thulstrup for nærmere oplysninger på tlf. 8927 3775 eller 8927 3770 eller mail: lasse.thulstrup@Viborg.RM.dk*

Til et træningsophold skal der indhentes henvisning fra en praktiserende læge eller fra en ambulatorielæge i forbindelse med et ambulært besøg på Paraplegifunktionen.

Orientering fra Paraplegifunktionen

Sidste nyt i føljetonen "Hvor skal paraplegifunktionen være?" er, at der den 22. oktober blev foreslået, at "Regionshospitalet Viborg er vestdansk center for paraplegibehandling, men at den interne organisation i Region Midtjylland belyses nærmere" (Når Sundhedsstyrelsens speciale gennemgang foreligger). Sagt med andre ord: Vi ved stadig ikke noget.

Opnormering

Vi har fået bevilget en opnormering med to senge. Det er planen, at disse skal fremtræde som udslusningsenge og fysisk være på patienthotellet. Det betyder dels, at vi har fået en forøgelse af vores ambulatoriefunktion, da netop de to senge vil blive styret herfra og dels, at vi nu har mulighed for at modtage patienter fra Århus tidligere i forløbet. Der er ansat yderligere en sygeplejerske på 37 timer i ambulatoriet. Det er Birgit Holland, som har været afdelingssygeplejerske i mange år på Paraplegifunktionen, der har fået denne stilling, og hun vil sammen med Susanne Døssing varetage funktion på ambulatoriet. Det betyder, at der skal søges en ny afdelingssygeplejerske til sengeafdelingen.

Træningsforløb

Vi har netop introduceret intensive træningsforløb for "gamle" patienter med ophold på Patienthotellet. (Læs om dette andet sted i dette nummer af RYK!, red).

Årets seminar blev desværre aflyst, der var for få tilmeldinger.

Personalet

Hvor lang tid går der mon før din hjælper kan blive erstattet af en personlig robot? Det var ét af de spørgsmål, "Robot-Individ-Samfund" handlede om, da Ålborg Universitet afholdt en temadag over emnet i slutningen af oktober.

Temadagen bød på følgende emner: Teknologiske – hvor langt er den teknologiske udvikling i dag? – Interface – Ethiske og moralske overvejelser – Demografiske og samfundsvidenskabelige overvejelser – Medmenneskelige overvejelser.

Den tekniske udvikling og de kommende demografiske ændringer skubber voldsomt på udviklingen af robotter, som kan lette hverdagen, som kan underholde, og som ikke mindst kan bidrage til udvikling af hjælpemidler inden for ældreplejen af hjerneskadede til genoptræning. Der blev vist eksempler på robotter, som kunne løfte folk, robotter som ville kunne vaske folk, – denne lignede godt nok lidt en mini-vaskehal, men den skulle efter sigende være utrolig behagelig at blive vasket i. Spørgsmålet for kommunerne er, om velfærdsteknologien kan løse nogle problemer, eller om det er et nyt dyrt teknologi-fix.

Terapeutens holdning

Dette oplæg blev holdt af uddannelseskonsulent og ergoterapeut Heidi L. Løvschall. Hun holdt et opsigtsvækkende oplæg om problematikken med at få indført/bevilget nye teknologier (hjælpemidler) via de kommunale ergoterapeuter. Hendes pointe var, at der hovedsageligt kun bliver uddannet kvindelige sagsbehandlere. Efter hendes mening kunne der godt bruges flere mænd, da de er bedre til at se fordele ved nye tekniske løsninger. En anden pointe var, at der på ergoterapeutuddannelsen ikke bliver undervist en eneste time i hjælpemidler, selvom ergoterapeuters primære ansættelsesområde er indenfor kommunal sagsbehandling.

Brugerens holdning

Oplægget blev holdt af Bente Rey, som er medlem af RYKs bestyrelse. Bente forklarede, hvordan hun som bruger kan få stor glæde af de nye teknologier, såsom robotter. Alle de hjælpere, som Bente har, har hver deres måde at gøre tingene på – de har hver deres habitus – og ofte er den forskellig fra Bentes. Det er her, Bente ser en fordel i robotter som hendes forlængede arme og ben. De gør forhåbentlig kun lige præcis, hvad de får besked på, uden at have indkodet deres egen habitus.

"Menneske og robot; etiske dilemmaer"

Dette oplæg blev holdt af Klavs Birkholm, formand for Etisk Råds udvalg for integration mellem mennesket og de intelligente teknologier. Klavs problematiserede blandt andet: Skal robotter have rettigheder, ligesom dyr har det? Skal robotter ligne os mennesker? Robotten som partner? En kvinde er blevet sigtet for at have "dræbt" sin fiktive mand i et computerspil på nettet. Bliver der inden år 2050 mulighed for at danne ægteskab med en robot?

Se mere om problematikkerne på Etisk Råds hjemmeside: homoartefakt.dk og på HanDiaTek (Netværk om HandicapDialog Teknologi), Netværkscenteret, Aalborg Universitet: 467964.g.portal.aau.dk

Læs med ørerne

For mange mennesker er det den ultimative hygge at kunne smide sig ned på sofaen og læse en spændende bog eller gå tidligt i seng og tage bogen med. Men hvad gør man, hvis balancen ikke holder til, at man kan sidde og læse, eller armene ikke klarer at bladre i en bog i liggende stilling? Svaret er lydbøger.

Tekst: Birgitte Bjørkman • Foto: Morten Bibow

Der er kommet en ny trend. Lydbogstrenden. Mange mennesker har fået øje på mulighederne med de digitale lydbøger. Nu kan man lytte til de mange bøger, man ikke når at få læst i en travl hverdag.

Og som så mange andre gode opfindelser, giver fremgangen af nye medier også en nemmere adgang til bøgernes verden for de af RYK!s læsere, der har svært ved at holde eller bladre i en bog; ikke mindst i liggende stilling, som nok er den klassiske for boglæsere. Slut med læsestativer og bogstøtter. Slut med kun at læse, når man sidder. Den gode læseoplevelse ligger og venter i lydbøger, som er i hastig vækst i takt med den store efterspørgsel. For med lydbøger er det muligt at tage lydbogen med sig, hvor som helst, når som helst, blot man har en mobiltelefon, iPod eller Mp3-afspiller med.

Formater og afspillere

Lydbøger kan købes og lånes både som CD'er og Mp3-CD'er. En Mp3-CD ligner en almindelig CD, men hvor den almindelige CD kun kan rumme omkring 80 minutters musik eller tale, kan en Mp3-CD indeholde langt mere. Det kan den, fordi de digitale lydfiler komprimeres og det er en stor fordel, fordi man i stedet kan nøjes med 1 CD.

Man kan afspille en Mp3-CD på computere, dvd-afspillere, på nye musikanlæg og CD-afspillere, hvis de er mærket med "Mp3". Også mange nye biler kan i dag afspille Mp3-CD'er.

Via computeren kan lydbogen herefter kopieres til en Mp3-afspiller. Vær her opmærksom på, at filerne overføres korrekt, så kapitlerne afspilles i den rigtige rækkefølge.

Skal man købe en Mp3-afspiller for første gang, som er god til lydbøger, er det vigtigt, den kan huske positionen i lydfilen. Det vil nemlig hurtigt blive et stort irritationsmoment, hvis afspilleren hopper tilbage til start, når afspilleren slukkes. En del afspillere, bl.a. DAISY, har en såkaldt bogmærke-funktion, der gemmer positionen i lydfilen, og på DAISY kan også nemt navigere rundt. Dette er en stor fordel; også hvis man benytter samme afspiller til musik eller lytter til flere bøger.

Det er en god ledetråd, at jo flere Mp3-filer bogen består af, jo nemmere er det at finde rundt i bogen. Men det kræver samtidig, at afspilleren har gode sorteringsmuligheder, så den sorterer de enkelte afsnit i korrekt rækkefølge. Kopieringstiden bliver dog længere jo flere filer, bogen består af.

Forhør dig hos forhandleren om afspillerens egnethed for lydbøger.

Udlån

Lydbøger udlånes fra de fleste af landets biblioteker, og udvalget, der tidligere har været begrænset, er ved at komme godt med. Hent

information på biblioteket om deres udvalg af lydbøger til udlån på CD og Mp3-CD. Endvidere har man som bruger af biblioteket også mulighed for at downloade bøger via internettet hos netlydbog.dk og aflytte dem via sin Mp3-afspiller. Med nogle få klik får du adgang til at lytte til lydbøger helt gratis og lovligt. Her er ingen ventetider og ingen dyre gebyrer for sen aflevering. På netlydbog.dk ødelægger den downloadede fil sig selv efter 30 dages lånetid. Endvidere er der mulighed for at streamer lydbøger direkte til sin pc via netlydbog.dk.

Indtil videre kører netlydbog.dk som et forsøg på 49 større biblioteker i Danmark, og flere kommer løbende til. Det forventes, at netlydbog.dk bliver et permanent tilbud og dækkende i hele landet.

Du skal være bosiddende i den kommune, der er med i ordningen og være registreret låner. Hvis du har lånerkort og PIN-kode til nettet, er du allerede godt i gang. Ellers få PIN-kode til dit biblioteks hjemmeside.

