



Minisal har vokset sig større - Foto: udlånt af Montebello

Montebellos Vennekreds



**Den særlige træning
Kom med på Søtur
Bassin, Bowling og ...**

Nr. 40 • oktober 2016

Patienternes pris

Sidste år var vi mange, der nominerede Montebello – men måske ikke nok, eller måske fik vi os ikke formuleret overbevisende nok???

Vi har chancen igen i år, sidste frist for indstillinger er den 31. oktober.

Prisen gives til en afdeling, hvor patienten har oplevet et ekstraordinært godt forløb. Det er ikke antallet af nomineringer, som er afgørende for, hvem der vinder prisen, men derimod de begrundelser, som dommerpanelet kan læse i nomineringerne, derfor må du meget gerne skrive så detaljeret som muligt, hvorfor du nominerer afdelingen til prisen.

Prisen bliver uddelt til den 5. december 2016 og den vindende afdeling får 20.000 kroner, som skal bruges til at forbedre patientoplevelsen på afdelingen yderligere.

Har du ikke allerede stemt, så bedes du bruge fem-ti minutter på at tænke tilbage på dit ophold og gå ind på <https://www.nordsjaellandshospital.dk/om-hospitalet/sig-din-mening/patienternes-pris/Sider/default.aspx> og klikke der, hvor der står »Klik her, hvis du gerne vil nominere en afdeling«, så klikke i det lille felt, hvor der står »vælg afdeling« og vælge Montebello, trykke på »næste« osv., lykke til – og husk at udfylde ALLE felter, ellers tæller din nominering ikke.

NØGLEORD er nærvær, imødekommenthed, inddragelse, respekt, værdighed og dialog.

Prisen skal gives til den afdeling, hvor patienten oplever et ekstraordinært godt forløb, hvor patientperspektivet i videst muligt omfang er en integreret del af den faglige og organisatoriske kvalitet.

Der lægges vægt på, at patienten oplever, at forløbet er sammenhængende og tilrettelagt ud fra patientens og de pårørendes behov. Patienten og dennes pårørende skal også opleve at blive aktivt inddraget i forløbene.

Prisen kan både gives for en samlet indsats for en særlig patientgruppe eller for et helt særligt ekstraordinært godt forløb og der vil i udvælgelsen også tages hensyn til forløbets kompleksitet. Det vil vægte mere at have gennemført et meget komplekst forløb ud fra patientens og pårørendes behov end et meget simpelt forløb.

Det er ikke nødvendigvis antallet af indstillinger, der er afgørende – men jo flere, der indstiller Montebello, jo større er chancen for at de helt rigtige begrundelser når frem og er udslagsgivende.

Alle tidligere patienter og deres pårørende må indstille.

Solveig

Move it

Der er heldigvis mange træningstilbud i hele landet, men os, der har brug for individuelt tilpassede træningstilbud, er ofte afhængige af henvisninger og særlig tilrettelagt træning.

Polio- og Ulykkespatientforeningen tilbyder gratis træning til sine medlemmer, både selvtræning og holdtilbud, bl.a. under navnet Move it i motionscentre på Fjeldhammervej 8, 2610 Rødovre og i bygning 3 på P.P. Ørums-gade 11, 8000 Aarhus, de to afdelinger af Specialhospitalet, hvor der i dagtimerne er lægeordineret træning til bl.a. polio- og ulykkesramte.

Der er også træning i bl.a. Odense, Randers og Hjørring, og hensigten er, at der i løbet af et par år skal være kvalificerede tilbud til medlemmerne mindst 25 steder i landet. Du er velkommen som medlem uanset diagnose, og der er mulighed for at komme og prøve inden indmeldelse.

Se mere om foreningen på ulykkespatient.dk/service/medlemsfordele

Kom og træn med tirsdage i Aarhus fra kl 17-18 og i Rødovre fra kl. 18-20, evt. også i bassin fra kl. 17-18. Blandt holdtilbudene er fx siddende aerobic, Zumba Gold Chair Class, siddende cross training og styrketræning. Her er en mulighed for at komme og få pulsen op og sved på panden, lave funktionelle, styrkeprægede øvelser og træne skuldre og arme; alt sammen til god musik og hyggeligt samvær.

