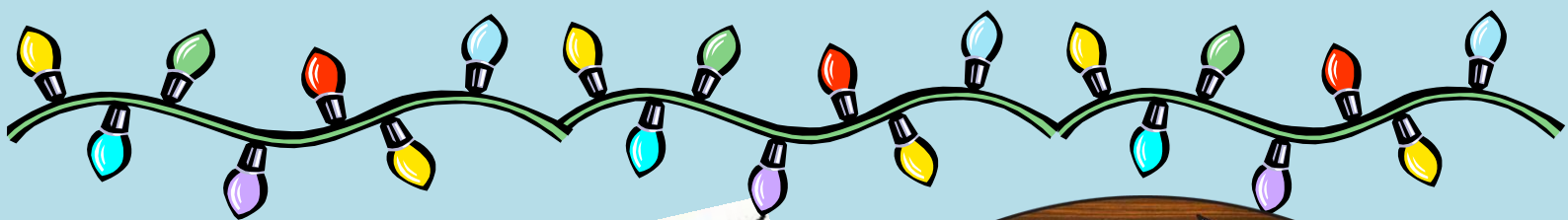


Historien om hvordan Kæmperne og Idrætshuset blev til



IFK
98



Jeg, *Michael*, var ansat som handicaphjælper fra 1985 til 1996, hvor jeg havde 2 X 24-timers vagter om ugen i 11 år, og fik søvnproblemer.

Og så knækker filmen jo, den 28/1 1996. Det var en søndag, jeg blev indlagt på klinikken "rigshospitalets psykiatrisk afdeling". Og der fik jeg stor hjælp af personale og psykolog. Jeg var så glad for at være der, at jeg ikke ville hjem fra klinikken.

Der traf jeg Michael Zimmermann, som jeg løbetrænede med 2 gange om ugen. Derved tænkte jeg, hvordan psykisk syge kan dyrke idræt, når de er udskrevet fra hospitalet.



Michael Zimmermann hjalp mig med kontakten til Københavns Kommune. Vi fik lokaler i en børnehaves lokaler på Øster Farimagsgade skole den 1. oktober 1996.

Vi løb i Østre anlæg ca. 2 km. Da vi blev bedre løb vi 5 og 10 km ved Kastellet og ved Langelinie. Der var hele tiden nye medlemmer, der kom fra klinikken og løb med i løbeklubben. Vi var mellem 10 og 20 personer, der kom mandag og onsdag hele året rundt i sne og regn.

Vi fik en artikel i Politiken, der fortalte om løbegruppen, og en fotograf tog et billede, hvor man så et spejlbillede af os stående i en vandpyt. Løbegruppen var meget glad for artiklen, fordi den gav information til Københavns borgere om den nye løbegruppe.



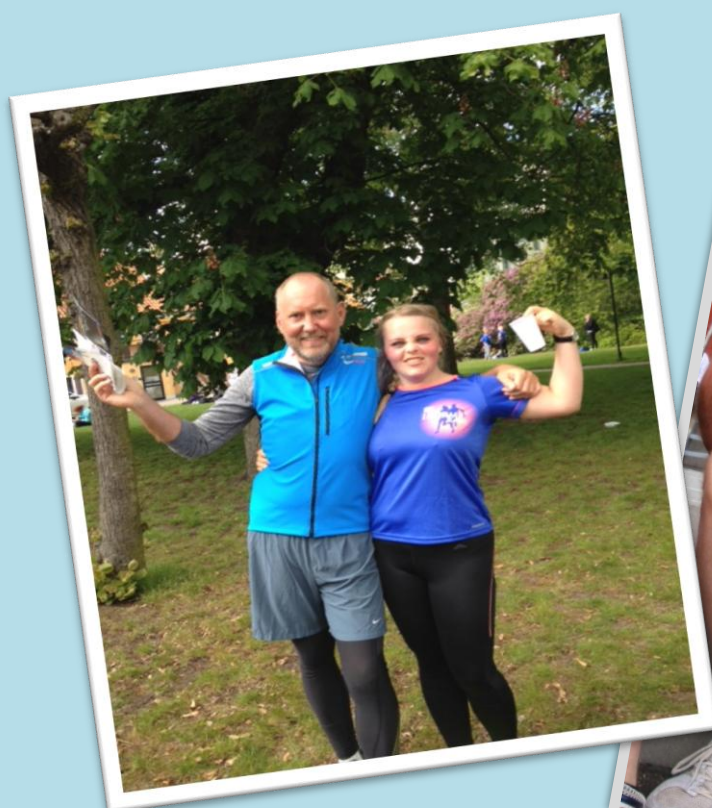
Københavns Kommune var meget glad for initiativet og bad mig komme ind til et møde i kommunen. Der sad jeg i et udvalg sammen andre fra Københavns Kommune, hvor vi kom frem til, at vi skulle starte idrætsforeningen af 1998, som fik navnet IFK 98 (Idrætsforeningen Kæmperne af 1998).

Der var en ansættelsessamtale, og vi fandt frem til at ansætte Per Stokholm Andersen i jobbet som koordinator for Kæmperne. De fik kontor i Rønnegade på Østerbro, hvor vi fik lavet en bestyrelse, hvor jeg blev formand.

