

Nordfyn

Det sker

I dag

Kulturelt

10-16: Nordfyns Museum, Bogense.

14-17: Otterup, Sønderlø og Bogense Bibliotek og Borger-service.

Aktivt

9-16.30: Aktiviteter, værksted, motion mm. Seniorhuset, Industrivej 2, Sønderlø.

11-22: Otterup Bowlingcenter, Stadionvej 50.

12-16: Bogense Svømmehal, Vestre Engvej 5.

18.15: MTB-træning, Medborgerhuset, Gyldensteensvej 24, Bogense, Bogense Cykelklub.

Møder

9-16: Træffetid, Frivilligcenter Nordfyn, Adelgade 119, Bogense.

10: Håndarbejdscafé, Otterup Geværfabrik, arr. Ældresagen.

13-15.30: Datastue for seniorer, Lær din smartphone eller tablet at kende, Datastuen, Enghavevej 10, Otterup.

15.30-17.30: Torsdagsklub, Hans Søndergaard fortæller og viser billeder fra Caminoen + spising efter lysbilleder, Bogense Skoles Aula.

Diverse

19: Stort bankospil, til fordel for børnecancerfonden, Otterup Hallerne.

Trampesti langs Sandvad

Sønderlø: En dobbeltrettet asfalteret cykel- og gangsti langs omfartsvejen Sandvad er for kompliceret og for kostbar.

Det mener både administration og Udvalg for Teknik og Miljø, som i stedet åbner for en trampesti mellem den nye udstykning Pilegårds-vænget og Ullerupvænget.

Den kan anlægges for cirka 250.000 kroner.

Ejeren af ejendommen på Sandvad 9 var ellers parat til at afgive jord til en asfaltsti. Men ifølge Nordfyns Kommune er det en kompliceret opgave med rørlægning af en afvandingsgrøft. (kwi)

Udruger til kyllinger stjålet

Ore: Under et indbrud i en landejendom på Dammen forleden stjal tyve en ruge-maskine til kyllinger.

Men de ubudne gæster kunne ikke nøjes. De stjal også ejerens kædesav, en hækkeklipper, en løvpuster, tre forskellige elsave plus en skruemaskine og et topnøglesæt.

Fyrrummet var ikke låst af hensyn til brandsikkerheden. Og det var ad den vej at tyvene fik adgang til værkstedets dør, som de brød op. (kwi)

Hun har lært at tackle sit

■ For seks år siden kom Marlene Frederiksen til skade. To kurser har lært hende at acceptere, at hun er blevet en anden

Otterup: Den gamle Marlene kommer aldrig tilbage.

Det har taget nu 40-årige Marlene Frederiksen seks år at erkende, at sådan er det.

Og at lære at leve med den nye Marlene, der kun kan holde til at arbejde 15 timer om ugen, konstant har smerter og må gå med venstre arm i en slynge.

Accepten af det nye livs betingelser er kommet, efter at Marlene Frederiksen sidste år deltog i to kurser udbudt af Nordfyns Kommune:

Lær at tackle kroniske smerter og Lær at tackle job og sygdom.

En vigtig ingrediens i Lær at tackle-kurserne er, at underviserne selv har prøvet at stå i en situation, der ligner kursisternes.

De har prøvet, hvordan det er, når smerterne skygger for alle andre tanker og initiativer, eller når sygdom bremser for muligheden for at komme ind på arbejdsmarkedet.

Og allervigtigst: De har lært at leve med situationen og få en hverdag til at fungere.

- Det er så vigtigt, at de kan fortælle om deres egne oplevelser, om nederlag og oprejsning. Og at se, at de nu har et job, siger Marlene Frederiksen om underviserne på Lær at tackle job og sygdom.

Det fatale fald

Den gamle Marlene Frederiksen forsvandt for seks år siden, da hun faldt på en glat parkeringsplads og kom alvorligt til skade med skulderen.

To operationer har ikke bragt de gamle kræfter tilbage i hendes venstre arm, og hun har konstante smerter og må tage smertemedicin.

☞ **Jeg har lært at se mig selv som et helt menneske og ikke som en skadet person. Og jeg har fået mere lyst til at gøre noget i min hverdag og er blevet bedre til at koncentrere mig.**

Marlene Frederiksen.



Det ulyksalige fald skete, mens hun arbejdede som pædagog i Odense Kommune, og skaden er anerkendt som en arbejdsskade.

De seneste snart fire år har hun boet i Otterup sammen med sin kæreste, og gennem Jobcenter Nordfyn er hun godkendt til et fleksjob i 15 timer om ugen.

