

HOCKEY - EN POPULÆR SPORT! Tilbydes nu også i I.H. Aalborg



SVØMNING

Vadumhallen, man. 14-21.30
Børn og voksne
v/Karin Højbjerg, Tlf: 12 39 23

GI.Lindholmskole, ons. 15-18
v/Karin Højbjerg, Tlf: 12 39 23

Sofiendalskolen, fre. 13-14.30
Børn
v/ Henning Pedersen, Tlf: 18 85 60

Tors. 20.50 -22.30
v/Karin Højbjerg, Tlf: 12 39 23

BABYSVØMNING

Haraldslund, tirs. 17-19
v/Lena Andreassen, Tlf: 18 06 94

AFTENSKOLELEDER

Karin Højbjerg, Poul Buåsvej 11
9000 Aalborg,tlf: 12 39 23

KAMMERATLIGT SAMVÆR

v/Sten Rosager
Klubhuset, Henning Smithsvej 42
tirs. og tors.16.30-22, tlf: 16 72 82

KONDIPOSTEN

Udgiver: I.H. Aalborg
Redaktør, Gitta Nielsen, Umanakvej
5, 9210 Aalborg SØ, tlf: 14 40 68
Medarb. Jørn Edsbo tlf. 17 47 76

VOLLEYBALL

Sofindalskolen, tors 18-20
v/Henning Jensen, Tlf: 15 62 78

BOCCIA

Vadumhallen, Man. 18-20
v/ Peter L. Jensen Tlf: 16 34 23

SKYDNING

Vadumhallen, man. 18-21
v/Aase Andersen Tlf: 27 11 40

BADMINTON

Sønderbroskolen,
ons. 20-22 og lør. 12-14
v/Gitta Nielsen, Tlf: 14 40 68

BASKETBALL

Sofiendalskolen, tors. 20-22
v/Hans Hansen Tlf: 28 17 18

BORDTENNIS

Vadumhallen, man. 17-21
v/Finn Larsen Tlf: 31 61 68

GYMNASTIK

Bevægelsehæmmede, tirs og tors.
Klubhuset 17.30-18.30&18.30-1930
Barbara Rosager, Tlf: 31 14 15
Psykisk udviklingshæmmede
Sønderbro Skole, lør. 10-12
v/Jens Bredahl Tlf. 16 86 68

I.H. Aalborgs's bestyrelse

Formand	Gitta Nielsen, Umanakvej 5, 9210 Aalborg SØ, 14 40 68
Næstformand	Emil D. Andersen, Gr.Torv 1,6, 9210 Aalborg SØ, 14 51 74
Kasserer	Marie Roed Madsen, Sonjavej 19a, 9000 Aalborg,14 49 51
Bestyrelses- medlemmer	Henning Jensen, Asåvej 16, 9220 Aalborg Øst, 15 62 78 Sven Sørensen, Under Lien 59, 9000 Aalborg, 18 20 21 Sven Åge Nielsen, Gammel Vråvej 27, Sulsted, 26 25 31 Connie Schmidt, Dagnyvej 17, 9000 Aalborg, 14 50 69

Det er trist, men...

På generalforsamlingen den 8. oktober 1986, enedes man om at forældre/støtteforeningen I.H.'s Venner skulle ophøre med at eksistere. I sidste nummer af kondiposten opfordrede vi til at der skulle komme nogle der var interesserede i foreningens arbejde og som skulle gå ind i bestyrelsen hvis vi skulle fortsætte. Der kom ingen - kun medlemmer af bestyrelsen var til stede, og man enedes, som før nævnt, om at det ikke nyttede at fortsætte. Derfor skal der rettes en tak til de medlemmer der støttede os økonomisk i de få år vi var til. Det er synd at I.H.'s venner ikke kan fortsætte, men, desværre - det går ikke.

Den afgående bestyrelse i I.H.'s Venner

VOKSEN OG FØLSOM
- og under 18 år. Du skal have dig en

SUPER KONTO

- toprente og byens smarteste kontobevis

 **Nørresundby Bank**
- den lokale bank på begge sider af fjorden!



Terminsliste skydning

Kredsskydning call. 22

Viborg	den	30. aug. 86
Nr. Djurs	den	26. okt. 86
Kølkær	den	28. feb. 87

Venskabsskydning

Grenå	den	13. sep. 86
Kølkær	den	15. nov. 86
Skive	den	21. mar. 87

Kredsskydning luft

Allingåbro	den	11. okt. 86
Skive	den	6. dec. 86
Aalborg	den	25. apr. 87

Elektronskydning

Århus	den	25. okt. 86
Aalborg	den	22. nov. 86
Viborg	den	31. jan. 87

**HANDELSBANKEN...
ALTID SIKKER AT
DANNE TEAM MED...**



Som kunde i Handelsbanken har du altid ekstra ressourcer, du kan trække på.



