

# RYK Bestyrelsesmøde - Referat

Lørdag den 7. marts 2026 – Musholmvej 100, 4220 Korsør -  
Musholm

Kl. 11.00-18.00

## Deltagere

Helle Schmidt, Jette Poulsen, Kenneth Ørbæk, Alberte Grindsted Jensen,  
Theresa Jensen & Camilla Bach (evt. Teams)

Afbud: Kristian Nygaard, Keld Jensen

## Dagsorden / Referat

### 1. Velkomst ved Helle

Anders Plovgaard er, grundet personlige årsager, trådt ud af bestyrelsen. Der skal lyde en stor tak til Anders for den tid, han har været en del af bestyrelsen, samt for hans bidrag. Det har været meget værdsat, og bestyrelsen ønsker ham alt det bedste fremover.

Suppleant Camilla Bach indtræder som 1. suppleant på Anders' plads.

Kampagne "Tænk hvis"

DH opfordrer til at der laves et post med "Tænk hvis" i forbindelse med folketingsvalget. Der lægges et post op post på Instagram og Facebook fra dagens bestyrelsesmøde.

### 2. Valg af mødeleder

- a. Jette Poulsen

### 3. Valg af referent

- a. Alberte Grindsted Jensen

### 4. Økonomi herunder adgang til kasserermail og Navision

- a. Kenneth har ikke haft adgang til kasserer mailen og har derfor ikke set de mails, der er sendt til [kasserer@ryk.dk](mailto:kasserer@ryk.dk), som er den officielle kasserer adresse angivet på ryk.dk. Det gælder både henvendelser fra medlemmer (bl.a. vedrørende kørsel) samt andre mails, herunder regninger. Dette er naturligvis ikke holdbart. Derudover har Kenneth ikke kunnet logge ind i Navision (økonomisystemet) og har derfor ikke haft mulighed for at bogføre. Problemet er nu løst via hovedkontoret.
- b. Hvad er status?  
Regnskabet er ved at blive gjort færdigt. Der er kommet penge fra Vanførefonden fra 2025.
- c. Har vi styr på MobilePay, Kenneth?

Der skal styr på, hvilken bank pengene går ind på. Kenneth følger op.

- d. Bladpuljen?  
Den er søgt.
- e. Vanførefonden sommerkurset 2026?  
Den er søgt.
- f. Tommy og Signe mangler betaling for deres udlæg til Wings for Life 2025?  
Kenneth følger op.

## 5. Sundhedspolitik

- Henvendelse til diverse ministre  
Helle ønsker at have tættere samarbejde med ministrene, og sidste år sendte hun et åbent brev til ministeren vedr. §100 (brev og svar bragt i RYK! Magasin og lagt på hjemmesiden).  
Flere henvendelser i pipeline, så vi har en stemme på Christiansborg.
- Samarbejde med BEC  
Vi har et godt samarbejde med BEC. Der rækkes ud til RYK, når vores deltagelse i div. arbejdsgrupper er relevante. Der skal spørges om der må holdes et oplæg for personalet omkring uge 30 – Helle.

### Rygstøtten

Der er et godt og givende samarbejde med Rygstøtten, som vi gerne laver arrangementer med, når det er relevant.

- Videncentret Vest?  
Theresa har talt med Mikkel Bundgaard, der tidligere var RYKs repræsentant og afventer noget materiale. Theresa rækker ud til Mikkel igen.

## 6. Coloplast RYKs hovedsponsor

- a. Sponsoraftale Coloplast 2026. Sponsoraftalen er på plads og underskrevet.
- b. Oplæg på Coloplast for nye medarbejdere i Coloplast  
Oplæggene foregår på engelsk. Helle har været på Coloplast og holdt oplæg. I den forbindelse får RYK midler ud over sponsoratet.

## 7. Strand arrangement – 28. august 2026 ??????

- a.

## 8. Status/kommende arrangementer:

- a. Generalforsamling 6. juni 2026  
Datoen er aflyst grundet afbud fra værterne. Der er kontaktet forskellige lokationer ift. afholdelse. Ny dato: **26. september 2026**. Nærmere følger.
- b. Lancering af opdateret kostpjece 4. februar på Special Hospitalet  
RYK deltog alle fire steder i forbindelse med lancering af kostpjece som fandt sted 4. februar på BEC, VCR, Specialhospitalet i Rødovre og Aarhus. Mange havde lagt vejen forbi de fire steder og deltog aktivt i lanceringen. Lanceringen blev streamet, og den er lagt op på RYK's hjemmeside, hvor man også kan finde den opdateret kostpjece. RYKs seneste publikation "Livet går videre" var med på Specialhospitalet i Rødovre. Tak til deltagerne og dem fra

repræsentanter fra RYK.

