

**December
2006**

MG Nyhedsbrev



Nyt fra Myasteni-gruppen



Muskelsvindfonden

Indhold:

Indhold.....	1
Telefon og mailliste.....	1
MG-seminar, en beretning.....	2
Valget til gruppene.....	5
Evalueringskemaerne.....	6
Web-forum, MG kort.....	6
Ungdomsgruppen.....	7
Førtidspensionist - folkepensionist..	8

Skyerne gråne, og løvet falder,
fuglene synger ej mer
vinteren truer, og natten kalder
blomsterne sukke: det sner!
Og dog bære blus vi med glæde

Solhvervet kommer, og bladet vendes,
dagene længes på ny,
solskinnet vokser, og vintren endes,
lærkerne synge i sky.

Derfor bære blus vi med glæde

Grundtvig 1847

MG-Nyhedsbrevet er denne gang blevet et decembernummer, og jeg kan passende starte med et par vers af den utroligt smukke efterårs/advents sang af Grundtvig: *Skyerne gråne, og*

løvet falder. For det gør de i øjeblikket, selv om det kniber med kulden og sneen, så er der dog ikke langt til solhverv og jul, hvor vi igen går mod lysere dage.

Lysere dage som det var, da mange MG'ere var samlet til seminar i sommer. Det er dejligt for arbejdsgruppen, at der bakkes så godt op om de arrangementer vi afholder. Der er senere i nyhedsbrevet en beretning fra seminaret. Nyhedsbrevet indeholder også noget om overgangen fra at være førtids- til folkepensionist, et emne der er blevet til på opfordring af læserne. Jeg vil igen opfordre læserne til at skrive beretninger eller komme med idéer til nyhedsbrevet. Nogle af de idéer og opfordringer, der kom op på seminaret, er allerede ført ud i livet. Således har vi nu vort eget web-forum, og der er lavet MG-kort på engelsk. De nye grupper arbejder med de kommende arrangementer, så næste års træf er allerede i støbeskeen.

God fornøjelse med MG-Nyhedsbrevet.

Johannes Gravgaard
Kløvertofte 65, Grundet
7100 Vejle
7584 4485
gravgaard@grundet.dk

Telefon- og mailliste:

MG arbejdsgruppen

Linda S Andersen.....	47174258	linda.bengt@vip.cybercity.dk
Lea Blom.....	44975154	lea.blom@mail.dk
Marianne Bendix Tholstrup.....	36698508	mbt@tdc.dk
Kammilla Vogelius.....	36783009		
Lotte Frank.....	98154150		
Johannes Gravgaard.....	75854485	gravgaard@grundet.dk

Ungdomsgruppen

Rikke Birk Larsen.....	26408728	rikke-mus@post.cybercity.dk
Mette Fomsgaard.....			fomsgaardmette@hotmail.com
Karina Rosenborg Hendriksen.....			k_rosenborg@ofir.dk
Carina Nors Jensen.....			carina@nors-jensen.dk

Medlemskonsulent

Asger Frost.....	89482222	asfo@muskelsvindfonden.dk
------------------	----------	-------	---------------------------

Hjemmeside

www.muskelsvindfonden.dk⇒medlemsaktiviteter⇒medlemsgrupper⇒diagnosegrupper⇒Myasteni-gruppen
www.myasteni.org www.muskdebat.dk

Myasteni-seminar 2006

Efter seminariet er jeg blevet opfordret til at skrive en lille beretning om dagene på Vejle Idrætshøjskole.

Det gør jeg gerne, men jeg vil bare tage det forbehold, at det følgende på ingen måde er et egentlig referat eller nogen objektiv beskrivelse, men blot et personligt indtryk.

Måske bør jeg først præsentere mig selv: Jeg hedder Birte Brejner, er 58 år, bor - efter adskillige flytninger mellem Jylland og Sjælland - nu i Hørve mellem Kalundborg og Holbæk. Flytninger der oftest har været forårsaget af jobmuligheder. De sidste 13 år har jeg fungeret som højskolelærer i skånejob, et job som jeg elsker højt, men som på grund af kulturkløfter indenfor højskolen er meget konfliktfyldt i disse år.