Hun har været gennem arbejdsprøvning og praktik, men endnu er det ikke lykkedes hende at finde et fleksjob.

Men hun har fået mere mod på at vende tilbage på arbejdsmarkedet, efter hun har lært at leve med den nye Marlene. Hovedet holdes lidt højere, og ryggen er nok lidt mere rank.

- Jeg har lært at se mig selv som et helt menneske og ikke som en skadet person.

Hun kalder Lær at tackle-kurserne en øjenåbner, der har givet hende en anderledes oplevelse af, hvordan andre

Redaktør:
Flemming Mønster, 65 45 57 01,
flmo@fyens.dk

Journalister:
Klaus Wind, 65 45 52 42,
kwi@fyens.dk
Betty Rasmussen, 65 45 52 41,
bra@fyens.dk

Magnus Ørum Harkjær,
65 45 52 40,
maha@fyens.dk
Thomas Gregersen, 65 45 57 04,
thgr@fyens.dk
Mathias Gavnholt,
65 45 57 11, matga@fyens.dk

Redaktion:
Vestre Havnevej 3, 5400 Bogense
Ekspedition:
Kathe Maar Rasmussen
Tlf: 65 45 56 12,
kamr@fyenskemedier.dk
Fax: 64 86 11 45
E-mail: nordfyn@fyens.dk

ser på hende, og givet hende redskaber til at få hverdagen til at fungere.

Bedre koncentration

Kurserne veksler mellem oplæg fra instruktørerne, udveksling af erfaringer, øvelser og individuelle opgaver.

Vigtigt for Marlene Frederiksen har blandt andet været, at det var frivilligt at deltage i kurserne, at hun kunne tale frit, fordi alle har tavshedspligt, og at det har givet hende noget personligt og ikke har handlet om at opfylde jobcenterets krav.

- Jeg skal jo også fungere i fritiden.

Og vel har kurserne endnu ikke banet vejen for, at hun har fået et job.

- Men jeg har fået mere mod på at komme i gang igen. Jeg har fået mere lyst til at gøre noget i min hverdag og er blevet bedre til at koncentrere mig.

■ **Marlene Frederiksen har brug for at have sin venstre arm i en slynge for at mindske smerterne en smule. Men selv om det dermed er synligt, at hun er skadet, møder hun alligevel af og til holdningen: tag dig dog sammen og få et job.**

- Det er blevet lettere at komme i gang med dagen.

Et værktøj, kursisterne lærer, er at lave handleplaner.

- Det kan for eksempel være, at i denne uge skal jeg gå to ture af en halv times varighed, eller i dag skal jeg lægge rent på sengene.



Af Betty Rasmussen,
Foto: Nils Mogensen Svalebøgg
bra@fyens.dk, nmo@fyens.dk

Lær at tackle

Der er fire typer af Lær at tackle-kurser: Job og sygdom, kroniske smerter, kronisk sygdom og angst og depression.

Kurserne udbydes af Komitéen for Sundhedsoplysning og kører efter et standardiseret program.

Fælles for alle kurserne er, at underviserne selv har prøvet kursets emne på egen krop.

Underviserne er frivillige og får som hovedregel ikke betaling. På Lær at tackle job og sygdom er kurserne en del af de to instruktørers fleksjob.

Kurserne består af to en halv times møder en gang om ugen i seks uger. Der er plads til 12-16 på hvert kursus, og der er tavshedspligt.



På mitfyn.dk kan du læse om en af underviserne på Lær at tackle job og sygdom.

Annoncer:
Salgsleder: Jette Kærgaard,
65 45 57 09, jek@fynskemedier.dk
Salgskonsulenter: Lene Møllegaard,
65 45 57 05, lm@fynskemedier.dk,
Jesper Smidt,
65 45 25 10, jesm@fynskemedier.dk

Redigeret af:
Uffe Tønning

◀ **Dom: 15 års fængsel til otte unge fynboer for salg af narko. Fyn-Indland 1. sektion side 6**

▶ **Filmkonkurrence: "Divagrise og en rød løber. Nordfyn side 22**

nye liv



Kurser er populære hos nordfynboerne

Nordfyn: Nordfyns Kommune har taget Lær at tackle-kurserne til sig med hud og hår.

Der findes fire typer af kurser, og alle fire bliver udbudt i løbet af året og holdes forskellige steder i kommunen.

Det har betydet, at 137 nordfynboer sidste år deltog i et Lær at tackle-kursus mod 60 i 2014. Kurserne er gratis for deltagerne.

