



HALLIWICK AARHUS

# PLASK



40. ÅRGANG. NR. 1. FEBRUAR 2021



# NYT ÅR MED NYT HÅB



Susanne til HASA-stævnet i 2019

Så er endnu et år gået - på godt og på ondt - og nu må vi se fremad mod bedre tider med et fornyet håb.

Normalvis ville jeg have skrevet om alle de hyggelige svømmeaftner, de spændende svømmestævner, vores sommerarrangement og juleafslutningen. Men det er desværre ikke helt tilfældet i år, da vi har måttet undvære hinanden og vandet det meste af 2020.

Mange af os sidder og drømmer om, hvornår vi mon kan svømme sammen igen. Men det er endnu uvist, hvornår det kan lade sig gøre, grundet udviklingen i COVID-19, da regeringen den 13. januar valgte at forlænge de gældende landsdækkende restriktioner samt indføre en række skærpede restriktioner. Disse retningslinjer har selvfølgelig indvirkning på, hvornår vi kan genoptage svømningen samt i hvilket omfang og form. Og i HASA følger vi naturligvis myndighedernes udmeldinger og anbefalinger, da vi skal passe på hinanden.

Dette har desværre også medført, at vi i Styregruppen har valgt at udsætte vores generalforsamling til starten af efterårssæsonen i 2021. Udover at følge regeringens anbefalinger og retningslinjer rykkes generalforsamlingen også for, at vi kan gennemføre et sikkert og hyggeligt arrangement for os alle.

Uanset i hvilken form og i hvilket omfang, vi kan genoptage vores svømmeaftner, vil vi orientere jer i takt med regeringens udmeldinger.

På trods af Corona-situationen fik vi heldigvis lov til at have nogle enkelte svømmeaftner i efterårsperioden, hvor vi var i det våde element. Det var ærgerligt, at ikke alle havde mulighed for at komme tilbage i badetøjet, men jeg håber inderligt, at vi alle snart ses igen.

Men det har været dejligt at opleve det store engagement - både fra vores svømmere, instruktørerne og alle de frivillige. I har været med til at fastholde gejsten på trods af en meget uvant og til tider hård periode. Tusind tak for det.

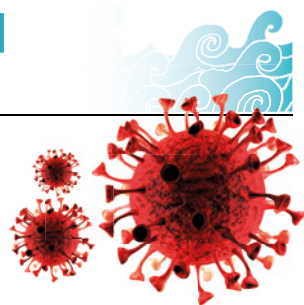
Ydermere skal der siges en stor tak til Salling Fonden og Aarhus Kommune for deres økonomiske bidrag til vores svømmeklub. Se s. 13. Alle bidrag er med til at gøre en kæmpe forskel.

Jeg glæder mig rigtig meget til det nye år! Må det byde på et farvel til Corona og gensyn med masser af venne- og familiehytte, ny optimisme og selvfølgelig - nye sjove og spændende svømmeeventyr.

Susanne Søndergaard, formand for HASA



# TANKER PÅ BASSINKANTEN I EN CORONA-TID



Endelig, efter mange uger uden svømning, var restriktionerne, så vi i efteråret kunne starte forsigtigt op med et mindre antal svømmere. Det at komme i gang var længe ventet for os alle.

Men det blev på en noget anderledes måde, end den sædvanlige onsdag aften i svømmen:

Håndsprit, håndsprit, håndsprit, mundbind, afstand, afkrydsning af os, svømmere på række ind og ud af svømmehallen, møde ind til omklædning på bestemt klokkeslæt, aftørring af skabe, bænke, dørhåndtag med

desinfektionsklude, der manglede, når vi mødte.

Det hele var kaotisk i starten. Men vi Hasa-svømmere holdt os til retningslinjerne, og det hele blev lidt nemmere, indtil smittetallene steg, og vi igen måtte lukke ned.