Jeg har haft Myasthenia Gravis i 46 år, altså fra jeg var 12 år gammel. Jeg startede i sin tid - nærmere betegnet i 1978 - MG afdelingen under Muskelsvindfonden sammen med Camilla Vogelius og Poul Ammenstorp. Vi arbejdede alle aktivt under fonden i en del år. Camilla har været den mest vedholdende. Poul er fuldstændig helbredt og har været det i mange år, så han har ikke længere kontakt til fonden. Selv har jeg ikke arbejdet aktivt siden midten af 80'erne og har ikke været til seminar i mange år, så jeg var næsten "ny".

Min hverdag er fortsat meget præget af Myasthenien, jeg bliver meget hurtigt træt og slap, og især min gådistance er kort, men jeg har de sidste år oplevet en spontan bedring af mine kræfter.



Vi ankom fredag aften - min mand og jeg. Skolen var let at finde efter det medsendte kort. Vi blev venligt modtaget og fik anvist et udmærket værelse med gode senge og badeværelse.

Kort efter ankomsten var der motion. Noget forbeholdende gik jeg til en af idrætshøjskolen gymnastiklokaler. Klokkeren var 20.00 om aftenen, jeg var træt efter turen. Motionen stod på stiltfærdig familiedans og andre kollektive "lege", forestået af et par af skolen lærere, og da jeg er et uforbederligt legebarn, så var fristelsen for stor og jeg kastede jeg mig ud i løjerne. Dog måtte jeg sveddryppende og smårystende trække mig tilbage et par gange. En enkelt leg var opdelt efter "niveau", det lave niveau passede mig fint.

Der var dog en del, der ikke lod sig lokke - måske ca.



1/3 - de nøjedes med at kikke på.

Bagefter var der sandwich i dagligstuen. Sultne efter de fysiske udfoldelser og det nødtørftige madder på turen, så vi frem til et let måltid.

Næsten med forskrækkelse blev vi mødt med knaldrøde spegepølse - og rullepølsesmadder, sådan nogle har jeg ikke set i mange år, jeg troede faktisk de var uddøde, og havde da slet ikke forventet at blive konfronteret med dem på en idrætshøjskole. Med en hurtigt blik ud over fadene var det ret let at konstatere, at de da heller ikke havde frådset med dem - de sidst ankomne måtte nøjes med en lang næse.

Næste morgen var der heldigvis et variabelt morgenbord. Dog undrede jeg mig igen over, at der kun blev serveret lyst brød uden kerner. Nå! men mysli, juice mm. skortede det ikke på.

Derefter mødtes vi i Fodbolden. Ja ! ganske rigtigt : Skolens foredragssal er formet som en kæmpe fodbold med rigtig gode sæder i amfibiopstilling og en elendig akustik - i alt fald

fra publikum til ”manden på podiet”. Det konstaterede vi, da vi forsøgte at synge: Septembers himmel er så blå – hvad den faktisk var i rigelig grad. Det var umuligt at høre hinanden. Endnu engang undrede jeg mig på højskolens vegne: Hvordan bærer de sig ad med at synge morgensang med den akustik, men det kan selvfølgelig være, de har en andet lokale til den slags.

Om at blive rask - remission

Derefter var der foredrag ved Johannes Jakobsen fra Århus Kommunehospital, neurologisk afd.

Han lagde ud med at betone betydningen af trivsel, ligesom han gav udtryk for at det var betydningsfuldt for ham, at møde en hel gruppe myasthenikere på en gang, det gav også ham nogle muligheder. Det vakte forventninger hos mig om en oplæg, hvor man ikke bare ville gennemgå de forskellige kategoriseringer og behandlingsmetoder, men netop lægge vægt på en dialog, der havde til hensigt at give indsigt i hvad der var betydningsfuldt i hverdagen og gav baggrund for trivsel. Intensionen var sikkert god nok, men det var svært - i alt fald for mig – at se den røde tråd mellem oplægget og indholdet.

