

# BRUGERAVISEN

Det Blå Hus, Mødestedet, Hedebo, Rusmiddelcentret, Socialpædagogisk Støtte team, Opgangsfællesskaberne, Ungegruppen/Ungdomshuset (DBH), BIFOS og Venneforeningen.

Årgang 13, nr. 3

August 2019

Hedebo

DET BLÅ HUS



Kære læsere

Så er vi klar med august-udgaven af Brugeravisen. I denne udgave beretter vi om SIND Brønderslevs valgarrangement på biblioteket, hvor der var fokus på psykiatrien.

I Det Blå Hus har en gruppe været i Tyrkiet. En rigtig god tur, hvor brugerne fik et afbræk fra hverdagen i DBH. Vores nyindrettede have er blevet indviet, og vi har haft vores årlige sommerfest.

Der er sket en del i forbindelse med Springbrættet henover forår og sommer. Springbrætband har givet hele tre koncerter. Deriblandt den årlige Springbrætfestival i parken, hvor hele arrangementet foregik i det fri ved den udendørs scene med boder med frokost, kaffe og kage. Som vanligt et rigtig godt arrangement.

Under Hedebo har vi præsentation af ny afdelingsleder. Den årlige grisefest, samt "La Vuelta" cykelkonkurrence for bosteder i hele landet, hvor Hedebo fik en flot førsteplads med hele 330 km. Der blev cyklet på almindelige cykler og motionscykler i opholdsstuen. Efter udnævnelsen fejredes det med en fest på Hedebo, hvor borgmesteren var tilstede.

I BIFOS har vi fået en stor donation fra Friluftsrådet, som betyder, at vi har kunnet indkøbe seks MTB cykler. Vi håber, at cyklerne vil være til glæde for vores medlemmer, så vi kan cykle både på landevej og i skoven.

Med venlig hilsen  
Redaktionen

**Brugeravisen**

- udgives af socialpsykiatrien i  
Brønderslev kommune. Det Blå Hus.  
Fasanvej 10, 9700 Brønderslev.

**Ansvarshavende:**

Peter K. Baggsgaard

**Redaktion:**

Peter K. Baggsgaard

**Layout:** Peter K. Baggsgaard

**Tryk:** Det Blå Hus

**Oplag:** 140

Avisen udkommer 4 gange årligt i:  
februar, maj, august og november.  
Deadline for næste nr.: 1. november  
2019. Næste nr. udkommer 20.  
november 2019.

**Materiale til avisen sendes til:**

E-mail: [post\[a\]brugeravisen.dk](mailto:post[a]brugeravisen.dk)  
Eller gives til redaktionen.

**Avisen på Internet**

[www.brugeravisen.dk](http://www.brugeravisen.dk)

Her kan du læse avisen elektronisk.

## Indholdsfortegnelse

Nyt fra redaktionen	Side 2
Referat fra brugerrådsmøde 22/8 2018	Side 4
<i>SIND</i>	
SIND Brønderslev valgarrangement	Side 8
<i>Det Blå Hus</i>	
Tur til Tyrkiet med DBH	Side 10
Hannes fødselsdag	Side 19
Besøgsdag i DBH	Side 21
Indvielse af den nyindrettede have i DBH	Side 22
Sommerfest i Det Blå Hus 2019	Side 25
Nada kursus for personale i DBH	Side 30
<i>Springbrættet</i>	
Møllegårdens musikfestival	Side 32
<i>Aktivitetsskalender</i>	Side 34
Springbrætfestival 2019	Side 36
Royal Run med Springbrættet og Det Blå Hus	Side 44
Springbrætband på Jerslev marked 2019	Side 50
<i>Hedebo</i>	
Præsentation af ny afdelingsleder på Hedebo	Side 52
Grisefest på Hedebo 2019	Side 53
#Bevægdigforlivet og ”La Vuelta” fest	Side 56
<i>BIFOS</i>	
Stor donation til BIFOS fra Friluftsrådet	Side 61
Idrætsfestival 2019	Side 62
<i>Nøgle for socialpsykiatrien</i>	Side 68

## **Referat fra Brugerrådsmøde i socialpsykiatrien, Brønderslev kommune**

Mødedato: Den 6. juni 2019 kl. 12.00 – 13.30. Der er frokost til mødet.

Sted: Hedebo.

Til stede: Johanne, Gerda, Anni, Ulla, Inga, Peter , Gitte

Ordstyrer: Ulla

Referent: Peter

### **1. Godkende referat fra sidste møde.**

Godkendt.

### **Faste punkter på dagsordenen:**

#### **2. Nyt fra stederne ved brugerrepræsentanterne.**

**DBH:** En skøn tur til Viborg. Der var meget koldt, men det var en rigtig hyggelig tur. Vi var bl.a. i domkirken. Vi boede på vandrehjem. Vi var meget glade for Pia og Michael, da en af brugerne havde det dårligt et par dage. Der var en, der klarede sig uden PN-medicin. Vi er glade for ny anlægning af haven i DBH. Vi skal på Rendezvous i morgen fredag aften. Der er royal run i morgen fredag med udgangspunkt i Rododendronparken. Niarn kommer i sidst i august, som er fælles arrangement for socialpsykiatrien og Springbrættet. Springbrætfestivalen var rigtigt god med deltagelse af DBH med boder. Godt, at det var samlet ved udendørs scenen. Vi har fået lille arv fra fast bruger i DBH, som finansierer arrangement med Niarn. Vi arbejder på efterårets program og evaluering af forårsprogram. Vi starter op med mindfulness som noget nyt. Der er gruppebostøtte onsdag formiddag fremover. De låner vores lokaler, så kan de også stifte bekendtskab med DBH. Vi er gode til at tage imod nye brugere. Venneforeningen har fået 3.000 fra Odd Fellow og 5.000 fra § 18 til arrangementer. Der er stor opbakning til spisning fredag aften med 25-30 brugere. Der har været åbnet hus i DBH. Der er snakket om, at beboere fra Hedebo vil bruge DBH, men ikke så meget indtil videre. Vi mangler plads i DBH, men ikke realistisk med pavilloner.

**Hedebo:** Der er grisefest i aften torsdag. Der er lejet hus i Skallerup klit. Det er 31. september til 3. oktober for Solgangen. Der er 6 beboere og 2 personaler. De resterende to kommer på besøg en dag.

Der er plan om at lave træterrasse med hjælp udelukkende fra huset. Er i drivhuset. Det er bl.a. til yoga, balancegruppe og hygge. Der er reception for indvielse af terrassen. Vi kører snart på sommerferie vikar. Vi skal have ansat ny afdelingsleder på Hedebo. Der skal være beboere med til samtaler. Svalegangen og Solgangen cykler ”Vuelta” både indendørs og udendørs, og man kan vinde en pokal.

**Mødestedet:** I zoologisk have i tirsdags. Der er åbent tirsdag og torsdag. Der har kun været 3-4 brugere og to personale, så der sker ikke så meget. Vi skal også have penge til det. Røde kors giver lidt.

