

Hjernesagen



Det kunne have ændret vores liv for evigt

Læs det store og hudløst ærlige interview med Prins Joachim og Prinsesse Marie. Om Prinsens stroke, der ramte ham i sommeren 2020, om de frygtelige uvisse timer for Prinsessen, hvor hendes mand svævede mellem liv og død. Om taknemmeligheden over livet og styrken ved at opleve et rolleskifte i livet sammen.



Hjernesagen

Vi tager hånd om hjernen

Vejlefjord Rehabilitering

Viden & Forandring

MAN TALER SÅ
MEGET OM MANGEL
PÅ VARME HÆNDER
OG NÆRVÆR, MEN
DET ER IKKE EN
MANGELVARE PÅ
VEJLEFJORD

Citat patient

Vejlefjord Rehabilitering tilbyder genoptrænings- og rehabiliteringsophold til patienter, der efter et stroke ønsker en målrettet træning i optimale og trygge rammer.

Vejlefjord Rehabilitering · 7682 3333
visitationen@vejlefjord.dk · www.vejlefjord.dk



Indhold



Kalender	4
Leder	5
Kort Nyt	6
Jeg er dybt fascineret af mit faglige felt	8
Det kunne have ændret vores liv for evigt	10
Mennesker med afasi skal deltage aktivt i forskningen	18
Afasiberørte skal ud at tage del i livet	22
Solen skinner altid lidt ekstra efter et møde	26
Vidensdeling skal styrke neurorehabilitering	28
Hjernesagens krydsord	30
Lokalstof	31



Tema om afasi

Afasi er en meget udbredt eftervirkning til et stroke. Det kan være et socialt næsten invaliderende handicap, men i dette nummers tema kan du blandt andet møde Yago og Peter, som nægter at lade deres afasi stoppe dem i at leve et aktivt og udadvendt liv. **Læs hele temaet på side 18 – 27**

Det kunne have ændret vores liv for evigt

Sidste sommer blev Prins Joachim ramt af et stroke i Frankrig. Læs det gribende interview om de første timer i uvished og de følgende dage, uger og måneder, hvor han sammen med Prinsesse Marie kæmpede for at finde en vej tilbage. **Side 10**

Jeg er dybt fascineret af mit faglige felt

Mød det seneste medlem af Hjernesagens ekspertpanel, professor Kjeld Møller Pedersen. Han var manden, der mere eller mindre introducerede sundhedsøkonomi som et fag og et forskningsfelt i Danmark, og han er en af de absolut største kapaciteter på området herhjemme. **Side 8**



Hjernesagen

Blekinge Boulevard 2
2630 Taastrup
Tlf. 36 75 30 88

Telefontid:

Man-onsdag kl. 9.30-12 og 13-14.
Torsdag kl. 10-12 og 13-15.
Fredag lukket.

Bank: 3129 3350130640

CVR-nr.: 1723 2932

E-mail: admin@hjernesagen.dk

Hjemmeside: www.hjernesagen.dk

Protector: Hendes Kongelige Højhed

Kronprinsessen er protector for Hjernesagen

Redaktion

Ansvarshavende redaktør:

Birgitte Hysse Forchhammer, direktør

Redaktør:

Ulf Joel Jensen, kommunikationsansvarlig

Oplag: 9.100.

ISSN 0909-7775

Produktion og tryk: Japi-form

Deadlines i 2021:

31. maj og 6. september

Redaktion slut 14. marts 2021

Forsidefoto: Emmanuel Aguirre

“Hjernesagen” udkommer ca. halvanden måned efter deadline. Redaktionen forbeholder sig ret til at forkorte og redigere i indsendt materiale. Stof, der er indsendt uopfordret, kan ikke forventes optaget, og det er heller ikke muligt at besvare alle henvendelser. Artikler i bladet dækker ikke nødvendigvis Hjernesagens synspunkter, når undtages lederen. Eftertryk tilladt med kildeangivelse.

Hjernesagen

Landsforening for mennesker ramt af blodprop eller blødning i hjernen, andre hjerneskadede, deres pårørende og andre interesserede.



Forår/Sommer 2021

Grundet coronapandemien er det småt med planlagte aktiviteter ved dette blads deadline. Vi er desuden nødt til at tage forbehold for ændringer og anbefaler alle til at holde sig orienteret på foreningens hjemmeside, lokalforeningernes hjemmesider og via Hjernesagens facebook-side.

20. april

Hjernerwebinar

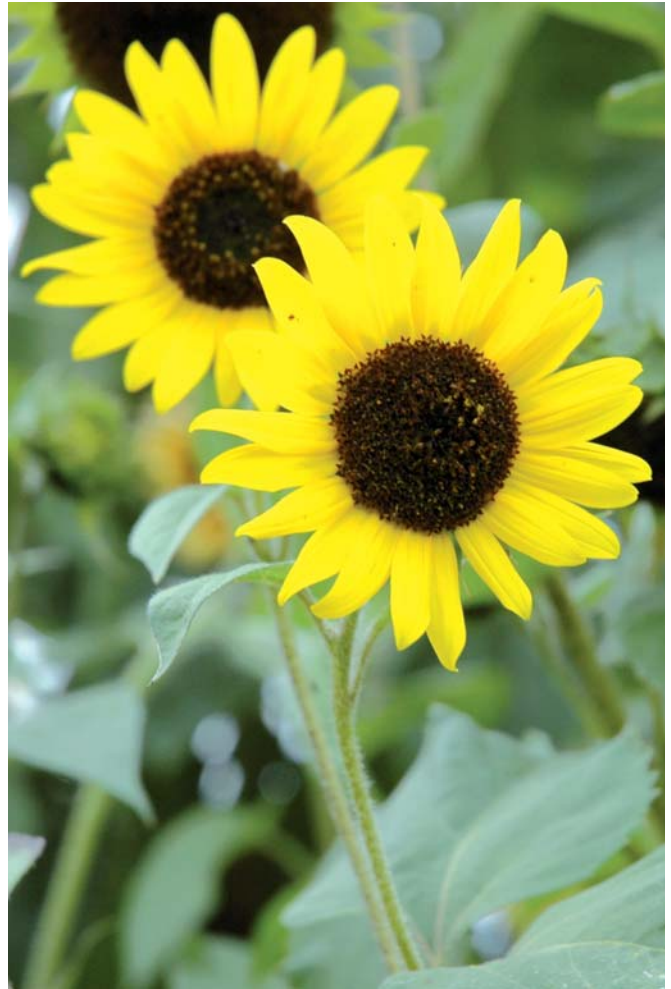
Hjernens rehabilitering efter stroke ved neuropsykolog og direktør i Hjernesagen Birgitte Hysse Forchhammer
Tilmelding og mere info på hjernesagen.dk

10. maj

Bevæg dig for blodtrykket

Landsdækkende kampagne for at sætte fokus på blodtrykket. Læs mere på hjemmesiden og følg med på Hjernesagens sociale medier.

Hjernesagens repræsentantskabsmøde er flyttet til 11.-12. september.



Hjernesagens ambassadører



Uden min hjerne, ville mine jokes kollapse. Jeg støtter op om Hjernesagen, så de kan fortsætte arbejdet for at hjælpe de uheldige og holde os andre heldige.

... Sebastian Dorset, standupkomiker



Foto:
Anders Kavin

Det kræver stærke pårørende, når man er så syg, at man er afhængig af andres hjælp. Jeg støtter op om Hjernesagen, fordi de både taler de ramtes og de pårørendes sag.

... Lotte Heise, forfatter, foredragsholder og tidligere fotomodel



Foto:
Bo Aagaard
Simonsen

Hjernen er kroppens vigtigste organ, og vi kan selv gøre meget for at holde hjernen sund. Jeg støtter op om Hjernesagen, fordi de har fokus på, hvordan både ramte og raske kan holde hjernen i gang.

... Troels W. Kjær, hjerneforsker og professor i neurofysiologi

LEDER

Vi går mod lysere tider

Akkurat som denne leder skrives, skinner solen ned over Danmark fra en fuldstændig klar og skyfri blå himmel. Temperaturerne er stadig lave, men det er meget tydeligt, at foråret venter lige rundt om hjørnet. Og vi trænger til det! Vi er mange, som ser frem til mere sol, højere temperaturer og ikke mindst en gradvis genåbning af vores samfund, så vi lige så langsomt kan vende tilbage til tilstande, der er mere normale. Hovedbestyrelsen har valgt igen i år at udskyde repræsentantskabsmødet, så det afholdes til september, hvor vi formentlig kan mødes fysisk uden alt for mange restriktioner.

Coronapandemien har nu hærget vores land i mere end et år, men frem for at dvæle yderligere ved alt det forfærdelige, som sygdommen og nedlukningen har ført med sig for enkeltpersoner og samfundet som helhed, vil jeg her tillade mig at kigge lidt fremad: Inspireret af det spirende forår synes jeg, at det er på sin plads med en forsigtig optimisme.

I denne udgave af Hjernesagen er vi naturligvis særligt glade for og stolte over, at Prins Joachim og Prinsesse Marie har valgt at dele deres historie med vores medlemmer og læsere. Det er en hudløst ærligt og langt interview med parret, vi har fået, hvor de fortæller om de frygtelige timer i den helt akutte fast og om, hvordan de sammen har fundet vejen tilbage til et mere normaliseret liv efter Prinsens stroke.

Ud over det spændende interview har vi valgt at sætte fokus på afasi i dette blad. Man kan blandt andet læse om afasi-fællesskabet, der er et initiativ fra Hjernesagen i samarbejde med Center for Hjerneskade i København, som skal bryde den ensomhedsfølelse, mange mennesker med afasi lider under.

Projektet udspringer direkte af livet under coronanedlukningen, hvor ikke mindst personer med afasi har været plaget af den manglende kontakt med andre. Men det er også et fremragende eksempel på, hvordan vi kan udnytte nogle af de ting, som vi alle sammen har været tvunget til at lære i det sidste år: For selvom man ikke kan mødes fysisk, betyder det jo ikke nødvendigvis, at man ikke kan ses med andre i samme situation som sig selv. Med ugentlige møder på Zoom, faciliteret af en fagperson, som sikrer at alle er med og kommer til orde, er projektet et lys i en hverdag, der for mange

ellers godt kan føles lidt ensom og tom. Som Arne, der medvirker i artiklen om afasi-fællesskabet, siger: Det er, som om solen altid skinner lidt mere efter et af zoom-møderne.

Afasi-fællesskabet er bare ét af flere initiativer, som Hjernesagen har taget i forbindelse med genåbningen af Danmark. Vi har søgt og fået midler fra Socialministeriets pulje "En hverdag med stærke fællesskaber", til at understøtte lokalforeningernes arbejde mod at vende tilbage til et mere normalt liv.

Vi er derfor i gang med at udvikle forskellige "hjælpepakker" med tilbud, der kan understøtte lokale aktiviteter. Det kan fx handle om fysiske aktiviteter, som de fleste kan deltage i, madlavningskurser, sociale arrangementer – men også om meget andet. Som sagt er vi stadig i gang med udviklingen, og vi glæder os til at præsentere de forskellige tilbud, efterhånden som de bliver klar.

Vi har også søsat en større undersøgelse blandt vores medlemmer, hvor vi forsøger at blive lidt klogere på dels den generelle trivsel under coronapandemien, og dels – og nok så vigtigt – hvad man ønsker af Hjernesagen og lokalforeningerne i forbindelse med genåbningen af samfundet. Hvad har vores medlemmer brug for? Hvilke tilbud vil de gerne have? Hvad vil de bruge Hjernesagen til? Et sidste, og meget interessant element ved undersøgelsen, er, at vi også spørger ind til, hvad medlemmerne ønsker, at Hjernesagen foreslår, der forskes i fremover. Vi håber rigtigt mange vil deltage i undersøgelsen – det er kun med medlemmernes input, at vi kan blive klogere og udvikle Hjernesagen i den retning, som giver mest mulig mening for flest.

Afslutningsvis vil jeg ønske alle læserne et godt og lyst forår. Vi er på vej mod bedre tider, og personligt glæder jeg mig meget til, at alting åbner lidt mere op, og det bliver muligt at komme rundt i landet og besøge lokalforeningerne!

*Tue Byskov Bøtkjær,
landsformand i Hjernesagen*



*Tue Byskov Bøtkjær
landsformand.*

Coronapandemien har nu hærget vores land i mere end et år, men frem for at dvæle yderligere ved alt det forfærdelige, som sygdommen og nedlukningen har ført med sig for enkeltpersoner og samfundet som helhed, vil jeg her tillade mig at kigge lidt fremad: Inspireret af det spirende forår synes jeg, at det er på sin plads med en forsigtig optimisme.



KORT NYT

Ny rådgiver i Hjernesagen

StrokeLinjen og Hjernesagens rådgivning har fået et nyt ansigt og en ny stemme i telefonen: Vibeke Lodberg er 53 år, og socialrådgiver med næsten 20 års erfaring inden for voksen-handicapområdet fra kommunalt regi. Forud for sin jobstart fortalte Vibeke selv, at hun altid har haft en drøm om at arbejde i en handicaporganisation, og at hun derfor så meget frem til at betjene Hjernesagens medlemmer og andre, som måtte ringe ind til StrokeLinjen. Vibeke sidder ved telefonen på StrokeLinjen mandag, tirsdag og torsdag.



Dagklinik giver bedre kvalitet og kortere indlæggelse

Siden 2012 har Århus Universitetshospital haft en dagklinik for mindre strokes, hvor der er en forbigående mangel på blodgennemstrømning i hjernen – de såkaldte TCI'er. Nu har læge og PhD på klinikken, Sidsel Gaarn Hastrup, publiceret en større undersøgelse af klinikken i det videnskabelige tidsskrift *Neurology*, og her er konklusionen klar: Behandlingen i dagklinikken giver bedre kvalitet i behandlingen, færre indlæggelsesdage og færre genindlæggelser.

I studiet har forskerne sammenlignet de patienter, som er blevet set i dagklinikken gennem et år, med en lignende patientgruppe fra Århus Universitetshospital i tiden før, dagklinikken blev etableret og med en nutidig patientgruppe fra Glostrup Hospital. Og det viser sig, at patienterne, som behandles i dagklinikken, klarer sig lige så godt eller bedre som patienter, der indlægges. Der er ingen forskel i dødeligheden.

Kilde: neurology, org

Nye telefontider i sekretariatet

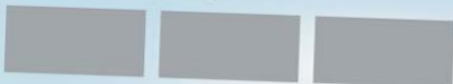
Fra 1. april ændres telefontiderne i Hjernesagens sekretariat. Fremover vil man kunne ringe til sekretariatet på 36 75 30 88 mandag til torsdag i tidsrummet 9.30 til 14.00.



Hjernesagens Skrabelotteri 2021

Støt, skrab og vind

SKRAB TRE ENS



KR. 25,-



Hjernesagen

Vi tager hånd om hjernen

Blekinge Boulevard 2 · 2630 Taastrup

Telefon 36 75 30 88

admin@hjernesagen.dk

www.hjernesagen.dk



Hjernesagens forårslotteri er på trapperne

Igen i år vil Hjernesagen afvikle et forårslotteri med skrabelodder. Lotteriet afvikles i perioden 20. april til 20. juni, et lod koster 25 kr., og der er mange fine præmier på højkant. Overskuddet fra lotteriet går ubeskåret til Hjernesagens arbejde – hold øje med hjemmesiden og Facebook, hvor vi vil løbende vil informere yderligere.



Gå for blodtrykket den 10. maj

Den 10. maj er Hjernesagens årlige blodtryksdag, og i år markerer vi dagen med et event, hvor vi opfordrer alle danskere til at gå eller løbe en tur for blodtrykkets skyld. Forhøjet blodtryk er den største risikofaktor for at få et stroke, og rigtig mange danskere har et forhøjet blodtryk uden at vide det. Derfor er det vigtigt at holde øje med sit blodtryk og aktivt arbejde for at holde det i normalområdet.

I ugen op til den 10. maj vil Hjernesagen dele t-shirts ud med logo og budskab, og vi opfordrer alle til at gå eller løbe en rask tur, tage et billede og dele det med din familie, venner og resten af Danmark. Hold øje med Hjernesagens sociale medier for mere info om kampagnen i de kommende uger!

Hæder til Hjernesagens direktør

Hjernesagens direktør, Birgitte Hysse Forchhammer, er blevet udnævnt til æresmedlem af Dansk Selskab for Neurorehabilitering for "en ekstraordinær indsats for neurorehabiliteringen i Danmark". I indstillingen fremhæves særligt Hysse's forskningsaktiviteter og hendes undervisning af kommende læger og andre sundhedsprofessionelle.



