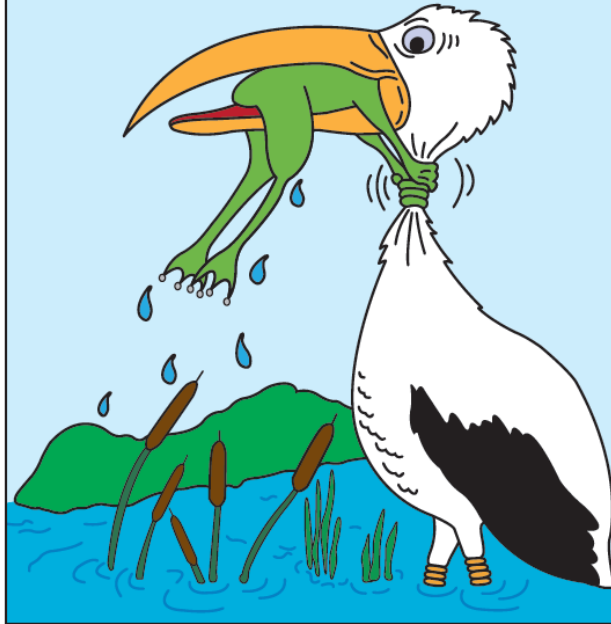


Optimistøen

Nr. 2 - apr. 2017

NEVER EVER GIVE UP!



www.kggo.nu

KGGO

Kørestolsbrugere og Gangbesværede i Gråsten og omegn.



Gråsten dit eget lille kongerige

Kørestole kan også bruges til ringridning

Kørestols-brugere og Gangbesværede i Gråsten og Omegn, KGGØ, holdt ringridning uden heste.

HANDICAPIDRET

Gråsten. KørestolRingridning 2016 havde i år 22 tilmeldte. Enkelte følte sig udfordret af vejret og valgte ikke at komme, men vi

andre havde en super, dejlig dag.

Vi startede sædvanen tro på parkeringspladsen ved Gråsten Brandstation. Pladsen var i dagens anledning afspærret. Her er samledes alle »rytterne«, og vi pyntede »hestene« med blomster og grønt.

Alle »rytterne«, orkestret fra Sønderborg Musikskole, Natteravne og KGGØs frivillige skubbere stod nu klar og ventede bare på, at klokken skulle blive 10. Så drog vi sammen med flere tilskuere afsted i op- og gennem Gråstens gader, hvor Gråsten Frivillig Brandværn stod flere steder og holdt trafikken tilbage for os.

Det sås tydeligt at Gråsten ventede på os. Der var jubel og glade tilråb fra alle sider. Derfor blev der naturligvis af os kvitteret med karameller til børn og barnlige sjæle.



Emma sad på skødet af sin far, Henrik Stoubæk Thomsen Karstensen, da de var med i ringridningen i Gråsten. (Privatfoto)

Da vi endelig kom frem til Jernbanegade, hvor selve ringridningen skulle foregå, var der endnu flere, der ventede på os. De havde brugt ventetiden i vores tombola, hvor alle gevinsterne var sponsoreret af byens forretninger, og æblegrillpølsebod, bemandet af endnu flere frivillige hjælpere fra KGGØ (Kørestols-brugere og Gangbesværede i Gråsten og Omegn).

Da der var styr på alle »hestene«, steg Britta Kubiak op på en ølkasse og holdt åbningstalen samt skød ringridningen i gang.

Der var både nye og gamle »ryttere« med. Dagens yngste deltager, Emma, havde tydeligvis problemer med at holde styr

på sin ret unge »hest«. Den ville hele tiden stejle, men trods det fik hun en del ringe.

Da alle havde været igennem 12 omgange, var der pointlighed mellem tre, som alle havde taget 11 ud af 12 mulige ringe. Derfor måtte de ud i kongeridning. To tog lige mange ringe, så der måtte endnu en kongeridning til, inden vinderne var fundet.

Dronning blev Ragnhild Nissen, kronprinsesse Anni Sørensen og Margrethe Friis prinsesse.

KGGØ takker alle de frivillige for deres store indsats. Uden jer ville dette slet ikke kunne finde sted.

