

Dansk Handicap Forbund

HOLBÆK LOKALAFDELING

August 2026

DHF Holbæk ruller banen ud

Inspirationsmesse

Ny webshop

Formanden på tur



Kalender 2026

- 
- 17. aug.** Bestyrelsesmøde
 - 18. aug.** Café Sammen i Jyderup
 - 19. aug.** Café Sammen i Tølløse
 - 20. aug.** Café Sammen i Holbæk
 - 26. aug.** Café Sammen i Svinninge
 - 05. sept.** DHF Holbæk ruller banen ud på Sundhedsdagen i Holbæk
 - 05. sept.** DHF Holbæk stand på Folkemødet i Jyderup
 - 12. sept.** DHF Holbæk ruller banen ud på Sundhedsdagen i Roskilde
 - 14. sept.** Bestyrelsesmøde
 - 15. sept.** Café Sammen i Jyderup
 - 16. sept.** Café Sammen i Tølløse
 - 23. sept.** Café Sammen i Svinninge
 - 24. sept.** Café Sammen i Holbæk
 - 19. okt.** Bestyrelsesmøde
 - 21. okt.** Café Sammen i Svinninge
 - 21. okt.** Café Sammen i Tølløse
 - 22. okt.** Café Sammen i Holbæk
 - 27. okt.** Café Sammen i Jyderup
 - 16. nov.** Bestyrelsesmøde
 - 18. nov.** Café Sammen i Svinninge
 - 18. nov.** Café Sammen i Tølløse
 - 24. nov.** Café Sammen i Jyderup
 - 26. nov.** Café Sammen i Holbæk

Der vil løbende komme flere aktiviteter, foredrag og arrangementer, som vil blive opdateret i de kommende DHF-Holbæk blade.

Find i øvrigt alle omtaler, praktiske informationer og tilmeldinger til aktiviteterne på vores hjemmeside: www.dhf-holbaek.dk

DHF Holbæk rullede banen ud

– og Skvulp Festival 2026 gav stærke oplevelser

Tilgængelighed mærket i praksis

Skvulp Festival 2026 er vel overstået, og DHF Holbæk ser tilbage på to varme og fantastiske dage på Holbæk Havn, hvor vores forhindringsbane igen blev et af festivalens mest meningsfulde indslag. Fredag den 19. juni og lørdag den 20. juni rullede vi banen ud på Krag's Brygge – og hundredvis af nysgerrige gæster lagde vejen forbi.

Børn, unge, voksne og Holbæks borgmester Christina Krzyosiak Hansen satte sig i kørestole eller tog en rollator og bevæge-

de sig gennem kantsten, ujævne belægninger og niveauforskelle. Banen gav et konkret indblik i, hvordan manglende tilgængelighed påvirker mobiliteten i Holbæk Kommune og i hverdagen for mennesker med fysisk handicap.

Overraskelse, indsigt og respekt

Reaktionerne var tydelige. Mange blev overraskede over, hvor krævende selv små forhindringer kan være, og hvor meget energi det tager at komme rundt, når omgivelserne ikke er indrettet til alle. Endnu flere



DHF Holbæk rullede banen ud

gik derfra med en ny forståelse og respekt for de udfordringer, som mennesker med fysisk handicap lever med hver dag.

Vores frivillige havde travlt med gode samtaler om tilgængelighed, inklusion og de barrierer, som stadig findes i både Holbæk og resten af landet. Banen viste endnu engang sin styrke som et dialogskabende redskab – og som en øjenåbner for dem, der sjældent tænker over tilgængelighed i hverdagen.

Tak til alle frivillige – og plads til flere

Skvulp Festival blev også en stærk markering af det fælles-



skab, der bærer DHF Holbæk. Vores frivillige, pårørende og Røde Kors Parat hjælperne gjorde en kæmpe indsats, og vi er dybt taknemmelige for hver eneste hånd, der hjalp med at løse mange forskelligartede praktiske opgaver, med at guide, forklare, motivere og skabe tryghed på banen 🇩🇰

Flere gæster viste interesse for at blive frivillige, og vi glæder os til at byde nye kræfter velkommen. Det kræver ingen særlige forudsætninger – blot lysten til at være en del af et fællesskab, der gør en reel forskel ❤️

DHF Holbæk rullede banen ud

Café SAMMEN og fællesskaberne i DHF Holbæk

På standen fortalte vi også om vores øvrige aktiviteter – især Café SAMMEN, hvor mennesker med fysisk handicap mødes i et trygt og styrkende fællesskab. Mange festivalgæster blev nysgerrige på caféens arbejde med at forebygge isolation og ensomhed og skabe rum for nærvær, deltagelse og forståelse.

