

6 cd'er på højkant fra Svendborg Musikråd og Ugeavisen

Vind ny cd med lokalt jazzband

Af Michael Thorbjørnsen

SVENDBORG: Selvom vinteren for alvor hærger det ganske land, har den kolde tid ikke taget modet fra det nye lokale jazzband Summertime. Tværtimod har kvintetten haft fuld fart på i forbindelse med deres debut-cd som netop er sendt på gaden. Albummet bærer titlen "Den Hurtige, Den Sjove Og Den Meget Listige", og det er lige nøjagtig, hvad musikken emmer af. Let flydende jazz i rappe arrangementer med plads til improvisation og andre kulørte indfald. Summertime fyrer lystigt op for numre som Sweet Sue, 24 Røvere og Sweet Georgia Brown. Der er kort sagt dømt happy-our. Gammeldags jazz, jo tak, men det swinger. De fem erfarne musikere trækker jazzen ud af fadøllets dovne krop og ind på dansegulvet.

Summertime består af Anders Andersen: trombone, harmonika, megafon, vokal, Emil Brun Madsen: kontrabas, kor, Thomas Buchreit: trompet,



flugelhorn, kor, Jon Bjarnason: guitar, vokal og Claus Bjerregaard: trommer, percussion, kor.

Nu er der mulighed for at

få at danse med, når Svendborg Musikråd, der har støttet udgivelsen, sætter 6 skiver på højkant.

Summertime har netop udgivet albummet "Den Hurtige, Den Sjove Og Den Meget Listige"

Vind cd'er med Summertime

Nu har du chancen for at vinde en cd med det nye lokale jazzband Summertime. Du skal blot indsende kuponen her for at deltage.. Der er seks cd'er på højkant.

Hvor mange musikere er med i Summertime?

__ 4

__ 5

__ 6

Navn: _____

Adresse: _____

Tlf. nr (gerne mobil): _____

Send kuponen til Ugeavisen Svendborg, Sankt Nicolai Gade 3, 5700 Svendborg, inden mandag den 26. april klokken 10.00

Husk at mærke kuverten "SUMMERTIME"

Ældre mennesker og sex

De fleste er i kontakt med deres seksualitet hele livet. Men det er stadig ikke så accepteret i samfundet, at man har lyst til sex, når man er oppe i årene

Hej Rikke
Vi er 2 piger på 14 og 15, der har tænkt over om ældre mennesker stadigvæk går i seng sammen. Vi kom til at tale om det og er lidt uenige om det. Hvad siger du? Hvornår stopper man med det??

Hilsen pigerne

Hej!
De fleste er i kontakt med deres seksualitet hele livet, og stopper ikke nødvendigvis med at have sex med andre (eller sig selv) på et bestemt tidspunkt. Men det er stadig ikke så accepteret i samfundet at man bliver ved med at have lyst til samleje / sex op i årene. I reklamerne er det jo altid de unge og smukke mennesker man fokuserer på, og dem, der lægger op til sex. Heldigvis synes jeg dog det er ved at ændre sig noget. Der findes nu datingsider på nettet der er rettet specielt mod ældre mennesker og det bliver mere og mere almindeligt at tale om, at ældre mennesker – også fx på plejehjem – har lyst til at blive kærestere. De fleste, som bliver forelskede, - også oppe i årene – eller som stadig elsker deres partner gennem et langt liv – har stadig lyst til den del af livet, der indeholder sex. Seksualiteten kan dog ændre sig gennem hele livet og fx. får mange mennesker med tiden mere og mere lyst til / og fokus på længerevarende kropsberøring i sex og altså ikke så hurtig

SEX & SAMLIV



HVER 14. DAG BRINGER UGEAVISEN EN BREVKASSE OM SEX OG SAMLIV

Har du spørgsmål, er du velkommen til at skrive til sexolog Rikke Thor, som også er uddannet sygeplejerske og seksualunderviser. Det er Rikke Thor, der står bag SundSexSkolen, som skolerne på Sydfoyn bruger som en del af seksualundervisningen af de unge.