c. Fisketure i øst

- I det kommende år vil der løbende blive afholdt fisketure på Sjælland. Turene har til formål at skabe fællesskab og gode naturoplevelser for medlemmerne og vil blive planlagt med fokus på tilgængelighed. Derudover arbejdes der på at etablere tilsvarende fisketure i Jylland, så tilbuddet på sigt kan komme flere medlemmer til gavn på tværs af landet. Er der nogen i det jyske, der har lyst til at være tovholder på sådan et arrangement hører bestyrelsen gerne fra jer?
- Det er hensigten, at der på sigt dannes små netværk, der selvkørende.
- Foreløbig plan for fisketure på Sjælland kan tilgås på RYK's hjemmeside Danmarks Sportsfiskerforbund drømmer om at få midler til tilgængelige fiskepodier rundt om i landet.
- Der er kommet mange henvendelser fra RYKs medlemmer, så det virker til at fiskeri har stor interesse. Det blev besluttet, at bruge nogle midler til at dække udgifter til disse arrangementer.

d. Wings for Life World Run

- Wings for Life World Run er vores løb. Wings for Life er et velgørenhedsløb med fokus på at støtte forskning i rygmarvsskader. RYK har deltaget siden opstarten i Danmark. Løbet afholdes globalt med opstart kl. 13:00 i Danmark. Hele startgebyret går ubeskåret til forskning i rygmarvsskade.
- Tidligere deltagelse har givet gode erfaringer med synlighed, fællesskab og formidling af viden om rygmarvsskader. De seneste år har RYK deltaget i Fredericia, hvor kommunen er gået all in, men i år afholdes det i Odense, hvor RYK har et team, der deltager. Ruten ligger midt i Odense og er kørestolsvenlig.
- Muligheden for også at have et arrangement i København blev drøftet. Samme dag løbes der også Copenhagen Marathon, hvilket giver mange udfordringer.
- Det blev besluttet: Jette og Helle er tovholdere i Odense. Er der nogen der ønsker at stå for et løb i Viborg?
- RYK har fået sponseret 2 liftbusser fra København og Brabrand (Aarhus)
- Vi håber på, at mange har lyst til at deltage
- Det blev besluttet, at RYK giver kaffe og rundstykker i busserne.

e. Para-alpint skiløb

- RYK har modtaget en henvendelse fra **Mathias Thygesen**, som skriver på vegne af **Aarhus Skiklub** og samtidig i sin rolle som forsker i **TSCI** ved AUH. Aarhus Skiklub er i gang med en revitalisering og gentænkning af klubbens aktiviteter. I den forbindelse overvejer de at etablere en para-afdeling. Baggrunden er bl.a., at der er opført en kunstig skibakke i Horsens, som klubben planlægger at benytte fast – herunder med mulighed for træningstilbud i para-alpint skiløb. RYK ser meget positivt på initiativet, da skisport kan bidrage til både fysisk aktivitet, fællesskab og mentale oplevelser for mennesker med rygmarvsskade. RYK har lagt op til et fællesarrangement i Århus og bidrager med synlighed via vores netværk og kommunikationskanaler.

- f. Sommerkursus uge 30
- Der er åben for tilmelding, og der er allerede venteliste
  - Talt om evaluering fra 2025
  - Drøftet minisommerkursus på Musholm for dem på venteliste – Helle.
  - Den til hver tids siddende formand i RYK har en plads i planlægningsgruppen sammen med RYKs kursusleder og RYKs kasserer. Bestyrelsen vil gerne bidrage endnu mere. Det blev besluttet at invitere John Hinrup (kursusleder) til vores bestyrelsesmøde.
- g. "Rejse efter en rygmarvsskade – Livet går videre"
- RYK har søgt om økonomisk støtte til et projekt, der skal gøre det muligt for personer med rygmarvsskade, som er usikre eller uerfarne med at rejse, at gennemføre deres første længerevarende ferie med tryghed og nødvendig personlig assistance. Projektet har til formål at give mod på fremtidige rejser, øge livskvalitet og selvtillid samt reducere social isolation.
  - Rejsen planlægges til **efteråret 2026**, med deltagelse af ca. 10 personer med rygmarvsskade og eventuelle tilhørende personlige hjælpere/ledsagere.
  - Projektet forankres i RYK og gennemføres af frivillige med erfaring i rejser med rygmarvsskade. Budgettet søges dækket via almennyttige fonde, da deltageres egne udgifter kun dækker rejsen selv. Formålet er at demonstrere, at rejser er muligt med den rette støtte, og at erfaringerne kan inspirere andre med rygmarvsskade, deres pårørende, turismebranchen og samfundet generelt.
  - Det er muligt for deltagerne selv at søge fondsmidler til dækning af turen.
  - Vi har søgt en del fonde og desværre fået en del afslag. Der er dog indtil nu kommet 50.000 kr. ind til projektet. Tovholder Stig Langvad, Cathrine Guldborg og Helle Schmidt.
- h. Inspirationsfilm til rejse
- RYK har søgt om økonomisk støtte til et projekt, der skal resultere i små film der kan inspirere og give mennesker med rygmarvsskade tryghed, mod, lyst og inspiration til at rejse som en naturlig del af livet
  - Projektet omfatter **forberedelsesfase, gennemførelse af rejse og efterforløb**, inkl. dokumentation og formidling af erfaringer via medlemsblad, sociale medier og samarbejdspartnere.
  - Det forventes at filmene kan offentliggøres i foråret 2027 – Tovholder Stig Langvad, Cathrine Guldborg & Helle Schmidt.
- i. Forskningsseminar 2027
- Dato: den 3.-5. december 2027
  - Der arbejdes på indholdet
- j. Decon
- Vil gerne lave to arrangementer med os. Der arbejdes på at finde lokaler og indhold. Tovholder Helle.

