

NR. 4 NOVEMBER 2025 37. ÅRGANG

Lev

- LIVET MED UDVIKLINGSHANDICAP

KØBENHAVNS KOMMUNEKREDS

- LIVET MED UDVIKLINGSHANDICAP

LEV Københavns Kommunekreds



BESTYRELSEN

Formand og landsbestyrelsesmedlem:
Steen Stavngaard
Betty Nansens Allé 33, 4. th., 2000 Frederiksberg
Tlf. 5066 6541 - E-mail: steen.stavngaard@gmail.com

Bestyrelsesmedlem, redaktør, kasserer og medlem af centerrådet:
Eva Gjøe, Højmosevej 10, 2400 København NV
Tlf. 2682 7933 - E-mail: eva.gjoe@gmail.com

Bestyrelsesmedlem:
Gitte Svarre Larsen, Holmbladsvænge 1, 1. th.,
2300 København S
Tlf. 2074 2763 - E-mail: louisemalene@webspeed.dk

Bestyrelsesmedlem, webmaster og medlem af Handicaprådet:
Per Jonasson, Panumsvej 21, 2500 Valby
E-mail: per@valby.eu

Bestyrelsesmedlem:
Inge Rose Larsen, Søndergårds Allé 17, st. tv., 2760 Måløv
E-mail: ingeroselarsen@gmail.com

Bestyrelsesmedlem og redaktør:
Charlotte Pepke, Vibekegade 8, st. th.,
2100 København Ø - E-mail: cpep@city.dk

Bestyrelsesmedlem:
Gert Thomsen, Listedvej 72, 2.tv., 2770 Kastrup
E-mail: gertthomsen57@gmail.com

Bestyrelsesmedlem:
Hanne Berner, Langkærvej 9B, 2720 Vanløse
E-mail: hanneberner9b@gmail.com

Udenfor bestyrelsen:
Revisor:
Jørn Jensen, Ole Borchs Vej 18, 2500 Valby
Tlf. 4091 9620 - E-mail: jnjdsse3@gmail.com



NR. 4 NOVEMBER 2025 37. ÅRGANG

Lev
- LIVET MED UDVIKLINGSHANDICAP

KØBENHAVNS KOMMUNEKREDS

INDHOLD

Lev Københavns Kommunekreds' bestyrelse 3

Lederen. Af Steen Stavngaard 7

10 gode og glade år med Foreningen Skovtours Venner 11

Vejledning og støtte til pårørende 15

CAS 2 og CAS 3 på Amagerfælledvej 17

Pårørendenetværk skal skabe endnu bedre samarbejde 21

Udgivelsesplan

Her er der en oversigt over Lev Københavns udsendelser samt deadline for aflevering af stof.

Redaktøren skal have dit bidrag senest

Blad nr. 1	30. januar 2026
Udgives:	Marts
Blad nr. 2	29. april 2026
Udgives:	Maj
Blad nr. 3	21. august 2026
Udgives:	September
Blad nr. 4	23. oktober 2026
Udgives:	November

ANNONCESALG

Rosengrenen ApS
Tlf. 86 95 15 66
Kl. 8.30-12.00 og 12.30-15.00
Mail: info@rosengrenen.dk

– hvortil alle spørgsmål vedr. annoncer bedes rettet.

Sats og tryk: Intryk
Tlf. 70 21 10 00
www.intryk.dk

LEDER



Når denne leder skrives her i slutningen af oktober måned er valgplakaterne til kommune- og regionsvalg netop begyndt at dække op i lygtepælene i København.

Og det samme er valgudtalelser fra kandidaterne fra de forskellige partier.

Jeg har virkelig forsøgt at finde valgudtalelser om vores målgruppe, mennesker med et udviklingshandicap, men indtil videre helt forgæves.

Her er nogle – desværre næppe sandsynlige – ideer til politikerne:

- Bedre forhold for beboere på kommunens bosteder.
- Mennesker med et udviklingshandicap vil også gerne på ferier.
- Mulighed for oplevelser ud af huset (bedre ledsagelse !!).
- Fritidsmuligheder også for mig med et handicap (bedre ledsagelse !!).