Bestyrelsesformand
Svend Schütt
moin@fla.de

Hvad du ikke læste i avisen...

...efter en super god æblefestival i Gråsten.

Gråsten. Der var en række kunstnere, der fredag og lørdag til Gråsten Æblefestival leverede underholdning i teltet kvit og frit. De ville gerne støtte Gråsten, lige som jeg mener, at det betaler sig at støtte op om Gråsten.

Kunstnerne, som kommer fra Gråsten, Sønderborg, Broager, Silkeborg, Tønder og Flensborg, var: Æ Skrumbøl Tæskværk, Brian O'Driscoll, Green Forest Pipe Band, Kargo, Katrine Johnsen & Ragnhild Rysgaard, Mette & Gittes Duo, Mette Ingwersen - Musik, Mossom/Roschnowski, Nikolay Urumov & Co., Southern Sound samt Two or More.

Konferencierer var Henrik Hilmer, Henrik Hjortshøj og Brian O'Driscoll.

Alle disse kunstnere støtter altid en god sag, især når det - lige som denne gang - er KGGO (Foreningen for Kørestolsbrugere og Gangbesværede i Gråsten og Omegn), der står bag. Det siger jeg dem mange tak for.

Jesper Gloor fra Tønder, som sidste år skrev sangen »Det røde Æble fra Gråsten«, fremførte igen i år sangen sammen med Brian O'Driscoll.

Vinderne af Den store Æblekagedyst, som fandt sted lørdag, blev: 1. plads: Sonja Larsen fra Egernsund, 2. plads: Ragnhild Nissen fra Rinkenæs og bestyrelsesmedlem hos KGGO, 3. plads: Lotte Andresen fra Kværns.

Både de tre vindere og alle andre, der har brugt tid og kreativitet på at komme med en herlig kage, skal også have mange tak.

Der har været mere end 60 frivillige, som har været med til at få Gråsten Æblefestival til at være den succes, som den blev. Uden de frivillige,

såvel enkeltpersoner som foreninger, ville der ikke have været nogen festival. Det siger vi dem mange tak for.

Svend Schütt
moin@fl.a.de

Del praktiske oplysninger, lokale begivenheder, aktiviteter og lignende

Har du en meddelelse til Moin? Så send en mail eller ring til os.

Mail: moin@fl.a.de
Tlf: 0461 50 45 121

Gangbesværede tager kegler

Gråsten. Parakegling i Ahlmannsparken i Gråsten kom mandag den 26. september flot fra start.

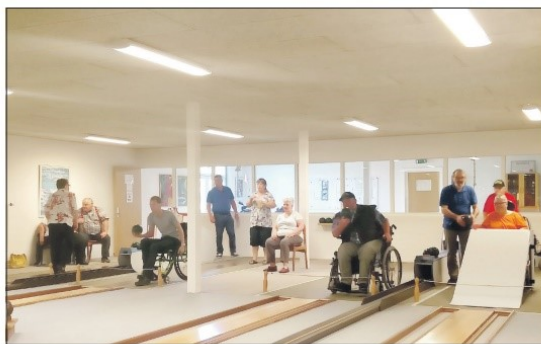
Kørestolsbrugere og andre gangbesværede kan have stor gavn af en rampe, når de kegler, og mandagens premiere viste, at man sagtens kan være med, selv om man benene ikke helt vil det.

- Først øvede vi bare at »kaste kuglen« men fra på mandag er der et program, hvor vi skal dyste mod hinanden, og det gør det endnu sjovere, siger Svend Schütt, der er formand for KGGO (Kørestolsbrugere og Gangbesværede i Gråsten og Omegn).

Han håber, at der mange flere vil komme til - også meget gerne gående.

Fremover mødes spillerne i Ahlmannsparken i Gråsten på mandage fra kl. 15.30 til 16.30.

Interesserede kan kontakte KGGO



(Privatfoto)

på tlf.: 6171 4607.

KGGO
moin@fl.a.de

Ældre i Kørestol på indkøb

Tirsdag den 11/4 skete det så, KGGO fik, efter mere end et års arbejde, endelig skabt økonomi til at igangsætte, Ældre i Kørestol på indkøb.