- Alle officielle henvendelser til RYK modtages via [info@ryk.dk](mailto:info@ryk.dk), og det er derfor vigtigt, at mailen tjekkes **mindst to gange om ugen**. Dette sikrer, at udmeldelser og andre henvendelser besvares rettidigt med en hilsen fra RYK.  
Der skal være backup på det: Alberte tager den og skriver til Claus for adgang.

#### 10. Oplæg på Aarhus Universitetshospital

- Helle og Jette skal holde oplæg om livet med en rygmarvsskade for nogle sygeplejersker torsdag den 12. marts 2026.

#### 11. ESCIF 2026 – aktiv aldring af mennesker med rygmarvsskade

- ESCIF (European Spinal Cord Injury Federation) afholder konferencen fra 27.–30. maj 2026 med fokus på aktiv aldring blandt mennesker med rygmarvsskade. Konferencen sætter fokus på muligheder, forskning og erfaringer med at støtte rygmarvsskadede i at bevare aktivitet, sundhed og deltagelse i samfundet, når man bliver ældre.  
RYK deltager for at sikre vidensdeling med medlemmer og fagpersoner, så erfaringer kan omsættes til konkrete tiltag i Danmark. Helle har sagt ja til at holde oplæg om RYKs film om seksualitet og Intimitet på konferencen.
- Jette har søgt midler til deltagelsen, og Jascha Fonden har ydet økonomisk støtte.
- Bestyrelsen har godkendt, at der kan bruges nogle af midlerne fra seksualitet og intimitet projektet til rejsen for Helle og Jette, hvis dette er nødvendigt. Helle har sin hjælper med.

#### 12. Sociale medier

##### a. Oprettelse af LinkedIn for RYK

- Vi har tidligere besluttet at der oprettes et **LinkedIn** for RYK, som skal fungere som et centralt kontakt- og koordineringspunkt med blandt andet andre handicaporganisationer og fagfolk. **Alberte** er udpeget som **tovholder** for **LinkedIn** og vil have ansvar for den daglige opfølgning og kommunikation.
- Helle har oprettet LinkedIn på [info@ryk.dk](mailto:info@ryk.dk).
- Det er aftalt, at det der kommer på Facebook og Instagram fra RYK vedr. arrangementer og nyheder, kommer på LinkedIn.

##### b. Facebook/Instagram – Jette: hvordan går det?

Jette opfordrer til, at Facebook gruppen er RYK relateret fx nyheder, arrangementer mv. Jette opretter en ny gruppe, hvor der kan stilles spørgsmål. Instagram fungerer fint.

##### c. Bogen "Livet går videre"

- Bogen ligger på RYK.dk og kan købes for 250 kr.
- RYK's medlemmer kan få et eksemplar af bogen tilsendt mod betaling af porto.
- Bogen kan endvidere fås ved RYK's arrangementer.

#### 13. Orientering om RYKs boglager i Køge og stillingtagen til mange bøger

- a. RYK's boglager er placeret i **Køge** og fungerer som centralt lager for alle RYK's publikationer. Bogen "**Livet går videre**" er blevet transporteret til lageret. Udgifter til transport af bogen indgår i regnskabet for bogen. Lageret administreres af Fonden DBK.
- b. På lageret ligger mange af de tidligere publikationer
- c. Stillingtagen: hvad gør vi med de mange bøger?  
Det blev besluttet, at der skal nogle bøger til VCR og BEC, så de kan komme ud at leve.

#### 14. Handicaprådet

Det er altid glædeligt, når medlemmer af RYK har lyst til at engagere sig og bidrage ved at sidde i et handicapråd. På den måde er de med til at give en vigtig stemme til mennesker med rygmarvsskade og sikre, at deres perspektiver bliver hørt.

