

Nyhedsbrev

Indhold	Side
Foredrag ved Anders.....	1
Grill hos Jens.....	2-3
Bodils sommerhus	4-5
Tur til Frihedsmuseet	6-7
Boganmeldelse	7
Foredrag på Kurhus.....	8
Mette på AMU-kursus	8
Sommerfest i HH ...	10-11-12
Opskrift	12
Tur til Glyptoteket	13
Nyt på job- og uddannelses- fronten.....	14
Nye medlemmer.....	15
Runde fødselsdage.....	15

Det var den sommer

Af Bente Jensen

Det er ikke til at forstå det, men sommeren går på hæld. Det har jo mest været dryp-dryp-dryp. Alt det vand resulterede i vandskade i HovedHuset. Det fossede ind fra terrassen og oversvømmede især vores reception. På trods af det våde vejr, har vi har alligevel været gode til at komme ud af huset, det kan du læse mere om i bladet. Vores havegruppe har haft det lidt svært på grund af vejret, da vi manglede sol og varme, men det er lykkedes at høste nogle lækre tomater. Det positive har været, at vi ikke har behøvet at vande særligt meget.

Det sidste nye er, at vi har haft valg til bestyrelsen for HovedHuset, hvor Bente blev valgt som medlemsrepræsentant. Medarbejderne har valgt Anne Sofie som medarbejderrepræsentant, og Ulla er som HovedHusets leder selvskrevet til bestyrelsen. Nyhedsbrevets redaktion ønsker dig god læsning.

Foredrag ved Anders

Af Bente Jensen

Anders Lauritsen havde job som folkeskolelærer, inden han blev ramt, og han har et ønske om igen at prøve at stå i en klasse og undervise. Derfor tog han kontakt til sin gamle skole, hvor han underviste og fik muligheden for at tage en praktikperiode i en 10 kl., hvor de havde et emne om politik her op til valget.



For at øve sig lidt i at undervise igen ville Anders prøve at holde foredrag i nogle emner for os medlemmer i HovedHuset. De tre emner var: Den kolde krig, Cuba krisen og Marschall-hjælpen. Det var med stor interesse vi satte os tilrette for at lytte på. Anders havde forberedt sig godt, og det var meget interessant at høre om de forskellige emner. Bagefter blev der spurgt flittigt. Lige nu glæder vi os til næste foredrag, som Anders er begyndt at forberede sig på. Hvad mon det bliver om?



Grillarrangement hos Jens onsdag den 6. juli 2011

Igen i år inviterede Jens til grillarrangement på sin terrasse i sin dejlige have i Vanløse. Jens havde købt dejlig mad til os, som blandt andre Robin var med til at forberede. Desuden havde Jens lavet hjemmelavet hyldeblomstsaft, som smagte af sommer. Vejret var med os den dag, og vi nød alle solskinnet, den gode mad og det hyggelige samvær.



Her er der gang i borddækningen på terrassen i det dejlige solskin.



Vi havde en blomst med til Jens som tak for invitationen.



Her ventes der på, at kyllingespyddene bliver færdige. Der er udsigt til Jens' skønne have i baggrunden.



Robin var grillmester.



Så er kyllingespyddene vist ved at være klar!



Avocado- og kartoffelsalat –meget velsmagende!



Desserten –gulerodskage bagt af Kira og Anne-Sofie.



Frokost i Bodils sommerhus i Hornbæk onsdag den 10. august 2011

Bodil lagde ligesom sidste år hus til en dejlig frokost i skønne omgivelser i sit sommerhus i Hornbæk. Vi hjalp alle til med at gøre maden klar, og efter maden kørte vi en tur ned til Hornbæk havn. Desværre var vejret ikke så godt den dag, da det blæste og regnede, men selskabet fejlede ikke noget. Vi havde en rigtig dejlig udflugt!



Bodils dejlige sommerhus, som vi pga. vejret mest så indefra.



Her er der gang i produktion af salater.



Så går vi til bords med speltkernesalat, vandmelonsalat, laks og brød.