Johannes opstillede 3 kategorier af MG: let, middelsvær og svær - og kategoriserede dem efter symptomer. Jeg tog ikke notater, da jeg ikke på det tidspunkt kendte min opgave

JJ betonede, at det var den enkelte patient, der selv beslutter hvor meget og hvordan, man ønsker at modtage behandling. Her kom trivsel på banen. Johannes lagde vægt på at det ikke var rimeligt at forlange at en patient modtog bestemte behandlinger for at være berettiget til f. eks hjælp fra den sociale sektor. De er helt klart op til den enkelte hvilken behandling, man ønsker at modtage. Man er berettiget til hjælp til det man har brug for, uanset hvilken behandling, man ønsker at modtage.

Der var en del spørgsmål angående den tilsyneladende generelle bedring både hos nye og ældre myasthenikere, bedringer som tilsyneladende ikke bare skyldtes bedre behandlingsme-

toder, men også spontane bedringer hos mennesker, der havde været i den samme behandling i mange år.

Denne tendens havde JJ ikke bemærket, og spørgsmålet blev ikke fulgt op. Det kom aldrig til at stå helt klart for mig, hvorfor Johannes fandt det interessant at mødes med hele gruppen på en gang.

Personberetninger

Efter frokost fortalte 4 forskellige myasthenikere ud fra titlen: ”At blive rask med myastheni”.

Hanne Bech fortalte om mange år med myastheni. År hvor hun i høj grad havde eksperimenteret med og søgt alternativ behandling. Hanne fortalte veloplagt og frisk om zoneterapi, mineraler, akupunktur, psykologstøtte mm. Hun har nu en hverdag uden medicin og uden symptomer.

Inge Nielsen fortalte en gribende historien om mange, mange år med MG. År der var startet under professorvældet på Riget. År med afmagt og udelukkelse, men også om spontan bedring i myasthenien og et liv med mand og børn, og ikke mindst gode naboer, der hjalp, når det knep.

Lillian Jepsen fortalte om 8 år med MG, om medicins behandling, om oplevelsen af væsentlig bedring efter tymektomi og om nu kun at tage 3 Mestinon om dagen af bare



vane.

Endelig fortalte Karlo Jensen med meget humor om sit forløb, hvor han tabte hovedet for nu igen at holde det højt uden medicin.

Personligt havde jeg ingen oplevelse af en fællesnævner, der kunne forklare de spontane bedringer, det giver naturligvis håb til mange, men det kunne være interessant at finde en forklaring.



Beretning, valg og ideer

Senere på eftermiddagen var der rekruttering til de forskellige udvalg. Resultatet kan læses andetsteds i dette nyhedsblad.

De afgående udvalgsmedlemmer blev takket for deres indsats. Især fik Inge Nielsen tak for sin langvarige indsats i MG gruppen og for sin indsats som kontaktperson.

Mg gruppen blev rost for sin indsats, og modtog opfordring til fortsat at holde uformelle møder i de 2 verdensdele Jylland og Sjælland - gerne træf med kulturelle indslag. Næste seminar finder sted i 2008, steder er ikke fastlagt. Seminariet skal bl. a. handle om alternativ behandling, ligesom der var ønsker om indslag om kost og motion.

Endvidere var der forslag om at udarbejde spørgeskemaer, der kan klarlægge tendenser. Asger ville bringe dette ønske videre til Rehabiliteringscentret for muskelsvind.

Desuden havde Asger en "lille sort bog", hvor han notere, de der havde brug for centret til at støtte sig i personlige sagen f. eks i forhold til sociale myndigheder eller andre behandlere. (Centret er altid på sidelinjen og kan være en fantastisk hjælp).

Lørdagen var lidt lang, det ville have været en god aflastning for siddemusklene med lidt familiedans i en af pauserne.

Men ellers var pauserne meget konstruktive.

