

Optimistøen

Det anderledes år 2020



KGGO

Kørestolsbrugere og Gangbesværede i Gråsten og omegn.



Gråsten dit eget lille kongerige

Det er altid godt at vide at der findes alternativer.

Sahva *Et liv i bevægelse*

Torsdag den 27. februar, flyttede vi vores sædvanlige Netværksmøde, for at tage en tur ud til Sahva i Sønderborg.

Hvad er Sahva, ja det var der mange af os der spurgte ind til, da vi fik invitationen allerede sidste år.

Rigtig mange forbinder Sava med en skobutik for folk med klumpfødder.

Det kan Sahva også hjælpe med men Sahva er meget mere end det.

Proteser, Ortoser/bandager, Kompression og støttestrømper, Ortopædisk fodtøj til børn og voksne, Fodindlæg og ja de har faktisk også en Webshop, det er bare noget af det de tilbyder og kan hjælpe med.

Jeg ved godt at dette kan komme til at se ud som om jeg reklamerer for Sahva, men det er ikke hensigten.

Derimod vil jeg gerne at rigtig mange ved at de er der, at man til en hver tid har mulighed for at stille

spørgsmål til de hjælpemidler man måtte have brug for. Eller hvis man har en speciel udfordring man ikke kan håndtere, det kunne være fodtøj, men bestemt også beklædning og meget andet.

Man kan besøge dem i grupper men også bare enkeltvis, bare kikke og spørge, lige som i en hver anden butik.

Vi var en gruppe på ca.12 hvoraf en del var i kørestol, men der var god plads, giv dem et kald og få en snak.

De leverandører kommunen bruger, bruger ikke altid de samme varer når de laver de forskellige hjælpemidler, som Sahva bruger, så der kan være stor forskel på det færdige produkt.

En ny, avanceret fodscanner kan nu gøre livet lettere for de borgere der har smerter i fødderne. Smerter, der for eksempel skyldes knyster, hælsmarter, eller at man er platfodet, kan ofte afhjælpes med det rigtige indlæg i skoen, men mange ved ikke, at der findes enkle, effektive løsninger.

Klar til kamp i nye spilletrøjer

[5. MARTS 2020](#)

Søren Gülck fra Gråsten Foto & Nyt skriver:
Medlemmer af KGGGO har i små fire år spillet ParaDart, og Teamets snart



14 spillere kunne onsdag trække i nye spilletrøjer.

Trøjerne er sponsoreret af Ejendomsmæglerne Nybolig Gråsten / Padborg, samt ”Møbler med Hebru”

Så udover at spillerne nu er ens, er de en flot reklame for Gråsten som handelsby.

Med til at overrække trøjerne var Lena Dahlgaard og Anders Dyrgaard fra Nybolig Gråsten / Padborg.

Paradart spilles udelukkende af personer med en eller anden form for handicap. Men alle er velkommen, også personer uden handicap. De betyder blot de ikke kan spille med turneringer der er forbeholdt handicappede siger formand Svend Schütt.

KGGO er hvert år arrangør af dартturneringen Linak Open. Første gang var i 2019 hvor spillerne fra KGGO tog pokalen hjem. Derudover er det blevet til

en række flotte placeringer, hvilket kan ses på pokalskabet.

Ole Kæhler, SønderborgNyt skriver samtidig.

KGGOs Darthold fik onsdag eftermiddag nye kamptrøjer og det er ‘Møblér med Hebru’ og ‘Nybolig Gråsten’, der har sponsoreret til dартklubben, som er en del af KGGO, der blev grundlagt af Svend Schütt den 24 oktober 2013.

KGGO varetager kørestolsbrugere, gangbesværede, folk med synlige og usynlige handicaps interesser – og ideen støttes af både Møbler med Hebru og Nybolig Gråsten:

“Det er en god idé, at foreningens medlemmer kan spille dарт.

Det er vi glade for at støtte”, siger Lena Dahlgaard fra Nybolig Gråsten.



“Dengang var ideen at skabe et forum hvor vi alle kunne være sammen, hjælpe hinanden med hverdagens udfordringer og strabadser, et sted vi kunne mødes og udveksle erfaringer, tale om alt og være noget for hinanden socialt samt især byde på hygge, sjov og oplevelser”, siger formand Svend Schütt til SønderborgNYT.

Aktiv forening

KGGO er vært ved en årlig ParaDart-turnering med spillere fra Danmark og Tyskland.

“Vi er en af de bærende kræfter til det årlige Gråsten Æblefestival”, siger Svend Schütt videre.

Foreningen arrangerer udflugter/ture for vores medlemmer/frivillige

KGGO er opfinderen af Æblegrillpølsen

Der tilbydes kurser i sikker kørsel i på elscootere trafikken – de gjorde KGGO til modtager af GF Fondens

nationale TrafiksikkerhedsPris.

ParaDart

KGGO har et ParaDart hold, der tæller 12 spillere.

“Da vi startede med ParaDart, ultimo 2016, med fem spillere, var vi de eneste i Danmark, der tilbød ParaDart: Det er vi bestemt ikke længere, – takket være Heinz

Dahl og Palle Petersen fra Vejle, som vi i den grad er lykkedes med at præge. Begge har både de sproglige og faglige kompetencer der skal til for at komme op mod de store giganter”, siger Svend Schütt..

“Vi er nu nået dertil, hvor der er søsat det allerførste WDDA Compris World Open i ParaDart og det bliver i oktober 2020, godt nok i Vejle, som er ParaSportens hovedstad. Men det er min overbevisning, at det på et tidspunkt skal holdes i Gråsten”, siger KGGO-formanden.

KGGOs pardarthold har været til rigtig mange turneringer – både i Tyskland og Danmark – og de er indtil videre ikke kommet skuffede hjem.