Find Hjernesagen
på Facebook:
[Facebook.com/hjernesagen1](https://www.facebook.com/hjernesagen1)

Repræsentantskabsmøde 2021 udskudt til september

Hjernesagens Hovedbestyrelse har valgt at udskyde dette års repræsentantskabsmøde til den 11. – 12. september. Det sker naturligvis for at øge sandsynligheden for, at repræsentantskabsmødet kan afvikles under så "normale" vilkår som muligt. Der vil følge mere information om årets repræsentantskabsmøde i næste udgave af Hjernesagen samt på hjemmeside mv.



Jeg er dybt fascineret af mit faglige felt

Hjernesagen har tilknyttet professor Kjeld Møller Pedersen fra Syddansk Universitet til sit ekspertpanel. Han er en af landets største kapaciteter, når det kommer til sundhedsøkonomi, med tæt på 50 års erfaring med feltet.

Af Ulf Joel Jensen

Hjernesagens ekspertpanel er i år blevet udvidet med en kendt stemme og markant skikkelse fra de sidste mange års debat om det danske sundhedsvæsen: Professor i sundhedsøkonomi Kjeld Møller Pedersen fra Syddansk Universitet er trådt ind i panelet, og han er blevet sat i arbejde fra første øjeblik: Kjeld Møller Pedersen spiller nemlig en nøglerolle i Hjernesagens aktuelle arbejde med at udarbejde en samlet strokeplan.

“Jeg føler jo, at jeg i det arbejde kan bidrage med det sundhedsøkonomiske perspektiv. Og der er der særligt to vinkler, som tiltrækker sig opmærksomhed: Hvad er de samfundsøkonomiske omkostninger ved, at 12.000 danskere hvert år rammes af stroke? Og den anden hovedudfordring er, hvordan vi som samfund skal vælge mellem nye behandlings- og rehabiliteringsformer? Det er nødvendigt, at vi prioriterer midlerne i sundhedsvæsenet, og det er sam-

let set et utroligt spændende stykke arbejde, der er i gang nu med strokeplanen. Jeg ser personligt meget frem til opgaven”, siger Kjeld Møller Pedersen.

Et stort plus for Hjernesagens arbejde

I Hjernesagen er der stor tilfredshed med tilgangen af Kjeld Møller Pedersen. Direktør, Birgitte Hysse Forchhammer, forklarer:

“Det er en meget stor kapacitet, vi har fået ind i vores ekspertpanel. Kjeld er bredt anerkendt som den største kapacitet på det sundhedsøkonomiske område i Danmark, så det er virkelig en gevinst for vores arbejde med strokeplanen, at vi har fået ham ombord. Og det bliver helt sikkert også et stort plus for Hjernesagens politiske arbejde i almindelighed, at vi fremover kan trække på hans analyser, viden og netværk”, siger hun.

Det hele startede lidt ved et tilfælde, men efter Kjeld Møller Pedersen faktisk var med til at etablere sundhedsøkonomi som et fagområde i Danmark, har han været dybt engageret i feltet lige siden.

“Hele historien starter tilbage i 1975: Jeg var lige kommet hjem fra et studieophold i USA og var blevet ansat på det, der dengang hed Odense Universitet. Ind ad døren træder på et tidspunkt en praktiserende læge med et ønske om at undersøge vagtlægeordningen på Fyn. Han havde hørt lidt om begrebet sundhedsøkonomi, og jeg havde perifært beskæftiget mig med det under mit ophold i USA. Og derfra gik vi sådan set bare i gang”, fortæller Kjeld Møller Pedersen.

Har beskæftiget sig med hele sundhedsvæsenet

Undersøgelsen af den fynske vagtlægeordning skulle blive første skridt på en



vej, han med en enkelt afstikker til det private erhvervsliv har fulgt lige siden. Både som forsker på universitetet og som sundhedsdirektør i det daværende Vejle Amt.

“Forskningsmæssigt er der næsten ikke noget hjørne i sundhedsvæsnen, jeg ikke har beskæftiget mig med. Naturligvis hospitalsdrift, men også almen praksis, tandlæger osv. osv. har jeg været omkring. Jeg har været så heldig at sidde med i forskellige kommissioner og rådgivende organer under skiftende regeringer – senest var jeg med i ekspertudvalget vedrørende rådgivning om etablering af de såkaldte supersygehuse”, forklarer Kjeld Møller Pedersen. Trods sine forskningsmeritter fremhæver han selv et andet perspektiv i sin karriere – nemlig at han har beskæftiget sig med sundhedsvæsnen både fra et akademisk og fra et mere praktisk ståsted:

“Jeg ser det selv som en stor fordel, at jeg har været uden for universitetsverdenen i sammenlagt 12 år. Først som sundhedsdirektør i Vejle Amt og siden som direktør i Lego. Det at komme ud af forskningsverdenen giver noget perspektiv, og i mit faglige virke har jeg gennem årene arbejdet med mange forskellige facetter af de økonomiske virkemidler i sundhedsvæsnen, og det har givet mig en god og helt fundamental forståelse af dem”, understreger han.

Et evigt aktuelt område

Selvom Kjeld Møller Pedersen er blevet 72 år, har han ikke for alvor sat tempoet ned endnu. Han arbejder ganske vist kun på halv tid i sit professorat på Syddansk Universitetscenter, men det er udelukkede for at få tid til sine mange andre professionelle gøremål: Ud over at være medlem af Hjernesagens ekspertpanel beklæder han også forskellige både offentlige og private bestyrelses-

poster, og så er han med til at etablere sundhedsøkonomi som et fag på Aalborg Universitet i et såkaldt deltidsprofessorat.

“Når folk spørger, hvor længe jeg har tænkt mig at blive ved med at arbejde, så plejer jeg at sige, at jeg bliver ved, så længe jeg selv synes, det er sjovt og udfordrende, og så længe andre ikke bliver trætte af mig. Jeg er dybt fascineret af mit faglige felt. Det er altid aktuelt, og derfor også altid højt på den politiske dagsorden. Jeg tror ikke, jeg har oplevet en valgkamp, hvor økonomi og prioriteringer i sundhedsvæsnen ikke har været på top-tre over de vigtigste emner”, siger Kjeld Møller Pedersen, inden han afslutter:

“Fordi man i sundhedsvæsnen altid kan bruge flere ressourcer, så er prioriteringsdebatten evigt aktuelt i et skattefinansieret sundhedsvæsen med offentlige sygehuse og offentlig finansiering af de øvrige sundhedstilbud som det danske”.

Kort om Kjeld Møller Pedersen

Kjeld Møller Pedersen er professor ved Institut for Virksomhedsledelse og Økonomi ved Syddansk Universitet. Han var sundhedsdirektør i det daværende Vejle Amt fra 1987-1991. Direktør i Lego fra 1991 til 1999 og har siden været tilknyttet Syddansk Universitet.

Han er desuden bestyrelsesformand for Filadelfia, der driver Center for Neurorehabilitering, formand for VEU-rådet (Voksnes Videre- og Efteruddannelse) og næstformand i Sundhedskommissionen om sundhedsvæsnen i Grønland. Tidligere blandt meget andet bestyrelsesformand for Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø og formand for Det Centrale Forebyggelsesråd.

Privat er Kjeld Møller Pedersen gift, har tre børn og tre børnebørn, er bosat i Kolding, erklæret læsehøst og er vild med jazz.

“Det kunne have ændret vores liv for evigt”

I sommeren 2020 blev det tydeligt for enhver, at stroke er en både frygtelig og frygtelig demokratisk sygdom, der kan ramme alle:

Ung som gammel, høj som lav.

Ud af det blå blev Prins Joachim og Prinsesse Maries liv slået ud af kurs, da Prinsen blev ramt af en blodprop i hjernen under parrets sommerferie i Cahors.

I dette interview taler Prins Joachim og Prinsesse Marie for første gang sammen ud om Prinsens stroke, om de tanker, de gjorde sig, den frygt, som lejrede sig i dem – og taknemmeligheden, de føler ved livet i dag.



Af Ulf Joel Jensen,
Birgitte Hysse Forchhammer
og Tue Byskov Bøtkjær
Foto: Emmanuel Aguirre
og Ulf Joel Jensen

”Jeg vidste med det samme, at der var noget alvorlig galt med hans hjerne. Jeg kunne se hans ansigtslammelse, det var – det var meget, meget forfærdeligt. Det er billeder, som for altid er i mit hoved”





Prins Joachim er i dag kommet sig helt efter sit stroke og er for længst påbegyndt sit arbejde ved Den Danske Ambassade i Paris.

Den 24. juli 2020 var en varm dag i det centrale Sydfrankrig. For Prins Joachim og Prinsesse Marie havde det været en dag som så mange andre i deres sommerferie. Prinsen havde samme eftermiddag givet et interview til den franske avis *La Dépêche du Midi*, som blandt andet handlede om parrets tilknytning til regionen Le Lot og Cahors. Senere betegnede journalisten interviewet som afslappet og behageligt, og hen under aftenen tog parret sammen med deres to børn, Prins Henrik og Prinsesse Athena, til selskab hos Prins Joachims franske kusine.

Kusinen bor med sin familie bare fem minutters kørsel fra Dronningens franske slot, Chateau de Cayx. Efter ankomsten sidder Prins Joachim og Prinsesse Marie sammen i en sofa på terrassen. Alt er fortsat fredeligt og fordrageligt i den lune sommeraften, men da Prins Joachim begynder at tale med sin fætter, bemærker Prinsessen omgående, at noget er galt. Endda helt galt:

”Jeg kan høre, at han ligesom vrøvler. Og når man kender min mand og ved, hvor-

dan han taler og formulerer sig, så ved man, at det er helt usædvanligt. Et sekund troede jeg, at han måske drillede, men da jeg ser over på ham, ved jeg med det samme, at det er meget alvorligt”, fortæller Prinsesse Marie.

Dette er første gang, at parret sammen fortæller om de dramatiske timer, hvor Prins Joachim rammes af en blodprop i hjernen og de efterfølgende dage og uger, hvor parret gradvist finder tilbage til livet og hverdagen. De ønsker med dette interview at kaste lidt lys over, hvad der foregik, og hvordan de har oplevet hele forløbet, og de har set frem til at dele det med Hjernesagens læsere,

hvor mange har oplevet noget lignende. Men de understreger også, at det ikke har været nogen let proces:

”Vi har glædet os til at fortælle om det, men da jeg begyndte at tænke på, hvad jeg ville sige, så var det faktisk rigtig hårdt at gå tilbage i. Jeg vidste ikke, jeg ville blive ramt af det igen, men det blev jeg”, siger Prinsesse Marie.

Vidste med det samme, at den var helt gal

På terrassen i Frankrig beder Prinsessen sin mand om at gentage, hvad han lige har fortalt sin fætter. Til Prins Joachims udtalte forbløffelse:

”De fortæller, at det er meget slemt og alvorligt, og at jeg skal videre til akut operation hos specialisterne i Toulouse med det samme. Den rute kender jeg også ud og ind, men i løbet af de første måske 10 minutter døser jeg hen. Og så er jeg ude af billedet”



Interviewet blev afviklet på Zoom mellem Hjernesagens landsformand, direktør og journalist i København og Prinsen og Prinsessen i Paris.

”Jeg kan intet mærke. Når du har tænkt en sætning, så har du allerede hørt den formuleret inde i dig selv, og derfor forekommer den klar og tydelig. Så jeg bliver forbløffet over, at hun beder mig gentage. Da jeg ser over på Marie, kan jeg af hendes udtryk godt se, at noget er galt. Men jeg kan intet mærke”, siger Prins Joachim og slår ud med armene.

Interviewet gennemføres på grund af coronarestriktionerne på en videoforbindelse mellem København og Paris, hvor parret taler med Hjernesagen fra den danske ambassade. Prinsesse Marie griber Prinsens hånd og klapper ham på armen, inden hun fjerner blikket fra hans ansigt og ser direkte ind i skærmen, mens hun igen understreger:

”Jeg vidste med det samme, at der var noget alvorlig galt med hans hjerne. Jeg kunne se hans ansigtslammelse, det var – det var meget, meget forfærdeligt. Det er billeder, som for altid er i mit hoved”. Heldigvis er Prinsessen ikke et sekund i tvivl om, hvad hun skal gøre. Sammen med Prinsens kusine får hun omgående slået alarm. Hun ved, at der ingen tid er

at spille, og bliver derfor også meget bange, da hun erfarer, at der ikke er en ambulance tæt på. De befinder sig cirka en halv times kørsel fra Cahors, hvor det nærmeste hospital er, og Prinsesse Marie er smerteligt klar over, at hvert eneste minut tæller. Til alt held viser der sig at være et redningskøretøj fra brandvæsenet meget tæt på, og det bliver med det samme omdirigeret, så den første hjælp faktisk når frem på bare 15 minutter. Derfra går alting endnu hurtigere:

”Det påfaldende er, at jeg kan huske alt. Jeg har ingen smerter, og jeg har ingen black outs. Jeg kan huske, at jeg hører redningsbilen komme, de kommer op til mig, jeg bliver lagt på bære og spændt fast. De lægger måleinstrumenter og drop og taler hele tiden med mig. Vi kører med fuld fart ind til Cahors, og den tur kender jeg som min egen bukse-lomme, så mens jeg ligger der, ved jeg lige nøjagtig, hvilken rute vi kører”, forklarer prins Joachim.

Prinsesse Marie er med i redningskøretøjet ind mod Cahors, mens børnene og parrets hund Cerise bliver hos Prinsens

”Det var SÅ tæt på en tragedie, som kunne have ændret vores liv for evigt. Vi er meget taknemmelige for at være sammen i dag og kunne snakke med jer om det”

kusine. Det går hurtigt; turen, som normalt tager omkring en halv time, er overstået på 20 minutter, og undervejs tester redderne Prinsens tilstand: De beder ham skiftevis spænde den ene og den anden hånd, men prins Joachim har nu helt mistet følelsen i venstre side af kroppen fra ansigtet og ned til foden. De ankommer til hospitalet i Cahors mellem klokken 21 og 22, og Prins Joachim bliver omgående kørt ind til scanning.

”Det kan jeg også huske. Og derefter stod det klart for dem, at de ikke havde ka-

paciteten til at behandle mig i Cahors. De fortæller, at det er meget slemt og alvorligt, og at jeg skal videre til akut operation hos specialisterne i Toulouse med det samme. På det her tidspunkt er klokken nok blevet 23-24 stykker om aftenen, og jeg kører videre med ambulance mod Toulouse. Den rute kender jeg også ud og ind, men i løbet af de første måske 10 minutter dører jeg hen. Og så er jeg ude af billedet”.

Tragedien var meget tæt på

På denne anden transport kan Prinsesse Marie ikke være med. Hun bliver efterladt tilbage i Cahors, mens ambulancen hamrer mod Toulouse.

”Det var virkelig forfærdeligt. Jeg kunne ikke være med i ambulancen, og jeg havde ingen bil i Cahors. Derfor skulle jeg hurtigst muligt finde en bil, så jeg kunne køre efter. Jeg var hurtig til at give dem mit mobilnummer, så jeg kunne vide en smule om, hvad der skete, når jeg ikke kunne være med. De sagde til mig, at hans tilstand blev forværret, og da jeg spurgte dem om, hvad der var det værste, der kunne ske, ville de ikke tale for meget om det. Men de var meget bekymrede”, fortæller Prinsessen.

Prins Joachim ankommer til Toulouse ved et-tiden om natten. Prinsen er stadig ikke ved bevidsthed, men hele beredskabet venter på ham: Han bliver omgående scannet igen og bliver kørt ind på operationsstuen omkring klokken to. Her foretager lægeteamet en såkaldt trombektomi: En operation, hvor man fører et kateter ind gennem lysken, hele vejen op til hjernen, hvor blodproppen sidder. Her griber man den og trækker den ud, så blodforsyningen og ilttilførslen genoprettes.

Det viser sig, at Prinsen har en kegleformet blodprop, tre millimeter i diameter og 13 millimeter lang, som sidder fire-fem centimeter efter halspulsårens første forgrening. Den har lukket for omkring halvdelen af blodtilførslen, men det er i virkeligheden held i uheld, at proppen er så stor: For det gør lægerne i stand til at få fat på den og trække den ud.

”Det var SÅ tæt på en tragedie, som kunne have ændret vores liv for evigt. Vi

*”Man skal ALDRIG tro, at det bare går over.
Man må simpelthen ikke tro, at det bare er et ildebefindende.
Hvis man selv er i stand til det, så ring 1-1-2”*

er meget taknemmelige for at være sammen i dag og kunne snakke med jer om det. Jeg er så taknemmelig for, at han kan smile og genkende mig”, siger prinsesse Marie, som gennemgik en frygtelig nat i uvished, mens Prinsen lå på operationsbordet.

