

Optimistøen

Nr.1 2023

Fællesspisning

Får alle med glæde af fællesskaber



Første gang, torsdag den 2. marts kl. 17.00 i Ahlmannsparkens Cafeteria, Morten Litter gir 5,- i rabat på hver øl/vand der bliver købt.

Billetter købes i Ahlmannsparken allerede nu.

Fællesspisningen vil være hver den første torsdag i måneden og vi tilstræber underholdning eller foredrag. Menu og underholdning opdateres løbende på opslagstavlen i Ahlmannsparken.

MENU
Gullash med kartoffelmos og salat
75,-

Billetterne sælges i Ahlmannsparkens cafeteria



Læs mere inde i bladet

KGGO nu for ALLE med glæde af fællesskaber

KGGO

Kørestolsbrugere og Gangbesværede i Gråsten og omegn.



Gråsten dit eget lille kongerige

Biler4Alle Open 2022

ParaDart



Foto: Christiane Petersen

Biler4Alle Open 2022 er nu overstået, og vindere af A, B og C medaljer er fundet.

Der var tilmeldt 9 spillere til Stævnet d. 03.09.2022 i Ahlmannsparken i Gråsten, hvor alle med et synligt eller usynligt handicap dystede om dagens medaljer, det blev igen en vældig hyggelig dag med deltagere fra Husum, (Tyskland), Vejle, Vejen og Gråsten.

I de tre puljer blev der spillet 48 sæt inden vi havde fundet spillerne til A, B og C grupperne.



Efter en lille pause på 30 minutter, hvilket blev modtaget med stor begejstring, i sådan en pause for alle, blev der udvekslet erfaringer, historier m.m.

En vigtigt ting så alt trods alt ikke drejer sig om kamp og point; o)

Nu var så kampene i gang om medaljer i de tre grupper A, B og C. 42 sæt blev det til her, ja endda et ekstra et fordi spillerne i gruppe B lige måtte ud i en ”sudden Dart” fordi alle have vundet over hinanden med samme sæt tal.; o)

Efter små 4 timer +det løse var nu dagens vindere fundet, ja der var faktisk 9 vindere da alle gik hjem med en medalje.

Tak til vores frivillige der gjorde dagen til endnu en af de ”Gemytlige”

Vi ses igen til Maj 2023. Hvor vi måske har fundet en sponsor så vi også (som andre) kan give en lille skilling for Guld, Sølv og Bronze,

Turneringen er planlagt og afviklet af Palle Petersen og Svend Schütt, begge fra KGGO og fra ParaDart Danmark.

Vinderne blev.

A

Karina Schrøder, Gråsten,
bronze

Kim Christensen, Gråsten,
sølv

Thorsten Nesse, Husum,
guld



B

Torben Sørensen,
Vejle, bronze

Pierre Petersen,
Vejle, sølv

Kim Nielsen,
Vejen, guld



C

Conny Pedersen, Gråsten, bronze
Günther Christiansen, Husum, sølv
Henning Callesen, Gråsten, guld



Indkaldelse til ekstraordinær generalforsamling



Dato. onsdag d. 19. okt. kl. 14.00 i idrætslokale 3 kælderen
Ahlmannsparken.

Dagsorden

- 1) Valg af ordstyrer
- 2) Valg af referent
- 3) Indkommende forslag
- 4) Eventuelt

Bestyrelsen foreslår en vedtægtsændring.

Med venlig hilsen
Bestyrelsen



Forslag til vedtægtsændringer 19.10.2022

Nuværende ordlyd:

§9. REGNSKAB, BUDGET OG KONTINGENT

stk. 1. Foreningens regnskabsår følger kalenderåret.

stk. 2. Kontingent fastsættes hvert år på generalforsamlingen, og betales 1. jan.

Netværk medlemskab årligt kr. 200

Familie medlemskab årligt kr. 300

Støtte medlemsskab årligt kr. 100 eller mere

Dart medlemskab årligt kr. 100

Forslag til ændring:

St. 2. Kontingent fastsættes hvert år på generalforsamlingen, og betales 1. januar

Kontingentbetaling giver mulighed for at deltage i alle foreningens aktiviteter med undtagelse af ældre i kørestol på indkøb

Begrundelse:

Ét kontingent er lettere at administrere for alle.