Handelsbanken støtter Team Danmark

ALTID MED I BILLEDET

HANDELSBANKEN



JULEHYGGE

Tirsdag den 2/12 - tirsdag den 9/12 og tirsdag den 16/12 er der **julehygge** i klubhuset på Henning Smithsvej fra kl. 19.30 - 22.00. Vi har hvad du skal bruge af papir - lim - tråd m.m., men du skal selv tage en saks med.

I løbet af aftenen kan du købe glögg og æbleskiver til de sædvanlige små priser.

Tag hele familien med til julehygge.

...JULEFROKOST...

Fredag den 28. November 1986 kl. 19.00 er der julefrokost i klubhuset på Henning Smithsvej.

Kom og spis en god juleplatte som består af:

*Marineret sild m/karrysalat
Røget ål m/røræg
Grønlangkål m/ flæsk og pølse
Sylte m/rødbeder
Rejer m/mayonnaise og citron
Fiskefilet m/remoulade
Ribbensteg m/rødkål
Ost m/druer
Brød og smør
+ kaffe*

Hør dejlig musik og grib chancen for en sving-om til fantastisk musik, som sædvane leveret af prægtige

FÆTTER GUF BAND

Det hele til en pris af kun:

35 kr. pr kuvert (for medlemmer)

85 kr pr. kuvert (ikke medlemmer)

Sidste tilmelding tirsdag den 25. november 1986 til:

Sten Rosager tlf.
eller

31 14 15 (privat)
16 72 82 (klubben)

Vel mødt
Bestyrelsen

Til: KONDI-posten

I KONDIPOSTEN nr. 50 - maj/juni 1986 på side 3, var der en overskrift, der lød:

"HVOR BLEV I AF" - Artiklen gik nærmest på en skideballe til medlemmerne, alle 557 minus de 35, der havde mødt til generalforsamlingen, samt en opfordring om at møde op til næste års generalforsamling. Der var også en beklagelse over, at generalforsamlingen kun varede i 35 minutter, og at der ikke var noget at spørge om eller brokke sig over eller lignende. - Underskrevet formanden Gitta Nielsen

- Det kan ikke være formanden ubekendt, at alle foreninger har dette problem med mødeprocenten (her ca. 6%) til generalforsamlinger. Man kan gang på gang læse, at der kun var mødt bestyrelsen plus nogle enkelte andre, og i mange tilfælde må der afholdes ekstraordinær generalforsamling for at få en ny bestyrelse. Det var ikke tilfældet hos os, glæd jer over det i bestyrelsen.
- Der tales meget om "det tavse flertal" i Danmark, og så længe det er tilfreds, mere eller mindre, kommer der ingen reaktion herfra, husk det!
- Formanden savnede en debat på den korte generalforsamling, men det kan vi bl.a. bruge KONDIPOSTEN til, og jeg vil gerne starte!
- Vor forening har et stort problem, nemlig at vore aktiviteter er spredt på så mange forskellige adresser. Det giver problemer med klublivet, da man ikke kan bruge mere end 1 af 2 aftener om ugen, hvis man har familie, til aktiviteter, og disse ligger ikke i forbindelse med klubhuset.
- Aktiviteter er der mange af, heldigvis, men det stiller også krav til de personer, der skal administrere den enkelte aktivitet. Jeg mener, at man skal tage større hensyn til differerede muligheder for det enkelte medlem, således at det kan få glæde af den pågældende aktivitet, og dermed også et bedre velvære, for er det ikke det, det hele går ud på? Lad mig tage et par eksempler som illustration:

Svømning: Klubben har sine konkurrencesvømmere, stort hurra for det! MEN der er også alle de andre - **motionisterne**, som jo også kan være forhenværende konkurrencesvømmere. Jeg mener, at disse også burde have en mulighed for at kunne svømme "på bane" det er ikke let i Vadum at distance-svømme f.eks., nogle kunne måske ønske at modtage instruktion for at få en bedre "stil". Der kunne også laves nogle dage/aftner, hvor den enkelte kunne prøve at teste sig selv efter konkurrenceregler. Man behøver ikke nødvendigvis at ville være konkurrencedeltager af den grund. HUSK også, at der er nogle, der har et job at passe om dagen.