Vennekredsen byder sine medlemmer på trænings-sandwich den 11., 18. og 25. oktober på Fjeldhammervej 8, 2610 Rødovre og efterfølgende en kop kaffe m.m. på Patienthotellet på samme adresse.

Tilmeld dig gerne på forhånd til Solveig på sol1920@gmail.com eller på 41 17 29 45.

Kontingent

Medlemskab kan fornys ved at overføre penge til Djurslands Bank, reg. nr. 7300 konto nr. 0001097721.

Husk at skrive dit navn i tekstfeltet.

Medlemskab koster pt. kr. 150,- om året, nye kan melde sig ind via hjemmesiden eller kontakt til Solveig. Melder du dig ind i oktober kvartal, gælder medlemskabet også det kommende år. Se side 19

- Anden runde af renoveringerne er nu færdig!

Nyt bibliotek til patienterne

Det har længe været et ønske at skabe et sted, hvor man som patient kan sætte sig hen og nyde stilheden og måske en god bog.

Dette er nu lykkedes med etablering af et dejligt stort bibliotek med masser af bøger og møbler til afslapning.

Jeg tror, biblioteket især vil være i brug om vinteren, hvor vi virkelig mangler et sted, hvor man kan sidde og samle tankerne.

Udvidelse af Minisal

Et andet ønske, der også meget længe har stået på ønskesedlen, er udvidelse

af Minisal. Det har været et stort problem at være 11 i salen, og vi har fundet på mange alternative løsninger i dagligdagen. Nu er det lykkedes at finde midler til en udvidelse, og i uge 29 kunne vi tage en ny, lys sal i brug.

Da mange patienter samtidig har ønsket mulighed for at træne, også når Træningscentret var optaget, har vi placeret to cykler i Minisal, så det er muligt at træne her om dagen, indtil Træningscentret er ledigt.

Ny leder af Klinisk afsnit

Siden december 2015 har vi været uden leder af Klinisk afsnit, og jeg har selv taget en række af de ledelsesmæssige opgaver. Men nu er det heldigvis





snart slut, for den 1. oktober tiltrådte Hanne Storm som ny leder af afsnittet. Hanne er uddannet sygeplejerske og kommer fra en stilling som afdelings-sygeplejerske i Helsingør.

Besparelser budget 2017

Endnu en gang skulle der findes 1 % af budgettet svarende til 340.000 kr. på budgettet for 2017. Det er lykkedes os at finde besparelsen uden af skulle afskedige medarbejdere, og samtidig sådan, at vi håber, der stadig er plads til nødvendige renoveringer her på Montebello.

Løbende patienttilfredshedsundersøgelser

Fra efteråret skal vi i gang med løbende patienttilfredshedsundersøgelser.

Hidtil har man lavet en stor undersøgelse hvert år (med de patienter der var indlagt i oktober, november og december) men nu vil det blive sådan, at alle patienter inden udskrivelse vil blive bedt om at udfylde skemaet med fem spørgsmål om tilfredsheden med indlæggelsen.

Det bliver rigtig spændende at få endnu et redskab i form af tilbagemeldinger fra patienterne om deres indlæggelse her på stedet, og dermed også mulighed for hele tiden at forbedre oplevelsen.

Mange hilsner

*Jette Søe,
Afdelingsleder, MPP*

Søtur på Sorø Sø

Vi mødes lørdag den 15. oktober kl. 13.30 ved anløbsstedet i Søgade, 4180 Sorø. (nr 4. på det lille kort).

Se mere på baadfart.dk

Vi kan købe øl, vand og vin om bord på »Lille Claus«, og du er velkommen til at medbringe egne mad- og drikkevarer.