**Bofællesskaber.** Vi har fået besøgshunde både i Hedelundsgade og Thorvaldsensvej. Der har været beboermøder om program for aktiviteter. Man arbejder med åbningstider efter sammenlægning. Svært lige nu at få beboere med i lokalråd pga. omlægning. Bruger fra Thorvaldsensvej er ny trommeslager i bandet. Han er rigtig god.

**SIND:** Der skal være møde med Inga om samarbejde mellem socialpsykiatrien og SIND. Gåtur har ikke været succes, så vi har nedlagt den, da der kun var deltagere fra bestyrelsen. Der har også været problemer med at få folk med i Dronninglund. Der var ikke mange til valg debatmøde, men det blev streamet på Facebook. Info skal længere ud f.eks. i bostøtten.

**BIFOS.** Vi har modtaget donation fra Friluftsrådet på 35.000 til cykler og stave til stavgang. Der arbejdes på at finde sted, hvor de kan være, evt. med lille værkstad. Vi håber, vi kan få flere med til cykling. Der er Idrætsfestival i Vejle 25-27. juni med 14 deltagere.

### **3. Nyt fra Handicaprådet ved Peter.**

Årsrapport over magtanvendelser 2018. På Det Specialiserede Voksenområde er der i 2018 indberettet 7 magtanvendelser samt 113 tilfælde af overgreb borger mod borger. I Socialpsykiatrien arbejdes der hver dag med fokus på at minimere magtanvendelse. Valg af pædagogisk tilgang har stor betydning for minimering af udadreagerende adfærd og deraf magtanvendelser. Medarbejderne har fået undervisning i konflikthåndtering med særligt fokus på forebyggelse heraf. I denne forbindelse er der uddannet 4 vedligeholdelsesinstruktører, der skal vedligeholde personalets færdigheder, fx ved drøftelse af magtanvendelser i læringsøjemed.

Der var også punkt vedr. statistik over Ankestyrelsens afgørelser på social- og sundhedsområdet. Ankestyrelsen har i alt afgjort 153 sager i Brønderslev Kommune. Her er 93 stadfæstet, i 20 sager er

afgørelsen ændret/ophævet, i 32 tilfælde er sagen blevet hjemvist, og i 8 tilfælde er sagen blevet afvist. Omgørelsesprocenten i Brønderslev Kommune er over niveauet på landsplan. 36 % i Brønderslev kommune versus 30 % på landsplan. Man kan mistænke, at det også skyldes økonomiske grunde. Handicaprådet anbefaler, at man systematisk arbejder med at uddrage læring af de sager, der bliver omgjort, således de samme fejl ikke går igen.

#### **4. Ny viden, informationer, læring og uddannelse relateret til Socialpsykiatriområdet.**

Peter har været på kursus i metakognitiv terapi i Århus, som er videreudvikling af traditionel kognitiv. Peter har skrevet om det i Brugeravisen.

Der er brugere tilmeldt SIND lilleskole for voksne.

#### **5. Evt.**

Intet.



# INVITATION TIL GRATIS FOREDRAG MED **NIARN**

EKSKLUSIVT ARRANGEMENT FOR BORGERE OG MEDARBEJDERE I SOCIALPSYKIATRIEN



**ONSDAG, DEN 28. AUGUST 2019 - KLOKKEN 17.00-18.30**

NORDENS ALLÉ 33, 9700 BRØNDERSLEV

**DØRENE ÅBNER KL. 16**

FOREDRAGET KRÆVER TILMELDING

NIARN er en rapper fra Aalborg, der i mange år har indtaget den nationale danske scene kendt for numre som *Dobbelt A*, *Antihelt*, *Mit liv mine regler* og mange andre. Niarn har været ude i et massivt misbrug, som han i dag har kæmpet sig ud af. Til aftenens foredrag fortæller han sin historie om at føle sig udenfor, være lidt anderledes end andre, at turde stå ved sig selv og kæmpe for at få et helt normalt liv. Foredraget slutes af med muligheden for at stille spørgsmål, så tænk allerede gerne nu over, hvad DU gerne vil spørge NIARN om 😊

Der sælges sandwich, øl, vand kaffe, the og kage inden foredraget starter (HUSK konanter).

Sandwich skal forudbestilles og betales ved tilmelding.

**Tilmelding og betaling – SENEST 1. JUNI 2019 TIL DET BLÅ HUS**

---

Vi kommer \_\_\_\_\_ antal personer fra \_\_\_\_\_ (tilbuddets navn)

Bestilling af sandwich: Kr. 30,- pr. stk.

Ost & skinke (antal) \_\_\_\_\_ Hønseskodsalat (antal) \_\_\_\_\_

Vedlagt \_\_\_\_\_ kr. i konanter til denne tilmelding.

## SIND lokalafdeling Brønderslev valgarrangement

Mandag d. 27. maj holdt SIND lokalafdeling Brønderslev valgarrangement på Brønderslev bibliotek. Der var otte politikere fra Nordjylland, som fremlagde deres syn på psykiatrien både sygehusene (regionen) og socialpsykiatrien (kommunen). Det var formand for SIND lokalafdeling Brønderslev John Ravn Johnsen, der var ordstyrer. Det var meget interessant at høre de forskellige politikere og deres syn på psykiatrien. Det handlede bl.a. om manglende økonomiske ressourcer i psykiatrien og manglen på god behandling på grund af besparelser. Fx kan mange ikke få adgang til en psykiater, når de bliver udskrevet, og kan derfor ikke få reguleret medicinen, hvis der er behov for det. Der blev også talt om stigmatisering, hvor der var eksempler på psykisk sårbare, der mister venner og netværk pga. af, at de bliver ramt af psykisk sygdom.

Politikernes bud på forbedring var, at der bliver en plan, hvor der tilføres en halv milliard pr. år de næste 4 år. Det vil betyde f.eks. gratis psykologbehandling for unge under 25 år og i det hele taget en opprioritering af ungdomspsykiatrien, så man kan forbygge, at de unge bliver patienter i voksenpsykiatrien. Der blev også nævnt, at der generelt skal mere forebyggelse til fordi der bl.a. så kan spares mange penge på længere sigt. Besparelser kan virke på kort sigt, men på lang sigt bliver det dyrere, hvis det betyder at psykisk sårbare må have behandling måske resten af livet. Fx SIND mener, at der skal tilføres omkring halvanden milliard pr. år for at dække det efterslæb, som psykiatrien lider under. Alle politikerne var enige om, at der skal gøres meget for at forbedre psykiatrien i årene fremover.

Der blev også nævnt betydningen af efterværn, når folk bliver udskrevet fra sygehuset, at kommunen så sætter ind med god støtte efterfølgende, så folk ikke bliver svingdørspatienter. Der skal altså fokus på overgangen mellem sygehus og socialpsykiatri i kommunen. I region Midtjylland har man haft succes med et hus, hvor både regionspsykiatri og socialpsykiatri sidder i samme hus, så man ved hvad hinanden gør og kan give et mere samlet behandlingsforløb for borgeren. Der skal også være bedre samarbejde om psykisk sårbare, der også har et misbrug, så man kan behandle psykisk sygdom og misbrug samtidigt.