Efter jeg kom ud fra klinikken gik jeg på daghøjskolen "Kys en tiger" fra 1996 til 1997. De blev så glade for mig, at jeg blev ansat på skolen som pedel og hjælpelærer. Jeg var der fra 1998 til 2002. Og så knækkede filmen igen, men man skulle ikke på klinikken igen.

Jeg var sygemeldt, men jeg tog DAI's instruktørkursus på Vejle Idrætshøjskole. Jeg tog også kursus som løbeinstruktør og naturvejlederkursus. Det varede i 14 dage i 2003. Det var sammen med Lisbeth Kraffack fra DAI. Jeg var syg til september 2004, hvor jeg kom i arbejdsprøvning i det nye Idrætshus i Københavns kommune.

Idrætshuset kom til på den måde, at vi på det tidspunkt var ca. 250 medlemmer af Kæmperne. På det tidspunkt havde vi ikke nogen lokaler, hvor vi kunne være i og holde klubaftener. Men vi var på besøg i Sidelinien's lokaler, hvor vi havde onsdagsspisning og klubaften. Om onsdagen var der mange medlemmer i Nørrebrohallen for at dyrke idræt.



På det tidspunkt var kæmperne så gamle, at vi var inde under satsmidlerne i Københavns kommune. Foreningen kunne ikke gå videre under satsmidlerne mere, så man måtte finde en ny løsning for at Kæmperne kunne fortsætte.

Så kom Jan Svensson på banen og fandt den gamle chokoladefabrik i Hørsholmgade, og Jan blev leder af Idrætshuset Jeg startede i flex-job den 1.maj 2005. Inden det blev vedtaget at sætte Idrætshuset på budgettet, sad Jan og jeg i lokalet og hørte på at vi fik Idrætshuset.

Vi sad som 2 små drenge der kikkede ind i en chokoladebutik. Vi fik det vi gerne ville have: et idrætshus HURRA. Kæmpernes medlemmer bl.a. Otto var med til male og køre flere tons affald ud. Der blev lavet kursus i huset med Jan og Charlotte i køkkenet sammen med mig og Rene. Det var en sjov tid.



Jan Svensson og den daværende IFK-koordinator Axel Graversen søgte nye græsgange. I 2008 fik vi ny IFK-koordinator Poul Sølvstein.

I 2009 fik vi den fantastiske Irene Bendtsen, som stadig leder huset og den fantastiske Trine Als, som startede Fremtidsfabrikken .

Poul Sølvstein gik videre til DAI og Mette Axelsen kom til som koodrinator og siden kom så Sarah, som nu er på barsel, mens så Christine fungere som barselsvikar.

Der har været mange søde og fantastiske mennesker ansat i Idrætshuset. Nu er Idrætshuset blevet stort med mange medarbejdere. Den fantastiske søde Olga er i køkkenet med mig og nystartet Oluva er kommet tilbage efter 2 års pause. Det er vi meget glade for i køkkenteamet.



Nyansat i Idrætshuset er også Dorthe Bak Lassen.

Vi har også fået Kurt Jacobsen som psykoterapeut, også kaldt cykelterapeuten.

Vi har også den fantastiske farverige Manja i huset, som også kaldes nåledamen.





Det tekniske geni i Idrætshuset er Charlotte. Om lidt har vi den nybagte far Kenny, som skal på barsel om lidt. Og en stor tak Otto og Grzgorz, som er instruktører i fitness. Og Søren som klarer det med pengekassen og regningerne.



Tak til Britta fra Thorupgården som styrer hele molevitten, og en tak til Stig for nogle gode kurser, som han har holdt i huset for os.

Tak til huset for den store hjælpsomhed i de forløbne ti år og forhåbentlig ti år mere.
En stor tak til Irene og Trine for deres store flid, tryghed og omsorg for Idrætshuset og dets fremtid.

En stor tak til Karin for at være sekretær for mig. Jeg siger tak for denne gang.

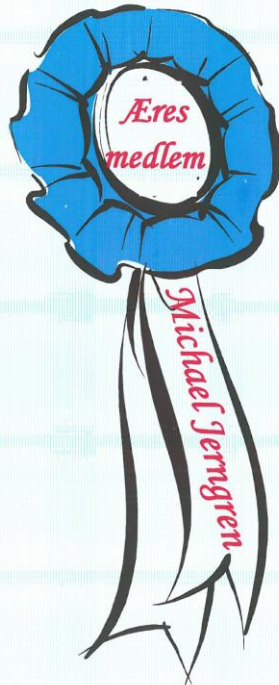
Mange hilsener

Michael Peter Von Jerngren.
Også kaldet "timmy" i køkkenteamet og garderobeteamet.



P.S.

Som Æresmedlem i Kæmperne af 1998, som jeg fik i gave, da jeg blev 50år, har jeg ubegrænset ønsker på min æresmedlems konto, så kom bare til mig hvis der er noget I vil have, så tager vi det fra listen, Ha, ha,ha.



Kære Michael Jerngren

*Du udnævnes hermed til
Æresmedlem af Idræts-
foreningen Kæmperne af 1998
for din store indsats både i
bestyrelsen og som instruktør.*

*Du ønskes samtidig hjertelig
tillykke med de 50 år.*

Mange hilsner

IFK-98

Idrætshuset 2014