“De gange, hvor vi ikke har vundet medaljer, så har vi trods alt fået en god placering”.

Corona

[12. MARTS 2020](#)

Ja og så kan vi jo ikke komme udenom Corona virussen, den har i den grad også haft konsekvenser for KGGO.

Vi tog regeringen og Kommunens anbefalinger alvorlig, lige fra starten, og aflyste alle vores aktiviteter, også den forestående generalforsamling, blev udsat.

Vi har tilbudt alle borgerne, som var med på Ældre i kørestol på indkøb, at de kan ringe til mig når der er noget de mangler, så vil jeg foranledige at deres varer bliver indkøbt og leveret på deres adresse. Samtidig har jeg ligeledes tilbudt alle andre ældre i GRÅSTEN, at de kan gøre det samme.

Alle medlemmer af vores netværk har fået tilbudt at kontakte mig telefonisk, hvis der er noget jeg kan gøre for dem.

Vigtig information omkring KGGO.

[14. MARTS 2020](#)

Vigtig information omkring KGGO.

I kølvandet på de seneste udmeldinger, fra regeringen, har vi besluttet at lukke ned for, vores Netværksmøder, og Ældre i Kørestol på indkøb, i foreløbig 2 uger.

Vi har valgt at følge myndighedernes anvisninger, og tager Corona situationen dybt alvorligt.

De borgere som vi har med at gøre er jo netop dem der er svages stillede, ide de er meget mere modtageligt for

smittefare.

Husk at tjekke om din Nabo / Forældre / Bedsteforældre har brug for hjælp

[14. MARTS 2020](#)

KGGOs indkøbs ordning, der hjælper gangbesværede og kørestolsbrugere til og fra Ulsnæscentret i Gråsten, er aflyst på grund af Corona-anbefalingerne.

“Derfor opfordrer jeg til, at vi allesammen lige tjekker, om vores nabo selv har mulighed for at få handlet det nødvendige ind og komme på Apoteket – og hvis ikke, så kan man jo tilbyde at tage varer med hjem til ham eller hende”, siger Svend Schütt fra KGGO. Husk at tjekke om din nabo har brug for hjælp

Vi må alle være på vagt

[15 MARTS 2020](#)

Lige nu er der nogen der udnytter situationen.

De udgiver sig for at være fra Kommunernes hjemmepleje, og de skal sikre at ældre og svage borgere ikke lider nogen nød, under Corona tilstanden, vupti penge og værdigenstande er stjålet.

Hjælp din gamle nabo, Forældre og Bedsteforældre, rigtig mange af vores ældre forstår ikke at nogen, som siger

at de er fra kommunen eller hjemmehjælpen, kan gøre dem noget ondt.

I denne svære tid må vi alle hjælpe hinanden.

16. MARTS 2020

I denne svære tid må vi alle hjælpe hinanden.

KGGO tilbyder derfor at hjælpe ALLE ældre og svage borgere i GRÅSTEN, har du ikke andre der kan hjælpe dig med at få det nødvendige handlet ind, hente medicin eller andet på Apoteket, så ringer du blot til Svend, på 61 71 46 07, så finder vi sammen en løsning på det.

KGGO har en håndfuld frivillige som har sagt de gerne vil hjælpe.

Vi ringer også jævnligt til vores medlemmer for at høre om hvordan de har det, ellers ringer de til os, ofte kun for lige at tale lidt, rigtig hyggeligt.

Nu er det jo ikke nogen hemmelighed at rigtig mange af dem der har behovet slet ikke er på nettet og vil ikke se dette opslag, men det er så her du kommer ind i billedet, hjælp med at sprede budskabet.

Ring du blot til Svend, på 61 71 46 07, så finder vi sammen en løsning på det.

Hvad sker der sommeren 2020 i KGGO

9. APRIL 2020

Hvad sker der sommeren 2020 i KGGO
Ja det spørgsmål stiller jeg mig også dagligt i denne tid. Som det ser ud, lige nu, så bliver der nok ikke noget KørestolsRingridning i år, ligesom det ser ud til at vi heller ikke kommer på nogen ture, måske det endda går ud over vores Dart-turnering Linak Open 2020, men det ved jeg ikke med sikkerhed noget om endnu.

Vi må se hvad tiden bringer, hele Danmark, ja endda hele verdenen, ved jo ikke hvad morgendagen bringer, men en ting er sikkert, når vi kommer ud på den anden side af denne underlige tid, som Corona'en har bragt os i, så vil vi vide meget mere.

Jeg vil gøre alt hvad der står i min magt for at vi alle kommer godt igennem, det gælder alle vores medlemmer, brugere og alle svage og ældre, i Gråsten, der har brug for hjælp i denne dumme tid. I KGGO tilbyder vi at handle ind, gå på apoteket, for alle dem i vores omgangskreds, der måtte have brug for det, eller hvis man bare har brug for at tale, ja så ringer man bare.

Samtalen starter ofte meget trist, men ender altid med latter og glæde, er det ikke herligt.

Jeg mener, som altid, se ikke på begrænsningerne, men se derimod på mulighederne.

Lad os alle holde sammen hver for sig, op med humøret, så vi alle er klar, når vi når igennem denne underlige tid.

Alle KGGO's indtægtsgivende arrangementer, har været lukket ned i hele 2020

4. JUNI 2020



Foto: Kaj Jacobsen

Alle KGGO's indtægtsgivende arrangementer, har været lukket ned i hele 2020, som det ser ud nu vil der nok heller ikke ændre sig, før 2021. Derfor må vi finde alternative indtægtskilder.

OK-benzin støtter rigtig mange foreninger, som er tilmeldt ordningen – og på grund af Corona har OK-benzin meddelt foreningerne, at de er parat til at støtte med yderligere 30 procent, ved næste udbetaling.