Lydbogen ind i mobilen

Det er nu også muligt at downloade danske lydbøger direkte på mobiltelefonen. Gyldendal har indgået en aftale med de danske teleselskaber, så det er muligt at få streamet en lydbog over telefonen, uden det belaster telefonregningen. Lydbøger hentes via teleselskaberne eller med programmet storytel.dk, og prisen trækkes over mobilregningen. Kontroller forinden om du kan bruge din mobiltelefon til storytel.

Shopping

Der findes mange forlag, der i dag producerer og forhandler lydbøger; som CD- og Mp3-CD-format samt til downloading fra nettet. Og priserne på markedet er faldet betydeligt, så det ikke længere er dyrere at købe lydbøger frem for trykte bøger. Udvalget er også blevet større hos boghandlere, og lydbøger er ofte i handlen lige så hurtigt som den trykte udgave ligesom det ofte er gode oplæsere. På nettet skyder den ene download-shop op efter den anden, og for lidt over et år siden startede Lydbogsklubben, hvor man tegner medlemskab på linje med almindelige bogklubber.

Det er dog værd at undersøge kvaliteten på indlæsningen inden køb, da denne er afgørende for den gode læseoplevelse. Her har køb



over nettet er fordel frem køb i boghandlen, da man ofte på nettet kan høre lydclip fra oplæsningen af den valgte bog. Det giver mulighed for at afgøre, om den pågældende oplæser er én, man gider lytte til gennem mange timer.

Hvad enten man er til store romaner, spændende krimier eller historiske biografier, er der ikke længere nogen undskyldning for ikke at tage bogen med i seng. Lad vinteren rase udenfor og hop med på lydbogstrenden, som rigtig mange mennesker har fået øje på. - God lyttelyst!

Fantastisk gevinst

Lene Larsen fra Ledøje har fået øje på lydbogens muligheder.

- Én af mine venner, der har sclerose, fortalte mig, at han lånte lydbøger gennem Dansk Blindbibliotek (DBB). Det vakte min interesse, da jeg ofte må ligge ned pga. smerter og for at aflaste min bagdel.

Lene er tetraplegiker, og det er svært for hende at ligge og slappe af samtidig med at læse i en bog.

- Jeg får ondt i skulderen, og så bliver det ikke til mange sider. Med lydbogen kan jeg ligge og lytte samtidig med at jeg slapper af, og det bliver pludselig ikke tidsspilde at aflaste, men i stedet en god og berigende stund på sofaen, fortæller Lene, der siden

foråret, hvor hun blev medlem af DBB, har lyttet til 40 bøger.

På spørgsmålet om forskellen på læseoplevelsen sammenlignet med en trykt bog, fortæller Lene:

- Jeg synes, lydbogen er en fantastisk gevinst for mig. Der er naturligvis et medie mellem teksten og modtageren, og der er forskel på kvaliteten af oplæsere, men jeg synes, at jeg generelt får en god læse ... eller skal jeg sige lytteoplevelse.

Lene tilføjer, at kildehenvisninger kan virke forstyrrende, når de bliver læst op midt i teksten.

- Man har ikke samme overblik som i en bog. I Blekingegadebanden er der fx

Brug blindbibliotek

Medlemskab af Danmarks Blindbibliotek er ikke forbeholdt blinde, svagtseende og ordblinde. Mennesker med motoriske handicap kan også blive medlem af DBB, hvor man kan låne lydbøger. Lydbøgerne fra DBB ligger på det såkaldte DAISY format, der kan rumme op til 30 timer. De afspilles bedst på en DAISY afspiller, der giver en række navigeringsfordele såsom at springe fra kapitel til kapitel, til en bestemt side eller lægge bogmærke ind. DAISY afspillere kan også variere afspillerhastigheden.

Der er mulighed for at søge kommunen om en DAISY afspiller som hjælpemiddel, oplyser DBB. Lånte lydbøger skal ikke returneres men er kun til personlig brug. Medlemskab kræver dokumentation for handicap gennem speciallæge eller egen læge. Foruden dokumentation skal man personligt skrive under på at ville overholde DBBs vilkår for brug af materialer og services.

Kontakt DBB for mere information på tlf.: 3927 4444 eller læs mere på dbb.dk.

Vind lydbøger

Klik ind på ryk.dk og deltag i en konkurrence om flotte lydbøger.

Forlaget Lytteratur udlodder på ryk.dk fem præmiepakker, der hver indeholder to bøger: Havets Katedral af Ilfonso Falcones de Sierra og Dystopia og Spøgelseslinien af Dennis Jürgensen. Begge fremsendes i formatet Mp3-CD.

Du skal blot svare rigtigt på to spørgsmål senest 31. december for at deltage i lodtrækningen blandt de rigtige svar.

Gennem Lytteratur kan man blive medlem af lydbogsklubben.dk. Her finder man, ud over bestsellere, også nogle af de største klassikere. Lydbøger fra Lytteratur kan du også finde hos din lokale boghandler.

Lytteratur er en del af AV forlaget. Læs mere på lytteratur.com.

mange kildehenvisninger – det skulle jeg lige vænne mig til.

Men når det er sagt, så er der kun fordele tilbage. Jeg kan varmt anbefale andre, der af praktiske grunde ikke tager en bog med i seng, at kaste sig over lydbøgerne, slutter Lene Larsen.

Janus Steen Møller foran Københavns Rådhus, hvor han sidder som Københavns nye programleder for tilgængelighedsområdet.

KØBENHAVN – for alle ... eller ...?

Tekst: Gunnar Evers • Foto: Birgitte Bjørkman

Vi mødes med Janus Steen Møller på Hovedbanegården, hvor Københavns nye tilgængelighedsrute, Strøgforbindelsen starter, og sammen går vi langs Tivoli, Vesterbrogade, Rådhuspladsen og Vimmelskaftet. Ruten fortsætter frem til Kgs. Nytorv.

Overtrædelse

Allerede overfor Hovedbanegården er der problemer. I det nyrenoverede Nimb er der åbnet hotel, økologisk grillbar og supermarked. Alle steder er der trin. (Det skal dog siges, at efter RYK! tidligere havde researchet, blev der allerede efter to dage etableret permanente ramper hos Løgismose supermarked. Læs også artikel i RYK! nr 3.08, red).

RYK!: *Hvordan går det til, at der bliver givet ibrugtagningstilladelse til virksomheder, der helt åbenlyst overtræder Bygningsreglementet?*

Janus: Ja, det ser ud til, at Bygningsreglementet ikke er overholdt i dette tilfælde, hvor bygningerne er ombygget til en helt ny funktion, og jeg har ikke nogen umiddelbar forklaring på, hvorfor det er gået galt.

RYK!: *Løgismose har på eget initiativ ændret adgangsforholdene. Hvad vil kommunen gøre for at sikre, at de øvrige virksomheder opfylder kravene?*

Janus: Jeg vil tage sagen op med kommunens byggesagsbehandlere i Center for Byggeri. Så må vi have gransket, om der er forhold, der skulle have været anderledes.

Dialog med virksomheder

Da vi drejer om hjørnet ved Vesterbrogade ligger restauranter og butikker som perler på snor – med trapper, der gør det umuligt for kørestolsbrugere at komme ind: Tivolishoppen, Bryggeriet og A Hereford Beefstow.

RYK!: *Det er svært at se, hvad det er, der er tilgængeligt på ruten. Den mest synlige forskel er, at der er lagt ledelinier for blinde og svagtseende, men skulle man så ikke kalde det for en blinderute i stedet?*

Janus: Det er bestemt ikke kun en rute for blinde. Mange steder har vi udbedret fortovsbelægninger og mindsket niveauforskelle ved fodgængerovergange.

RYK!: *For mig er det ikke nok at kunne færdes*

på fortovet. Jeg forventer også, at jeg kan komme ind i de bygninger, der ligger på en tilgængelighedsrute. Hvorfor er niveauforskelle til butikkerne ikke fjernet i forbindelse med rutens etablering?

Janus: Kommunen har ikke magt til at kræve, at etablerede firmaer ændrer deres adgangsforhold, men i forbindelse med arbejdet har vi skrevet til alle virksomheder, at ruten nu er en realitet. Efterfølgende vil vi gå i dialog med virksomhederne for at se, om der kan findes en løsning. Det har været vigtigt for kommunen at kunne sige til de forretningsdrivende: "Nu har vi gjort det grundlæggende arbejde, så ville det ikke være en god ide, at I følger det op?" Vi vil også gerne behjælpelige med at fortælle, hvor virksomhederne kan søge om midler til at gøre forretningerne tilgængelige.

Asfalterpølser er billige

RYK!: *Ved langt de fleste fodgængerovergange er det stadig en asfalterpølse, der skal gøre det lettere at forcere kantstenen. Hvorfor nedsænker man ikke kantstene i København, som man gør i langt de fleste andre storbyer?*

I eftersommeren åbnede Københavns Kommune Strøgforbindelsen, som er den første af flere tilgængelighedsruter, der skal gå på kryds og tværs gennem byen. Teknik- og miljøforvaltningen i kommunen har det seneste år haft Janus Steen Møller ansat som programleder for tilgængelighedsområdet, og han er tovholder på arbejdet. RYK! satte Janus stævne for at få en snak om kommunens fremtidige planer og de foreløbige resultater af arbejdet.