- a. Anne Bartel er blevet valgt som medlem og sidder for RYK i handicaprådet i Nyborg
- b. Jan Friis er blevet valgt som medlem og sidder for RYK i handicaprådet i Rødovre

#### 15. Magasinet

- a. Bestyrelsen drøftede magasinet's fremtidige løsninger, da Stibo har trukket sig fra annoncesalget for magasinet. Der har været afholdt flere møder med mulige overtagere, og der afventes nu tilbud. Helle er tovholder og vil indkalde bestyrelsen til online møder efter behov.

#### 16. Nyt fra BEC

- a. Rygstøtten holder generalforsamling tirsdag den 17. marts kl. 14.00
  - Alle interesserede i deres arbejde er velkomne på BEC
  - Eventuel tilmelding med navn og telefonnummer sendes til [info@rygstøtten.org](mailto:info@rygstøtten.org)
- b. BEC samarbejder med DTU og studerende inden for medicinsk teknologi med henblik på at udvikle og kvalificere rehabiliterings udstyret/monitoring eller lignende. I den forbindelse ønsker man at udvikle et brugerpanel til at teste og udvikle nye rehabiliteringsteknologier. RYK har sammen med Rygstøtten sagt ja til at deltage i projektet.
- c. RYKs sundhedspolitiske konsulent Jens Bo Sørensen og Helle afholder flere gange om året læringscafé. Sidste gang deltog omkring 10 indlagte, som med stor interesse lyttede og stillede spørgsmål.

På læringscaféerne berøres en række emner, herunder RYKs historie, formål og arbejde. Der informeres også om sommerkurset, herunder muligheden for at deltage som indlagt, samt andre relevante aktiviteter og tiltag.

- d. Årsrapport fra Nordic SIR 2025
  - Nyeste rapport 2025 kan man læse nu:  
[Information about NordicSCIR in english - St. Olavs hospital HF](#)

#### e. Basket

Jette er tovholder på RYKs baskethold, som træner om torsdagen på BEC. I den forbindelse fortæller Jette også om RYKs sommerkursus i uge 30, når lejligheden byder sig.

Jette har et godt samarbejde med fysioterapien, som er med til at motivere og hjælpe indlagte med at deltage på holdet.

Deltagerne på baskeholdet er samlet i en messenger-tråd, hvor der løbende informeres om deltagelse, eventuelle aflysninger m.v. RYK har adgang til hallen, når BEC ikke selv benytter den, hvilket betyder, at der ind imellem kan forekomme aflysninger.

#### f. Sommerkurset i uge 30

Personalet informerer ikke længere om tilbuddet for uge 30 i samme grad, som man tidligere gjorde på Hornbæk. Vi formoder, at dette kan skyldes, at der er kommet mange nye medarbejdere, der naturligt ikke har kendskab til sommerkurset.

Derfor vil vi arbejde på at række ud til BEC og tilbyde at holde et oplæg for personalet, så de bliver bedre klædt på til at informere om sommerkurset og dets muligheder.

Sommerkurset er en oplagt mulighed for ny skadede at få sparring med andre i samme livssituation, dele erfaringer og møde mennesker, der står i lignende udfordringer, og derigennem finde vej til deres nye identitet.

### 17. Nyt fra VCR

- a. Kimen
  - Stiftende generalforsamling den 3. marts 2026
- b. Der er blevet afholdt fastelavn derover
- c. Der er flere arrangementer i støbeskeen.

### 18. IPARD – udvikling af digital platform

- a. IPARD søger personer med rygmarvsskade samt pårørende til at deltage i et forskningsprojekt.

RYK opfordrer medlemmer til at deltage, da det er medlemmerne selv, der har den bedste indsigt i, hvordan hverdagen og løsningerne fungerer i praksis.

Invitation til projektet ligger på RYKs hjemmeside. Kan tilgås på RYK's forside her: <https://ryk.dk/>

### 19. Slettede mails

- a. Der er bedt om at blive slettet mails hos DHF af tidligere bestyrelsesmedlemmer i RYK

### 20. SMUK

- a. RYK deltager ikke på SMUKfest grundet forringede adgangsforhold. RYK har rakt ud til dialog uden respons.

### 21. Eventuelt

- a. Næste møde online er tirsdag den 7. april 2026 klokken 15.30 – Alberte sender teams link.
- b. Nyt fysisk møde søndag 19. juli 2026 kl. 12.00 på Egmont Højskolen.
- c. Folketingsvalg den 24. marts 2026:

Bestyrelsen opfordrer alle til at deltage i valget og dermed være med til at sikre, at mennesker med rygmarvsskade får en tydelig stemme i det demokratiske fællesskab.