KGGO i Gråsten er med i ordningen og udmeldingen fra OK-benzin glæder formanden, Svend Schütt, rigtig meget. Hvorfor giver i alle pengene væk, frem for at sætte brændstof prisen ned. Hertil svarer **Brugsuddeler Jesper Thomsen**, *Vi støtter de lokale for-*

eninger og sportsklubber, fordi de har behov for opbakning, i dag er en glædens dag, når en forening som KGGO, der giver en håndsrækning til de svage i vores nærområde, skal belønnes, derfor er det mig en stor glæde at kunne overrække checken til Svend Schütt, som er formand og stifter af foreningen KGGO, han er altid meget engageret i bybilledet.

“Jeg vil opfordre de mennesker, som har lyst til at støtte vores forening til, at de får sig et OK-kort og skriver KGGO Sponsornummer 782114 på. For hver liter du tanker donerer OK 5 øre, ved næste udbetaling lægger OK-benzin så 30% oven i”, siger Svend Schütt. Han fortsætter, har du allerede et OK-kort, men ikke støtter KGGO, så er det meget let at få KGGO på, eller skifte til KGGO, du ringer blot til OK på 70 10 20 33, det tager mindre end 1 minut.



KGGO

Dart/Paradart

8. JUNI 2020

Ifølge seneste udmelding fra regeringen, så må vi igen mødes til at spille dart, i den forbindelse har jeg forsøgt at komme i kontakt med Sønderborg Kommunes afdeling for Kultur og fritid, da det er deres faciliteter vi opholder os i, for at høre lidt om deres retningslinjer/planer for genåbning. Kultur og fritid mener at de er taget med bukserne nede, i forhold til fase 3. De er slet ikke klar til at melde ud hvad der skal ske nu, det eneste di kunne sige var et, alle lokalerne først skal rengøres og afsprittes, inden de igen åbner dørene.

Indtil Kultur og fritid, er klar, mødes til dart på vores terrasse, første gang onsdag den 10/6-2020 kl. 14.00
Retningslinjerne skal overholdes, ekstra høj håndhygiejne.

Ældre i Kørestol på indkøb.

8. JUNI 2020

Jævnføre den seneste udmelding fra regeringen, angående 3. åbnings fase, så kan vi nu opstarte, Ældre i Kørestol på indkøb, igen.

I forhold til transport så har Quorps busser styr på det.

Jeg har også haft møde med Brugsuddeleer Jesper Thomsen, ifølge deres retningslinjer så kan vi godt starte op igen, dog med den lille ændring, vi må ikke samles i forhallen og dermed heller ikke få kaffe og kage, så hyggen skal foregå udenfor. Første indkøb bli-

ver tirsdag den 16/6-2020

Retningslinjerne skal overholdes, ekstra høj håndhygiejne.

KGGO's første netværksmøde

12. JUNI 2020



Endelig så kom dagen, hvor KGGO igen kunne gennemføre Netværksmødet, som vi plejer at gøre hver anden torsdag. Vi kan fortsat ikke være i de vante omgivelser, på Gråsten Plejecenter, derfor foregik det første møde på terrassen hos formanden. Der er nu åbnet op for brug af Ahlmannsparkens lokaler, hvor KGGO spiller ParaDart, så i fremtiden, ind til vi igen må være på Gråsten Plejecenter, mødes vi så i dart-lokalet.

På terrassen gik snakken rigtig højt, der blev fortalt rigtig meget om den tid det var gået siden vi sidst var samlet, der var naturligvis mange negative historier, fra en trist tid med store begrænsninger, men også mange gode historier, det er de gode historier vi skal bygge på og mindes.

Referat af KGGOs ordinære generalforsamling den 2. juli 2020.

Dagsorden

1. Valg af dirigent

Ad 1 Bestyrelsen foreslår Jette Grau – Godkendt af alle.

Jette orienterer om at varslingen om denne generalforsamling er iflg. Vedtægterne, sket rettidigt.

2. Valg af referent

Ad 2) Bestyrelsen foreslår Hanne Frederiksen – Godkendt af alle.

3. Valg af stemmetæller 2 personer

Ad 3) Conny og Karina er valgt.

4. Formandens beretning (bilag 1)

Ad 4) Formanden fremlægger beretningen – den er godkendt.

5. Kassererens fremlæggelse af regnskab (Bilag 2)

Ad 5) Kassereren fremlægger regnskabet, samt beretter om nye indtægter allerede i det nye herrens år

2020 – Regnskabet bliver godkendt.

6. Fastsættelse af kontingent

Ad 6) Det blev vedtaget, at kontingentet 200,- bibeholdes.

7. Arbejdet fremover

Ad 7) 1. Netværksmødet er udsat til om 14 dg. Her planlægges det fremtidige ture

2. Indkøbsturen skal deles op i 2 afdelinger, pga. pladsmangel.

3. Dart på tværs af fysisk og/eller psykisk handicap blev i første omgang nedstemt af

WDDA Skotland og DDU Danmark. Efter hårde forhandlinger mellem KGGO,

Sammen med Palle P fra Vejle mod DDU og WDDA Skotland, er vi nu i mål med

Compris Danmark. Parterne har godkendt og stadfæstet KGGOs oplæg om Dart på

tværs af fysisk og/eller psykisk handicap. Dette er foregået i bred enighed.

Dart lokalerne i Gråsten, som egentligt var bevilliget, skal alligevel flyttes – Dog

er der ikke aftalt et tidsperspektiv endnu.

4. Kørestolsringridning er aflyst i år, pga. Danmarks nedlukning. Af samme grund er

Gråsten Torvedage flyttet til oktober 2020. Torvedagene plejer at være anledningen

for KGGOs KørestolsRingridning, men

KGGO er til Dartstævne

Compris Danmark

samme tidspunkt.