Bordtennis bør også have bedre plads i aktivitetsudbuddet, det være sig lokalemæssigt, det er svært at træne koncentreret i et "cafeteria" samt en opdeling i turneringsspillere og motionsspillere. Dette vil være til gavn for både instruktøren og spillerne. Evt. med faste tider, og for turneringsspillere bør der være mulighed for at kunne træne 2 gange om ugen.

Badminton er en aktivitet, der ikke har den store interesse, så vidt jeg kan fornemme, men hvad skyldes det? Er det tidspunkterne eller stedet eller manglende instruktør? Dette kunne evt. interesserede medlemmer måske skrive lidt om, således at man måske kunne få dette "rettet til" til medlemmernes tilfredsstillelse.

Spørgsmål til bestyrelsen: Handicapridning - Hvilke muligheder har klubben for at kunne tilbyde sine medlemmer dette? - Jeg tænker på stedet og hvad det vil koste.

Det var slut fra mig, jeg håber at medlemmerne vil tage min opfordring op, således at vi kan få en debat igang her i bladet. Jeg håber også, at bestyrelsen vil læse de forskellige indlæg med interesse og evt. kommentere disse.

Palle Kjær K.



Ortopædiske hjælpemidler
og bandager

Arm- og benproteser

Støttekorsetter og
underlivsbælter

Ortopædisk fodtøj
og fodindlæg



Konsultation efter aftale

N. Ditlev

ORTOPÆDISK BANDAGE- OG PROTESEKLINIK

Korsgade 18 - 9000 Aalborg - Tlf. (08) 12 36 44
- også afdelinger i Randers og Hjørring

HAR I HØRT.....

at Mogens Christensen, VM vinderen i svømning, har modtaget *1.000,- kr. + en dejlig træningsdragt og taske*, fra en af vore annoncører

SPAREKASSEN NORDJYLLAND

Tak for det - tillykke Mogens - **flot flot flot**

Volley Ball...

Volleyball-holdet dystede i week-enden den 11. og 12. oktober i Sverige i Helsingborg Cup, 1986. Også i år blev det til en 3. plads, ud af ialt 9 hold. Det er et flot resultat, da det er meget stærke hold der deltager i denne turnering.

Vinder af turneringen blev Frederiksstad, Norge og nummer to blev Helsingborg, Sverige. Disse to hold har i nogle år domineret 1. og 2. pladsen, men har i år byttet plads - før var det altid Helsingborg der vandt. I næste måned starter forbundsmesterskaberne, så det bliver spændende om vi også i år kan vinde guld.

Karsten

Volleyball....

I.H. Aalborg afholder Forbundsmesterskaber i siddende Volleyball, i weekenden 10-11 januar 1987 på Mellervangskolen.

Kom og hep på vores hold, og se HVAD volleyball er, måske er det også noget for **dig**.

Bordtennis...

FM i bordtennis afholdes i Kongerslevhallen i Weekenden den 29. og 30. november 1986.

Tag til Kongerslev og hep vore spillere frem til deres bedste.

Så er der svømning

Efter endt renovering svømmes der igen i Sofiendal skolens svømmehal.

Det er de sædvanlige tider der benyttes:

torsdag kl. 21.00-22.30 (voksne)

Fredag kl. 13.00-14.30 (børn)

Kontakt venligst Karin Højbjerg ang. Torsdage (123923)

Kontakt venligst Henning Pedersen ang. fredage (188560)

Der er plads til mange endnu.

God fornøjelse

Bestyrelsen

NY IDRÆTSGREN

Hver lørdag på Sønderbro skole kl. 12-13 spilles der nu **hockey**.

Hockey er en populær sportsgren indenfor DHIF - en idræt med fart og go' i. Det kan også ind imellem blive lidt dramatisk. Det er en idræt hvor man får brugt alt eller meget af sin energi, hvorfor man også skal være godt fungerende fysisk.