Der er forvejen i Gråsten en indkøbsordning Ældresagen Gråsten skriver på deres hjemmeside ” Indkøbsturene er åbne for alle pensionister fra området Adsbøl, Kværs, Tørsbøl, Snurom, Rinkenæs, Alnor, Egernsund og Gråsten” dog gælder det ikke folk i kørestol og folk som ikke kan undvære deres rollator på indkøbsturen. Jeg har undret mig meget over denne sortering, og tog derfor kontakt til den ansvarlige, jeg udbad mig en forklaring.

Forklaringen er at ”kørestole og rollatorer tager for meget plads” det lyder jo som en god forklaring, jeg mener dog at det måske netop er de borgere som de frasorterer det egentlig har mest brug for tilbuddet, men min mening gjorde ingen indtryk på den ansvarlige.

Derfor begyndte jeg for lidt over et år siden at skaffe økonomi til at KGGO kunne tilbyde ”Ældre i Kørestol på indkøb” der er pt. 3 borgere tilmeldt og 2 frivillige hjælpere.

Nu er vi så i gang og tiden vil vise om vi kan fortsætte i 2018

DART/PARADART

Da vi onsdag den 22/3 klokken 14:00 mødte op til dart, ventede der os en kæmpe skuffelse.

Nogle havde nemlig taget vores udstyr.

Vi efterlyser derfor:

- 1 Dartskive
- 11 sæt pile
- 6 Led Lygter
- 1 Taske



Håber at nogen finder det, så vi snart kan komme til at spille Dart igen.

Du kan kontakte formanden på 61714607 eller Syd- og Sønderjyllands Politi på 114

Da vores KGGO medlem Thomas Lorenson hørte det, skyndte han sig til tasterner og skrev en opdatering på vores facebookside.

Her skrev han:

"Det er sku da forkasteligt at nogen finder på at stjæle.

KGGO har fået stjålet alt deres dartudstyr, vi må hjælpe med at få penge hjem så de kan købe noget nyt udstyr, jeg har sat 1000

kroner ind på deres konto AL Bank reg. 5397 Kontonr. 0243492 MobilePay 61714607"

Vi er utrolig glade for at der findes sådan mennesker som Thomas, mennesker med så stort et hjerte gør at vi igen kan blive optimister i KGGO dart.

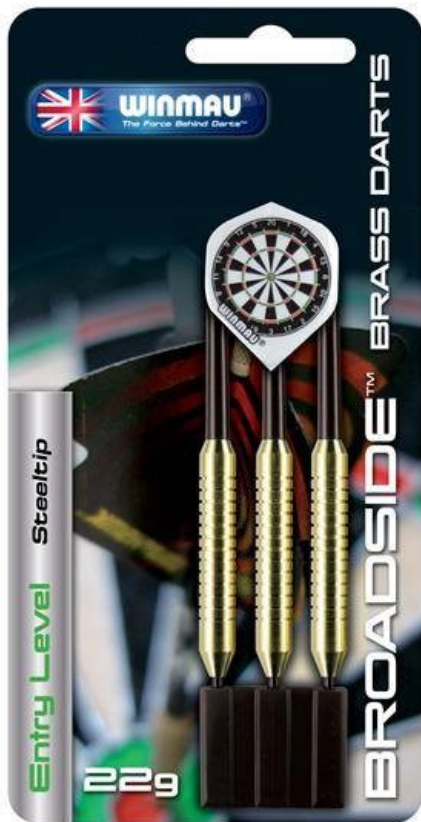
Der skal dog siges at alle beløb er velkommen store som små, vil blive taget mod med stor glæde.

Der også blevet bestilt nyt udstyr så der kan blive spillet dart, men dukker vores gamle udstyr op vil vi blive rigtig glade.

Ligesom du også er velkommen til og komme og spille med os, der er ingen der griner af dig hvis du rammer ved siden af, gør jeg nemlig også selv meget ofte.