8. Indkommende forslag om vedtægtsændringer (Bilag 3)

Ad 8) 1. Vedtægtsændring jf. § 3, stk. 1,1 – Blev enstemmigt vedtaget

2. Vedtægtsændring jf. § 4, stk. 1 – Blev enstemmigt vedtaget

3. Vedtægtsændring jf. § 5, stk. 1 – Blev enstemmigt vedtaget

9. Valg af bestyrelse

På valg er:

Næstformand, Ragnhild Nissen – genopstiller ikke

Bestyrelsesmedlem, Christen Mathiesen– genopstiller

Kasserer– Susan Rehfeldt - genopstiller

Ad 9) Valg er afholdt med følgende resultat:

Et nyt bestyrelsesmedlem, Kim Christensen

Genvalg af bestyrelsesmedlem, Christen Mathiesen

Genvalg af Kasserer Susan Rehfeldt

Bestyrelsen konstituerer sig ved næstkommende bestyrelsesmøde.

10. Valg af suppleant(er)

Birgit Odelia Mathiesen– genopstiller

og Conny Jørgensen – genopstiller

Ad 10) Valg er afholdt med følgende resultat:

Genvalg af suppleant Birgit Odelia Mathiesen

og genvalg af suppleant Conny Jørgensen

11. Eventuelt

Ad 11)

Ingen emner

Referent Hanne Frederiksen

Sommerpakke giver gratis færger for mennesker med et handicapkort i biler.

8. JULI 2020



Biler med handicapparkeringskort kan kvit og frit køre om bord på 32 færgeruter til danske øer i august og september.

Cyklende og gående har i juli mulighed for at sejle gratis til en lang række danske øer.

Det sker som led i regeringens sommerpakke, der skal hjælpe den coronaramte turisme i gang.

I august og september bliver ruterne billigere for alle – også for personer i biler.

Men en særlig gruppe behøver slet ikke hive tegnebogen op af lommen, når de kører om bord på færgerne.

Gratis adgang til 32 færgeruter.

Biler med handicapparkeringskort får nemlig gratis adgang til 32 færgeruter i august og september.

Det oplyser Transport- og Boligministeriet.

– Vi har mange smukke og spændende øer i Danmark, og med regeringens sommerpakke har vi lyttet til øernes ønske om at forlænge sommersæsonen med billige færgebilletter i august og september, hvor der også er ledig kapacitet til biler.

– Derudover har vi som en ekstra håndsrækning til mennesker med handicap afsat penge til, at de helt gratis kan få bilen med i de to måneder. Jeg håber, at så mange som muligt vil gøre brug af det unikke tilbud, siger trans-

portminister Benny Engelbrecht (S) i en kommentar.

Tilbuddet gælder færgeoverfart til eksempelvis Samsø, Fanø, Læsø og Ærø. Også færgeruten Ystad-Rønne bliver gratis for biler med handicapparkeringskort i august og september.

111.000 mennesker med handicap kan få glæde af gratis færger.

Aktuelt er der 111.000 aktive handicapparkeringskort, oplyser Danske Handicaporganisationer, som administrerer ordningen.

Organisationens formand, Thorkild Olesen, kvitterer for tiltaget.

– Det har været ensomt for mange mennesker at være isoleret og afskåret fra deres venner og familier.

– Dette glimrende sommerinitiativ vil give flere mulighed for at besøge deres nærmeste og give dem gode oplevelser.

– Vi hjælper også den danske økonomi lidt mere i gang, når vi bliver flere til at bruge penge rundt omkring i Danmark, siger han i en kommentar.

Der er i alt afsat godt 100 millioner kroner til ordningen med billigere eller gratis færgerejser denne sommer.

Linak Open 2020

10. AUGUST 2020



Linak Open 2020
Lørdag d. 5. sept. 2020
Kl. 10.00
Ahlefeldvej 4, 6300 Løsten

301 double out
7 indgange (21 Darts) best of 7
1. Gruppe A- 2. Gruppe B- 3. Gruppe C

Cup:
A. 301 double out best of 5
B. 301 double out 7 indgange (21 Darts) best of 5
C. 301 double out 7 indgange (21 Darts) best of 3

Final:
A. 301 double out best of 7
B. 301 double out 7 indgange (21 Darts) best of 7
C. 301 double out 7 indgange (21 Darts) best of 3

Tilmeldingsgebyr 100,-
Alle indbetalinger går til Premier
Tilmelding senest den 30. aug. 2020 til hda@postman.dk

LINAK
WE IMPROVE YOUR LIFE
B.H.J. Fonden Niels Jessen

Tilmeldingsgebyr 100,-
Alle indbetalinger går til Premier
Tilmelding senest den 30. aug. 2020 til hda@postman.dk

Grundet uforudsete udfordringer under renovering af Ahlmannsparken ser vi os nødsaget til at aflyse Linak Open 2020

Hurra! Vi har fået 1.975,61 kr. fra OK.

12. JUNI 2020



Ja det er nu et år siden vi startede med OK tankkort, pt er der i alt kommet 1.975,61 kr. ind via tankkortene, til projektet "Egen Bus". Hver måned støttes projektet "Egen Bus" også af Conni

Schleth Nielsen, Susan Erichsen, Svend Schütt, Kim Christensen Conny Jørgensen, Lydia Carstensen og Margrethe Fris, med faste overførsler, og alle jer, sammen med HJÆLPETIMER GRÅSTEN RINGRIDNING og anonyme sponsorer, så er det nu blevet til 14.226,61 kr.

KGGO siger mange tak for jeres støtte.