Vedtages ændringen, træder den i kraft med det samme og derfor foreslås følgende:

Nuværende ordlyd:

§3. BETINGELSER FOR MEDLEMSKAB

stk. 1.

Som medlem kan optages enkeltpersoner, som er helt eller delvist afhængig af et hjælpemiddel. Desuden kan optages gangbesværede samt andre, der støtter foreningens mål.

stk. 1.1 Hvis et medlem ønsker, at en ledsager er med til foreningens netværksmøder og arrangementer, selvom ledsageren ikke har et handicap, så er det ok. Dog skal medlemmet så betale familiemedlems-kontingent.

Forslag til ændring:

Stk. 1.1 slettes

Begrundelse:

Der findes ikke længere noget familie-kontingent.



Referat 19/10



1) Valg af ordstyrer

Svend blev enstemmig valgt som ordstyrer.

Ekstra ordinært generalforsamling er rettidigt varslet og der er 14 deltagere.

2) Valg af referent

Hanne blev enstemmigt valgt som referent.

3) Indkommende forslag

Generalforsamlingen vedtog begge vedtægtsændrings fåreslag

St. 2. Kontingent fastsættes hvert år på generalforsamlingen, og betales 1. januar

Kontingentbetaling giver mulighed for at deltage i alle foreningens aktiviteter med undtagelse af ældre i kørestol på indkøb



Begrundelse:

Ét kontingent er lettere at administrere for alle.

Vedtages ændringen, træder den i kraft med det samme.

4) Eventuelt

KGGO's protektor blev drøftet, men det blev henvist til et bestyrelsesmøde.

Alle kan med vedtægtsændringen blive medlem af KGGO.

Sms-liste til netværksmøde drøftes. Alle får sms hver anden torsdag om deltagelse i netværksmøde.

Med venlig hilsen

Referent

Hanne Frederiksen

KGGO siger tak



KGGO siger tak, tak til alle sponsorer for de flotte donationer, tak til alle frivillige, Nickolaj, Thorsten, Poul, Erling og Aage, for slid og slæb og mange kilometer på gulvet, og tak til Majbrit og Lotto



IEKIF for styringen af lottoafviklingen og brug af hallens faciliteter.

Resultatet af vores JuleLotto, som var planlagt til lørdag d.26. november 2022, overgår alles forventninger.

De flotte donerede gevinster er hver og én blevet vist i Facebook opslag på vores side. Folk fra nær og fjern har opmærksomt fulgt vores mange opslag og godt og vel 140 borgere deltog derfor til vores JuleLotto

Til et sådant arrangement er der jo også usynlige hjælpere, det er vores frivillige som indsamler gevinsterne, de skal da også have en tak, Stor tak skal lyde til KGGO's frivillige Tina, Jette, Karina, Frida og Lotte



Overskuddet er overraskende stort og det glæder os langt ind i hjertet, fordi overskuddet går ubeskåret til vores arrangement ”Juleaften for alle i Gråsten og omegn”, som jo finder sted d. 24.december med juletræ, julemad og julegaver

En stor tak skal også lyde til sponsorerne:

SuperBrugsen Gråsten

Gråsten Maleren

Teddys Salon'er

Salon Seemann

Salon SANNE

Rekametal

Quorp's Busser APS

Profil Optik Gråsten

Olde's Massage

Møblér med Hebru

Min Bolighandel Sønderborg & omegn

Led for Led kiropaktik

Kim Christensen og Conny Pedersen

JesKørelærer.dk – 52179308

Gråsten Apotek

Din Hørespecialist

BY Morten



BRUHNS

Blomstertorvet Gråsten

Restaurant Anker's

Ahlmannsparkens Cafeteria V/ Stolberg & Latter

2dreams

6 Gaver fra private sponsorer

På vegne af KGGO

Svend Schütt



Jul medhjertet i Gråsten 2022



Foto KGGO

fra venstre, Lone fra SuperBrugsen, Helle fra Menighedsrådet, Inge Margrethe fra SuperBrugsen, Inga fra Menighedsrådet, Svend fra KGGO

KGGO og Svend Schütt har stået klar med den nye julekane til indsamling af julehjælp 2022 i SuperBrugsen Gråsten fra torsdag d.8.december til lørdag d.10.december.