”Omsider kunne jeg trække vejret igen”

For hende er denne periode næsten den værste. Hun er på dette tidspunkt nået frem til hospitalet i Toulouse, men er alene med Prinsens kusine og sine egne frygtelige tanker. Ventetiden føles uendelig lang:

”I den første fase var det nødvendigt, at jeg var fokuseret og på. Men pludselig sidder jeg bare og venter. Man bliver virkelig ked af det, fordi man kan se billederne af ulykken for sig igen og igen. Og man kan se en person, som er fuldstændig hjælpeløs, og som ikke kan gøre noget. Jeg var bange for, at vi ville miste ham som person. Hans fysiske lamelse bekymrede mig meget mindre, og det, der var vigtigt, var at redde hans hjerne. Hans evne til at tale og tænke”, fortæller hun.

Ventetiden skulle vise sig at blive meget lang med alt for god tid til at tænke og forestille sig det værste: Først klokken otte om morgenen får Prinsesse Marie for første gang nyt fra operationsstuen – og det er heldigvis gode nyheder.

”Jeg vidste, at han ikke kunne reagere med det samme, men jeg måtte bare se

ham. Så jeg gik ind til ham og var hos ham i to minutter. Han kan ikke huske det i dag, men jeg spurgte, om han kunne smile til mig – og da jeg så, at han kunne smile med begge sider af ansigtet, følte det, som om jeg omsider kunne trække vejret igen”, siger Prinsessen.

På dette tidspunkt er Prins Henrik og Prinsesse Athena stadig hjemme i Cahors. Prinsesse Marie har fået fat i sin mor, men hvor Prinsens familie hjemme i Danmark får besked om den frygtelige ulykke om natten, får børnene først nyt, da Prins Joachim er vågnet igen: Helt bevidst har Prinsessen valgt at vente med at fortælle dem noget, indtil der er sikre, gode nyheder:

”Børnene er – ja, man skal være forsigtig med børnene. Der er ingen grund til at skræmme dem med udsigten til dårlige nyheder, hvis det nu ender med at gå godt”, siger hun.

”Du har reddet mit liv!”

Parret har deres lille hund, Cerise, med på ambassaden til interviewet, og nu hopper den op ved siden af Prinsesse Marie i et forsøg på at få del i opmærksomheden. Prinsessen sender den retur på gulvet, og Prins Joachim tager over:

”Jeg har slet ingen fornemmelse af tiden. Som Marie siger, kan jeg ikke huske den første gang, hun er inde hos mig. Men da jeg vågner ved middagstid næste dag, står Marie lige ved siden af – det kan jeg huske. Det var et meget specielt øjeblik, for selvom jeg ikke helt havde forstået, hvad der var fat, så var jeg godt klar over, at jeg havde bevæget mig på en knivsæg. Det første jeg sagde til hende, var ”Du har reddet mit liv!” Jeg var ufatteligt heldig”.

Heldig overhovedet at være i live, men også heldig med at have Prinsessen ved sin side i hele forløbet, pointerer han:

”Jeg har oplevet, hvordan Marie med øjeblikkeligt overblik greb situationen, og at hun med sine snarrådige indgreb og handlinger var den, der førte an, indtil jeg blev overdraget til ambulanceførerne i Cahors og sendt videre til Toulouse. Hun var fantastisk! Hun gik i soldatermode,” siger Prinsen og vender sig mod sin hustru:

”En ting er, at du styrede den akutte situation. Men alt, hvad der med et militært sprog hedder logistikken, håndterede du også i dagene lige efter. Altså: Børnene skulle passe og ses efter i mindst seks timer om dagen, når du var nede i Toulouse, hunden skulle plejes, der skal købes ind til mad osv. Inden for 12 timer af hændelsen så havde du mønstret din mor, og der var styr på situationen”. Prins Joachim vender sig igen mod skærmen og videokoblingen til København, inden han konkluderer:

”Marie var både supermand og blæksprutte på en gang.”

Det udsagn får Prinsessen til at protestere og indvende, at det er en almindelig kvindelig egenskab at være blæksprutten i et forhold, men Prins Joachim insisterer:

”Jo, du var. Og jeg ved, at jeg med Marie har en snarrådig, kærlig, omsorgsfuld og sikker støtte”.

”Da jeg vågner ved middagstid næste dag, står Marie lige ved siden af – det kan jeg huske. Det var et meget specielt øjeblik”

Et skift i rollerne

Efter den vellykkede operation lå Prins Joachim på intensiv afdeling i fem dage. Derefter fulgte yderligere fem dages indlæggelse, inden han blev udskrevet og omsider kunne se sine børn igen.

”Det var først, da jeg blev udskrevet, at jeg så andre end Marie. Altså at komme hjem og se børnene – det var... Selvfølgelig ved jeg, at de er i de bedste hænder, men at kunne se dem, holde dem, røre dem – ja, genkende og tale med dem. Hvis det var gået galt, så havde de fået en patient hjem på en bære – eller i værste fald skulle de for evigt tage på hospitalet for at besøge deres far, ikke sandt? Det held, den lykkelige omstændighed, at jeg stadig kunne holde om dem, røre

ved dem – vise dem, at jeg var tilbage...”, siger Prinsen og lader afslutningen af sin sætning hænge i luften.

Hjemme på Chateau de Cayx tog parret fat på rehabilitering og Prinsens rekonvalescensperiode. I starten havde han med egne ord gummiben og kunne kun meget lidt fysisk. Sammen gik de dagligt små ture omkring slottet, fulgte lægernes ordrer og tog den med ro. Taknemmelige for igen at være sammen og fælles om en enorm glæde, men alligevel var de første dage og uger ikke uden udfordringer:

”I forhold til hvordan vi havde det bagefter, så var det faktisk lidt tricky. Jeg var bange for at lade ham være alene.

Hjerner er vores speciale

Rammes man af hjernerystelse, skader eller sygdom i hjernen, påvirkes hele tilværelsen.

Få støtte til at forbedre dine personlige og faglige funktioner så du kan vende tilbage til et aktivt liv.



Har du

- erhvervet hjerneskeade
- langvarige følger efter hjernerystelse

Har vi

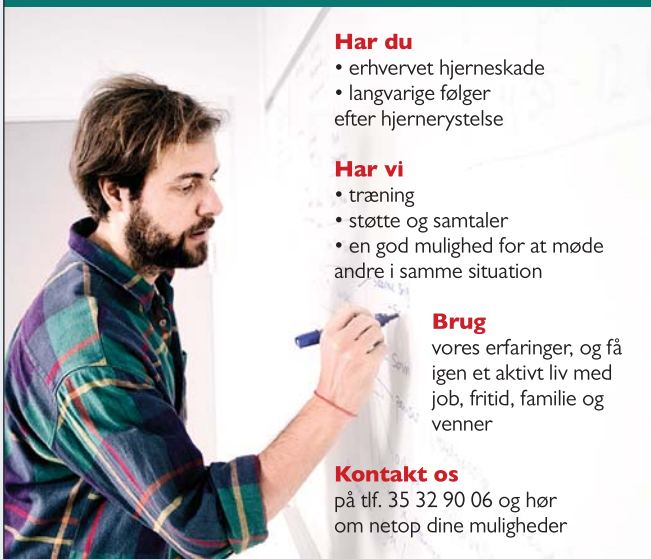
- træning
- støtte og samtaler
- en god mulighed for at møde andre i samme situation

Brug

vores erfaringer, og få igen et aktivt liv med job, fritid, familie og venner

Kontakt os

på tlf. 35 32 90 06 og hør om netop dine muligheder



Center for Hjerneskeade & Commotio-enheden
Amagerfælledvej 56 A, 2300 København S | Tlf. 35 32 90 06

www.cfh.ku.dk

Er du irriteret over, at din skinne sidder fast på dine sko?



Dialock® er et system vi har udviklet til dig, der bruger Dropfodsskinne. Med et simpelt greb er det muligt at skifte din skinne over på flere sko. Det giver frihed i hverdagen til at lave mange aktiviteter med samme skinne til forskelligt fodtøj.

Bandagist Jan Nielsen – En verden fuld af muligheder

Kontakt os for information eller se www.bjn.dk
– Vi vil så gerne dele vores viden!



Bandagist Jan Nielsen A/S • 33 11 85 57 • klirik@bjn.dk • www.bjn.dk



Jeg var bange for, at det skulle ske igen. For hvad hvis det skete, når han er alene? Det var ikke let. Og hver gang, jeg så på ham, gik billederne gennem mit hoved: Hele tiden så jeg billederne fra ulykken for mig. Det var hårdt”, fortæller Prinsesse Marie.

Oveni dette var der også sket et skifte i parrets relationer:

”Normalt er Joachim den stærke viking, som aldrig, aldrig er syg. Men lige pludselig er den, der altid har været den stærkeste, det ikke mere: Nu var det faktisk mig, der skulle være den stærke. Det var mærkeligt, men også godt, fordi det er en del af det at være sammen: Man skal altid være der for hinanden”, forklarer hun, og Prins Joachim supplerer:

”Det, at bytte rundt på rollerne, kan faktisk bringe noget positivt med sig”.

Det hjælper at tale om det

I dag er parrets hverdag tilbage. Prins Joachim er begyndt på sit nye job som forsvarsattaché i Paris, og han har et enkelt meget klart råd til andre, der skulle komme ud for noget lignende:

”Man skal ALDRIG tro, at det bare går over. Man må simpelthen ikke tro, at det bare er et ildebefindende. Hvis man selv er i stand til det, så ring 1-1-2 eller kald på hjælp på en eller anden måde. Lad være med at tænke, at det kan rystes af eller soves væk. Man skylder sig selv og så sandelig også sine pårørende at tage det alvorligt”, understreger Prins Joachim.

Selv har han i dag slet ingen mén af ulykken, men parret har efterfølgende gjort sig mange tanker:

”Jeg har været helt usandsynlig heldig,

”Jeg spurgte, om han kunne smile til mig – og da jeg så, at han kunne smile med begge sider af ansigtet, føltes det, som om jeg omsider kunne trække vejret igen”

og måske netop derfor har min post-traumatiske fase været langtrukket. Jeg taler ikke om stress-symptomer eller den slags, men der er tanker, som

*”Jeg var bange for,
at vi ville miste
ham som person.
Hans fysiske
lammelse bekymrede
mig meget mindre”*

hele tiden kommer tilbage: Der er ting fra barndommen, ungdommen og oplevelser, som kommer tilbage i et nyt skær, fordi det nu har bundfældet sig på en anden måde. Og så den der vished om, at du ikke kan regne sandsynligheden ud for, hvor heldig jeg har været: Fra den opståede ulykke, hvor Marie griber ind, over hvert led hele vejen igennem, indtil det kirurgiske indgreb, hvor vi lykkeligtvis er tæt på nogle af de største specialister på lige præcis det her felt i Frankrig, hvis ikke hele verden. Alting har været en følge af gode, lykkelige omstændigheder. Alt er gået op i en højere enhed. Oplevelsen af at være omgivet af de helt rigtige personer i hver eneste fase af forløbet – oplevelsen af, jamen lad os bare sige det, som det er – svineheld. Alt det her er en del af den posttraumatiske oplevelse”, siger Prins Joachim.

Parret har brugt hinanden, børnene og familien i deres mentale helingsproces, og de understreger begge gang på gang vigtigheden af at have nogen at tale og dele sine tanker med, så man ikke ender med at stå helt alene.

”Det hjælper meget at kunne tale om det, men det, der er mærkeligt, er, at det er svært at tale med en person, som ikke selv har oplevet det – ikke har stået i situationen. Det skal virkelig være en person, man kender godt. For det er meget intimt at tale om sådan noget, og det er utrolig vigtigt, at man har fat i nogen, som forstår, hvad man taler om”, understreger prinsesse Marie, mens Prinsen nikker bekræftende:

”I mikromålestok kan der også være en vis form for terapi for Marie og jeg i at tale om den her dag og hele forløbet på den her måde. Vi håber at kunne være

med til at kaste lidt lys over tingene, men det kan også gavne os selv”, siger han, og Prinsesse Marie tager over:

”Ja, som jeg sagde i starten, så har det været svært at skulle tale om det igen. Det er hårdt at gå ind i det, men nu har jeg det bedre”, siger hun med et smil. En anden trøst midt i den forfærdelige tid i de første dage efter ulykken var den bølge af sympati, som skyllede ind over parret fra nær og fjern, kendte og ukendte i både Danmark og udlandet:

”Det var meget rørende og en kæmpe-støtte for mig at høre alle dem, som med det samme tilkendegav en medfølelse i den brede offentlighed. Vi var ikke alene, og der var mange mennesker, som tænkte på os – det var helt fantastisk og virkelig en stor hjælp,” siger Prinsesse Marie, og hendes mand nikker igen:

”Ja, det var meget, meget hjertevarmende. Også at der straks var nogen, der sagde, hør nu her – han er patienten, men der er altså også en ved siden af, der lider som første tilskuer”.

Man skal være der for familierne

Både Prins Joachim og Prinsesse Marie er meget bevidste om, at heldet og forsynet har tilsmilet dem. De er begge overbeviste om, at Prinsens far, afdøde Prins Henrik, har holdt en beskyttende hånd over sin søn i den mest kritiske tid. Og de tænker også meget ofte på de personer, der har været noget lignende igennem, men har oplevet mindre held end dem selv. Hvor ulykken har ramt lige så hårdt, men efterladt langt flere mén.

”Det er svært ikke at tænke på, hvad der kunne være sket, og jeg synes, at vi har lært, at det er forfærdeligt for den, der bliver ramt, men lige ved siden af står der nogen andre, som det er lige så frygteligt for. Det må man aldrig glemme”, siger Prins Joachim, og Prinsessen supplerer:

”Familierne – man skal tænke på familierne og være der for dem”.

”Præcis! Der har en organisation som Hjernesagen en stor rolle, og det er et vigtigt budskab at bringe videre”, slutter Prinsen af.



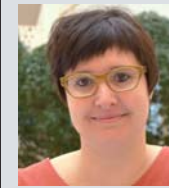
Hjernesagen
Vi tager hånd om hjernen

**Gratis medlems-
rådgivning**
34 10 20 30

Rådgivning på social- og sundhedsområdet

social@hjernesagen.dk

Husk at skrive dit telefonnummer, når du sender en e-mail.



Maja Klamer Løhr

Rådgiver
Tors.

kl. 9.30-12 og 12.30-14



Vibeke Lodberg

Rådgiver

Man., tirs. og torsdag

kl. 9.30-12 og 12.30-14



Anne Birgitte

Rasmussen

Sygeplejeske

Man., tirs. og onsdag

kl. 9.30-12 og 12.30-14

Neuropsykologisk rådgivning

neuropsykolog@hjernesagen.dk



Elisabeth Maina

Korfitsen

Neuropsykolog

Tirs. kl. 9.30-11.30

Juridisk rådgivning om forsikring og erstatning

sk@kroerfink.dk



Søren Kroer

Advokat

Man. - fre. kl. 9-16

Juridisk rådgivning om arv og testamente

testamente@hjernesagen.dk



Asmus

Deleuran

Advokat

Husk at skrive dit telefonnummer. Advokaten ringer til dig med svar.

TEMA: AFASI



Mennesker med afasi skal deltage aktivt i forskningen

På Syddansk Universitet arbejder man målrettet med at inddrage mennesker med afasi i afasi-forskningen. Det er bestemt ikke uden udfordringer, men omvendt er det meget givende.

Af Ulf Joel Jensen

De seneste år har der i det meste af verden været en tendens til, at patienter og brugere i stigende grad bliver inddraget i sundhedsforskningen. Tanken bag dette er, at inddragelse af dem, som det i sidste ende handler om, er med til at højne kvaliteten af forskningen og øge sandsynligheden for, at forskningsresultaterne også finder anvendelse efterfølgende. Denne trend har også ramt forskningen i Danmark – og det giver på mange måder rigtig god mening:

“Antagelsen er, at hvis der er nogen, der ved, hvad der skal forskes i på et område, så er det brugerne eller patienterne. De oplever problemerne og udfordringerne på egen krop og har en meget konkret forståelse for, hvor det giver størst udbytte at sætte ind med forskningsaktiviteter. Derfor kan det være voldsomt givende med brugerinvolvering i forskning, men det er også en svær øvelse”, indleder lektor ved Syddansk Universitet Jytte Isaksen.

