

NR. 1 · FEBRUAR/MARTS 2026

Lev

MAGASINET

PORTRÆT

**"JEG VILLE LAVE
RIGTIG MAD TIL
MIT BARN"**

SIDE 6

TEMA

**AT HAVE EN
STEMME - OGSÅ
NÅR DEN IKKE
LYDER SOM DE
ANDRES**

SIDE 12

SEKSUALITET UDEN TABU

**CODE RÅD
FRA SEKSUAL-
VEJLEDEREN**

SIDE 28

Lev 

- LIVET MED UDVIKLINGSHANDICAP

Næste skridt mod et mere inkluderende arbejdsmarked



Af Anni Sørensen,
Levs landsformand

”Vi kalder modellen Lev Job Plus, og den skal over de kommende tre år have et særligt fokus på jobs til mennesker med større støttebehov”

Jeg tror, det er vigtigere end nogensinde, at vi i en handicaporganisation som Lev også har fokus på vores succeser. At vi fortæller om de områder, hvor vi lykkes, hvor vi viser vejen og skaber håb.

Alt for ofte må vi i Lev kæmpe mod forringelser af vilkår og rettigheder for mennesker med udviklingshandicap, og det er, som om vi udelukkende oplever tilbagegang og udfordringer. Sommetider føles det som om, vi kun lykkes med at begrænse forringelser.

Men heldigvis er der også mange positive fortællinger – mange områder hvor vi i vores lokalkredse, i sekretariatet og på tværs af organisationen skaber gode fællesskaber og reelle forbedringer.

Et godt eksempel er vores fantastiske beskæftigelsesindsats Lev Job (tidligere KLAP Job), hvor vi gennem de seneste 15 år har skabt næsten 7.000 jobs til mennesker med udviklingshandicap.

Vi startede indsatsen, fordi alt for få mennesker med udviklingshandicap havde adgang til det åbne arbejdsmarked. Og fordi vi ville vise, at det sagtens kan lade sig gøre at give mennesker med udviklingshandicap mulighed for at blive en del af arbejdsfællesskaberne på almindelige virksomheder. Vi ville vise, at vi kan lykkes, hvis vi er ambitiøse, hvis rammerne er de rigtige, og hvis vi samarbejder på tværs af borgere, virksomheder og kommuner.

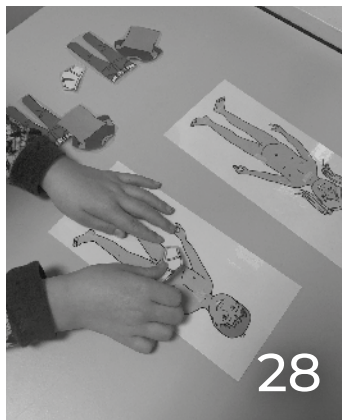
Og nu udvider vi vores indsats i Lev Job. Vi har nemlig modtaget en ekstra bevilling fra den såkaldte socialreserve til at udvikle og afprøve en model, der kan give endnu flere mennesker med udviklingshandicap mulighed for et job i almindelige virksomheder. Vi kalder modellen Lev Job Plus, og den skal over de kommende tre år have et særligt fokus på jobs til mennesker med større støttebehov.

Metoderne i Lev Job skal tilpasses, og vi skal undersøge barrierer og udfordringer, løsninger og muligheder. Vi skal vise, at inklusion er en ret for borgerne og en gevinst for virksomhederne, kommunerne, lokalsamfundet og os alle.

Det glæder jeg mig til at være med til. Endnu engang vil vi vise vejen. Vi vil vise, at fællesskab og inklusion på arbejdsmarkedet er muligt for endnu flere. Også for mennesker med store støttebehov. Det kan vi selvfølgelig kun, fordi vi på dette felt allerede har et godt samarbejde med virksomheder og kommuner. Fordi vi har erfarne jobkonsulenter i hele landet. Fordi vi gennem mange år har vist, at det kan lade sig gøre. Og fordi vi vil!

Det gør mig stolt og håbefuld.

Anni Sørensen



SPØRGSMÅL
OG SVAR

36



Livet med udviklingshandicap

2 Leder

Næste skridt mod et mere inkluderende arbejdsmarked

4 Kort nyt

6 Portræt

"Jeg ville lave rigtig mad til mit barn"

12 Tema

At have en stemme – også når den ikke lyder som de andres

14 "Hvorfor har ingen spurgt mig?"

18 At tale for sig selv – og for tusinder andre

20 Når vi sætter os ned – og lytter

24 Selvbestemmelse uden ord

26 3 gode råd: Sådan kan du arbejde med Intensive Interaction derhjemme

28 Seksualitet uden tabu

Et åbent blik på unge med udviklingshandicap

30 4 gode råd

...til en sjov forårs'jagt' på blomster og fugle

44 Bagsiden

Mød et Lev-medlem

Viden og rådgivning

34 Politik

Check løser ikke voksende fattigdomsproblem

36 Spørgsmål og svar fra Levs rådgivning

Lev indefra

32 Der sker noget nyt

38 Rundt i landet

42 Ny næstformand i Lev



At synge uden et sprog

50 mennesker med svær hjerneskade og udviklingshandicap indspillede i slutningen af 2025 "We Are the World" – Lionel Richie og Michael Jacksons støttesang for Afrika – på et bosted i Høje Taastrup.

DR P1-programmet K-Live satte sig for at finde ud af, hvordan man får borgere uden sprog til at synge sammen. Og hvilken rolle kunst kan spille i behandlingen af borgere med svære handicap eller psykiske lidelser.

I programmet medvirker Sine Mørkøv Poulsen, områdechef for botilbuddet Taxhuset i Høje Taastrup, og sangcoach Ulrik Elholm.



Hør eller genhør indslaget på DR.



På botilbuddet Taxhusets hjemmeside – taxhuset.htk.dk – kan du finde et link til en video af indspilningen.

Nye anbefalinger til beredskabet for sårbare borgere

Styrelsen for Samfundssikkerhed har lanceret en række anbefalinger, som kommuner og regioner kan tage udgangspunkt i, når de laver beredskabsplanlægning for sårbare borgere. Det kan for eksempel være borgere i botilbud, på plejehjem eller hjemmeboende med nedsat funktionsevne.

Beredskabet kan eksempelvis komme i spil i forbindelse med strømafbrydelser, nedbrud af kritiske it-systemer og mobilnetværk. Udgivelsen rummer en række overordnede anbefalinger, og der er også et inspirationskatalog, som yderligere konkretiserer relevante beredskabstiltag.

Her nævnes, at man som kommune eller region etablerer et overblik over, hvilke borgere der skal tages hånd om i tilfælde af en krise og kortlægger, hvilket udstyr eller hjælp og støtte der i en sådan situation kan være vigtig.

Det gælder også for de sårbare borgere, hvor en krisesituation vil kunne medføre en stor psykisk belastning. Og potentielt forårsage selvskadende eller udadreagerende adfærd, hvis rutiner og strukturer ændres, eller der sker en udskiftning af det faste personale.

Du kan læse mere på samsik.dk.



Gammel Estrup åbner dørene for alle

Gammel Estrup – Danmarks Herregårdsmuseum – er nu med i et nyt EU-projekt, der skal gøre museer mere tilgængelige for mennesker med udviklingshandicap. Projektet hedder MINDS og handler om at skabe bedre muligheder for, at alle kan deltage i kulturlivet og blive set og hørt i samfundet.

I projektet arbejder museet sammen med Justismuseet i Norge og mennesker med udviklingshandicap om at udvikle nye aktiviteter og formidling, der passer til målgruppen. Målet er, at museet ikke bare bliver mere tilgængeligt, men at løsningerne også kan bruges af andre museer i Europa.

”Det er en målgruppe, der ofte bliver overset, men som gerne vil deltage ligeværdigt i kulturlivet,” siger Anders Sinding, museumsinspektør på Gammel Estrup. ”Vi vil ikke bare lave flere skilte – vi vil skabe gode oplevelser sammen med dem.”

Projektet løber frem til 2027 og er støttet af EU. Drømmen er at skabe et stort europæisk netværk, der sætter fokus på, at alle skal have mulighed for at være med i kulturlivet og demokratiet.



Synstolkning giver glæde til flere



Nu kan du på TV 2 Play opleve udvalgte danske serier og programmer med synstolkning – et tiltag, der ikke kun gør indholdet tilgængeligt for blinde og svagsynede, men også for mennesker med udviklingshandicap.

”Synstolkning giver endnu flere danskere mulighed for at være med i samtalerne om det, der rører sig i samfundet,” siger Thorkild Olesen, formand for Danske Handicaporganisationer.

Blandt de første titler er ”Badehotellet” og serien ”Dag & Nat”. Men også ”Sommerdahl”, ”Klovn” med flere er på vej – så alle kan være med, når historierne udfoldes.



Line er mor til Otto, som får mad gennem sonde.

Den første sondemad gjorde ham utilpas.

Han kastede ofte op og havde det svært.

Line begyndte at lave sondemad af almindelig mad.

Det gav Otto mere ro og bedre trivsel.

I dag deler Line sin viden med andre familier.

Hun ønsker, at sondemad bliver set som mad.



”Jeg ville lave rigtig mad til mit barn”

Som mor til et barn med sonde fandt Line en ny vej til mad og trivsel. Hendes erfaringer er i dag blevet til et firma, der hjælper andre familier

AF ARNE DITLEVSEN | FOTO: ANITA GRAVERSEN

Det er oktober 2022. Line er på vej hjem til Kolding fra København.

”Jeg sidder i bilen og pludselig kommer mailen.”

Line tjekker sin telefon uden nogen fornemmelse af, at det er specielt vigtigt. Men det skulle blive helt afgørende.

”Det var fra Lægemiddelstyrelsen, og der stod, at vores ansøgning var godkendt.”

Fire års intenst arbejde var nu ved at bære frugt for Line Pedersen og hendes firma Bellyfood. For med mailen godkendte Lægemiddelstyrelsen, at de kunne producere og sælge sondemad lavet af naturlige råvarer med tilskud.

”Jeg troede, at vi skulle have endnu flere diskussioner med styrelsen, men nu var den der – som de første i Europa fik vi produkter som vores godkendt af en lægemiddelstyrelse.” Stoltheden lyser ud af Line (37), mens hun tænker tilbage.

En glad dreng – og en svær start

Det hele startede egentlig syv år tidligere, i 2015, da Line og hendes mand Christopher blev forældre til Otto, som er født med en hjerneskade. Når Line skal sætte ord på, hvordan Otto er, er det første, hun siger, at han er en glad og følsom dreng.

Men hans første år var hårde. Det var svært for Otto at indtage føde. Line ammede ham, han tog bare ikke nok på. Så begyndte han at få grød og flaske, men tog stadig ikke nok på. Line og Christopher var desperate, så da lægerne foreslog, at Otto skulle have sonde, var der ikke rigtigt noget valg.

Da løsningen blev et nyt problem

Den ene frustration blev dog afløst af den anden.

”Vi kom i gang med at give ham sondemad, men med det samme begyndte han at kaste maden op. Og det var jo ikke det, der





Sammen med sondemaden får Otto også mad, han kan tygge på imens. I dag er det appelsinskiver.

”Jeg manglede viden om, at man kunne vælge hvilket udstyr man ønskede at bruge, og hvad for en type mad man ønskede at give sit barn.”

var meningen. En frygtelig periode faktisk,” siger Line.

Men hun begyndte langsomt at researche på nettet, facebookgrupper og hos netværket i børnehaven. For hvad gjorde andre i samme situation?

”Jeg hørte en historie om, at der var nogen, der mente, at hvis man gav sondemad af helt almindelige råvarer, kunne man undgå al den her opkast.”

Et køkkeneksperiment

Så Line fandt blenderen frem og begyndte at eksperimentere hjemme i køkkenet og sætte sig ind i lovgivning og ernæring. Undervejs indsamlede hun feedback fra både sundhedsfaglige og sondebrugere. I 2019 sagde hun sit gode job op som bygningsingeniør for at blive iværksætter på fuld tid på jagt efter et alternativ til den kendte sondemad.