Rikke Thor modtager spørgsmål på rikkethor@rikkethor.dk
Se også hjemmesiden: www.rikkethor.dk

og måske hyppig sex, som da de var yngre.

- Jeg har en del klienter, der er oppe i årene, som har lyst til at blive lidt friere mht. at tale om seksualitet, end de måske er opdraget til at være. Mange ældre er jo opdraget til at man ikke talte om sex i deres opvækst og det næsten kun var for at få børn, at man havde samleje. Dette syn på seksualitet har ændret sig meget med årene, hvor nye sikre præventionsmetoder, fri abort og mulighederne for at kunne være enlig med et barn, har gjort det mindre "farligt" at have sex, og derved – tror jeg - har været med til at vi har fået et friere syn på vores seksualitet, både som yngre og ældre. Nogle ældre kan dog få problemer med deres seksualliv pga sygdomme eller medicin – mændene kan fx. få rejsningsproblemer – enten pga fysiske sygdomme

som sukkersyge, kræft og åreforkalkning, eller pga psykiske årsager og kvinderne kan fx. få problemer med tørre slimhinder i skeden efter sygdomme /overgangsalderen mm., og begge køn kan jo også have problemer med ikke at have lige så meget lyst som deres partner. Nogle går til læge med disse problemer og i dag er der mange muligheder for at gøre noget ved disse ting enten ved medicin eller fx gennem samtaler med en sexolog. Så svaret på jeres spørgsmål må være – Nej det er ikke noget man automatisk stopper med når man bliver ældre, hvis man er en af de ældre, der stadig har lyst til kærlighed, kropsberøring og seksualitet, og man tør stå ved dette. Heldigvis.

Mange hilsener fra Rikke

Mænd går i terapi

Flere og flere mænd vil lyttes til og hjælpes

Af Michael Thorbjørnsen

SVENDBORG: - Mænd bliver nogen gange fanget i ordene. Kvinderne er gode til at snakke om følelser, men mændene har brug for mere tid for at blive hørt og spejlet. Sådan siger Anders Allentoft, 52 år og psykoterapeut i "Terapisvendborg" i Svendborg, hvor han også har et samarbejde med Per Andersen, der står bag "Terapifyn".

- Vi ser, at flere og flere mænd eftersøger terapi, og Per og jeg er derfor i gang med at opstarte terapigrupper for mænd, siger Anders Allentoft og fortsætter: - Der er mange mænd, der henvender sig for at få vendt nogle mandeproblematikker. Kvinder er ofte hurtigere til at få lagt ord på deres utilfredshed over parforholdet, mændene ser problematikken, men har svært ved at mærke efter og få sagt og sprogliggjort, hvad de mener, i deres eget tempo, siger Anders Allentoft, hvis mandlige klienter snakker om både depressioner, kriser, store livsforandringer, skilsmisse eller parforholdsproblematikker. - Psykoterapeut Per Andersen og jeg arbejder jævnligt sammen og ser begge et behov for at starte nogle grupper op for mænd, der ønsker at arbejde med sig selv. Som udgangspunkt vil vi arbejde med mandefællesskabet gennem samtaler, men det vil i høj grad komme an på gruppens sammensætning og de ønsker og behov, der kommer på bane,



Anders Allentoft.

siger Anders Allentoft. Interesserede kan allerede nu henvende eller tilmelde sig på tlf. 2085 5773. - Jeg synes, det er spændende og berigende at hjælpe mennesker med at udvikle sig, flytte grænser og få det bedre, siger Anders Allentoft, der arbejder med narrativ terapi. Narrativ terapi blev grundlagt af Michael White, som arbejdede med børn i Australien. Hans arbejde og teorier har sat

mange spor rundt om i verden. Et af hans begreber er eksternalisering: "Problemet er ikke personen, men problemet er problemet" - I narrativ terapi er problemet derfor noget udefrakommen, der har magt over personens liv, og som det er muligt at gøre noget ved, slutter Anders Allentoft.