Jeg havde nogle virkelig gode snakke med andre Mg-ere, filosofiske overvejelser over, hvad der kunne være årsag til de tilsyneladende spontane bedringer, eller hvad der kunne udløse MG : Virus, chok, stress. Det er tankevækkende, at næsten alle, man taler med, har været under stress relativt umiddelbart inden debuten....

Desuden udvekslede vi sociale oplysninger. Det var ærlig talt lidt chokerende at konstatere at nogle ikke kender mulighederne for fleksjob, skånejob, pensionskassernes udbetaling ved kritisk sygdom, eller kender reglerne for merudgifter og hjælperordningen § 77.

Henvend jer til Rehabiliteringscentret, hvis jeres hverdag ikke fungerer, så kan de guide jer på vej.

Og så blev det evigt tilbagevendende spørgsmål om invalidebiler debatteret. Mange brugere mener, at invalidebiler bør være et gratis hjælpemiddel, hvor man kun selv betaler forbrug. Jeg vil forsøge at undersøge, hvad der har været truffet af afgørelser i de sociale nævn eller Den sociale Styrelse ang. dækning af merudgifter i forbindelse med invalidebiler. Selv får jeg dækket merudgift til forsikring og merudgift til merkørsel og merbenzin til stor bil.

Magisk middag

Middagen lørdag aften var en positiv overraskelse. Dels fordi forventninger til det kulinariske ikke var helt i top. Men de negative forventninger blev gjort til skamme. Vi fik en meget velsmagende oksefilet og hjemmelavet is. Mine tanker gik tilbage til dengang, da maden måtte bestå af hakket kød, fordi man ikke kunne forvente at myasthenikere var i stand til at tykke skært kød. Men højdepunktet var en elektriker klædt i overalls, der pludselig meddelte, at der var overgang i rørene. Ud af det sprang en fantastisk underholdende og charmerende tryllekunstner – rigtig godt med et underholdende indslag.



Efter middagen gik vi på værelset. Jeg var uvenner med de lave dagligstuemøbler og trætr.

Stress og Myasteni

Søndag formiddag fortalte Asger i afslappet form om stress.

Han har påtaget sig et mindre stressforskningsprojekt, hvor han ønsker at undersøge, hvordan man kan måle stress; samt at klargøre sammenhængen mellem stress og træthed.

Kan stress i nogle tilfælde have en positiv indflydelse på MG, fordi stress udløser binyrebrakhormon?

Desuden lagde han op til debat om, hvordan man håndterer stress.

Dette udløste en del debat om, hvordan man definere stress, træthed, myasthenisk træthed, depressioners træthed mv.

Mit eget bud er, at stress opstår, når man oplever, at opgaven er så stor at man kommer under pres.

Almindelig træthed er den, hvor man gaber og ikke gider.

Myasthenisk træthed er en følelse af ikke at kunne bevæge sig, selv om man godt kan, men det er simpelthen uoverkommeligt. Lidt i retning af depressions træthed, men med den forskel, at man egentlig har lyst til de udfoldelser, man ikke orker.

Myasthenisk slaphed er tilstanden, hvor man simpelthen ikke kan udføre de nødvendige bevægelser fordi man ikke har kræfterne

De forskellige former kræver naturligvis forskellige håndteringer.

Birte Brejner
Hørve 15.10.2006

Valget til arbejdsgrupperne

Som omtalt i sidste MG-Nyhedsbrev var der store røkeringer på vej i MG Gruppernes sammensætning.

MG-ungdomsgruppen havde annonceret deres nedlæggelse under overskriften *En ungdomsgruppe takker af!* Om det var denne artikel eller godt benarbejde vides ikke, men da valget

nærmede sig var fire rede til at stille op, to genvalg og to nyvalg. Lotte Haaning ønskede ikke genvalg, vi takker for hendes indsats i gruppen. Nyvalgt blev Karina Henriksen og Mette Fomsgaard, der præsenterer sig selv andet sted i bladet. Da der havde meldt sig nyt blod, havde både Carina og Rikke mod på at fortsætte.