”Vi brugte lang tid på at afprøve opskrifter og teknikker, inden vi knækkede

koden til at lave noget, der havde den rette konsistens og det rette næringsindhold, som egnede sig til at blive givet gennem en sonde.” Line siger ”vi”, fordi hun undervejs får diætisten Pia Bjørn med i firmaet.

Blandt ingredienserne er for eksempel kylling, gulerødder og broccoli. Noget ganske andet end den konventionelle sondemad, der er lavet på vand og består af forskellige slags pulvere med næring, for eksempel valleprotein, vitamin, mineraler og maltrodextrin, der er en kulhydratblanding.

Da Otto begyndte at få den hjemmestillede sondemad, skete der noget:

”Det var et kæmpe skifte for os. Ottos opkast stoppede, og han begyndte at trives. Man kunne blandt andet se det på farven på hans kinder.”

Noget virkede

Line husker, som var det i går, øjeblikket, da det gik op for hende og Christopher, at der var noget, der virkede her.



Kort om Line og Bellyfood

Line Pedersen (37) er gift med Christopher. De er forældre til Otto, der er født med en hjerneskade.

De bor i Kolding.

Line er uddannet bygningsingeniør, men sagde i 2019 sit job op og stiftede firmaet Bellyfood, der producerer og sælger sondemad af naturlige råvarer.

På Bellyfood.dk har de lavet et helt univers om livet med sonde og sondemad. Her kan man finde tips og tricks, opskrifter og beretninger om at leve med en sonde.

”Der var en hel dag, hvor han havde det godt i børnehaven og ikke havde tøj med hjem med opkast. Det var helt vildt. Nærmest fra dag til anden oplevede vi en bedring,” siger Line, selv om hun ikke med sikkerhed kan sige, at det er den ændrede sondemad, der gjorde forskellen. ”Det er vores personlige oplevelse af det,” pointerer hun. Ændringen i Ottos kostsammensætning havde også en anden stor betydning:

”Vi ønskede at inddrage ham i vores måltider igen. Og da han fik det her meget medicinske mad, var det ligesom noget, der skulle overstås. På linje med at han skulle have sin daglige medicin.

Jeg savnede, at han kunne være en del af det måltid og det fællesskab, som vi andre havde. Det var jo ikke, fordi han ikke kunne sidde ved bordet, mens han fik sin sondemad, men jeg ønskede at lave rigtig mad til mit barn. Det betød meget for mig som mor,” siger Line.

”Hvorfor havde ingen gjort det før?”

Og ingen kunne få Line og Christoffer på andre tanker. Til at begynde med var der lidt skepsis mod hendes hjemmeblandede kost blandt læger og diætister, de kom hos.

”Men det var den vej, vi ville gå. Jeg kunne ikke leve med, at vi skulle tilbage til noget, som ikke havde virket for os.”

Line følte, at de var på rette vej. Men hun undrede sig også: ”Hvorfor var der ikke andre, der havde gjort noget inden for det her område? For når man først opdager, at den konventionelle sondemad er så anderledes end det, vi andre spiser, tænkte jeg, hvordan jeg selv ville have det, hvis jeg skulle leve af pulvermad.”

Fra mors erfaring til godkendt produkt

Efter at den altafgørende godkendelse kom fra Lægemiddelstyrelsen i 2022, som betød, at købere kunne få refusion for udgiften, gik der et lille halvt år, før Bellyfoods fran-



Bellyfood har helt bevidst fået en indpakning, der gør den noget mere lækker at se på end traditionel sondemad.

"Der er et skifte på vej. Nu kan vi begynde at tale om sondemad som mad og ikke medicin."

ske producent havde de første produkter klar. Og siden da har Line og hendes nu fem kolleger i firmaet arbejdet intenst på at udbrede kendskabet til produkterne i ikke bare Danmark, men også Holland og Sverige. Frankrig kan blive næste stop. Det er udfordrende at komme ind på et marked med nogle meget afgrænsede distributionskanaler, hvor der skal være godkendelse fra lægemiddelmyndigheder, og hvor man som forbruger egentlig har haft meget lidt at skulle have sagt.

Men der er hul igennem, og i Danmark har salget siden taget fart. Line føler også, at der både hos forbrugere af sondemad og hos fagfolk som diætister er en stigende bevidsthed om sondemad af rigtige madvarer. I 2023 udgav Rigshospitalet for eksempel en opskriftsbog om sondemad.

Mad – ikke medicin

Bellyfood er altså eksponent for en voksende forståelse for, at sondemad kan være andet end anonym væske uden tanke for smag og æstetik. Og fordelene er indlysende:

"Jeg plejer at sige, at der er to primære årsager til, at man ønsker at bruge sondemad af naturlige råvarer. Den ene er de hardcore kliniske facts, altså det her med at det kan give en bedre trivsel. Den anden gruppe af årsager er lidt mere bløde. Man vil gerne inddrage den med sonde i måltidet, og man vil gerne servere nogle råvarer, som ligner dem, man har i sit eget køkken. Det handler også om appetitlige farver og duft. Det giver en mere værdig måltidsoplevelse."

Og smagen kan faktisk også have stor betydning, siger Line:

"Vi hører, at hvis en sondebruger får en



Line snitter gerne grøntsager, som Otto får, når de spiser sammen.

bøvs eller et lille opstød, så betyder det noget, at det smager af mad frem for af vitaminpille eller noget syntetisk."

At have et valg

Line er mega stolt af mange ting i relation til det arbejde, hun og kollegerne i Bellyfood har lavet. Men et enkelt aspekt hun har været med til at skubbe på, og som hun også kan relatere til Otto og sin egen familie, fylder måske endnu mere: Som sondebruger eller forælder til et barn med sonde har man et valg. Eller faktisk flere.

"Jeg oplevede, at jeg manglede viden om, at man kunne vælge, hvilket udstyr man ønskede at bruge, og hvad for en type mad man ønskede at give sit barn. Information og støtte er så vigtigt, for det kan være ekstremt svært at tale om sonde og sondemad. Det er ret tabubelagt.

Jeg tror, at mange stadig ikke er bevidste om, at man faktisk har et valg. Men der er et skifte på vej. For nu kan vi begynde at tale om sondemad som mad og ikke medicin."



Kort om sonde og sondemad

En sonde er en tynd slange, som bruges til at give mad og væske direkte til maven eller tarmen, når man ikke kan spise nok gennem munden. Sondemad anvendes af både børn og voksne, blandt andet ved medfødte handicap, neurologiske lidelser eller sygdom.

Sondemad kan være midlertidig eller en del af hverdagen gennem længere tid. Traditionelt har den bestået af industrielt fremstillede ernæringsprodukter, men der findes i dag også alternativer baseret på almindelige fødevarer. Valg af sondemad sker i samarbejde med sundhedsfaglige og tilpasses den enkeltes behov.

En Verden af Liv

Teatermusical om at
blive født på ny

I et magisk land bliver pigen Julie udvalgt til at bære en fjer med store, men farlige kræfter. Sammen med ulven Juno og den vise rovfugl Ari må hun forhindre, at fjerens falder i de forkerte hænder og bringer hele skoven i fare.

Glæd dig til meningsfyldt inklusions-teater fyldt med rytmer, rå instinkter og ægte eventyr midt i naturen.

Bestil billetter på djfh.dk
eller ved hjælp af QR koden



29 MAJ
2026

Kl. 19.30 - 22.00

30 MAJ
2026

Kl. 19.30 - 22.00

31 MAJ
2026

Kl. 14.30 - 17.00

5 JUNI
2026

Kl. 19.30 - 22.00

Det er femte gang, vi opfører et stort teaterstykke med professionelle og amatørskuespillere, dansere, korsangere og vores egne elever. Forestillingerne er udendørs og med unummererede siddepladser. Tidligere forestillinger er: Myten om stenene (2016), Tågen i bakkerne (2018), Dragefuglens Slot (2021) og Ønskeøen (2024).

Sted:

Djurslands Folkehøjskole
Drammelstrupvej 15, Tirstrup,
8400 Ebeltøft



Djurslands Folkehøjskole



AF ARNE DITLEVSEN

At have en stemme

– også når den ikke lyder som de andres

Selvbestemmelse er et stort ord. For nogle handler det om at tage ordet i medierne, stille krav til politikere og kæmpe for rettigheder. For andre handler det om noget langt mere grundlæggende: at blive set, hørt og taget alvorligt i hverdagen – også når man ikke taler med ord.

I dette tema ser vi på på hele spektret af selv- og medbestemmelse for mennesker med udviklingshandicap. Fra dem, der organiserer sig og taler for mange, til dem, hvis stemme kun kan høres, hvis nogen tager sig tid til at lytte på nye måder.

Vi møder mennesker, der insisterer på retten til indflydelse – i samfundsdebatten, i beboerråd og i eget liv. Og vi ser på, hvad der skal til, når selvbestemmelse ikke kan udtrykkes gennem valg, ord eller argumenter, men gennem blik, bevægelse og initiativ.

Fælles for alle historierne er erkendelsen af, at selvbestemmelse ikke er noget, man giver. Det er noget, man skaber plads til. Gennem mod, relationer – og viljen til at lade den enkelte føre an.



"Hvorfor har ingen spurgt mig?"

Mathilde bor på et bosted, men oplever, at andre bestemmer over hendes hverdag – derfor kæmper hun for retten til selvbestemmelse

FOTO: LIV M. KASTRUP |

Kan Mathilde selv bestemme, hvad hun vil spise – og være med til at lave maden?
Kan hun være med til at beslutte, hvem der skal være ansat på hendes bosted?
Kan hun få indflydelse på, hvilke ture beboerne kan komme på?

Svaret er nej. Igen og igen nej.

36-årige Mathilde Faber Bendtsen har let udviklingshandicap og autisme. Hun passer sit arbejde, tager selv til og fra træning, siger sin mening – og hun er mere politisk aktiv end de fleste. Hun er næstformand i ULF Ungdom, aktiv i SUMH, Handicapaktivisterne og Hverdagsaktivisterne, og hun demonstrerer på Rådhuspladsen for rettigheder til mennesker med handicap.

Alligevel oplever hun, at hun i sit eget hjem bliver nægtet indflydelse på helt basale forhold i sit liv.

"For mig handler det om, at man ikke selv får lov til at bestemme i sit eget liv. At der er rigtig mange, som tager beslutninger hen over hovedet på en – uden at spørge, hvad man selv mener."

På papiret har hun med- og selvbestemmelse. I praksis oplever hun noget helt andet.

"Vi får bare en menu"

Mathilde bor på bostedet Vinklen på Østerbro sammen med 28 andre beboere. Da hun flyttede ind i 2012, blev der lavet mad på bostedet. Beboerne kunne hjælpe til og have indflydelse på menuen. Der duftede af hjemmelavet mad. Sådan er det ikke længere.

I dag leveres maden fra et cateringfirma, og beboerne har reelt ingen indflydelse.

"Vi får bare en menu. Hvis vi ikke har lyst til at spise det, kan vi lade være – eller afmelde maden og gå ned og købe noget



Mathilde er 36 år og bor på et bosted i København.

Hun har et udviklingshandicap og autisme.

Hun klarer mange ting selv og er meget aktiv.

For Mathilde vil bestemme over sit eget liv.

Derfor kan hun ikke lide, når hendes bosted ikke hjælper hende til læge og andre ting.

Mathilde ønsker selvbestemmelse – både for sig selv og for andre.

”

**De tror ikke, vi vil
kunne. De synes
ikke, vi har noget at
sige. Og det synes
jeg er fuldstændig
tudetosset.**





”

De brød sig ikke om, at jeg sagde min ærlige mening. Men jeg kæmpede – og jeg gav ikke op.

takeaway.” Mathilde kan nemlig ikke selv lave mad uden støtte.

”Det handler ikke om, at maden er forfærdelig. Det handler om indflydelse. Om at blive spurgt.”