Jeg er primært instruktør for de unge og vandskrækkerne. Men da vi ikke måtte »



Vandskrækholdet i Lyseng 2017



# TANKER PÅ BASSINKANTEN I EN CORONA-TID (fortsat...)

komme i bassinet, måtte jeg gentænke min rolle. I fantasien så jeg den vandskrække med et tov om maven sat på en lang bam-buspind, som jeg så kunne stå på bassinkanten og holde fast i. Kunne jeg mon få den vandskrække til at føle sig tryk i vandet på den måde? Det var jeg ikke sikker på. Jeg ville ikke selv turde.

Jeg kunne jo tilbyde tørsvømning? Men vandskrækkere har brug for at vænne sig til at være i vandet, så den idé blev også kasseret. I fantasien kunne jeg ellers lige se adskillige modne kvinder tørsvømme på træskamler!

Men det løste sig af sig selv, da ingen af vores vandskrække med brug for støtte have lyst til at være i bassinet uden støtte.

Min unge svømmer havde også set frem til at komme i gang igen. Også her var det helt no go at få instruktøren med i vandet. Vi måtte klare os med en albue-hilsen i stedet for det sædvanlige klem og en påmindelse om, at det nu var forbudt at sprøjte med vand.

Efter et par onsdage fandt min svømmer og jeg hinanden igen og vores sædvanlige samarbejde. Og det viste sig hurtigt, at min svømmer langt hen ad vejen blev en bedre og mere fokuseret svømmer, når jeg ikke var med i vandet, og der ikke var samme mulighed for leg og sjov som før.

Jeg har opdaget, at det kræver noget andet som instruktør, når jeg ikke kan komme i vandet, ligesom det giver nogle andre muligheder, når jeg står på kanten. Og det er en af de ting, jeg tager med fra Coronatiden: At vi

ikke nødvendigvis skal være med i vandet hele tiden. Så fremover vil jeg instruere lidt oftere fra kanten og lidt mindre i bassinet.

Så hvis svømmehallen ellers var åben, ville jeg nu stå længselsfuldt ved bassinkanten og spejle frem mod den dag, hvor bassinet igen fyldes med glade svømmere og instruktører.

Pas på hinanden og jer selv.  
Vi ses.

Annette



Annette

# NYT MEDLEM I HAS STÆVNEUDVALG

Jeg hedder Stina Christiansen, er 48 år og mor til Philip på 13 og Frederik på 16. Vi bor i Tranbjerg syd for Aarhus.

Frederik har CP og er grunden til, at vi har vores ugentlige gang i HASA. Nu er han et år på efterskole, og så vender han stærkt tilbage i vandet til næste år.

I min egen fritid er jeg aktiv i en løbeklub med 200 medlemmer som træner, bestyrelsesmedlem og et par andre poster, og så skriver jeg verdens mindste lokalblad, Tranbjerg Tidende.

Jeg er lige blevet valgt til at præsentere Danmark i IHA's stævneudvalg. Det er en



*Stina Christiansen*

spændende opgave, som jeg håber, at jeg kan løfte.

Jeg er uddannet journalist og arbejder som kommunikationsspecialist i Systematic.

---

## HVAD LAVER IHA'S STÆVNEUDVALG?

PLASK har spurgt Harald, tidligere formand for svømmestævneudvalget i IHA (International Halliwick Assosiation):

"Der der to udvalg i IHA: Et for uddannelse og forskning og et for svømmestævner (Halliwick gala group). Stævneudvalget har til formål at støtte og vejlede det medlemsland, som ønsker at afholde et stævne, ved blandt andet at vurdere om faciliteterne er velegnede, at reglerne er tydelige og at tilrettelæggelsen sikrer, at alle kan deltage på en ligeværdig og retfærdig måde. Sidste stævne var i Polen i 2018, og Kroatien er godt i gang med at planlægge det næste".