Janus: Det har kostet fem mill. kr. at etablere Strøgforbindelsen, og det er meget dyrt med forsænkede kantsten, så asfalten er valgt for at få mest tilgængelighed for pengene.

RYK!: Fra kørestolshøjde er det svært at se, hvad de fem millioner er blevet brugt til?

Janus: Ud over at tilgængeligheden forhåbentlig er blevet bedre, har vi i Teknik- og Miljøforvaltningen fået en stor viden om, hvilke løsninger der fungerer og hvilke, der ikke gør. Denne viden bruger vi i fremtiden – både i forbindelse med nybyggeri og i drift og vedligeholdelse af gader og pladser i byen.

Ingen toiletter på ruten

Alle forretninger – med undtagelse af Metropoli biografen – i Rådhusarkaden er fuldt tilgængelige, men der er ikke mulighed for at komme på toilettet. Ikke engang Restaurant Copenhagen Corner har et handicaptolet, og på hele Strøgforbindelsen er der ikke et eneste handicaptolet.

RYK!: En tilgængelighedsroute af denne længde uden mulighed for at komme på toilettet lyder ikke gennemtænkt?

Janus: Industriens Hus, hvor Rådhusarkaden ligger, står foran en gennemgribende ombygning, og i forbindelse med ombygningen vil vi naturligvis sørge for, at Bygningsreglementet bliver overholdt. Der er et eksisterende handicaptolet på Rådhuspladsen, men jeg er enig i, at det slet ikke er tilstrækkeligt. Vi er helt klar over, at netop handicaptolletter er noget, der efterspørges, og som virkelig er med til at løfte tilgængeligheden i byen.

Stor tilfældighed

Gennem hele Strøget afsløres mangler og tilfældigheder i tilgængeligheden: En forretning har fine adgangsforhold, mens naboforretningen har trin. Det gælder også

Restauranter ligger som perler på en snor på tilgængelighedsruten, og de fleste er utilgængelige. Her A Hereford Beefstow og Bryggeriet på Vesterbrogade; begge med trin op.

nyetablerede forretninger som fx TDC, der bestemt ikke har brugt mange minutter på tilgængeligheden. BR legetøj er i gang med en stor ombygning, og det ser ud til, at de får løst niveauforskellen på en flot måde, mens Danske Bank, hvor gadebelægningen er fjernet på grund af ledningsarbejder, ikke efterfølgende etablerer tilgængelig adgang. Slående er det dog, at de virksomheder, der er etableret af amerikanske kæder, gennemgående har den bedste tilgængelighed.

RYK!: Hvorfor denne store forskel?

Janus: Flere ting gør sig gældende: Ved Danske Bank er det private aktører, der udfører arbejdet. Ofte er kommunen ikke involveret i grave- og reparationsarbejder, og de private entreprenører reetablerer blot, som det så ud før.

Anvendelsen af TDCs lokaler er ikke anderledes end den var tidligere – det er stadig en detailforretning. Var brugen af lokalerne ændret, så der fx var etableret en restaurant, skulle tilgængelighedsproblemet være løst ifølge Bygningsreglementet, men det krav findes ikke, når virksomheden ikke ændrer funktion. Hos BR legetøj er der tale om en gennemgribende renovering, der også omfatter indgangspartiet, så her kræver Bygningsreglementet, at niveauforskelle fjernes.

Købmagergadeforbindelsen

Næste etape bliver strækningen fra Nørre-



Adgang til Hotel Nimb, der åbnede i sommer samtidig med at Københavns Kommunes Teknik- og Miljøforvaltning færdiggjorde byens første tilgængelighedsrute. Janus Steen Møller er enig i, at Bygningsreglementet ikke er overholdt.

vold over Kultorget ad Købmagergade til Amagertorv.

RYK!: Vil den strækning også kun blive forsynet med ledelinier og asfaltpløser på udvalgte steder?

Janus: Købmagergadeforbindelsen er en helt anden – og meget større – historie. På denne strækning er belægningen i så dårlig en forfatning, at der bliver tale om at skifte hele belægningen ud på strækningen. Derfor vil det være naturligt at gå i dialog med de forretningsdrivende inden arbejdet går i gang, så vi får fjernet de fleste niveauforskelle samtidig. Det bliver et stort projekt, hvor arbejdet allerede er startet på





Hvor svært kan det være! Tre tilgængelige butikker på Strøget. Fællesnævner er, at de alle er amerikanske.

Det lykkedes os ikke at finde en cafe på byens tilgængelighedsrute, hvor vi kunne komme ind og få en kop kaffe at varme os på. Her Baresso på Strøget med trin ind.



Tilgængelighedsrutens biograf, Metropol byder sine gæster i kørestol velkommen med dette skilt. På et andet skilt oplyses et telefonnummer, man kan ringe til for assistance.

skrivebordet og afsluttes i 2011, og derefter forventer vi at åbne en eller to nye tilgængelighedsruter om året. Som det ser ud i øjeblikket, er den planlagte forbindelse fra Amager Torv via Torvegade til Christmas Møllers Plads i forbindelse med budgetforliget udskudt til efter 2009.

Samarbejde med organisationer

RYK!: *Hvor er handicaporganisationerne henne i dette arbejde?*

Janus: Vi er i stadig dialog med interesseorganisationerne og bruger også de gode råd og input, vi får derfra. Når det kommer til en endelig godkendelse af krav og virkemidler, bruger vi Statens Byggeforsknings Institut og Vejdirektoratet, fordi vi ikke mener

handicaporganisationerne skal bruges som gidsler i disse sager.

RYK!: *Hvordan kan du sikre, at en ny "Nimb" sag ikke opstår – og dermed undgå efterfølgende dyre og halvdårlige løsninger?*

Janus: Nu må vi først se på, hvad der er sket i forbindelse med byggesagsbehandlingen af Nimb, men vores fokus er at blive endnu bedre til at sikre tilgængelighedskravene opfyldt i tæt samarbejde mellem bygherre, vejmyndigheder og byggemyndigheden.

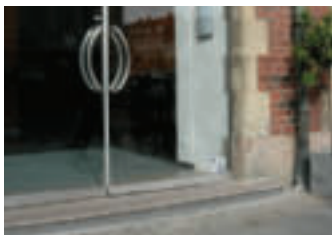
Vi tager afsked med Janus Steen Møller, og ser os forgæves om efter en café, hvor vi kan komme ind og få en tiltrængt kop kaffe. Lidt absurd, når vi befinder os midt på Strøget på Københavns nye tilgængelighedsrute.

RYK! sætter sin lid til, at Købmagergadeforbindelsen bliver meget bedre, når indsatsen koordineres med de forretningsdrivende.



Trin til TDC og Danske Bank på Strøget - ingen god reklame for ruten.

Rutens endnu eneste kørestolstoilet ligger på Rådhuspladsen. Kommunen har udarbejdet en handleplan for offentlige toiletter i København, men ifølge Monica Thon (Miljø- og Teknikudvalget for R i Borgerrepræsentationen, red.) betyder budgetforliget, hvor Socialdemokraterne pludselig vendte på en tallerken og indgik forlig med V, K og O, at den handleplan er lagt tilbage i skrivebordsskuffen til efter 2009. Det har betydet, at oprettelsen af 25 nye handicaptolletter, der indgik i planen, foreløbig er skrinlagt.



Øverst: Royal Copenhagen byder velkommen med trin. Andre butikker har selv fundet på løsninger, men det er ikke altid velegnet og sjældent kønt. Her Bikbok og Illums Bolighus.

Byforalle.dk

BY FOR ALLE programmet under Københavns Kommune, Teknik- og Miljøforvaltningen, har lanceret en ny hjemmeside: kk.dk/byforalle. Den nye hjemmeside skal fungere som opslagsværk og informations- og inspirationsportal for tilgængelighed i byen. Herunder eksempler på de tilgængelighedsprojekter, BY FOR ALLE er engageret i samt generelle målsætninger og baggrund for By FOR ALLE programmet. Desuden kan man finde inspiration til tilgængelighedsløsninger i forbindelse med anlægsarbejde og links til diverse organisationer, der har med tilgængelighed at gøre. Det er kommunens ønske, at hjemmesiden kommer til at fungere som et pejlemærke i arbejdet med tilgængelighed i København. Siden skal kunne benyttes af alle, der ønsker information eller inspiration indenfor emnet. Derfor er det afgørende, at der bliver linket til siden fra diverse organisationer på samme måde, som BY FOR ALLE sørger for at linke til dem. Over tid er målet, at siden bliver en 'interaktiv håndbog' i tilgængelighed. Det vil sige, at siden vil blive formet på baggrund af de forskellige brugeres behov.

BB



BLIV GODT KØRENDE!

Lej handicapbiler



Klik ind på handiauto.dk og find personbiler, busser og minibusser til fordelagtige lejepriser.