Se video på Facebook SIND Brønderslev: <https://www.facebook.com/sindibrønderslev/videos/456918171780033/>

PKB





Folketingsvalget 2019

## Giv psykiatrien en stemme

Kom debatmøde med forskellige partier og hør hvor de står når det gælder psykiatrien

**DIT KRYDS TÆLLER**, så sæt det gerne på et parti som støtter op om psykiatrien

FOLKETINGSVALGET  
2019

### HVEM DELTAGER I DEBATTEN

Venstre - Henrik Jørgensen	Alternativet – Simon Leed Krøs
Dansk Folkeparti – Ib Poulsen	Liberal Alliance - Jacob Høfler
Enhedslisten – Sussanne Flydtkjær	Alternativet -Camilla Bundgaard
Socialdemokratiet – Ole Jespersgaard	SF – Henning Jørgensen

**Mandag 27 maj 2019 – kl. 19.00 til kl. 21.00**

**Brønderslev Bibliotek**

**Indgang på bagsiden v/Skolegade - 9700 Brønderslev**

Her finder du også masser af p pladser

- Mere end 50 % af vælgerne er – direkte eller indirekte – berørt af psykisk sygdom. Skal vi ikke beslutte, at vi alle stemmer på én, der vil gøre noget særligt for psykiatrien?

## Et sammendrag fra ferien i Tyrkiet 29. maj – 5. juni 2019

Endelig kom dagen. 13 personer samledes i "Det Blå Hus" fra kl. 16.00 af, hvor der var kaffe og kage. Her blev de sidste informationer givet - der blev sat bånd på kufferterne og uddelt transport piller.

Kl. 17.00 kom bussen, som skulle køre os til lufthavnen i Ålborg, endelig på vej. Alt gik gnidningsfrit gennem check-in, og snart sad vi med mad og nogle en enkelt øl, mens vi ventede på afgang. Kl. 20.15 forlod vi lille Danmark, og kl. 01.15 (tyrkisk tid, de er en time foran os) ramte vi Tyrkiet (lufthavnen i Antalya). Derefter fulgte 2.5 times buskørsel inden vi var på "Hotel Kleopatra Arsi" i Alanya. Kl. 04.30 tyrkisk tid var alle installeret på deres værelser, og så var det godnat.

Hotellet var ikke vild luksus, men lille og hyggeligt. Maden, servicen og drikkelserne var også super. Vi havde stort set vores egen tjener Ringo i alle de timer, vi var udenfor. Om aftenerne hyggede han og hans undersåtter sig sammen med os efter lukketid, hvis hans "skat" Jette var der. Der var også dobbelt op på drinks, men det siger vi ikke til nogen. Bente holdt et godt øje med ham, hun synes han var pæn og ligner Ernst en smule:-}. Især en ung skønhed af en tjener, som også kunne trylle, blev vores kæledække. "Magic man" kaldte vi ham, men anden sidste aften hittede Benny hans magi.

Anne Marie og Ulla var vilde med ham og tilbød mange ting. Et stille hotel, hvis ellers Jette kunne "zip" (holde mund) mere end to minutter. Der var modeshow og tyrkisk dans en aften, her vandt Hanne og Peter gaver. En mavedanser oplevede vi også, Peter fik sågar ørevarmere på et kort øjeblik - Ernst blev hevet med op og viste os, at han er i besiddelse af uanede talenter. Lidt dans fik vi også udført, jo, jo vi kan skam også godt. Sidste aften var der livemusik, med en Rasmus Rasmussen (var ikke dansker), men hans forstærker brændte varm, og han måtte stoppe (godt for nogle, trist for andre). Jan fik gaver den dag, han havde fødselsdag, det var flot. Et fantastisk sted at være.

De følgende dage startede for nogle kl. 06 om morgenen og sluttede kl.03 om natten, så ingen kan sige, at tiden ikke blev udnyttet. Temperaturen var på 31 grader i skyggen om dagen, så nogle måtte under parasollerne. Dagene blev bl.a. brugt på shopping, som var lige uden for døren - pedicure - manicure - face massage - body massage - shaving - ture til centrum - strandture (to fik forbrændinger, den ene slemt) - badning både på strand og i pool, meditation - samt en enkelt tatovering. Alt dette foregik i små grupper, ja nogle endda alene.

En dromedar blev mødt på gaden, og Jette var hurtig med kameraet. Hvad hun ikke vidste, var at det kostede penge at tage et foto af den, men det fandt hun så ud af.

En større gruppe på 10 mand, var på en heldagstur (bådture), hvor de sejlede i området og så nogle grotter, svømmede i det azurblå hav, og spiste frokost selvom skibet vippede frygteligt. En enkelt tiltede, dog uden større skavanker som følge. På denne tur opdagede Pia pludselig sne, og de andre begyndte at frygte lidt for hendes helbred, nu rabler det. Men den var god nok, da de spurgte guiden. En gruppe var med kabelliften næsten oppe ved "Borgen" - Alanyas varetegn, som kan ses fra næsten alle steder i byen. En lille middagslur var også et must for nogle, men ellers var vi meget samlet på vores base, hvor Benny, Pia eller Jette altid opholdt sig. Udenfor hotellet blev Ice-coffee og friskpresset appelsinjuice nydt. Vand blev indkøbt pga. varmen, men ellers var det Cola og Fanta (både ren og fortyndet) - drinks med fine navne og nogle med stjernekastere - kaffe og øl det røg der mest nedad. Det er utroligt, hvor meget vi kan nå på så kort tid ...

Selvom temperaturen faldt en smule om aftenen, så steg humoren. Her kommer lidt flere hints, som de involverede helt sikkert forstår ... Cykelstativer - bagdel til 3 almindelige personer - sugerør i flere størrelser - babber ikke cigar ved bordet - tvær dansker - ispinde - apotek - nulle klikke knække - sex on the tabel. Ja, jeg kunne blive ved. Helt fantastisk og hyggeligt. Noget kan bare ikke beskrives, men skal opleves. Utrolig megen latter og en enkelt tåre blev der også plads til.

Tilbage til det seriøse. Vi burde måske kalde denne tur en "STUDIETUR", det er vi i hvert fald nogle, der mener. Vi har lært, at en hornfisk hedder Belone Belone på latin og garfish på engelsk (vigtig viden). Vi oplevede regn en formiddag (23 dråber), og det er meget sjældent i Tyrkiet. Den 3-6 kl. 20.00 oplevede vi afslutningen på ramadanen og dens traditioner, det var faktisk spændende. Det var her, der var tyrkisk dans - modeopvisning og mavedans. Professor Peter var helt enig i, at der måtte kunne søges om tilskud til en sådan studietur med begrundelse, at der var tale om frivilligt socialt arbejde.