Hockey dyrkes hovedsagligt af psykisk udviklingshæmmede og det er en god sport for denne gruppe af vore medlemmer, da reglerne i spillet er mege enkle og meget lette for de fleste at forstå. Er du interesseret i denne sport, **HOCKEY** - så **kig ned på Sønderbro skole lørdag kl. 12.00-13.00 i gymnastiksalen.**

Vi ses

Vindere af krydsord i nr. 51


- 1/ Kurt Lund, Strubjerg 33,
9400 Nørresundby
- 2/ Jessie Andersen, Fr. Nansensvej 3,
9210 Aalborg SØ
- 3/ B. Jacobsen, Søndervangsvej 73,
Aalborg

Deadline krydsord nr. 52
er 19. december.

**Spring over
pengeproblemerne
få en Budgetkonto
med Betalingservice
i Provinsbanken**



 **Provinsbanken**

GANGBAR EPOKE			LER	TO ENS	LEGE TØJS DEL
SJVELDEN ANTI-KVITET					EN
FOLES			ORGANISATION	BILDEL	
VENLIG					FUGLE
OPHÆNGINGSSTED					FLOK
STILES	HLÆRE STAMMEL HÆRVEDIG-GRORDE				JO GRÆSTEGN
STOP FODRING					
SKRABER			BIB NAVN		
 AND-FULDT		VERDENS HJØRNE	FISK		
BESJEJRE			FLAD-TRÅDT KORT		
HASTER					LEGEDEL
		PSYKE OP-FØRSEL			
HILSEN BÆLTE			KORT		BESIDDELSESLIP
STAT				KVIST SEL-SKAB	
RED SKAB			DYR		
OVER-SPRINGE				FORK EFTER-LIGNING	
SHÆRH-SLAVE		PIGEMANN KASTET OP		STRØM BÅD	
PINER					
GI-TO-VET ME	DES-UDEN		KARAK-TER		BEDE-SNAK
			RET		SÆL-GERE RRYODER
KØRE FAST-SETTE					
VAND	SVERIGE		ANNEK-PLADS		

FORK	FRUGT	ARTIKEL	KORT	FUGL	PÅ- STAND	LAG	NØRGE	FUGLE- BOSTED	DESSERT	SVÆRE PRIMA 2400	FENGO- RINGS HJÆLP	BESKYTTER MOD BLÆSTEN PIGENAVN	
								PANDE- PRODUKT MINUS				TOG TAG	
							FØJ RUNDER		DIGT		OP- DAGER		
ENG MØNT FORK.		GUDINDE KRYDDER			PÅ- VIRKER						IND- MAD		
					STATER				BINDE- ORD		STOF		
			TO ENS		STYKKE FIRS			ÅR			FYR GUDINDE		
DEN- GANG		FOOTØJ MØBEL DEL			BESK LETTEDE				PRO- CES		KENDT ØNKE VORALER	STYRE	
			Ø LUFART				RUT		INFLI- CERER			PLAGE	
	16 ¹⁸ TO				SJAP HVL			KORT OPBEVAR- STED			TAL	TRÆ GUD	
BLAN- KEDE PRESSER								DANSK STED- NAVN DRIK			KØRE NEDBØR		
				KRIKKE VAND HUL			SJAP HVID		FINGER TRÆ NING		SKALLEN ALL RIGHT		
			VÆGT FORK PÅ PÅ ENGELSK		SNASK MISSE					KÆR- TEGNE	HØNGE- TILNAVN	TONE SPORTS- MÆND	
	SLANGE BEFORDR MIDDEL				LEVE MÅDE VAR VENNER			VUR- DERER MAND					
								HØVEDDE KLÆDN. BRAS			VO- KALER	ÅBNIN- GER	LØBER
			GØR STÆRK LØMME							SER RIDDER			HEN- STOD
ARTIKEL		HÆNDER DYR					HANKE FRANSK GADE				TAN- GERER IDRÆT		
		FRYDER						SKINNE	RØG STORT		ULEMPE ISRAEL		
FÆLDE SKJUL						TIDS RUM KORT				TRÆ OPDAGE		FORK- RODE	
	AH AF- SØRER			GRÆNSE					AFSON DRET				
		TONE SJEJLER			ØRLOV		PIGE- NAVN HAL- VERER				DYR KILDE		
				BARSLET SCHW. BY					VOKAL	ÆDEKAR RESPEK- TERE		FORTIN- LIGE	
RAGER BUK								TONE LILLE RUM			HVIDE		
						FRIE						SPIDS UBRUGT	
				KLØ				HEN- SIGT			SKIKKE		
	SKIN- NENDE					STEGER						GENE- RAL	70 lot