Og generelt er kursisterne glade for det, de tager med sig hjem.

- Det generelle indtryk er, at de har fået nogle redskaber til at gå videre med deres hverdag og fået inspiration til at håndtere hverdagen og til at stoppe op og tænke: Hov,

kunne jeg gøre det her på en anden måde, end jeg plejer. Kunne jeg bryde mønsteret, fortæller kronikerkoordinatoren i Nordfyns Kommune Tanja Andersen.

Om kort tid, fredag den 11. marts går det løs igen med en ny omgang Lær at tackle job og sygdom. Denne gang i Huset i Otterup.

Ifølge beskrivelsen af kurset er formålet "at det bliver dig, der kommer til at styre din sygdom og ikke omvendt."

I uge 16 begynder kurset Lær at tackle kronisk sygdom, og det har denne gang fokus på gigt.

Af Betty Rasmussen
bra@fyens.dk

► Indsigt

Instruktøren skal være i øjenhøjde

■ **Nicolaj Holm Faber er chefkonsulent i Komitéen for Sundhedsoplysning, der står for Lær at tackle-kurserne.**

■ **Hvor udbredt er Lær at tackle-kurserne i Danmark?**

- Kurset om kroniske smerter køres p.t. i 45 kommuner. Kurset om job og sygdom er det nyeste. Det kører som et projekt, hvor vi prøver at undersøge sammenhængen mellem at mestre sit arbejdsliv og mestre sit hverdagsliv. Jeg tror, det kører i 44 kommuner nu, og målet er, at vi i år gerne skal nå op på 50 kommuner. Samlet er der 67 kommuner, der kører et eller flere af vores fire kursus-tilbud. (Kroniske smerter, angst og depression, kronisk sygdom og job og sygdom, red.)

■ **Er det almindeligt, at kommuner udbyder alle fire typer af kurser?**

- Den aftale, vi laver med kommunerne, er, at de kan bruge alt. Så det er op til kommunen, hvad man vælger at udbyde, men der er en kerne på omkring 40 kommuner, heraf Nordfyns, der udbyder alle kurser.

■ **Hvordan er økonomien for kommunerne?**

- De betaler en licens til os, og det dækker udvikling, kvalitetssikring og evaluering. En grundlicens som den, Nordfyns Kommune har, koster 17.000 kroner om året, så må kommunen udbyde alle fire kurser, så ofte man vil.

■ **Hvad kræver det at blive instruktør på kurserne?**

- Man skal selvfølgelig ikke være midt i den hårdeste udredningsperiode, men måske på bagkant af den, så man begynder at se de erfaringer, man har fået ud af det. Det er vigtigt, at man er i øjenhøjde

Komitéen for Sundhedsoplysning

► **Komitéen** er en sygdomsbe-kæmpende, non profit, almen-nyttig forening, der ser sundhed som et spørgsmål om balance.

► **Komitéens** hovedaktivitet er projektudvikling, efterud-dannelse af sundhedsprofes-sionelle, kursusvirksomhed og foredrag samt udgivelse og di-stribution af sundhedsoplysen-de materialer.

► **Komitéens** vision og mission



■ **Nicolaj Holm Faber er chefkonsulent inden for patient-uddannelse og projektudvikling. Privatfoto**

og en, som kursisterne kan spejle sig i, for noget af det allervigtigste ved kurserne er, at man møder nogle andre, der er i samme situation og på trods af det stadig prøver at få det bedste ud af det. For hvis man er landet i et hul, er det præcis sådan noget, der kan være med til at hive én op af det igen.

■ **Instruktørerne får en ud-dannelse. Hvordan er den byg-get op?**

- Vi mødes to plus to dage, hvor man bliver introduceret til metoderne og selv får lov at prøve de forskellige un-dervisningsøvelser, hvor man får feedback. Hvis man bliver godkendt, og det gør 18 ud af 20, begynder man at holde kurser i sin kommune, hvor man får vejledning af en me-get erfaren instruktør de to første kurser. Hvert andet år skal man derefter til tjek-op på, om tingene kører. Des-uden har vi en årlig instruk-tørsamling.

■ **Får instruktørerne noget for at undervise?**

- Det er lidt forskelligt. For langt de fleste er det oplevel-sen af at se folk rykke sig, der er den direkte belønning.

Af Betty Rasmussen
bra@fyens.dk

er, at så mange borgere som muligt skal have et så godt liv som muligt.

► **Komitéen** har en række sund-hedsfaglige organisationer som medlemmer.