Alting får en ende, og det gjorde denne uge også. Kl. 11.30 blev vi hentet og kørt tilbage til lufthavnen. Jette kom heldigvis med, trods kø ... ). Efter noget tumult lettede vi kl. 16.10 og landede i Ålborg kl. 19.20, hvor bussen ventede på at køre os det sidste stykke. Trætte, men en oplevelse rigere.

En særlig tak skal lyde til Benny og Pia for, at de atter engang ville ofre sig selv og en uge af deres ferie for at støtte os. De er fantastiske, og jeg er så stolt af dem. Det er I vist heller ikke i tvivl om.

Dette er så den sidste beskrivelse af en ferie i får fra mig. Grundet omstændigheder, som jeg ikke vil ind på her, laver jeg ikke flere. Men jeg vil gerne takke jer alle for, at den sidste blev fyldt med så meget hygge og fantastisk samvær. I er virkelig seje og kan så meget selv, det har i atter bevist.

I er sgu alle så dejlige. Knus fra Jette D.



Vi venter inden afrejse fra Ålborg lufthavn.



Ved vores stambord.



Jan med fødselsdagsgaver.





Bente, Ernst, Gitte, Anne Marie, Benny og Pia.



Strandpromenade.



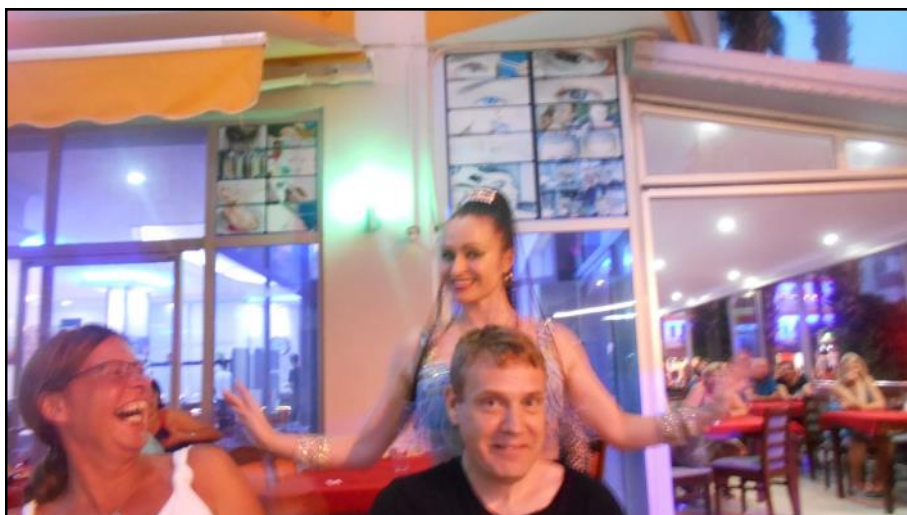
Jan og Lisbeth solbader.



På sejltur.

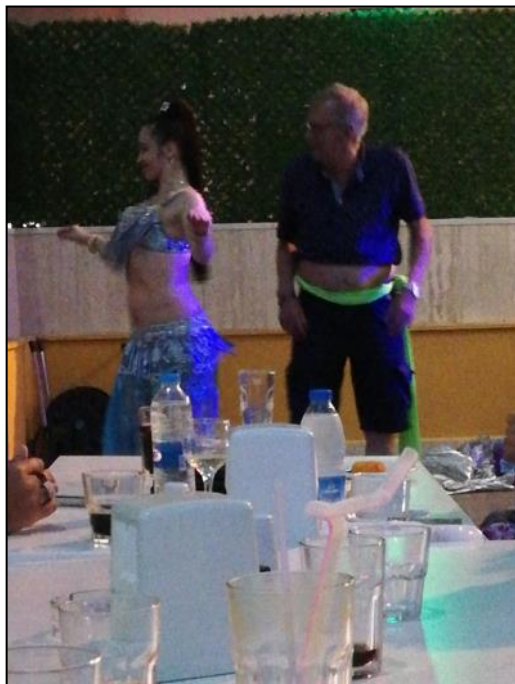


Drinks ved vores stambord.

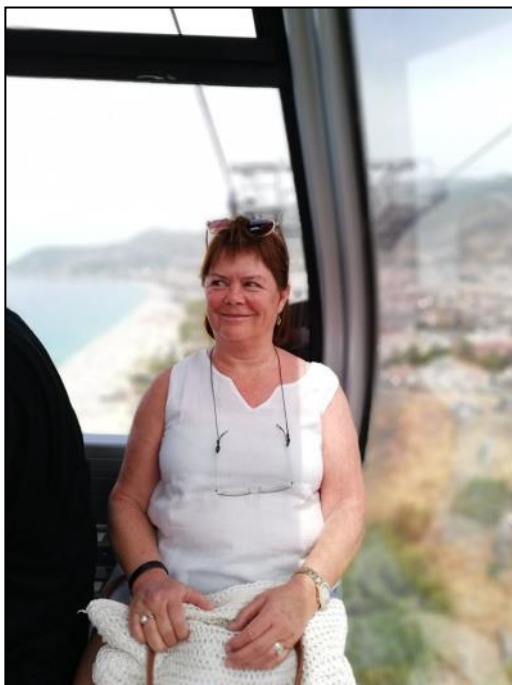


Peter, Pia og mavedanserinde.





Ernst danser med mavedanserinde.



Lisbeth i kabelbane op til slottet.



Vores tjener Ringo.

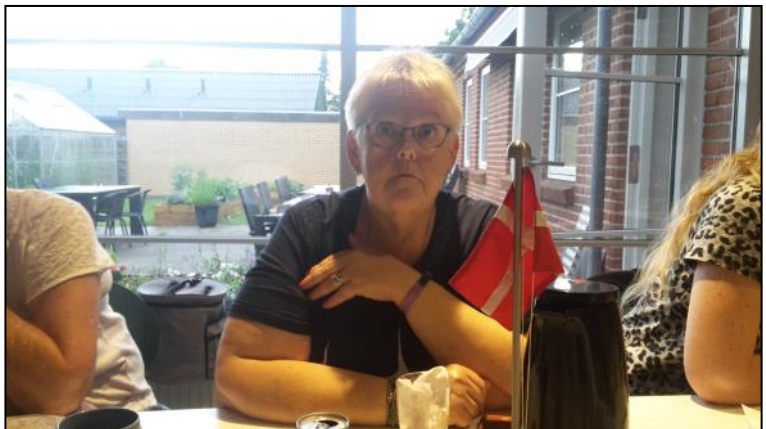


Gruppebillede ved indgangen til vores hotel Kleopatra Arsi.

## Hannes fødselsdag

Fredag d. 14. juni fejrede vi bager Hannes 56-årsfødselsdag. I stedet for at give rundstykker havde Hanne lavet kagetapas til dessert efter aftensmaden. Der var utallige mange kager, og de smagte fantastisk. Et stort tillykke til Hanne!!

PKB







## Besøgsdag i DBH

Den 12/6, kl. 13.00-15.30 var der besøgsdag i DBH for brugernes pårørende, venner og andre interesserede.