I MG-arbejdsgruppen ønskede Helen og Inge ikke at modtage genvalg, og Janne måtte stoppe pga. civilt arbejdspress. Vi takker dem alle for deres arbejde for Myasthenigruppen.

Heldigvis var friske kræfter villige til at stille op, så nu er Lotte Frank og Marianne Bendix Thostrup medlemmer af arbejdsgruppen, de præsenterer sig selv nedenstående.

Vi takker for medlemmernes interesse for valgene, gruppernes arbejde og inspiration. Uden opbakning og interesse fra medlemmerne vil arbejdet i arbejdsgrupperne være meget tungt og uden vision.

JG

Marianne fortæller om sig selv:



Jeg er 39 år og bor i en 2. sals lejlighed i Søborg. Jeg har en søn på 12 og bor sammen med Thomas som har en søn på 8 år.

I marts 2005 fik jeg fik diagnosen Myastheni Gravis (den svære af dem), og fik fjernet brislen

juni 2005, desværre var der en svulst i, så jeg fik efterfølgende 25 strålebehandlinger i september 2005.

Jeg arbejder i TDC Mobil i et flexjob.

Lotte fortæller om sig selv:

Jeg hedder Lotte Frank, og har haft MG siden foråret 2004. Det var et hårdt forløb i 1½ år, men har her i sommeren 2006 endelig fået et mere stabilt indhold. Jeg ser frem til at være i arbejdsgruppen, og tilføje nye ideer/oplæg m.m. til fælles gavn for alle med MG.

Siden 1977, hvor jeg startede helt ung, har jeg

arbejdet som pædagog i socialpædagogisk regi. Vi har ikke længere hjemmeboende børn. Mine interesser er meget blandede f.eks. kunst/kultur, læsning, håndarbejde, sund levevis og det at være ude i natur og have.



Jeg tilstræber at holde muskulaturen ved lige med motion som gåture, fysioterapi, stavgang og lidt cykling og svømning.

Resultat af evalueringskemaerne fra MG-seminaret d. 22-24. september

Arbejdsgruppen har nu gennemgået evalueringskemaerne. Af de ca. 88 deltager har ca. 30 % svaret, de fleste var personer med MG.

Der var en stor positivitet omkring de emner der var på seminaret, mange mente at blot de fik en indbydelse til seminaret i 2008, så kommer de. Men aldrig ros uden ris. Noget af utilfredsheden gik på selv højskolen, at der var for mange trapper og for lange gå afstande. Der var kritik af at der ikke var "rigtigt" mad fredag aften. Kritikken er taget til efterretning, men arbejdsgruppen vil dog lige her gøre opmærksom på, at der i indbydelse/tilmelding stod, at der ville blive serveret en snitte. Meningen var så, at man på egen vis skulle havde sørget for aftensmaden inden indkvarteringen fredag aften. Omkring indholdet på seminaret var der stor tilfredshed dog var flere lidt kede af, at der ik-

Web-forum

Myastenigruppen har nu fået sit eget webforum på www.muskdebat.dk. Det var et stort ønske på seminaret og vi håber at det vil blive benyttet flittigt.

På vort forum kan du skrive om erfaringer, tips, idéer, hilsner, hjertesuk, spørgsmål eller slet og ret bare for at få luft. Du kan kommentere tidligere indlæg, eller selv skrive et nyt, og endda oprette et helt nyt emne. For at få adgang til at skrive skal man tilmeldes som bruger, dette foregår også via siden og er ganske enkelt. Jeg vil opfordre til at benytte sig af denne mulighed!

MG-kort

Der er nu lavet et MG-kort eller medicinkort på engelsk, hvilket der var forespørgsel efter på seminaret. Der er det kort hvor på der står at vi har MG, vore data og hvilke mediciner vi ikke kan tåle. Kortet kan rekvireres ved at kontakte Asger på Muskelsvindfonden. God tur!

ke var afsat mere tid med prof. Johannes Jakobsen fra Århus kommune hospital.