*Fra åbningen af det internationale svømmestævne i Krakow 2018*









**HASAs Generalforsamling** er på grund af corona-pandemien udsat til sidst i august – først i september.

Som en følge heraf udsætter vi også forslag til **HASAs HOPTIMISTPRIS 2020**



## HASA KONTINGENTSATSER 2020/21

Kontingent herunder dækker sæsonen august-juni.

### Kontingenttype

|                                         |                   |
|-----------------------------------------|-------------------|
| Børnefamiliekontingent – et barn        | Årligt 780,00 kr. |
| Børnefamiliekontingent – to/ flere børn | 960,00 kr.        |
| Voksen, nybegynder – enkeltkontingent   | 820,00 kr.        |
| ----//---- (andet halvår)               |                   |
| Voksen – enkeltkontingent               | 720,00 kr.        |
| Voksen – familiekontingent              | 900,00 kr.        |
| Instruktør- og Hjælperkontingent        | 120,00 kr.        |
| Passive                                 | 90,00 kr.         |

Vedrørende kontingentindbetalinger bedes du benytte Holdsport, se **[www.hasa.dk/kontingent](http://www.hasa.dk/kontingent)**  
Alternativt kan indbetaling ske på bankkonto reg. 1551 kontonr. 3054489. Husk ved indbetalingen at skrive dit navn.

## DEADLINE NÆSTE BLAD - 30. APRIL

- SKAL OVERHOLDES ! -

Stof sendes til HASA: Aase Nørrung, Ydunsvej 28, 8230 Åbyhøj  
Telefon 86 15 00 73, E-mail: [aasenoerrung@gmail.com](mailto:aasenoerrung@gmail.com)

**NÆSTE NUMMER AF PLASK UDKOMMER FØRST I JUNI**



Parasport Danmark ønsker at komme tættere på sine klubber, så vi sammen er med til at udvikle sport for mennesker med en funktionsnedsættelse. Fra januar 2020 har hver idrætsgren fået tilknyttet en ansat fra Parasport Danmark, som primær kontakt.

Svømmekonsulenten er med til at udvikle parasvømning lige fra bredde til elitesvømning og vil samarbejde med landets svømme-klubber, så vi kan give endnu flere mennesker med en funktionsnedsættelse mulighed for at svømme.

## **Herunder har Anne-Dorte Andersen fra Parasport Danmark skrevet om et nyt landsdækkende svømme-rekrutterings-projekt:**

*I denne artikel vil jeg fortælle om projekt Rising Stars i Århus, som vi glæder os til at udvikle blandt andet sammen med jeres klub HASA.*

Siden 29. august 2020 har man kunne møde en gruppe parasvømmere på Århus Svømmestadion til træning hver lørdag fra kl 12.00 – 14.00. Nogle svømmere har været konkurrence-svømmere i mange år, andre er nytilkomne. Det er Parasport Danmarks boble, talent og landstrænerstab, der står for denne ugentlige træning. Og svømmerne kommer fra hele Jylland og FYN.

Parasport Danmarks Rising Stars begyndte i 2018 og tilbyder udøverne et attraktivt udviklingsmiljø, hvor der er plads til alle, og hvor trykke rammer gør det til et sjovt sted at være. Rising Stars bygger bro mellem parasport og de almene hold ude i foreningslivet. Rising Stars skal ses som første trin hen mod konkurrence indenfor atletik, bordten-

nis og svømning. Og det er primært et tilbud for børn i alderen 7 – 15 år som har et fysisk, syns- eller udviklingshandicap.

Alle interesserede svømmere og deres forældre inviteres til en snak og en prøvetræning. Hvis det så viser sig, at svømning ikke er den rigtige idrætsgren, hjælper vi med at skabe muligheden for at prøve en anden idrætsgren.

Men det kan også være, at svømmeren har bedst af at starte på et andet svømmehold: I HASA for eksempel. I så fald vil vi henvise til jeres klub.