HandiAuto
Omøgade 8, st.
2100 København Ø

Telefon: 3920 6464
info@handiauto.dk
www.handiauto.dk

HandiAuto

BILER DER GØR EN FORSKEL

Nye bilregler

trækker i langdrag

Efter GULT lys i årevis vil lysreguleringen endelig skifte til GRØNT for moderne, enkle og gennemskuelige bilregler – men tidligst fra januar 2010.

Tekst: Viggo Rasmussen og Bente Ovesen

Kritikken af bureaukratiske bilregler har længe stået i kø. Ikke bare berettiget kritik fra DH, RYK og andre handicaporganisationer er haglet ned over Velfærdsministeriet. Karen Jespersen har også været kaldt i samråd i Folketingets Socialudvalg og stået model til adskillige § 20 spørgsmål fra utålmodige folketingsmedlemmer.

Forligstekst varsler skred

Men endelig er der skred i sagen som led i den kvalitetsreform, regeringen vil indgå med Dansk Folkeparti og Liberal Alliance.

Fra forligsteksten til ny finanslov for 2009 kan vi citere:

"... enige om at modernisere og afbureaukratisere reglerne om støtte til køb af handicapbil. Reglerne skal forenkles og gøres mere gennemskuelige - til gavn for både den enkelte borger og ansatte i kommunerne, der skal administrere reglerne. Parterne er endvidere enige om behovet for at rette op på en række uhensigtsmæssigheder ved de nuværende regler. Det skal eksempelvis sikres, at borgerne ikke kommer i økonomisk klemme ved en udskiftning af bilen før tid, for eksempel ved totalskade. Regeringen vil fremsætte lovforslag herom i foråret 2009 med henblik på, at ændringerne kan træde i kraft fra 2010. Der afsættes en økonomisk ramme fra kvalitetspuljen på 15 mio. kr. årligt i 2010 og 2011. I 2009 afsættes endvidere 2 mio. kr. fra kvalitetspuljen til det videre udviklingsarbejde, herunder blandt andet til en nærmere kort-

lægning af kommunernes sagsbehandlingspraksis og støttetildeling samt en analyse af den proces, som borgeren skal igennem ved tildeling af støtte til køb af bil."

Man må undre sig!

Forliget er det første tegn på politisk vilje til at ændre de udskældte bilregler, og at forbedringer koster noget. Men der er langt ad vejen tale om generelle vendinger, som rejser en række spørgsmål: Finansministeriet og Velfærdsministeriet har det sidste år haft en arbejdsgruppe nedsat til at komme med et udspil til nye bilregler – i foråret 2008. Hvad har de egentlig lavet?

- Hvorfor skinner arbejdsgruppens forarbejde ikke tydeligere igennem i forligsteksten?
- Kan vi forvente en gennemgribende reform eller kun småjusteringer?
- Hvad betyder "reglerne skal forenkles og gøres mere gennemskuelige" på det konkrete plan?
- Hvordan kan et udviklingsarbejde til 2 mio. kr. i 2009 danne grundlag for et lovforslag, der skal fremsættes i foråret 2009? – og holder denne deadline?
- Hvorfor er der afsat 2 x 15 millioner kr., og hvor langt rækker de?

RYK har planer om (og midler til) at udgive en ny bilguide. "Kend din handicapbil" er for længst udsolgt, og indholdet bliver ifølge finanslovsforliget uaktuelt om ét år.



“Det var vildt! Jeg faldt af fire gange”

- Det var så sjovt! Fantastisk! Jeg sov ikke hele ugen!

De muntre ord kommer fra Rita Christensen, der som nyskadedet og stadig indlagt på Klinik for Rygmarvsskader i Hornbæk deltog på sommerkurset i uge 30. Hendes opfordring til andre nyskadede er da også:

- Ta' med! Man får så meget med tilbage.

Det var vildt!

Rita fortæller, at hun fik meget mere ud af at deltage på sommerkurset end hun havde turdet forvente.

- Alle var meget åbne. Selvom man kommer over alene, og mange kender hinanden, så får man hurtig kontakt med andre deltagere ... man får lejlighed til at møde andre i samme situation og lære om mulighederne i et nyt liv.

Og så var det også en befrielse at komme lidt væk fra sygehusets fire vægge, betror Rita mig.

Rita overvejede at tilmelde sig idrætsholdet men valgte friluftsholdet. Det fortrød hun ikke.

- Det var lige mig!

Rita fortæller glad om træklating, kajak-sejlsads, orienteringsløb og mad over bål og sender i samme åndedrag en stor ros til hjælperne.

- De gjorde rigtig meget for at vi fik nogle gode oplevelser på holdet.

Også vanddagen vækker gode minder og fremkalder endnu et smil hos Rita, der prøvede at sidde på bananen, der i hastig fart suser gennem bølgerne efter en motorbåd.

- Det var vildt! Jeg faldt af fire gange!

- Og så fik jeg lært at danse! Nu ved jeg, hvordan jeg skal gøre, når jeg skal ud med mine venner i Grønland, fortæller Rita og håber, at hun snart bliver udskrevet og kan vende hjem til familie og venner i Sisimiut.

Ville udfordre mig selv

Det var personale fra Klinik for Rygmarvsskader, der foreslog Rita at tage med på sommerkursus.

- Der kom også én fra RYK en aften og fortalte om sommerkurset. Jeg var desværre syg, men min mor og andre patienter hørte om det, og de gav mig en folder om kurset. Rita fortæller, at hun da var lidt bekymret for, hvordan det skulle gå, men er glad for, at hun tilmeldte sig.

- Da jeg sad med skemaet, skulle jeg svare på spørgsmålet: "Skal du have hjælp?". Det tænkte jeg lidt over, men besluttede mig for at skrive "Nej". Jeg havde brug for at udfordre mig selv. I stedet endte det med, at jeg hyggede mig med en andens hjælper, ler Rita og sender mig et af sine skæve smil.

Forbillede for hinanden

Da Rita tog turen over til Egmont Højskolen i juli, var det kun fire måneder siden, hun forulykkede i Idaho i USA. Her opholdt hun sig hos en værtsfamilie som udvekslingsstudent, da en kælketur i marts fik fatale følger. Sammen med værtsfamilien var Rita taget ud og kælke, men dagens sidste tur gik galt. Under faldet brækkede Rita ryggen tre steder.

Allerede under sin indlæggelse på sygehuset i Idaho, blev Rita et forbillede for andre nyindlagte rygmarvsskadede.

- Jeg var hurtig til at lære mig teknikker til forflytning og påklædning, så personalet optog en film, hvor jeg bl.a. viser en række forflytningsteknikker.

Selv har hun også haft glæde af de tidligere patienter, hun har mødt på Hornbæk.

- Dem, der kommer til tjeck, spejler man sig i. De lærer én, hvordan man kan gøre tingene. Det er beroligende at høre, at så meget kan lade sig gøre. Det var også derfor, jeg var så glad for at være med på sommerkurset, fortæller Rita.

Må ud i naturen

I Ritas hjemby Sisimiut på Grønlands Vestkyst venter hendes forældre, som har tilpasset deres hus til Rita. Rita fortæller: - Jeg vil gerne have min egen bolig, men

Det var en sejr!

På sommerkurset i uge 30 var hun kandidat til at vinde RYKs vandresymbol "Det gyldne kateter" – for sit gå-på-mod, gode humør og smittende smil. Nu sidder jeg på en lidt kølig septemberdag overfor 18-årige Rita Christensen fra Sisimiut i Grønland i én af genoptræningslejlighederne i Hornbæk, og uge 30 ligger allerede to måneder tilbage. Men da snakken falder på sommerkurset, lyser Rita op i et stort smil:
- Åh! Det var fedt.

Tekst: Birgitte Bjørkman • Foto: Kasper Rander

kommunen kan endnu ikke tilbyde mig en egnet bolig, så i starten må jeg bo hos mine forældre.

Redaktørens indtryk af Grønland er et land som er svært fremkommeligt i kørestol. Det må kræve andre hjælpemidler end hvad der kræves til en villavej i Danmark.

- Ja, vi har mange fjelde og bakkede terræner. Det er også det, jeg er mest bekymret for. At jeg ikke kan komme ud i naturen.

Rita har dyrket langrend siden sin barndom og konkurreret i sprint, langdistance, skøjte- og stafetløb. Og i USA trænede hun dagligt for at deltage i verdens hårdeste langrendsløb, Artic Cirkel Race, der finder sted i Sisimiut hvert år. Her samles skiløbere fra hele verden til det 160 kilometer lange løb over tre dage midt i den storslåede grønlandske natur.

- Dét vil jeg savne, fortæller Rita, der netop er blevet kåret som året idrætstalant 2007

På modsatte side: Rita Christensen (nr. to fra venstre) sidder på bananbåden sammen med de øvrige vovehalse og venter på at blive trukket ud over bølgerne af skolens speedbåd.

Til højre fra øverst og ned: Håndcykling og kajak på havet var blandt aktiviteterne på fritidsholdet. På holdet blev der én af aftenene lavet mad over bål.

af Sisimiut Kommune. - Men jeg er glad for at jeg på sommerkurset fandt ud af, at jeg fx kan sejle i kajak. Jeg må finde mig nogle nye muligheder for at være aktiv. Finde noget, jeg kan brænde for!