Et nyt råd – og et håb

Frustrationen er stor. For Mathilde og de andre beboere har gentagne gange gjort opmærksom på problemerne uden at opleve forandringer. Alligevel har hun ikke givet op.

”Det er helt sikkert noget, jeg vil sige i Centerrådet.”

Centerrådet er et nyt organ i *Center for midlertidige boformer*, som Vinklen hører under. Her mødes repræsentanter for beboere, medarbejdere og ledelse for at drøfte forhold, der har betydning for hverdagen. Mathilde er valgt som beboerrepræsentant for beboerne på Vinklen.

Hun håber, at rådet kan blive et sted, hvor beboernes stemmer faktisk bliver taget alvorligt.

”De tror ikke, vi kan”

Manglen på indflydelse stopper ikke ved maden. Mathilde undrer sig over, at beboerne ikke har noget at skulle have sagt i forhold til personale.

”Vi er ikke med til ansættelser. Og det forstår jeg ikke. På mit arbejde er vi altid med til ansættelsessamtaler.”

På bostedet er argumentet, ifølge Mathilde, at beboerne ikke kan. ”De tror ikke, vi vil kunne. De synes ikke, vi har noget

at sige. Og det synes jeg er fuldstændig tudetosset.”

Hun har også selv oplevet, hvad manglende indflydelse kan betyde. Hun fik tildelt en kontaktpædagog, som hun ikke kunne samarbejde med.

”Hun talte til mig, som om jeg var et lille barn. Og hun talte nedladende om mig til andre.”

Da Mathilde bad om at skifte kontaktpædagog, mødte hun modstand fra ledelsen. ”De brød sig ikke om, at jeg sagde min ærlige mening. Men jeg kæmpede – og jeg gav ikke op.”

Når selvbestemmelse også handler om sundhed

Mathilde peger også på et område, hvor manglen på støtte kan få alvorlige konsekvenser: Sundhed. Hun fortæller, at der ikke er en klar praksis for at hjælpe beboerne til sundhedstjek, og at hun ikke selv er blevet tjekket endnu.

”Jeg håber, at jeg kan blive det på et

”

**Vi er eksperter
i vores eget liv.
Hvorfor er der
andre, der skal
bestemme
for os?**



tidspunkt, fordi jeg virkelig gerne vil vide, om jeg er sund og rask. Fordi der er rigtig mange her på bostedet, der har det ene og det andet.”

Hun var selv den første på bostedet, der gjorde opmærksom på, at der findes særlige sundhedstjek for voksne mennesker med udviklingshandicap, der bor på botilbud.

”Bostedet vidste det faktisk ikke, før jeg sagde det.”

Når det handler om almindelige læge- og tandlægebesøg må Mathilde indimellem ringe til sin mor for at få hjælp. Hun træder også til i mange andre situationer – lige fra betaling af en regning til at hjælpe med at tømme køleskabet for gamle madvarer. Mathilde er selvfølgelig glad for at få hjælp, men hun synes ikke det er i orden, at forældre til voksne mennesker skal stå til rådighed på den måde.

”Det bliver bare lagt meget over på de pårørende. Men hvad med dem, der ikke har nogen?”

”Vi er eksperter i vores eget liv”

Mathildes engagement rækker langt ud over hendes eget bosted. Hun deltager i politiske møder, sidder i råd og demonstrerer for rettigheder – ikke kun for sig selv, men for andre, der ikke har samme stemme.

”Jeg kæmper for alle. Også dem, der ikke selv kan formulere sig.”

Hun savner, at politikere lytter – rigtigt lytter.

”Det ville være rart, hvis de spurgte os, hvad vi tænker, i stedet for at tage beslutninger hen over hovedet på os.” For Mathilde er budskabet enkelt:

”Vi er eksperter i vores eget liv. Hvorfor er der andre, der skal bestemme for os?”

Hun ved godt, at kampen kan være opslidende. Nogle gange må hun tage pauser. Men hun stopper ikke.

”Hvorfor skal det være så svært at have et udviklingshandicap i Danmark? Hvorfor har vi ikke de samme rettigheder?”

Spørgsmålene står åbne. Og Mathilde bliver ved med at stille dem.

Kort om Mathilde

Mathilde Faber Bendtsen er 36 år. Hun bor i København og er forlovet med Andreas.

Mathilde arbejder i Mediehuset Juno, der er et specialiseret mediehus og beskæftigelsestilbud for voksne med handicap i Københavns Kommune.

Mathilde er aktiv i en række forskellige sammenhænge: ULF Ungdom (næstformand), SUMH, Handicapaktivisterne og Hverdagsaktivisterne.

Når hun ikke kæmper for rettigheder til mennesker med handicap, går hun til håndbold, fitness, løber og hygger med vennerne.



At tale for sig selv – og for tusinder andre

ULF's formand Lars Gjermansen om kampen for erstatning, sundhedsretfærdighed og at finde modet til at stå frem – selv når det er svært



Lars er formand for ULF.

ULF er en forening.

Den er for mennesker med udviklingshandicap.

Lars taler for deres rettigheder.

Han vil have mere selvbestemmelse.

Han vil have, at andre lytter.

FOTO: SARAH CHRISTINE NØRGAARD |

På engelsk kaldes det "self advocacy": Når mennesker, der taler på egne vegne for at fremme deres rettigheder, behov og interesser. På dansk findes der ikke et godt ord for det. "Selvforkæmper" lyder tungt, men i bund og grund handler det om at 'have en stemme' – og bruge den til at fortælle om sine egne og sin gruppes behov.

Frem til 1993 var der ingen organisation, hvor mennesker med udviklingshandicap selv talte deres sag. I stedet var det forældre, pårørende, pædagoger og andre særligt interesserede, der repræsenterede dem.

Men i 1993 blev ULF, Udviklingshæmmedes Landsforbund, stiftet. Med støtte

fra forældrene i Lev. Tiden var moden til, at mennesker med udviklingshandicap selv skulle tale for sig.

Fra protest til indflydelse

I starten protesterede ULF imod uretfærdig aflønning på beskyttede værksteder, hvor de mindst handicappede fik mest i løn. Men hurtigt begyndte ULF at pege på flere uretfærdigheder, der alle udsprang af, at andre – uanset god vilje – mente at vide, hvad der var bedst for mennesker med udviklingshandicap. Uden at spørge dem selv.

ULF har siden da været en markant stemme i debatten om handicap og rettigheder. I de seneste 12 år med Lars Gjermansen i spidsen for en stærk formandsgruppe. Men hvordan er det at tale for flere tusinde mennesker? Og hvilke kampe er vigtigst lige nu? Det har vi talt med Lars om.

Fokus på erstatning for overgreb

Svaret på, hvad der fylder mest hos ULF lige nu, kommer prompte.

"Det vigtigste er, at de mennesker, der blev svigtet og udsat for overgreb i åndssvageforsorgen, får den erstatning, de har krav på. Ligesom Godhavnsdrene," siger Lars Gjermansen.

I 2023 gav den daværende socialminister en officiel undskyldning til personer, der blev udsat for svigt og overgreb i sær- og åndssvageforsorgen i perioden 1933–1980. Undskyldningen svarer til dem, der tidligere er givet til blandt andre de anbragte Godhavnsdrene og de tvangsfjernede grønlandske børn. I de sager er undskyldningerne fulgt op af erstatninger.

Det skete ikke her. I stedet blev tidligere anbragte i åndssvageforsorgen henvist til selv at anlægge sag ved domstolene.

To kvinder gjorde netop det. I 2025 faldt der dom: Den ene fik ingen erstatning, mens den anden fik tilkendt 50.000 kroner. Under sagen afviste staten ansvar for overgrebene – på trods af, at en omfattende historisk udredning dokumenterer, at ulovlig tvang og overgreb var udbredt i forsorgen.

Derfor kæmper ULF for, at alle nulevende, tidligere anbragte får erstatning, uden at de skal dokumentere hvert enkelt overgreb.



Det værste er, når jeg sidder til et møde og tænker, hvorfor blev jeg overhovedet inviteret – det nytter alligevel ikke.



Kort om Lars

Lars Gjermansen er 45 år og bor i Kolding.

Han har været formand for ULF siden 2013.

Når Lars har fri, elsker han at rejse og at gå i teateret og biografen. I det hele taget er han en flittig bruger af Koldings lokale kulturhus.

”Det er nedværdigende, at nogle kan få erstatning for overgreb, mens andre ikke kan – tilsyneladende fordi de har udviklingshandicap. Jeg kan ikke se nogen reel forskel på det, Godhavnsdrene blev udsat for, og det, mennesker med udviklingshæmning blev udsat for,” siger Lars.

Sundhedstjek til alle

Et andet vigtigt område for Lars og ULF er sundhedstjek – også til dem med udviklingshandicap, der ikke bor på botilbud.

”Vi kunne godt tænke os, at udeboende også fik et sundhedstjek,” fortæller Lars, der selv, fordi hans mor havde en blodtryksmåler, tilfældigt fandt ud af, at han havde for højt blodtryk. Hun fik Lars til lægen – og nu får han blodtryks-sænkende medicin. ”Vi kommer heller ikke til lægen i ordentlig tid,” uddyber Lars,

ULF arbejder på flere fronter for at ændre dette: ”Vi har snakket med nogle forskere om det. Jette (næstformand for ULF, Jette Tastesen, red.), har holdt oplæg, og vi har også talt med politikere om det.”

Oplever du, at politikerne lytter til jer?

”Ja, det synes jeg.”

Modet til at stå frem

Hvordan forbereder du dig, når du skal stå frem og tale om noget vigtigt?

”Jeg bruger et oplæsningsprogram, som vi skriver teksten ind i, og programmet kan læse den op. Nogle gange spiller jeg den højt fra min telefon. Andre gange bruger jeg det til at huske teksten udenad, når jeg hører den blive oplæst,” fortæller Lars.

Hvad giver dig mod til at stå frem – selv når det er svært?

”Jeg er ikke så god til at holde tale, men

det er jo en del af arbejdet, når man er ULF-formand. Det er kommet naturligt.”

Hvad giver dig håb for fremtiden, når du ser på ULF's arbejde og de unge, der melder sig ind?

”Jeg tror, at den nye generation vil stille flere spørgsmål og finde sig i endnu mindre end min generation. De tør sætte spørgsmål ved flere af de barrierer, man møder, hvis man har et handicap. Det synes jeg er godt.”

Både unge og ældre ULF'ere har mulighed for at blive dygtigere til at stille sig frem og tale deres sag: ”Man kan deltage i relevante kurser og få støtte fra ULF-sekretariatet.”

Hvis du kunne ændre én ting, der kunne give mennesker med udviklingshandicap mere indflydelse, hvad skulle det så være?

”Jamen, så skulle det nok være, at man fik lov til selv at bestemme, hvor man skulle bo. Ligesom på arbejdsmarkedet, hvor mange med udviklingshandicap er sammen med mennesker uden et handicap, kunne jeg godt tænke mig, at det blev mere blandet, hvem man boede sammen med.”

Hvad er det sværeste og det bedste ved at være formand for ULF?

”Det værste er, når jeg sidder til et møde og tænker, hvorfor blev jeg overhovedet inviteret – det nytter alligevel ikke. Det bedste er, når tingene lykkes, og jeg har gjort en god figur ved møderne, og der bliver lyttet til mig, og det har gjort en forskel.”



Når vi sætter os ned – og lytter

FOTO: ANITA GRAVERSEN |

På Rindbæk Hus 1 i Hedensted har tilgangen Intensive Interaction givet June og Mikkel nye måder at tage initiativ på – og mindet personalet om, hvor meget der kan ske, når tempoet sænkes



På Rindbæk Hus 1 i Hedensted bruger personalet Intensive Interaction.

Her handler det om at sidde ned og lytte.

June og Mikkel får nu mere ro og tager selv flere initiativer.

Personalet følger dem i stedet for at styre.

June viser nu tydeligt, hvad hun vil.

Mikkel siger oftere selv, hvad han har lyst til.

Der har været masser af aktiviteter gennem årene. Ridning, svømning, ture ud af huset, faste programmer og veltilrettelagte dagsplaner.