I Parasport Danmark håber vi på et samarbejde med de lokale almene - og parasvømmeklubber. Således at Rising Stars Århus og HASA arbejder sammen og henviser til hinanden. Det kan være, at der i HASA er en svømmer, som gerne vil træne noget mere og se, om parasvømning på talentplan måske var noget. Når Rising Stars-svømmerne skal inkluderes i klubber, vil det for nogle svømmere være oplagt at blive medlem hos HASA. Ligesom man kan også forestille sig samar-



bejde på andre planer for eksempel afholdelse af små lokale stævner. Vi ser frem til et godt samarbejde med jer.

Kontakt til Rising Stars Århus kontakt:  
Bettina Fisker: mobil 31 94 14 34  
e-mail: bef@parasport.dk

Generel info om Parassvømning i Parasport Danmark: Anne-Dorte Andersen  
mobil: 21 34 44 24 ,  
e-mail: ada@parasport.dk  
følg os på facebook: parassvømning

## DØDSFALD



*Tove Møller Jespersen, i HASA kendt som Moster Tove, døde i januar 2021. Tove svømmede flere år i HASA sammen med sin søster Kirsten og sin nevø Bjarne.*



# TAK FOR JULEGAVEN!



Mandag den 7. december 2020 landede denne, let forkortede, mail i Susannes indbakke:

**Kære Hasa,  
Halliwick Svømmeklubben, Århus**

Salling Fondene og Aarhus Kommune har vedtaget en hjælpepakke til sport- og fritidsområdet på i alt 30 mio. kr.

Hjælpepakken skal sikre, at der på trods af coronakrisen fortsat er tilbud om sunde fællesskaber i Aarhus.

I vedhæftede bevillingsbrev fra Aarhus Kommune og Salling Fondene er hjælpepakken og vilkårene for den konkrete støtte til jer nærmere beskrevet.

Nærværende mail og bevillingsbrevet udgør således det samlede tilsagn til jer fra både Aarhus kommune og Købmand Herman Sallings Fond.

Hasa, Halliwick Svømmeklubben, Århus tildeles et ekstraordinært engangsbeløb som en del af hjælpepakken på i alt kr. 2.400,00. Beløbet vil blive udbetalt den 18. december 2020.

Støtten er finansieret af Salling Fondene og Aarhus Kommune.

Købmand Herman Sallings Fond bidrager således med 1/3 og Aarhus Kommune med 2/3.

Med venlig hilsen

Aarhus Kommune  
Sport & Fritid







# HILSEN FRA YVONNE OG CO.



Vi er langt fra de eneste, der synes, at 2020 har været et meget udfordrende år. Jeg kan tydelig huske sidste svømmeaften, inden første lockdown i marts. Det var nemlig netop denne onsdag, statsministeren i et pressemøde meddelte, at Danmark dagen efter skulle lukke ned på ubestemt tid! Jeg kan huske, at vi var glade for, at vi lige havde nået en sidste svømmetur inden pausen, inden vidste, hvor længe skulle vare.

Og ja, det blev en meget lang pause for alle os, der elsker vandet og ikke mindst har brug for bevægelse i det blide element!

Jeg må indrømme, at jeg var lidt nervøs i efteråret for at komme i vandet igen efter den lange pause. Jeg var bange for at vandskrækken var blevet for stor.

Men det viste sig heldigvis, at jeg følte mig veltilpas i vandet igen - jeg nyder det virkelig. Søren, min mand, har haft mulighed for at svømme i havet sommeren over. Men for mig er svømmehallen den eneste mulighed, og jeg kan virkelig mærke, at kroppen var blevet "rusten" efter de mange måneder uden svømning.

Jeg tror, vi er mange, der håber, at det nye år bliver lettere og med færre afbrydelser i svømmerutinen. Selvom vi nu befinder os i en ny lockdown, så skal vi holde humøret og ikke mindst håbet oppe herom!

Bedste hilsener til jer alle fra Søren, Yvonne og Aurelija.