En udfordring, som skal løftes

Jytte arbejder ved Institut for Sprog og Kommunikation og forsker blandt andet i sundhedskommunikation. Hun arbejder meget med afasi, altså sprog- og taleforstyrrelser efter stroke, og her ligger der en særlig udfordring i at inddrage brugerne i forskningen:

“Lægpersoner er altid svære at rumme i forskningsprojekter, blandt andet fordi vi i forskningen benytter os af et særligt

sprog, som kan være svært for ikke-fagfolk at forstå. Men når man har med mennesker med afasi at gøre, bliver det selvsagt endnu sværere på grund af deres sproglige udfordringer. Alting skal nødvendigvis gøres afasivenligt – ellers giver inddragelsen ikke mening. Det vil sige, at al kommunikation som udgangspunkt skal understøttes af billeder, af reduceret skrift osv. Det er en stor udfordring, men det er også en udfordring vi skal tage på os: Man antager, at omkring 1/3 af alle med stroke har udfordringer med sproget generelt, og hvis de systematisk bliver udeladt af forskningen, så har vi et stort problem”, understreger hun.

Hvordan overkommer vi barriererne?

Derfor arbejder Jytte Isaksen med at finde metoder til at inddrage mennesker med afasi i sine egne forskningsprojekter. Det er ressourcekrævende, understreger hun:

“Vi benytter os af det, man kunne kalde en slags mandsopdækning: Man sidder én til én i samtalerne med den afasibærte, så alle samtalestøttes i hele processen, foruden en facilitator på projektet, som er den der driver processen frem”.

På et tidspunkt havde hun en idé om at udvikle et sæt materialer, som kunne tjene til helt grundlæggende at oplære mennesker med afasi til at være inddraget i forskellige forskningsprojekter. Den idé er dog foreløbigt skrinlagt, fordi den i første omgang viste sig at være for ambitiøs:

“Da jeg skulle i gang med at rekruttere folk med afasi til netop det her projekt, så blev det ekstremt abstrakt at skulle forklare projektet til dem. Så vi var nødt til at gå nogle skridt tilbage. I stedet for har vi forsøgt at undersøge, hvad der skal til for at inddrage flere mennesker med afasi i forskningen. Hvordan skal de ramte være klædt på? Skal de fx have løn for at deltage? Skal det foregå et bestemt sted? Vi har stillet en hel masse lavpraktiske spørgsmål for at blive klogere på, hvordan vi får involveret flere på sigt”, fortæller Jytte, som på sigt håber at vende tilbage til planen om at udvikle et sæt materialer til at oplære mennesker med afasi til at være medforskere.

En stor vilje til at engagere sig

En af de ting, som står klart efter dette indledende projekt, er, at det er ganske krævende for personer med afasi at deltage i forskningen.

Men også at der er en stor vilje til at engagere sig.

“Det handler om mange forskellige ting. De her personer er en gruppe, som overordnet har mistet ganske meget i forhold til deres tidligere tilværelse, og det opleves meget værdifuldt for dem at opleve, at deres bidrag til forskningen er vigtigt: Den der erkendelse af, at de faktisk ligger inde med en unik viden, som andre efterspørger, betyder for dem”, siger hun – og tilføjer desuden et mere praktisk aspekt ved at deltage i forskningsprojekter:

“Det er ofte også en fantastisk god sprogtræning for dem, som er engageret i forskningsprojektet. For pludselig er de involveret i noget, som ikke bare er træningsøvelser. Det opleves ikke bare som træning for træningens skyld, men som egentlig kommunikation”.

Jytte Isaksen fortæller afslutningsvis, at projektet med at undersøge, hvordan man overkommer barriererne for at inddrage mennesker afasi i forskningen, også har kastet flere konkrete idéer til fremtidige forskningsprojekter af sig. Blandt andet håber hun på at kunne sætte et projekt om afasi og identitet i gang på et senere tidspunkt.



TEMA: AFASI

KomTil - samtalestøtte til mødet med sundhedssystemet



I Jytte Isaksens forskningsprojekter "mandsopdækkes" de afasiberørte, så der er en forskningsassistent til hver afasiberørt.

I 2016 inddrog Sydvestjysk Sygehus Syddansk Universitet i en undersøgelse af, hvordan mennesker med afasi og deres pårørende oplevede kommunikationen med det samlede sundhedssystem. I processen arbejdede man på tværs af sektorer og hospitalsafdelinger, fordi det netop ikke handlede om mødet med den enkelte sagsbehandler i kommunen eller oplevelser på en afdeling eller rehabiliteringssystem: Det var den ramte og de pårørendes møde med hele systemet, som var i fokus.

Derfor nedsatte man en projektgruppe, som ud over forskere, sundhedsprofessionelle og kommunale medarbejdere

også talte personer, som er berørt af afasi og deres pårørende. Projektet har resulteret i et system til samtalestøtte med inspiration fra SCA. Systemet kaldes KomTil (KOMmunikativ TILgængelighed for personer med afasi) og består blandt andet af en uddannelse i samtalestøtte for sundhedsprofessionelle, en værktøjskasse med samtalekort og andre fysiske ressourcer, som følger den afasiberørte, som derfor kan bruge det samme værktøj i mange forskellige kontekster.

Sideløbende med udviklingen af værktøjerne har man nemlig også uddannet de personer, som arbejder med personer

med afasi på tværs af sektorerne i Region Syddanmark. Der er også lavet en uddannelse af trænere, som kan oplære deres kolleger på de forskellige arbejdspladser, så konceptet kan spredes som ringe i vandet.

Projektet er støttet af TrygFonden, og blev afsluttet i 2019. I 2020 har der været fokus på at udvikle en bæredygtig videreførelse af projektet for at sikre, at det overlever projektfasen. Der er desuden blevet uddannet 13 nye trænere fra andre steder i Danmark i 2020, så det forhåbentligt spredes langsomt fra Region Syddanmark til resten af landet.



Weekendophold på Musholm

I weekenden den 13. til 15. august tilbyder Hjernesagen en helt særlig mulighed til sine medlemmer: Et ophold på feriecenteret Musholm ved Storebælt på meget fordelagtige vilkår. Mod en beskedent egenbetaling på bare kr. 1.250 kan du som ramt få en fantastisk oplevelse med sjove aktiviteter, dejligt samvær med andre og fuld forplejning med udsigt til Storebæltsbroen.

Det handler om at slappe af, komme væk fra hverdagen og få ladet sine batterier op, og man bestemmer selv, hvor meget eller hvor lidt man deltager i de programsatte aktiviteter. Og har du brug for personlig og praktisk hjælp til morgen og aften, kan du søge om at få hjælpen med til Musholm via din visitator i din kommune.

Tid: 13.-15. august. Indtjekning fredag mellem 15 og 17. Udtjekning søndag kl. 11.30

Sted: Musholm Feriecenter i Korsør

Pris: 1.250 kr.

Tilmeldingsfrist er 1. juli via hjernesagen.dk, hvor du også kan læse mere om programmet.

Afasiberørte skal ud og tage del i livet!

Hjernesagen er taget en smuttur til Århus for at mødes med Peter Meyer og Yago Bundgaard – to mænd med en mission: De vil åbne dørene til livet for andre mennesker med afasi, og de vil åbne resten af verdens øjne for en ellers lidt hemmelig sygdom.

Af Ulf Joel Jensen

Den her historie starter i virkeligheden tilbage i november 2017, hvor Peter Meyer passer sit arbejde som studievejleder på Randers Tradium: I løbet af de seneste par uger har han to gange været en tur i Grækenland i sin funktion som international koordinator for studievejledere og er mere eller mindre på vej til Bruxelles i samme ærinde. Han er med andre ord en særdeles travl mand med mange jern i ilden.

På det her tidspunkt kender han slet ikke Yago Bundgaard. Yago passer sit job som rektor på Langkær Gymnasium i Tilst uden for Aarhus. Akkurat som Peter er Yago også en travl mand midt i livet med gang i stort set alting på en gang: Lige præcis den her periode er særligt travl for rektoren, som er i gang med at forberede en fusion med en anden skole.

Men den 14. november bliver verden vendt på hovedet for Peter, da han om morgenen rammes af et stroke. To år senere, 1. november 2019, sker det samme for Yago – og det bringer snart de to mænd sammen om en fælles vision.

Ekstroverte mennesker

Yago og Peter er nemlig ikke bare strokeramte – de er også begge blevet ramt

af afasi: Begge vågnede de fra deres stroke ude af stand til at sige et eneste ord. To enormt kommunikerende mennesker fandt pludselig sig selv efterladt i en situation, hvor de til stadighed må kæmpe for at vinde sproget tilbage.

Men frem for alt er Peter og Yago to mennesker, som insisterer på at fastholde deres enorme engagement, deres udadvendthed og deres livsglæde – også i deres nye tilværelser.

“Vi er begge ekstroverte mennesker, og det har hjulpet os fremad”, forklarer

Peter og uddyber: “Fordi vi tør bruge sproget, selvom det er svært. Vi holder fast i at bruge sproget, og det gør også, at vi stadigvæk bliver bedre og bedre til at kommunikere”.

Som eksempel på det at turde stå frem og bruge sit sprog – trods begrænsningerne – deltog Peter i et interview til P1's Orientering i august sidste år om det at leve med afasi og hans mission.

Vil hjælpe andre

Han er nemlig fælles med Yago om en mission, som går ud på at bryde tabuet og forbedre livet med afasi for mange flere end bare dem selv. De vil have sygdommen frem i lyset og hjælpe sig selv gennem at hjælpe andre:

“Afasiberørte skal ud: De skal opleve kunst, politik – de skal tage del i livet! De skal ikke isolere sig. De skal ikke bare blive hjemme og sidde i haven – de skal ud i verden. Det er vigtigt for deres tilværelse – og vigtigt for deres sproglige udvikling”, erklærer Yago.

Peter har samme dagsorden og er derfor engageret i at deltage i grupper for afasiberørte. Han arbejder også aktivt, for at der bliver startet flere grupper rundt omkring, og har selv etableret en



Find dem på Facebook

Er du afasiberørt kan du komme i kontakt med Peter og Yago på Facebook. Søg efter gruppen “afasi-gruppe” og søg om medlemskab af den lukkede gruppe, som aktuelt har ca. 250 medlemmer.



Facebook-gruppe for mennesker med afasi, deres pårørende, logopæder, logopædstuderende og andre interesserede. Det var gennem denne gruppe han fik kontakt med Yago, og sammen med blandt andet Hjernesagen planlægger de at afholde en temadag for mennesker med afasi, når dette bliver muligt.

“Afasi er på en måde en næsten hemmelig sygdom. Det er vigtigt, at der kommer fokus på den – vigtigt at folk kender til den, så man møder mennesker med afasi som det, de er: Helt almindelige personer, som bare har svært ved at kommunikere”, forklarer Peter.

Vil arbejde politisk for de afasiramte

Facebook-gruppen og den kommende temadag er altså tænkt som et fællesskab og et frirum for en gruppe mennesker, som ellers nemt kan havne i social isolation. Men ambitionerne stopper ikke ved at tilbyde de ramte et fællesskab, forklarer Yago:

“Vi skal arbejde for at flytte sprogræning for afasiberørte til sundhedsvæsenet. Det skal ind under sundhedslovgivningen, for det vil være nøglen til at sikre, at vores undervisning bliver lavet om til livslang træning i stedet for, som det er i dag, nogle uger eller måneders genoptræning. Det er meget vigtigt, for man skal holde fast i at blive stimuleret”.

Underviser logopæd-studerende i afasi

Både Peter og Yago er skolemænd, og derfor har det også været helt naturligt for dem at engagere sig i at undervise logopæd-studerende i, hvordan livet med afasi egentlig opleves.

“Det føles godt at komme ind i skolerummet og vise, hvordan vores verden er. At føle sig nyttig og kunne hjælpe de studerende. Det er min gamle hjemmebane, og for mig personligt er det bare dejligt – lidt ligesom at komme hjem igen”, siger Yago.

Sammen har de indtil videre undervist de studerende på University College i Nordjylland, VIA University College i det midtjyske og Institut for Sprog og Kommunikation på Syddansk Universitet, men Peter ser gerne, at ordningen bliver udbredt:





Yago Bundgaard foran en helt særlig skulptur, som betyder meget for ham: Christian Lemmerz' *Aphasia II*, som er kunstnerens fortolkning af, hvordan livet med afasi må opleves for den ramte. Værket består af store klodser af stål, som sidder fast på kryds og tværs i størknet skum, som er omgivet af blødere, men dog stikkende, puder af rockwool. Skulpturen står på AROS.

"Det er vigtigt, at logopæderne forstår afasi. De er krumtappen for, at mennesker med afasi kan genvinde sit sprog. Og vi har fået rigtig gode tilbagemeldinger på vores undervisning: De får meget ud af det, og jeg ville gerne lave meget mere. Undervise alle logopædstuderende i hele landet. Personligt giver det mig selvtillid, at jeg kan undervise dem, men det gavner også meget mere end bare det".

Sproglige tømmere

Denne snak med *Hjernesagen* glider godt, men naturligvis ikke uden besvær; og Yago ser allerede nu frem til, at han i morgen vil få alvorlige sproglige tømmere: Det koster at anstrenge sit sprog til det yderste, men det er hele indsatsen værd.

Som Yago forklarer, handler det om at insistere på livet. At holde fast – på trods af udfordringerne. Begge mænd er familiefædre, og det er ikke en uvæsentlig detalje, forklarer Yago:

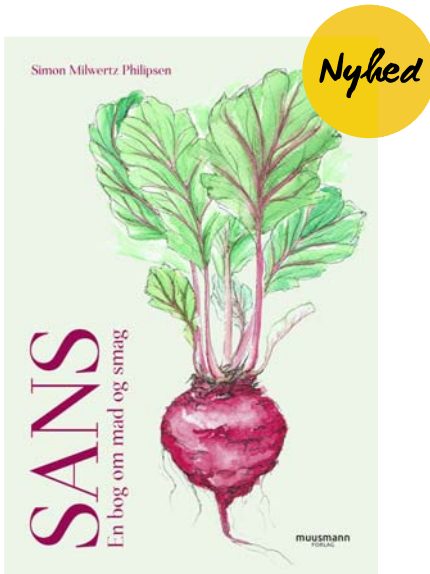
"Familien er enormt vigtig i det her. Afasi er en sygdom, som er svær at forstå. Tidligere talte jeg rigtig meget, men nu er jeg stille derhjemme. Det er svært at forstå for mine børn – også selvom de er blevet store".

Så selvom Peter og Yago er blevet slået grundigt ud af kurs, er de altså meget langt fra slået ud. De har fundet en ny vej i livet og har fundet et nyt engagement – en ny sag at brænde for. Og akkurat som i gamle dage, da de passede deres travle erhvervskarrierer, er det også nu en krævende omgang.



**Find Hjernesagen
på Facebook:
[Facebook.com/hjernesagen1](https://www.facebook.com/hjernesagen1)**

Hjernesagen anbefaler...



'Sans - en bog om mad og smag

Simon Milwertz Philipsen

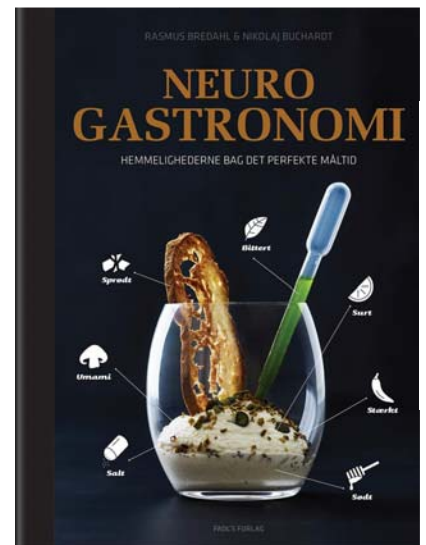
Denne bog giver dig en indgang til at forstå, hvordan maden smager. Der er ingen opskrifter, men grundlæggende viden samt øvelser, der træner opmærksomheden.



Vil du låne min bamse mor?

Manja Fie Molbæk og Kim Nørgaard

Fra det ene øjeblik til det andet ændrer verden sig, da 32-årige Manja bliver ramt af to blodpropper i hjernen. Hvordan rejser man sig igen – både som individ, pårørende og familie?



Neurogastronomi – Hemmelighederne bag det perfekte måltid

Rasmus Bredahl og Nikolaj Buchardt

Bogen tager dig med på en rejse ind i den hjerne, der fuldstændigt styrer alt, hvad der foregår, når du bliver sulten, og mens du spiser.

Blodtryksapparat til at måle blodtryk hjemme

Med blodtryksapparatet Microlife BP A6 PC Connect Bluetooth kan du måle dit blodtryk og atrieflimren og få målingerne overført trådløst til din smartphone via Bluetooth.



Bøgerne og blodtryksmåler kan købes i Hjernesagens netbutik - hjernesagen.dk/webshop eller ved at ringe til sekretariatet på tlf. 36 75 30 88.

I Hjernesagens netbutik kan du også finde pjecer, merchandise, skridttællere og meget andet.

Ved køb i Hjernesagens netbutik støtter du foreningens arbejde for ramte og pårørende.



