

Bærum Ups & Downs

Nyhetsbrev nr. 5 2008



Gledelig jul til alle

Det tredje advents lyset er tent og juleaften er ikke så langt unna. Noen blir kanskje stresset av at den nærmer seg, mens andre synes det er alt for lenge til.

Min lille pøse fikk på seg nissedrakt når han skulle på skolen i dag, for det skulle alle barna ha når de gikk rundt juletreet. Øynene hans skinte av forventning og glede, og det var vanskelig å få bena hans til å stå i ro.

Dette er barna våre gode på! Det å vise en sann glede over både store og små ting. Entusias-

men smitter over på oss andre og får oss til å legge merke til og verdsette også de små tingene. Det er en god egenskap hos våre barn.

Ute er det dessverre ikke så mye som minner om vinter lenger og ønsket om hvit jul høres ikke særlig sannsynlig ut i følge meterologene. Men vi satser likevel på hvit jul for det gjelder alltid å være optimist!

Bærum Ups & Downs har hatt et aktivt år og også fått flere nye medlemmer. Spesielt velkommen til dere!

Vi har gjennomført våre

faste aktiviteter: Ake-/aktivitetsdag, sommerfest, sjørøvertur og besøk på Sanshuset. Nytt i år er at vi også fikk til en overnattingshelg for ni familier på en flott bondegård med dyr og mange aktiviteter. Det ble en flott tur som dere kan lese mer om i dette Nyhetsbrevet.

Vi ønsker alle våre medlemmer med familie en riktig GOD JUL og et GODT NYTT ÅR!

Hilsen Amy, på vegne av styret

Tur til Aarholtstunet 17. - 19. oktober

Vi i styret for Bærum Ups & Downs har lenge hatt ønske om å kunne tilby en weekend-tur til våre medlemmer. Slike turer koster ofte noen kroner så vi trengte litt bistand utenifra. Turen lot seg gjennomføre da vi hadde sikret oss økonomisk støtte fra Helse- og Sosialdepartementet samt litt fra et legat i Bærum. Dermed ble egenandelen pr. familie kun kr. 1000,- for hele helgen. Dette inkluderte to overnattinger, all mat og masse gøy aktiviteter.

Vi var 9 familier som dro på tur og vi startet allerede fredag kveld med å hoppe i høyet og vi fikk treffe gårdens kaniner og marsvin. Smådyrene hadde egne "båser" som barna kunne sitte oppi slik at det ble skikkelig nærkontakt.

Lørdagen var det tid for klatring på låvevegg, forsering av utfordrende broer over en bekk, mer hopping i høyet, natursti med poster og masse utetid. På kvelden hadde barna egen kveldsunderholdning før foreldrene hygget seg sammen med litt "voksentid".

Søndagen tok verten oss med til et sted hvor det hadde bodd en huleboer. Det var en spennende tur hvor han samtidig lærte oss masse om naturen. Da vi kom tilbake hadde vi vaffelservering ute i høstsola. Det hele ble en flott tur hvor barn og voksne fikk masse tid sammen, noen fikk nye venner og mange av barna fikk større selvtillit i forhold til hva de torde å bli med på. Kanskje ikke så rart at en del av barna sovnet i bilen på vei hjem søndag ettermiddag. Vil du se hvor vi var? Se link www.aarholtstunet.no Flere bilder bak!



Hilsen Tone, styret

Årsmøte med foredrag om boligprosjektet i Lommedalen

Lørdag 24. januar blir det årsmøte for Bærum Ups & Downs. I år har vi vært heldige å få Georg Kvervel til å fortelle om det flotte boligprosjektet i Lommedalen, der egne boliger for psykisk utviklingshemmede ble bygget. Kvervel er en dyktig foredragsholder og det er et både spennende og aktuelt tema for mange, så vi anbefaler dere å sette av datoen allerede.

Etter foredrag og årsmøtesaker vil vi som vanlig servere både litt mat og god drikke og vi satser på god stemning og lang natt. :-)

Vi vil være på Norderhaug (eget hus på Haug skole) og kommer tilbake med egen innkalling.