VM I GÖTEBORG

Generelt

I dagene fra den 3-16 august 1986 blev der afholdt VM i atletik, svømning og bue-skydning. Fra I.H. Aalborg deltog 2 svømmere (Mogens Christensen og Connie Thodberg). Endvidere var Sten med som leder, Barbara med som fysioterapeut og Karin med som træner. De første dage deltog Karin i klassificering af svømmerne, så hende så vi ikke meget til i de dage. Klassificeringen foregik den 3.-6. aug. Efter dette system fik svømmerne points efter bevægelighed, koordinationsevne og muskelstyrke. Denne test foregik på land, mens den såkaldte vandtest skulle bekræfte svømmernes funktionsdygtighed. Da denne fremgangsmåde kun anerkendes til testning af amputerede, spastikere og les autres, skal de synshandicappede til en alm. synstest med bedste optik.

Mens klassificeringen af de andre landes idrætsfolk fandt sted, var vi ude for at træne og få føling med vandet.

Søndag den 3. aug

Efter en udsøgt morgenmad hos Mogens, begav vi os til Frederikshavn-Göteborg færgeren. Da vi kom til Göteborg kom vi på en længere sightseeing med Sten som guide. Da vi kom til vores indkvarteringssted på Jarnbott-skolen fandt vi at standarden i Sverige var dalende. Om aftenen tog vi ind til messehallen (et informations- og samlingscenter for alle deltagerne fra de 39 lande). Mandag og tirsdag foregik klassificeringerne.

Tirsdag aften skulle åbningscerimonien foregå. Efter landopstilling på en sportsplads foregik en gåtur i Göteborgs gader. Der blev byttet badges og hatte. Da vi nåede rådhuset var der opvisning af svenske folkedansere, gymnaster samt sangkor. Legene blev åbnet af kong Carl Gustav og Silvia. Da der onsdag var konkurrence tog vi tidligt hjem.

Onsdag den 6. august.

Konkurrencerne for denne dag begrænsede sig til konkurrencer for blinde og svagtsende. Jeg var ude i *50 m. bryst på 0.49.56 sek.*

Torsdag den . august

Det danske flag røg til tops da Mr. fly: Mogens Christensen svømmede *25 m fly på 0.18.20 sek.* Mogens fik en guldmedalje. Om aftenen var vi i messen for at hylde Mogens i stedet for at tage til VM i speedway.

Fredag den 8. august

Da jeg ikke skulle i konkurrence den dag, lå jeg og trænede, mens Mogens skulle ud i *100 m fri. Tiden 1.31.50* hjembragte ham endnu en guldmedalje. Om aftenen var vi i messehallen for at hylde verdensmestrene. De fik et diplom. Derefter var der diskotek.

Lørdag den 9. august

Jeg var ude i *100 m fri*, som jeg svømmede på *1.33*. Om aftenen var vi i Liseberg for at høre Kim Larsen, mens de danske roligans tog tilbage til Aalborg efter at have fodret os med dansk rugbrød.

Søndag den 10. august

Omkring middagstid tog vi ud på atletikstadion, da der skulle være race for kørestole. Om aftenen grillede vi mad på skolen. Mandag trænede Mogens og jeg.

Tirsdag den 12. august

Mogens var ude i *100 m bryst 1.51.98 sek.* og *50 m fri på 0.40.01 sek.* Jeg svømmede *100 m bryst p 1.47.94*. Om aftenen fejrede vi Tonny's fødselsdag.

Onsdag den 13. august

Mogens var ude i *50 m ryg i tiden 0.49.64*, mens jeg var ude i *50 m fri på 0.39.28*.

Torsdag den 14. august

Da Torsdag var den sidste konkurrencedag, var der fest lige fra morgenstunden. Da officials marcherede ind på plænen i strålende solskin gik de med paraplyer og spillede "I'm singing in the rain" Under prisoverrækkelsen røg flagene kun halv op, mens VM hymnen var færdigspillet. Mogens var, som sidste diciplin ude i *100 m medley*. Han svømmede den på *1.38.49 sek*, mens jeg svømmede *200 m bryst på 3.44.06*.