Der er doneret 1135kr direkte via MobilePay og kontanter og der var varer for en værdi af 2000kr. i køl og frostvarer, som brugsen



ombyttede til en tilgodeseddel. Dertil alle de varer, som ses på billedet. Det har været en god oplevelse, at rigtig mange stadig vælger at donere i disse tider. Mange tak. Menighedsrådet for Gråsten og Adsbøl Sogn fortæller, at der i år ikke vil være ansøgere til julehjælp, som bliver afvist.



Derfor er det med stor glæde, at KGGO og Svend Schütt igen, trods økonomisk krise, har indsamlet et pænt beløb, som i år doneres til Menighedsrådet Gråsten og Adsbøl Sogn. KGGO's julekane vil stå i SuperBrugsen Gråsten hele næste uge, så man stadig kan nå at donere. Der er stadig åbent for ansøgning til julehjælp ved Menighedsrådet for Gråsten og Adsbøl Sogn. KGGO og Svend Schütt vil hermed sende en stor tak for hjælpen til Lone fra SuperBrugsen, som har løbet i pendulfart med de mange køle- og frysevarer og pakket alle de indsamlede varer i kasser.



Vil du vide mere?
Har du spørgsmål, så ring til OK på 70 10 20 33

Bliv dagens helt for KGGO



Støt KGGO hver gang du tanker

Med et OK Benzinkort og OK's app kan du støtte lokalsporten, hver gang du tanker. Du kan også støtte med el og mobilpakker fra OK. Det koster dig ikke en øre ekstra, OK giver hele beløbet.

Kom godt i gang på ok.dk/lokalsporten

OK



Vi har nu endeligt, afsluttet Jul Med Hjertet 2022, den opmærksomme har nok opdaget at vi valgte at fortsætte til fredag ugen efter.

Det vil sige fra i søndags og til i dag fredag, har KGGOs Jule Kane stået ubemandet i Brugsen, ubemandet, det passer ikke helt, vi havde en aftale med Lone fra SuperBrugsen Gråsten, at hun hele tiden holdt øje med kanten, en stor tak skal lyde til Lone. I den periode er der kommet yderligere 11 kasser varer og kødvarer til en Værdi af 1500,- og MobilePay for 950,- og en kuvert med 100,-

Hvis vi lægger det hele sammen, sidste uge og denne uge, så bliver det 25 kasser, svarende til 8,5 indkøbsvogne fyldt med julevarer, kødvarer for 3500, og MobilePay 2135,-



I KGGO har vi fået nye Trøjer



Alle KGGO's medlemmer og frivillige nu fået tilbudt en Hoodie / Hættetrøje, dette er resultatet at en af rigtig mange ansøgninger som KGGO's dygtige fundraiser, Jette Kubiak-Schwarz har kreeret.

Jette kreerede og sendte en ansøgning til E.H. Rasmussens Fond, fonden og bestyrelsen er desværre nedlagt nu, men vi nåede at blive tilgodeset af bestyrelsen med nogle af fondens sidste penge, hvilket vi er rigtig glade for, da fonden er nedlagt kan vi ikke takke for at være blevet tilgodeset, men vi kan sende en stille tanke til skibsrederen, og det gør vi så.



15.000 kroner fra TrygFonden



På dette billede ses overrækkelsen af donationen, desværre så kom damen TrygFonden ikke, men pengene var gået ind på kontoen. Der var i august 2022, lagt op til det helt store comeback for Gråsten KørestolsRingridning, der, med foreningen KGGO i spidsen, genoptog den årlige tradition som vært for foreningens særegne bud på en festlighed i KørestolsRingridningens ånd.

Efter de seneste to års Corona-relaterede aflysninger af ventet var det med stor glæde, at foreningen KGGO kunne løfte sløret for en opgradering af det forestående arrangement og den er blevet muligt med en donation på 15.000 kroner fra TrygFonden.