Det glæder os, at så mange viste

interesse for vores fællesskaber og for at være en del af et lokalt miljø, hvor alle kan være med.

Vi ses igen på Skvulp

Skvulp Festival 2026 blev endnu en stærk oplevelse for DHF Holbæk – fyldt med dialog, læring, fællesskab og masser af engagement fra borgere. Vi ser allerede frem til næste år, hvor vi igen "ruller banen ud" og inviterer Holbæk til at mærke tilgængelighed i praksis.

Tak til vores lokale sponsorer

- for støtten til Skvulp 2026

DHF Holbæk vil gerne rette en stor og hjertelig tak til vores lokale samarbejdspartnere, som har gjort en vigtig forskel for vores deltagelse på årets Skvulp Festival. Vores frivillige hjælpere er fundamentet for, at vi kan "rulle banen ud" og give borgerne en meningsfuld indsigt og lærerig oplevelse, når man har et fysisk handicap og skal færdes i Holbæk Kommune – og deres indsats kræver både energi og god forplejning.

Denne støtte til forplejning og energi har følgende lokale butikker bidraget med, hvilket vi sender en særlig tak til:

Netto i Smedelundsgade, Holbæk
Kvickly i Holbæk

Føtex i Holbæk
Meny i Holbæk
Normal i Slagelse

Deres bidrag med vand, kaffe, the, frugt, tilhører til boller, snacks og lidt sødt har sikret, at vores frivillige kunne holde energien oppe gennem hele festivalen. Det betyder mere, end man måske lige ser udefra – for uden vores frivillige ville vi ikke kunne skabe den åbne, inkluderende og nysgerrigheds-skabende oplevelse, som vores forhindringsbane giver.

Vi er dybt taknemmelige for den lokale opbakning. Sammen skaber vi et stærkere og mere inkluderende Holbæk💙



DHF Holbæk ruller banen ud

- kom og vær med på Sundhedsdagen i Holbæk og Roskilde

Sensommeren byder på stærke fællesskaber, nye indsigter og masser af aktivitet, når DHF Holbæk deltager på Sundhedsdagen i både Holbæk og Roskilde. Vi stiller op med vores mobile forhindringsbane – et af vores mest populære og lærerige tilbud – hvor alle kan prøve kræfter med de udfordringer, som mennesker med fysisk handicap møder i hverdagen.

Her kan du møde os

Holbæk: 5. september, kl. 10.00-14.30 – Ahlgade i Holbæk

Roskilde: 12. september, kl. 10.00-14.00 i Klosterparken og på Hestetorvet

Det er første gang, at DHF Holbæk deltager i Roskilde efter, at afdelingerne i Roskilde og Lejre er blevet en del af vores fællesskab. Det glæder vi os helt særligt til.

Prøv vores mobile forhindringsbane

På banen kan børn, unge, voksne – og ja, også politikere – prø-

ve at navigere gennem kantsten, ujævne belægninger og niveauforskelle i kørestol eller med rollator. Det giver et konkret indblik i, hvordan manglende tilgængelighed påvirker mobiliteten i både Holbæk og Roskilde Kommune - i samfundet generelt.

Mange bliver overraskede over, hvor krævende det kan være. Endnu flere går derfra med ny forståelse og respekt for de barrierer, som mennesker med fysisk handicap møder hver eneste dag.

Kom forbi til en snak

Vi står klar til dialog om tilgængelighed, inklusion og de udfordringer, som mange borgere lever med. Alle er velkomne til at prøve banen, stille spørgsmål eller bare kigge forbi og hilse på.

Bliv frivillig

- der er også plads til dig

Har du lyst til at være en del af et fællesskab, der gør en reel forskel, så er du meget velkommen som frivillig. Det kræver ingen særlige forudsætninger –

DHF Holbæk ruller banen ud

blot et åbent sind og lysten til at bidrage.