Alle KGGO's indtægtsgivende arrangementer, har været lukket led i hele 2020, som det ser ud nu vil der nok heller ikke ændre sig, før 2021. Derfor må vi finde alternative indtægtskilder.

OK-benzin støtter rigtig mange foreninger, som er tilmeldt ordningen – og på grund af Corona har OK-benzin meddelt foreningerne, at de er parat til at støtte med yderligere 30 procent, ved næste udbetaling.

Anonym donation

21. AUGUST 2020



15.000,-

KGGO's Lottospil 2020

3. SEPTEMBER 2020



Så er der kommet dato på KGGO's Lottospil, til fordel for, Juleaften for alle i Gråsten og omegn.

Det bliver søndagden 15/11 kl. 13.00 i Egersund hallen, Høllevej 4 i Egersund

Forkælelse

16. SEPTEMBER 2020

KGGO er flere ting.

Den ene del kalder vi Netværksgruppen. Vi mødes hver anden torsdag, hvor vi får kaffe og kage, og vi taler rigtig meget om hverdagens strabadser og udfordringer, som følger med, når man kommer op i alderen og er blevet gangbesværet eller måske også kørestolsbruger.

Det hele startede med Netværks gruppen. Det er den ældste aktivitet i KGGO.

Ved netværksmøderne planlægger vi forskellige udflugter, som er handicapvenlige, så alle vores medlemmer har mulighed for at deltage.

Fredag den 21/8 2020 er en af de dage vi, i KGGO, sent vil glemme, jeg fik besøg af en herre, som ønsker at være anonym, han havde en kuvert med penge, han overrakte mig kuverten, som han ville donere til KGGO, jeg fornemmede at der var en del penge i den, den var ret tyk, kuverten var ikke lukket, jeg listede et hurtigt blik ned på kuverten, da så jeg at den øverste seddel var en tusindkroneseddel, så sagde han, "dem er det 15 af, jeg har haft lidt overskud på nogle aktier, og jeg kan ikke komme i tanke om nogen der har fortjent dem mere end KGGO, jeg har ikke selv brug for dem" sagde den anonyme giver.

I KGGO er vi glade for en hver donation, en Donation af denne størrelse, har vi ikke tidligere fået, vi er virkelig glade og taknemmelig.

Hvad skal pengene bruges til, ja det har vi ikke helt besluttet endnu, men en ting er sikkert, vores netværksmedlemmer har bestemt fortjent en forkælelse, efter en lang stilstand, grundet Coronaen, vi skal nok finde på noget rigtig godt, så vi snart kan komme tilbage i de vandte gænge.

Med venlig hilsen

Bestyrelsesformand Svend Schütt

Vi har bl.a. været på en tur til Fanø, Barsø, Olsens Paradis, Legoland, Tivoli Friheden og mange andre seværdigheder i Danmark. Jeg står for planlægningen af mødetider og organiseringen af ekstra hjælpemidler, så turen bliver så bekvem for alle som muligt.

Dette har i nogle år, været vores tradition, som har givet rigtig mange dejlige minder for medlemmerne af netværket.

2020, skulle jo have været endnu en sommer med oplevelser, men det satte Covid19 en stopper for.

Covid19 har betydet, at KGGO's Netværksmedlemmer ikke har kunnet mødes og heller ikke kunnet komme på udflugt. Jeg har naturligvis ikke svigtet Netværket, idet jeg har holdt kontakten ved lige pr telefon, men det er bare slet ikke det samme.

Nu tillader myndighederne, at vi igen må mødes. Mundbind, hånddesinfektion og håndvask er blevet en nødvendig del af alles hverdag.

Jeg har, efter ønske fra Netværksmedlemmerne, planlagt et besøg i Geografisk have i Kolding, men 3 dage inden vi så skulle afsted, opstod der mistanke om Corona smitte blandt vores frivillige. Derfor aflyste jeg af sundhedsmæssige årsager, turen. Alle som var mistænkt blev testet. Dagen før, vi skulle have været afsted kom svaret og alle 5 mistænkte fik svaret, Ikke påvist. Det vil si-

ge, at de hverken var smittede eller smittebærere. Det betød til gengæld, at det var for sent at genoptage turen.

Jeg tog en snak med Geografisk Have i Kolding. Det var min mening at planlægge en ny dato. Sagen er den, at vi var kommet så langt hen på sæsonen, at der kun var ganske få blomster tilbage. Geografisk Have vil derfor anbefale, at vi venter til næste år.

Vi er nu nået så langt hen på sommeren, at det ikke er muligt at planlægge nogen tur til udendørs oplevelser. Derfor har jeg valgt at planlægge en indendørs oplevelse for alle medlemmer-



ne uden, at de ved det.

De skal simpelthen have en oplevelse, som de sent vil glemme, derfor har jeg aftalt med Værftet i Egersund, at de skal have en rigtig dejlig aften, med en 6-retters menu i vældig fine omgivelser, hvor der også skal være lidt fællessang. Derfor har jeg lavet en aftale med Henriette Sonne, som vil komme

forbi og synge sammen med os. Henriette Sonne har før været forbi, når KGGO har holdt Juleaften på Den Gamle skole i Egersund, hvor hun har sunget Julesange for og med alle deltagerne.

Henriette Sonne har en fantastisk evne til at kunne leve sig ind i stemningen, som hun så, sammen med deltagerne, løfter.

Kære alle sammen CORONA NYT I KGGO.

27. OKTOBER 2020

Jeg havde jo håbet på, at jeg snart ville være i stand til at fortælle jer, at vi nu er tilbage på banen igen, i normale tilstande, men men men.

Gentagende gange har jeg ville lave en opdatering til hjemmesiden, men er aldrig blevet færdig, så kom der nye ændringer.

Nu gør jeg et nyt forsøg.