- Og så er det vigtigt for mig, at jeg stadig kan komme ud i naturen. Det er da også mit håb, at jeg, foruden bil, bliver hjulpet med bl.a. en firhjulstrækker og snescooter,

så jeg kan tage ud i fjeldene og på isen sammen med mine venner. Jeg vil med!

Hjemme venter udfordringerne

Når Rita vender hjem, starter hun på





“Det er vigtigt for mig, at jeg stadig kan komme ud i naturen.”

Teknisk Gymnasium, også kaldet HTX.

- Skolen er jo begyndt, men jeg har måttet vente på min kørestol. Før kan jeg ikke udskrives. Men jeg har fået lov at starte i klassen, så snart jeg kommer hjem forhåbentlig meget snart. Jeg glæder mig meget til at komme hjem og starte i gymnasiet, fortæller Rita, der forventer, at det bliver lidt svært i begyndelsen.

- Skolen er ikke helt så tilgængelig ... men så er der forhåbentlig nogle lækre fyre, skynder Rita sig at tilføje og sender mig endnu et af sine skæve smil.

- Jeg skal bare hjem og i gang med mit nye liv. Gense mine venner og håbe, at det heller ikke bliver for svært efter så lang tid. Nogle venner har Rita slet ikke hørt fra efter ulykken.

- Det gør det ekstra svært, fordi jeg ved ikke, hvordan de vil se på mig. Hjemme i Sisimiut venter udfordringerne. Det ved Rita.

- Nogle har spurgt mig, om jeg ikke hellere vil bo i Danmark. Men hvis jeg flytter, hvem skal så kæmpe for bedre tilgængelighed i Sisimiut? Så bliver der aldrig ændret noget! Jeg håber, jeg kan gøre en forskel, fortæller Rita meget afklaret.

Med Ritas positive sind er jeg ikke i tvivl om, at hun vil tage tilbage til Sisimiut og kæmpe et par slag for tilgængelighed og bedre vilkår for mennesker med handicap i Grønland.

Min snak med Rita bekræfter, hvorfor mange af sommerkursets deltagere mente, Rita havde gjort sig fortjent til ”Det gyldne kateter”. Hvad det betød for Rita, er hun ikke i tvivl om.

- Det var en sejr at blive set som en fighter ... og jeg skal helt sikkert med igen næste år!

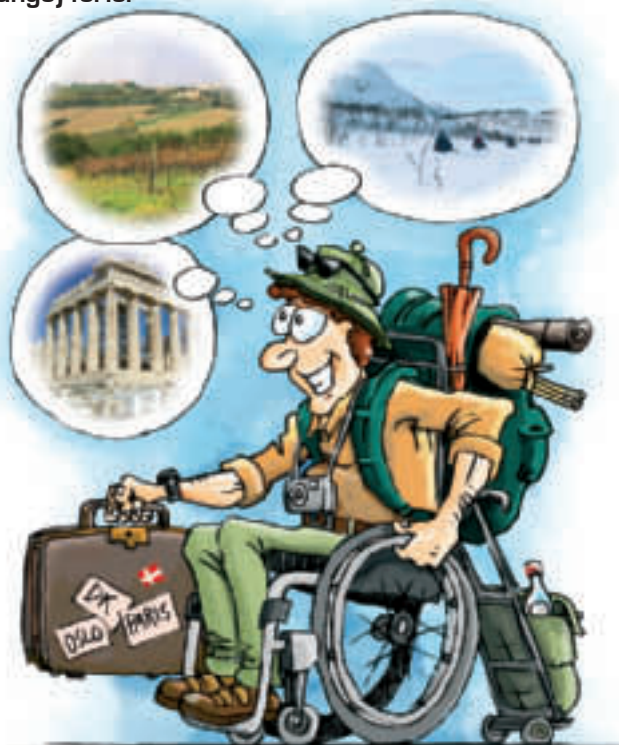
Og da jeg pakker min blok ned i tasken, indskyder Rita:

- Husk nu at være positiv, når du skriver om mig!

Sommerkursets friluftshold bød bl.a. på trækltring.

Hold da helt ferie!

- er temaet for RYKs forårsseminar 2009. Kom med på en ”miniferie” i Dronningens Ferieby med dejlig mad, sjov underholdning, godt selskab – og masser af inspiration og information til din næste (lange) ferie.



Hvad kunne du tænke dig? Råhygge med familie og venner i et super sommerhus herhjemme? Nogle kulturelle oplevelser i en af Europas storbyer? Aktiv ferie – måske med sne og bjerge? Sol og varme? Shopping? God mad og dejlige vin? Eller en oversøisk rejse til Afrika eller Australien eller ... ?

Om du er til ekstremsport eller ekstremafslapning står verden åben for dig! Kom og hør eksperterne – både de professionelle og de erfarne RYK rejsegledede – om hvordan du kan arrangere din drømmerejse.

Indbydelse sendes ud til alle RYK medlemmer i januar. Men sæt kryds i kalenderen allerede nu! Tilmelding kan også ske fra den 15. december på ryk.dk. Og husk at fortælle julemanden, at du gerne vil med ... !

Mange hilsner fra Seminargruppen
Jane Horsewell, Bente Rey og Helle V. Christensen

PRAKTISK INFO

Forårsseminaret afholdes i Dronningens Ferieby, Grenaa Strand fra **fredag den 27. februar til søndag den 1. marts 2009**. Prisen pr. person for RYK medlemmer er kr. 1.500 – inklusiv måltider. RYK betaler kørsel efter DHFs gældende takster. Der vil være et hold RYK hjælpere til stede for dem, som ikke har personlig hjælper. Se kursusprogram og tilmeldingsblanket på ryk.dk

Vinteren er over os og dermed er skisæsonen også skudt i gang. RYK! har set på mulighederne for kørestolsbrugere.



Sid ned og ski!

Tekst: Peter Marx • Foto: Sitski.com

For mange rygmarvsskadede er skiløb noget, der hører fortiden til. Selv om skiferie førhen var et glædeligt afbræk i den kedelige vinter, forbindes det nu med uoverskuelige fysiske forhindringer og unødigt kulde. En aktivitet, der ikke overvejes seriøst.

Sådan er der ingen grund til at have det. Det tager lidt tid at genvinde tilstrækkelig kontrol over skiene. Men derefter kan man atter opleve den dejlige, svævende fornemmelse af frihed, når man danser ned af bjerget – i sol og frisk bjergluft. Det er bestemt uma-gen værd.

Råd hos skilærere

Jeg er c5-c6 tetra, har kun lidt triceps og nærmest ingen balance. Jeg prøvede to forskellige typer 'sit-ski' i Colorado, og når jeg kan, er der masser af kørestolsbrugere, der også kan. Men jeg vil stærkt anbefale alle, der prøver for første gang, at tilmelde sig en skiskole. En stærk para kan selv komme op efter styrt og på plads i liften, men ellers vil man have brug for en hånd. Under alle omstændigheder er der masser af gode råd at hente hos en skilærer.

Skityper

Der findes flere forskellige typer ski, alt efter éns styrke, balance og så videre. Den sværeste at mestre er mono-skien, som, meget groft sagt, er et sæde på en støddæmpende 'stang', der sættes fast på en enkelt ski. Der skal lidt øvelse til at kontrollere mono-skien, for den er meget følsom. Men, når først man kan, er det også den mest fleksible og den, der minder mest om gåendes skiløb.

Bi-skien eller dual-skien, er lidt lettere at komme i gang med, men også lidt kedeligere i længden. Den er bygget op ligesom mono-skien men er lidt lavere, og 'stangen' sidder på to sammenspændte ski. Man skal lægge en del mere vægt i for at svinge rundt, og det er nok svært at tage en pukkepist i høj fart. Men man kan sagtens få knald på ned ad bakken.

Til begge typer ski har man stave med små ski på, de hjælper gevaldigt til med at holde balancen og de kan også bruges til at bremse og støde fremad på fladt terræn. En hjelm er også god at have og følger vist normalt med i leje af sit-ski.

Skiskoler

Danske kørestolsbrugere har generelt ikke

vist særlig interesse for skiløb, i modsætning til resten af befolkningen. Men ifølge John Vestergaard, der er formand for DHIFs wintersportsudvalg, bliver forholdene for kørestolsbrugere hele tiden bedre. Flere skisportssteder opretter skiskoler for handicappede og har udlejning af sit-ski. Og udstyret bliver hele tiden udviklet og gjort lettere.

Jeg har hørt meget godt om hotel Weissespitze i Østrig, hvor der er en kørestolsbruger i familien, og alt derfor er indrettet derefter. Det ligger ved en gletcher med 36 km piste og nært skisportsstedet Kaunertal.

Se weissespitze.com. Stedet er også beskrevet på RYKs hjemmeside, hvor der er masser af anden information. Se ryk.dk/artikel/30/513.