Alt sammen gjort i den bedste mening.

Men noget manglede.

”Vi havde måske glemt bare at sætte os ned foran dem. Selvom de ikke taler. Bare sidde der. Være der. Og tage imod det, de sender,” siger socialpædagog Bettina Møller.

Sammen med kollegaen Søren Stilling arbejder hun på Rindbæk Hus 1 i Hedensted, et regionalt botilbud for voksne mennesker under Specialområde Autisme. Begge har mere end 20 års erfaring – og begge blev nysgerrige, da de blev inviteret med i et forløb med tilgangen *Intensive Interaction*.

Forløbet var et tidsafgrænset udviklingsprojekt, der kørte over 35 uger i 2025. Omdrejningspunktet for projektet var ”hvordan kan vi skabe indflydelse for mennesker, som vi i dag har svært ved at lytte til på grund af deres atypiske kommunikative udtryk?” Og fokus var mere specifikt, om beboerne, der har udviklingshandicap i svær til middelsvær grad samt autisme, kunne få noget ud af Intensive Interaction-tilgangen.

I projektet deltog de to beboere June og Mikkel sammen med Bettina og Søren. Psykolog Ditte Rose Andersen var tilknyttet som vejleder og supervisor (du kan møde

Ditte Rose i artiklen på side 24). Projektet blev afsluttet med en rapport, som pegede på tydelige positive erfaringer med Intensive Interaction. Både i forhold til beboernes initiativ, trivsel og samspil med personalet. Og med overvejelser om, hvordan tilgangen kan forankres og udbredes mere generelt.

At give slip på programmet

Intensive Interaction handler grundlæggende om relation og samspil. Om at møde eksempelvis en person med omfattende udviklingshandicap der, hvor han eller hun er – med de lyde, bevægelser og rytmer, der allerede findes. Medarbejdernes opgave er altså ikke at styre og foreslå, men at lytte og besvare.

”Vi er vant til at præsentere programmet: Nu skal vi det her, nu skal vi det næste. Men hvad nu, hvis vi venter og ser, hvad June eller Mikkel egentlig vil?” siger Søren.

Det var ikke helt let i starten. Hverdagen i et botilbud er præget af strukturer, planer og kommunale mål. Og mange har lært, at tom tid helst skal undgås.

”På et tidspunkt blev der nærmest indført en idé om, at der ikke måtte være tom tid. Al tid skulle fyldes med noget. Men hvorfor egentlig?” spørger Bettina.

Med Intensive Interaction-forløbet fik hun og Søren både undervisning, supervision og tid til at arbejde konkret med udvalgte beboere. De filmede samspil, skrev dagbog og så sig selv udefra.

”Videoerne var virkelig lærerige. Ikke kun

”

**Hvad nu, hvis
vi venter og
ser, hvad June
eller Mikkel
egentlig vil?**

*Søren Stilling,
pædagogisk medarbejder*





Bettina afventer, at June viser hende, hvad hun har brug for. June har intet sprog, men bruger af og til sine hænder og lyde, når hun vil kommunikere.

Hun kalder mere på os nu. Og hun gør det, fordi hun har erfaret, at hun bliver hørt.

Bettina Møller, socialpædagog

i forhold til June og Mikkel – men også i forhold til os selv. Hvor meget fylder vi? Giver vi for meget? Eller kan vi godt bare være afventende?”

June ved nu, at hun bliver hørt

June er en af de beboere, der har de største kommunikative udfordringer. Hun har svært ved at fastholde opmærksomhed og har tidligere hurtigt forladt situationer, hvor en fra personalet satte sig hos hende.

”I starten kunne hun måske sidde et sekund. Så gik hun,” fortæller Bettina.

I begyndelsen virkede det næsten forkert bare at sidde stille i Junes lejlighed. Når personalet kom ind, betød det jo normalt, at der skulle ske noget. Så June gik ud i fællesarealet.

Derfor begyndte arbejdet et andet sted – og langsomt.

”Jeg begyndte at svare hende med de samme lyde, hun lavede. Og så kom der mere og mere kontakt. Øjenkontakt. Små smil,” siger Bettina.

I dag kan June sidde sammen med personalet og være i samværet i lang tid. Nogle gange op til en time. Hun tager initiativ. Hun rører ved personalet for at invitere dem med ind i lejligheden – ikke for at få noget bestemt, men bare for at være sammen.

”Hun kalder mere på os nu. Og hun gør det, fordi hun har erfaret, at hun bliver hørt.”

June er også begyndt at bruge kroppen mere målrettet: tage jakken og række den frem, når hun vil ud at gå. Tage personalet med hen til badeværelset. Ikke altid fordi hun skal tisse – men fordi hun øver sammenhængen mellem handling og respons.

”Det er små ting. Men for June er det kæmpestore skridt.”

Mikkel tager meget mere initiativ

Inden arbejdet med Intensive Interaction begyndte, var Mikkel hverdag i høj grad struktureret og styret af personalet. Man var ikke i samme omfang opmærksomme på hans atypiske måde at kommunikere på eller på relationens betydning. Mikkel har verbalt sprog, men har haft svært ved at bruge sproget til at give udtryk for ønsker og det, der er vigtigt for ham.

Det har ændret sig. I dag tager Mikkel langt oftere selv initiativ og byder ind i samspillet, fortæller Søren.

”Mikkel kommer selv og inviterer os,” siger han. ”Han kan finde på at sige: ’Jeg vil gerne op og hente en kage i Brugsen.’ Det har han ikke gjort før.”

Tidligere arbejdede personalet meget

med visuel støtte, hvor Mikkel blev præsenteret for få, forudbestemte valgmuligheder. Den støtte bruges langt mindre i dag, fordi Mikkel i højere grad selv giver udtryk for, hvad han har lyst til at foretage sig.

Samtidig er der kommet mere ro. Den motoriske uro er mindsket, og Mikkel bliver ikke så let overstimuleret. Hvis han alligevel bliver det, ved personalet nu, hvordan de kan støtte ham.

”Når vi møder ham med øjenkontakt, samspil og nærvær – altså Intensive Interaction – så falder han hurtigt til ro,” siger Søren. ”Det gør en stor forskel for ham.”

Der er også kommet flere ting ind i Mikkel's lejlighed. Han kan have ting omkring sig, uden at han bliver overstimuleret. ”Det betyder noget – både for Mikkel og for hans familie.”

”Det ser mærkeligt ud udefra”

Ikke alle kolleger var begejstrede fra start. Nogle var usikre. Andre direkte skeptiske.

”Når man ligger på gulvet og kopierer lyde eller bevægelser, kan det udefra se mærkeligt ud. Som om man laver fis,” siger Bettina.

Der var også misforståelser. Skulle man kopiere alt? Også uhensigtsmæssig adfærd? ”Nej. Det handler om lyde, mimik, rytme, små bevægelser. Ikke om at gøre alting,” forklarer Søren.

Vendepunktet kom, da kollegerne så videoerne – og udviklingen hos June. ”Da de så, hvad der faktisk skete med hende, hoppede de på. Alle sammen.”



I dag arbejdes der på at brede tilgangen ud til hele Rindbæk Hus 1.

"Man kan ikke planlægge Intensive Interaction"

Hvis andre botilbud spørger, hvad det kræver organisatorisk, er svaret klart: Det kan ikke sættes på skema.

"Man kan ikke sige, at torsdag kl. 12-14 er der Intensive Interaction," siger Bettina.

Det handler i stedet om at kigge på hverdagen: Hvor kan tempoet sænkes? Hvad kan der skrues lidt ned for? Hvor kan der opstå plads til at sidde?

"Det er ikke ekstra tid. Det er en anden måde at bruge tiden på."

Et andet udgangspunkt

For Bettina og Søren har Intensive Interaction ikke været et brud med deres faglighed – men en påmindelse.

"June har altid haft en stemme. Forløbet har mindet os om at lytte."

Hvis de skal sige én ting til andre steder, der overvejer tilgangen, er svaret enkelt: "Bare gå i gang. Det er fedt. Og det handler om noget helt grundlæggende: At lytte. Og lade borgeren føre an."



"Mikkel kan nu bedre sidde i sofaen i længere tid og være i samvær. Der er mere ro," fortæller Søren Stilling, pædagogisk medarbejder.

Læs mere om projektet



Du kan læse hele den afsluttende rapport om Intensive Interaction-projektet på Rindbæk Hus 1 på autismeplatform.dk

Selv- bestemmelse uden ord

Intensive Interaction giver mennesker med omfattende kommunikationshandicap mulighed for selv- og medbestemmelse – også når sproget mangler

FOTO: ULLA ROSE ANDERSEN |



Ditte Rose er psykolog. Hun arbejder med Intensive Interaction.

Tilgangen bruges til børn og voksne.

Den er for mennesker, som har svært ved at fortælle, hvad de vil.

Man sætter sig ned.
Man skynder sig ikke.
Man lytter og svarer på små tegn.

Ditte Rose siger:
Alle har ret til at blive hørt. Også uden ord.

Bare sætte sig ned og lytte – kunne det være nemmere?
Det kunne man umiddelbart tænke, når man hører psykolog og oplægs- holder Ditte Rose Andersen fortælle om den tilgang, hun bruger til at nå ind til mennesker med omfattende kommunikationshandicap. Tilgangen, for det er ifølge Ditte ikke en decideret metode, handler grundlæggende om at se og lytte.

”Man sætter sig ned, har et åbent ansigt, åbne hænder og ikke travlt. Og så lytter man mega meget til nogen, som ofte ikke bliver lyttet til. Og så prøver man at give et svar på det, man ser og oplever,” fortæller Ditte Rose Andersen.

Tilgangen hedder Intensive Interaction. Målet er at skabe adgang til kommunikation og dermed selv- og medbestemmelse for en gruppe mennesker, som ofte ikke bliver tillagt evnen til netop det.

”Der er en udbredt indstilling, at hvis man ikke forstår bestemte ting, så kan man heller ikke vide, hvad der har betydning for ens eget liv. Det er jeg grundlæggende uenig i. For der er så mange aspekter af kommunikation, som kan blive overset,” siger hun.

Intensive Interaction handler ikke om at lære borgeren noget bestemt eller om at nå et foruddefineret mål. Det handler om at give plads til, at borgeren selv kan tilegne

sig viden og selv vise, hvad der er vigtigt – også når det sker uden ord.

Tidlig samspilsforskning som fundament

Intensive Interaction blev udviklet i Storbritannien i 1980’erne og har rødder i tidlig samspilsforskning. Altså den måde spædbørn og omsorgspersoner kommunikerer på, før sproget udvikles.

Kommunikationen sker gennem øjenkontakt, mimik, kropsbevægelser, lyde, rytme, invitation og turtagning. De samme principper er overført til pædagogisk og terapeutisk arbejde med mennesker, som har meget begrænsede kommunikationsmuligheder.

Ditte Rose Andersen har arbejdet med tilgangen i over ti år. Når den bliver indarbejdet i hverdagen, oplever hun, at borgere i højere grad bliver rolige, mere engagerede og tydeligere i deres udtryk. Samtidig kan det få betydning for hele kulturen på et botilbud – blandt andet i forhold til konflikt-niveau og brug af magt og medicin.

Hun understreger, at Intensive Interaction også er en måde at møde uro, frustration og lidelse på.

”Når mennesker bliver ulykkelige, urolige eller voldsomme, bliver det ofte set som et teknisk problem, der skal løses. Men meget ofte er det dybt menneskelige udtryk, som først og fremmest kalder på kommunikation og forbindelse,” siger hun.

At blive hørt – også når udtrykket er intenst

Som eksempel nævner Ditte Christian, der bor på et botilbud i Hillerød.

”Han har det med at lave meget høje lyde ved at klappe i hænderne. Tidligere blev det desværre set som et tegn på, at han var overstimuleret, og nogle gange førte det til, at han fik beroligende medicin. Det studsede jeg virkelig over,” fortæller hun.