Solen skinner altid lidt ekstra efter et møde

Med midler fra Socialstyrelsen og Kulturministeriet har Hjernesagen i samarbejde med Center for Hjerneskade etableret et nyt online tilbud, som skal bryde ensomheden blandt mennesker med afasi i Hovedstadsområdet.

Af Ulf Joel Jensen

Coronapandemien har på rigtig mange måder haft negative konsekvenser for de fleste. Det gælder naturligvis i særdeleshed de mennesker, som er blevet alvorligt syge, og deres pårørende. Men det gælder også for den store gruppe af danskere, som har oplevet social isolation det seneste år.

Personer med afasi er i forvejen særligt udsatte i forhold til social isolation på grund af deres kommunikationshandicap. Og det er kun blevet forstærket under pandemien, hvor man i lange perioder ikke har kunnet mødes fysisk. Hjernesagen har derfor i samarbejde med Center for Hjerneskade i København startet Afasi-fællesskabet fra begyndelsen af 2021.

”Mennesker, som er ramt af afasi, har ofte svært ved at have et velfungerende socialt netværk, og de savner tit venskaber. Det er meget nemt at havne i social isolation, når man har svært ved at kommunikere med andre, og derfor har vi gennem de sidste cirka tre år haft en afasicafé, hvor man mødes her på centeret hver 14. dag. Det er ikke muligt under coronapandemien, så Afasi-fællesskabet er en slags online videreførelse eller udbygning af afasicaféerne”, forklarer Trine Klinkby, som er audiologopæd på Center for Hjerneskade.

Et møde med andre ramte

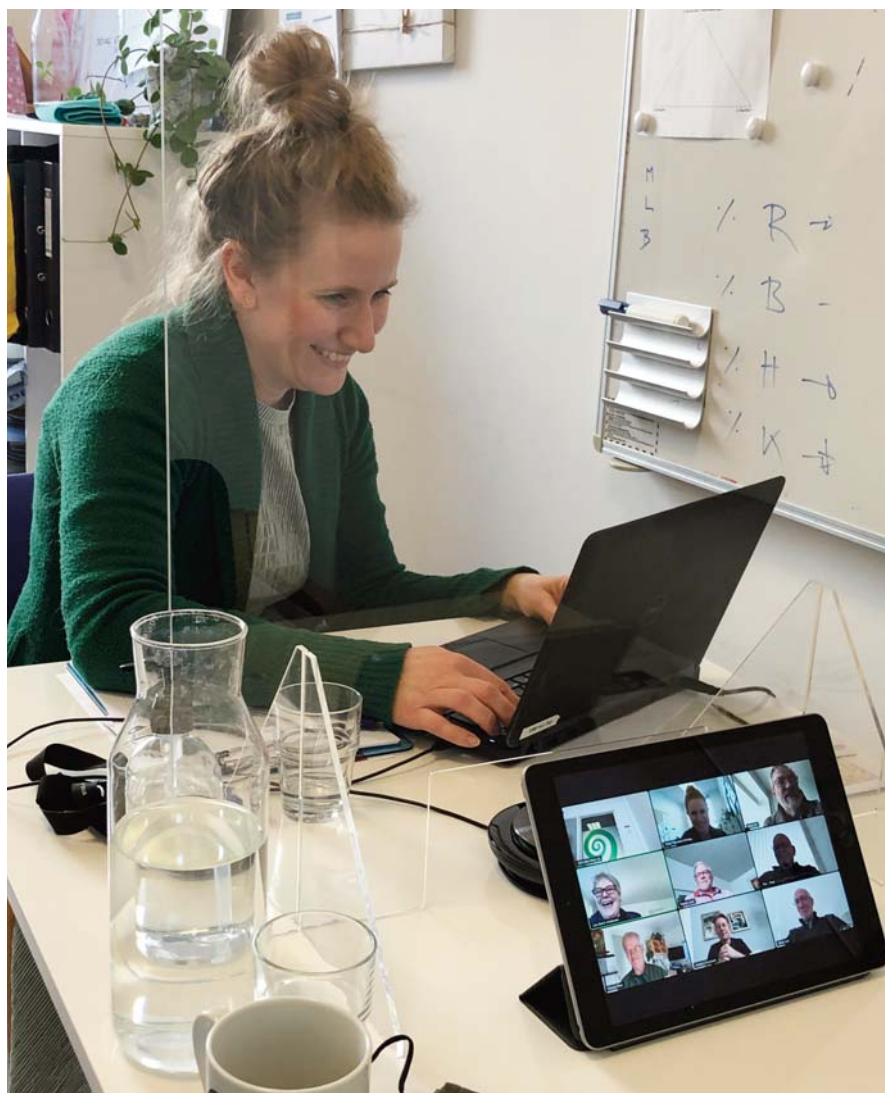
Afasi-fællesskabet afvikles på den digitale platform Zoom, og Hjernesagen mødes med Trine Klinkby forud for Afasi-fællesskabets ugentlige fredagscafé-møde.

I alt syv personer dukker drypvis op på skærmen denne formiddag, og meget

hurtigt står det klart, at fredagshumøret er i top: Flere af de deltagende tilskriver humøret det fine forårsvejr med blå himmel og sol, men samtidig understreger de, at det også handler om, at det er rart at mødes med de andre.

”Afasi-fællesskabet er et tilbud til ramte og som udgangspunkt ikke til deres pårørende. De pårørende må gerne hjælpe

til med det tekniske, men ellers skal de helst holde sig i baggrunden. Vi har valgt at dele deltagerne op i mindre grupper hver med tre personer, hvor deres kommunikationsudfordringer matcher hinanden: Hvis man er ret mange flere end tre, så kan det blive svært at nå at komme til orde i løbet af et møde, fordi kommunikationen ikke er så hurtig, når man er ramt af afasi. Desuden skeler vi



kraftigt til, hvad det er for personer; når vi opretter grupperne, så folk har de bedste forudsætninger for et godt samvær”, forklarer Trine Klinkby.

Deltagerne mødes hver tirsdag i deres grupper til en snak om livet og hverdagen. Møderne er styret af en logopæd-studerende – og ved siden af disse møder er det altså også muligt at mødes i en større gruppe om fredagen.

Sultne efter social kontakt

I denne fredags online café styrer Trine samtalen. Hun spørger de enkelte om den forløbne uge og om planerne for weekenden. Det er nødvendigt med en facilitator som Trine, for at samtalen kan glide forholdsvis let og frit, og der er stor forskel på, hvor let det er for de forskellige at deltage i samtalen.

Men alle er entusiastiske – ikke mindst, da en af deltagerne, Klaus, pludselig griber sin saxofon og uopfordret spiller et lille nummer for alle.

”Mennesker med afasi er sultne efter at møde andre som sig selv. Selvom det er en forholdsvis udbredt følgevirkning af stroke, så er det ikke sikkert, at man møder andre i løbet af sin rehabilitering. Det viser sig desuden ofte, at det er meget svært at holde kontakten med hinanden bagefter. Og det er bare vigtigt at mødes med andre – at have nogen at

spejle sig i, som står i den samme situation som en selv med ændrede livsvilkår og så videre”, understreger Trine Klinkby.

Afasi-fællesskabet gør en forskel

I cafeen skal de til at runde af for fredagens mødes. Til ærgrelse for de fleste, men Arne på 65 har lovet at blive hængende til en snak om sit udbytte af fællesskabet.

Arne forklarer, at hans liv har ændret sig radikalt, siden han blev ramt af en blodprop i hjernen for 12 år siden: Fra at have fuld gang i karrieren som bankmand, være meget læsende og have et stort socialt netværk gennem arbejde og Rotary, er han i dag meget alene med fjernsynet, mens hustruen Hanne passer sit arbejde i hverdagen.

”Mit liv er helt anderledes i dag. Ud over træning og fornøjelsen af vores hund ser jeg fjernsyn – meget fjernsyn, og jeg ser ikke så mange mennesker. Men Afasi-fællesskabet gør en forskel”, forklarer Arne.

Stor tilfredshed og højt humør

Arne har også svært ved at bevæge sig rundt efter sit stroke, fordi han har en halvsidig lammelse. Han forstår alting, men har meget svært ved at udtrykke sig, så hustruen Hanne tager over i interviewet:

”Jeg kan mærke, at det giver Arne rigtigt meget at være med. Han får ligesom ladet batterierne op af at være sammen med andre. Solen skinner altid lidt ekstra, når han har været til møde”, fortæller hun.

Den fornemmelse kan Trine Klinkby bekræfte – også blandt de øvrige deltagere: ”Jeg har klart fornemmelsen af, at folk får noget rigtigt godt ud af det her. Vi er stadig i opstartsfasen, men der er en generel tilfredshed og højt humør på de fleste af vores møder. Det er vigtigt at understrege, at selvom det også fungerer som træning, når man deltager i Afasi-fællesskabet, så er det her ikke kommunikationsundervisning. Det er almindelig voksensnak, hvor vi taler om de ting, der nu engang rører sig i vores hverdag. Det handler om at skabe et fællesskab mere end noget andet”, slutter hun.



Lokale afasi-caféer i Hjernesagen

Flere af Hjernesagens lokalafdelinger har tilbud, som er særligt målrettet mennesker med afasi. Således er der afasi-caféer med fokus på det sociale samvær i både Roskilde og Århus.

I Roskilde har afasi-caféen kørt i flere år, og det er et socialt arrangement, hvor man mødes cirka hver 14. dag eller månedligt. Møderne ledes af en studerende fra logopæd-uddannelsen og er særdeles velbesøgte, forklarer lokalformand Jørgen Boesgaard:

”Det har været en stor succes i alle årene. Man mødes et par timer ad gangen, drikker en kop kaffe og får måske et stykke kage. Det er et hyggeligt og socialt arrangement, og det er kun for personer med afasi; deres pårørende kan ikke være med. Lige nu er det lukket pga. coronasituationen, men vi håber, at det snart kommer op at stå igen”.

En drillende, men god tone

Afasicaféen i Århus er ligeledes lukket aktuelt pga. corona, men før nedlukningen nåede de at afholde en lille håndfuld møder. Tilbuddet er med andre ord forholdsvis nyt, men lokalformand Lars Spliid fortæller, at det allerede er en succeshistorie:

”Der er et stort potentiale, og det er et godt arrangement. Jeg har selv været dernede et par gange, og det er tydeligt, at de hygger sig. Der er stor gensynsglæde og en god tone: De kan godt være lidt drillende over for hinanden, men de hjælper også hinanden”.

Man kan læse mere om afasicaféerne og andre tilbud i lokalafdelingerne rundt omkring i landet på lokalsiderne bagest i bladet.

Afasi-fællesskabet er et initiativ fra Hjernesagen og Center for Hjerneskade. Det er finansieret gennem midler fra puljen ”1000 nye fællesskaber med ensomhed” administreret af Slots- og Kulturstyrelsen, som sigter mod at skabe nye fællesskaber og bryde ensomheden under coronapandemien.

I den nuværende form er det et regionalt tilbud, hvor deltagerne blandt andet rekrutteres gennem kommunikationscentrene i Region Hovedstaden, men håbet er at gøre tilbuddet permanent og udvide det, så afasiramte fra hele landet kan deltage. Ved redaktionens afslutning arbejdes der med planer om etablering af lignende tilbud på Fyn og i Region Midtjylland.

Stroke og højskole



Rude Strand Højskole i Østjylland afholder til oktober et ugekursus om stroke og dét at leve med en hjerneskade. Højskolen lover, at opholdet bliver fulde af sang og glæde, nyttig information og spændende impulser i dejlige omgivelser. "At livet, det er livet værd" lyder et par linjer i Højskolesangbogen – og det er selve udgangspunktet for dette kursus, hvor kursen er sat mod at begynde på en frisk eller sætte ekstra kulør på den nye hverdag. Hjernesagen er medarrangør af kurset, som afvikles den 26. til 30. oktober. Læs mere på rudestrandhojskole.dk

Søg et legat

Som medlem af Hjernesagen har du mulighed for at søge om et Zangger-legat for at få dækket udgifter, der kan aflaste dit handicap.

Hjernesagen har en bevilling fra Zangger Fonden, der gør det muligt for os at uddele legater til vores medlemmer.

Du kan fx søge om støtte til:

- Træningsforløb
- Psykologbehandling
- Familierapi
- Sygdomsbehandling

Puljen uddeles i portioner op til 10.000 kroner.

Zangger Fonden er godkendt af Socialministeriet. Det betyder, at et eventuelt legat som udgangspunkt er skattefrit.

Forudsætninger

For at ansøge om et Zangger-legat skal du opfylde følgende:

- Du skal have søgt din kommune om støtte og fået afslag

- Du kan tidligst ansøge efter et års medlemskab af Hjernesagen
- Du kan ikke søge om støtte, hvis du allerede har købt det, du søger støtte til

Sådan søger du

Du skal sende en ansøgning til Hjernesagen, hvis du ønsker at søge om et Zangger-legat.


Ansøgning

I ansøgningen om legatet skriver du:

- Dine kontaktoplysninger: Navn, medlemsnr., adresse og telefonnr.
- Hvad du ansøger om støtte til
- En kort beskrivelse af dit sygdomsforløb, og hvordan den ansøgte støtte vil aflaste dig
- Hvor stort et beløb, du søger om, og evt. prisoverslag
- Kort beskrivelse af dine/jeres økonomiske forhold

- Vedlæg en kopi af afslaget fra din kommune om støtte
- Vedlæg din og din evt. ægtefælles seneste årsopgørelse fra SKAT

Send din ansøgning til:

 Hjernesagen
Blekinge Boulevard 2
2630 Taastrup

Sådan behandler vi din ansøgning

Vi behandler ansøgninger løbende og ud fra en vurdering af ansøgers økonomiske forhold. Du må forvente en sagsbehandlingstid på ca. en måned, fra vi får din ansøgning med alle de nødvendige informationer, som beskrevet ovenfor, til du får skriftligt svar.

Kontakt

Hvis du har spørgsmål, kan du ringe til Hjernesagens sekretariat på tlf. 36 75 30 88.

KLUMMEN:

Vidensdeling skal styrke neurorehabilitering

Hvordan kan vi styrke de tværsektorielle neurorehabiliteringsforløb, så mennesker, der lever med følgevirkninger efter neurologisk skade eller sygdom, kan leve et godt og meningsfyldt liv? Det spørgsmål er grundlaget for, at vi inden for det sidste år har kunnet byde velkommen til to nye videnscentre for neurorehabilitering. Det ene i Vestdanmark og det andet i Østdanmark.

Videnscentrene har en fælles vision om at styrke neurorehabiliteringen på tværs af sektorer, skabe bedre forløb for patienter med skade på rygmarv eller hjerne - og ikke mindst løfte sagen nationalt. Samarbejdet bliver tæt mellem de to centre, der begge er i den absolut spæde begyndelse og etableringsfase.

Skridt for skridt har vi en ambition om at samle og dele aktuel viden og forskning inden for feltet, så sundhedsprofessionelle hurtigere kan få kvalificerede input til behandlinger, forløb og arbejds gange.

Det bliver med et massivt fokus på at gøre den viden, der findes, anvendelig. Som inden for rigtig mange andre vidensstunge områder, er der inden for neurorehabiliteringen mængder af viden og anbefalinger for praksis, der endnu ikke er implementeret. Det er en skam, og vi har derfor som mål at sikre,

at den genererede viden bliver så brugbar som overhovedet muligt for medarbejderne i deres dagligdag.

En af vores kerneopgaver bliver derfor også systematisk at arbejde med at kvalificere og uddanne medarbejderne til at arbejde med den nyeste viden. Videnscentrene kommer til at arbejde målrettet med at styrke den tværsektorielle kompetenceudvikling med udgangspunkt i de sundhedsprofessionelles behov.

Men hvordan vil de to videnscentre helt konkret gå i gang med at løfte opgaven? Hjernesagens direktør, Birgitte Hysse Forchhammer, har foreslået, at vi kan lægge ud med en national behovsafdækning af, hvordan rehabiliteringsindsatserne indtil nu har set ud, og hvilken effekt de har – og deraf afdække beho-

vet for fremtidige indsatser. Inspireret af Hjernesagens gode råd er vi nu gradvist gået i gang med at forberede en større fælles indsats for et nationalt løft af rehabilitering på udfordringer med syn og opmærksomhed. Den indsats er valgt, fordi mange borgere ikke får den optimale rehabilitering for deres gener. Der mangler overblik over den i høj grad varierende praksis, dens vidensgrundlag og effekter.

De kommunale aktører kommer også til i langt højere grad at være med til at sætte dagsordenen, så vi sammen kan skabe de bedste neurorehabiliteringsforløb. De skal være med til at afklare, hvilken form for viden deres medarbejdere har brug for, og hvilken viden de ramte borgere og deres pårørende brug for.