PKB



## Indvielse af den nyindrettede have i DBH

Torsdag d. 27. juni havde vi indvielse af vores skønne nye have. Tusind tak til alle jer, som givet en hånd med for, at vi kunne få lavet have og terrasse.

Nu kommer sommer og sol, og nu skal det hele nydes.

Pia





Drivhus med flag i anledningen.



Grønne bede.



Hygge.

The logo for "Giftfri HAVE" features the word "Giftfri" in a dark teal, serif font, with a small heart above the letter 'i'. Below it, the word "HAVE" is written in a larger, bold, dark teal, serif font. A stylized green vine with leaves curves around the text, starting from the left and ending on the right.



## Sommerfest i Det Blå Hus 2019

Fredag d. 21. juni 2019 var der sommerfest for brugerne i Det Blå Hus. Festen begyndte ca. ved 18.00 tiden, hvor der var spisning. Gitte V. bød velkommen til festen.

Menuen var helstegt pattegris med stegte kartofler, flødekartofler flere salater og flute. Grisen kom fra CL Party Service i Øster Brønderslev, men vi havde selv lavet tilbehøret, som vores to kokke Michael og Claus stod for. Ovnen med gris stod ude på terrassen. Efter maden var der is med jordbær til dessert.

Der var 51 brugere og personale, så det var en meget flot tilslutning til arrangementet. Det er tæt på rekorden for deltagelse i sommerfest i Det Blå Hus. Rekorden var sidste år med 52 deltagere. Ligesom sidste år var næsten alle personalerne i Det Blå Hus til stede. Der var to vin, vand eller øl inkluderet i prisen på 100 kr.

Som vanligt optrådte Ole J. på slap linje. Ole sang "Jeg er sigøjner". Denne gang med alle vers, da nogle har forespurgt ham om at synge alle vers i sangen. Vi sang fællessang under ledelse af Ole: "In heaven there is no beer that's why we drink it here, and when we are gone from here our friends will be drinking all the beer". Festen sluttede kl. 22.00, hvor personalet gik hjem. Det var en rigtig hyggelig aften.

PKB





Blomster

Fint opdækket bord.





Der skåles.



Spisning.



Bente ordner blomster til bordene.



Tag-selv bord.



Hygge.

SOMMER  
FEST



## Nada kursus for personale i DBH

Så er vi tre mere der har været på Nada kursus og vi skal øve og øve, så kom endelig hvis du vil lægge ører til.

Pia



Morten sætter nåle i  
Anette.

Morten med nåle i øret.





Hele ”nåle-flokken”.



Der øves i isætning af nåle.

## Møllegårdens musikfestival

Torsdag d. 2. maj deltog Springbrætbandet i Møllegårdens musikfestival. Der var brugerorkestre fra hele Nordjylland. Der var seks orkestre i alt. Kl. 12.30-13.15 var der frokostpause. Vi fik frikadeller med kartoffelsalat.

Over middag spillede vi i Springbrætbandet. Der var kun afsat en halv time, så vi nåede ikke alle vores numre, men fik dog vores ekstranummer med, som var "For evigt" af Volbeat.

Vi fik pakket bussen med vores udstyr, og ved 15.00 tiden kørte vi tilbage til Brønderslev. Det var som vanligt sjovt at få lov til at spille for publikum. En rigtig god dag.

PKB



Program for festivalen.





Et af bandene på scenen.



Der introduceres til næste band.

# **Aktivitetskalender**

## **Socialpsykiatrien i Brønderslev kommune**

### **Det Blå Hus**

**Sommerhustur med DBH i Rubjerg**      Tid: 2/9-6/9 2019.

**Foredrag med Niarn**      Tid: Onsdag d. 28. august  
2019 - kl. 17.00-18.30.

Med forbehold for fejl, aflysninger og ændringer.  
Program følger for de enkelte aktiviteter.  
Hold øje med opslag i Det Blå Hus.



Tag kalenderen ud og hæng  
den op på opslagstavlen!

# Aktivitetskalender

## Idrætsforeningen BIFOS

### Idrætsstævner 2019

Badmintonstævne i Hjørring.	Torsdag d. 7. marts 2019.
Aalborg Cup 2019.	Tirsdag d. 9. april 2019.
Idrætsfestival i Vejle.	25. – 27. juni 2019.
Bakke Cup på Psykiatrisk Sygehus.	Onsdag d. 28. august 2019.
Efterårsstævne i Frederikshavn	Tirsdag d. 3. september 2019.
BIFOS Efterårsstævne, Brønderslev.	Onsdag d. 30. oktober 2019.
Julestævne i Hjørring.	Torsdag d. 5. december 2019.
Julefodbold i Aalborg.	Fredag d. 20. december 2019.

### Møder og Arrangementer

BIFOS Generalforsamling på Hedebo.	Onsdag d. 27. februar 2019.
BIFOS Juleafslutning på Hedebo.	Ikke fastsat.

**BIFOS**  
BRØNDERSLEV

## Springbrætfestival 2019

Fredag d. 10/5 afholdes der Springbrætfestival 2019 på den udendørs scene i rododendron-parken. Ole Frandsen fra Springbrættet sagde velkommen. Bagefter holdt borgmester Mikael Klitgaard en åbningstale, hvor han bl.a. roste brugere, frivillige og personale bag Springbrætfestivalen. Ole Frandsen var konferencier resten af dagen. Det er fjerde år, at Springbrætfestival afholdes, og det er et samarbejde mellem Springbrættet, klub Trampolinen og Det Blå Hus.

Der var to brugerbands, der spillede: Springbrætbandet og Møllebanden fra Mølledag. Der blev spillet mange forskellige numre, fx Kim Larsen og Gasolin. Møllebanden spillede lige efter åbningstalen. Derefter spillede Martin Zakariasen fra Springbrætband med guitar og sang. Herefter spillede Springbrætbandet en times tid. Udover de to brugerbands var der to professionelle bands. Alberte Bønkel og co. samt Daniel Jul Andersen med band. De spillede henholdsvis kl. 14.15 og 15.00.

Springbrætbandet har efterfølgende fået mange positive tilkendegivelser. Der var rigtig gang i musikken, da Springbrætbandet var på. Martin Zakariasen var også rigtig god. Det var de professionelle bands også. Dog var det lidt synd for det sidste band Daniel Jul Andersen med band, fordi mange var gået hjem, da de skulle spille.

Ude ved den udendørs scene var der to telte med boder, hvor man kunne købe sodavand, te/kaffe og kager m.m. Der var nogle velsmagende kager fra Bageriet DBH. Man kunne også købe pølser og brød samt pølser med kartoffelsalat. Til forskel fra de forrige år havde man ikke lejet pavillonen, men i stedet sat telte op ved den udendørs scene. Derved holdt man publikum ved scenen og sparede lejeudgiften.

Det var heldigt, at der ikke var blæst, så teltene blev stående. Det holdt også tørvejr bortset fra nogle enkelte dryp. Dog manglede der solskin, så det var lidt koldt for publikum. Sidste år var vejret helt fantastisk, men man kan ikke være så heldig hver gang. Det var alt i alt en rigtig hyggelig dag med god musik.