De seneste nye retningslinjer fra regeringen har gjort, at vi ikke kan afholde vores **lottospil** til fordel for Juleaften for Alle i Gråsten og omegn, den 15/11, som planlagt. **Det er nu flyttet til den 28/11 2020.**

Vores Juleaften for Alle, den 24/12-2020, vil heller ikke komme til at fore-

gå som planlagt. Vi må maksimalt være 10 personer i samme lokale. Jeg ved endnu ikke hvordan det kommer til at foregå. Måske bliver det delt op, så der kun er 6-7 borgere i hvert lokale, i det omfang, vi kan skaffe lokalerne hertil. Der skal jo være adgang til køkken og ikke mindst toiletfaciliteter.

Sidste alternative løsning kan blive, at borgerne for julemaden og julegaverne leveret i eget hjem. Jeg ved godt, at det langt fra er optimalt, da det jo i højeste grad er det sociale samvær, der er efterspurgt lige denne særlige aften. Jeg vil gøre mit yderste for, at ALLE får en god juleaften, i det omfang det er mig muligt.

Jul med hjertet i Gråsten:

Her har jeg måttet finde en alternativ løsning. De fleste kender Jul med Hjertet i Gråsten, ved at KGGO's frivillige står ved indgangen, ofte sammen med byens kendisser og med musikalsk underholdning, for at opfordre SuperBrugsens kunder til at købe lidt ekstra, som lægges i KGGO's jule kane.

Det nye er, at der nu står en holder med flyers. Når man ønsker at støtte Jul med Hjertet i Gråsten, tager man en flyer med til kassen. Her kan man så støtte Jul med Hjertet i Gråsten med et kontantbeløb. Efterfølgende får KGGO et gavekort fra SuperBrugsen på det samlede donerede beløb.

Dette gavekort giver KGGO til Gråsten Adsbøl menighedsråd. Menighedsrådet køber målrettet ind til de julehjælps poser, som doneres til de øko-

nomisk trængte i lokalområdet.

Alle, som har behov, kan søge om julehjælp hos Gråsten Adsbøl Menighedsråd.

Indsamlingen foregår i hele november måned.

Du kan også støtte Jul med Hjertet i Gråsten, via MobilePay, på 61714607 skriv gerne ”Jul” i kommentar feltet.

Ældre i Kørestol på indkøb:

Indtil videre fortsætter vi som planlagt. Ved en evt. gen nedlukning, er vi også her klar med en alternativ løsning. KGGO's frivillige ringer til de borgere, der er tilmeldt indkøbsordningen. Der bliver købt efter indkøbslisten og varerne afleveres hos borgeren. Denne løsning kender vi fra foråret, hvor hele Danmark blev lukket ned. Vi håber naturligvis ikke, at det sker igen.

KGGO's netværksmøder:

Vi mødes hver anden torsdag, som vi plejer. Der deltager max 10 personer. Vi mødes ikke længere indendørs, men **vi mødes på min overdækkede terrasse**. Her kan vi være i læ for vind og regn, men skulle det gå hen og blive for koldt, må vi aflyse og jeg ringer til dem alle og får en snak. Dette kender vi fra sidste gang.

Dart/ParaDart

Vores dart hold mødes hver onsdag

til træning. Det fortsætter indtil videre. Der deltager max 10 personer. Alle stævner og turneringer er aflyst, så der er kun træning. Det ender nok med at vores spillere skal med til VM, med al den træning.

Indtægtsgivende aktiviteter

Det ser ikke så godt ud, ALT er aflyst og det har det været siden januar.

Vi har indgået en **sponsoraftale med OK Benzin, så du kan støtte KGGO, hver gang du tanket**. Og vigtigst af alt, det koster dig ikke ekstra at støtte KGGO – OK betaler hele beløbet. Du støtter KGGO med 5 øre/liter – uanset om du bestiller et OK Benzinkort eller betaler med dit Dankort i OK's Tank & betal-app. Når du har tanket 500 liter, får KGGO en ekstra bonus på 200 kr. Bestil et OK Benzinkort på www.ok.dk/lokalsporten. Hvis du vælger at tanke med OK-appen, så finder du den i App Store eller Google Play. Har du allerede et OK Benzinkort? Så ring til OK på 70 10 20 33 og fortæl dem, at du gerne vil støtte KGGO nu og så sørger de for at ændre det.

Ekstra støtte til din KGGO med OK Mobil og OK El. Har du et OK Benzinkort kan du fordoble støtten til din KGGO. Vælg en af OK's Mobil-pakker, så støtter du KGGO med ekstra 5 øre pr. liter, du tanket. Du kan se alle OK's mobilpakker på

www.ok.dk/mobil Du kan også **fordoble støtten**, hvis du vælger at købe el fra OK. Så støtter du med 5 øre ekstra pr. liter, hver gang du tanket. Det er nemt og hurtigt at skifte elselskab. Bare ring

til OK på 70 10 22 33, så sørger de for det hele. Vil du vide mere eller kan du ikke selv tilmelde dig, så ring boldt til Jan Kay Kundekonsulent Tlf.: 2014 2463, så ordner han det hele for dig.

Det er vigtigere end nogensinde at få tegnet mange benzinkort. **OK har nemlig netop oplyst at de, grundet krisen, støtter med 30 % ekstra.**

Tilbage har jeg nu kun at sige, at jeg håber, du har forståelse for vores situation, vil tage positivt imod ovenstående ændringer, og vil støtte, der hvor du kan.

Pas godt på dig selv og hinanden.