Vi har også fået gode forslag til næste seminar, blandt andet at der kunne komme emner om omkring kost og motion, om hvordan pårørende takler at leve med en MG'er, flere personberetninger, noget om målrettet fysioterapi og foredrag med RCFM's psykolog John Marquardt eller lignende.

Under søndagens afrunding kom der yderligere ting op, blandt andet:

- En ide om at lave et spørgeskema til MG'erne som kunne indhold f.eks. spørgsmål om hvilken grad MG, hvilken medicin – hvor meget – hvor tit, i job eller ej osv.
- Forslag om MG-kort på engelsk.
- Oprettelse af forum på nettet
- Oprettelse af mail-lister om nyheder.
- Holde sig i form – målrettet fysioterapi
- Kost og levevis
- Lave en artikel i fysioterapi bladet
- Minikursus for mødre med MG som har små børn
- Højskole på Musholm

Vi i arbejdsgruppen er glade for de mange tilkendegivelser og vil arbejde videre med de fremkomne forslag.

Arbejdsgruppen oplevede at deltagerne var glade for person beretninger og derfor opfordrer vi til at man kommer med personberetninger til nyhedsbrevet, som Johannes Gravgaard administrer. Vi opfordrer også til at man går ind og deltager i debatforummet på www.muskdebat.dk

#

En ungdomsgruppe genopstår

Vi har i et tidligere nyhedsbrev bekendtgjort at vi ønskede at stoppe vores arbejde i ungdomsgruppen. Ved nærmere eftertanke har vi (Rikke og Carina) alligevel valgt at fortsætte for en periode mere.

I den anledning vil vi godt sige farvel og tak for samarbejdet til Lotte og hej og velkommen til Mette og Karina. Vi glæder os til at arbejde sammen med jer.

Vores plan er at vi laver et arrangement i stil med det vi har gjort de andre år, men vi er selvfølgelig også åbne over for nye ting, så hvis du sidder inde med noget du brænder for, noget du synes vi skal kigge nærmere på eller lignende så send en mail på mgnordic@myasteni.org

Samtidigt vil vi igen gerne opfordre til at man melder sig på vores mailingliste. Det er ganske gratis og en god måde at snakke med andre på.

På vegne af ungdomsgruppen
Carina

Nyt fra ungdomsgruppen

Nu har den nye ungdomsgruppe holdt møde og vi vil da lige informere om vores planer for 2007.

Vores næste arrangement vil løbe af stablen i april formentlig d. 13.-15. og vil komme til at handle om samliv/sexliv. (håber vi)

Vi håber at finde en god sexolog som kan komme på besøg. Vi vil prøve noget nyt denne gang for at formindske udgifterne, så vi leder pt. efter en spejderhytte eller lign. vi kan leje.

Vi har desuden snakket om, at holde vin/øl eller whisky-smagning. Dels smager dette godt og dels kan det måske tage toppen af nogle hævninger? Der er selvfølgelig ikke krav om at man siger noget. Man har også lov til bare at suge til sig og lytte.

Derudover har vi planlagt noget lidt mere socialt samvær privat.

18. august nupper vi en grill dag/aften hos Rikke i Odense.

3. november nupper vi en bøf og bio hos Carina i Kokkedal, men da der kun er plads til i alt

Jeg hedder **Mette Fomsgaard** og er 28 år og bor i Hobro.

Jeg fik konstateret mg i 2004 og fik brissel i efteråret 2004, hvilket hjalp på mit syn, som før havde været meget slørret og jeg så dobbelt. Men udover synet har operationen ikke hjulpet. Jeg bliver stadig lige træt af at lave noget.

Jeg er uddannet pædagog men har kun arbejdet som pædagog i fleksjob på 16 timer, da jeg ikke kan holde til fuldtids job. Jeg er pt sygemeldt og venter på at blive førtidspensioneret. Hvad jeg så skal bruge livet til, har jeg endnu ikke fundet ud af, men det skal nok komme til mig.

Karina Rosenborg Hendriksen fortæller om sig selv at hu er 21 år og bor i Dianalund på Sjælland sammen med kæresten.

