

BRUGERAVISEN

Årgang 8, nr. 1

FEBRUAR 2014

Det Blå Hus, Mødestedet, Hedebo, Bostøtten,
Opgangsfællesskabet og Bifos



ADRESSE:

Det Blå Hus, Fasanvej 10, 9700 Brønderslev

[post\(snabela\)brugeravisen.dk](mailto:post(snabela)brugeravisen.dk)

Tlf.: 99 45 51 23

REDAKTION

Peter K. Baggesgaard og Stephan Mulward

Kære læsere!

Siden sidst er brugeravisen nu blevet en del af Bageriet i Det Blå Hus, dvs. at avisen hører under kontorfunktionen i Bageriet. Avisen kommer fremover til at udkomme fire gange om året midt i februar, maj, august og november.

Siden sidst er der også oprettet en hjemmeside for avisen. Adressen er: www.brugeravisen.dk og avisen har fået ny e-mail: [post\(snabela\)brugeravisen.dk](mailto:post(snabela)brugeravisen.dk) På hjemmesiden kan man læse avisen i elektronisk form, og der vil være en oversigt over avisen for de enkelte årstal. Vi håber, at man vil gøre brug af hjemmesiden. Avisen vil dog fortsat komme som papiravis i et begrænset oplag.

Der er skete udskiftning i redaktionen. Peter K. Baggesgaard har overtaget som ansvarshavende redaktør, fordi Stephan Mulward nu er travlt optaget af regnskabsarbejde i Bageriet. Stephan Mulward er dog stadig medlem af redaktionen med ansvar for Det Blå Hus og Mødestedet.

Med venlig hilsen
Redaktionen

Brugeravisen

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

Ansvarshavende:

Peter K. Baggesgaard

Redaktion:

Peter K. Baggesgaard og Stephan Mulward

Layout: Peter K. Baggesgaard

Tryk: Det Blå Hus og Hedebo

Oplag: 100

Avisen udkommer 4 gange årligt i: februar, maj, august og november. Deadline for næste nr.: 1. maj 2014. Næste nr. udkommer 15. maj 2014.

Materiale til avisen sendes til:

E-mail: [post\(snabela\)brugeravisen.dk](mailto:post(snabela)brugeravisen.dk)
Eller lægges i den røde postkasse i ”Det Blå Hus” eller gives til medlemmerne af redaktionsudvalget.

Avisen på Internet

www.brugeravisen.dk

Her kan du læse avisen elektronisk.

Indholdsfortegnelse

Nyt fra redaktionen	Side 2
<i>Det Blå Hus</i>	
Bageriet i Det Blå Hus	Side 4
<i>Hedebo</i>	
Paris.....	Side 6
Jubilæum på Hedebo	Side 8
Motionsdag på Hedebo	Side 10
<i>BIFOS</i>	
Løbegruppe i BIFOS	Side 11
Julefodbold i Ålborg	Side 12
Vejle Idrætsfestival	Side 13
Årets holdleder	Side 17
Efterårsstævne i Frederikshavn	Side 19
Nøgle for socialpsykiatrien	Side 20

Bageriet i Det Blå Hus

Bageriet startede i Det Blå Hus d. 1. september 2013 og de første borgere blev visiteret d. 20/9. Bageriet leverer brød og kager til cafe Kox - begge er socialøkonomiske virksomheder. Bageriet drives af Brønderslev kommune og cafe Kox drives af AOF. Bageriet har ansat en udlært bager samt en socialrådgiver, som er pædagogisk medarbejder. Der er i alt 11 ansatte i Bageriet. De øvrige ansatte er mennesker med en psykisk sårbarhed, som arbejder under beskyttede vilkår med henblik på at afklare deres arbejdsevne. På et senere tidspunkt vil de fx kunne få beskæftigelse i et skånejob.

Bageriet består af flere forskellige funktioner. Der er selve bageriet. Dertil kommer rengøring, servicefunktion samt kontorfunktion. Bagerfunktionen står for produktion af brød og kager. Rengøringen står for rengøring af køkkenet. Servicefunktionen står for levering af varer til cafe Kox. Hertil er indkøbt en cykeltrailer som varerne kan transporteres i. Kontorfunktionen står for regnskab og løn. Desuden står kontoret for produktion af brugeravisen, som er den avis, hvor denne artikel bringes i. Der er tre ansat i kontorfunktionen, en ansat i servicefunktionen, en ansat i rengøringen og de øvrige er ansat i bagerfunktionen.

Der holdes personalemøder en gang om ugen hver tirsdag, hvor alle deltager. I Bageriet er vi stolte af at have en ”vi-kultur”, hvilket vil sige at vi bygger på samarbejde, fællesskab og rummelighed, hvor alle er en nødvendig del af processen, og hvor alle er lige meget værd.

P.K.B.