PKB



Ole Frandsen byder velkommen.



Møllebanden.





Lydteltet.



Kaffetelt.



Telt med Springbræt T-shirt.



Bageriet DBH. Hanne, Anette og Sofia.



Martin på gitar.



Publikum.





Alberte Bankel og co.



Daniel Jul Andersen med band.



Kage fra Bageriet.

Tilskuere.





VI PRÆSENTERER ÅRETS

# SPRINGBRÆT-FESTIVAL 2019

RHODODENDRONPARKEN I BRØNDERSLEV

FREDAG, DEN 10. MAJ

KL. 11.00 – 16.00

Kl. 11.00: Åbningstale v/borgmester

Mikael Klitgaard

Kl. 11.15: Møllebanden fra Mølleådal

Kl. 12.15: Martin Zakariasen m/band

Kl. 13.00: Springbrætbandet

Kl. 14.15: Alberte Bønkø og co.

Kl. 15.00: Daniel Jul Andersen m/band

Kl. 16.00: Afslutning

På festivalpladsen vil der være telte med salgsover, hvor der kan købes mad og drikke samt merchandise.

Kom og mød nogle af Brønderslevs lysende musikalske talenter og få en fantastisk fredag eftermiddag i musikkens tegn.

KONFERENCIER: OLE FRANDSEN

**FRI ENTRE**

ARRANGØR SPRINGBRÆTTET OG TRAMPOLINEN



## Royal Run med Springbrættet og Det Blå Hus

Fredag d. 7. juni afholdt Springbrættet og DBH deres eget Royal Run i Rododendronparken i Brønderslev. Royal Run afholdes i hele landet 2. pinsedag 10. juni. I spidsen for løbet står kronprins Frederik – deraf navet Royal Run. Kronprinsesse Mary og deres børn deltog også. Royal Run arrangeres af idrætsvisionen Bevæg dig for livet, i et samarbejde mellem Danmarks Idrætsforbund, DGI og Dansk Atletik Forbund. Se også video lavet af DGI med løbet i Brønderslev.

Vi tyvstartede, da løbet skulle ligge en hverdag pga. personalebeteiligung. Det var mest brugere fra Springbrættet. Vi var kun undertegnede og en personale fra DBH. Afdelingsleder Gitte Velling bød velkommen. Alle skulle have rygnumre på, så man bagefter kunne få registreret antal omgange og km. Bagefter fik alle et diplom og medalje rundt om halsen som bevis på, at de havde deltaget. Undertegnede løb fire runder, hvilket svarede til fire km. Se diplom og rygnummer. Der var ruter på en km. og 0,5 km.

Før løbet var der opvarmning ved personale Henriette fra Springbrættet. Henriette var udklædt som royal. Det var flere af de andre personale også og nogle af brugerne. Karsten var i soldateruniform. Han så rigtig flot ud, se billede.

Formand for Social- og Sundhedsudvalget i Brønderslev kommune Martin Bech deltog også som løber med de fleste omgange, tror jeg. Han er en rutineret løber.

PKB



Afdelingsleder Gitte Velling byder velkommen.



Henriette i royalt outfit.

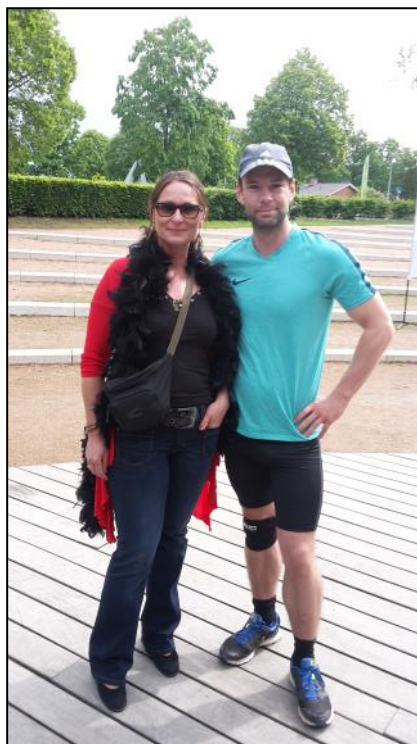
Susan speaker.





Karsten som soldat.

Gitte Velling og formand  
for sundheds- og  
socialudvalget i løbetøj.







Flag med royal run.

Balloner.







Peters diplom.



Peter med diplom.



Vandflasker.



Start på løb.

## Springbrætband på Jerslev marked 2019

Lørdag d. 29. juni spillede Springbrætband på Jerslev marked. Vi var derude ca. 10.00 for at sætte vores udstyr op. Ved middagstid fik vi frokost i form af burgere og pomfritter donerede gratis af Jerslev marked. Kl. 14.00 skulle vi spille. Selveste Ole Henriksen var også til stede i teltet, så der var flere, der var henne og hilse på og få taget billeder. Se billede herunder.

Desværre var lydmanden forsinket, så den blev 14.15 før vi kom i gang. Vi nåede ikke at holde pause mellem de to set, og vi nåede ikke at spille alle vores numre i set listen. Men vi spillede hele tre ekstranumre, så jeg tror publikum var glade for musikken. Vi spillede i det store telt. Dog var der ikke så mange mennesker måske også pga. af varmen i teltet. Vi var tilbage på Springbrættet kl. 17.00. Tror alle synes, at det var en god koncert.

PKB



Band sammen med Ole Henriksen. Nr. to fra venstre.



Bandet i aktion.



Daniel synger. Peter på bas og Pia på bongotrommer.

## Præsentation af ny afdelingsleder på Hedebo

Jeg hedder Karoline Jensen og er ansat som afdelingsleder på Hedebo pr. 1. august 2019.

Jeg er uddannet sygeplejerske, og jeg har dels som medarbejder og leder, været ansat på psykiatrisk afdeling i Aalborg og i Region Sjælland. Jeg har de sidste 4 år været leder ved ældreområdet på Sjælland.

Jeg har stor interesse i psykiatri og jeg har altid ønsket at komme tilbage til området som leder.

Jeg er meget glad for, at jeg har fået denne stilling, og jeg glæder mig rigtig meget til både at lære en hel masse, og til at kunne lære fra mig.

Karoline Jensen





## Grisefest på Hedebo 2019

Torsdag d. 6. juni var der grisefest på Hedebo. Gerda, som er formand for lokalrådet, sagde velkommen. Hedebo band spillede grisefestsangen lavet over "Video Video" som indledning. De spillede også Shu-bi-duas sang "Sexchikane", "This is my life" af Kim Larsen, "For evigt" med Volbeat og "Den knaldrøde gummibåd" af Birthe Kjær.

Maden kom fra party service i Hjallerup. Menuen var stegt pattegris med kartoffelsalat, flødekartofler og salat. Der var to øl eller sodavand med i prisen.

Bagefter var der kaffe, te og småkager og twist. Vi var nogle der fik en svingom, og vi dansede også fællesdans. Kl. ca. 21.30 var festen slut. Det var en rigtig god og hyggelig grisefest.