I stedet foreslog Ditte, at medarbejderne forsøgte at spejle hans lyde og indgå i en form for dialog.

Pædagogerne begyndte at gentage lydene – dog i lavere intensitet. Lidt efter lidt faldt Christians arousal, og situationen udviklede sig til en form for turtagning.

”Uanset om han var frustreret eller bare meget oppe i humør, fik han en oplevelse af at blive hørt. Og intentionen om dialog lykkedes. Det betød også, at man kunne begynde at begrænse brugen af beroligende medicin,” siger Ditte.

At turde lade være

Ifølge Ditte er en af de største barrierer for Intensive Interaction både en bestemt og fastlåst forståelse af, hvad faglighed er, og hverdagskulturen i mange botilbud.

”Der er ofte en idé om, at man skal lave noget, når man er sammen med en borger. At tiden skal fyldes ud. Med Intensive Interaction er det faktisk meningen, at man ikke skal gøre en masse,” siger hun.

Hun peger på, at mange borgere har meget ensartede opgaver i deres hverdag – som for eksempel at tømme opvaske-maskinen.

”Selvfølgelig skal der være fokus på selvhjælpsfærdigheder, men det er godt nok bemærkelsesværdigt, hvor mange borgere der tilsyneladende har præcis den samme interesse,” siger hun tørt.

Samtidig kan ressourcemæssige hensyn og behovet for forudsigelighed føre til en meget stram styring af dagen. Det kan gøre det svært at give plads til det uforudsigelige samspil, som Intensive Interaction kræver.

Der kan også være en blufærdighed hos fagpersoner – både i forhold til at bruge sig selv mere kropsligt og lydligt, men også i forhold til stilhed.

”For nogle kan det føles utrygt ikke at udfylde tavsheden. Man kan være bange for ikke at gøre nok. Men ofte opdager man først med tiden, hvor meget der faktisk



sker i den stille, afventende kontakt,” siger Ditte.

Pårørende som nøglepersoner

Intensive Interaction er ikke kun relevant for fagpersoner. Ditte arbejder også med hjemmetræning og vejledning af pårørende.

”De pårørende er de vigtigste mennesker i borgernes liv. Jeg oplever ofte, at forældre ved meget mere om deres barns kommunikation, end fagpersoner gør,” siger hun.

Hun fortæller om en beboer, der altid fik hjælp til at spise, fordi han ikke kunne bruge sine arme. Ved at sætte tempoet ned opdagede en medarbejder, hvordan beboeren med blikket viste, hvordan han gerne ville spise.

”Da faren så videoen, sagde han: ‘Det der – det er han flasket op med.’ Det viser bare, hvor meget viden der allerede findes, hvis vi tør lytte.”

Et håb om mere mod

For Ditte Rose Andersen handler Intensive Interaction i sidste ende om at ændre syn på, hvem der kan have indflydelse på eget liv.

”Jeg håber, at flere får øjnene op for, at selvbestemmelse ikke kræver sprog eller store valg. Det kan begynde med noget så enkelt som at blive taget alvorligt i det, man allerede udtrykker,” siger hun.

Håbet er, at Intensive Interaction ikke

For nogle kan det føles utrygt ikke at udfylde tavsheden. Man kan være bange for ikke at gøre nok. Men ofte opdager man først med tiden, hvor meget der faktisk sker i den stille, afventende kontakt.

bliver et særligt projekt, men en integreret del af hverdagen i botilbud og dagtilbud.

”Hvis vi tør give lidt slip på kontrollen og på idéen om, at vi altid skal nå noget bestemt, så sker der ofte noget andet. Og meget ofte noget, der giver borgeren langt mere indflydelse, end vi troede var muligt.”





3 GODE RÅD:

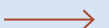
Sådan kan du arbejde med Intensive Interaction derhjemme

AF PSYKOLOG DITTE ROSE ANDERSEN, PSYKOLOG, KONSULENT OG UNDERVISER,
INTENSIVE INTERACTION DANMARK | FOTO: ULLA ROSE ANDERSEN

Selv- og medbestemmelse begynder med indflydelse. Når et menneske oplever, at verden kan rumme og svare på det, man udtrykker – også uden ord – skabes tryghed, mening og lyst til kontakt.

For mennesker med omfattende udviklingshandicap – dit barn eller den voksne, du er tæt på – er adgangen til indflydelse ofte begrænset. Men der er meget, man som pårørende selv kan gøre i hverdagen.

Her er tre grundlæggende råd fra Intensive Interaction, som kan bruges både med børn og voksne.



1

Giv plads til egne initiativer

Afsæt tid til samvær, hvor dit barn (eller søskende, barnebarn mv.) selv leder. Sæt dig ned. Hav god tid. Ret din udelte opmærksomhed mod dit barn med et åbent ansigt og en afslappet krop.

Lad dit barn tage initiativet – også når det er meget småt. Det kan være et blik, en lyd, en bevægelse, en vejtrækning eller et smil.

Din vigtigste opgave er at lægge mærke til det, der allerede er der, og tage det alvorligt.

2

Svar – uden at overtage

Når du ser eller hører noget, så svar på det. Ikke ved at styre, forklare eller foreslå noget nyt, men ved at svare på dit barns eget udtryk. Det kan for eksempel være ved:

- at gentage en lyd i lavere intensitet
- at følge dit barns blik
- at svare på en berøring eller et smil
- at gentage en bevægelse

Prøv at holde din egen trang til at "fylde ud" lidt tilbage. Stilhed kan føles utryk, men ofte er det netop her, dit barns eget udtryk får plads.

3

Følg flowet – og lad det være nok

Lad være med at drive samspillet frem mod et mål. Følg i stedet det naturlige flow i kontakten. Når dit barn oplever, at dets måde at kommunikere på bliver set som meningsfuld, styrker det følelsen af tryghed, selvtillid og lyst til at være i kontakt.

Kommunikation er i sig selv en måde at få indflydelse på. Når man bliver mødt, hørt og forstået, begynder der også at ske konkrete ændringer i hverdagen.



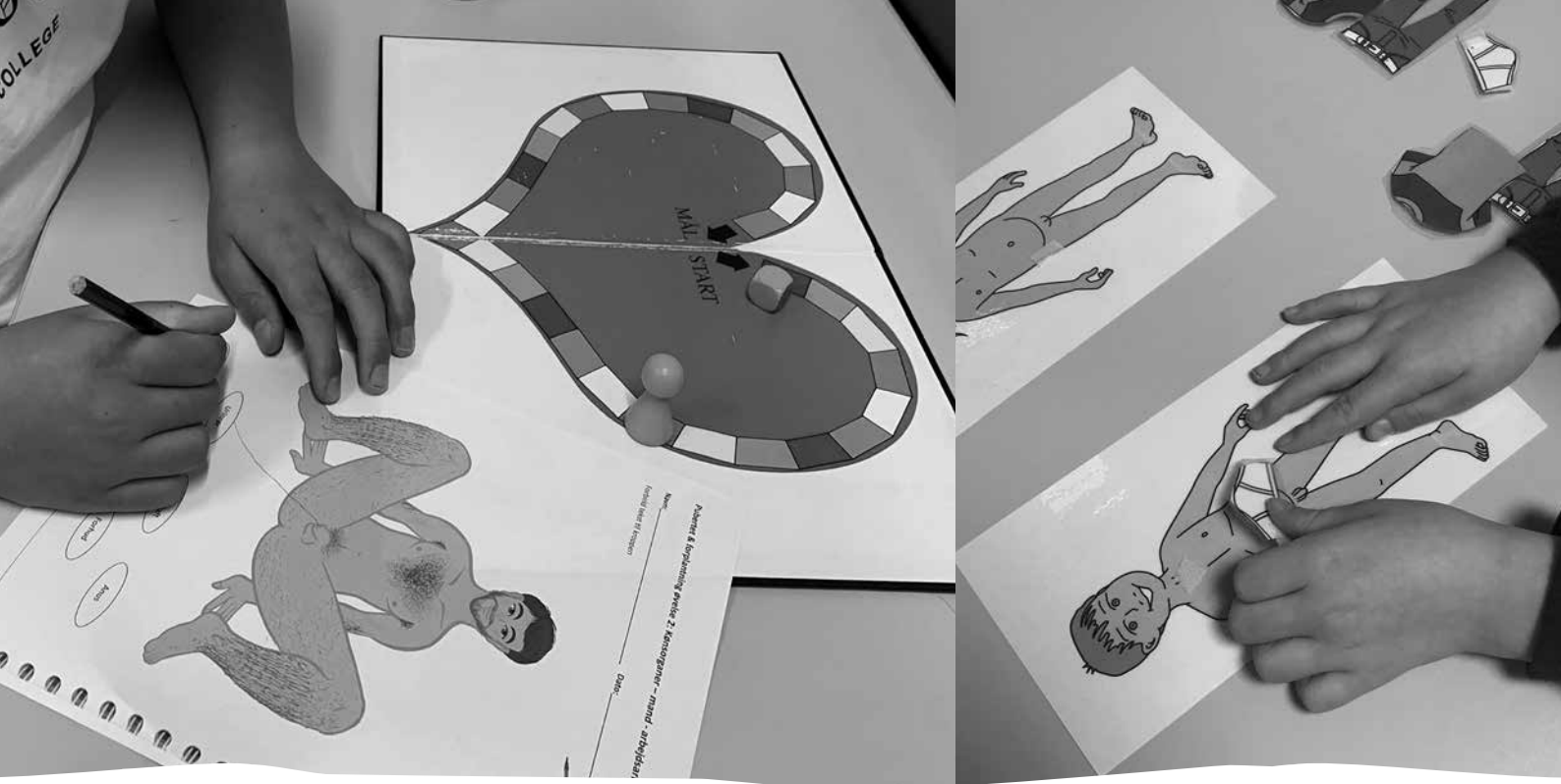
Når bedre kommunikation flytter hverdagen

Når du bliver bedre til at lytte, lærer du også mere om, hvad der faktisk er vigtigt for dit barn. Det kan få betydning for valg, prioriteringer og pædagogik – både derhjemme og i bo- og aktivitetstilbud.

Det kan blive tydeligt, at bestemte opgaver ikke giver mening, mens noget helt andet betyder meget. At dit barn har brug for mere ro, mere kontakt, mere gentagelse – eller mere frihed. Jo bedre kommunikationen er, jo svære er det at overse disse tydelige udtryk.

Derfor er mit sidste råd til pårørende: Insister på, at det, dit barn udtrykker – med eller uden ord – bliver taget alvorligt som meningsfuld og "klar tale", ikke blot som tolkning.

Og spørg gerne fagpersoner og sagsbehandlere, hvordan der i hverdagen gives plads til den nødvendige kommunikation, som ikke er styret af mål og skemaer, men af relation, nærvær og det enkelte menneskes behov.



Seksualitet uden tabu

– et åbent blik på unge med udviklingshandicap

AF ARNE DITLEVSEN | FOTOS: PRIVAT

Hvordan taler vi om krop, grænser og glæde? Seksualvejlederen giver konkrete råd – og ro i maven

Seksualitet for børn og unge med udviklingshandicap er stadig tabubelagt og svært at håndtere for mange forældre. For seksualvejleder Josephine Egestorp handler det i høj grad om at nedbryde tabuet og tale åbent, ærligt og konkret om seksualitet og udviklingshandicap.

I sit arbejde rundt i landet – blandt andet på skoler og botilbud – møder hun både unge, forældre og fagpersoner, som mangler viden og tryghed på området. Her deler

hun sine erfaringer og giver konkrete råd til, hvordan man bedst muligt kan støtte unge med udviklingshandicap i forhold til krop, grænser og relationer.

Hvad oplever du som seksualvejleder er de mest almindelige udfordringer for unge med udviklingshandicap, når det gælder krop, seksualitet og relationer?

”De største udfordringer handler om grænser, social forståelse og kropslig selvregulering. Mange har svært ved at tyde, hvad der er passende – for eksempel onani på uhensigtsmæssige steder – fordi de mangler konkrete anvisninger. Jo lavere kognitivt funktionsniveau, desto sværere er det at forstå sociale normer. Det er vigtigt at møde dem, hvor de er, og give klare, visuelle retningslinjer.”