# HVA' HAR LYSENG GANG I?



*Det nye babybassin i Lyseng*





Hvad har de gang i, spurgte vi hinanden, da vi startede i efteråret. En stor trævæg, som dækkede hele væggen, var sat op bag børnebassinet. Men så en onsdag var den fjernet og afslørede et lille og fint babybassin.

Martin Bjørn, der er daglig leder i Lyseng, fortæller, at udover babybassinet er der også blevet lagt nye fliser i området hen mod familierummene.

Så langt så godt. Men nu var væggen i stedet sat op mellem svømmebassin og udsprings-

bassin. Om det skriver Martin Bjørn, at betonfundamentet på 5-metervippen ikke var det bedste, så det er også blevet renoveret og er nu ved at tørre.

Så når vi igen kan komme i bassinet, er vippen klar igen – til orientering for udspringerne i HASA!!!



*Glæd jer til saunaen – den er også blevet renoveret*







# BARSK ROMAN OM EN FAMILIES LIV MED EN AUTISTISK SØN



Romanen **"Tung tids tale"** af Olaug Nilssen tager afsæt i den norske forfatters egne erfaringer som mor til et barn med autisme. Hun skildrer hverdagen med dens udfordringer, men også sine daglige kampe med systemet.

**"Tung tids tale"** er fortællingen om den treårige dreng Daniel, der går fra at være et velfungerende barn til at miste sit sprog, forandre personlighed, blive voldsom mod børn, søskende, forældre og får en autismediagnose. Det er en barsk roman om at være forælder til et barn med autisme, om kærligheden og kampen for, at barnet skal blive set som den, han virkelig er. Om skam og magtesløshed, sorg og sygdom, men også om at finde smukke øjeblikke i livet og værdsætte dem.



*"Tung tids tale" er udgivet i foråret 2020 på forlaget Turbine og koster 200 kr.*

## VERD AT VIDE

**Værd at vide: GENLYD** er en slags opslagstavle for hele Aarhus, hvor man kan søge og undersøge basis for venskaber og fælles aktiviteter. Over 2000 borgere er allerede aktive på **GENLYD**, men der er god plads til flere.

Ring til fællesskabsformidler Louise på tlf. 41 87 36 87 og hør nærmere.

Du kan også se mere på [www.genlydaarhus.dk](http://www.genlydaarhus.dk)





# BØRNEPØLEN

*Siden for de seje sild og barske vandmænd*



For mange, mange år siden var jeg vikar  
i en formningstime på en skole i Århus.  
Efter timen forærede en af eleverne mig sin tegning.  
Den har jeg gemt, for den gør mig bare så glad i låget  
og minder mig om svømmeonsdagene i HASA.

Aase







# MAVEPLASK

*Pølen med de van(d)vittige historier*

---

## ROTTEHULLET FØR OG NU

Rottehullet, dette – og det fornærmer jeg vist ingen ved at sige – ikke særligt charmerende lokale, hvor vi hver onsdag samledes om saftvand, kaffekopper og hjemmebag. Hvor vi har hygget til generalforsamlinger, jule- og sommerafslutninger, indtil coronanedlukningen kom og tørrede grinene af. Hvor vi dog savner vores nedslidte samlingssted. *Redaktøren*





I PLASK nr. 1 1993 skriver Grethe Geertsen fra HASAs bestyrelse om Rottehullet i de gode gamle dage:

"Pludselig blev vore møbler fjernet. De var godt nok ikke så pæne, men de fungerede fint til os, og jeg synes egentlig, vi havde fået det ret hyggeligt, når vi selv skal holde orden.

Nye møbler kom ind, men ak og ve, de var i alle tilfælde ikke til at sidde på for en del af os. Man skulle tænke sig meget om, før man rejste sig, ellers væltede stolene. Nogen turde slet ikke sætte sig. Men det spekulerer vi ikke på mere, for møblerne blev stjålet.