► **Komitéen** finansieres dels via fonde dels via betaling fra for eksempel kommuner, der kø-ber licens til at bruge et kursus-koncept.

Kilde: sundhedsformidling.dk

Misvisende statistik

Lokaldebate

I en artikel den 24. februar skriver Fyens Stiftstidende, at Nordfyns Kommune skulle ligge tæt på en bundplace-ring, hvad angår pengefor-bruget på vores skoler. Artik-len baserer sig på en artikel i Politiken, som igen har taget udgangspunkt i tal fra Dan-marks Statistik.

Mit umiddelbare svar til Stiftstidende var, at jeg slet ikke kunne få statistikken til at passe, men at jeg gerne ville have lov til at dykke ned i tallene. Blandt andet har kommunalbestyrelsen til-ført betydelige ekstra midler til skolerne til inklusionsar-bejdet, og det harmonerer dårligt med det billede, som både Fyens Stiftstidende og Politiken tegner af Nordfyns Kommune.

Sammenholdes tallene fra Politiken med de fak-tiske budgettal viser det sig, at der er modstrid mellem op-lysningerne fra Danmarks Statistik og tallene i det ved-tagne budget for 2016. Sam-menligningen giver en forskel på knap 9,8 mio. kr., og hvor Danmarks Statistiks tal viser en budgetnedgang på 5,3 procent, viser budgettal-lene en budgetopskrivning på 0,8 procent. Den opgø-relsesmetode, som Nordfyns Kommune bruger, hviler vel at mærke på retningslinjerne i Social- og Indenrigsministe-riets budget- og regnskabssy-stem for kommunerne.

Artiklen i Politiken, som Fyens Stiftstidende refere-rer til, omfatter kommunale folkeskoler og specialsko-ler. Kigger vi på de områder

alene, er der forskel på Po-litikens tal og de faktiske tal på 9,1 mio. kr., og igen er der ikke tale om besparelser, men en stigning på 0,1 procent.

Hvis vi så lader Politikens opgørelsesmetode ligge, viser Nordfyns Kommunes egen opgørelse ganske vist et fald i udgifterne til skolerne på 15,1 mio. kr. Dette fald kan helt overvejende forklares med etableringen af den fæl-les tekniske serviceenhed, som selv afholder udgifter til teknisk personale, vedlige-holdelse og rengøring/vin-duespolering. Udgifterne er altså væk fra skolerne, men figurerer et andet sted på budgettet.

Jeg er selvfølgelig ærgerlig over, at Nordfyns Kommune bebrejdes for at føre en "fedt-sylepolitik". Ærgrelsen bliver selvfølgelig ikke mindre af, at oplysningerne ganske enkelt ikke holder vand.

Af Jens Otto Dalhøj (LA)
Rugbjerg 24, Bogense,
fmd. f. Børne- og Ungeudvalget
i Nordfyns Kommune

Svar: Blot for god ordens skyld: Det er fuldstændig rigtigt, at Jens Otto Dalhøj gerne ville dykke ned i tal-lene. Det gjorde han og vendte tilbage med et svar, hvor han - i en mindre detaljeringsgrad end i dette læserbrev - drog statistikens rigtighed i tvivl. Hvilket han også blev cite-ret for.

Redaktionen



Læs på mitfyn.dk:
Nordfyn sparer på skolerne

Noget juks i Otterup

Lokaldebate

Man har i lang tid talt om at gøre Otterup til en attraktiv by at komme til. Blandt andet vil man gerne have folk til at flytte til byen og bosætte sig, ligesom man gerne vil have flere turister til at komme hertil.

I stedet har man nu gjort alt muligt for, at ingen gider komme til Otterup, idet man gennem hovedgaden har la-vet den ene chikane efter den anden med så store bump, at det undrer mig og mange andre, at busserne dér, på alle ture til og fra Otterup, ikke for længst har gjort indsigel-ser, som de gjorde, da et for-

slag om at ændre ruten ud ad Norupvej var kommet.

Vi nærmer os også en tu-ristsæson, hvor man gerne vil have mange turister, og med de tiltag, der er lavet i cen-trum med hullede parasoller og træklodser, der optager p-pladser, ligesom træli-ster rundt om træer m.m., så har man fra kommunens side gjort alt, hvad man kan for at holde turisterne væk.

Hvis det er folk fra Teknisk Udvalg og handelsstandsfor-eningen, der står bag, så kan I godt finde jer et andet job, for det der er lavet i Otterup Centrum, er noget juks.

Af H. Holten Jacobsen
Engdraget 1, Otterup