Hvis du vil være med på holdet, når vi "ruller banen ud", kan du kontakte formand Christiaan Hertzog på mobilnummer 40863282.

Mød også vores fællesskaber

På standen fortæller vi også om DHF Holbæks øvrige aktiviteter – blandt andet Café SAMMEN, hvor mennesker med fysisk handicap mødes i et trygt og styrkende fællesskab. Her arbejder vi aktivt for at forebygge ensomhed og isolation og rum for nærvær, støtte, deltagelse og forståelse.

DHF Holbæk har p.t. fire byer i Holbæk Kommune, hvor vi tilbyder Café SAMMEN, men vi vil rigtig gerne skabe dette tilbud i Roskilde og Lejre - vi håber, der er nogle medlemmer og frivillige, som har lyst til at hjælpe med at løfte denne opgave.

DHF Holbæk vil stå for alle aftaler vedr. lokaler, drift og økonomi, det du skal hjælpe med er rollen som cafévært én gang



månedligt, når vi mødes til kaffe og kage i cirka to timer.

Har du tid og lyst, så kig forbi DHF Holbæks stand i Roskilde den 12. september og hør mere om vores caféer.

Vi håber, at rigtig mange har lyst til at kigge forbi – både i Holbæk og Roskilde – og være med til at bakke op om vores vigtige sag: mere synlighed, bedre tilgængelighed og lige adgang og muligheder for mennesker med fysisk handicap.

Håber vi ses!

Holbæks borgmester indtog banen

- på Skvulp

Holbæks borgmester på banen – helt bogstaveligt

Fredag den 19. juni lagde Holbæks borgmester Christina Krzyrosiak Hansen vejen forbi DHF Holbæks stand på årets Skvulp Festival. Hun havde på forhånd meldt sin ankomst – og hun kom ikke bare for at hilse. Hun kom for at mærke virkeligheden.

Med stor nysgerrighed og mod satte borgmesteren sig i kørestolen og tog turen gennem

vores forhindringsbane. Her fik hun på egen krop en fornemmelse af de udfordringer, som mennesker med fysiske handicap møder i Holbæk Kommune hver eneste dag: kantsten, niveauforskelle, ujævne belægninger og de mange små – men afgørende – barrierer, der gør mobilitet unødigt vanskelig.

Et møde med virkeligheden – og med os

Efter turen på banen var der god tid til dialog. Vi talte om:



Holbæks borgmester indtog banen

- manglende tilgængelighed i byrum og bygninger
 - behovet for universelt design i kommunens planlægning
 - de mange blinde vinkler i systemet, hvor borgere med handicap stadig møder unødige forhindringer
 - manglende viden, indsigt og mødet med de frivillige med fysiske handicap og deres behov som en frivillig forening i Holbæk Kommune
 - hvordan lige adgang og lige muligheder skaber inklusion, fællesskab og livskvalitet
 - tættere dialog og deling af viden mellem kommunens mange systemer og DHF Holbæk som frivillig forening
 - DHF Holbæk er her – tag os med på råd og få viden
- Borgmesterens besøg gav plads til både refleksion og indsigt – og til en vigtig samtale om, hvordan Holbæk kan blive en kommune, hvor alle kan færdes frit og deltage på lige vilkår.

Tak for besøget

Vi sætter stor pris på, at Christina tog sig tid til at møde op, tage udfordringen op og lytte til de erfaringer, vi og vores medlemmer deler. Det betyder noget, når beslutningstagere tør træde ind i vores virkelighed – også når den er ujævn.

Inspirationsmesse

- for førtidspensionister i Holbæk Kommune

En dag fyldt med fællesskab, nysgerrighed og nye muligheder

DHF Holbæk deltog for første gang i Inspirationsmessen for førtidspensionister i Holbæk Kommune den 22. april i Sportsbyen – og sikke en dag det blev. Messen samlede borgere, foreninger og lokale aktører til en eftermiddag, hvor fællesskab, inspiration og livskvalitet var i centrum.

Et stærkt første møde med mange nye ansigter

Vores stand summede af aktivitet fra start til slut. Deltagerne

kom forbi med spørgsmål, nysgerrighed og et oprigtigt ønske om at finde nye fællesskaber og aktiviteter, der kunne give hverdagen mere indhold og energi.

