

## Skole får et nyt kunstværk

Af **Jesper Rasmussen**  
Tlf. 7211 4303, jsr@jv.dk

HADERSLEV: På onsdag fejrer Sct. Severinskolen i Haderslev sin 87 års fødselsdag. Den dag bliver et nyt kunstværk i skolegården afsløret.

Det er et værk, som Heidi og Aage Birk har lavet.

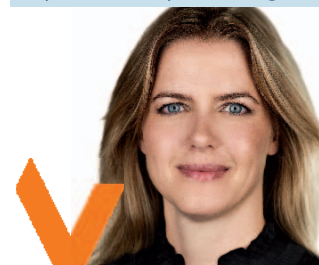
Tidligere skoleinspektør Arthur Mathiesen vil holde tale.

Da skolen fyldte 85 år, begyndte en fødselsdagstradition: Alle elever går ned i Damparken og laver en kæde rundt om Inderdammen.

– Vi har forsøgt i to år at få kæden til at hænge sammen hele vejen rundt om dammen. Vi er ikke helt sikre på, at det lykkedes de foregående år. Derfor markerer vi i år med skilte rundt om dammen, hvor hvert hold skal stå. Det skal nemlig lykkes i år, fordi skolen fra næste skoleår overdrager den ældste afdeling til ungeuniverset på Fællesskolen Favrdal-Fjelstrup, fortæller sous-chef Per Refsing Askjær.

Han forklarer, at elevkæden skal blande store og små elever og skabe trivsel og gode relationer og få de største til at tage sig af de små.

### Nye tider – nye løsninger



**Ellen Trane Nørby**  
[www.ElleniFolketinget.dk](http://www.ElleniFolketinget.dk)

# Kvinde med diabetes gav sig selv et godt liv

**EGEN HÅND:** Marie Johansen fra Vedsted lagde kost og dårlige vaner om efter en konsultation hos en diætist. Hun måtte tage sagen i egen hånd, da læger ikke mere må henvise patienter til diætister.

Af **Palle Andersen**  
Tlf. 7211 4313, pan@jv.dk

VEDSTED: Marie Johansen havde to valg: At spise den medicin, som lægen ordinerede til hende, eller at gøre en indsats på egen hånd og for egen regning for at få en bedre livskvalitet.

Den 53-årige kvinde fra Vedsted valgte det sidste. Hun fik tidligere i år konstateret diabetes 2 efter en periode, hvor hun havde haft det dårligt. Lægens løsning var medicinering, fordi lægerne på grund af besparelser i regionerne ikke længere må henvise patienter til diætister.

– Men at tage medicin var ikke et liv for mig. Så jeg op søgte diætist Malene Iskov i Hammelev, hvor jeg havde to konsultationer. Nu er mit liv ændret, så jeg har det rigtig godt, siger Marie Johansen.

### Nej til frugt og alkohol

Diætisten fortalte Marie Johansen, at hun ikke må spi-



Marie Johansen laver hver dag sund mad i sit køkken. Af diætisten har hun fået en lille folder med en vejledning om kost. Den har hun med, når hun køber ind.

Fotos: Claus Thorsted

se frugt, og at hun skal holde sig fra alkohol, fedtstoffer og sukker. Det er nu erstattet af masser af grøntsager, magert kød, fisk, groft brød og andre sunde ting.

– Jeg har tabt mig 11 kilo siden juli, og mit blodtryk og blodsukker er faldet meget. Jeg er kommet af med sukkersyge-medicinen og de vanddrivende piller, så jeg har egentlig ikke diabetes mere. Men det ligger jo i kroppen, siger Marie Johansen.

Hun ønsker ikke at lyde frelst. Men hun vil opfordre andre i samme situation som hende til at gå til en diætist – selv om det koster penge – frem for at lade sig nøje med medicinsk behandling.

### Hun fester stadig

L–Før var min mave oppustet hele tiden, og jeg havde vand i benene. Nu er det helt væk, og jeg er ikke mere træt hele tiden, siger Marie Johansen, som også er begyndt at motionere noget

En af Marie Johansens interesser er syning. Hun syr masser af tøj til sig selv og andre mennesker.

mere i den smukke natur omkring Vedsted.

Hun skal spise seks gange om dagen, og øllene i køleskabet giver hun kun til gæster. Selv skåler hun nu med et glas vand. Men Marie Johansen holder sig dog ikke helt fra alkohol og mad, som hun ikke tåler så godt. For hun giver sig selv lov til at feste, når der er en lejlighed til det.

– Da vi havde ringridning i Vedsted, slog jeg da »et hul i jorden«, men så kunne jeg også godt mærke næste dag, at jeg havde »syndet«. Jeg bestiller heller ikke speciel mad, når jeg er til fest eller til fællesspisning på landbohjemmet. Så tager jeg, hvad der kommer, men jeg kigger selvfølgelig efter, hvad jeg tager på tallerkenen, siger Marie Johansen.



### FAKTA ■■■

#### HENSYN PÅ JOBBET

■ Marie Johansen arbejder hos Borgerservice på Haderslev Rådhus. Tidligere havde hun og hendes kolleger en skål med frugt og slik stående. Det har de droppet for at tage hensyn til Marie Johansen.

#### MARIE JOHANSEN

■ Marie Johansen er 53 år og single. Hun bor i et hus på Lærkevej i Vedsted. Hun deltager aktivt i byens liv og har blandt andet været formand for Vedsted Ungdomsforening.

## Et fair Danmark



Jesper Petersen

Einar Olsen



Stem på en lokal kandidat  
Sæt dit X ved F

## – Diabetikere bør tage skeen i egen hånd

Af **Palle Andersen**  
Tlf. 7211 4313, pan@jv.dk

Ifølge diætist Malene Iskov er det en katastrofe, at samfundet ifølge hende har nedprioriteret at vejlede diabetikere.

Lægerne må for eksempel ikke henvise patienter til diætister mere, og Malene

Iskov troede, at det ville give et boom af diabetes-ramte personer til hendes private klinik i Hammelev.

– Men det er ikke sket. Jeg ville ønske, at mange flere diabetikere ville tage skeen i egen hånd, som Marie Johansen har gjort. De har meget at vinde ved at tage hånd om deres egen kost og mo-

tionsvaner, siger Malene Iskov.

Men de skal jo selv betale for at komme hos dig?

– Ja, det er rigtigt. Men mange virksomheder har sundhedsforsikringer, som dækker tre, fem – ja helt op til 12 konsultationer hos en diætist. Og er man med i Sygeforsikringen Danmark,

får man også et godt tilskud, siger Malene Iskov.

Første konsultation hos Malene Iskov koster 600 kroner, og derefter koster det 300 kroner per gang.

Marie Johansen var til to konsultationer og betalte altså 900 kroner, hvoraf hun fik dækket de 200 kroner af Sygeforsikringen Danmark.