Man kommer og går bare som man har lyst til inden for tidsperioden, men må rigtig gerne være der fra start til slut. Vi spiller hver onsdag, i lige uger er det fra 14-17 og i ulige uger er det fra 19-22.

Venlig hilsen næstformand Henrik Karstensen



En hyggelig aften med Sclerose foreningen.

Fredag d. 3/2 2017 var KGGO blevet inviteret af Sclerose foreningen til en hyggelig aften på Knø's gård, til lidt godt at spise og god underholdning, med komikeren Henrik Bruhn.

Maden blev leveret af Bo Sandvej fra Augustenborg og drikkevarerne gav Sclerose foreningen.

Efter spisen i godt selskab, var der amerikansk lotteri, med gode sponsorerede gaver, fra byens forretninger.

Hovedpræmien var en mulepose fyldt med lakrids, som formanden fra Sclerose foreningen Lars Madsen vandt, han videre gav den til en ny omgang.

Derefter blev vi underholdt af komikeren Henrik Bruhn, han underholdte bl.a med "tankeoverførsel" hvor formanden skulle "sende" sine tanker til en gæst.

Aftenen blev afsluttet med kaffe og småkager.

Marianne og Karina



velkommen til af vores Protektor Aase Nygaard, hvorefter vi bliver inviteret indenfor i byrådsalen og sidder rundt om det berømte byrådsbord med skærme rundt om så alle byrådsmedlemmer kan følge med i alle projekterne, vi for en kop kaffe/te og vi taler om den meget smukke sal og alle de utrolig flotte træudskæringer og billeder af tidligere borgmestre, der er der inde, vi er nogle stykker der for øje på en tavle hvor alle de tidligere borgmestre står linet pænt op og vi taler om den ære det er at være den første kvindelige borgmester i sønderborg



Rundvisning i Byrådsalen i Sønderborg Og Julefrokost

Fredag d. 15/12-2016 kl 12:00 ankommer vi alle på rådhuset i sønderborg, Hvor vi bliver budt



kommune. Vi fortsætter nu over i kantine hvor Aase har tryllet den helt store julemiddag op med Flæskesteg, kartofler, rødkål, brunkartofler og brun sovs mm og til dessert fik vi

risalamande med kirsebærsovs og mandel i og mandelgave til, det var Birgit der fandt mandlen og vandt en kæmpenisse der sad på en træstub i porcelæn.

Vi havde alle en super hyggelig dag med mange gode historier og fortællinger om hele byrådet og alle fik en sludder for en sladder og vi sagde mojn og farvel ca kl 15:00.

Eva W.

Gråsten: Klar til Ældre i Kørestol på Indkøb:

Sønderborg
NYT

- gratis lokale nyheder

Forside 112 Kultur Erhverv Politik Frivillige Samfund Debat Uddannelse

10. april | 00:14 | Gråsten

Tirsdag bliver der sat gang i kørselsordningen Ældre i Kørestol på Indkøb. Endelig er det lykkedes for KGGO at få økonomi til at betale et betydeligt tilskud til turene, så ældre kørestolsbrugere og gangbesværede i Gråsten og omegn kan komme ud og handle.

Der er forvejen en indkøbsordning i Gråsten. Ældresagen skriver på deres hjemmeside:

”Indkøbsturene er åbne for alle pensionister fra området Adsbøl, Kværs, Tørsbøl, Snurom, Rinkenæs, Alnor, Egersund og Gråsten”. Men ordningen er ikke for folk i kørestol og folk som ikke kan undvære deres rollator på indkøbsturen.

KGGO-formand Svend Schütt har undret sig meget over den sortering, og tog derfor kontakt til den ansvarlige og bad om en forklaring.

”Forklaringen er, at kørestole og rollatorer tager for meget plads. Det lyder jo som en god forklaring, men jeg mener, at det måske netop er de borgere, som Ældresagen frasorterer, der har mest brug for tilbuddet, men min mening gjorde ikke indtryk på Ældresagen”, siger Svend Schütt.

Derfor begyndte han for lidt over et år siden at skaffe økonomi til, at KGGO kunne tilbyde ”Ældre i Kørestol på indkøb”.

Der er pt. 3 borgere tilmeldt og 2 frivillige hjælpere.