Hvorfor er det vigtigt at tale åbent om seksualitet – også når det føles svært for forældrene?

”Fordi seksualitet er en del af livskvaliteten. Vi kan ikke forvente, at de lærer det selv. Børn og unge med udviklingshandicap har samme ret til kropslig nysgerrighed, intimitet og privatliv som alle andre, men de har ofte brug for mere konkret og tilpasset støtte. Det handler ikke kun om grænser og bekymringer, men også om glæde, tryghed og livskvalitet – og om at give dem redskaber til at forstå deres krop og deres rettigheder.”

Hvilke bekymringer møder du typisk hos forældre?

”Mange forældre er bekymrede for grænseoverskridelser, og det er helt forståeligt. Derfor er det vigtigt at arbejde forebyggende.”



"Når man sætter ord på, at vi ofte frygter det, vi ikke forstår, oplever jeg, at det åbner for dialog."

de ved at støtte børn og unge i at lære både deres egne og andres grænser at kende. Det handler om at kunne mærke ubehag, vise eller sige fra – men også om at kunne aflæse, når andre ikke ønsker berøring eller kontakt. Når børn og unge får konkrete og tilpassede redskaber til det, styrker det både deres tryghed og deres sociale forståelse, og det bør man begynde med tidligt. Det vil jeg på det kraftigste opfordre til."

"Mange forældres bekymringer udspringer af usikkerhed og manglende viden. Når man sætter ord på, at vi ofte frygter det, vi ikke forstår, oplever jeg, at det åbner for dialog og gør, at forældre føler sig set og hørt – frem for forkerte eller skyldige. Det er en grundtanke, jeg arbejder meget ud fra, fordi den skaber et bedre udgangspunkt for viden og forebyggelse."

Hvordan kan forældre støtte deres unge bedst muligt i at forstå egen krop, grænser og rettigheder?

"Begynd tidligt og konkret: Lær dem kropsdele ved at pege og navngive ('Her er din mave'), brug hverdagsøvelser som mad

('Du kan lide pomfritter, men ikke grønne æbler – sådan er det også med krop og berøring'). Respektér deres grænser – hvis de ikke vil kramme, så find andre måder at vise kærlighed på. Det handler om at skabe tryghed og forståelse for, at alle har ret til at sige nej."

Hvordan taler man om grænser og samtykke uden at skræmme?

"Forklar – på det niveau barnet lærer bedst – at kroppen er privat, og at nogle handlinger hører til på værelset. Det kan være gennem visuelle redskaber, konkrete handlinger eller sociale historier. Det handler ikke om at skræmme, men om at give tryghed og kontrol over egen krop."

I forhold til livet på sociale medier – hvordan kan man hjælpe de unge til sikker online adfærd uden at overvåge dem?

"Jeg vejledte blandt andet en kvinde med Downs syndrom, der havde en offentlig Instagram-profil, og som troede, at kendte skuespillere fulgte hende. En del af vejledningen handlede om at forklare, at der findes falske profiler – formidlet på en måde, der var tilpasset hendes kognitive behov. Jeg foreslog hende samtidig, at det kunne være en god idé kun at have venner og familie som følgere, og jeg hjalp hende med at gøre profilen privat. Det handler om at guide de unge, samtidig med at man respekterer deres ret til privatliv."



Om Josephine Egestorp

Josephine Egestorp er uddannet seksualvejleder med speciale i handicapsexologi og er oprindeligt specialpædagog med en professionsbachelor om mennesker med udviklingshandicap og seksualitet.

Hun har i over ti år arbejdet med seksualvejledning for mennesker med handicap – med særligt fokus på børn og unge med udviklingshandicap. Josephine yder som VISO-specialist specialiseret rådgivning i komplekse sager om seksualitet og børn, unge og voksne med handicap.

I 2024 deltog Josephine i Lev-podcasten "Når dit barn bliver til et ungt menneske", hvor hun giver råd til forældre, der ønsker at være bedre forberedt, når deres barn med udviklingshandicap når puberteten. For seksualitet og kognitiv udvikling følges ikke altid ad. Podcasten kan høres på lev.dk.



Følg Josephine på SoMe:
Instagram: Autismeseksualitet
Facebook: Seksualvejledning v/ Josephine Egestorp.

AF ARNE DITLEVSEN |

4

GODE RÅD

TIL EN SJOV FORÅRS'JAGT' PÅ BLOMSTER OG FUGLE

En nem og hyggelig aktivitet for hele familien
– også når vejret ikke er perfekt

SÅDAN GØR I:

1

Lav en simpel checkliste

Skriv eller print en liste med typiske forårsblomster (for eksempel erantis, krokus, vintergæk) eller fugle (for eksempel solsort, musvit, bogfinke). Tjek af, når I finder dem. I kan finde billeder af blomster og fugle på naturstyrelsen.dk eller i en simpel søgning på Google.

2

Tag på tur i lokalområdet

Besøg en park, skov eller endda jeres egen have. Brug en kikkert eller et forstørrelsesglas for at gøre det sjovt for alle. Husk at tage hensyn til, at nogle stier kan være ujævne – vælg ruter, der passer til jeres behov.

3

Gør det til en tradition

Tag et foto af jeres fund og saml dem i en lille bog, på en opslagstavle derhjemme eller i en digital mappe på telefonen. Det kan blive en hyggelig måde at følge forårets fremgang på.

4

Bonus – hygge til turen

Pak en termokande med varm kakao, te eller suppe. Det varmer både kroppen og humøret og gør turen ekstra hyggelig.



A photograph of two young children in a forest. In the foreground, a girl with long brown hair, wearing a grey jacket and blue jeans, is crouching and reaching out towards small purple flowers on the ground. Behind her, a boy with short blonde hair, wearing a dark blue sweater, is also looking down at the flowers. The ground is covered with dry brown leaves and small green plants with purple flowers. The background is a soft-focus forest with trees and foliage.

Foråret er
på vej, og selv små
udflugter kan blive
store oplevelser. Del
gerne jeres fund med os
i Lev på vores Facebook-
side. Vi glæder os til at
se, hvad I finder!



Vi er *Lev*



Lev er et stærkt fællesskab.
Lev betyder også: Lev livet!

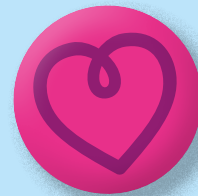
Lev mener noget og
gør noget.



Vi står sammen i Lev.
Vi er der for hinanden.



Der sker noget nyt



Lev får nyt logo, et stempel og flere farver.

Farverne gør os synlige. Stemplet fortæller vores historie. Logoet viser, hvem vi er.

LOGO

STEMPEL



HANDI FORSIKRINGSSERVICE HEDDER NU:

FARVER



KLAPJOB HEDDER NU:

Lev handler om mennesker

Vores logo er håndtegnet og ligner en underskrift. Det viser, at Lev er mennesker – mennesker med meninger og handlekraft.

Job og forsikring er også med

Handi Forsikringsservice hedder nu Lev Forsikringsservice. Klapjob hedder nu Lev Job. De er en del af Lev, og derfor deler vi nu logo og navn.

Vær med til at skabe det nye Lev

Sammen skal vi nu bruge det nye logo, stemplet og de mange farver. Det kan bruges på balloner og tøj i flotte farver. Vores magasin og hjemmeside bliver frisket op. Og meget mere...



AF THOMAS GRUBER,
POLITISK KONSULENT I LEV

Check løser ikke voksende fattigdomsproblem

Stigende husleje og dyre kostpakker presser økonomien for mennesker med udviklingshandicap, der ikke kan vælge billigere løsninger. Derfor rækker en fødevarecheck ikke langt, når indkomsten er lav hele livet

I januar måned landede regeringen en politisk aftale med Enhedslisten og SF om en såkaldt fødevarecheck. Checken indebærer, at man samlet udbetaler 4,5 milliarder kr. til ”de grupper, som i særlig høj grad er hårdt ramt af højere fødevarepriser”. Der bliver tale om et engangsbeløb på 2.500 kr. til visse folkepensionister og andre ’ydelsesmodtagere’ (inklusive førtidspensionister). Hertil kommer, at visse børnefamilier modtager 5.000 kr. og studerende på SU får 1.000 kr.

Checken har fået en blandet modtagelse. En del betragter den som en kontant gave til vælgerne, her kort før vi skal til folketingsvalg. Men der har også været kritik af den måde, de 4,5 milliarder fordeles på. Herunder især, at dem med de absolut laveste indkomster modtager et relativt beskedent beløb, fordi eksempelvis familier i ’mellemindkomst-gruppen’ også skal have andel i checken.

Førtidspensionen sakker bagud

Fødevarechecken er naturligvis velkommen her og nu, og den vil helt sikkert lette lidt i en stram privatøkonomi i 2026. Men jeg havde også gerne set, at blandt andre voksne med udviklingshandicap havde fået en

noget højere kompensation for inflation og stigende fødevarepriser. Engangsbeløbet på de 2.500 kr. er langt fra tilstrækkeligt for en gruppe borgere, hvis indtægt ikke er steget på det seneste, fordi der er et efterslæb i reguleringen af overførselsindkomsterne, primært førtidspensionen.

Førtidspension hører ikke til blandt de laveste overførselsindkomster, eksempelvis i forhold til diverse kontanthjælpsydelse og folkepensionens grundbeløb. Men her er det afgørende at være opmærksom på, at førtidspension for langt de fleste med udviklingshandicap er den eneste indkomst, de har – og vel at mærke hele livet.

Enhver kan nok sætte sig ind i, at det gør en afgørende forskel, om man modtager en lav indkomst/overførsel i en kortere periode – enten som følge af arbejdsløshed, studieaktivitet, eller fordi man bliver folkepensionist i de sidste år af tilværelsen – eller om indkomsten er lav hele ens voksentilværelse.

Huslejen æder en stor del af indkomsten

Voksne med udviklingshandicap befinder sig desuden i en helt særlig situation sammenlignet med mange andre med lav indtægt.



De har nemlig ofte uforholdsmæssigt høje udgifter, og disse høje udgifter er i mange tilfælde en konsekvens af deres handicap.

Den klart største udgift for mange med udviklingshandicap er deres husleje. Og her er der over de seneste årtier sket en markant udvikling, hvor en stadigt større andel har fået en bolig i nybyggede botilbud opført efter almenboligloven.

Det har for mange betydet bedre og mere moderne boliger, men det har samtidigt medført store stigninger i den månedlige husleje. Stadigt flere oplever, at boligudgifterne udgør en meget stor andel af de månedlige udgifter. Og alt tyder på, at den udvikling vil fortsætte de kommende år.

Kostpakker presser økonomien yderligere

En anden væsentlig komponent i de stramme budgetter er de såkaldte 'fuld kost' kostpakker (madservice). Her opkræver kommunerne typisk lovgivningens maksimumsbetrag, hvilket er over 4.200 kr. om måneden (2025 niveau). En kæmpe belastning i en stram økonomi, fordi man i disse kostpakker – foruden råvarer – også betaler en andel af kommunens lønomkostninger til fremstilling af maden.

Når rådighedsbeløbet er omkring 1.000 kroner

Levs rådgivning får ugentligt henvendelser fra frustrerede pårørende, der fremviser budgetter for deres søn eller datter med udviklingshandicap, hvor det månedlige rådighedsbeløb er i omegnen af 1.000 kr. Det vil sige, når de helt basale udgifter til husleje, forsikring, tøj, specialtandpleje, medicin – og ja, kostpakker – er betalt. Det levner ikke mange muligheder for fornøjelser, fritidsinteresser eller en årlig ferie.

En stor del af de høje udgifter er en konsekvens af at have et udviklingshandicap. Det gælder huslejen i de almene botilbud, og det gør sig i høj grad også gældende i forhold til kostpakkerne.