PKB



Formand for lokalrådet Gerda byder velkommen.



Daniel på gitar.



Stegt gris på bordet.



Thumps up fra Søren N.



Peter, Lars og Jonas.

## #Bevægdigforlivet og ”La Vuelta” fest på Hedebo

Onsdag d. 19. juni deltog botilbuddet Hedebo i det landsdækkende cykelprojekt for psykiatriske afdelinger og bosteder under navnet ”La Vuelta”. Målet er at sætte fokus på, hvor vigtig motion er, når man er psykisk sårbar.

På Hedebo var der igennem formiddagen mere en 40 borgere, personale og ledere, der kæmpede om at cykle længst. Enten på kondicyklerne indendørs eller almindelige cykler udendørs.

Der blev holdt skarpt regnskab med kilometerne og efter to timer havde Hedebo tilsammen cyklet 330 km. Læs mere om La Vuelta her: <http://dai-sport.dk/news.php?readmore=986>

Torsdag d. 15. august holdt Hedebo ”La Vuelta” fest i anledning af, at vi havde vundet konkurrencen om at cykle flest kilometer. Borgmester Mikael Klitgaard var der og overrakte pokalen til formand for lokalrådet på Hedebo Gerda Albrecht. Borgmesteren sagde også nogle ord om, hvor vigtigt det er med motion og at holde sig i god form både fysisk og psykisk.

Ny leder for Hedebo Karoline Jensen åbnede champagnen. Der var kransekager fra Bageriet Det Blå Hus og udskåret frugt.

Hedebo og PKB



Simon og Lene på kondicykler.



Der holdes pause.



Grethe og Lene.





Vi cykler ud i det blå.



Der noteres resultater.



Afdelingsleder Karoline Jensen og borgmester Mikael Klitgaard.



Bord med champagne, glas og flag.



Borgmesteren overrækker pokalen til formand for lokalrådet Gerda.



Daniel, Rikke og Githa akkompagnerer ved fællessang.

## Stor donation til BIFOS fra Friluftsrådet

Idrætsforeningen BIFOS, der henvender sig til borgere med en psykisk sårbarhed, har fået en stor donation fra Friluftsrådet til et nyt cykelprojekt. Projektet skal bidrage til få flere til at dyrke idræt i naturen. Det drejer sig om 35.000 kr., som er gået til at indkøbe seks mountainbike-cykler samt tolv stave til stavgang.

I sommerhalvåret (samt også forår og efterår) cykler vi i BIFOS en tur i naturen hver torsdag kl. 10.00. Der er afgang både fra Det Blå Hus og Hedebo. Turen er på ca. 10 km. rundt om Brønderslev.

Med donationen kan vi nu låne cykler ud til vores medlemmer, så kan alle være med uanset om man selv har en cykel. På sigt, håber vi også at kunne komme rigtig ud i skoven og på en rigtig mountainbike-bane.

Stave til stavgang vil blive fordelt på stederne, hvor vi har medlemmer, så vores medlemmer også kan komme ud at gå stavgang og opleve samt nyde naturen på den måde.

Håber, at også andre, der ser dette kunne have lyst til at deltage. Vi vil altid gerne have flere med!

PKB



## Idrætsfestival 2019

BIFOS deltog i år i Idrætsfestival på Vejle Idræthøjskole. Idrætsfestivalen løb af stablen fra tirsdag d. 25. juni til torsdag d. 27. juni. Tirsdag morgen kl. ca. 9.00 tog vi af sted fra Hedebo i Brønderslev. Vi var 13 personer i alt. Vi kørte i en privatbil og Sebastians bedstefars minibus. Vi var på Vejle Idræthøjskole ca. ved 12.00 tiden.

Da vi kom ned på Idræthøjskolen, var der tid til at få udleveret nøgler, spisebilletter og deltagernumre. Efter vi havde fundet værelserne, var det tid til et hvil. Kl. 13.00 var der informationsmøde for holdledere og interesserede atleter. Kl. 14.00 var der officiel åbning af festivalen. Borgmester i Roskilde Joy Mogensen (S) holdt åbningstalen. Joy er også formand for socialudvalget i kommunernes landsforening. Det var lidt sjovt, at det torsdag morgen blev meddelt at hun er ny kultur- og kirkeminister i den nye socialdemokratiske regering. Dan Arnløv Jørgensen (C), der er 1. viceborgmester og formand for Kultur- og Idrætsudvalget i Vejle kommune overrakte præmier den sidste dag torsdag. Her lavede han lidt sjov med, at når man deltager som politiker i Idrætsfestivalen, så bliver man udnævnt til minister umiddelbart bagefter. Så han regnede med, at så måtte han også blive minister efterfølgende. Joy fortalte om, at hun selv havde et handicap som barn, som betød at hun ikke rigtig kunne gå, men alligevel blev hun spurgt om, hun ville være leder i hendes spejdergruppe. Hun kom grædende hjem og fortalte det til sin mor, fordi hun var rørt over at netop hende, der var handicappet, fik tilbuddet om at blive spejderleder. Det var et bevis på, at man er noget værd for fællesskabet selvom man ikke helt kan, hvad de andre kan. Joy nævnte også, at hun på Idrætsfestivalen fornemmede, at der var en atmosfære af, at de frivillige vil hjælpe selvom man ikke får noget for det i økonomisk forstand. At det at hjælpe andre har en værdi i sig selv.

Efter åbningen var der maze-walking og crossløb. I BIFOS deltog vi 12 i maze-walking, som var en rute rundt i skoven. Der var en fra BIFOS, der deltog i crossløb, som var en løbetur rundt i skoven. Det var Jesper. Kl. 15.30 begyndte fodboldturneringen. Vi var to hold med 9 spillere. En for lidt, da et hold består af fem spillere. Vi kom også til at mangle Patrick, der kun kunne deltage i den første kamp på BIFOS 1, da han skulle til Ålborg for at spille oprykningskamp til serie 1. Heldigvis kunne vi låne en spiller, og ellers måtte vi låne fra hinanden. Dog var det temmelig hårdt at spille på begge hold, også



pga. af varmen. Fodboldturneringen var opdelt i to store puljer, hvor BIFOS 1 og 2 spillede i hver sin pulje. Vi spillede 5 kampe i hver pulje. Der var ingen mellemrunde, så der var direkte kvalifikation til semifinalerne, som blev afviklet om aftenen. Bifos 1 spillede uafgjort i to kampe og tabte resten. BIFOS 2 tabte alle deres kampe, men de spillede også mod verdensholdet, som er det udvalgt af de bedste IFS fodboldspillere i hele landet, som skal til internationalt CSIT stævne i Spanien i den kommende uge. BIFOS er her repræsenteret ved vores frivillige Patrick.

Om aftenen var der underholdning med live musik. Sebastian og Daniel fra BIFOS var oppe og gav flere nummer. Det var bl.a. "The Sound of Silence" af Simon og Garfunkel. Daniel spillede på guitar og sang et nummer, som han selv havde lavet. Det var virkelig flot. Godt gået!