Det er vigtigt, at vi på tværs af sektorer og landsdele hele tiden stiller os selv dette spørgsmål: "Hvordan kan vi sikre større lighed i rehabiliteringen af borgere – uanset hvor de er i forløbet, og uanset hvor de bor".

I begge videnscentre ser vi frem til at gøre en forskel for mennesker med skade på hjerne eller rygmarv og deres pårørende i tæt samarbejde med de mange dygtige aktører og sundhedsprofessionelle i feltet.

Anne Norup, leder af Videnscenter for Neurorehabilitering – VNR (øst)
Videnscenter for Neurorehabilitering (rigshospitalet.dk)

Lene Bastrup Jørgensen, leder af Vestdansk Videnscenter for Neurorehabilitering – ViC (vest)
www.vicneuro.dk

Medlemsundersøgelse

Det er snart syv år siden, vi i Hjernesagen sidst spurgte vores medlemmer om, hvem de egentlig er, og hvorfor de er medlemmer af Hjernesagen. Derfor iværksætter vi nu en ny medlemsundersøgelse, som er yderligere aktualiseret af corona-nedlukningen.

Vi står over for at skulle genstarte forningens aktiviteter, og derfor giver det rigtig god mening at spørge medlemmerne, hvilke aktiviteter, som

giver mest mening i jeres hverdag. Samtidig kan vi få afdækket, hvordan nedlukningen har påvirket jeres liv – og om der er særlige behov, vi som forning skal være opmærksomme på i denne mærkelige tid.


Vi håber, så mange som overhovedet muligt vil tage sig tiden til at besvare de cirka 25 spørgsmål i undersøgelsen. Du kan læse mere om den på hjemmesiden og på vores sociale medier, men du kan også starte din be-

svarelse ved at skanne QR-koden her på siden med din mobiltelefon. Deltagelsen er naturligvis anonym.




Hjernegymnastik

I samarbejde med Lidl præsenterer Hjernesagen hermed en omgang hjernegymnastik til forårsaftenerne! Løs krydsordet og send løsningen til admin@hjernesagen.dk senest den 10. maj, så deltager du i lodtrækningen om et gavekort på 500 kr. til indkøb i en af Lidls butikker. Du kan læse mere om Lidls samarbejde med Hjernesagen og arbejde med lignende organisationer på lidl.dk/csr.



4 Hvilket medlem af kongefamilien tiltrådte i efteråret som forsvarsattaché på Den Danske Ambassade i Paris?



2

Hvad kaldes sproglige vanskeligheder, der kan opstå efter en blodprop?

5

	★	1	KØRE	UD- STRAKT	BINDE- ORD	NORGE	REGIS- TER	FOR- BUND	KÆRLIG	KVIK	SPANIEN	ORGANI- SATION	VAND- KAMP	FINDES	★	2	TRÆ
1	3							6					13		JAG		
		SMYKKE- STEN				DYR KALKU- LERE					SIDST PÅ UGEN LEASES					501	
		LANG- SOM			MÅLER RETNING			RET- NING	TÆT SKIB	11			TOG- TYPE COM- PUTER				VEDRØ- RENDE
		STED- ORD	DYGTIG SLUDDER		10			TOP MODERNE				PLADE FEDT- STOF			HOS SLÅR		
		DÆK- NING		4					5	→							
		4		MÆRKE	I FOR- HOLD TIL SKIND- SIDE				DYR TONE				BIORD ENGELSK TILSAGN			7	SPORTS- UDØVER
		TONE					5		9				MEJERI- PRODUKT FRUGT				4
		EFTER T	12	TYVERI KRIKKE			551 2000				ORIGI- NAL FILM- FIGUR					ILT IDET	
		SANGER		BÆLTE EN				PUKLE				3	HÆLDE ITALIEN				
	★	6						8		→				BEHAGE- LIG			

LØSNINGSORD:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----



6 Hvad hedder pjecen med gode råd fra Hjernesagen om kommunikation?





COVID-19: Tjek med din lokalforening, om dit arrangement er aflyst eller udskudt.

Ved bladets deadline er det umuligt at forudsige, om vinterens aktiviteter bliver påvirket af coronaepidemien. Derfor opfordrer vi til, at du tjekker med din lokalforening, om arrangementerne bliver afholdt.

Region Hovedstaden

Kontaktperson fra hovedbestyrelsen for Hjernesagsforeningernes bestyrelser i Bornholm, Gladsaxe, Gentofte, Ballerup, Lyngby-Taarbæk, Rudersdal og Furesø, Nordsjælland, København og Frederiksberg er: Jens Barfoed, tlf. 22 46 29 16
E-mail: jens.barfoed@hjernesagen.dk

Kontaktperson fra hovedbestyrelsen for Hjernesagsforeningernes bestyrelser i Albertslund, Høje Taastrup, Rødovre, Brøndby, Glostrup, Herlev, Hvidovre, Ishøj og Vallensbæk, Tårnby og Dragør er: Britta Friis Kostending, tlf. 53 64 48 46
E-mail: britta@hjernesagen.dk

Region Hovedstadens Kulturklub

Kontaktperson: Lisbet Kragh
Tlf. 61 26 10 09
E-mail: nordsjaelland@hjernesagen.dk

Hjernesagen i Albertslund

Formand: Claus Hauritz
Tlf. 20 22 18 69

Faste aktiviteter
Medlemsmøde kl. 12.30-15.30 på udvalgte datoer.
Sted: BS 72's klubhus, Vridsløsevej 1, 2620 Albertslund.

Hjernesagen Bornholms Regionskommune

Formand: Vivi Sørensen
Tlf. 29 91 53 09
E-mail: bornholm@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter
Hjernesagscaféen for senhjerneska- dede og pårørende har åbent **den første tirsdag i måneden kl. 18-22.** Der er fællesspisning og kaffe.
Sted: Ressourcevejens lokaler på Kommunikationscentret, Sveasvej 8, 3700 Rønne. Pris: Kr. 30.

Pårørendegruppen mødes den 3. tirsdag i måneden kl. 19-21. Sted: Ikke fastlagt endnu, da Blomstercaféen er lukket.

Yderligere oplysninger samt tilmelding til arrangementer
Kontakt Arne, tlf. 27 63 11 52.

Hjernesagen i Gladsaxe, Gentofte, Ballerup, Lyngby-Taarbæk, Rudersdal og Furesø

Formand: Torben Nielsen
Tlf. 29 45 27 12
E-mail: gladsaxe-gentofte@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter
Værestedet Laden ved Gladsaxe Kirke hver tirsdag kl. 10-13. Aktiviteter med afspænding/gymnastik, fællessang med klaverakkompagnement, frokost og socialt samvær. Tilmelding til Aase Rasmussen, tlf. 44 98 30 80, eller formanden. Sted: Gladsaxe Kirkes sognegård "Laden", Provst Bentzons Vej 1, 2860 Søborg (over for Netto). Alle er velkomne. Der er enkelte ledige pladser. Der kan være begrænsninger i deltagertallet pga. corona-restriktioner. Vi håber at kunne holde åbent i april og maj med sidste mødegang inden sommerferien tirsdag den 25. maj. Forventet start efter sommerferien er den 7. september.

Aktiviteter forår/sommer
● Lørdag 17. april kl. 11 **Generalforsamling** med efterfølgende spisning. (Tidligere udmeldt dato blev aflyst). Sted: Telefonfabriken, Telefonvej 8, 2860 Søborg. Tilmelding: Senest den 13. april til formanden. Tilmelding vigtig, dels

Vedtægter for Hjernesagens lokale foreninger

Forslag, der ønskes behandlet på generalforsamlingen, skal være formanden i hænde senest en uge før generalforsamlingen.

Dagsordenen skal som minimum indeholde følgende punkter:

- Valg af dirigent.
- Valg af referent og stemmetællere.
- Bestyrelsens beretning til godkendelse.
- Fremlæggelse af revideret regnskab til godkendelse.
- Fremlæggelse af budget til orientering.
- Behandling af indkomne forslag.
- I ulige år: Valg af formand og mindst et bestyrelsesmedlem for en 2-årig periode.
- I lige år: Valg af (næstformand), kasserer (og et eller flere bestyrelsesmedlemmer) for en 2-årig periode.
- Valg af en eller flere suppleanter til bestyrelsen for en 1-årig periode.
- Valg af revisor.
- Eventuelt.



COVID-19: Tjek med din lokalforening, om dit arrangement er aflyst eller udskudt.

pga. spisning, dels hvis der kommer ændringer i arrangementet.

Hvis du har en e-mail, vil vi være taknemmelige, om du sender adressen til vores e-mailadresse – på forhånd tak.

Hjernesagen i København og Frederiksberg

Formand: Ann Høyer

Tlf. 25 37 98 83

E-mail: koebenhavn@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter

Vores medlemsmøder holdes på Lys-højgårdsvej 43, Valby. Tilmelding til formanden.

Selvhjælpsgruppe den 2. fredag i måneden kl. 14.00-16.30. Hyggeligt samvær og fælles arrangementer, fx udflugter og film med oplæste undertekster. Yderligere oplysninger fås hos Kirsten Paulsen, tlf. 51 33 10 63. Alle ramte er velkomne.

Bemærk: Ferie i juni, juli og august

Møde for pårørende

Kom og mød andre pårørende. Yderligere oplysninger samt tilmelding til Anni Andersen, tlf. 24 21 67 73.

Skolen for Apopleksi- og Afasiramte

Skolen holder til i vores lokaler på Lys-højgårdsvej 43. Der er undervisning i dansk, skrivning og hukommelsestræning samt edb. Der tilbydes også afspænding, yoga, korsang m.m. Se nærmere på Afasiskolens hjemmeside. Få en snak med skolens leder, Hanne Jæger, tlf. 60 10 41 55.

Find os på Facebook: Hjernesagen København og Frederiksberg.

Husk at se efter tilbud under Region Hovedstadens fælles arrangementer.

Nedenstående arrangementer gennemføres så vidt muligt. Hold øje med vores Facebookgruppe og hjemmeside eller kontakt formanden for at høre, om vi kan gennemføre arrangementet.

Aktiviteter forår/sommer

● Søndag 25. april kl. 13-16
Banko med fine gevinster. Der bliver serveret mad og kaffe. Pris: Kr. 100 og kr. 25 for 1 plade i 3 spil. Tilmelding: Senest 16. april til formanden, her får du også besked, om arrangementet gennemføres.

● Onsdag 19. maj kl. 17-20
Tur til Zoologisk have med rundvisning. Herefter spiser vi på en af restauranterne i Zoo. Sted: Zoologisk Have, Roskildevej 32, Frederiksberg. Pris: Gratis for egne medlemmer, kr. 100 for andre medlemmer. Tilmelding: Senest 12. maj til formanden, her får du også besked, om arrangementet gennemføres.

● Søndag 13. juni kl. 10-17
Udflugt til Hørby Færgetro, som er smukt beliggende ved Isefjord/Holbæk Fjord. Vi kører i liftbus og har et stop undervejs derop. Vi får en dejlig frokost på kroen, og herefter vil det være muligt at gå en tur. Inden afgang får vi kaffe og kage. Sted: Vi mødes på Lys-højgårdsvej kl. 10. Pris: Kr. 100 for egne medlemmer, kr. 200 for andre medlemmer. Tilmelding: Senest 2. juni til Asta, tlf. 51 78 11 78, her får du også besked, om arrangementet gennemføres.

Hjernesagen i Nordsjælland – Allerød, Egedal, Fredensborg, Frederikssund, Gribskov, Halsnæs, Helsingør, Hillerød og Hørsholm

Formand: Lisbet Kragh

Tlf. 61 26 10 09

E-mail: nordsjaelland@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter

Tirsdage og torsdage kl. 10-15 er der åbent på aktivitetscentret Ny-Viemosegård.

På aktivitetscentret Ny-Viemosegård hygger vi os med sang og musik. I vort træværksted kan du begge dage lære at arbejde på trædrejebænk under kyndig vejledning af vores garvede husflidsspecialister. Som noget

nyt kan du slibe sten til smykker og lignende. Videostuen og netcaféen står til fri afbenyttelse. Sted: Rønnevangs Allé 5, 3400 Hillerød. Pris: Kr. 60 for kaffe og middagsmad. Drikkevarer kan købes billigt. Tilmelding hos formanden.

Følg med på Facebook: Hjernesagen i Nordsjælland – Viemosegaard.

Bassintræning

Holdtræning i varmtvandsbassin på **Nordsjællands Hospital hver fredag kl. 14.15-15.00.** Sted: Nordsjællands Hospital, Frederikssundsvej 30, 3600 Frederikssund. Pris: Kr. 2.000 for 40 lektioner. Tilmelding: Til formanden.

Arrangementer afholdes, medmindre andet er nævnt, på Rønnevangs alle 5, 3400 Hillerød

Aktiviteter forår/sommer

● Søndag 9. maj
Generalforsamling i henhold til vedtægterne. Herefter spiser vi silde-madder og forløren skildpadde. Pris: Kr. 100. Tilmelding: Til formanden.

● Tirsdag 4. maj kl. 10-18
Udflugt. Vi skal med liftbus til Møns Klint, hvor vi spiser frokost i caféen. Derefter skal vi betragte klinten og havudsigten fra den 267 meter lange gangbro, der er anlagt, så også kørestolsbrugere kan deltage. Pris: Kr. 200 for brugere. Kr. 250 for øvrige. Tilmelding: Senest 23. april til formanden.

● Lørdag 26. juni kl. 15-21
Skt. Hans fest med helstegt pattegris og jazz-musik. Pris: Kr. 200 for brugere. Kr. 250 for øvrige. Tilmelding: Senest 10. juni til formanden.

Hjernesagen i Rødovre, Brøndby, Glostrup, Herlev, Hvidovre, Ishøj og Vallensbæk

Formand: Ved redaktionens afslutning var der ikke valgt en ny bestyrelse.

E-mail: herlev-hvidovre@hjernesagen.dk



COVID-19: Tjek med din lokalforening, om dit arrangement er aflyst eller udskudt.

Hjernesagen i Tårnby og Dragør

Formand: Inge-Lise Adelhardt
Tlf. 28 83 47 85
E-mail:
taarnby-dragoer@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter

Medlemmer af Hjernesagen i Tårnby/Dragør kan aftale møde med repræsentanter fra lokalbestyrelsen den første mandag i måneden inden cafemødet i Foreningscentret Postkassen, Amager Landevej 71, 2770 Kastrup. Vi vil gerne øse af vores viden og hjælpe med at finde svar på, hvor man kan henvende sig eller finde viden og indsigt vedrørende apopleksi m.v. Tilbuddet gælder også pårørende. Kontakt formanden, da forudgående aftale er nødvendig.

Cafemøder foregår mandage i ulige uger kl. 14-16. Sted: Postkassen, Amager Landevej, lokale 1 i stuen 71, 2770 Kastrup. Medlemmer betaler for kaffe og brød kr. 15. Gæster betaler ligeledes for kaffe og brød samt en deltagerpris for nogle af møderne. Tilmelding: Senest 2 dage før til Lizzie Gylstoff, tlf. 61 70 19 61 eller formanden.

Husk også den hyggelige gåtur på Hjertestien kl. 11. Sted: Mødested er ved Vandtårnet ved Englandsvej. Yderligere information fås hos formanden eller hos Asbjørn Rasmussen, tlf. 22 79 58 18.

Region Sjælland

Kontaktperson fra hovedbestyrelsen for regionens bestyrelser er:
Rose Brusén, tlf. 30 63 63 20
E-mail: rose@hjernesagen.dk

Hjernesagen i Greve og Høje Taastrup

Formand: Tina Nielsen
Tlf. 42 31 40 49
E-mail: greve@hjernesagen.dk

Bemærk: Vi er forsat lukket ned, og kommende arrangementer vil blive meldt ud, når det igen er muligt at samles. Faste aktiviteter afholdes, når det igen er muligt. Kontakt formanden og tjek hjemmeside og Facebook for opdateringer om aktiviteter.

Faste aktiviteter

Medlemsmøder afholdes første tirsdag i måneden kl. 17-20 i Greve Borgerhus, Greveager 9, 2670 Greve, medmindre andet er nævnt.

Tilmelding senest søndagen før kl. 20 på vores Facebook-side "Hjernesagen Greve" under begivenheder eller til formanden. Der er kaffe/te, og øl/vand kan købes for kr. 10. Smørrebrød til kr. 25 bestilles ved tilmelding. Pris: Kr. 25-75 alt efter arrangement.

Pårørendegruppe. Vi mødes efter behov. Sted: Greve Borgerhus, Greveager 9, 2670 Greve. Kr. 10 for kaffe/te, sandwich kr. 35. Tilmelding og yderligere information: Kontakt formanden eller se på Facebook.

Hjernegymnastik Smart-Træning.