Vennekredsen betaler sejlturen, der tager en times tid – og er der stemning for det, tager vi en tur til.

Tilmeldingsfristen er udløbet, så du skal selv sikre dig billet – men det vil være fint, hvis du også giver en praj til Solveig på sol1920@gmail.com eller på 41 17 29 45.



Julebowling

- Lørdag den 26. november

Vennekredsen inviterer medlemmer og venner til Julebowling på Ballevej 2, Odder.

Vi har banerne fra kl. 13 – 15 og bagefter følges vi til Hou, hvor vi kan nå en kop kaffe og en lille tur til stranden, inden vi spiser med på Egmont Højskolen.

Der bliver desuden mulighed for at prøve skolens AlterG, hvor man kan løbe/gå/træne på løbebånd uden fuld vægtbæring.

Pris per person for bowling og middag kr. 100,- plus evt. skoleje og drikkeva-

rer i bowlehallen. Vil du kun bowle, er prisen kr. 60,- per person. - Vi afregner i bowlehallen.

Tilmelding senest 18. november til Solveig på mail sol1920@gmail.com eller pr. brev til Solveig Hansen, Engvej 9, 8560 Kolind.

Har du lyst til en tur i Badelandet Vandhalla inden vi bowler, så har de åbent (gældende fra 16. januar 2016 lørdage (og søndage) kl. 9-15, Priser: Voksne 50,- kr., Børn (u. 15 år) 30,- kr., Tillæg – rutsjebane 10,- kr. Tillæg – varmtvandsbassin 10,- kr., Adressen er Villavej 25, Hou, 8300 Odder.



Hvor der er vilje, er der vej!

Formand for dansk håndcykel klub, Keld Matthiesen, er en mand med ben i næsen og mål i livet.

Hans liv tog en voldsom drejning i 2005 efter en rygoperation, som gjorde, at han nu er fast kørestolsbruger og lever med konstante smerter.

»Der er mange måder at håndtere et handicap på, og mange gode råd fra andre til, hvordan man skal håndtere det og komme videre med livet. Jeg lever i dag med kroniske smerter fra hoften og ned, men jeg har et liv, fordi JEG har valgt det. Mit foredrag er et foredrag med humor, om ikke at give op og om at se muligheder frem for begrænsninger.

Det er om at se sig selv i spejlet, før man spørger om hjælp. Fordi det er i spejlet, det hele begynder, og det er her, du skal finde den styrke, der gør, at du kommer videre i livet, uanset hvem du er. Det er om mig og mine vise sten, om ikke at give op, hvilke redskaber jeg bruger til at håndtere hverdagen og mine smerter, og hvordan jeg har brugt sport til at komme videre«.

I 2015 tilbragte Keld sammenlagt 25 dage på sin håndcykel og tilbagelagde svimlende 2.664 km fra hjembyen Aabenraa til genoptræningscentret Montebello i det sydlige Spanien.

Keld fletter den utrolige fortælling om

turen til Montebello sammen med foredraget.

Det er derfor ikke uden grund, at foredraget går under navnet: »Hvor der er vilje, er der vej!«

Det er et foredrag for alle, uanset hvilket handicap du har, - eller ikke har.

Sæt kryds i kalenderen og kom og oplev, »Hvor der er vilje, er der vej!« onsdag den 2. november. kl. 16-19 i Aarhus, eller onsdag den 9. november kl. 16-19 i København.

Der vil være et let traktement samt drikkevarer og frugt.

Foredraget sponsoreres af Langhøj Live og er derfor gratis.

I pausen, før og efter foredraget, vil der være mulighed for at prøve de nyeste hjælpemidler fra Langhøj Live, eller se og få en snak om biler og bilindretning i Langhøjs Showroom.

Tilmelding inden den 20. okt. på mail: info@langhoej.dk eller tlf. 20 77 52 38

Arrangementet i Aarhus afholdes hos Langhøj i Viby, Hasselager Centervej 26, 8260 Viby J.