Om onsdagen var der turnering i volleyball. BIFOS deltog med et volleyballhold. Første volleyball kamp endte efter et flot comeback med sejr på 27-26 over IF Vestjyderne. Og det var tid til kampråbet: BIFOS, BIFOS når vi slås, så kan ingen klare os, hey, hey, hey. Vi tabte mod Ålborg IK og IF Limone. Placeringskampe var over middag. Vi spillede mod IF Vestjyderne og IF vikingerne. Vi vandt over IF Vestjyderne og tabte til IF Vikingerne. I volleyball nåede BIFOS dermed en 15.-plads ud af 21.

Jonas, Jesper, Patrick, Daniel og Peter var i poolen. Vandet var lidt koldt, men det var dejligt forfriskende at komme i poolen i den stegende varme. Onsdag aften var der festaften med levende musik og treretersmenu. Der var kåring af årets holdleder og uddeling af fairplaypokalen. Årets holdleder blev Casper Nielsen fra IK Ålborg. Han er også leder for IFS Verdensholdet i fodbold. Tillykke til Casper, som jo kommer fra Nordjylland!!

Om fredagen skulle vi være ude af værelserne kl. 10.00. Om formiddagen var der finaler i fodbold og volleyball samt 100 m løb. IK Ålborg kom på førstepladsen i fodbold. Det var flot med en guldmedalje til Nordjylland!! Ved middagstid var der præmieoverrækkelse og officiel afslutning. Mark, som sidste år var medlem af BIFOS, vandt guld i cross-løb, og var også på guldvinderholdet i fodbold.

Adm. koordinator Mogens Damgaard kaldte det en enestående festival, og det var deltagerenes skyld. Han takkede sponsorer og Vejle idrætshøjskole og tak til frivilliggruppen og til arbejdsgruppen. Og sagde på gensyn 23.-25. juni 2020.

Vi var heldige med vejret – det var fantastisk sommervejr alle dagene. Efter nogle begivenhedsrige dage var det tid at vende næsen hjemad. Jeg tror alle syntes, at vi havde haft en rigtig god Idrætsfestival 2019.

PKB



Sebastian bag rattet i vores minibus.

Holdbillede.





Fodbold.



Daniel på guitar  
optræder med  
egen sang.



Hygge i det fri.



Festaften.



Mogens Damgaard. Farvel og på gensyn.

Guldvindere.



## Meld dig ind i idrætsforeningen BIFOS!!

- BIFOS Brønderslev er en idrætsforening drevet af og for mennesker med sindslidelse.
- Vi tilbyder motion og socialt samvær blandt ligestillede og samarbejder med personale og instruktører fra socialpsykiatrien.
- Vi er ca. 45 medlemmer, en bestyrelse på 6 medlemmer og 4 personaler fra Hedebo og Det Blå Hus. Vi er i øvrigt også kendt for en munter omgangstone, og hygger os og har det sjovt, når vi er ude til stævner og til vores årlige juleafslutning og generalforsamling.
- Alle vores aktiviteter er på motionsbasis, så det er ingen forudsætning, at du har dyrket idræt eller motion før.
- Vi deltager i ca. 8 stævner og arrangementer i løbet af året.
- Pris: Halvårligt kontingent kun 300 kr. Betales 1. april & 1. oktober. Passivt støtte-medlemskab 150 kr. halvårligt.

### **Mandag i Brønderslev Hallen**

13.00 – 14.30 Idræt i hallen, boldspil (v. Michael).

### **Tirsdag i Svømmehallen og Svederen**

14.00 – 15.00 Træning i Svederen (v. personale fra Hedebo).

15.00 – 17.00 Fri svømning indtil lukketid.

### **Onsdag i Brønderslev Hallen**

13.00 – 14.30 Fodbold i hallen. (v. Michael).

### **Torsdag**

I sommerhalvåret:

10.00-11.00 Cykling fra Det Blå Hus og Hedebo (v. Eddy og Peter).

15.00-16.00 Tennis i Brønderslev tennisklub (v. Peter).

Kontakt: Tlf.: 50 46 92 29. E-mail: [bifos9ja@gmail.com](mailto:bifos9ja@gmail.com) eller personale Michael Seide. Tlf.: 21 49 18 68.



**BIFOS**  
BRØNDERSLEV





## Nøgle for socialpsykiatrien i Brønderslev Kommune

### Formand for socialudvalget

Martin Bech

Tlf.: 50 51 75 24. E-mail: [martin.bech\[a\]99454545.dk](mailto:martin.bech[a]99454545.dk)

### Handicap- og psykiatrichef

Pia Kornø

Tlf.: 51 16 60 15. E-mail: [pia.kornof\[a\]99454545.dk](mailto:pia.kornof[a]99454545.dk)

### Konsulent for handicap og psykiatri

Gitte Westeraa

Tlf.: 99 45 51 61. E-mail: [gitte.westeraa\[a\]99454545.dk](mailto:gitte.westeraa[a]99454545.dk)

### Områdeleder for socialpsykiatrien

Inga Erikson

Tlf.: 20 67 34 68. E-mail: [inga.lilian.eriksen\[a\]99454545.dk](mailto:inga.lilian.eriksen[a]99454545.dk)

### Rusmiddelcentret, Thorvaldsensvej og Hedelundsgade

Afdelingsleder: Rikke Hessel Sørensen

Tlf.: 24 91 65 41. E-mail: [rikke.hessel.sorensen\[a\]99454545.dk](mailto:rikke.hessel.sorensen[a]99454545.dk)

### Det Blå Hus, Springbrættet og Trampolinen

Afdelingsleder: Gitte D. Velling

Tlf.: 50 84 65 69. E-mail: [gitte.d.velling\[a\]99454545.dk](mailto:gitte.d.velling[a]99454545.dk)

### Hedebo

Afdelingsleder: Karoline Jensen

Tlf.: 41 73 67 23. E-mail: [karj\[a\]99454545.dk](mailto:karj[a]99454545.dk)

### Socialpædagogisk Støtte team/SKP'erne og mentor

Afdelingsleder: Inger Thorup Jensen

Tlf.: 50 87 52 48. E-mail: [inger.thorup.jensen\[a\]99454545.dk](mailto:inger.thorup.jensen[a]99454545.dk)

### Ungegruppen i Det Blå Hus

Kontaktperson: Michael Seide

Tlf: 99 45 51 50. E-mail: [michael.seide\[a\]99454545.dk](mailto:michael.seide[a]99454545.dk)

### Idrætsforeningen BIFOS

Formand: Peter K. Baggesgaard

Tlf.: 50 46 92 29. E-mail: [bifos9\[a\]gmail.com](mailto:bifos9[a]gmail.com)

### Venneforening for psykisk sårbare

Formand: Johanne Knudsen

Tlf.: 29 60 14 57. E-mail: [venneforening9700\[a\]gmail.com](mailto:venneforening9700[a]gmail.com)

### Telefonrådgivning, socialpsykiatrien

Tlf: 60 91 54 64 alle dage mellem 16.00 og 7.00