Gruppebillede nede ved Hornbæk havn. Regnen var stoppet for et øjeblik og solen var fremme.

Tur til Frihedsmuseet onsdag den 3. august

Af Johnny Jagd Larsen

Hvad gør man, når en planlagt tur til Bodils sommerhus bliver rykket til en anden dag? Man tager selvfølgelig på Frihedsmuseet, hvor svært kan det være, og det gjorde vi så 8 udsendte fra HovedHuset.

Nedenfor vil jeg i tekst og billeder fortælle lidt om, hvad vi oplevede:



I 1957 fik Frihedsmuseet sin egen bygning. Den nuværende udstilling blev indviet i 1995. Frihedsmuseet fortæller om den danske modstandskamp mod den tyske besættelse 1940-45. Udstillingens rødder går tilbage til Frihedsrådets udstilling 'Det kæmpende Danmark' i befrielsessommeren 1945. Udstillingen er opbygget som en kronologisk fortælling fra 1940 til 1945 om modstandsbevægelsens udvikling, og hvor de forskellige typer af modstandsarbejde præsenteres.



Efter besøget spiste nogle af os frokost i det grønne.



Og så blev det tid til lidt kaffe.



Bagefter besøgte vi Den Engelske Kirke, som er den Engelsk-anglikanske Menigheds hovedkirke ved navn Sankt Albans Kirke og er fra 1887. Kirken er en af Københavns smukkeste beliggende kirker ved Kastellet.

Kirken er bygget i engelsk-gotisk stil. Koret, skibet og tårnet er beklædt og udsmykket med flintesten og kalksten. De kommer fra Stevns og kalkbruddet ved Faxe. Spiret er beklædt med kalksten fra Åland. Taget er af tegl fra Broseley i Shropshire i England.

Som den eneste kirke i København er dens klokker rørklokker. Tårnets konstruktion er for svag til at bære rigtige svingklokker af bronze.

Fortsættes på næste side



Fortsat fra forrige side



Pyh-ha hvor bliver man tørstig af at se på kirker, så er det godt, at Gefionspringvandet ligger lige ved siden af:

Ifølge myten var det den svenske sagnkonge Gylfe, som gav gudinden Gefion lov til at beholde det land, hun i løbet af en nat kunne pløje ud af Sverige. Gefion forvandlede sine 4 jættesønner til okser, og med dem pløjede hun derefter på en nat et område ud. Dette område blev herefter kastet i havet mellem Fyn og Sverige, og blev til Sjælland. Det efterladte hul blev til søen Vänern i Sverige.

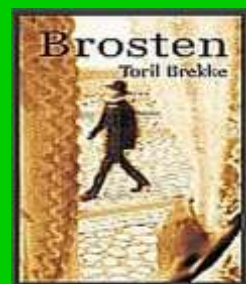


Således mætte og tilfredse efter at have fået slået tørsten, tog vi elefanterne hjem, som du kan se på billedet ovenfor.

Tak for i dag!

Bog anmeldelse af Bente Jensen

Denne gang vil jeg anmelde to bøger, som hænger sammen: "Sara" og "Brosten" skrevet af Toril Brekke.



(Toril Brekke er en forfatter fra Norge, som er kendt for historiske romaner fra 1800 tallet.)

Vi er på Nordvestlandet i Norge i en fiskerby. For at slippe for sin hårde og forhadte far lader Sara sig bortføre af en ung fisker. Vi følger Sara, der bliver gift og får børn. Hun higer efter kundskab og uddannelse. Det lykkes hende at uddanne sig til jordemoder.

I seriens anden bog "Brosten" følger vi Saras ældste datter, som er opkaldt efter sin mor, og derfor også hedder Sara. Vi hører om tidens rivende økonomiske udvikling gennem opgangstider, sildeeventyr og fallitter. Vi hører om datidens mand, der altid står i midten og forgrunden, og bag ham står kvinden, der følger sin mand.