Vi fortalte om DHF Holbæk, vores værdier og de mange aktiviteter, som alle kan blive en del af – uanset funktionsniveau, erfaring eller baggrund. Hos os kræver det ikke andet end, at man rækker ud. Vi møder alle i øjenhøjde, og der er altid plads til én mere.



Inspirationsmesse

Gode snakke og nye idéer

Eftermiddagen bød på masser af meningsfulde samtaler. Mange delte deres egne erfaringer med livet som førtidspensionist, og vi fik værdifuld indsigt i, hvad der betyder noget for dem:

- fællesskab og tryghed
- aktiviteter, der giver glæde og motivation
- et sted, hvor man kan komme som man er

De input tager vi med videre i vores arbejde – for DHF Hol-

bæk er en forening, der formes af dem, der er en del af den.

Energi, smil og lyst til mere

Stemningen på messen var præget af varme og engagement. Vi gik derfra med en følelse af, at vores tilstedeværelse gjorde en forskel – og med en masse nye idéer til kommende aktiviteter og samarbejder.

Tak til alle jer, der kiggede forbi vores stand. Vi håber, I gik derfra med inspiration, mod og lyst til at være en del af noget fælles.

DHF Holbæk lancerer ny webshop



Sådan kommer du i gang

Det er nemt at bestille.

På DHF Holbæks hjemmeside finder du i topmenuen punktet **SHOP**

Følg vejledningen – og så er du i gang.

Webshoppen er åben nu.
Besøg den her:
www.dhf-holbaek.dk

Kære medlem af Dansk Handicap Forbund

Vi er stolte af at præsentere **DHF Holbæks nye webshop** – et sted hvor du kan finde moderne tøj, udstyr og tilbehør, særligt udvalgt til vores medlemmer og lokalafdelinger.

I webshoppen kan du nemt tilføje **dit eget navn** eller din **lokalafdelings navn**, som bliver trykt direkte under Dansk Handicap Forbund - logoet. Det giver et personligt og synligt udtryk – perfekt til både hverdagsbrug og arrangementer.

Uanset hvilken lokalafdeling du tilhører, kan du bruge webshoppen.

Vi håber, at mange vil benytte denne nye mulighed. Jo flere, der bruger webshoppen, desto stærkere bliver vores fælles synlighed – både for medlemmer og lokalafdelinger.



DHF Holbæk lancerer ny webshop

Webshoppen er også oplagt som gaveidé til venner og familie, der ønsker at støtte vores arbejde.

Flere produkter på vej

Udvalget i webshoppen udvides løbende med nye farver, modeller og udstyr.

Alle priser er **inkl. logo og tryk**.
Gratis forsendelse ved køb over 500 kr.

Leveringstid ca. 10 dage ved personligt tryk.

God fornøjelse.

DHF Holbæk



Formanden på tur

Jeg var blevet inviteret til at deltage i en tur på Hærvejen sammen med Amputationskredsen. Så tænker I nok Amputation og Hærvejsmarchen, hvordan kan det hænge sammen.

En begivenhed som finder sted i Viborg én gang om året, hvor Amputationskredsen har valgt at deltage.

Fredag den 26. juni gik turen imod Viborg og Stoholm Vandrehjem, en tur på 200 km.

Hvad jeg ikke lige var opmærksom på, var det var samme dag som de fleste starter deres ferie.

Det betød at der var rigtig meget trafik, som i rigtig meget. Så jeg kom noget senere frem end hvad der var tiltænkt.

Heldig var jeg, for de havde gemt aftensmad til mig, jeg var først fremme kl. 19:30. Så var der også gået 5 timer side turen startede. Der blev spist og justeret væskebalancen.

Jeg havde fået et fint værelse med 4 sovepladser, eget bad og wc, så efter et par timer i det gode



selskab, var det tid til at tage et bad og komme i seng, et bad var godt, for som I nok husker var det meget varmt, lige omkring de 30 grader.

Næste morgen var der fin morgenmad og god stemning, der blev aftaler om hvem der kunne køre med hvem, det er ikke så nemt at få parkering til 10 biler midt i byen, sådan en dag.

Formanden på tur

Da vi kom frem til pladsen hvor det hele skulle starte, blev jeg lidt overrasket, det var noget større end jeg havde forestillet mig. Vi blev samlet på pladsen, hvor der var udskænkning af øl og sodavand. Det var virkelig varmt og alle fik noget af drikke, inden vi skulle ud og gå eller køre.