Arrangementet i København afholdes hos Langhøj i Rødovre, Fjeldhammervej 23, 2610 Rødovre.

Begrænsningerne

- sidder i hovedet

- sådan lød en overskrift på [Fyens.dk](http://fyens.dk), da 600 vandrere havde udfordret sig selv på tre dags-etaper på i alt 75 km på den sydfynske kyst, de fleste på gåben, en lille flok på proteser og i Lars' tilfælde på krykker.

Se mere her: <http://subsite.fyens.dk/wp/begraensningerne-sidder-hovedet>

Lars Lauridsen var manden, der gennemførte Fjällräven Classic som den eneste af de fire, der havde trænet til at deltage på proteseholdet.

Lars giver to foredrag for Amputationskredsens medlemmer:

Søndag den 20. november i Jylland og lørdag den 3. december på Sjælland.

Umiddelbart inden har han lige et par bjerge at bestige i Nepal....

Søndag den 20. november bliver der mulighed for, fra kl 10, at opleve det fantastiske Vandhalla, Egmont Højskolens vandland (for egen regning) og spise frokost sammen med højskolens elever.

Efter en lille pause, fx ved stranden, vil vi høre Lars' foredrag kl. 14.00 og nyde en kop kaffe i Te-huset, det centrale samlingspunkt i Hou Søsportcenter.

Adressen er Villavej 25, Hou, 8300 Odder.

Pris for gæster 50,-

Lørdag den 3. december starter vi kl. 14.30 i Handicapklubbens lokaler på Valorevej 53, 4130 Viby Sjælland med kaffebord og har mulighed for, efter Lars' foredrag, at nyde en sandwich og en swingom.

Pris for gæster 99,-

Siden Lars mistede det meste af det ene ben som 17-årig matros, har han fyldt mange eventyr og medaljer i rygsækken, bl.a. fra vandskiløb, havkajak og bjergbestigning. Han har rundet de 60 og er still going strong.

Vi håber, mange af vores medlemmer vil være med på en lytter de to eftermiddage.

Tilmeldinger modtages på sol1920@gmail.com eller sms på tlf. 41 17 29 45

Skriv navn(e), dato, du/I vil deltage og om du/I ønsker frokost hhv. sandwich

.

Breaum

Jan Westen Breaum skrev på vores facebookside MONTEBELLOSVENNEKREDS.DK – pudsigt nok på vores søde layouters runde fødselsdag – og jeg fik lov at gengive hans ord her i bladet:

Brøndby den 25. september 2016:

I dag for fem år siden ændrede mit liv sig 100 % på den fede måde!

Jeg skulle efter væggtab og rygoperation på genoptræning på Montebello i Spanien.

Vi stod 30+ personer i Kastrup lufthavn, alle med gule mærker på vores tøj og bagage.

Kiggede undrende rundt på, hvem skal nu med? mine øjne faldt på mange typer og både herrer og damer.

Fandt samme med Børge Jensen, en ældre herre, som jeg stadig har et godt forhold til. Havde et kig på min kommende kone, Sussi Kongsbak Breaum, dog på dette tidspunkt uden nogen form for bagtanke.

Men tre uger med hård træning, gode og nye venskaber opstod, rundt på selvtræning, og hygge efter dagens træninger var overstået, ja så fandt jeg min sjæleven og livsledsager.

Elsker min dejlige kone og den tid, vi har haft de sidste fem år. En dejlig rejse, som i øjeblikket bliver mere og mere interessant.



Den lille



I de lokale busser på solkysten er der ikke bare kørestolspladser, der er også sæder, der er særlig egnet til dårligt gående, hvad enten det skyldes diagnoser, aldersbetingede svækkelser eller overvægt.

Her bor vores medlemmer

Her bor vores medlemmer
september 2016



Flytning

Er du flyttet? - eller skal du snart flytte?
- så husk at give os besked om din nye adresse.
Ændret adresse bedes oplyst til kassereren,
se oversigt over bestyrelsen side 19.