Der er billeder af udstyr, samt videoklip fra løb på de forskellige typer ski på: spokesmotion.com. Fra Sverige og Østrig findes disse oversigtssider: totalskiskolan.z.se og dk.tirol.at/xxl/dk/895411/index.html. Se også sitski.com og den norske: sitski.no.

Rejsebureauet HandiTours har også skirejser med ophold og instruktør i en række lande. Se handitours.dk eller ring for info: 2091 3624.

RYK'ter

Generalforsamling
RYKs generalforsamling 2009 holdes
lørdag den 30. maj hos Coloplast i
Humblebæk.
Sæt kryds i kalenderen!

Nyt fra bestyrelsen

Jens Bo Sørensen, kasserer i RYK har været aktiv i opstarten af den nye forening, **Landsorganisationen Borgerstyret Personlig Assistance (LOBPA)**. LOBPAs formål er at varetage de borgers interesse, der får BPA (afløser for den nuværende hjælpeordning). Jens Bo er midlertidigt bestyrelsesmedlem frem til den første generalforsamling primo'09. Vores **Sociale Rådgivning**, der blev startet af Vibeke Sørensen og Jens Bo Sørensen er nedlagt. Siden 2005 har de hjulpet medlemmer i socialretslige spørgsmål med særlig ekspertise i hjælpeordninger. Pga. stort arbejdspress har de fundet sig nødsaget til at stoppe. Vi siger tak til de to for den uvurderlige støtte, de frivilligt og ulønnet har givet mange af vores medlemmer. Til de medlemmer, der har brug for hjælp, henvises der til Dansk Handicap Forbunds Rådgivningsteam, som vores egen rådgivning har samarbejdet med, på tlf.: 3929 3555 eller mail: social@dhf-net.dk Den 26. september havde vi det tilbagevendende **møde med ledelsen på Paraplegifunktionen** i Viborg. Her blev der orienteret om aktuelle projekter i hhv. RYK og Paraplegien. Derudover diskuterede vi strukturen i den fremtidige behandling af rygmarvsskadede, hvor vi må konstatere, at vi ikke er enige, men at vi respekterer hinandens syn på det. Den 27. september var der indkaldt til **arbejdsdag**. Repræsentanter fra bestyrelsen og diverse arbejdsgrupper var

samlet for at diskutere RYKs fremtid, prioriteringen af indsatsområder, og i det hele taget hvad vi kan gøre bedre. Vi havde en særdeles god debat, der resulterede i mange konstruktive forslag, som vi vil arbejde videre med. Midt i oktober holdt **Dansk Handicap Forbund kongres**. RYK var repræsenteret ved Bente Rey og Mikkel Bundgaard. Ca. 130 delegerede fra hele landet deltog, og et væsentligt punkt på dagsordenen var en række workshops, der skulle diskutere fremtidigt arbejde i DHF. Det var emner som socialpolitik, arbejdsmarkedspolitik, borgerstyret, personlig assistance etc. Bente blev valgt ind i hovedbestyrelsen med et imponerende stemmetal på ca.100. Anders J. Andersen valgte at trække sig fra sine poster i Hovedbestyrelsen og Forretningsudvalget. Det har været godt for RYK at have den direkte kontakt til Forretningsudvalget, så stor tak til Anders for at have taget den tørn. Den 19. september blev der holdt **reception på Egmont Højskolen** i anledning af Ole og Lise Lauths fødselsdage på henholdsvis 60 og 90 år. Der var ca. 400 gæster, og RYK var repræsenteret. RYK gav Ole et kunstværk af vores eget medlem, Sofia Stensland. Den 16. oktober holdt Fin Biering-Sørensen en **tiltrædelsesforelæsning** i anledning af udnævnelse af ham som professor i neurologi med speciale i rygmarvsskader. (Se side 11, red.).

Mikkel Bundgaard, formand

Pårørende søges

RYK er gået i gang med at skrive en guide for pårørende til rygmarvsskadede. I den forbindelse søger vi input fra pårørende.

RYK efterlyser oplevelser og spørgsmål (og svar) fra pårørende i deres møde med det danske sundhedsvæsen. Spørgsmål som: Hvad savnede du ved indlæggelsen? Og ved den senere rehabilitering? Og da du kom hjem? Fik du tilbud om samtale med psykolog eller lign.? Hvad fungerede godt? Og skidt? Fik du tilstrækkelig information? Hvad bør gøres bedre fremover? Alle input er velkomne.

Send en mail til jbs@ryk.dk.

JBS

Er du rygmarvsskadede, så vis dette opslag til dine pårørende.

RYKs frivillige arbejdskraft

En forening som RYK lever af sine tillidsfolk og deres virkelyst. RYK har en række velfungerende arbejdsgrupper, som arbejder selvstændigt. Denne flade struktur er vigtig for at den enkelte føler medejerskab og ansvar for opgaverne. Vi er alle sammen vores tillidsfolk tak skyldig. De arbejder hårdt for "sagen", og de kan altid bruge et klap på skulderen – og det får de nok for sjældent. Hermed en stor tak til alle, der bidrager til, at RYK kan udføre sine mange aktiviteter og opgaver. Men vores tillidsfolk kan også godt bruge nogle flere kolleger. Så har du mod på lidt meningsfyldt og nærværende arbejde, så kom frit frem. Vi byder alle velkommen, der har interesse i og evne til at gøre et stykke frivilligt arbejde.

Mikkel Bundgaard, formand

Støt RYK

I RYK har vi mange gode idéer – alle sammen til glæde for vores ca. 1.200 medlemmer – men det er ikke altid, pengene slår til. Vi har behov for din gave. De første 500,- kr. kan ikke trækkes fra i skat. Man kan max fratække 6.400,- kr. Beløb indbetales på giro 575 3759 eller send en check til kassereren. Husk at angive, at der er tale om en gave. Har du spørgsmål, kan du kontakte RYKs kasserer Jens Bo Sørensen, Storfyrstinde Olgas Allé 3, 2750 Ballerup, tlf. 4466 5033 eller e-mail: jbs@ryk.dk. Du kan læse mere på ryk.dk/giv.

Jens Bo Sørensen, kasserer

Invitation

til gående rygmarvsskadede

Johnny Walker i RYK inviterer til temadag om forebyggelse og behandling af slidskader hos gående rygmarvsskadede lørdag den 17. januar 2009 på Paraplegifunktionen i Viborg. Overfysioterapeut Lasse Thulstrup og sygeplejerske Susanne Døssing vil dele ud af deres viden om, hvordan vi bevarer vores gangfunktion, forebygger slidskader og tackler de gener og smerter, der ofte følger med en rygmarvsskade. Efterfølgende bliver der mulighed for drøftelse af ideer og ønsker til arbejdet for RYKs gående rygmarvsskadede.

Program for dagen:

11.30 – 12.00: Ankomst
12.00 – 13.00: Frokost
13.00 – 13.15: Velkomst og præsentation
13.15 – 15.00: Oplæg v/Lasse Thulstrup og Susanne Døssing
15.00 – 15.30: Kaffepause
15.30 – 16.30: Spørgsmål og erfaringsudveksling
16.30 – 17.30: Gående i RYK. Drøftelse af ideer og ønsker.
17.30 – 18.00: Afrunding og pause
18.00 – : Middag

Deltagelse i arrangementet er gratis, og alle rygmarvsskadede med gangfunktion er velkomne.

Arrangementet afholdes i lokale "Rød stue", Søndersøparken 11, 8800 Viborg.

Tilmelding senest den 5. januar til Anders Bigum, abigum@city.dk, tlf. 7516 9699 eller Lotte Tobiasen, lottetobiasen@stofanet.dk, tlf. 8629 4070. Ved tilmelding bedes du oplyse, om du ønsker at deltage i den efterfølgende middag.

Du er velkommen til at kontakte os, hvis du har spørgsmål til arrangementet eller gerne vil vide mere om Johnny Walker og arbejdet for gående i RYK.

På Johnny Walkers' vegne
Anders Bigum og Lotte Tobiasen

Johnny Walker er et udvalg i RYK, der har fokus på gående rygmarvsskadede og deres særlige problemstillinger. Læs mere på ryk.dk/walker.

RYK! udgives af **RYK**, som er den landsdækkende interesseorganisation af og for rygmarvsskadede i Dansk Handicap Forbund.

Hvad enten du vælger at være medlem af **RYK** eller abonnent på **RYK!** lover vi dig, at du får fuld valuta for pengene. Som forening og som magasin er vi anderledes og spændende og sætter information og indsigt til vore medlemmer og læsere højt.

Ja, jeg vil gerne modtage RYK! fire gange årligt inkl. porto:

- | | |
|--|-----------|
| <input type="checkbox"/> *Medlem | kr. 260 |
| <input type="checkbox"/> **Par | kr. 390 |
| <input type="checkbox"/> Alm. abonnement | kr. 195 |
| <input type="checkbox"/> Udlandsabonnement | kr. 220 |
| <input type="checkbox"/> Firmaabonnement 5 stk. | kr. 900 |
| <input type="checkbox"/> Firmaabonnement 10 stk. | kr. 1.700 |
| <input type="checkbox"/> Firmaabonnement 15 stk. | kr. 2.400 |

*/**Som medlem af RYK - Rygmarvsskadede i Danmark og Dansk Handicap Forbund modtager du foruden RYK! også DHFs medlemsblad Handicap-Nyt.