Bøgerne er skrevet i et godt nutidigt sprog (1995) ikke en letlæselig, men fængslende bog. Jeg oplevede at sidde både med tårer i øjnene og med smil på læben undervejs i læsningen. Da bøgerne var læst, sad jeg tilbage med en tom fornemmelse og var ked af, at der ikke var mere. Det bliver svært at mande sig op til en ny bog. Jeg overvejer at prøve endnu en bog af Toril Brekke.



Melancholia: Biograftur tirsdag den 14. juni

Af Cecilie Søgaard

Morten, Bodil, Bente, Henrik og Cecilie var tirsdag den 14. juni i Dagmar Biograf ved Rådhuspladsen og se Lars von Triers sidste nye film **"Melancholia"**. **Vejret var godt, og Morten, Henrik og Cecilie** cyklede derfor fra HovedHuset og ind til biografen.

Vi havde ikke så meget tid, inden filmen startede til at købe forsyninger til den to timer og et kvarter lange film, men dem, der havde lyst, nåede dog at få en kaffe eller andet at drikke inden filmen. Vi havde valgt en eftermiddagsforestilling, og vi var derfor de eneste i biografensalen ud over et par, så vi havde masser af plads.



Filmens tema

Filmen handlede overordnet om jordens undergang, hvor man følger to søstre *Justine* og *Claire* i

tiden op til undergangen. Den ene søster *Justine* blev spillet af den amerikanske skuespiller **Kirsten Dunst, der er kendt fra bl.a. "Spiderman"**-filmene. Filmen starter med, at jorden går under, og så går filmen bagud i tiden, og begynder med, at *Justine* bliver gift. Hun bliver under bryllupsmiddagen melankolsk og psykisk forstyrret. Da det går op for søstrene, at jorden vil kollideres med en anden planet og udslettes, tager *Justine* det roligt pga. af sin melankolske tilstand, hvorimod søsteren *Claire* er fyldt med angst.

Vores vurdering af filmen

Efterfølgende talte vi alle fem om, hvad vi syntes om filmen, og hvad hovedbudskabet var. Vi syntes alle, at den første time af filmen var lidt kedelig, men den sidste time var meget spændende, og vi var alle helt opslugte af stemningen og de flotte billeder til slut. Vi blev enige om, at hovedbudskabet måtte være at leve livet fuldt ud, imens man har det. Morten huskede i den forbindelse et meget sigende citat af Piet Hein: **"Husk at leve, mens du gør det. Husk at elske, mens du tør det"**.

Alt i alt havde vi en rigtig god oplevelse, og vi kan anbefale filmen til andre, hvis de har god tid og overskud til en meget tankevækkende film.

Besøg af Stine og Pixie

Af Bente Jensen

Torsdag den 30. juni havde vi besøg af Stine og hendes lille pige Pixie. Pixie var blevet ca. 7 måneder, og var selvfølgelig lækker og allerede en stor dygtig pige.

Det var ikke så meget vi så til hende, da hun sov det meste af tiden. Stine havde det godt og så ud til at nyde igen at være blevet mor. Vi glæder os tit se Stine her i HovedHuset efter endt barsel.



Foredrag på Kurhus

Af Bente Jensen

Lidt om stedet

Så var der atter bud efter Ulla og jeg til at fortælle om HovedHuset. Denne gang var det Kurhus, der gerne ville høre lidt om vores hverdag i huset. Der var lidt forhindringer på vejen derned til Dianalund. Dagen var mandag d. 04.07 2011, et par dage efter det voldsomme skybrud, så flere veje var lukkede, men vi kom uden om pytterne og fandt Kurhus. Jeg havde ikke selv været i Dianalund, men hvor er det et smukt sted. Nogle smukke bygninger, og et dejlig stille sted. Man kunne næsten blive rask bare ved at stå og nyde stedet.



Vi var kommet i god tid, så der var tid til, at Ulla kørte mig rundt i området, og viste mig de skønne bygninger og den dejlige natur.