Det fører mig frem til denne leders tema: ***FRIVILLIGHED.***

For hvor var handicapområdet i København uden den store skare af frivillige mennesker, der helt uden aflønning dag ud og dag ind arbejder for at gøre livet for mennesker med et udviklingshandicap til et godt liv?

For nylig faldt jeg over en artikel i dagbladet Politiken, hvor én af vore tidligere bestyrelsesmedlemmer Danielle var blevet indstillet til en pris for sit frivillige arbejde i Tingbjerg.

Hun havde indtil da bl.a. siddet i sin søns skolebestyrelse, været med i Skole og Samfunds bestyrelse, siddet i bestyrelsen for Lev København (i mange år som forperson), siddet i Handicaprådet i København m.m.

Og først NU efter et helt liv som frivillig får hun endelig opmærksomhed for sit store engagement.

Et andet eksempel er en af vores medlemmer, som flere gange har lavet oplæg for forsamlinger af pædagogstuderende om pårørendesynsvinklen på f.eks. bosteder, og om at være mor til et barn med et udviklingshandicap. Hun har høstet stor anerkendelse for sine foredrag fra de studerende, som ofte vurderede hende i top efterfølgende. Men udover en pæn tak for sin indsats var der ikke så meget som en buket blomster eller en lille anerkendelse efterfølgende. Det kan Københavns Kommune simpelthen ikke være bekendt.

Fortsættes side 9

Et tredje eksempel på frivillighed er en person, som var med at starte en pårørendegruppe op på sin søns dagtilbud og sad som formand i omkring 20 år for gruppen, og da han meddelte på sit sidste møde, at nu blev han nødt til at stoppe på grund af sin søns sygdom, var der selvfølgelig venlige ord fra de øvrige i gruppen; MEN en lille afskedsgave og en efterfølgende tak for den frivillige indsats udeblev.

Jeg kan simpelthen ikke lade være at tænke på de mange frivillige mennesker i skolebestyrelser, på bosteder, i dagtilbudsbestyrelser, i handicaprådet, i klubber m.m., der knokler år ud og år ind for at lave en indsats, der gør livet bedre for vores målgruppe, og som desværre meget ofte overses af kommunen.

Når jeg så som formand for en anden forening (også for mennesker med et udviklingshandicap) hører om en ikke frivillig men professionel person, som skal lave et oplæg om AI, skal have 18.000 kroner + kørsel + hotelophold for et oplæg på 2 timer, så skriger det jo til himlen, når vi frivillige må nøjes med et håndtryk og en pæn tak for en lignende indsats.

Så kære politikere, når I nu den 18. november er blevet valgt, så tænk på, at også frivillighed MEGET gerne må belønnes med mere end blot "tak for kaffe".

I Landsforeningen Lev er vi begyndt på overvejelserne i forbindelse med, at 5 regioner i Danmark snart bliver til 4.

Vi får jo en KÆMPEstor kommune i Østdanmark. Indtil nu bliver der både i region Sjælland og region Hovedstaden valgt 3 personer til Levs hovedbestyrelse, som det også gælder for de øvrige 3 regioner i landet; men hvad gør vi, når den nye kæmperegion bliver en realitet?

Vi har i Hovedbestyrelsen nedsat en arbejdsgruppe, der skal komme med et forslag til at løse denne ikke helt simple problematik. Jeg er blevet medlem af denne arbejdsgruppe.

Og så til vor helt egen verden i København. Den 26. februar 2026 kl. 19-21 afholder vi vores generalforsamling på Uddannelscenter UiU, Horsebakken 19, 2400 København NV. Der vil være et let måltid kl. 18-19 ved tilmelding. Se mere om dette og dagsordenen på hjemmesiden levkk.dk

Vi ser meget gerne folk, der vil lave et stykke arbejde i bestyrelsen, så vi håber, at rigtigt mange vil møde op og stille deres arbejdskraft til rådighed. Perioden, man binder sig for, er 2 år, og jeg kan love, at det er et spændende arbejde, man går ind til.

Jeg har været med siden 1999, så jeg kan da bestemt se tilbage på rigtigt mange spændende møder og oplevelser med andre kompetente mennesker.