Personalet i Bageriet. Mette mangler på billedet.



Der arbejdes på kontoret.

Gå til Paris

På Hedebo har vi som led i sundhedsprojektet gået og cyklet til Paris. Ved indgangen til Hedebo er der hængt et Europa kort op, og her markerer vi for hver uge, hvor langt vi er kommet. For at fejre at vi er nået til Paris holdt vi en fest for alle beboere i cafeen på Hedebo. Pædagog Lise Friismose indledte festen med at sige nogle ord om forløbet af vores projekt. Socialudvalgsformand Thomas Krog deltog også i festen og sagde nogle ord omkring vigtigheden af motion og bevægelse. Vores næste mål er Spaniens hovedstad Madrid.

Lene Bjørck læste et digt op - se næste side!



Digt om gåtur til Paris

Sundhed i vor socialpsykiatri,
det kan vi li'
- med motion kan vi lære,
det giver trivsel og velvære,
- med motion har vi nået en milepæl,
der giver sundhed for krop og sjæl.

Til Paris er vi nemlig nået,
vi har kæmpet, cyklet og gået,
motion er blevet en vigtig del af dag-
ligdagen,
sved på panden det er sagen.
Målet blev sat for sjov,
men hov,
alle lod sig motivere og inspirere,
til noget mere at motionere.

Motion og sund kost,
det er et must,
hold fokus,
ikke noget hokus pokus,
i fællesskab kan vi yde,
og sammen hverdagen nyde.
En stor skål,
for vort fælles MÅL!!

Lene Bjørck Mortensen



Inger Aagaards 40 års jubilæum på Hedebo



Plejer Inger Thirup Aagaard havde 40 års jubilæum på Hedebo den 1. maj 2013. Det blev fejret torsdag d. 2. maj på Hedebo. Til stede var familie, kollegaer og beboere på Hedebo. Borgmester Lene Hansen var også til stede og overrakte fortjenstmedalje i sølv til Inger. Medaljen skal hun senere til København og

have overrakt af Dronningen.

Inger Aagaard tog sin uddannelse ved Ålborg sygehus. Hun var på Brønderslev psykiatrisk sygehus inden hun 1. juli 1977 kom til socialpsykiatrisk boform Hedebo i Brønderslev. Siden 2005 har hun her arbejdet som nattevagt.

Der var taler af borgmester Lene Hansen, Hedebos afdelingsleder Birthe Sørensen samt beboere Gerda Albrecht og Lene Bjørck, som læste et digt op - se næste side! Der var også musikalsk indslag ved Gitte Engen og Peter Anderson.

P.K.B.

Digt til Inger

Hvad kommer der efter et 40 års jubilæum?

Tja - måske et museum,
nej - spøg til side,
vi kan dig alle lide.

Har man om natten brug for en snak,
så tingene kan falde i hak,
og komme i balance,
ja - så er du altid til assistance.

Dit altid gode humør,
sætter på nætterne lidt kulør,
jeg kalder dig Frau Aagaard,
du er nemlig ikke sart.
Din humor er simpelthen sej,
lige noget for mig.

Inger - tak for alle de år, og nu hvor du os støtter,
du skal i hvert fald vide at det nytter.
Personligt vil jeg dig gerne takke,
for vores hygge og mange snakke.

Inger - stort tillykke til dig,
må lykke og held følge dig på livets og nattevagternes vej.

Lene Bjørck Mortensen



Motionsdag på Hedebo 2013



Tirsdag d. 7. maj var der motionsdag på Hedebo. Dagen startede med fælles morgenmad eller brunch i cafeen. Efter morgenmaden var der fælles gå/løbetur, og derefter var der åbent i de forskellige workshops eller stande. Der var: Mindfulness, Styrketræning, Løb, Sund By,

NADA akupunktur, Ryge Stop og Samba.

I opholdsstuen var der instruktion i samba dans, og bagefter var der opvisning i samba dans. Ved middagstid var der fælles frokost i cafeen med sund mad, som var lavet af beboere og personale.

Vi afsluttede dagen med rundbold, hvor beboere (samt elever og studerende) og personale spillede mod hinanden. Til slut var der kaffe i cafeen.



Gerda Albrecht ved diætisten fra Sund By.



Lene Bjørck på motionscyklen ved fysioterapeuterne.



Vi sluttede af med rundbold på plænen bag Hedebo.



Behandling med NADA akupunktur.

P.K.B.

BIFOS

Løbegruppe i BIFOS om onsdagen

Bifos vil som forsøg oprette en løbegruppe om onsdagen kl. 13.00 i forbindelse med den almindelige træning på Hedebo. Ingrid og Arne Bo er instruktører

Julefodbold 2013 i Ålborg

BIFOS deltog i Julefodbold 2013 i Ålborg - fredag d. 13/12 2013. Der var hold med fra hele Nordjylland. Stævnet fandt sted i en af stadionhallerne ved Ålborg stadion. Vi var 9 deltagere fra BIFOS. Da vi kun måtte være 7 spillere på holdet inklusiv udskiftere, lånte vi 2 spillere til børshold.