Vores foredrag

Vi fandt hurtigt cafe`området, og fik stillet pc og projektor op, og ventede på at tilhørerne skulle ankomme. Jeg fornemmede, at flere var i starten af deres genoptræningsforløb, da mange sad i kørestol. Cafeen var hurtigt fyldt op, men ikke vi var ca. 15 personer. Ulla startede med at fortælle om HovedHuset. Alle lyttede interesseret, og flere havde spørgsmål. Da Ulla var færdig, fortalte jeg lidt om, hvad der havde ramt mig, og om hvordan jeg var startet som medlem i HovedHuset. Da mange var i starten af deres forløb prøvede jeg at fortælle, at der er stor mulighed for igen at få et aktivt liv med mening. Det er jo blandt andet det, som HovedHuset har hjulpet mig med. Jeg synes, der var en god kontakt til tilhørerne. Der var også en, der gav udtryk for, at det var rart at høre, at man kan få sig et godt liv efter en erhvervet hjerneskade. Det var en hyggelig aften og godt at kunne indgyde lidt

Mette på AMU-kursus på Niels Brock

Af Mette Gammelgaard

Jeg er lige startet i HovedHuset igen efter 6 ugers kursus som regnskabsmedarbejder. Det har været et dejligt forløb, med gode lærere og søde medelever. På kurset gennemgik vi bl.a. resultatopgørelse, balance, regnskabsopstilling, brug af regneark til regnskaber, et regnskabsprogram, som benyttes i mange danske virksomheder og mange andre ting. Hvis I har interesse for regnskab og tal, kan jeg kun anbefale kurset.

Som mange af jer ved, ligger skolen på Kultoret. På turen fra skolen til Nørreport Station, hvor jeg tog med metroen, var der altid en fra klassen, der tilbød at holde i mig – ligeledes gik

det om morgenen, hvor jeg gik den anden vej. Det var andre elevers oplevelser/erfaringer med at komme på arbejdsmarkedet. Bl.a. er jeg heldigere stillet end mange af de andre på holdet – de skulle søge 4 stillinger pr. uge – selvom de var på skole – det skal jeg ikke. Det er bl.a. en af **forskellene på dem som "almindelige" arbejdsløse** og mig som fleksjobgodkendt.

Nu glæder jeg mig bare til at søge de stillinger, som bliver opslået, og håber på, at arbejdsgiverne får øjnene op for mine nye talenter.



Sommerfest i HovedHuset onsdag den 22. juni 2011

Af Anette Rohde

Den 22. juni 2011 holdt vi et sommerarrangement i HovedHuset både for medlemmer, som kommer i huset til dagligt, og dem som er ude i en form for meningsfuld beskæftigelse.

Sommerarrangementet skulle først og fremmest være et socialt arrangement med spising og en lille koncert med husets kor. Samtidig var der også som noget nyt mulighed for at have pårørende med, hvilket mange benyttede sig af.



Der holdes en lille pause i forberedelserne..

Da det, efterhånden som tilmeldingerne kom ind, viste sig, at vi ville blive ca. 60 mennesker, var vi meget spændte på, hvordan arrangementet ville løbe af stablen, for vi har ikke prøvet at være så mange mennesker i huset før.

Der var stor aktivitet i huset i timerne op til arrangementet med indkøb, borddækning, kaffebrygning, klargøring af velkomstdrink og jordbær.

Det var skønt at se, hvordan alle tog del i forberedelserne med et kæmpe engagement og en entusiasme, som betød, at det blev en rigtig dejlig dag.



Johnny og Mette registrerer deltagerne og tager imod betaling for maden.



Velkomstdrinken gøres klar.



Hyggelig samvær på terrassen.

Som en dejlig optakt til arrangementet blev der serveret jordbær og hyldeblomstsaft med dansk vand ude på terrassen.

Her fik alle mulighed for at hilse på hinanden og både Ulla, Bente og Robin bød velkommen



Den lækre tapas buffet.

derefter blev der serveret tapas buffet i HovedHuset's lokaler. Der var dækket op rundt omkring alle steder, hvor der var lidt bordplads, så der var siddepladser til alle, selvom man ind i mellem måtte sno sig lidt, når der skulle hentes mad og drikke.