Ikke alle skulle gå, men nogen skulle køre turen. Jeg personlig kan ikke gå så langt, så jeg havde taget min el-kørestol med, men der var deltagere som med ét eller to kunstige ben gik hele turen, virkelig imponerende.

Det blev til små 5 km, så en tur rundt i byen, som også var en del af den officielle rute.

vi kom tilbage på pladsen i næsten fælles trup. Efter lidt at drikke, gik turen hjem til vandrehjemmet, hvor jeg tog et dejligt kølende bad.

Om aftenen var der bestilt bord på Flammen i Viborg, så vi kørte igen en tur til Viborg. Stoholm Vandrehjem ligger 20 kilometer uden for Viborg.

Vi kunne parkere samme sted



Formanden på tur



som om eftermiddagen, og der var ikke så langt at gå over til Flammen, her fik vi selvfølgelig god mad, og alt for meget.

Efter at vi havde fyldt maverne, gik turen hjem til vandrehjemmet og en tur i seng, det havde været en lang varm dag.

Næste morgen var der fælles morgenmad igen, og derefter var der sammenpakning og lidt oprydning, og så var der kun, at sige tak for denne gang og tak for hyggeligt selskab, og så gik turen hjem.

Jeg var hjemme igen kl. 12:30 så var der stadigvæk lidt søndag tilbage.

Det var en dejlig tur, der var lidt nye med dette år som ikke var med sidste år. For mig var det andet år og jeg håber at der kommer en tur igen til næste år, for så vil jeg deltage igen.

Jeg håber at der også er andre som kommer med på tur næste år. Det er supergodt at komme ud og møde andre og tale med folk fra alle dele af landet.

Kursusdag hos DHF Holbæk



Den 10. maj 2026 havde vi igen en dejlig kursusdag her i Holbæk. Det var Maria Holdt som var underviser, denne dag. Her er lidt fra kurset.

I Ingerfair er vi engageret i at skabe et stærkt civilsamfundet og derfor udvikler vi bæredygtige frivilligmiljøer, hvor frivillige trives og gør en forskel.

Vi nytænker deltagelsesmuligheder, så flere kan være en del af fællesskaber.

Vi skaber vi sunde arbejdspladser, hvor lønnede ansatte og ledere trives.

Og så styrker vi ledelse i civilsamfundet, så frivillige organisationer udvikler sig.

Marie Baad Holdt:

Frivilligekspert og partner i Ingerfair (2013).

Marie har arbejdet med frivillighed siden 2000.

Hun rådgiver og underviser lokale foreninger, nationale organisationer og kommuner i arbejdet med frivillige.

Her ud over udvikler hun redskaber og nørder nyeste viden om frivillige.

Kursusdag hos DHF Holbæk

Marie er frivillig i forskellige bestyrelser, på et par små festivaler og på en national telefonrådgivning.

DAGENS PROGRAM

- 1) Hvordan får vi flere frivillige?
- 2) Tre typiske årsager til fejlslagen rekruttering
- 3) Nøglen: Synlighed
- 4) Refleksion: Hvad skal vi gøre?

Vi var samlet hele bestyrelsen samt nogle gæster ude fra nogle andre lokalafdelinger.

Der var undervisning i 4 timer, derefter var der frokost med efterfølgende kaffe og kage.



Der blev sat lidt ideer i gang ift. hvordan I kan skabe mere synlighed og opmærksomhed omkring frivilligheden og dermed rekruttere flere frivillige.

Og jeg tror at alle fik noget med hjem. Så tak til alle for at deltage, og tak til Maria for gøre os lidt klogere på det med frivilligheden.

Sommerkursus på Egmont Højskolen

– en uge, der sætter spor



Uge 30 på Egmont Højskolen er noget helt særligt. Det ved alle, der har været der – og i år var tre deltagere fra DHF Holbæk med til at bekræfte det endnu en gang. **Michael, Bettina og Jeannette** deltog på **RYK's** sommerkursus, og deres oplevelser tegner et billede af en uge, hvor fællesskab, faglighed, tilgængelighed og livsglæde går op i en højere enhed.