Dagen startede ved 9-tiden. Derefter var der turnering i fodbold. Ved middagstid var der frokost med en sandwich. Over middag fortsatte fodboldturneringen.

Dagen sluttede af med overrækkelse af vandrepokalen, som gik til vinderholdet fra Ålborg



P.K.B.



Vejle Idrætsfestival 2013

Maze-walking og cross-løb. Knap var vi færdige med de discipliner, før de indledende runder af volley-turneringen blev fløjet i gang. Med to tilmeldte hold havde vi travlt. I Bifos er det en selvfølge, at vi hepper – højt og tydeligt! – på hinanden. Og den fik ikke for lidt. **”Bifos, Bifos – når vi slås, så kan ingen klare os”**. Men det ene hold havde ikke ubetinget heldet med sig hele vejen og måtte derfor se sig videre med placeringskampe for øje. Det andet hold var efter aftenens kampe videre til mellemrunden, og vi kunne lugte kampe om medaljer. Torsdagens mellemrunde viste os, at lugtesansen var helt i top, så vi var godt stolte – og lidt nervøse over at skulle spille BRONZEKAMP fredag formiddag!

Det er aldrig nogen skam at tabe til nogen, som er bedre end sig selv, og vi måtte sande, at det var sådan, det var! Vi mødte ganske enkelt et hold, som var bedre end os. Så da skuffelsen havde lagt sig, må vi sige, at vi er lidt stolte af at være blevet nr. 4 ud af 22 hold!!

Sent onsdag aften blev fodboldturneringen skudt i gang. Vi var periodevis suveræne og gik flot videre til mellemrunden torsdag. Her kunne vi så absolut også lugte medaljer. Desværre blev vi hurtigt slået ud og havde en noget ærgerlig følelse. Holdet var til mere, og vi havde nok regnet med at skulle spille om medaljer, som vi gjorde sidste år. Vi er dog fuldstændig enige i, at vi hævner os i 2014!! Sideløbende med fodbold var der krolf. Her hvilede der i høj grad noget af et pres, da vi er forsvarende mestre! Helle havde fra start proklameret, at hun gik efter medaljer – men banen var kryptisk, og hun havde ikke trænet så meget, som hun havde ønsket. Efter den indledende runde var hun ikke helt tilfreds. Alle andre i Bifos syntes at 43 slag på 12 huller var noget af en bedrift, men Helle selv irriterede sig over nogle slag, som han vidste, hun kunne havde slået bedre. Spændingen blev først udløst fredag formiddag, og Helle havde et spinkelt håb om en eventuel bronzemedalje. Da både sølv og bronze blev uddelt, og Helle ikke var blandt dem, svandt håbet.

Pludselig gjaldede speakerens stemme ud over hele stadionat den forsvarende mester skulle på podiet, da hun igen i år var de andre overlegen!! Bifos og de andre nordjyske klubber jublede og hujede – så tog hun guldet igen!! Det var et flot syn at se Helle få sin **GULDMEALJE** om halsen, og mange stod i kø for at lykønske hende, da hun trådte ned fra podiet.

TILLYKKE til Helle for den flotte præstation!

Traditionen tro findes også 3-kamp på programmet. I år stod den på kuglestød, længdespring og 1500 meter løb. Man dyster i alle tre discipliner og resultaterne bliver lagt sammen og udfra det samlede resultat findes medaljetagerne. Vi havde desværre ikke nogen på podiet i år - meeen vi vender frygtelig tilbage næste år!!

Når vi ser tilbage på dette års festival, breder der sig igen smil om munden. Trods mærkbare nedskæringer havde vi en uforglemmelig tur. Sammenholdet er vokset – tilhørsforholdet er styrket. Vi er en god lille klub, hvor det sociale aspekt er i højsæde. Alting bliver bare lidt sjovere, når man har gode venner at dele oplevelserne med!!

Sportslige hilsner fra Bifos.

Ingrid Jørgensen

På de næste sider ses billeder fra Idrætsfestival.





Årets Holdleder 2013

Til stående klapsalver kunne vi til Vejle Idrætsfestival brøste os af at have Årets Holdleder i vores klub!

Thomas Eriksen blev nemlig fuldt fortjent denne titel rigere, da festivalkomiteen udpegede ham blandt de 22 foreningers mange holdledere. Hvert år uddeles denne pris, som blandt kendere er den mest prestigefulde af slagsen. Gennem hele festivalen har komiteen bl.a. til opgave at spotte de ledere/holdledere, som gør en forskel. Torben Frey fra DAI fremhævede i sin tale, at der bliver lagt mærke til *det helt særlige*, som holdlederne betyder for deres respektive klubber. Han sagde bl.a. at ” det er jeres engagement og entusiasme, som smitter af på jeres deltagere og medvirker til de gode resultater og de gode oplevelser. Det er jeres motivation, gå-på-mod og aktive deltagelse, som er helt afgørende for deltagernes lyst til at være med til idrætten og blive ved med at dyrke idræt”.