“Det var igen ved hjælp af vores engagerede medlem Jette Kubiak-Schwartz, at vi fik donationen fra TrygFonden. Hun skrev



en ansøgning om starthjælp til at få Kørestols Ringridningsarrangementet på hjulene igen efter Corona-krisen, og det fik vi". Opgraderingen var et musiktelte hvor Steffan Grarups orkester underhold fra start til slut.

Juleaften for alle i Gråsten og omegn 2022



Den første der var på pletten var Klaus, det var ham der havde tilbudt at lave maden og så kom Jeppe som satte juletræet på fod, Juletræet som er doneret af familien Britt Bentzen.

Inden kl. var halv tre var hele staben af frivillige mødt ind, og havde forberedt det grove, selve op pyntningen skulle gæsterne jo være med til når de kom.

Så kom Quorp's Busser APS med nogle af gæsterne, alle var i feststemning, da først Juletræet var færdig pyntet så kom gæsterne også i feststemning, langsomt kom der hele tiden flere til, mens der blev sunget julesange, drukket kaffe og spist julesmåkager og konfekt.

Arrangøren havde glemt at pakke juleservietterne, så dem var Bente lige hjemme og hente.

Bordet var dækket, vi sad i det tilstødende lokale og sang, julesange, Anna, Monica, Knud A, Susanne og jeg, vi sad og hyggede med gæsterne, klokken nærmede sig 17, og så kom Signe også, hun havde tilbudt at hjælpe med servering.

Signe bor til dagligt i Aarhus, men holdt Jul i Egersund vår hun har sine rødder.

Knud P gik konstant rundt og tykkede, om han opholdt sig i stuen eller kom fra køkkenet, så tykkede han på et eller andet, dog holdt han munden i ro mens vi sang.

Nu kom den sidste gæst, og Knud P bad os sætte os til bordet, pludselig var der en livlig trafik mellem spisestuen og køkkenet, og spisestuen fyldtes med duften af flæsketeg, kalkun rødkål og alt det anden som var blevet tilberedt i køkkenet. Nu sad vi alle rundt om bordet og nød den lækre mad som Klaus havde tilberedt, Knud P tykkede stadig, men nu var det så ikke så i øjnefaldende.

Da vi kom til desserten, som jo var Klaus' hjemmelavede risalamande, ja så blev der igen meget stille, nu gjaldt det jo om at



få den mandel fundet, jeg havde stillet mandelgaven på det bord der var mest plads på, men nej sådan skulle det ikke være, Knud P hentede den fluks over til det bord han selv sad ved, og hvem fik så den mandel, det gjorde Monica, og hvor sad hun, hun sad da ved det andet bord, så nu fik Knud P så lov til at gå over med mandelgaven igen.

Pludselig spørger Susanne, skal vi slet ikke synge flere Julesange, nåå jo da, og sanghefterne blev fluks delt ud igen, Gine kunne som så mange gange tidligere, slet ikke vente til der var blevet valgt hvilken sang vi skulle synge, hun var længe begyndt, og vi fandt den sang hun havde valgt og sang så med, Gine var alderspræsidenten den aften, hun er over 90, og fuld af energi og historier fra en tid som de fleste af os slet ikke kender til.

Mens den sidste kaffe og julekonfekt blev nydt så blev der lige sagt Julegaver, nåå ja, dem skal vi da også have delt ud, i år havde jeg gjort mig mere umage med at købe personlige gaver, og fået hjælp fra forretningerne, jeg synes selv det er lykkedes mig meget godt, bortset fra en enkelt, men det husker jeg til næste år.

Nu var dagens program nået, og gæsterne begyndte at tage afsked, Fif kom med bussen og tog de sidste gæster med hjem, alle fik sædvanen tro, mad medhjem, så nogen havde pakket mens andre vaskede op og gjorde klar til kaffen.

Jeg vil hermed benytte lejligheden til at sige tak til Monica, Knud, Klaus, Anna, Signe, Susanne, Jeppe, Knud, og Bente for en fantastisk aften.

Tak til Morten fra Den Gamle Skomager, som donerede alle drikkevarerne og tak til Blomstertorvet som donerede blomster til bordpynt.

Da vi holdt et lille formøde ugen før Jul, aftalte vi at vi lige ville evaluere inden vi tog hjem, ja det blev så ikke lige til nogen den



aften, så vi må jo lige mødes igen, mens vi stadig kan huske hvad det skete, så vi kan få evalueret denne hyggelige aften.