Stor tak til alle

2. DECEMBER 2020

Så fik vi afholdt, Lottospillet til fordel for Juleaften for alle i Gråsten og omegn, lige bortset fra at teknikken gjorde sig selvstændig i starten, så gik det faktisk rigtig godt, alle de fine gevinster, som virksomheder og private havde doneret, fik skiftet ejer, og gjorde rigtig mange glade. Der deltog ialt 85-90, rigtig flot. Skulle der nu sidde nogen derude, som egentlig gerne ville ha været med, for at støtte op om Juleaften for alle i Gråsten og omegn, men ikke kunne være med, der er håb endnu, du kan give dit bidrag på MobilePay på 61714607, alle beløb, store som små, er velkommen. En stor tak skal lyde til alle der deltog, en særlig tak til alle de frivillige, både KGGO's og Majbrit's frivillige, i har bare gjort en kæmpe forskel.

Nyt fra ”Juleaften



for alle i Gråsten og omegn”.

[12. DECEMBER 2020](#)



Selvom vi alle er godt trætte af Coronaen, så er vi nødt til at lave en ny plan for “Juleaften for alle i Gråsten og omegn”.

Det skyldes flere ting, forsamlingsforbuddet gør at vi skal deles op i flere hold, dette gør at der bliver behov for langt flere frivillige, som vi ikke er i stand til at mobilisere. Det er ærgerligt, men vi må alle passe på os selv og hinanden.

Den nye plan er således:

Vi mødes alle sammen på Egersund gamle Skole den 24/12 kl. 14.00 til kaffe og julesmåkager mm. Her vil vi så sidde i små grupper af 4 personer, det gør at vi kan klare os med de frivillige som vi har til rådighed. Herefter er der julesang og julehygge, jeg arbejder hårdt på at få en eller to til at komme og spille og synge lidt julesange sammen med os.

Kl.16.00 får alle tilmeldte en portionspakket julemenu og en Julegave med hjem. Dvs., at vi hygger med kaffe og julesmåkager, men spiser den lækre julemenu, som Farfars Køkken både laver og pakker, hjemme ved sig selv.

Alle, der ikke selv kan komme frem og tilbage, bliver tilbudt transport. Det er Quorps busser, der står for transporten.

Tilmelding sker fortsat til Rådhuskiosken og Matas i Gråsten, frem til den 17/12-2020

Hvis du vil donere en skilling til arrangementet, så kan det gøres på MobilePay 6171 4607 Skriv gerne "Juleaften" i kommentarfeltet.

Aflysning "Juleaften for alle i Gråsten og omegn"

[16. DECEMBER 2020](#)

"Juleaften for alle i Gråsten og omegn"

Hele Danmark er nu underlagt nye restriktioner og anbefalinger.

I KGGO følger vi naturligvis også sundhedsmyndighedernes anbefalinger. Derfor er vi desværre også nødt til at aflyse vores "Juleaften for alle i Gråsten og omegn".

Det er jeg personligt meget berørt af, fordi jeg ved, hvor meget denne aften betyder for os alle.

Vi må se i øjnene, at vi jo alle også er særligt udsatte for smitten og derfor må passe ekstra godt på os selv. Det gør heller ikke denne tid lettere at håndtere.

Husk vi har telefon alle sammen, så ring til os og hinanden.

Jeg ønsker alle en glædelig jul og et godt nytår.

Med venlig hilsen på KGGO's vegne
Svend Schütt

Jul med hjertet i Gråsten 2020

18. DECEMBER 2020



Brugsuddeler Jesper Thomsen overrækker checken til KGGO formanden Svend Schütt

Jul med hjertet i Gråsten, 2020 er nu afsluttet i SuperBrugsen Gråsten, bestyrelsen i KGGO vil gerne takke alle de kunder, der har doneret dette flotte beløb, som i morgen vil blive overrakt til Gråsten og Adsbøl Sogne's menighedsråd. Igen et bevis på at selv om vi lever i en svær og underlig tid, så støtter Gråstenerne op om en god sag. Der skal naturligvis også lyde en stor tak til personalet i SuperBrugsen, for den opbakning, som i har givet.



Jul med hjertet i Gråsten

19. DECEMBER 2020



Foto: Kaj Jakobsen

Inga Petersen, Helle Blindbæk
(Formand for Menighedsrådet i Gråsten – Adsbøl sogn)
KGGO formand Svend Schütt

Med denne check har Menighedsrådet samle midler nok sammen til at kunne uddele Julehjælpssækker til dem der har ansøgt om Julehjælp.

December er en dyr måned for mange familier og for nogle kan det være svært at få råd til en helt almindelig julemiddag. Det har vi gjort noget ved i Gråsten.

Foreningen KGGO, Gråsten-Adsbøl sognes menighedsråd og SuperBrugsen Gråsten er gået sammen om at samle ind til julehjælpen.

Julemåneden er de gode gerningers tid og det tager man meget bogstaveligt i Gråsten. Inde i SuperBrugsen er flere lokale aktører nemlig igen i år gået sammen for at samle ind til dem,

der har søgt julehjælp. “Det er en kæmpe hjælp fortæller Svend Schütt i en pressemeddelelse. Han er formand i KGGO og står for at samle ind til julehjælpen.

Det er mere håndgribeligt. Man kan donere det, man selv synes, der er råd til. Og man kan samtidig vise sine børn, hvordan man kan hjælpe andre.

Tilbageblik på 2020



Året 2020 blev et år, hvor der blev længere mellem de positive oplevelser. Til gengæld kunne og måtte vi nyde glæden ved de oplevelser. Det har været et år med mange restriktioner, som hele tiden blev skærpet og efterfulgt af nye restriktioner.

For KGGO har det været et år, hvor næsten alt er blevet ændret eller aflyst.

Vores udflugter med netværket, som vi alle har glædet os rigtig meget til, blev aflyst og vi måtte aflyse vores

netværksmøder i lange perioder. I stedet ringede vi til hinanden, for på

den måde at holde kontakten og løse hverdagens udfordringer på andre måder.