Så kast dig ud i det. Du vil ikke fortryde det!!

Og så er det jo det sidste blad i året 2025, så jeg vil da benytte lejligheden til at ønske alle vore læsere en rigtig god jul og et godt nytår 2026, hvor vi må håbe, at de nyvalgte politikere i København vil få øjnene op for vores målgruppe, så man også som et menneske med et udviklingshandicap kan få et godt og VÆRDIGT liv.

Steen Stavngaard

10 gode og glade år med Foreningen Skovtours Venner

Af administrator Casper Lechner og forperson Danielle Prøschold

I 2025 har Foreningen Skovtours Venner eksisteret i 10 år, og de 10 år er fløjet afsted.

Lørdag den 13.12.2025 kl. 15-20 inviterer vi til reception og kombineret jubilæums- og julefrokost

Kom, hvis dit barn har været med i det matrikelløse aflastningstilbud Skovtours eller deltaget i Skovtours Venners arrangementer. Kom, hvis dit barn er med i det matrikelløse aflastningstilbud Skovtours i dag, og du er nysgerrig på, hvad vi laver – med andre ord, kom og hjælp os med at fejre de 10 år.

Vi holder reception fra kl. 15-18.00. Kl. 18 starter julefrokosten, og Lavuk Entertainments Dj's spiller op til lidt dans og hygge fra kl. 19-20, hvorefter festen slutter.

Ønsker du eller din pårørende at deltage i festen, så tilmeld dig på skovtoursvenner.dk – under Kalender – kommende arrangementer. Festen bliver afholdt på Østerbro, vi oplyser adressen i den bekræftelsesmail, vi sender til dig. Det er gratis at deltage, for denne dag skal vi bare fejre Skovtours Venner og hylde det gode liv.

Lidt historie

I 2014 var der rigtig mange af de unge, som havde været med i det matrikelløse aflastningstilbuddet Skovtours, der stod for at skulle stoppe i tilbuddet. Nogle af dem var flyttet på bosted, andre var fyldt 25 år og dermed faldet for aldersgrænsen for tilbuddets målgruppe.

Aflastningstilbuddet Skovtours afholdt et arrangement for brugere og forældre i Gilleleje, hvor man mødtes, og bl.a. holdt afskedsfest for dem, der skulle stoppe i tilbuddet. Vi var nogle stykker, både forældre og brugere, som syntes, det var ærgerligt for de unge, at de ikke skulle mødes med hinanden længere. De kunne jo ikke bare tage bussen og besøge hinanden. Her foreslog den daværende leder, Thomas Lindvig, at vi kunne søge kommunen om muligheden for at de kunne blive ved med at mødes og hygge sig sammen.

Vi forældre ansøgte om et sådant projekt, men fik afslag, men blev dog samtidigt informeret om, at vi "bare kunne søge paragraf 18-midler". Som sagt så gjort. Vi var et par stykker, der satte os ned og skrev en ansøgning og stillede et budget op. Stor var vores glæde da vi fik besked om at ansøgningen var blevet imødekommet, og den 1. januar 2015 var Foreningen Skovtours Venner en realitet.Siden da har vi arrangeret bowlingture, biografture, shoppingture, ture i kolonihavehus, ture til Lalandia og meget mere. Disse arrangementer har fundet sted en gang om måneden med to måneders

pause i sommerferien i de sidste 10 år. Vi er oppe på ca. 25 brugere i øjeblikket, og der er plads til mange flere.

Igennem alle årene har Casper Lechner Petersen været vores administrator og planlagt arrangementerne ud fra input fra vores brugere. Vi vil også nævne vores frivillige, uden de frivillige ville der slet ikke være noget, der hed Skovtours Venner. De har igennem alle årene støttet op om os, deltaget i arrangementerne og sørget for den gode stemning. Dem må vi ikke glemme at takke. I skrivende stund kan vi oplyse at vi for kort tid siden har fået oplyst, at vi har modtaget midler til de kommende 3 år, så vi fortsætter gladeligt med at arrangere ture i de kommende år.