REFERAT AF GENERALFORSAMLING 2022

Torsdag den 16. feb. 2023 kl. 16.00 i idrætslokale 3
Ahlmannsparken Gråsten. (i kælderen) REFERAT:

- . Valg af referent Hanne er valgt.
- . Valg af dirigent Frida er valgt.
- . Formandens beretning Mundlig

Tillæg til formandsberetningen på baggrund af bestyrelsesmøde d.d.

- *Vi har fået afslag på vores ansøgning til § 18 puljen –
vedrørende tilskud til Ældre i Kørestol på Indkøb2023.*

*Begrundelse: Vi har en formue på mere end 30.000 kr. som ikke er
hensat til målrettede aktiviteter i ansøgningsperioden, vi indstilles
ikke til et tilskud, da det skønnes, at vi vil kunne gennemføre de
ansøgte aktiviteter uden et § 18 tilskud.*

- *I samråd med Ahlmannsparkens Cafeteria, her jeg, på
opfordring flere steder fra, overvejet at opstarte
”Fællesspisning for alle med Glæde af fællesskaber” en
gang i måneden, med alle forstås også ikke medlemmer, på
den måde kunne der jo komme flere medlemmer. Jeg får
aftalt en god pris med Ahlmannsparkens Cafeteria, som så*



bliver egenbetalingen. Måske jeg kan finde lidt underholdning af og til.

- *Lige nu betaler KGGO for kaffe og kage, til Netværksmøde og til Dart.*
- *Jeg mener det er på sin plads at vi begynder at se os om efter en næstformand, der er jo ingen af os der lever for evigt, og jeg håber inderligt at foreningen KGGO kører videre når jeg en gang ikke er der mere.*

Beretningen og tillægget er godkendt

4.Regnskabsaflæggelse og fastsættelse af kontingent.

Regnskabet for 2022 fremlægges. Jf. bilag.

Der besluttet at vi holder fast i det hidtidige kontingent, på kr. 200,- årligt.

Regnskabet er godkendt

5.Behandling af indkomne forslag. Skal være bestyrelsen i hænde senest 2 uger før generalforsamlingen.

Ingen indkommende forslag.

6.Valg til Bestyrelsen. Bestyrelsesmedlem Henning Callesen ønsker ikke genvalg, Bestyrelsesmedlem Conny Pedersen ønsker genvalg.

Lotte Petersen er enstemmig valgt som bestyrelsesmedlem.

7.Valg af bestyrelsessuppleanter (vælges for et år) Birgit Odell Mathiesen ønsker genvalg, Maria Nebel ønsker ikke genvalg.

Margrethe Holm er enstemmigt valgt som suppleant.

8.Eventuelt.



Fællesspisning i Gråsten skal gi' fællesskab



"Fællesspisning for alle med glæde af fællesskaber"
Vil du hygge dig med andre til Fællesspisning i Gråsten?

KGGO vil gerne samle alle dem, der har lyst til at fællesskab til fællesspisning i Ahlmannsparken den første torsdag i hver måned.



”Første gang bliver, torsdag den 2. marts, klokken 17”, siger KGGO-formand Svend Schütt og han fortæller videre, at nogle af gangene vil der være underholdning.

Menuen den første gang er Gullasch med kartoffelmos og salat – maden tilberedes og serveres af Ulla Stolberg og Morten Latter og prisen er 75 kroner.

Torsdag den 6. april kl. 17.00 – Skærtorsdag

Dagens middag og derefter vil Asta Flyvholm Kjær fortælle nogle af hendes mange hundrede fortællinger på sønderjysk, lidt fællessang bliver der også plads til.

Torsdag 4. maj kl. 17.00

Dagens middag og derefter kommer Æ Als Knejte, som er en knallertklub, der har eksisteret siden 2017. Klubben tæller 40 medlemmer og sammenholdet er helt fantastisk. I december 2022 udgav klubben deres klubsang, ÆAK 17, og den røg direkte ind på 1. pladsen på Dansktoplisten på P5. Her har den ligget højt lige siden. Der vil komme nogle medlemmer og fortælle om klubben. Derudover vil de synge deres klubsang.