Et fællesskab, der tager imod – Michaels første møde med RYK-familien

For Michael var det første gang på sommerkursus, og indtrykket var ikke til at tage fejl af: Egmont Højskolen er et sted, hvor man bliver taget imod med varme og nysgerrighed. Allerede ved ankomsten stod frivillige, lærere og hjælpelærere klar til at sikre, at ingen stod alene. Rundvisningen gjorde et dybt indtryk – de åbne arealer, de kreative værksteder, varmtvandsbassinet, bålpladserne og de små kroge, hvor ro og fællesskab mødes.



Sommerkursus på Egmont Højskolen



Michael valgte kurset Ro og Gro, et hold med fokus på nærvær, fordybelse og personlig udvikling. Ugen bød på meditationer i naturen, samtaler ved bålet, stille stunder i varmtvandsbassinet og refleksioner, der gav plads til både eftertanke og vækst. Alt sammen båret af en underviser, der – som alle lærere på Egmont – formår at skabe et trygt og rummeligt læringsrum.

For Michael blev uge 30 en oplevelse, der ikke kun handlede om undervisning, men om mennesker. Om at blive en del af RYK-familien. Og om at finde

et sted, man har lyst til at vende tilbage til år efter år.

En uge fyldt med energi, grin og idræt – Bettinas oplevelser

Hvor Michael søgte ro, kastede Bettina sig ud i idrætsfaget – og det blev alt andet end kedeligt. Tirsdagen bød på pequan og baldebold, hvor deltagerne skulle ramme hinandens velcro med bolde, samarbejde og tænke kreativt. Senere fulgte stafetter, ballonøvelser og masser af grin.

Besøget i Vandhalla var et højdepunkt: varmtvandsbassin, svømmehal, sauna og saunagus med lavendel, pebermynte og appelsin. Musik, varme og en dygtig gusmester skabte en oplevelse, der satte sig i kroppen.

Ugen var spækket med foredrag, koncerter, bålsang, midtvejsfest



Sommerkursus på Egmont Højskolen



med linedance og workshops. Bettina deltog i Mad og Ro, hvor fokus var på vaner, mindful spinning og simple, sunde løsninger – som en hjemmelavet proteindrik, der satte tanker i gang om både sundhed og økonomi.

Fredagens Faglig fredag ved badebroen gav mulighed for kajak, bananbåd, havbadning, pælekast og udsigt over vandet. Her handler det ikke om, hvad man kan – men om hvad man har mod til.

Tilgængelighed, tradition og fællesskab – Jeannettes varme anbefaling

Jeannette har deltaget på sommerkursus i 11 år – og vender tilbage igen og igen. For hende

er Egmont Højskolen et af landets mest tilgængelige højskolemiljøer: værelser med loftlift, store handicapbadeværelser, mulighed for plejesenge, fuld adgang overalt og en badebro med lift til handicapegnede bade stole. Vandhalla er et kapitel for sig – en svømmehal, der er bygget til alle.

Men tilgængeligheden er kun én del af magien. Den anden er fællesskabet. Hvert år møder Jeannette gamle højskolevenner, som hun kun ser her, og hvert år møder hun nye mennesker, der gør ugen unik. Det er kombinationen af socialt samvær, sang, inspirerende undervisning, fester, foredrag og den særlige Egmont-ånd, der gør uge 30 til noget, man ikke vil undvære.



Sommerkursus på Egmont Højskolen

En uge, der bliver ved med at give

På tværs af tre meget forskellige oplevelser står én ting klart: RYK's sommerkursus på Egmont Højskolen er mere end et kursus. Det er et fællesskab, en rejse, et frirum og en familie. Her er plads til ro, idræt, fordybelse, grin, udfordringer, nye venskaber og gamle traditioner.

Det er en uge, der sætter spor – og som man har lyst til at vende tilbage til.

For alle, der overvejer et sommerkursus, lyder anbefalingen

fra DHF Holbæks deltagere endtydigt: Gør det. Egmont Højskolen er noget helt særligt.

Artiklen er skrevet af: Jeannette Fryhling, Bettina Hansen og Michael Liin



Sommerkursus på Egmont Højskolen





Priser 2026 for 1 års medlemskab: Enkelt-medlemskab 330 kr. / Familie-medlemskab: 490 kr.

Jeg ønsker medlemskab af Dansk Handicap Forbund

Sæt X: _____ Enkelt-medlemskab _____ Familie-medlemskab

Skriv tydeligt og gerne med blokbogstaver.