Efter dagens dyst var vi i messen for at fejre Mogens som havde fået en førsteplads. Endvidere ville vi fejre at vi var færdige med at svømme. Vi hyggede os og glædede os til afslutningsfesten som skulle foregå i en skøjtehal. Men efterhånden som arrangementet trak ud, både med hensyn til maduddeling og prisoverrækkelse kom der et skår i glæden. I al forvirringen kom det forkerte flag op under prisoverrækkelsen. Efter fyrværkeriet tog vi hjem på skolen for at hygge os med guitar-spil og sang. Det var meget hyggeligt.

Lørdag den 16. august

Vi tog fra Göteborg kl. 10.00 og blev modtaget i Frederikshavn med flag og gaver fra klubben. Efter en fin velkomst kørte vi til Nørresundby hvor Sten, Barbara og Mogens' familie tog imod os.

I det store hele var det en vellykket tur. Rent sportsligt levede svømmerne stort set op til forventningerne. Mange satte personlige rekorder eller fik medaljepladser, hvilket betød at Danmark fik en 7. plads ud af 39 deltagende lande. Bag dette fine resultat ligger mange timers træning samt god psykisk opbakning på bassinkanten af træneren og fra kammaraterne. I svømmehallen fungerede alt perfekt, mens indkvarteringen på skolen var langt under svensk standard. Til slut vil jeg sige tak til klubben, trænerene og mine kammerater for en dejlig tur.

Connie Thodberg

Svømning...

Kreds og venskabsstævne i
Vadum d. 5. oktober 1986

Resultater:

Annette Pedersen	kl. A
100 m ryg	1.52.2
100 m bryst	1.48.4
100 m fri	1.45.5

Stephan Dahl	kl. B
100 m ryg	1.26.1
50 m fly	0.36.3
100 m fri	1.18.2

Mogens Christensen	kl. C
25 m fly	0.20.6
100 m fri (u. konk.)	1.34.3
50 m fri	0.57.2

Kurt Johnsen	Ven. u/14 år
25 m ryg	0.25.3
25 m bryst	0.26.8

Christian Hoffmann	Ven u/14 år
25 m ryg	0.28.8
25 m bryst	0.30.5

Kasper Hansen	Ven. u/14 år
25 m ryg	0.29.8
25 m bryst	0.35.2

Allan Svenningsen	Vensk. o/14 år
25 m ryg	0.30.8
25 m bryst	0.24.3
50 m bryst	0.53.8

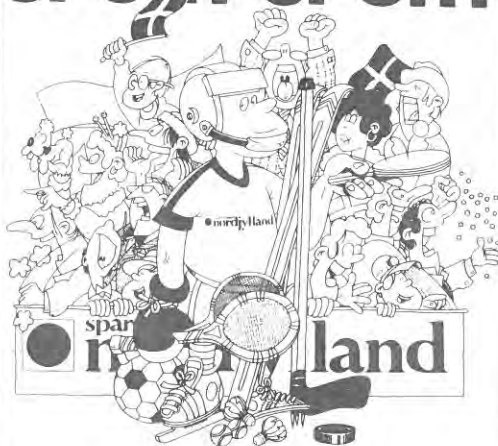
Ortopædisk fodtøj
Indlæg
Ortopædiske træsko
Forhandling af Solidus sko



Aalborgs Ortopædiske Håndskomageri

v/ K. E. Nielsen
Niels Ebbesensgade 8 b
9000 Aalborg . Telf. 08-13 78 21

SPORT SPORT



Der er sport i nordjylland!

sparekassen
nordjylland

Martin Christensen

Vensk. u/14 år		
25 m	ryg	0.30.9
25 m	bryst	0.36.5

Heidi Christoffersen

Vensk. u/14 år		
25 m	ryg	0.38.5
25 m	bryst	0.57.4

Thomas Christensen

Vensk. u/14 år		
25 m	ryg	0.39.4
25 m	bryst	0.41.4

Jan Laursen

Vensk. o/14 år		
25 m	ryg	0.24.9
50 m	bryst	0.55.3

Rikke Hansen

Vensk. o/14 År		
25 m	ryg	0.34.4
50 m	ryg	1.14.2
25 m	bryst	0.31.7
50 m	bryst	1.14.6