For tilmelding og mere info, kontakt formanden på 61714607 eller på

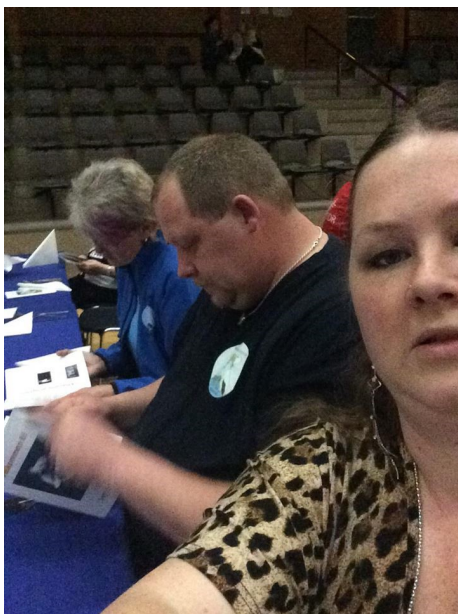
info@kggo.nu



Fritidsfest 2017

Vi mødes alle sammen ved indgangen Humlehøj hallen, hvor vi kommer til en rød løber med levende lys på begge sider, hvor efter vi står samlet i kø og går ind og ned i hallen nedenunder hvor vi modtager 3 drinksbilletter.

Vi bliver budt velkommen med et lille show og en åbningstale, hvor efter første halvdel af mestrene bliver hædret. Vi for nu en lækker forret bestående af



persille fyldt laksemousse med kongerjer oven på, brød, smør og dressing. Mums.

Så kommer den sidste halvdel af mestrene skiftevis på scenen og bliver hædret.

Nu er det tid til hovedretten og vi er så heldige at sidde ved det bord som må gå først og det var den lækreste buffet med 10 slags salat



og kartofler og 3-4 slags kød og en vildt sovs.

Så er der underholdning ved musiker og komiker Jan Svarrer, Jeg kunne høre at hele sale grinede og jeg selv med men det var det mest



pladte og døde, kedelige og latterligste humor jeg længe har set/hørt.

Vi for nu kaffe og 2 slags super lækker kage.

Nu kommer vores protektor

Aase Nyegaard på scenen for at give en



tale og for at overrække 5 priser.

Alt i alt var det et super hyggeligt arrangement og vi fik alle en sludder for en sladder. Eva W

KGGO's Generalforsamling 16/3-2017

Døren går op, en summen fra en flok glade mennesker der ses igen efter to uger. Hyggeligt samvær i KGGO igen. Så bliver det 16.00 og generalforsamlingen begynder, formanden tager ordet, han ønsker en assistent, Birgit med klokken som skaber ro så vi alle kan høre at formanden modtog genvalg, samt en næstformand, der er ny. Alle bliver på deres plads og job, da de passer deres arbejde godt, genvalg. Formanden fortæller om alle de ture der er kørt, fra den ene side til den anden side af lille Danmark. Vi er alle enige om at det skal gentages i år, de små smukke hjørner

vi endnu ikke har set, snakken går i munden på hinanden og Birgit må have klokken i gang, så der bliver ro igen. Der er mange forslag til hvor vi skal hen, hvordan vi skal køre, hvad der er for langt eller en dagstur at glæde sig til.

Summen af hyggeligt samtale, et langt bord hvor der sidder glade folk. Der bliver diskuteret Torvedage med KørestolsRingridning, loppemarked med salg af Æblegrillpølser og drikke, løvfaldsfest har der også været med musik og karate.

Så blev der ro, smørebrød, øl og vand kommer på bordet, sikke en ro. Der bliver ryddet væk. Et tak for i dag, vi ses en anden gang.

En hyggelig eftermiddag som vi har været med til.

Irma og Gunnie



Frivillige piloter søges

Gråsten. Snart skal denne fine cykel luftes i Gråstens nærområde.

Som nogen måske ved, har vi, KGGØ Kørestolsbrugere og Gangbesværedere i Gråsten og Omegn, anskaffet cyklen for at give alle i Gråsten og omegn muligheden for at komme ud at cykle.