Om bestyrelsen



Mariann Christensen Lund:

Mariann er ny formand i Vennekredsen.

Mariann er 43 år og førtidspensionist pga. fejloperation i ryggen.

Hun har været på Montebello fire gange i perioden 2011-2015 og har haft stor gavn af den gode træning.

Mariann bor sammen med sine store børn i Skanderborg, men tilbringer meget tid i sin lejlighed i Benalmádena Pueblo, få minutters gang fra Montebello.



Per Jacobsen:

Per har været formand for Vennekredsen i foreningens første 10 år. Han har leddegigt og har været på Montebello fire gange til genoptræning, for eksempel efter hofteoperation. Alle fire gange har han haft et stort udbytte af træningen og opholdet. Per underviser på en daghøjskole for personer med bevægelsehandicap og er engageret i meget andet foreningsarbejde, bl.a. i Gigtforeningen.



Solveig Hansen:

Solveig var med til at stifte foreningen og har siden fungeret som kasserer og redaktør. Hun er født med halvanden arm og halvandet ben og bruger benprotese. Solveig har været på Montebello fem gange - med stort udbytte, især efter de nye træningsmuligheder og alsidige hold er indført.

Solveig nyder at færdes i naturen, gerne i selskab med kæresten Steen. De er bedsteforældre til to og bor tæt på de unge på Djursland.



Birgith Staun Hansen:

Birgith Staun Hansen har været medlem et par år og var på sit første ophold på Montebello i december '15. Hun er ny i bestyrelsen, men vant til frivilligt arbejde, bl.a. står hun hver anden tirsdag for en lokal sclerosecafé, som hun startede for 12 år siden.



Janne K. Duckworth:

Janne er 69 år og handicappet efter en ulykke i 1990.

Hun har været på Montebello ca. 10 gange i perioden fra 1988 til 1997 og ved derfor særdeles godt, hvad et ophold på Montebello betyder for os, når vi har været ude for sygdom eller ulykke i vores liv. Hun vil gerne være med til at arbejde for den fortsatte beståen af Montebello og udbrede kendskabet til dette gode tilbud om genoptræning.



Lene Lau:

Lene er 52 år og arbejder som lærer på Handi-k@, en daghøjskole for stærkt fysisk handicappede og mennesker med en hjerneskade. Hun er formand i Gigtforeningens Aarhuskreds og sidder i bestyrelsen for Solbakken. Desuden synger hun i kor og går til træning fire gange om ugen.

Lene har aldrig været på Montebello, men kan se hvor meget det betyder for dem, der har været der (her i blandt hendes mand, Per Jacobsen).

Montebellos Vennekreds 2016

BESTYRELSEN

Formand

Mariann Christensen Lund
mariann-lund@hotmail.com

Næstformand

Per Jacobsen
Askelunden 16, Hou
8300 Odder
Tlf. 64 67 08 26 / 23 82 42 11
per@perjac.dk

Kasserer

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

Sekretær

Birgith Staun Hansen
Jadedalen 54 st. th
8930 Randers NØ
Tlf. 53 56 12 08
mutzi30@hotmail.com

Bestyrelsesmedlem

Janne K. Duckworth
Bøllesmindevej 15
4953 Vesterborg
kun4janne@gmail.com

1. Suppleant

Lene Lau
Askelunden 16, Hou
8300 Odder
Tlf. 26 27 90 94
lene@lenelau.dk

Bladet er udgivet af Montebellos Vennekreds.
Redaktør: Solveig Hansen.
Ansvarshavende: Mariann Christensen Lund.

Fotos er venligst udlånt af
Montebello og Solveig Hansen.

Annoncesalg, sats og tryk:
BB Consulting · Møllers Bakker 17 · 9541 Suldrup
98 37 97 70
- hvortil alle spørgsmål vedr. annoncer bedes rettet.

Vores hjemmeside: montebellosvennekreds.dk
Se også Montebellos hjemmeside, find den under
sundhed.dk