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr./By: _____

Tlf.: _____ Fødselsår: _____

Kommune: _____

Handicap Ikke-handicap

** Partners/ægtefælles navn:

Navn: _____

Handicap Ikke-handicap

Underskrift: _____

Blanketten sendes til:



Rygmarvsskadede i Danmark
Hans Knudsens Plads 1A
2100 København Ø





Sofia på sit værksted. Her blandt krukker og kasser med matte, skinnende og rustne metaldele finder hun inspiration til sine mange billedcollager.

Jeg finder Sofia Stensland på et gammelt husmandssted bag bakkerne i Jeksen Dalen ved Skanderborg. Her bor hun sammen med sin kæreste, hunden Maluna og otte katte. I husets udestue har 42-årige Sofia indrettet sit værksted. Her er der vinduer ud til marker og bakker, og lyset falder flot ind ad de store vinduer. Og det er også her, at Sofia finder kilde til inspiration.

- Naturen forærer mig meget. Mest til inspiration men også med materialer. Fx muslingskaller, sten eller et fint lille træstykke, der er slidt af tiden tand.

Sofia betegner selv sin kunst som billedcollage i metal med inspiration fra ikoner. Hun arbejder med sand, skifer, metal, bly, kobber, zink og kobbertråde. Sofia finder også kilovis af gamle metaldele og kobberkrukker på den lokale genbrugsstation.

- Jeg inspireres af metallets farver og struktur og gemmer alt. Gamle kobberting har nogle fantastiske irringer i blå og grønne farver.

Lidt tilfældigt

Sofias interesse for metalcollager startede lidt tilfældigt.

- Det var min faster, der satte det hele i gang. Hun er kunstinteresseret og så en collage på en stenplade, jeg havde leget lidt med. Hun blev begejstret og inspirerede mig til at lave flere.

Sofia fandt ud af, at hun kunne skabe den samme rå struktur som stenpladen ved at lime sand på lærred.

- Det gav samme effekt, og så var det mere praktisk at arbejde med, fortæller Sofia, der hurtigt fik ordrer fra venner og familie.



Positivt budskab

Og så er der den spirituelle inspiration. Englekortene. Sofia har fundet nogle kort frem og lægger dem på bordet.

- Træk et par kort!

Jeg trækker et kort med ordet "Erkendelse" og et andet med "Ærlighed".

- Det er ord, der bringer følelser og billeder frem, forklarer Sofia og fortsætter:

- Jeg arbejder meget med symboler og ordsprog. Hver collage har sin egen symbolik, der refererer til motivets titel. Et billede, der udtrykker glæde, styrke eller åbenhed, taler til beskueren. Mine billeder skal give noget videre.

Sofias stue bærer præg af hendes kunst. Og det er meget smukke collager.

- Er det mest de positive elementer af livet, du gerne vil udtrykke?

- Ja. Det er et helt bevidst valg. Jeg ønsker at sende et positivt budskab gennem mine billeder; billederne skal udtrykke livets positive sider. Det, vi sender ud, får vi igen. Jeg vil fokusere på de positive følelser og tanker. Det føles rart at kunne gøre mennesker glade med mine billeder.

Udstillinger

Sofia har udstillet på kunstmesser. Her finder hun inspiration blandt andre kunstnere.

Lige nu har Sofia travlt med at lave en række billeder i det faste mål 20 x 20.

- Vi er 200 kunstnere, der skal udstille på Galleri Art Expo i Viby, og vi har alle fået samme bundne opgave. Hvert værk skal måle 20 x 20.

Årets kunstner

Tekst og foto: Birgitte Bjørkman

Gennem året har RYK æret en række firmaer og personer med tilknytning til RYK med kunstværker udført af Sofia Stensland fra Skanderborg. Her midt blandt bakkerne i Jeksen Dalen finder hun sin kunstneriske udtryksform med inspiration fra naturen og det spirituelle. RYK! har besøgt Sofia Stensland.

Og med hjælp fra naturen og det spirituelle kommer ideerne til Sofia, der aldrig ser et færdigt resultat for sig, når hun begynder. - Det er mere en intuitiv proces. En følelse eller tanke, jeg forfølger og giver en abstrakt eller symbolsk udtryksform, fortæller Sofia, der altid har haft en dyb lyst til at være kreativ. - At lave billeder er livsglæde og får mig til at leve i nuet.

Jeg kører fra Sofia med Jeksen Dalens bakker fortonende sig i bakspejlet. Solen skinner og landet viser sig fra sin smukkeste side; det, der gør den til en kilde til inspiration for Sofias kunst.

Sofia Stensland er kunstneren bag RYKs gaver til en række samarbejdspartnere. Sofias interesse for naturen og det spirituelle afspejles ikke alene i hendes kunst. Hun er uddannet kinesolog og biopat og er ved at videreuddanne sig til urteterapeut. Sofia laver gerne billeder på bestilling. Se brightflow.dk



"Rummelighed", Sofia Stensland, 50 x 40 cm.

Kunstauktion

RYK introducerer i denne jul en kunstauktion på ryk.dk. Kunstværket er udført af Sofia Stensland, som gennem året har udført en række bestilte værker til RYK, der har ønsket at ære en række firmaer og personer med tilknytning til RYK. Sofia Stensland har doneret kunstværket, og indtægten ved auktionen går til RYK. Kunstværket bliver samtidig trykt på RYKs julekort, der udsendes til RYKs mange samarbejdspartnere og tillidsfolk. Både auktion og Årets kunstner håber vi bliver en tilbagevendende juletradition i RYK med nye kunstnere hvert år. Deltagelse i auktionen sker ved at klikke ind på ryk.dk under Kunstauktion. Her kan man se, hvem der sidst har budt, og hvor meget, der er blevet budt. Så er det bare at byde over. Auktionen, der starter med et mindstebud, løber frem til midt i januar, så når man ikke at byde ind midt i den travle juletid, kan man nå det i det nye år. Læs mere om auktionen på ryk.dk
BB

Kort Nyt

Kinesiske forhold

Ved De Paralympiske Lege (PL) kæmpede de kinesiske atleter ikke kun for guldmedaljer. De kæmpede også for at vise styrken hos mennesker med handicap – i et samfund, der stadig ikke er helt klar til at byde dem velkommen. Ifølge en undersøgelse fra 2006 er det kun 63 procent af børn med handicap, der går i skole i Kina. Til sammenligning følger 98 procent af alle kinesiske børn en skolegang. Næsten halvdelen af alle børn med handicap er analfabeter, og under en tredjedel har fast arbejde. I forbindelse med PL er der brugt 460 mio. kr. på at gøre Beijing mere tilgængeligt. Der er nu flere kørestolsramper, elevatorer, handicapegnede busser og taxaer. Selv den Kinesiske Mur er blevet gjort tilgængelig for kørestole.

BB/Kilde: Information

Falske parkeringskort

Sidste år tjekkede Danske Handicaporganisationer (DH) og Københavns Færdselspoliti 80 parkerede biler med handicaplicens. Halvdelen var enten falske eller forældede. Det bliver nu slut med at stjæle handicappladser, lover DH. Nye p-licenser skal forhindre snyd, og DH har indtil videre uddelt 500 nye parkeringskort, der er sikret med hologrammer. Inden for de næste år håber DH at udskifte cirka 40.000 parkeringskort/p-licenser med de nye sikre. Det vil forhåbentlig fjerne de mange ”fup-handicapbilister”, der enten har overtaget et blåt skilt fra et afdødt familiemedlem eller har købt et falsk kort.

BB

Karate

I efteråret åbnede en ny karateskole i Ringsted. Som den første klub i Danmark tilbyder den et karateprogram til udøvere med fysisk handicap med sigte på de Paralympiske Lege. Karateskolen udøver kampsporten Shotokan, som er en traditionel form for karate og udøves af 80 procent af alle verdens karateudøvere. Stilarten stammer fra Japan, og den nye karateskole er også blevet medlem af karateorganisationen Japan Karate Shotorenmei, der sikrer, at skolen kan tilbyde sine elever at blive undervist af nogle af verdens bedste instruktører.

- Det bliver spændende, for vi er de første, der tilbyder karateprogrammet her i Danmark, mens det i Japan er rigtig stort, fortæller chefinstruktør Michael Remontiussen, der anser det for helt naturligt, at kørestolsbrugere også kan opnå det sorte bælte i karateskolen. Ifølge chefinstruktøren sigter arbejdet med det nye program ikke mindst mod de Paralympiske Lege i 2012. Læs mere om Ringsted Shotokan Karateskole på ringsted-shotokan.dk.

BB

Handi Mobil i Sønderjylland

Handi Mobil åbnede i november en afdeling i det sønderjyske med overtagelse af Buscenteret i Ribe. Buscenteret er lokalt kendt for indretning af handicapbiler. Med overtagelsen af Buscenteret ønsker Handi Mobil give kunderne en geografisk bedre service. Benny Varberg fortsætter som afdelingsleder i Handi Mobils nye afdeling.