Tusind tak til Københavns Kommune for at have tildelt os midler via paragraf 18-midlerne igennem de seneste 10 år og i de kommende 3 år. Det er dejligt, at der findes pulje. Det gør det muligt at skabe nogle gode stunder for unge med udviklingshæmning, det sætter vi pris på!



Vejledning og støtte til pårørende

Det kan føles uoverskueligt at finde vej rundt i en stor kommune, når du som pårørende mangler svar på spørgsmål eller har brug for sparring. Hanne Skov Henriksen er ansat som pårørendevejleder i Center for Længerevarende Boformer (CLB) netop til at gøre vejen for pårørende mere smidig.

Af Kathrine Schmidt Jensen

Hvad kan du tilbyde pårørende, der henvender sig?
Jeg kan tilbyde vejledning af forskellig karakter. Der er både den direkte vejledning, hvor jeg hjælper med at finde svar på konkrete spørgsmål eller viser videre til, hvem det vil give mening at kontakte. Og så kan jeg tilbyde fortrolige samtaler, hvor du som pårørende kan få vendt usikkerheder eller frustrationer. Jeg tilbyder også at deltage i fælles pårørendemøder på tilbuddene eller som en "neutral part" i individuelle møder mellem bosted og pårørende.

Hvem kan bruge dig?
Jeg er ansat som pårørendevejleder for pårørende i en bred forstand. Alle i nær relation til en borger på et tilbud i CLB kan kontakte mig, det kan være forældre, søskende, kærester, venner med mere. Du er også velkommen til at kontakte mig, hvis du er pårørende til en, der står overfor at flytte ind på et tilbud.

Hvilke muligheder er der for at trække på dig i de mere akutte sager?
Det kan man godt. Eksempelvis blev jeg kontaktet af en forælder, hvor der var opstået nogle uenigheder med bostedet. Vi talte om, hvad vi kunne gøre her og nu, og hvad mulighederne var for at mødes om det der var blevet svært. Vi aftalte, at jeg hjalp med at få et møde i stand med tilbuddet, hvor jeg så også deltager.

Er der nye tiltag på vej på pårørendeområdet hos jer?
Ja! Slut september udbyder vi i CLB uddannelsen: Forløb for kommende ambassadører på pårørendeområdet, som er målrettet medarbejdere, der får en særlig rolle i samarbejdet med pårørende. Det er psykolog Jacob Thorsen, som står for dagene, hvor der vil være bidrag fra pårørende samt teori, gruppearbejde og egen refleksion. Vi slutter af med at etablere to ambassadørnetværk for medarbejderne. Jeg glæder mig meget til at skyde det i gang!



Hanne Skov Henriksen er pårørendevejleder i Center for Længevarende Boformer i Socialforvaltningen. Også i Center for Midlertidige og Selvstændige Boformer er der ansat en pårørendevejleder.

Kontaktoplysninger
Hanne Skov Henriksen,
b045@kk.dk, tlf. 24 94 00 85

CAS 2 og CAS 3 på Amagerfælledvej

– hjem med struktur, udvikling og højt til loftet



Admir Lyngberg Muric, tilbudsleder CAS 2 og CAS 3, Amagerfælledvej 199



På Amagerfælledvej finder man CAS 2 og CAS 3 – to botilbud under Center for Længerevarende Boformer (CLB). Her arbejder vi med udgangspunkt i CLB's vision: At mennesker med omfattende støttebehov skal opleve livsmestring – altså størst mulig selvstændighed, livskvalitet og indflydelse på eget liv.

Vores vision

I CAS 2 og 3 ønsker vi at skabe et hjem, hvor beboerne oplever tryghed, livsglæde og indflydelse på deres eget liv. Vi tror på, at alle mennesker – uanset funktionsnedsættelse – har ressourcer, drømme og potentiale, som kan udfolde sig, når rammerne er de rette. Vores mål er derfor at støtte beboerne i at leve et liv, hvor de både føler sig hjemme og har mulighed for at udvikle sig.