Lone, Carsten, Holger og Henrik.



Hyggeligt samvær rundt om bordet.



Johnny, Asbjørn, Jørgen og Jeanne.



Mette, Josefine og Bente

Fortsættes på næste side

Fortsat fra forrige side

Vi var som nævnt rigtig spændte på, hvordan det ville løbe af stablen med så mange mennesker på så lidt plads men det gik over al forventning. Som det også fremgår af billederne, så blev det en rigtig dejlig dag med masser af god mad og hyggelige samtaler på kryds og tværs.



Koret består af: Holger, Morten, Robin, Jørgen, Anette og Janne.



Tilhørerne gør sig klar til at høre koret synge.

Da alle var ved at være mætte, blev der budt på kaffe og chokolade, mens koret underholdt med 5-6 sange bl.a. med klassikere som "Tears in Heaven" og "With a little help from my friends".

Opskrift på ret med én hånd: Kylling i svøb

4 stk. kyllingbryst	8 stk. parmaskinke
1 stor squash	8 tomater
1 bakke små kartofler med skræl	Lidt olie
2 tsk. tørret estragon	1 dl. krydderfeta
1 dl. oliven	basilikum, friskt

Grøntsagerne skylles under hanen og squash skæres i grove stykker.

Læg squash, tomater og kartofler i et fad og pensel med olie og drys med estragon.

Bag ved 200° i 20 min.

Kyllingbryst svøbes i parmaskinken og lægges ovenpå grøntsagerne, når de 20 min. er gået, og de bages sammen i yderligere 15-20 min. **Eller til kyllingen er færdig.**

Pynt med basilikum, krydderfeta og oliven

Kilde: www.mama.dk





Tur til Glyptoteket onsdag den 20. juni

Af Mette Gammelgaard

I det flotte sommervejr drog vi afsted til Glyptoteket. Nogle medlemmer ville gerne cykle derind, og vi andre tog bussen. Vi fordelte os med 4 på cykel og 3 med bussen. Cykelturen gik åbenbart godt, for de friske cykelryttere stod og ventede på os, da vi, der tog bussen, ankom til Glyptoteket. Der var en særudstilling om Kleopatra, som det ik-

ke lykkedes os at finde. Til gengæld så vi den ægyptiske samling med fascinerende skulpturer og mumier.

Hvis I skulle få lyst til en tur på Glyptoteket, vil jeg lige nævne et par ting. Der er utroligt mange smukke ting i de flotte omgivelser, men det er ikke særlig handicapvenligt for gangbesværede.





Nyt på job- og uddannelsesfronten



Bjørn Poulsen

Bjørn er blevet ansat i en fleksjobstilling som pedel-**medhjælper** hos "Center for Specialundervisning for Voksne" på Amager.



Anders Lauritsen

Anders har været i praktik som folkeskolelærer på sin gamle arbejdsplads. Op til praktikken har Anders øvet sig her i HovedHuset med at holde 3 foredrag for os medlemmer.



Josefine Gellenthin

Josefine er i 3 måneders praktik hos en cykelhandler "**Henriks Cykler**" i Helsingør. Derefter er planen, at hun vil starte på cykelmekanikeruddannelsen.



Robin Fauerby

Robin er startet i praktik i "**Skovshoved Havn**".



Morten Brorson

Morten er startet på Frøbel Seminariet, hvor han skal læse til pædagog.



John Morsø

John har fået frivilligt arbejde som handy man.



Gazim Sulejmni

Gazim er startet i praktik i Rigshospitalets Transportafdeling, hvor, han gør brug af sit ny erhvervede truckkørekort.





NYE MEDLEMMER



Sten Henneberg



Lisbeth Lindhart



Annette Mølager



Anne Dulong



RUNDE FØDSELSDAGE

Anette Rohde
fyldte 50 år den 04/09 2011