Hertil har vi brug for nogle frivillige, som vil være »pilot« - og da »co-piloten« ikke nødvendigvis har mulighed for at træde med, bør du som udgangspunkt være i lidt god form. Der er dog en hjælpemotor på, så egentlig skal der ikke bruges de store kræfter.

Du skal samtidig være klar til at hjælpe co-piloten op på cyklen og spænde fødderne fast i det omfang, det er nødvendigt.

Cykelturene kommer til at foregå ved, at den borger, co-piloten, som ønsker en tur på cyklen, ringer til mig og fortæller, hvornår turen skal foregå, og om vedkommende selv



(Privatfoto)

har en pilot. Hvis ikke, finder jeg en blandt de frivillige, der har meldt sig til hos mig.

Er det noget for dig, så lad mig vide det, send mig gerne en sms, ring eller send en brevdue til: KGGØ v/ Svend Schütt, Ringgade 10, 2. th, 6300 Gråsten, tlf.: 61 71 46 07, email: mail@kngo.nu. Svend Schütt

moin@fla.de

Del praktiske oplysninger, lokale begivenheder, aktiviteter og lignende

Har du en meddelelse til Moin? Så send en mail eller ring til os.

Mail: moin@fla.de
Tlf: 0461 50 45 121



Basket fra kørestol kan være en stor udfordring for både balance og boldøje.

Der blev kørt og dystet til "Med og uden handicap"

IDRÆT: Der var motion for alle muskler, også lattermusklen, til arrangement med fokus på handicapidræt.

GRÅSTEN: I Ahlmannsparken var der i lørdags "Med og uden handicap i Gråsten", hvor der blev prøvet kræfter med diverse typer handicapidræt.

Der blev bowlet, dyrket gymnastik, kørt på forhindringsbane, løbet racerunning, spillet hockey, basket og fodbold.

Svend Schütt fra KGGØ (Kørestolsbrugere og gangbæsværede i Gråsten og Omegn) havde sammen med alle de frivillige havde både før under og efter arrangementet travlt.

- Jeg synes, det gik helt fantastisk, jeg har fået rigtig meget positive respons, der er allerede nu flere forespørgsler på datoen til næste gang, og jeg har endnu flere prøvede



Hockey forgår med en lille "stav" spændt foran.

ideer, vil der helt klart også i 2015 komme et Med og uden Handicap i Gråsten, siger

Svend Schütt i en pressemødelelse.

Ældre i Kørestol på indkøb

Tirsdag den 11/4 skete det så, KGGO fik, efter mere end et års arbejde, endelig skabt økonomi til at igangsætte, Ældre i Kørestol på indkøb.

Der er forvejen i Gråsten en indkøbsordning Ældresagen Gråsten skriver på deres hjemmeside ” Indkøbsturene er åbne for alle pensionister fra området Adsbøl, Kværs, Tørsbøl, Snurom, Rinkenæs, Alnor, Egernsund og Gråsten” dog gælder det ikke folk i kørestol og folk som ikke kan undvære deres rollator på indkøbsturen. Jeg har undret mig meget over denne sortering, og tog derfor kontakt til den ansvarlige, jeg udbad mig en forklaring.

Forklaringen er at ”kørestole og rollatorer tager for meget plads” det lyder jo som en god forklaring, jeg mener dog at det måske netop er de borgere som de frasorterer det egentlig har mest brug for tilbuddet, men min mening gjorde ingen indtryk på den ansvarlige.

Derfor begyndte jeg for lidt over et år siden at skaffe økonomi til at KGGO kunne tilbyde ”Ældre i Kørestol på indkøb” der er pt. 3 borgere tilmeldt og 2 frivillige hjælpere.

Nu er vi så i gang og tiden vil vise om vi kan fortsætte i 2018.

**Indslag der ønskes med i næste nummer sendes til
kontoret@kggo.nu**

KGGO

**Kørestolsbrugere og Gangbesvæ-
rede i Gråsten**

Find os på FB her



KGGO

V/ Svend Schütt

Dyrkobbøl 141 E

mail kggo@svend-s.dk