I det hele taget har Rottehullet været udsat for flere indbrud siden, der er blevet installeret en sodavandsautomat derinde. Vores køkkenskabe blev flere gange brudt op. Men da vi aldrig gemte penge der, kan vi nok undvære den pose kaffe, der forsvandt. Alt det bekymrer vi os ikke så meget om længere, for der er kommet nye møbler, som vi har en mulighed for at bruge. Og nu er der også stole nok.

Under ombygningen er der lavet et tekøkken, og her er vi bevilget dejligt med skabsplads. Alt i alt er det nu nemmere for dem, der laver kaffe. At vi så skal huske at have paraply med, når vi sætter os tilrette, er en anden sag. Der kommer nyt tag til sommer".



*Fra HASAs generalforsamling d. 5. marts 2020.  
Onsdagen efter d. 11. marts lukkede vi ned  
og har ikke hygget i Rottehullet siden*



# HALLIWICK SVØMMEKLUBBEN I ÅRHUS



## Styregruppen

Susanne Søndergaard  
Trankær Mosevej 75, 8310 Tranbjerg J.  
Tlf. 28 72 15 40  
susanne.soendergaard@hotmail.com

Søren Andersen  
Kastanievej 6, 8260 Viby J.  
Tlf. 53 38 86 57  
sjma1946@gmail.com

Hans Foldager  
Æblevej 13, 8270 Højbjerg  
Tlf. 50 41 15 11  
hansfoldager@live.dk

Peter Halling Petersen  
blommevænget 222, Saksild, 8300 Odder  
Tlf. 28832750  
hallingpetersen@live.dk

Harald R. Lie  
Elmehaven 50, 8520 Lystrup  
Tlf. 27 63 27 72  
hrlie@dadlnet.dk

Suppleanter:  
Lene Christensen  
Randersvej 93, 8362 Hørning  
Tlf. 28 44 66 18  
lenefladland@live.dk

Morten Fredsgaard Rasmussen  
Gustav Wiedsvej 23 st.tv. 8000 Aarhus c.  
Tlf. 22 44 86 51  
mail@mortenrasmussen.net

## Andre kontaktpersoner

### Regnskabsfører

Irene Lindemann  
Skt. Markus Kirkeplads 24, 2.tv, 8000 Aarhus C.  
Tlf. 20 26 55 17  
lindemannirene54@gmail.com

### Redaktion

Aase Nørrung  
Ydunsvej 28, 8230 Åbyhøj  
Tlf. 86 15 00 73  
aasenoerrung@gmail.com

## Socialt

Maybrit Damgaard, "Musehullet"  
Æblehaven 21, 8362 Hørning  
Tlf. 20 71 32 34  
maybrit@hotmail.dk

Jane Christensen, "Musehullet"  
Østre Havevej 49, 8520 Lystrup  
Tlf. 25 89 14 54  
janechristensen1964@outlook.dk

Mariane Johansen, "Rottehullet"  
marianejoh@gmail.com

## Svømmeundervisning, begyndere

Maybrit Damgaard, børn kl. 19:00  
Æblehaven 21, 8362 Hørning  
Tlf. 20 71 32 34  
maybrit@hotmail.dk

Vibeke Lie, voksne kl. 20.00  
Elmehaven 50, 8220 Lystrup  
Tlf. 27 63 72 27  
vbkli@gmail.com

## Leder af konkurrenceholdet

Lene Christensen  
Randersvej 93. 8362 Hørning  
Tlf: 28446618  
lenefladland@live.dk

## Livredder

Yasmina Kristensen  
yasminakristensen@gmail.com

## Svømmetrænere

Susanne Søndergaard  
susannesøndergaard@hotmail.com

Carl Emil Thomassen  
Carlemil13@yahoo.dk

## Medlemskab og kontingent

www.hasa.dk/kontingent

## HASAs hjemmeside

www.hasa.dk

## Annonceekspedition:

PARASPORT DANMARK • Agerbakken 21 • 8362 Hørning • Tlf. 87 93 37 86

Mail: info@handicapinfo.dk



**AFSENDER:** Gustav Wiedsvej 23, st. tv. 8000 Aarhus C.