



HJERNESKADE FORENINGEN

LIV DER REDDES - SKAL OGSÅ LEVES

Lokalafdeling Nordsjælland

Nyhedsbrev 19. Årgang nr. 3 aug - okt 2026

KNOPPEN



Ligesom os har blomster sommetider
en svær tilværelse, hvis de ikke
finder støtte og hjælp.
Lad os hjælpe hinanden!

Vi vil helst udsende Nyhedsbrevene pr. e-mail



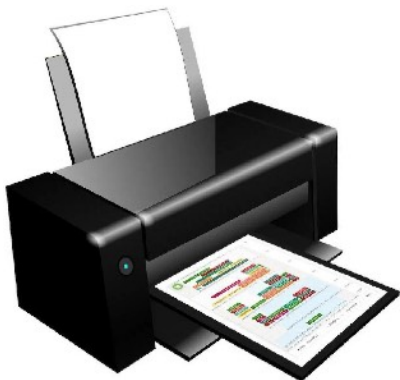
Kære medlemmer det vil være rigtig godt hvis så mange som muligt vil modtage vores nyhedsbreve via mail.

Det er blevet en meget stor omkostning, at lave og udsende breve på grund af udviklingen inden for postomdeling.

Hvis Du gerne fremover, vil modtage Nyhedsbrevene i papirudgave via brev, beder vi Dig om at tilkendegive det med en besked til

René på mail: reneboegeskov@live.com eller SMS til 2145 9097

Hvis vi ikke får en sådan tilkendegivelse, vil Du fremover modtage Nyhedsbrevet via E-mail



Hvis du vil modtage nyhedsbrevet pr E-mail, kan du måske få hjælp af en til at udskrive det, så du har det som en papirudgave.

Man kan eventuelt få det udskrevet på nærmeste bibliotek.

Bowling hver tirsdag:

Bowling og hygge og så er det gratis!

Har du lyst til at møde nye mennesker og samtidig have det sjovt? Bowling er en social aktivitet - alle kan være med og fællesskabet er vigtigt! Vil du vide mere så SMS til René 2145 9097

Det er gratis for dig/jer, der er medlem af Hjerneskaedeforeningen.

Vi spiller hver tirsdag **(Undtagen i skoleferierne)** kl. 12:00–14:00 i bowlingcenteret i Hillerød. Vi mødes klokken 11:45

Vil du være med? Så bare mød op! Vi ses!

Onsdagscafe' for hjerneskladeramte og pårørende

Hvis du har lyst til at være sammen med andre hjerneskladeramte, deres familier og andre med interesse for sagen, så er Onsdagscafeen en mulighed hver den 1. onsdag i måneden fra kl. 15:00-17:00.

(undtagen i juli & august) Så har du lyst til at stifte bekendtskab med Onsdagscafeén, kan du bare møde op i

Frivilligcenter Græsted, som er beliggende

Græsted Stationsvej 8 ved den gamle "Græsted Skole". Vil du høre mere om Onsdagscafeén – så kontakt René eller Inger Lise Bøgeskov på tlf.: 2145 9097 / 2145 9083

eller se på hjemmesiden under lokalafdeling Nordsjælland på

<https://hjerneskadet.dk/region-hovedstaden/nordsjaelland/>





Sejltur med lækker frokost Helsingør - Helsingborg

Vi indbyder til en sensommerfrokost i maritime omgivelser med nærvær, samvær og en lækker frokost.

27. september 2026

- Mødes kl. 11.30 i færgeterminalen
- Pris 150,- kr. Efter tilskud fra Hjerneskadeforeningen
- Tilmeldingsfrist 19. september 2026
- Tilmelding til: Allan Zenth mobil: 61 85 77 35
- Betaling til MobilePay 273047 eller på Bankkonto 5334 0000241597

Husk mærk betalingen "Øresund"

Prøv alle de retter I har lyst til, mens færgen krydser Øresund
Menu består af så mange ting, at vi kun kan fremhæve lidt af lækkerierne. Det vil være salat bord, grønt og frugt. Forretter, varmt mad og dessert bord med flere ting, I kan smovse i. Buffeten vare 1,5 time



På gensyn til efterårs hygge
med Hjerneskadeforeningen



Så er starten gået for 2. halvår

Vi håber, at i har haft en god sommerferie, og nu er parate til at tage hul på efteråret, som kommer inden vi får set os omkring.

Selvom sommeren ikke helt er forbi er det smukke efterår også værd at vente på, med alle sine flotte farver.

Nordsjælland er fantastisk om efteråret. Gå en tur i den historiske Tisvildeleje Hegn, tag på opdagelse i skovene ved Esum Kloster, eller nyd den friske luft og de smukke, gyldne farver ved kysten.

Ja vi bor i et dejligt land, husk at nyde det.

Bestyrelsesmedlemmerne i Lokalafdeling Nordsjælland

Lokalafdelingen Nordsjælland dækker følgende kommuner: Allerød, Fredensborg, Gribskov, Halsnæs, Hillerød, Hørsholm og Rudersdal

Formand:

Lisbeth

Holmgaard

Mobil: 23 46 96 97

Mail:

sydkajen@mail.dk

Bestyrelsesmedlem:

Inger Lise

Bøgeskov Nielsen

Mobil: 21 45 90 83

Mail:

ilboege-

skov@gmail.com

Bestyrelsesmedlem:

Betina Zøllner Mobil:

21 48 05 43 Mail:

bjz@live.dk

1. Suppleant

Søren Holmgaard

Mobil: 23 69 80 68

Mail;

holm-

gaard@post9.tele.dk



Kasserer:

Allan Zenth

Mobil: 61 85 77 35

Mail:

allan.zenth@gmail.com





Bestyrelsesmedlem:

René Bøgeskov

Nielsen Mobil: 21 45

90 97 Mail:

reneboegeskov@live.com



Bestyrelsesmedlem:

Lars Lemche

Mobil: 20 96 11 51

Mail:

lars@lemche.dk



**Og til slut er det ikke mængden af år i dit liv,
der tæller – det er mængden af liv i dine år**

– Abraham Lincoln