Navn: _____

Sæt X: _____ Jeg har et handicap. _____ Jeg har ikke et handicap.

Ægtefælle/samlevers navn: _____

Sæt X: _____ Jeg har et handicap. _____ Jeg har ikke et handicap.

Adresse: _____

Postnr. og by: _____

Email: _____

Telefon: _____ Fødselsdato, -måned og -år): _____

Jeg ønsker også medlemskab af (sæt kryds):

Forældre kredsen (FK) (For forældre med børn under 18 år med handicap):

Barnets navn: _____ Fødselsdato, -måned og -år: _____

Ungdomskredsen (UK) (15 – 36 år): _____

Amputationskredsen (AK): _____

RYK – Rygmarvsskadede i Danmark (RYK): _____

Iværksættelse med Handicap (merpris: 30 kr.) _____

Håndtering af dine personlige oplysninger i forbindelse med medlemskabet

Når du melder dig ind i Dansk Handicap Forbund, opbevarer vi dine oplysninger i vores medlemssystem. Derudover sendes dit navn, adresse, telefonnummer, email-adresse samt fødselsdato-, -måned og -år til den lokalafdeling, du geografisk hører til, så du kan modtage relevant materiale og information fra din lokalafdeling i forbundet.

I forbindelse med indmeldelse i Dansk Handicap Forbund spørger vi til, om du har et handicap eller ikke har et handicap. Dette gør vi udelukkende til eget brug, da det er et krav, for at man kan stemme på lokalafdelingens generalforsamling og / eller på specialkredsens generalforsamling / landsmøde og / eller på Dansk Handicap Forbunds kongres, men det er ikke et krav, at man har et handicap, hvis man ønsker at stille op til et tillidsershverv i forbundet.

Som medlem modtager du pr. post magasinet Handicap NYT. Dette kan fravælges, efter du modtager det første gang, og du kan altid læse det elektronisk på vores hjemmeside. Melder du dig også ind i en specialkreds i Dansk Handicap Forbund, modtager du automatisk et blad / magasin / nyhedsbrev fra specialkredsen, hvis den udsender et sådant. Dette kan fravælges, efter du modtager det første gang.

Ved udmeldelse af forbundet opbevarer vi dine oplysninger i op til fem år. Jf. persondataloven oplyser vi dig på forespørgsel om registrerede oplysninger, og på baggrund af eventuelle indsigelser foretager vi sletning, i det omfang det ønskes.

Med din underskrift giver du samtykke til ovenstående håndtering af dine personlige oplysninger.

Dato: _____ Underskrift: _____

Kontakt til bestyrelsen

Foreningens e-mailadresse er: holbaek@danskhandicapforbund.dk

Formand:

Christian Hertzog

✉ formand@dhf-holbaek.dk, ☎ Tel. 40 86 32 82

Næstformand:

Michael Liin

✉ naestformand@dhf-holbaek.dk, ☎ Tel. 52 74 70 70

Kasserer:

Mette Bendix Klausen

✉ bogholderi@dhf-holbaek.dk, ☎ Tel. 25 52 11 43

Sekretær:

Jeannette Fryhling

✉ jeannettefryhling@gmail.com, ☎ Tel. 42 76 96 86

Bestyrelsesmedlemmer:

Bente Olsson, ✉ bente.ibsen@yahoo.com, ☎ Tel. 40 38 29 06

Hanne Stenmose, ✉ hstenmose@tuta.com, ☎ Tel. 24 23 79 94

Bettina Hansen, ✉ hansenbettina49@gmail.com, ☎ Tel. 22 80 03 85

Suppleanter:

Dorthe Bjerregaard, ✉ dorthebjerregaarddk@gmail.com

Revisor:

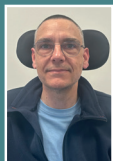
Morten Løvschall, ✉ morten@lovschall.name, ☎ Tel. 51 28 39 17

**Foreningen har en facebookside,
som du er meget velkommen til at besøge.**

Her finder du nyheder, billeder fra arrangementer: DHF-Holbæk



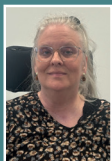
Christian



Michael



Mette



Jeannette



Bente



Hanne



Bettina



Dorthe