Perioden 5. september til 30. april. Hold 53 i samarbejde med Karlslunde IF. Specielt hold for personer med sen-hjerneskeade. Fysisk træning: Balance, koordination og styrke efter behov. Socialt samvær. Vi deltager hver gang. Sted: Karlslunde Skole i gymnastiksalen, Karlslunde Landevej 22B. Pris: Kom og prøv. Medlemskab derefter kr. 750 for den ramte. Pårørende/hjælper gratis. Tilmelding: Til formanden.

Løbende information om vores lokalforening. Send en mail til formanden, der så vil sende dig nyheder pr. mail.

Hjernesagen i Guldborgsund

Formand: Rose Brusén
Tlf. 30 63 63 20
E-mail:
guldborgsund@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter

Hvor intet andet er anført, mødes vi i

kantinen, Den Sociale Virksomhed, Københavnsvej 5, 4800 Nykøbing F. Pris for kaffe/te/kage: Kr. 25 for medlemmer, for andre kr. 35.

Den varme linje

Du er altid velkommen til at kontakte et af bestyrelsens medlemmer med spørgsmål, der vedrører Hjernesagen eller vores arrangementer.

Læs også om vores arrangementer på Hjernesagens hjemmeside.

Bemærk: Sommerferie 14.juni-15. august

Aktiviteter forår/sommer

Programmet er med forbehold.

Aflysning: Regionsfest. Dato: 17. april. Vi håber at kunne afholde den sidst på efteråret. Nærmere besked kommer.

● Torsdag 10. juni

Måske Generalforsamling med spisning og hygge, hvis det er forsvarligt at samles. Tid og sted meddeles senere.

Hjernesagen i Holbæk og Odsherred

Formand: Ilse Rosenkilde Johansson
Tlf. 55 54 83 00
E-mail:
holbaek-odsherred@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter

Vores arrangementer torsdage i lige uger kl. 16-18 foregår, medmindre andet er nævnt, på Elisabeth Centret, Carl Reffsvej 2, 4300 Holbæk. Der er elevator, følg blot pilen.

Hvor intet er nævnt under de enkelte aktiviteter, gælder følgende: Pris: Kr. 20 for kaffe. Tilmelding senest 8 dage før til formanden. Tilmelding er bindende, hvis der er spisning.

Ret til evt. ændringer forbeholdes.

Støt Hjernesagen

Konto 3129 - 3350130640
eller www.hjernesagen.dk



Hjernesagen i Kalundborg

Formand: Villy Hald
Tlf. 61 11 05 70
E-mail: kalundborg@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter

Både ramte og pårørende mødes onsdage i ulige uger kl. 15-17 på Aktivitetscenter Munkesøen, Esbern Snaresvej 55, 4400 Kalundborg. Pris medmindre andet er anført: Kr. 15.

I øjeblikket er Centeret lukket på ubestemt tid, men I er altid velkommen til at ringe og få en lille snak.

Hjernesagen i Køge, Stevns og Solrød

Formand: Conni Andersen
Tlf. 50 93 34 80
E-mail: koege-stevns@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter

Vi mødes tirsdage i lige uger. Kom og vær med. Det gælder både ramte og pårørende. Sted, hvis ikke andet er anført: Strøbyhjemmet, Rolighedsvej 37, 4671 Strøby kl. 13. Pris for kaffe og kage: Kr. 15. Bus nr. 251 fra Køge mod St. Heddinge, stoppested Æblevej, lige efter Dagli' Brugsen.

Forår/sommer

- **Tirsdag 6. april kl. 13-17 Spilledag.** Vi spiller forskellige spil, men medbring gerne andre spil, som ønskes, at vi skal spille.
- **Tirsdag 20. april kl. 13-17 Spisning.** Pris: Kr. 75. Medbring selv drikkevarer.
- **Tirsdag 4. maj kl. 13-16 Banko.** Medbring en gave til kr. 20-25. Pris: Bankopladen koster kr. 10.
- **20.-23. maj Pinsetur til Polen.** Pris: Inkl. halvpension kr. 2.295. Enkeltværelse + kr. 500. Nærmere information følger.
- **Tirsdag 1. juni kl. 13-16 Foredrag.** Pris: Deltagelse inkl. kaffe kr. 50.

COVID-19: Tjek med din lokalforening, om dit arrangement er aflyst eller udskudt.

● **Tirsdag 15. juni kl. 13-16 Sommerafslutning.**

Med henvendelse angående programmet eller andet:

Kontakt næstformanden: Gitte Krogh, tlf. 31983958.

Tilmelding til vores arrangementer samt betaling:

Kontakt formanden. Tilmelding er bindende, og der er forudbetaling på 14 dage.

Hjernesagen i Næstved, Faxe, Vordingborg og Lolland

Formand: Jytte Schulin-Zeuthen
Tlf. 54 78 83 17 - 30 66 46 87
E-mail: naestved-lolland@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter

Apopleksi- og afasigruppen mødes 1. og 3. onsdag i hver måned kl. 13.30-16.00 på Videncentret, Birkebjerg Allé 3, 4700 Næstved. Spil, video, foredrag, udflugter og sang. Kontaktperson: Grethe Pedersen, tlf. 51 49 07 48.

Alle medlemmer kan deltage i aktiviteterne i Guldborgsund. Ring til formanden.

Hjernesagen i Ringsted

Formand: Gurli Jakobsen
Tlf. 29 90 85 98
E-mail: ringsted@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter

Hyggeeftermiddag kl. 15-17 følgende torsdage: 6. maj, 20. maj og 3. juni.
Mødested, hvis intet andet er nævnt: Hyldegården, Hyldegårdsvej 42, 400 Ringsted.

Aktiviteter forår/sommer

- **Torsdag 22. april kl. 14-17 Udflugt.** Program følger. Tilmelding: Senest 20. april til Gurli, tlf. 29 90 85 98, eller Britt, tlf. 29 80 95 50.
- **Torsdag 17. juni kl. 15-17 Sommerudflugt.** Program følger.

Tilmelding: Senest 15. juni til Gurli, tlf. 29 90 85 98, eller Britt, tlf. 29 80 95 50.

Hjernesagen i Roskilde og Lejre

Formand: Jørgen Boesgård
Tlf. 21 75 92 27
E-mail: roskilde-lejre@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter

Medlemsmøder. Du/I må orientere jer om, hvor møderne afholdes, når du/I modtager indbydelse. Tilmelding til de faste møder skal ske enten på e-mail til lokalforeningen eller til Hanna Jensen, tlf. 24 78 55 18, senest kl. 20 søndagen før. Der bestilles kaffe og 2 stk. smørrebrød til kr. 30, som betales kontant.

Netværkscafé for pårørende til hjerneskadede

Vi mødes på Rehabiliteringscenter Trekroner, Trekroner Centervej 41, 4000 Roskilde. Kontakt formanden for oplysninger vedrørende netværkscaféen eller se lokal hjemmeside.

Afasicafé

Afasicafe afholdes første halvår, hvis forholdene tillader. Kontakt formanden for mere information.

Da vi ikke på nuværende tidspunkt ved, hvilke arrangementer og aktiviteter det vil være muligt at afholde, må I holde jer orienteret på vores lokale hjemmeside. Ønskes løbende information om lokalforeningens aktiviteter pr. mail, så send en mail til roskilde-lejre@hjernesagen.dk

Hjernesagen i Slagelse og Sorø

Formand: Leif Kristiansen
Tlf. 40 45 53 84
E-mail: slagelse@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter

Medlemsmøder for ramte og pårørende onsdage i lige uger kl. 18, medmindre andet er anført. Der bestilles 2 stk. smørrebrød pr. deltager,



COVID-19: Tjek med din lokalforening, om dit arrangement er aflyst eller udskudt.

og der er kaffe og kage. Øl og vand kan købes. Pris: Kr. 40. Sted: Nørrevangsskolen, kantinen, indgang til CSU, Rosenkildevvej 88 B i Slagelse.

Husk bindende tilmelding skal ske til formanden senest søndagen før mødet, medmindre andet er anført under aktiviteten.

Løbende information om vores lokalforening. Send en mail til formanden, der så vil sende dig nyheder pr. mail.

Aktiviteter forår/sommer

● Onsdag 21. april kl. 18

Spisning og bankospil.

● Onsdag 5. maj kl. 8.45

Forårstur til Den Fynske Landsby. Vi mødes ved CSU. Pris: Kr. 300. Tilmelding: Senest 25. april til formanden.

● Onsdag 19. maj kl. 18

Spisning med foredrag om sorg, kærlighed og taknemmelighed.

● Onsdag 2. juni kl. 18

Spisning og kongespil.

● Onsdag 16. juni kl. 18

Spisning og pakkespil.

● Onsdag 30. juni kl. 18

Sommerafslutning med spisning. Pris: Kr. 200. Tilmelding: Senest 23. juni til formanden.

Region

Syddanmark

Kontaktperson fra hovedbestyrelsen for regionens bestyrelser er:

Flemming Frederiksen,
tlf. 21 60 08 28

E-mail: flemming@hjernesagen.dk

Hjernesagen i Aabenraa og Sønderborg

Formand: Søs Albæk

Tlf. 51 20 26 25

E-mail:

aabenraa-soenderborg@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter

Medmindre andet er anført, mødes vi i Kirsebærhavens Aktivitetscenter, Kallemosen 58, 6200 Aabenraa. Pris: Kr. 20 for kaffe og brød.

Netværkscafé for pårørende mødes den 2. onsdag i hver måned kl. 19-21.

Alle pårørende er velkomne. Yderligere oplysninger fås hos formanden eller Annegrethe Borring, tlf. 24 91 33 60.

Hjernesagen i Assens, Faaborg-Midtfyn, Langeland, Middelfart, Svendborg og Æro

Formand: Flemming Frederiksen

Tlf. 21 60 08 28

E-mail: sydfyn@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter

Mandegruppen. Madlavning for finere mænd torsdag 15. april kl. 16.30-19.30.

Pris: Kr. 50 pr. person pr. mødegang for mad og drikke. Er du interesseret, så ring eller skriv til formanden senest søndagen før.

Motionscafé hver mandag kl. 14.30-15.30

med efterfølgende socialt samvær med kaffe og brød. Pris pr. gang: Kr. 10 for motion og kr. 10 for kaffe og brød. Tilmelding: Pga. Covid-19 er der tilmelding til Helle Juel, tlf. 51 33 62 09.

"Skibet" torsdage i lige uger

kl. 15.00-17.30. Et mødested for mennesker med erhvervet hjerne-skade og deres pårørende. Der er kaffe-klub, fællesspisning, samtale-grupper, film m.m. Sted: "Skibet", Statende 46, Æreskøbing. Pris og tilmelding: Kontakt Catharina Freudendahl, tlf. 23 84 46 37.

Netværks- og samtalegruppe for pårørende den sidste onsdag i måneden kl. 15.30-17.00.

Vi mødes og snakker over en kop kaffe og kage. Gratis kaffe/te og kage. Tilmelding: Til Helle Juel, tlf. 51 33 62 09.

Alle arrangementer finder sted i Aktivitetret, Dærupvej 5, Glamsbjerg medmindre andet er nævnt.

Aktiviteter forår/sommer

● Fredag 25. april kl. 16

Foredrag og fællesspisning. Foredrag ved Esther Rützon om Karen Brahe: "At forvalte sine talenter". Efter foredraget, som varer ca. en time, er der fællesspisning. Pris: Kr. 100 til mad, drikke samt foredrag. Tilmelding: Senest 18. april til formanden.

● Lørdag 15. maj kl. 14

Havetur til Den Fynske Landsby. Vi får en guidet rundtur i de mange spændende haver og huse. I løbet af eftermiddagen drikker vi kaffe/te og spiser kage i landsbyen. Kl. 17 følges vi til "Bondestuen", hvor vi spiser sammen. Sted: Den Fynske Landsby, Sejerskovvej 20, 5260 Odense S. Tilmelding: Senest 7. maj til formanden eller foreningens e-mail.

● 2. juli kl. 15 - 4. juli kl. 9

Weekendtur til Sønderjylland. I anledning af 100-året for genforeningen i 2020 har vi arrangeret en Weekendtur til Rinkenæs ved Gråsten. Vi skal ud at se forskellige seværdigheder og deltage i festlighederne omkring genforeningen. Se mere i den gule folder. Sted: Benniksgaard Hotel, Sejrsvej 101, Rinkenæs, 6300 Gråsten. Pris: Egenbetaling 750 kr./person til 2 overnatninger på Benniksgaard Hotel, 2 2-retters menu/buffet samt 2 morgenmad. Desuden entré til Historiecenter Dybbøl Banke samt Dybbøl Mølle. Frokost og drikkevarer er for egen regning. Tilmelding: Senest 1. juni til formanden. Der er begrænsede pladser, så det er først-til-mølle.

Bemærk: Hvis vi ikke har kunnet afholde vores generalforsamling, som var planlagt til den 20. marts 2021, så bliver den forsøgt afholdt i august måned. Så hold øje med næste blad

Støt Hjernesagen

Konto 3129 - 3350130640,

MobilePay 85727

eller www.hjernesagen.dk



Hjernesagen

Vi tager hånd om hjernen



eller ring til formanden for nærmere oplysning.

I den "gule" folder, på hjemmesiden og på Facebook kan du læse mere. Ret til ændringer forbeholdes.

Hjernesagen i Billund, Varde og Vejen

Formand: Hanne Nielsen
Tlf. 75 32 23 54 - 23 30 61 54
E-mail: billund-
varde@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter i Grindsted Samtalegruppe. Vi mødes 2. mandag i måneden kl. 15. Sted: Mødestedet, Nygade 29A, Grindsted. Har du ikke været med før og vil deltage, så ring til formanden.

Faste aktiviteter i Varde Samtalegruppe. Vi mødes mandage og onsdage kl. 9.30-11.00. Sted: Medborgerhuset, Storegade 56, Varde. Vil du være med, så ring til Bente, tlf. 21 26 09 10, eller til Hanne, tlf. 75 21 08 55/25 31 09 55.

Faste aktiviteter i Vejen Samtalegruppe. Vi mødes første mandag i måneden kl. 19. Sted: Huset, Østergade 2, Vejen. Yderligere oplysninger og tilmelding til Tove, tlf. 21 46 48 54.

Aktiviteter forår/sommer
● Mandag 21. juni kl. 14-19
Grilldag på Kirstinelyst. Sted: Frederikshåbsvej 41, 7183 Randbøl. Pris: Kr. 100. Tilmelding: Til Tove, tlf. 21 46 48 54, eller Inger, tlf. 75 32 27 01.

Hjernesagens bisidder i Billund, Varde og Vejen
Jette Bruun
Tlf. 75 36 54 14 - 24 60 00 05

Hjernesagen i Esbjerg og Fanø

Formand: Mette Vibeke Kristiansen
Tlf. 41 67 57 43
E-mail: esbjerg@hjernesagen.dk

COVID-19: Tjek med din lokalforening, om dit arrangement er aflyst eller udskudt.

Følg med i vores gruppe på Facebook om kommende aktiviteter, hvis der bliver mulighed for at afholde nogle arrangementer efter covid-19-regler.

Hjernesagen i Fredericia

Formand: Ulla Pold
Tlf. 60 16 96 43
E-mail: fredericia@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter
Fællesspisning den sidste torsdag i måneden kl. 17.30, hvor vi hjælper hinanden med at gøre klar, så vi kan spise kl. 18. Pris: Kr. 50 pr. person. Sted: Fælleshuset på Thygesmindevej 81, 7000 Fredericia. Tilmelding senest tirsdagen før til formanden eller Jonna Jørgensen, tlf. 25 30 53 97.

Hjernesagen i Haderslev og Tønder

Formand: Lis Ernlund Mastrup
Tlf. 22 50 42 98
E-mail:
haderslev-toender@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter
Vi mødes den første og anden onsdag i måneden kl. 19.00-21.30 (medmindre andet er anført). Samvær og kreative aktiviteter. Sted: VSU, Bygnaf 14 i gården, 6100 Haderslev. Gratis kaffe og kage. Gerne tilmelding til formanden.

Vigtigt: Beløb for deltagelse i de forskellige aktiviteter bedes overført til konto i Nordea reg.nr. 2450 kontonr. 8975 838 367.

Hammelev Sport-genoptræning-glad motion
Hver torsdag kl. 17-20 fra sep-maj i Hammelev Hallen, Hammelev Bygade 28A, 6500 Vojens. Motionscenter, gymnastik, kegler og boccia. Efterfølgende spisning. Pris: Kr. 150 pr. år. Tilmelding til formanden.