Tone og Marianne trer ut av styret i år og vi har allerede fått to som har sagt seg villige til å stille til valg. Kjempeflott!

Aktivitetsdag på Sansehuset

Lørdag 15. november, fra 15 til 18.00 var det aktivitetsdag på Sansehuset.

I fjor hadde vi et tilsvarende opplegg og det var ingen tvil om at det ble reprise i år. Denne gang bar vi 70 deltakere med smått og stort! Vi møttes på Sansehuset som ligger på Emma Hjort. Dette er et hus med mange rom som alle er forskjellige. Som navnet betegner så er dette er hus for alle våre sanser. Dermed ble det mye lyd, lys, og masse ting man kan lukte og føle på. Sansehuset byr på masse morsomme saker som det absolutt er lov å prøve ut – på den ene eller andre måten. Dette er morsomt både for barna og de voksne.

Etter noen timer i Sansehuset var i alle fall foreldrene slitne. Da serverte vi mat i gymsalen som ligger i nabohuset. Det er flott å spise sammen i en gymsal. Da kan man bevege seg før, under og etter måltidet. Det blir nesten som å være på tur når alle sitter rundt omkring i salen og matbordet består av brødskiver og masse forskjellig pålegg. Etter en slik økt kan man med god samvittighet dra hjem til lørdagsgodteriet.

Hilsen Tone, styret



Flere bilder fra Sansehuset vil bli vist på årsmøtet sammen med bilder fra de andre aktivitetene/turene.



Danseball

For fjerde år på rad er det arrangert danseskole for unge voksne funksjonshemmede med ball den siste kvelden. Det er Barabara Strandenæs som i sin tid dro det i gang, med god hjelp av danselæreren Wenche Flan. I år har det vært 15-16 deltagere på kurset og alle deltagerne hadde med seg egen dansepartner gjennom hele kurset. Det sydet av tempo, danseglede og rytmer på avslutningsballet!

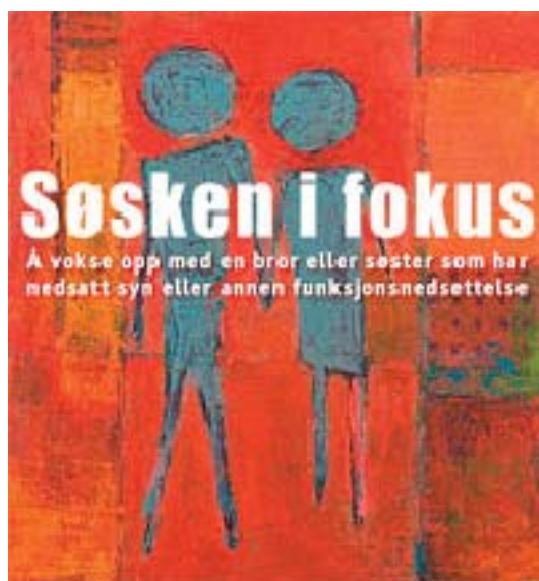


Connie Iversen, med i årets arrangementkomité, Wenche Flan, danselærer, og Barbara Strandenæs, initiativtager, med datteren Beate foran seg

Søsken

Styret har fått flere innspill fra medlemmer med ønske om foredrag rundt det å være søsken til en med Downs syndrom. Vi ga dette innspillet videre til Haug skole som arrangerte en foreldrekveld med foredrag av en som tok doktorgrad i emnet.

Nå er det ikke sikkert at dette foredraget dekket behovet, så vi vil her tipse om et hefte som er gratis å laste ned på Frambu sine sider (www.frambu.no). Hftet heter "Søsken i fokus" og tar for seg søsken til en som har nedsatt syn eller annen funksjonsnedsettelse. Temaet er det samme og det er helt sikkert overførbart til vår gruppe.



Bilder fra overnattingsturen



Sara klatrer



Ameli og Camilla

Flere bilder fra overnattingsturen vil bli vist på årsmøtet sammen med bilder fra de andre aktivitetene/turene.



Fride og Emilie tegner



Det er om å gjøre å få den lengst mulig...



Mads, Marius og Petter på tur



Hele gjengen samlet!



Linn og Karen over en av de vanskelige broene