Og modsat mange andre med en lav indkomst har flertallet af mennesker med udviklingshandicap ingen mulighed for at nedbringe udgifterne. De kan ikke 'bare' vælge en anden og billigere bolig. Lejligheden i et botilbud er ofte forudsætningen for, at de kan få den nødvendige hjælp. Og de kan i mange tilfælde heller ikke 'bare' vælge en billigere kost. Kostpakken fastlægger prisen, og det er jo en 'pakke', de modtager, fordi de ikke selv er i stand til lave mad.

Der er brug for varige løsninger – ikke engangschecks

En fødevarecheck er naturligvis velkommen. Også selvom den er midlertidig og af relativt beskeden størrelse. Men en check løser på ingen måde de helt grundlæggende og stigende udfordringer med at få enderne til at mødes i privatøkonomien.

Når checken er brugt, står vi stadig tilbage med et stigende og mere strukturelt problem, hvor mange lever i noget, der ligner livslang fattigdom i væsentligt omfang på grund af ekstra udgifter, som skyldes deres handicap. Det kalder på en mere varig løsning, som regering og Folketing bør tage ansvar for.

Et første skridt i den retning kunne være at fjerne betalingen for kommunens lønomkostninger til fremstilling af mad i de tidligere nævnte kostpakker. Det er en urimelig betaling, der rammer mennesker, som ikke selv kan lave mad. I den seneste finanslov brystede regeringen sig med, at den sænkede loftet for egenbetaling for madservice. Desværre omfattede dette loft lige præcis ikke borgere i botilbud (eller på plejehjem) med fuld kost pakker. Deres betaling er uændret og vil stige over de kommende år.

Huslejeniveauet i botilbud i de almene boliger bør ligeledes reguleres mere, end det sker i dag, så niveauet i højere grad afspejler, hvad andre – uden handicap – betaler for deres bolig.

Når checken er brugt, står vi stadig tilbage med et stigende og mere strukturelt problem, hvor mange lever i noget, der ligner livslang fattigdom.

*Thomas Gruber,
politisk konsulent i Lev*



Mange voksne med udviklingshandicap har få penge hver måned.

En fødevarecheck på 2.500 kroner hjælper kun i kort tid.

Husleje og mad koster meget.

Nogle har kun omkring 1.000 kroner tilbage om måneden.

Der er brug for faste løsninger, ikke engangshjælp.



SPØRGS-
MÅL

SVAR

AF CECILIE DAMGAARD STAUR, LEVS RÅDGIVNING,
OG PERNILLE BLOMBERG LUND, HANDI FORSIKRINGSSERVICE

"Kommunen skal tilbyde fodpleje, hvis der er tale om hjælp til almindelig fodpleje og ikke egentlig behandling."

Hvornår kan man få tilskud til fodpleje?

Kære rådgivning

Vores voksne datter bor på botilbud og har ligesom mange andre en stram økonomi.

Botilbuddet har fortalt os, at de ikke kan klippe hendes negle. Skal hun bruge penge på en fodplejer, eller er der mulighed for, at hun kan få tilskud til fodpleje fra kommunen?

Med venlig hilsen
Malene og Jens

Kære Malene og Jens

Tak for jeres spørgsmål. Klipping af negle er en ydelse, som kommunen skal visitere til efter bestemmelsen om personlig hjælp og pleje i servicelovens § 83.

Det følger af servicelovens § 83, at kommunen blandt andet skal tilbyde personlig hjælp og pleje til personer, som på grund af midlertidigt eller varigt nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer ikke selv kan udføre disse opgaver.

I Ankestyrelsens principafgørelse 33-16 fremgår det, at kommunen skal tilbyde fodpleje, hvis der er tale om hjælp til almindelig fodpleje og ikke egentlig behandling. Ankestyrelsen skelner mellem *pleje* og *behandling*, og skriver i principafgørelsen, at almindelig fodpleje blandt andet kan omfatte klipping af negle og at få fødderne indsmurt i creme.

Jeres datter skal søge om denne ydelse hos kommunen og bede om en skriftlig afgørelse.

Med venlig hilsen
Cecilie Damgaard Staur



Daniels indboforsikring dækker også skiferien

Hej Handi Forsikringsservice

Vores søn Daniel skal på skiferie til Sverige sammen med sit bosted. Vi vil gerne vide, hvordan han er forsikret på rejsen, hvis han skulle komme til skade på turen.

Derudover vil vi gerne høre, hvordan han er dækket, hvis han bliver syg inden afrejse og ikke kan deltage i rejsen.

Vi ved, at han har en indboforsikring hos jer. Er der noget ekstra vi skal tegne for at sikre ham bedst muligt?

Med venlig hilsen
Morten og Louise

Kære Morten og Louise

Tak for jeres spørgsmål.

Daniel har en indboforsikring hos os. I denne forsikring er der gratis inkluderet en rejseforsikring med verdensdækning.

Det betyder, at han er dækket for udgifter i forbindelse med:

- lægebehandling og hospitalsindlæggelse
- tilskadekomst på rejsen

- hjemtransport, hvis hjemrejse bliver nødvendig

Der er desuden dækning for sygeledsagelse samt tilkaldelse af pårørende ved alvorlig tilskadekomst, ligesom der kan ydes kompensation for de dage, hvor han er dokumenteret syg på rejsen.

Forsikringen dækker også skader opstået i forbindelse med skiferie. Hvis Daniel for eksempel falder og brækker armen, kan han få udbetalt mindst kr. 15.000. Beløbet kan frit anvendes til eksempelvis fysioterapi eller anden behandling.

Han kan få tilsendt et rejseforsikringskort med alle relevante kontaktoplysninger.

Hvis Daniel bliver syg inden afrejse og derfor ikke kan gennemføre rejsen, kræver det, at der er tegnet en afbestillingsforsikring for at få refunderet rejsens pris. Denne dækning skal dog være oprettet senest samme dag, som rejsen bliver bestilt.

I forhold til jeres spørgsmål om ekstra dækninger anbefaler vi, at Daniel også tegner en Hændelsesforsikring.

Vi ønsker Daniel en rigtig god tur på skiene.

Med venlig hilsen
Pernille

Få hjælp hos Lev

Levs socialfaglige rådgivning, digital rådgivning, Pårørende-guiden og Levs bi-sidderordning - mulighederne er mange, hvis du har behov for hjælp.

Se mere på lev.dk.



"Hvis Daniel bliver
syg inden afrejse
og derfor ikke
kan gennemføre
rejsen, kræver det,
at der er tegnet
en afbestillings-
forsikring for at få
refunderet rejsens
pris."

Weekend for unge voksne søskendepar mellem 20 og 30 år

Fra 13.-15. marts holder Lev *Min søster – min bror-weekend* på Feriecenter Slettestrand for unge voksne søskendepar mellem 20 og 30 år, hvor den ene har et udviklingshandicap. Weekenden er fyldt op, men du/dine børn/dine venner kan nå at komme med, når vi igen holder *Min søster – min bror-weekend* fra 11.-14. september på Musholm ved Korsør.

Min søster – min bror er støttet af Den A.P. Møllerske Støttefond.



Læs mere og se de skønne film fra tidligere weekender på lev.dk.



Foto: Liv M. Kastrup.

Foredrag med Jacob Birkler til Kristelig Handicapforenings årsmøde

Kristelig Handicapforening holder årsmøde den 14. marts i Vejle.

Alle er velkomne til formiddagens generalforsamling. Hvis man først kan være med efter frokost, kan man opleve Jacob Birkler, der er filosof med speciale i etik og tidligere formand for Etisk Råd. Han holder et foredrag om etik, handicap og omsorg.

Læs mere på Lev.dk.



VEJLE

RUNDT I LANDET



Systemstress og moralsk stress

– mød Dorthe Birkmose og Karin B. Nissen i Horsens

Socialrådgiver Karin B. Nissen har skrevet bogen "Systemstress", fordi hun møder borgere og pårørende, der slides i stykker af deres møde med systemet. Psykolog Dorthe Birkmose har skrevet bogen "Moralsk stress", fordi hun ser medarbejdere og ledere blive slidt i stykker af dårlig samvittighed, fordi de forhindres i at udføre deres arbejde.

Systemstress og moralsk stress er to sider af samme sag – og det slider alle involverede op. Så længe det sker, får vi ikke bekæmpet de reelle problemer.

Lev Horsens inviterer til en aften, hvor du kan være med til at drøfte de fælles problemer - for at finde nogle fælles løsninger.

Det foregår i HåndværkerForeningen, Allegade 16A, 8700 Horsens den 24. marts kl. 17.30.

HELSINGØR



Forårsfest med (Ø)SKUM i Helsingør

Den 28. maj kl. 19.00-22.00 er der forårsfest på SKUM Ølbar, Svingelporten, i Helsingør – arrangeret af Lev Helsingør. Alle er velkomne – også fra andre kredse.

Det bliver en aften med musik, fest og hygge. Entreprisen er 50 kr. Handicapledsagere gratis. Der er ingen tilmelding, man møder bare op.

Repræsentantskabsmøde i Lev **2026**

**Levs ordinære repræsentantskabsmøde afholdes lørdag
den 7. november kl. 13.00 til søndag den 8. november 2026.**

**Mødet finder sted på Comwell Middelfart,
Karensmindevej 3, 5500 Middelfart**

Dagsorden:

- A.** Valg af dirigent og stemmeudvalg.
- B.** Godkendelse af fremmødte repræsentanter og afgivne fuldmagter.
- C.** Drøftelse af Hovedbestyrelsens udsendte beretning.
- D.** Forelæggelse af status over den økonomiske udvikling de forgangne to år, seneste regnskab til orientering samt en redegørelse for den forventede økonomiske udvikling for den kommende periode.
- E.** Fastlæggelse af medlemskontingent for de førstkommende to år.
- F.** Fastlæggelse af tilskud til kredsene for de førstkommende to år.
- G.** Drøftelse af eventuelle forslag fra Hovedbestyrelsen, kredsene, foreningerne og medlemmer af repræsentantskabet.
- H.** Fastlæggelse af vision for Levs virke de kommende to år.
- I.** Valg hvert fjerde år fra 2020 af landsformand for de førstkommende fire år.
Valg hvert fjerde år fra 2022 af næstformand for de førstkommende fire år blandt medlemmerne af den nyvalgte Hovedbestyrelse. Såfremt næstformanden vælges blandt de hovedbestyrelsesmedlemmer, der har to år tilbage af deres valgperiode, og denne ikke vælges som hovedbestyrelsesmedlem ved det næstkommende repræsentantskabsmøde, vælges på dette repræsentantskabsmøde en ny næstformand for to år.
- J.** Præsentation af den nyvalgte hovedbestyrelse (jf. § 6 Stk. 11).
- K.** Valg af Levs statsautoriserede eller registrerede revisor fra 2020 for de førstkommende fire år og derefter hvert fjerde år.
- L.** Eventuelt

Tilmelding af delegerede skal ske senest den 10. oktober 2026.