Gitte Pedersen

Vensk. o/14 år		
25 m	ryg	1.04.7
50 m	ryg	2.27.8

Jesper Nielsen

Vensk. o/14 år		
50 m	ryg	1.10.4
25 m	bryst	0.31.0
50 m	bryst	1.09.6

Connie Schmidt

kl. C		
25 m	fly	0.29.4
50 m	fri	0.55.5

Svømmeudvalget

Ortopædisk bandageri og skomageri

Bandager Underlivsbælter
Proteser Indlæg og
Støttekorsetter ortopædisk fodtøj

Måltagning efter forudgående aftale

Mandag til fredag, kl. 8-16

SAHVA

Dannebrogsgade 43, 9000 Aalborg Telefon (08) 13 24 77

Husk KÆMPE bankospil

Fredag den 7. november kl. 19.00 i klubhuset på Henning Smithsvej for medlemmer med pårørende.

**Mange fine gevinster
Vind anden til Mortens aften.**

Skydning...

Lørdag den 22. november 1986, er der elektronskydning for blinde og svagtseende i klubhuset på Henning Smithsvej. KOM og overvær dette stævne, og opdag en ny fascinerende måde at skyde konkurrence på.



Telefon **08 - 27 12 32** et nummer der tæller
når bygning og reparation det gælder.



**Tømrer-, snedker- og glarmester
arbejde udføres:**

Egon Andersen

VÆRKSTED: Ellehammersvej 74 - 9430 Vadum
PRIVAT: Møllevænget 20 - 9430 Vadum

En ferietur med Lions Club

Jeg kom til Vadum en mandag aften lige før ferien. Gitta kom hen og spurgte mig om jeg skulle noget i ferien, hvilket jeg ikke skulle, så hun havde en ferie til mig. Da hun havde fortalt mig lidt om den, sagde jeg ja tak til ferien, der gik til Tølose ved Roskilde og varede i 14 dage - fra søndag den 20 juli til søndag den 3. august.

Der var ankomst søndag mellem kl. 13.00 og 14.30. Da jeg ankom fik jeg noget af et chok, for jeg vidste ikke at det var en så flot gård jeg skulle bo på de næste 14 dage. Den lå i et meget naturskønt område og der var 6 km. til den nærmeste by. Da vi blev indkvarteret fik jeg det næste chok - vi var ialt 26 mennesker fra Danmark, Grønland, Canada, og Finland. Vi blev fordelt i 2 lejligheder, hvor der var fire værelser med bad til hvert værelse. Kl. 15 blev lejren åbnet mens vi drak kaffe og snakkede sammen. Vi hilste på det ægtepar der skulle lede lejren - de havde forøvrigt deres 3 børn med. Resten af dagen slappede vi af ved at snakke og spille fodbold.

Mandag den 21. juli.

Vi skulle ind til Roskilde bl.a. for at se Domkirken. Det var virkelig interessant at se kongernes grave og det kæmpestore orgel. Derefter skulle vi se byrådssalen. Det var dog lidt besværligt at komme derop eftersom det lå på anden sal. Om eftermiddagen var vi ude for at se Vikingskibsmuseet, hvorefter turen gik tilbage til lejren. Om aftenen havde vi bålplads, hvor vi grillede pølser og snakkede mege sammen nu hvor vi havde lært hinanden meget bedre at kende.

Tirsdag den 22 juli

Denne dag var afslapningsdag, hvor nogen gik ture mens andre spillede ludo, fodbold eller var sammen på anden måde. Om aftenen var vi alle samlet til social aften, hvor vi skulle fortælle om os selv.

Onsdag den 23. juli

Vi skulle på tur til København, hvor vi bl.a. skulle på havnerundfart. Det var mægtigt sjovt, da vi så havnen, B & W og sejlede rundt midt inde i København. Vi gik derefter på strøjtur i grupper, hvorefter vi skulle mødes udenfor Tivoli kl. 19.00. Hør fornøjede vi os til kl. 12.00 midnat, hvor vi så fyrværkeri. Derefter gik turen hjemad.

Torsdag den 24 juli

Vi havde hele dagen, hvor nogen benyttede os af chancen til at sove længe, derefter var vi sammen så meget som muligt - hyggede os med et slag kort eller hvad vi nu kunne finde på.

Fredag den 25 juli

Vi skulle træne til idrætsdag, hvor vi fik besøg af Roskilde Handicap Idrætsforening. Vi trænede i fodbold, kørestolsræs, bordtennis, Volley ball og boccia. Om aftenen hyggede vi os ved bålet og bagte snobrød og stegte pølser.