Struktur og tryghed som fundament

I CAS 2 og 3 bor 39 voksne borgere i alderen 18 til 85 år med forskellige former for fysiske og psykiske funktionsnedsættelser og/eller autisme. Fælles for dem er behovet for struktur, rutiner og forudsigelighed. Vi ved, at når hverdagen er tryg og overskuelig, skaber det de bedste betingelser for både trivsel og udvikling.

Inddragelse i hverdagen

Selvbestemmelse fylder meget i vores arbejde. Nogle valg må vi som medarbejdere tage på borgernes vegne, men vi har altid fokus på de små, men vigtige beslutninger i dagligdagen: Hvilket tøj man vil have på, hvornår man vil gå i seng, eller hvordan man bruger sin fritid. På den måde træner selvstændigheden, uden at det bliver uoverskueligt.

Vi ved, at struktur og rutiner skaber tryghed, men vi ved også, at friheden til at vælge – inden for overskuelige rammer – giver oplevelsen af selvstændighed. Derfor har vi altid fokus på at finde balancen mellem forudsigelighed og indflydelse.

Beboerne inddrages også i fællesskabet: i aktiviteter, sociale arrangementer og udviklingen af botilbuddet. Vores mål er, at alle føler sig hørt, set og taget alvorligt – uanset hvor meget eller lidt de kan udtrykke sig.

Relationer som nøglen til trivsel

Vi lægger stor vægt på relationsarbejdet mellem borgere og medarbejdere. Det er ofte gennem tilliden til medarbejderen, at borgeren finder mod og energi til at tage initiativer. Derfor arbejder vi målrettet med at skabe stærke, respektfulde relationer, som giver grobund for udvikling.

Et sted med højt til loftet

Både i CAS 2 og CAS 3 arbejder vi ud fra en fælles kultur, hvor vi hele tiden stræber efter at blive bedre. Vi har højt til loftet – både i forhold til idéer, nye metoder og måden, vi ser på beboernes muligheder. Vores medarbejdere er nysgerrige, engagerede og ser det som en styrke, at vi hele tiden lærer og udvikler os.

Hvis du har lyst og tid, er du meget velkommen til at kontakte os – især hvis du kunne være interesseret i at bidrage i vores frivillige café.

Husets fysiske rammer

Vores bygninger på Amagerfælledvej er lyse og rummelige med store fællesarealer, hvor beboerne kan mødes om aktiviteter, fællesskab og måltider. De enkelte boliger er indrettet, så der både er plads til privatliv og til den støtte, som den enkelte har brug for i hverdagen. Udearealerne giver mulighed for ophold, bevægelse og fælles aktiviteter i trygge rammer, og nærheden til både byliv og natur skaber fleksible muligheder for deltagelse i lokalsamfundet.

De fysiske rammer giver os både et godt fundament for en tryg hverdag og fleksibilitet til at tilpasse os fremtidens behov og udviklingsmuligheder. Vores ønsker og drømme går på at udnytte rammerne endnu bedre – eksempelvis ved at skabe flere aktivitetsmuligheder både ude og inde, styrke café- og fællesskabslivet samt udvikle endnu flere rum, hvor beboerne kan udfolde sig kreativt, socialt og fysisk. Vi drømmer om, at huset i endnu højere grad bliver et levende samlingspunkt, hvor hverdagen hele tiden kan tilpasses nye behov og idéer.

Pårørende som aktive medspillere

Vi ønsker et tæt og levende samarbejde med pårørende – ikke kun, når der er møder eller særlige anledninger, men som en naturlig og kontinuerlig del af hverdagen. Vores mål er, at pårørende oplever sig som aktive og bidragende medspillere i indsatsen omkring borgerne. Vi tror på, at et stærkt samarbejde mellem beboere, medarbejdere og pårørende giver den bedste kvalitet i indsatsen.

Et levende botilbud i lokalmiljøet

Placeringen på Amagerfælledvej giver både adgang til naturen på Amager Fælled og bylivet på Amager. Det skaber gode muligheder for aktiviteter, oplevelser og relationer uden for botilbuddet. Samtidig giver nærheden til andre tilbud med samme målgrupper både sociale fællesskaber for borgerne og faglig sparring for medarbejderne.