Torsdag 1. juni kl. 17.00

Dagens middag og derefter fortæller Søren Gülck om sin passion for fotografi.

”Menuen vil altid være Dagens Ret i Ahlmannsparkens Cafeteria”, siger KGGO-formanden.

”Vi har sagt ja til at sælge billetter til Fællesspisning og åbningstiderne er mandag til torsdag fra klokken 11:00 til klokken 13:00 og igen fra klokken 16 til klokken 21. fredag til søndag er det fra klokken 11:00 til klokken 13:00”, siger Ulla Stolberg fra Ahlmannsparkens Cafeteria.



KGGO ParaDart Klubmesterskab

2023



Hoved sponsor



Æ KØKKEN & SuperBrugsen Gråsten

Kampene spilles efter de i ParaDart Danmark opstillede regler.

Tid og sted: lørdag den 13. maj kl. 10.00

Dartlokalet i Ahlmannsparken Gråsten

Ahlefeldvej 4, 6300 Gråsten

Tilmeldingsfrist den
6. maj kl. 12.00

Tilmeldingsgebyret på 75 kr.
overføres på MobilePay
61714607 skriv Dart i
kommentarfældtet,
så er du tilmeldt.

A-B-C

Guld 200,-

Sølv 100,-

Bronze 50,-



Turneringsdommer Heinz Dahl



KGGO er med til

Royal Run 2023



29. maj 2023

Du er inviteret til Royal Run 2, pinsedag, når kronprinsen igen inviterer til folkefest i kondisko.

Tilmeld dig
ROYAL RUN

Installér din
ROYAL RUN
APP



**KGGO er naturligvis også med,
vi tager 1 Mile ruten, på hjul eller
gåben**

**Tilmeld dig hos Svend, mob. 61714607 eller
mail@kggo.nu**

Tilmeldingsgebyret er 185,-

Du kan også tilmelde dig hold KGGO vi går/kører med på One mile ruten, som er ca. 1,5 km.



KGGOs Fællesspisning i Gråsten kom godt fra start

Svend Schütt fra KGGO fortæller, at han er vildt overvældet over den store tilslutning der har været til den første Fællesspisning i Ahlmannsparkens Café – der var 29 deltagere

”Snakken gik på kryds og tværs af bordene og jeg fik det indtryk, at folk hyggede sig. Nogle kendte hinanden på forhånd, mens en del ikke kendte hinanden, før de mødtes i går, torsdag”, siger Svend Schütt til Optimisten og tilføjer:

”En stor tak skal lyde til Morten Latter og Ulla B. Midtgaard Stolberg for den lækre mad og god servering i hyggelige omgivelser”.

Asta Flyvholm Kjær deltog også og hun gav en lille forsmag på, hvad hun har med til næste fællesspisning – torsdag den 6. april kl. 17 – hvor hun vil underholde med nogle af sine flere hundreder historier på sønderjysk, og der vil være lidt fællessang hvor hun spiller på flygel – og det med at hun spiller på flygel, er forklaringen på, at den næste fællesspisning skal foregå i BHJ-Salen.

Torsdag 4. maj kl. 17.00 I BHJ Salen

Dagens middag og derefter kommer Æ Als Knejte, som er en knallertklub, der har eksisteret siden 2017. Klubben tæller 40 medlemmer og sammenholdet er helt fantastisk. I december 2022 udgav klubben deres klubsang, ÆAK 17, og den røg direkte ind på 1. pladsen på Dansktoplisten på P5. Her har den ligget højt lige siden. Der vil komme nogle medlemmer og fortælle om klubben. Derudover vil de synge deres klubsang.

Torsdag 1. juni kl. 17.00 I BHJ Salen

Dagens middag og derefter fortæller Søren Gülck om sin passion for fotografi.



KGGO fået nye Trøjer



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

KGGO

v/ Svend Schütt

Dyrkobbøl 141 E

mail@kggo.nu

Mob. 61714607

CVR-nummer: 35310185

AL Bank reg. 5397 Kontonr. 0243492

www.kggo.dk

KGGO

Kørestolsbrugere og Gangbesværede i Gråsten og omegn.