Vores sociale ugentlige indkøbsture har vi også måttet erstatte af andre løsninger, hvor vores frivillige handlede ind for hver enkelt borger, indtil vi igen måtte køre sammen i bussen. Senest har vi så igen måttet aflyse bussen, for at gå tilbage til den alternative løsning hvor vores frivillige handlede ind for hver enkelt borger.

Det hele har dog også medført positive ting, som jeg mener, vi bør holde fast i.

Vi har fundet ud af, når vi holder sammen, tænker positivt og agerer fornuftigt, kan vi rigtig mange ting.

Vores Dart afdeling har næsten ikke været berørt af restriktionerne. Vi skal spritte hænder og gå med mundbind, indtil vi er i lokalet. Vi har dog aflyst alle stævner. Til gengæld har vi stiftet bekendtskab med online dartspil, som vi nok vil bruge lidt endnu. Her kan vi spille med andre dartspillere verden over.

Vores lottospil til fordel for Juleaften for alle i Gråsten og omegn, har vi også kunnet gennemføre. Der var ikke så mange deltagere med som sidste år, men resultatet var helt klart glædeligt.

Juleaften for alle i Gråsten og omegn er aflyst, grundet nye restriktioner og anbefalinger. Vi har, der hvor det var muligt, gjort vores bedste for at de

kan holde Juleaften derhjemme.

Jul med hjertet i Gråsten 2020

Her har vi fundet et nyt alternativ til måden, de fleste husker. KGGO's frivillige står ved indgangen, ofte sammen med byens kendisser og med musikalsk underholdning, for at opfordre SuperBrugsens kunder til at købe lidt ekstra, som lægges i KGGO's jule kane.

Det nye alternativ er, at der står en holder med flyers. Borgere, der ønskede at støtte Jul med Hjertet i Gråsten, tager en flyer med til kassen. Her kan man så støtte Jul med Hjertet i Gråsten med et kontantbeløb. Efterfølgende får KGGO et gavekort fra SuperBrugsen på det samlede donerede beløb.

Dette gavekort gav KGGO til Gråsten Adsbøl menighedsråd. Menighedsrådet har købt målrettet ind til de julehjælps poser, som er blevet overdraget til de økonomisk trængte i lokalområdet.

Nu har jeg kun tilbage at ønske jer alle en rigtig glædelig Jul og et godt nytår. Pas godt på jer selv og hinanden.

På Bestyrelsens vegne

Svend

Coronadid og manglende mobilitet gør det svært for mange at omsætte talemåden "vi snakkes ved"



til handling. Men nu kan man ved hjælp fra Frivillighedens Hus i stedet for "ringes ved".

Sønderborg: "Vi ringes ved" er et tilbud til borgere i foreløbig Sønderborg og Gråsten samt på Midt- og Sydals. Men målet er at finde folk, så alle i Sønderborg kan få tilbudt en samtaleven.

Tilbuddet gælder alle borgere, som ønsker en social kontakt, men som af forskellige årsager ikke kan komme ud og møde andre.

- Omkring 7500 borgere over 60 år bor alene i Sønderborg Kommune. Mange er med i foreninger, deltager i frivilligt arbejde eller har gode venner, de mødes med. Men mange - også yngre mennesker - føler sig ensomme. Alle dem vil vi gerne række en hånd med tilbuddet, siger Lone Juhl Petersen, frivillighedskordinator i Frivillighedens Hus.

Når man tilmelder sig ordningen, skal

man oplyse sit navn og telefonnummer, sin adresse, ønsker til hvor ofte og hvornår der ringes og lidt om sine interesser. De tilknyttede koordinatører prøver at matche borger og samtaleven med hinanden. Både koordinatørerne og samtalevennerne har tavshedspligt.

Samarbejdspartnere

Hvis man fortryder sin deltagelse, hvilket kan ske til enhver tid, skal man bare give koordinatoren besked, og oplysningerne om en bliver slettet. På Midt- og Sydals er det lykkedes af finde fem frivillige samtalevenner. I Sønderborg er det i praksis Club 35, der med 12 frivillige sørger for, at tilbuddet kan realiseres, mens det i Gråsten er foreningen KGGGO, der er samarbejdspartner.

- Netop i Gråsten er der i øvrigt en plejehjemsbeboer, der har meldt sig som samtaleven. Det synes jeg er ren win-win, idet både plejehjemsbeboeren og den borger, der melder sig, får glæde af ordningen, siger frivillighedskonsulent Johnny Gammelgaard Alfsen.


Husk at støtte vores sponsorer

Her er nogle af dem

Super
Brugsen
Gråsten



Bilka
Sønderborg



Ulsnæs

Mandag - Tirsdag
08:00 - 16:00

Onsdag
08:00 - 15:30

Torsdag
08:00 - 18:00

Fredag
08:00 - 15:30

Tlf: 51 79 23 43



Weber's
MULTISERVICE

TELEFON
91 54 04 07

Have & Anlæg | Snerydning | Ejendomsservice

føtex
Sønderborg

Hørelse der fremmer forståelsen

DIN HØRESPECIALIST

Din Hørespecialist Gråsten
Torvet 3, 6300 Gråsten



2dreams

2dreams
v/ Jonna & Jane



FARFARS KØKKEN

KVALITET, HJERTE OG GOD DANSK MAD

Kongevej 73 - 6300 Gråsten

Tlf: Telefon: 60132813/58104545





MobilePay 61714607

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

KGGO

Kørestolsbrugere og Gangbesværede i Gråsten

KGGO

v/ Svend Schütt

Dyrkobbøl 141 E

mail@kggo.nu

Mob. 61714607

CVR-nummer: 35310185

AL Bank reg. 5397 Kontonr. 0243492

Udgivet den 1. jan. 2021