Torben Frey fortsatte med at sige, at festivalkomiteen med denne kåring vil stimulere alle holdledere til at blive bevidste om den enorme betydning, de har for idrætten i psykiatrien. ” Der er brug for gode ledere, instruktører og gode forbilleder. Nogen som tør at tage ansvar og signalere energi. Nogen som er positive og spreder godt humør og hele tiden er parate til at forbedre egne idrætskompetencer ved at deltage i kurser, uddannelse m.v. for at fremme IFS”. (Idræt for sindslidende)

Torben Frey råbte Thomas’ navn op, og vi brød alle ud i vild jubel. At valget faldt på ham er fuldstændig rigtigt, og vi er glade for, at andre så tydeligt ser, hvad Thomas gør og er for vores klub. Hans indsats er blevet beundret af andre klubber og ledere, og festivalkomiteen gav denne begrundelse for valget:

”Thomas har virkelig gjort en stor indsats i at forberede sig selv og sine hold til festivalen. Han har været meget aktiv i forhold til sine hold. Han har styr på alt det praktiske. Han er en teamplayer, som med sin rolige facon har blik for den enkelte. Han har de seneste år udviklet sig kolossalt som menneske og holdleder. Han er godt i

gang med at udvikle sine egne idrætskompetencer. Han er en stille og rolig fyr, som ikke har brug for store armbevægelser som holdleder”.

Med boblende stolthed – og vist en del våde øjne – kunne vi nyde de fortjente og rosende ord, som Thomas på podiet foran 290 mennesker fik med på vejen.

Kære, kære Thomas! Festivalkomiteen har så evig ret! Du er en ener og gør en kæmpe forskel i vores klub. Til daglig. Til træning. Til stævner.

Alle i Bifos er stolte af dig og vil slutte denne hyldest med et skønt kampråb:

”For du er en af vor egne, for du er en af vor egne – en rigtig Guttermand”

Tak for indsatsen og tillykke fra os alle

Ingrid Jørgensen

Efterårsstævne i Frederikshavn 2013

BIFOS deltog i Efterårsstævne i Frederikshavn 2013. Der var hold med fra hele Nordjylland. Disciplinerne var fodbold, volleyball, petanque, krolf, støvlekast og bueskydning. BIFOS vandt guld i fodbold, volleyball, petanque og krolf. Marie Louise og Helle vandt guld i petanque og Helle vandt guld i krolf. Vi fik desuden overrakt en pokal både for guld i fodbold og volleyball.

Dagen startede ved 10-tiden med opvarmning. Derefter var der turnering i fodbold og petanque. Ved middagstid var der frokost med helstegt pattegrís - det smagte godt. Om eftermiddagen var der turnering i volleyball. Dagen sluttede af med kaffe og kage samt præmieoverrækkelse.

Nedenfor ses billeder fra stævnet.

P.K.B.



Nøgle for socialpsykiatrien i Brønderslev Kommune

Formand for socialudvalget

Ole Jespersgaard

Tlf.: 25 26 83 79. E-mail: ole.jespersgaard(snabela)99454545.dk

Sudheds- og handicapchef

Inge Tengnagel

Tlf.: 99 45 52 30. E-mail: inge.tengnagel(snabela)99454545.dk

Psykiatrisk konsulent

Tina Kjeldgaard

Tlf.: 99 45 46 73. E-mail: tina.kjeldgaard(snabela)99454545.dk

Områdesleder for socialpsykiatrien

Inga Erikson

Tlf.: 20 67 34 68. E-mail: inga.lilian.eriksen(snabela)99454545.dk

Det Blå Hus og Mødestedet

Afdelingsleder: Ulrik Poulsen

Tlf.: 60 91 54 97. E-mail: ulrik.poulsen(snabela)99454545.dk

Hedebo

Afdelingsleder: Birthe Sørensen

Tlf.: 98 82 31 66. E-mail: birthe.sorensen(snabela)99454545.dk

Bostøtten/opgangsfælleskaberne

Afdelingslederleder Annette Marie Olesen

Tlf.: 60 91 55 10. E-mail: annette.marie.olesen(snabela)99454545.dk

Idrætsforeningen BIFOS

Formand: Susanne Gaardboe

Tlf.: 99 45 50 21. E-mail: susanne.gaardboe(snabela)99454545.dk

Telefonrådgivning, socialpsykiatrien

Tlf: 60 91 54 64 alle dage mellem 16.00 og 23.00