Gåture med Gitte
Den sidste fredag i hver måned. Gåture med Hjerteforeningen og Syg Haderslev. Sted: Vi mødes på Hindemaj

på broen. Husk kaffe og kage. Gratis. Tilmelding: Til Gitte, tlf. 22 82 44 18.

Pårørendegruppe. Sted: VSU, Bygnaf 14, 6100 Haderslev. Ring og hør mere hos Kirsten, der træffes efter kl. 16 på tlf. 40 73 11 08.

Bemærk: Alle faste aktiviteter er aflyst, kontakt formanden for at høre nærmere.

Aktiviteter forår/sommer
● Onsdag 5. maj kl. 19
Generalforsamling med stjerne-skud. Dagsorden ifølge vedtægter. Tilmelding: Tilmelding til middag til formanden.

Vi arbejder på at lave aktiviteter, når det igen bliver muligt. Kontakt formanden, hvis du har spørgsmål.

Løbende information om vores lokalforening. Send en mail til formanden, der så vil sende dig nyheder pr. mail.

Hjernesagen i Kerteminde, Nyborg, Odense og Nordfyn

Formand: Jimmy Jørgensen
Tlf. 40 40 79 40
E-mail: nordfyn@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter
De kreative – for ramte
Hver torsdag kl. 9.30-12.30. Vi arbejder med vores hobby på egen hånd. Medbring selv det, du vil arbejde med. Sted: Bolbro Brugerhus, indgang L, lokale 2, Stadionvej 50, 5200 Odense V. Gratis. Vi giver kaffen, og du kan købe brød eller mad i caféen. Ingen tilmelding. For yderligere information kontakt Dorthe Lauridsen, tlf. 61 70 47 64.

Bemærk: Vi holder fri på skolernes fridage og i deres ferier.

Medlemsaften
Onsdage i lige uger kl. 19-21. Netværk og samtale for både ramte og pårørende. Sted: Bolbro Ældrecenter, indgang E (Ældrecenter), Stadionvej 50, 5200 Odense V. Gratis. Vi byder på kaffe. Ingen tilmelding.



COVID-19: Tjek med din lokalforening, om dit arrangement er aflyst eller udskudt.

Tema- og debataften

Se nærmere i aktivitetsoversigten og invitationen, som sendes med posten. Vi holder tema- og debataftener med oplægsholdere fra Syddansk Universitet, SDU. Der er tid til at snakke med både oplægsholder og hinanden. Sted: Bolbro Brugerhus, indgang L, lokale 26-28, Stadionvej 50, 5200 Odense V. Gratis. Vi giver kaffen. Tilmelding: Til oplægsholder. Se nærmere i invitation, som sendes med posten.

Hjernesagen i Kolding

Formand: Ved redaktionens afslutning var der ikke valgt en ny formand

Hjernesagen i Vejle

Formand: Inge Christensen
Tlf. 75 82 11 99

Faste aktiviteter

Vi mødes den 2. torsdag i hver måned kl. 10-12 i Foreningernes Hus, Vissensgade 31 i Vejle. Hyggeligt samvær/snak/spil og nyt fra foreningen. Der er kaffe på kanden.

Region Midtjylland

Kontaktperson fra hovedbestyrelsen for Hjernesagsforeningernes bestyrelser i Horsens, Hedensted og Silkeborg, Odder, Århus, Favrskov, Samsø og Skanderborg, Herning og Ikast-Brande, Holstebro, Struer og Lemvig samt Ringkøbing-Skjern er:
Jonna Jørgensen, tlf. 25 30 53 97
E-mail: jonna@hjernesagen.dk

Kontaktperson fra hovedbestyrelsen for Hjernesagsforeningernes bestyrelser i Norddjurs, Syddjurs og Randers er:
Jens Martin Sletting Hansen,
tlf. 21 71 56 66
E-mail: jensmartin@hjernesagen.dk

Hjernesagen i Herning og Ikast-Brande

Formand: Jens Bilberg
Tlf. 42 18 51 48
E-mail: herning@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter

Medlemsmøder. Der skal foretages tilmelding til formanden til alle aktiviteter på grund af corona-situationen. Man skal selv medbringe kaffekop, te, kaffe samt brød. Hvor intet andet er anført, er mødestedet Herning Frivillig Center, Fredensgade 14, 7400 Herning i tidsrummet 13.30-15.30.

Bemærk: Sommerferie 24. juni-2. september.

Aktiviteter forår/sommer

● Torsdag 15. april
Netværksmøde, hvor vi spiller forskellige spil.

● Torsdag 29. april

Netværksmøde.

● Torsdag 27. maj kl. 12-18
Udflugt. Pris: Kr. 150. Tilmelding: Senest 20. maj til Claus, tlf. 40 45 94 79.

● Torsdag 10. juni kl. 12

Generalforsamling. Der serveres sandwich, øl og vand kl. 12. Generalforsamlingen starter kl. 13. Dagsorden i henhold til vedtægter.

● Torsdag 24. juni kl. 14-19
Sommerafslutning. Sted: Løvbakkerne, Løvbakkevej 32 i Herning. Pris: Kr. 50. Tilmelding: Senest 20. juni til formanden.

Hjernesagen i Holstebro, Struer og Lemvig

Formand: Niels Slet
Tlf. 41 97 36 28
E-mail: holstebro@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter

Hjernesagens selvhjælpsgrupper i Holstebro-Struer-Lemvig
Er du blevet ramt af en blodprop, en hjerneblødning eller en anden form

for erhvervet hjerneskode? Eller er du pårørende? Så kom og vær med i gruppen, som består af selvhjulpne og rimeligt velfungerende personer. Kom og få en snak med andre i samme situation.

Hjernesagens selvhjælpsgruppe i Holstebro

Vi mødes den første onsdag i måneden kl. 15-17. For ramte og pårørende. Pris: Kr. 10 for kaffe/te og kage. Sted: Mødestedet, Kultur- og Frivillighuset, Nygade 22 i Holstebro. Tilmelding: 2 dage før til formanden.

Selvhjælpsgruppen i Lemvig-Struer

Vi mødes den første tirsdag i måneden kl. 15-17. Sted: Solsikkegården, Storegade 9 B i Lemvig. Pris: Kr. 20 for kaffe/te og kage. Tilmelding: 2 dage før til formanden.

Hjernesagen i Horsens, Hedensted og Silkeborg

Formand: John Henneberg
Tlf. 50 66 10 21
E-mail: horsens-hedensted@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter

Café i Hedensted.

Tirsdage kl. 15-17.

Der kan købes kaffe, te og brød med ost. Sted: Frivillighuset, Østerbrogade 21 B, 8722 Hedensted.

Hyggeaftener.

Vi mødes **den første onsdag i hver måned kl. 19-21.** Sted: ASV, Nørrebrogade 38 a, 8700 Horsens. Pris: Kr. 25 for kaffe og kage. Tilmelding senest 2 dage før til formanden.

Har du nogle idéer/ønsker til aktiviteter, så er du velkommen til at kontakte formanden. Kommende idéer/arrangementer vil blive delt på Facebook.

Det er dyrt at sende breve ud. Send jeres e-mailadresse til horsens-hedensted@hjernesagen.dk – så kan vi kontakte jer pr. mail. Vi behandler e-mailadresserne fortroligt, og de bliver ikke videregivet.



COVID-19: Tjek med din lokalforening, om dit arrangement er aflyst eller udskudt.

Aktiviteter forår/sommer

● Onsdag 2. juni kl. 19-21

Generalforsamling. Sted: Aua, Nørrebrogade 38a, 8700 Horsens. Tilmelding: Senest 27. maj til formanden.

Hjernesagen i Norddjurs, Syddjurs og Randers

Formand: Ved redaktionens afslutning var der ikke valgt en ny bestyrelse.

E-mail: norddjurs@hjernesagen.dk

Hjernesagen i Odder

Formand: Aage Poulsen

Tlf. 23 96 27 21

E-mail: odder@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter

Vi mødes 3. onsdag i hver måned kl. 13.30-15.30 i Klubrummet, Aktivitetshuset, Ålykkecentret i Odder, hvis ikke andet er nævnt. På møderne serveres der kaffe/te med kage for kr. 25. Tilmelding senest 3 dage før til formanden.

Hjernesagen i Ringkøbing-Skjern

Formand: Asger Sig Lauridsen

Tlf. 22 23 02 54

E-mail: ringkoebing-skjern@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter

Samlingssted for senhjerneskedede og deres pårørende. Vi mødes til kaffe med brød og det planlagte program. Ændringer kan forekomme, se hjemmesiden. Medmindre andet er anført, er prisen kr. 30. Sted: Ringkøbing-Skjern Medborgerhus, Herningvej 7a, 6950 Ringkøbing.

Bemærk: Grundet corona er al mødeaktivitet indstillet indtil videre, dog afvikles generalforsamlingen i henhold til foreningens vedtægter.

Aktiviteter forår/sommer

● Tirsdag 25. maj kl. 14-16

Generalforsamling i henhold til vedtægterne. Grundet Covid-19 er den

annoncerede generalforsamling flyttet til ovenstående dato. Der skal vælges ny formand og næstformand.

Hjernesagen i Aarhus, Favrskov, Samsø og Skanderborg

Formand: Lars Spliid Nielsen

Tlf. 26 99 64 11

E-mail: aarhus@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter

Cafémøde i Århus kl. 14-17 den første tirsdag i måneden. Ramte og pårørende er velkomne. Sted: Lokalcenter, Møllestien 10 a, 8000 Århus C

Cafémøde i Favrskov kl. 15.30-18.00 den første onsdag i måneden. Ramte og pårørende er velkomne.

Se programmet i lokalaviserne.

Sted: In Side, Dalvej 1, 8450 Hammel.

Cafémøde i Skanderborg

kl. 15.30-17 den anden onsdag i måneden. Ramte er velkomne. Sted: Medborgerhuset, Vestergade 14 A, 8660 Skanderborg.

Send os jeres e-mailadresser, så vi kan sende jer beskeder på denne måde og spare porto.

Aktiviteter forår/sommer

● Lørdag 17. april kl. 12-17

Generalforsamling. Dagsorden i henhold til vedtægter. Sted: Møllestien 10a, 8000 Århus C.

Følg med på Facebook i gruppen Århus, Favrskov, Skanderborg og Samsø.

Region Nordjylland

Kontaktperson fra hovedbestyrelsen for regionens bestyrelser er:

Jens Martin Sletting Hansen, tlf. 21 70 56 66

E-mail: jensmartin@hjernesagen.dk

Støt Hjernesagen via MobilePay
Send dit bidrag til 85727.

Hjernesagen i Brønderslev

Formand: Jens Erik Larsen

Tlf. 20 21 82 13

E-mail: broenderslev@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter

Alle aktiviteter: hjerneskadecafe, træningsgrupper, pårørendegruppe m.v. er aflyst indtil videre.

Vi vil give besked, så snart der åbnes op for fælles aktiviteter.

Hjernesagen i Frederikshavn og Læsø

Formand: Poul Sørensen

Tlf. 21 77 35 15

E-mail:

frederikshavn@hjernesagen.dk

Vi har måtte aflyse flere planlagte aktiviteter, da vores lokale i Værestedet stadig er lukket.

Derfor er vi i bestyrelsen enig om, at fremtidig planlægning bliver for en måned af gangen, hvilket vil fremgå af Frederikshavn Lokalavis.

Hjernesagen i Hjørring

Formand: Richard Petersen

Tlf. 23 82 40 89

E-mail: hjoerring@hjernesagen.dk

Hjernesagen i Hjørring kan stadig ikke komme ind på skolen, hvorfor vi ikke har mulighed for at afvikle foreningens arrangementer eller gennemføre værkstederne.

Vi håber, at kunne starte op igen efter skolernes sommerferie.

Den planlagte generalforsamling

onsdag den 24. marts er udsat til onsdag den 18. august kl. 17 i cafeen på CKU-Vendsyssel.

Hjernesagen i Jammerbugt og Vesthimmerland

Formand: Jytte Jensen

Tlf. 23 71 88 72

E-mail: jammerbugt@hjernesagen.dk



COVID-19: Tjek med din lokalforening, om dit arrangement er aflyst eller udskudt.

Faste aktiviteter
Pårørendegruppe
Pårørendegrupper er aflyst indtil videre.

Aktiviteter forår/sommer

- Torsdag 8. juli kl. 18

Grillaften. Efter spisningen forsøger vi at få godkendt regnskab og formandens beretning for de sidste to år. Der bliver ingen valg til bestyrelsen før til næste år. Pris: Kr. 100 inklusiv 1 genstand. Tilmelding: Senest 1. juli til Birgit Pedersen, tlf. 21 65 51 44, eller Nanna Ulriksen, tlf. 29 65 17 33.

Mødested: Medmindre andet er oplyst, finder ovennævnte aktiviteter sted på Globen i Løgstør, Frederik den VII's Allé 15, 9670 Løgstør. Ved spørgsmål kontakt Birgit Pedersen, tlf. 21 65 51 44

Hjernesagen i Mariagerfjord og Rebild

Formand: Ejgil Larsen
Tlf. 20 41 33 31
E-mail: mariagerfjord@hjernesagen.dk

Møder og arrangementer, hvis intet andet er anført

Sted: Kulturhuset i Arden, Bluhmesgade 19, 9510 Arden. Pris: Kr. 65 inkl. en let anretning, kaffe/te og kage. Tilmelding og spørgsmål: Kontakt Linda, tlf. 98 33 73 80, eller Lene på sms, tlf. 2193 6664.

Aktiviteter forår/sommer

- Onsdag 19. maj kl. 18.30

Neuroteam Mariagerfjord fortæller om mad og motion især efter Corona. Pris: Kr. 65 inkl. let anretning, drikkevarer samt kaffe/te med kage. Tilmelding: Senest 12. maj til Lene, tlf. 21 93 66 64, eller Linda, tlf. 98 33 73 80/30 26 73 80.

- Torsdag 24. juni kl. 17

Grillaften og generalforsamling.

Sted: Havnen i Stinesminde, Oue, 9500 Hobro. Pris: Kr. 65 inkl. grillmad og drikkevarer. Tilmelding: Senest 12. maj til Lene, tlf. 21 93 66 64, eller Linda, tlf. 98 33 73 80/30 26 73 80.

Det er dyrt at sende breve ud. Send os din e-mailadresse, så sender vi en indbydelse, hver gang vi har et arrangement.

Hjernesagens bisiddere i Mariagerfjord og Rebild

Ejgil Larsen, tlf. 20 41 33 31
Vibeke Bøgh-Kristensen, tlf. 20 33 66 16.

Hjernesagen i Morsø, Thisted, Skive og Viborg

Formand: Hanne Nielsen
Tlf. 26 14 53 94
E-mail: thisted-viborg@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter

Medlemsmøde den første torsdag i hver måned. Medmindre andet er nævnt, mødes vi på Støberigården, Støberivej 7, 7900 Nykøbing M.

Aktiviteter forår/sommer

- Torsdag 6. maj kl. 13

Udflugt til Molermuseet, Skarregade og efterfølgende kaffe i Lagunen Ejerslev havn. Afgang fra Løvsbjerg kl. 12.30. Pris: Entre kr. 60. Medlemmer af museets venner kommer gratis ind. Tilmelding: Senest 3. maj til Anne Grethe, tlf. 28 30 86 24.

- 14.-17. juni

Kroophold ved Vadehavet med 3 overnatninger. Sted: Hotel Ballumhus, Bredebro.

Program følger. Tilmelding: Nærmere info og tilmelding hos formanden.

Hjernesagens bisidder i Skive og Thisted

Birgitte Jørgensen
Tlf. 97 51 38 59

Hjernesagen i Aalborg

Formand: Bruno Christiansen
Tlf. 53 15 87 00

E-mail: aalborg@hjernesagen.dk

Faste aktiviteter

Patientrådgivning

Hver tirsdag kl. 10-12 kan du møde Hjernesagen i patientrådgivningens lokaler i forhallen på Aalborg Universitetshospital Syd.

Bemærk: Vi træffes ikke i skoleferierne.

Arrangementer, hvis intet andet er anført

Sted: Borgmester Jørgensens Vej 2 B, 9000 Aalborg. Tilmelding skal ske til Anna Grethe, tlf. 24 80 36 61, eller til Arne, tlf. 28 13 60 55.

Husk din medicin

- og hjælp andre imens

Læs mere på drugstars.com, find app'en i din app-store eller se instruktionsvideo på Hjernesagen.dk



Hjernesagen

Vi tager hånd om hjernen

DrugStars er en gratis app, som minder dig om at tage din medicin/kosttilskud til rette tid. For hver pille du tager, optjener du en stjerne i app'en – og når du har 50 stjerner, kan du omsætte dine stjerner til en kontant donation til Hjernesagen.

Det er ikke dig, der betaler donationen – det gør holdet bag app'en: De giver, når du tager.