- Jeg har allerede mange gode kunderelationer her, og med Handi Mobils store produktsortiment har jeg nu de optimale muligheder for at give mine kunder de bedste valgmuligheder. Handi Mobil er importør af kørestolslifte fra verdens to største liftfabrikker, Ricon og Braun, og producerer det fleksible Handi Floor, der anvendes i busser. Opkøbet af Buscenteret er et af de første skridt i Handi Mobils langsigtede strategi, der tilstræber endnu bedre repræsentation landet over.

Handi Mobils andre afdelinger ligger i Herning, Ålborg og Glostrup. Handi Mobil ejes af den norske hjælpemiddelkoncern Handicare med ca. 900 medarbejdere og en årlig omsætning på ca. kr. 2 mia. Yderligere oplysninger hos Handi Mobil, Industrivejen, Ribe hos afdelingsleder Benny Varberg, tlf. 2811 4232.

BB



Så fort kan livet snu

"Lørdag den 29. oktober 2005, fem minutter inde i kampen mellem Start og FFK var det som om hele fodboldnorge stoppede op og holdt vejret. Fredrikstads populære holdkaptajn Dagfinn Enerby er blevet liggende efter et sammenstød med en anden spiller. Skaden er alvorlig. Som dagene går, bliver det klart, at Enerby er lammet efter et brud på nakken. Entertaineren og den glade spiller har i løbet af nogle få sekunder fået vendt op og ned på livet". Sådan skriver anmelder Kjell Jørgen Holbye om bogen "Så fort kan livet snu", der er blevet til i et samarbejde mellem den skadede fodboldspiller og journalist Jens O. Simensen. Bogen kan købes hos forlaget Aschehoug i Norge, der videre skriver om bogen, at det er "en dramatisk historie om, hvor hurtigt livet kan ændre sig. En bog om omsorg, menneskelig varme, stor kærlighed og iboende resurser – og om hvor vigtigt det er at tænke positivt". "Så fort kan livet snu" af Dagfinn Enerly i samarbejde med Jens O. Simensen, 2008. Forlag Aschehoug, 208 sider, hæftet. Bogen koster 99 kr. ISBN: 9788203236655

JB

Scandic

Hotelkæden Scandic, som siden 2003 har arbejdet aktivt med at gøre sine hoteller tilgængelige for personer med funktionsnedsættelse, sætter nu tempoet yderligere op. Alene i 2008 vil Scandic bygge mere end 100 nye handicapværelser på allerede eksisterende hoteller, samtidig med at standarden for værelserne forbedres takket være hæve-/sænkbare senge. Formålet er at efterkomme den øgede efterspørgsel. Scandic arbejder målrettet efter at mindst 10 procent af den samlede værelseskapacitet skal være handicapværelser. Desuden har Scandic udarbejdet en fælles 93-punkts standard for sine hoteller ligesom alle medarbejdere har gennemført en uddannelse i tilgængelighedsspørgsmål. I efterårets store satsning bygges flest nye handicapværelser på Scandic Asker i Norge. Der er efterspørgslen så stor, at hotelkæden har besluttet at opføre en helt ny fløj med 33 nye handicaptilpassede værelser. Ud over de 100 værelser, som bygges nu, kommer der yderligere godt 300 værelser til i de nærmeste år. Disse bygges i de elleve nye hoteller, som Scandic i øjeblikket er i gang med at opføre, bl.a. i Norden, Nord- og Østeuropa samt Rusland. Besøg scandichotels.dk

Din Viden

Coloplast udgiver Din Viden. Bladet er et gratis blad for mennesker med vandladningsproblemer og udgives to gange årligt. Her finder man gode råd og information om faglig viden samt erfaringer fra andre med vandladningsbesvær. Vil du modtage Din Viden, kan du på firmaets hjemmeside bestille et gratis abonnement eller ringe til redaktionen på tlf. 4911 3317. Læs mere på coloplast.dk

BB



Nyt fra Trafikinformatørerne

Trafikinformatørerne tilknyttet Rådet for Større Færdselssikkerhed fik i år nyt logo og ny hvervefolder: "Brug din viden". Med det nye materiale er Trafikinformatørerne klar til at hverve nye informatører, der skal være med til at forebygge færdselsulykker på de danske veje. Trafikinformatørerne er et velfungerende team på 25 informatører, herunder mennesker med en rygmarvsskade forårsaget af en trafikulykke, som holder foredrag på skoler og ungdomsuddannelser over hele landet og dermed hjælper unge til at undgå ulykker. For at blive trafikinformator skal man være trafikskadet og mellem 20 og 35 år. Man skal have lyst til at fortælle sin egen historie om ulykken og livet med et handicap. Man kan sagtens være trafikinformator sideløbende med uddannelse eller job. Trafikinformatørkorpset tilbyder til gengæld en række kurser og et efteruddannelsesprogram, der bidrager til personlig udvikling samt indsigt i kommunikation og formidling. Ikke mindst får man del i fællesskabet med andre trafikinformatorer. Man modtager honorar som gæstelærer. For oplysninger om Trafikinformatørerne kontakt landskoordinator Jørgen Witt Christensen, Rådet for Større Færdselssikkerhed på tlf. 3916 3966 eller mail: jwc@sikkertrafik.dk. Læs mere på trafikinformator.dk

BB

Handicapkørsel

Movias ordninger for handicapkørsel er blevet samlet til én ordning. Slut med forskellige priser, regler og muligheder for handicapkørsel på Sjælland og Lolland-Falster, som fremover bliver udført af det fælles trafikskelskab Movias Flextrafik. Nogle ture er blevet dyrere, men efter dialog med bl.a. Danske Handicaporganisationer er Flextrafik dog overbevist om, at langt de fleste brugere vil opleve den nye ordning som et fremskridt.

BB

Satspuljemidler til frivillige

En nyhed i årets satspuljeaftale er, at frivillige sociale organisationer kan søge midler til et bestemt, socialpolitisk tema. Et af fokusområderne er at afhjælpe problemer som mennesker med funktionsnedsættelser oplever i Danmark i dag. Frivillige organisationer vil også kunne komme med forslag til temaer for satspuljen for 2010 og vil blive inddraget i vurderingen af ordningen. Der er desuden afsat et årligt beløb på 11 mio. kr. til driftsstøtte til frivillige organisationers sociale arbejde mv., som ikke kan finde anden finansiering. Partierne bag aftalen håber, at den nye procedure kan lette arbejdet med ansøgninger for de frivillige, sociale organisationer. Puljerne vil blive udmeldt i november med ansøgningsfrist i januar, og partierne mødes i februar om indstillingen.

BB

Stipendie i tilgængelighed

Arkitektskolen Aarhus, AAA har slået to Ph.d. stipendier op indenfor temaet "Tilgængelighed i det offentlige rum". Begge stipendier er til besættelse pr. 1. januar 2009. Midlerne til de to stipendier kommer bl.a. fra Kulturministeriet samt Sahva Fonden, Vanførefonden og Jascha Fonden. Ph.d. stipendiet er en del af Arkitektskolen Aarhus' strategi og fokus på tilgængelighed og Design for Alle. En strategi, der blev udarbejdet i 2007. Der ønskes forslag til forskningsprojekter, der behandler spørgsmålet om tilgængelighed i offentlige rum og som forholder sig til, hvordan tilgængelighed kan være en integreret designparameter inden for design og arkitekturproduktionen. Læs stillingsopslaget på Arkitektskolens hjemmeside: aarch.dk. AAA er medlem af designforalle.dk

BB



-Et stort problem... der kommer bag på mange



Qufora

Et stort problem, der kommer bag på mange

Mange ved ikke, at op til hver 3. dansker har svært ved at komme af med afføringen - og oplever dermed tømningsproblemer i deres dagligdag. Afføringsproblemer kræver både tid og energi, da toiletrutiner ofte bliver langvarige, komplicerede og styrende for dagligdagens aktiviteter. Dette kan betyde en væsentlig reduktion i livskvaliteten.

Nyt, let og enkelt produkt til analirrigation

Heldigvis kan problemet nu afhjælpes på en simpel og let anvendelig måde med **Qufora Analirrigationssystem**. Systemet er en enkel og innovativ løsning til effektiv skylning af tarmen for personer med tømningsproblemer. **Qufora Analirrigationssystem** sparer både tid og penge, og sikrer ikke mindst et betydeligt øget velvære og overskud både personligt og socialt.

Let anvendeligt system

Qufora Irrigationssystem bruger vand som medie og fungerer uden brug af medikamenter. Det er simpelt og kan anvendes af både plejepersonale og slutbrugere - og giver som noget nyt muligheden for at foretage anal irrigation på toilettet både ude og hjemme.

Qufora Irrigationssystem fås i flere varianter til både sengeliggende og toiletbrug for mobile brugere.

Ved regelmæssig brug af Qufora Irrigationssystem opnås:

- Effektiv afhjælpning af forstoppelse
- Sikring af kontinens mellem 24 og 48 timer
- Reduktion i brugen af afføringsmedicin

Yderligere oplysninger: Danpleje Kundeservice på 86 109 109