I CAS 2 og CAS 3 arbejder vi hver dag for, at beboerne får et liv med tryghed, indflydelse og livsglæde – og vi stopper aldrig med at udvikle os for at nå endnu længere.

"Som tilbudsleder er det min vigtigste opgave at sikre, at beboerne oplever både tryghed, indflydelse og livskvalitet i deres hverdag. Jeg brænder for at skabe rammer, hvor vi hele tiden udvikler os – sammen med beboere, medarbejdere og pårørende."

Pårørendenetværk skal skabe endnu bedre samarbejde



Et fælles skridt mod et stærkere og mere bæredygtigt samarbejde med pårørende

Socialpædagog Dorthe Larsen fra CAS 2 deler sine erfaringer fra CLB's nye forløb for pårørendeambassadører – og tilbudsleder Admir Lyngberg Muric fortæller, hvorfor arbejdet med pårørendesamarbejdet er så vigtigt for CAS 2 & 3.

Efter sommerferien er CLB's nye uddannelsesforløb for kommende ambassadører på pårørendeområdet skudt i gang – og her har CAS 2 & 3 allerede meldt sig aktivt på banen.

Forløbet, som ledes af psykolog Jacob Thorsen, skal ruste medarbejdere til at tage en særlig rolle i at styrke det gode samarbejde med pårørende på tværs af tilbuddene. Programmet består af både teori, gruppearbejde og direkte dialog med pårørende, og i forlængelse af uddannelsesdagene etableres to ambassadørnetværk, hvor deltagerne kan udveksle erfaringer og inspirere hinanden i hverdagen.

Formålet er at skabe et bæredygtigt fundament for pårørendesamarbejdet – et fundament, der bygger på tillid, faglighed og fælles forståelse.

Tillid vokser, når vi gør, som vi siger

Som tilbudsleder for CAS 2 og 3 har jeg haft en god snak med socialpædagog Dorthe Larsen om hendes oplevelser fra forløbet og arbejdet med pårørende i hverdagen.

Dorthe fortæller:
"Som pædagoger ved vi, hvor vigtigt det er at skabe tryghed for beboeren – men vi har også lært, at trygheden for de pårørende er lige så vigtig. De overlader det dyrebareste, de har, til os, og det kræver tillid. Den tillid vokser, når vi gør, som vi siger – når vi holder vores aftaler, også når hverdagen er uforudsigelig."

Hun peger på, at samarbejdet ikke kun handler om struktur og faglighed, men også om relationer og følelser. Bag mange samtaler ligger både kærlighed, sorg og bekymring. "Når vi møder de pårørende med ro, åbenhed og nysgerrighed," siger Dorthe, "bliver samarbejdet mindre præget af forsvar og mere præget af fællesskab."

De små øjeblikke betyder mest

Noget af det, der har gjort særligt indtryk på Dorthe, er de små ting, der skaber stor tryghed:

"Fra de pårørende på kurset hørte vi, at de små hverdagsglimt betyder utroligt meget – en kort besked om, at dagen har været god, eller et billede på en sms. De små tegn fortæller: 'Jeg ser det, I ser. Jeg passer på jeres kære.'"

Hun fortsætter:
"I CAS 2 og 3 har vi taget det til os. Vi oplever, at netop de små ting skaber stor glæde og tillid. Når vi holder fast i vores aftaler, bygger vi et fundament, hvor både beboere, pårørende og personale står sammen om noget vigtigt."

Et fælles afsæt for hele organisationen

Forløbet og netværket er udviklet i tæt dialog med pårørendevejleder Hanne Skov Henriksen og udspringer af ønsket om at skabe en fælles retning for samarbejdet med pårørende – men med plads til, at hvert tilbud kan forme det ud fra sin virkelighed. Da jeg indkaldte til det første store møde med pårørende, blev det tydeligt, hvor meget det betyder, at de føler sig set og hørt. Den oplevelse har givet os mod på at fortsætte arbejdet og være med til at forme, hvordan pårørendesamarbejdet skal leve i CAS 2 & 3.

For samarbejdet handler i sidste ende om det, vi alle vil det samme med: at støtte beboerne bedst muligt i deres ønsker og livsmestring.