Lørdag den 26. juli

Så kom dagen hvor vi skulle ud og slås, for at vise dem fra Roskilde hvor gode vi var, hvilket vi også fik vist dem, da vi vandt alt. Om aftenen var der fest, hvor vi fik noget godt at spise. Der var dans bagefter og vi morede os ud til de små timer. Vi havde en god dag med dem fra Roskilde.

Søndag den 27. juli

Der var ikke ret mange af os der var ret meget værd. Så det blev til en rigtig afslapningsdag.

Mandag 28. juli

Vi skulle på tur til Zoo i København, hvor vi havde to timer til at se på dyrene. På hjemvejen kørte vi en omvej, hvor vi skulle se et naturskønt område. Om aftenen slappede vi af med lidt fodbold, eller et spil ludo.

Tirsdag den 29. juli

Vi skulle ud at se Lejre forsøgscenter. Dette er et center hvor der er stenalderhuse, jernalderhuse og brøncealderhuse. Hør fik de gående deres problemer med at køre de siddende, idet der ikke ligefrem var handicapvenligt.

Onsdag den 30. juli

Vi havde fri, hvorfor vi morede os med en gang vandkamp.

Torsdag den 31. juli

Der var indkøbstur til Roskilde. Der var nogen der købte en hel masse, mens andre slet ikke købte noget. Om eftermiddagen var vi på besøg i Roskilde Handicap Idrætsforening, hvor vi fik kaffe med kage. Bagefter var der nogen der skulle prøve styrketræning.

Fredag den 1. august

Vi havde fri og slappede derfor af ved at spille lidt fodbold, kort eller ludo. Nogen af os gik en tur. Om aftenen holdte vi afskedsfest med en god middag først og med dans bagefter ud til de lyse timer.

Lørdag den 2. august

Da man fik øjne slappede man bare af, pakkede, ryddede op og gjorde rent. Om aftenen hyggede vi os igen til de sene nattetimer.

Søndag den 3. august

Så oprandt dagen hvor vi skulle tage afsked og det var svært, fordi man havde fået en masse nye venner. Der var heller ikke nogen af os der havde et tørt øje.

Hvis andre skulle få et lignende tilbud, kan jeg roligt anbefale ferien. for det er et minde for livet som jeg aldrig kommer til at glemme.

Henrik

... Juleferie plan ...

Der holdes ferie i uge 52 og uge 1 - fra den 22. december til den 4. januar begge dage inclusive.

God ferie

Juleafslutningen i Vadumhallen afholdes mandag den 16. december med gratis kaffe, brød til de "STORE" og flotte juleposer til de "små", samt **STOR FLOT TOMBOLA**, hvor der er gevinst næsten hver gang.

Apropos gevinster: Har du lyst til at sy - strikke - hækle - male - lave og forære et par gevinster til tombolaen modtager vi dem med kyshånd.

Bestyrelsen

Alle

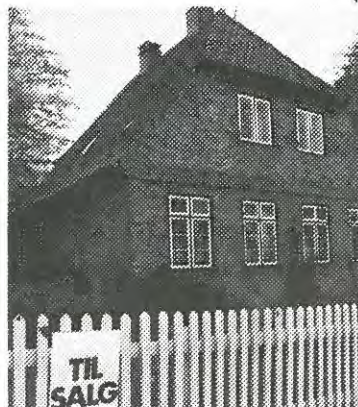
*Idrætsudøvere,
trænere,
udvalgsmedlemmer og
hjælpere*

*ønskes hermed en rigtig
god jul og et godt nytår.*

Bestyrelsen

**Total-
finansiering**
gennem Sparekassen

**gør det
10-15% billigere
at bo i eget hus!**



Totalfinansiering gennem Sparekassen sikrer Dem den mest fordelagtige belåning, når De køber hus. Med totalfinansiering tilbyder vi Dem kontantlån, så De helt undgår de dyre sælgerpantebreve, og vi sørger for, at de offent-

lige lånemuligheder bliver udnyttet fuldt ud. Resultat: Mindre månedlig husleje og lavere købspris. Dertil kommer at handelsomkostningerne bliver mindre. Tal med Sparekassen om egen bolig.

SPAREKASSEN

sds

Gravensgade 1a . 9100 Aalborg
Tlf. 08 - 13 75 22

SIDSTE FRIST

Deadline til nr. 53 er den 19. december 1986