Tiden går med at passe datteren på 1½ år så fritidsinteresser er der ikke meget tid til for tiden.

Karina har haft myastenia gravis hele livet.

7 personer i kælderen, bliver dette måske rykket til en større biograf hvis der kommer mange tilmeldinger.

Næste møde i arbejdsgruppen er 17. januar i Århus og hvis der er noget som ungdomsgruppen skal tage op, skal vi have en mail senest 10. januar på mgnordic@myasteni.org

Ungdomsgruppen

Mette, Rikke, Karina og Carina



Ungdomsgruppen anno 2006,

Førtidspensionist - folkepensionist, hvad så?

Når du fylder 65 år kan du få folkepension. Hvis du er fyldt 60 år inden d. 1.7.1999 får du folkepension som 67. årig. Folkepensionen består af et grundbeløb og et pensionstillæg. Pensionstillæggets størrelse er afhængig af om du er alene eller du er gift/samlevende. Grundbeløbets størrelse er afhængigt af din indtægt, hvorimod pensionstillæggets størrelse er afhængigt af både din og din samlevers/ægtefælles indtægt

Når du skal være folkepensionist og modtager en af nedenstående handicapkompenserende ydelser, skal du være opmærksom på følgende:

Førtidspension:

Førtidspensionen bortfalder og erstattes af folkepension

Pleje- og bistandstillæg:

Hvis du har førtidspension efter de gamle regler fra før 1.1.2003 og er bevilget et bistands- eller plejetillæg, kan du fortsat få dette tillæg så længe du opfylder betingelserne. Pleje- og bistandstillæg kan søges op til man får folkepension men ikke efter.

Merudgifter:

Din bevilling på dækning af merudgifter stopper når du bliver folkepensionist.

Invaliditetsydelse:

Invaliditetsydelsen stopper når du bliver folkepensionist.

OBS: Hvis du får dækket merudgifter eller får invaliditetsydelse, er der givet adgang til at disse ydelser fortsætter, hvis du vælger at opsætte din folkepension - det vil sige udsætte den fordi du stadig er i arbejde og arbejder mindst 1500 timer om året.

Praktisk hjælp:

Bevilling af praktisk hjælp fortsætter når du

bliver folkepensionist så længe du opfylder betingelserne for at få hjælpen. Praktisk hjælp efter § 76 og §77 kan også søges når du er folkepensionist.

Ledsageordning:

Har du fået bevilget en ledsageordning inden du bliver folkepensionist kan du beholde den - ordningen kan ikke søges når du er blevet folkepensionist.

Hjælpemidler og bil:

Der er ingen aldersgrænse for hvornår man kan søge hjælpemidler og handicapbil.

Ovenstående er en kort gennemgang af hvad der sker med de handicapkompenserende ydelser når man går på folkepension. Hvis du ønsker at vide mere om præcis din situation, vil jeg anbefale at du kontakter din sagsbehandler i kommunen så i sammen kan gennemgå konsekvenserne for dig.

Hvis du gerne vil vide noget om andre områder det kan være værd at vide noget om når man bliver ældre, vil jeg anbefale dig at købe opslagsbogen "Værd at vide" som Ældresagen udgiver hvert år. Her kan du få svar på spørgsmål om arbejdsmarkedet, om arv og testamente, boliglovgivning, gæld, hjemmehjælp, sociale pensioner, investering og opsparing, sundhedsområdet o.s.v. Opslagsbogen er udgivet af Ældresagen, koster 150 kr. og kan bestilles via en boghandler. Den kan også læses på deres hjemmeside www.aeldresagen.dk.

Endelig er du altid velkommen til at kontakte en af konsulenterne i Rehabiliteringscenter for Muskelsvind for råd og vejledning.

Annemarie Mikkelsen,
socialrådgiver
Rehabiliteringscenter for Muskelsvind /Århus

MG-Nyhedsbrevet og MG-arbejdsgrupperne ønsker læsere og medlemmer en



GOD JUL

og et

godt og helsebringende nytår