Valg til Levs Hovedbestyrelse:

Valggruppe 1 – Hovedstaden

Den 9. september kl. 18.00

Levs sekretariat

Thistedgade 10, 1. tv. 2630 Taastrup

Valggruppe 2 – Sjælland

Den 14. september kl. 18.00

Levs sekretariat

Thistedgade 10, 1. tv. 2630 Taastrup

Valggruppe 3 – Syddanmark

Den 8. september kl. 18.00

Kolding Uddannelses Center

Ågade 27, 6000 Kolding

Valggruppe 4 – Midtjylland

Den 16. september kl. 17.30

Pasteursvej 4, 8600 Silkeborg

Valggruppe 5 - Nordjylland

Den 10. september kl. 17.00

Skovsgård Hotel, Hovedgaden 26,

9460 Brovst

Valggruppe 6 – Tilsluttede foreninger

Lørdag d. 7. november kl. 10.30

Comwell Middelfart

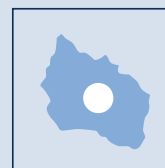
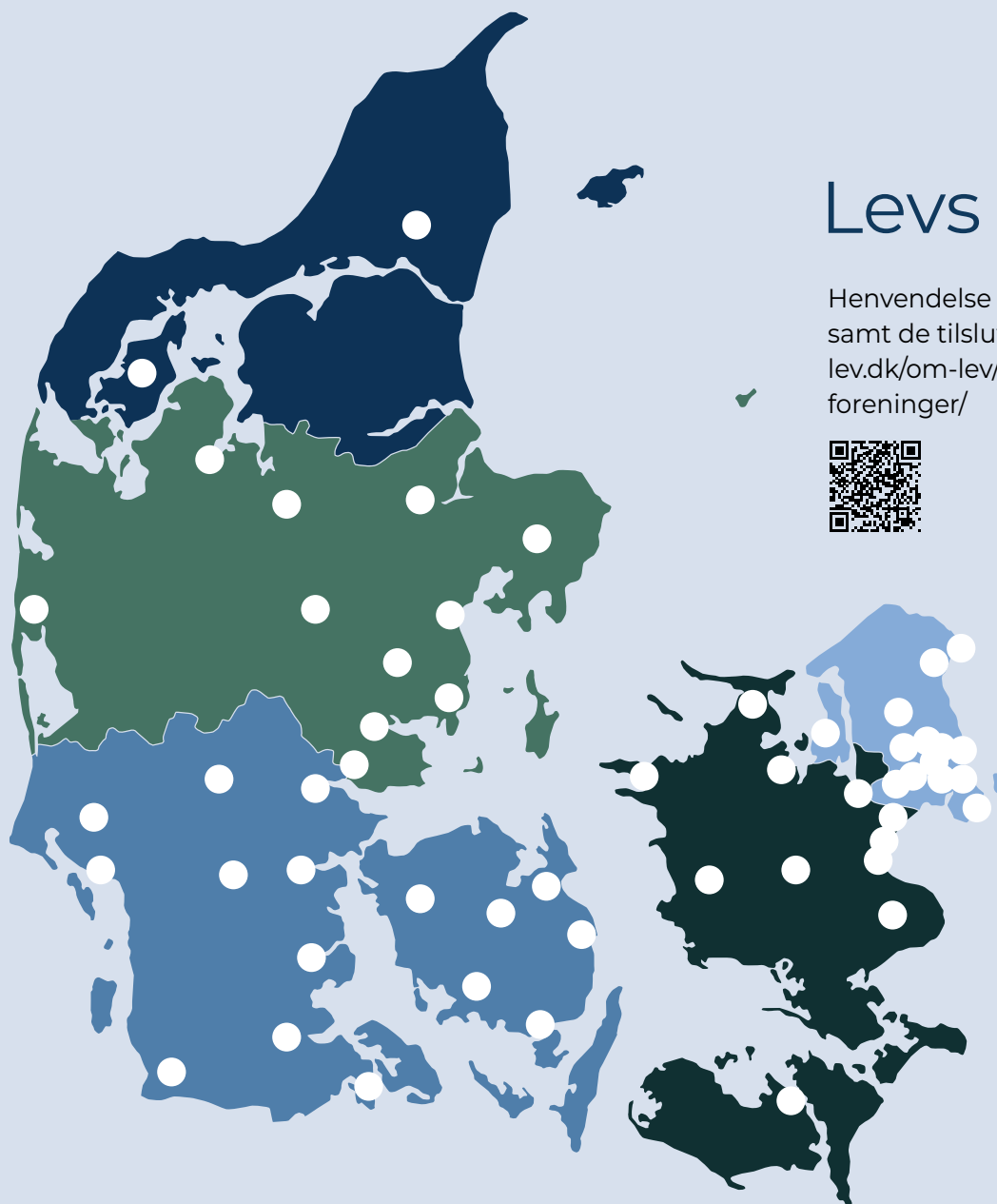
Karensmindevej 3, 5500 Middelfart

Forslag til kandidater til Hovedbestyrelsen for valggrupperne 1-5 samt valggruppe 6 skal være Lev skriftligt i hænde senest d. 15. august 2026.

Forslag til kandidater til Næstformand skal være Lev skriftligt i hænde senest 26. september 2026.

Levs kredse

Henvendelse til de lokale kredse
samt de tilsluttede foreninger:
lev.dk/om-lev/levs-kredse-og-foreninger/



Lev Magasinet
Nr. 1 · 2026
ISSN: 2794-2813
ISSN: 2794-2821 (online)

Udgiver

Lev
Thistedgade 10, 1. tv.
2630 Taastrup

Tlf. 3635 9696
Mail: lev@lev.dk
Web: www.lev.dk

Kontor og telefontid

Mandag til torsdag:
9.00-12.00
Fredag: Lukket

Landsformand
Anni Sørensen

Redaktion

Ansvarshavende:
Anni Sørensen
Redaktør:
Arne Ditlevsen
Henvendelser til
redaktionen:
redaktion@lev.dk

Næste nummer
udkommer: Ultimo
april 2026

Forsidefoto

Anita Graversen

Layout og tryk

Synergi
Design · Digital · Web

Oplag: 6.450 stk.

Annoncesalg

Frontmedia
Kontakt medie-
konsulent Jan Byskou
på tlf. 2276 7081 eller
jan@frontmedia.dk.

Line Natascha Larsen valgt som ny næstformand i Lev

Lev har fået ny næstformand. Line Natascha Larsen blev valgt til posten på hovedbestyrelsesmødet i slutningen af januar. Line er mor til August på 15 år med Downs syndrom og Bertram på 12 år. Hun bor i Humlebæk med sin familie.

Line har været medlem af Levs hovedbestyrelse i lidt over tre år og har i den periode været aktiv i flere centrale udvalg, herunder forretningsorden, repræsentantskab, retssikkerhed og arveområdet. Hun har desuden et mangeårigt engagement i Lev og beslægtede organisationer.

Line er uddannet psykolog med ph.d. og arbejder i Dansk Psykolog Forening med politisk interessevaretagelse, medlemsind-

dragelse og organisationsudvikling. Hun er desuden formand for Landsforeningen Downs Syndrom og aktiv i Lev-kredsen i Fredensborg-Rudersdal-Hørsholm.

Om sit fokus som næstformand siger Line: ”Jeg vil arbejde for at styrke foreningsdemokratiet og sammenhængskraften i Lev, understøtte det lokale engagement og bidrage til, at Lev fortsat er en tydelig, troværdig og vedholdende politisk stemme med reel indflydelse – i tæt samarbejde med medlemmer, kredse, sekretariat og hovedbestyrelse.”

Line afløser Gunnar Theis Hansen, der har trukket sig på grund af stort arbejdspress i sit civile job.



Hold din ferie i et af Levs sommerhuse

Var det noget med en hyggelig ferie på Falster eller i Vestjylland i naturskønne omgivelser?

Så overvej at booke et af Levs sommerhuse. Alle sommerhusene er specielt indrettede for mennesker med handicap.

MARIELYST, SYDFALSTER

– stor naturgrund i et attraktivt sommerhusområde.

LØNNE, VESTJYLLAND

– topmoderne sommerhus med adgang til stort badeland.

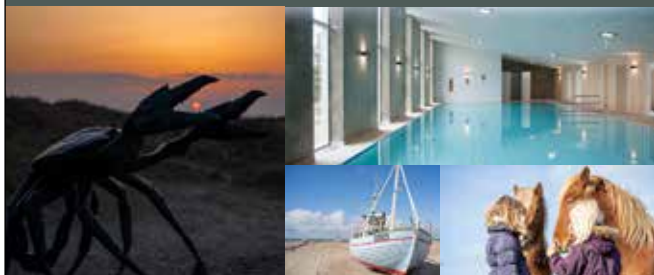


Læs mere om sommerhusene, og hvordan de bookes, på lev.dk



Ferie med Frihed ved Vesterhavet

- ✓ Handicapvenlige ferieboliger
- ✓ Restaurant med hjemmelavet mad
- ✓ Varmtvandsbassin og sauna med fuld tilgængelighed
- ✓ Handicapvenlig sti i Svinkløv plantage
- ✓ Tilgængelig strandsti helt ned til Vesterhavet



Se mere og book din
ferie i Slettestrand på



slettestrand.dk



Center for Socialpædagogik

Bo-Liv-Job

Vordingborg Kommune

Vi møder borgere med kognitive og psykiske udfordringer i øjenhøjde

Vores teoretiske udgangspunkt er neuropædagogik, som alle i organisationen arbejder ud fra - derfor tilbydes alle borgere i vores bo- og aktivitetstilbud en hverdag, hvor borgernes styrkeområder får plads, mens borgernes udfordringer kompenseres.

Vores tilbud er både for borgere i Vordingborg kommune og for borgere fra andre kommuner.

Center for Socialpædagogik - Bo-Liv-Job - Vordingborg Kommune

Industrivej 9 • 4780 Præstø • socialpaedagogik@vordingborg.dk

www.vordingborg.dk/socialpaedagogik

Telefon: 55 36 40 80



*Vi lærer at leve et
fedt ungdomsliv, gå
på arbejde, bo selv,
ses med venner og
lave det vi har lyst til
i vores fritid - og vi
søger nye bofæller og
venner.*



JOBKOLLEGIET

Skovbakkevej 51
8220 Brabrand
Tlf. 30 23 75 60

www.jobkollegiet.dk



Vi er unge med særlige behov, der bor i helt almindelige villaer i Brabrand og 8 nye lejligheder i Viby

"JEG SAVNER FÆLLESSKABER OG AKTIVITETER I MIN HVERDAG"

AF SELINA A. K. SLIDSBORG, KOMMUNIKATIONSPRAKTIKANT



Morten Larsen er 22 år og bor i Nykøbing Sjælland. Han har både ADHD og autisme. Til daglig bor han hjemme hos sine forældre, men skal snart flytte i egen lejlighed. Morten kan godt lide at fiske sammen med sin far. Naturen giver ham et frirum og hjælper ham med at få ro i hovedet.

Hvorfor blev du medlem af Lev?

"Jeg blev medlem, da jeg synes Lev gør et godt stykke arbejde for sådan nogle som os. Jeg savner fællesskaber og aktiviteter i min hverdag," siger Morten, der meldte sig ind i december 2025 og påpeger, at han vil bruge sit medlemskab til at finde lige netop det. "Det betyder meget at være sammen med mennesker, der forstår én."

Hvordan bruger du dit medlemskab?

"Jeg har ikke brugt mit medlemskab så meget endnu, men jeg vil gerne bruge det til at finde aktiviteter og informationer". Morten fortæller, at han har været til et "Årets fest"-arrangement, som var arrangeret af Lev og SIND – Landsforeningen for psykisk sundhed. "Det var en aften fyldt med musik fra Fede Finn & Funny Boyz og en masse dans."

Oplever du nogle udfordringer i hverdagen?

"Ja, hvis jeg har gået meget, bliver jeg hurtigt træt i leddene," siger han. Situationer med mange mennesker kan også være svære for Morten. "Når der er mange mennesker, bliver det ubehageligt, og så har jeg brug for at have en, jeg er tryk ved, med."

"Folk tager ikke altid hensyn, fordi de ikke ved, at jeg har et handicap," forklarer han. Derfor har han besluttet sig for at bruge en solsikkesnor (= usynligt handicap) - selvom det har krævet mod. "Jeg var bange for, hvad andre ville tænke, men jeg kender nogen, der bruger den, og de siger, at den hjælper."

Hvad kunne du godt tænke dig var anderledes på handicapområdet?

"Når man bor i en kommune, der brokker sig over, at man er for dyr, så kan man godt blive lidt ked af det og irriteret." Morten ønsker først og fremmest, at mennesker med handicap bliver set som borgere, der skaber værdi for samfundet. Han savner en større forståelse og et bedre syn på mennesket bag handicapet.

"Det betyder meget at være sammen med mennesker, der forstår én."

HILS PÅ ET AF LEVS MEDLEMMER

I hvert Lev Magasin fortæller et af Levs medlemmer om, hvorfor de er medlem af foreningen. Kender du en, du kunne tænke dig blev portrætteret, så skriv til os på redaktion@lev.dk