

BRUGERAVISEN

Det Blå Hus, Mødestedet, Hedebo, Rusmiddel- Årgang 12, nr. 1
centret, Bostøtten, Opgangsfællesskaberne,
Ungegruppen, BIFOS og Venneforeningen

Februar 2018

Hedebo

DET BLÅ HUS



Kære læsere

Så er vi klar med februar-udgaven af Brugeravisen. Vi bringer bl.a. den glædelige nyhed, at SIND har fået en ny lokalafdeling i Brønderslev kommune. Det er SIND Frederikshavn, der har taget initiativet. I forvejen har der været ca. 25 medlemmer i Brønderslev, som hørte under Frederikshavn - der har bare ikke været en lokalafdeling. Vi ser frem til, at SIND vil lave arrangementer og arbejde for forbedringer for psykisk sårbare i Brønderslev kommune.

I forlængelse deraf har Venneforeningen arrangeret foredrag med SIND foredragsholder Mai-Britt Mikkelsen. Det var et rigtigt spændende og interessant foredrag, hvor hun fortæller om sin livshistorie, samt at hun på trods af sygdom har nået sine drømme.

Derudover indeholder dette nummer af brugeravisen en del julearrangementer i Det Blå Hus og i BIFOS. Vi har også sørgelige nyheder, da vi beretter om to dødsfald i Det Blå Hus. Det er brugerne af Det Blå Hus Ruth og Grethe, der er afdøde ved døden. Og hvor der har været bisættelse i Tårs kirke og i Brønderslev gamle kirke.

Under BIFOS beretter vi om to stævner, Julestævne og Julefodbold, samt om den årlige julefest på Hedebo.

Med venlig hilsen
Redaktionen

Brugeravisen

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

Avisen udkommer 4 gange årligt i: februar, maj, august og november. Deadline for næste nr.: 1. maj 2018. Næste nr. udkommer 20. maj 2018.

Ansvarshavende:

Peter K. Baggessaard

Materiale til avisen sendes til:

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

Redaktion:

Peter K. Baggessaard

Avisen på Internet

www.brugeravisen.dk
Her kan du læse avisen elektronisk.

Layout: Peter K. Baggessaard

Tryk: Det Blå Hus

Oplag: 120

Indholdsfortegnelse

Nyt fra redaktionen	Side 2
Referat fra brugerrådsmøde 7/12 2017	Side 4
Handicappris 2017	Side 7
Oprettelse af SIND lokalforening i Brønderslev	Side 10
Referat fra stiftende generalforsamling i lokalforening SIND Brønderslev	Side 12
Foredrag med Mai-Britt Mikkelsen	Side 14
<i>Det Blå Hus</i>	
Ugeplan 2018 for Det Blå Hus	Side 18
Julefrokost Det Blå Hus	Side 22
Juleeftermiddag med Lions Løver	Side 26
Tur til Frederikshavn med Det Blå Hus	Side 28
<i>Aktivitetskalender</i>	Side 30
Julemiddag i Det Blå Hus	Side 32
Nytårsmiddag i Det Blå Hus	Side 36
Ved bisættelse af Ruth Mikkelsen	Side 39
Mindeord	Side 41
Ved bisættelse af Grethe Stampe Jochimsen	Side 43
<i>Mødestedet</i>	
Fra Mødestedet	Side 46
<i>BIFOS</i>	
Julestævne 2017 i Hjørring	Side 47
BIFOS' julefest 2017	Side 53
Julefodbold i Ålborg 2017	Side 56
<i>Nøgle for socialpsykiatrien</i>	Side 60

Referat fra Brugerrådsmøde i socialpsykiatrien, Brønderslev kommune

Mødedato: Den 7. december kl 12.00 – 13.30.

Sted: Det Blå Hus, Fasanvej 10, Brønderslev.

Til stede: Inga, Rikke, Anni, Ulla, Johanne og Peter

1. Godkende referat fra sidste møde

Godkendt.

2. Tilbagemeldinger fra Lokalrådene vedr. Vedtægter for Brugerrådet og Lokalrådene.

Inga har reviderede vedtægter med. Inga gennemgår rettelsers. For brugerrådet: Der skal være to afdelingsledere Rikke og Gitte. Ingen konsulent med, da der kun er en konsulent for både handicap og psykiatri. Referent vælges for hver gang. Det skal ikke i socialudvalget igen, da der er tale om små rettelsers. Lokalrådet: Navne på steder rettes m.m. Rettelsers er godkendt af brugerrådet. Rettede vedtægter sendes ud sammen med referat. Vi skal prøve at gøre brugerne opmærksomme på vedtægterne, og de rettigheder der er for brugerne.

Faste punkter på dagsordenen:

3. Nyt fra stederne ved brugerrepræsentanterne.

DBH: Vi laver dekorationer om torsdagen og julepynt. Der er juletur til Frederikshavn i morgen. Vi er 18 deltagere. Sommerhus til næste år er fuldt booket. Gitte og Johanne skal til Odd Fellow og fortælle om turene i sommerhus. Lions har været her i går og spillet julemusik. Der er julemiddag og nytårsmiddag. Vi har fået ny praktikant, som hedder Ulla. Ungegruppen, Martin er i praktik, så han repræsenterer ikke ungegruppen pt. De skal på bowlingtur. Problemer med at folk ikke kommer til aktiviteterne, selvom de har meldt sig til.

Hedelundsgade: De juler og har fået juletræ. De holder julefrokost 15/12.

Hedebo. Intet, da Gerda og Simon ikke kunne komme i dag.

Thorvaldsensvej: Der er pyntet til jul. Vi har pakkekalender. Vi skal have julefrokost tirsdag 19/12. Vi har for tiden ingen elev.

Mødestedet. De har været udflugt til storcenteret. Der har været julefrokost med 22 deltagere.

4. Ønsker om at dele referater fra lokalrådene.

For at få inspiration. Hedebo vil gerne dele referater. Ulla kunne være modtager af referater. Referater fra lokalråd skal sendes til Inga, som formidler det ud til de enkelte lokalråd. Ingas mail er:

[inga.lilian.eriksen\[a\]99454545.dk](mailto:inga.lilian.eriksen[a]99454545.dk)

5. Nyt fra Handicaprådet ved Peter.

Sidste møde var 4/12, hvor handicapprisen også blev uddelt. Det blev tidligere formand for handicaprådet Elly Henriksen, der fik prisen. Johanne Knudsen fra Det Blå Hus var også indstillet ligesom 4 andre.

På møde 4/12 var der punkt vedr. vejledning til at håndtere borgernes seksualitet på handicap og psykiatriområdet. Det vedrører dels, hvordan personalet skal forholde sig til og støtte borgeren, og dels en beredskabsplan i forhold til seksuelle overgreb og krænkelse.

Der var også punkt vedr. orientering om Handicap og Psykiatri nye pjece ”Retningslinjer for håndtering af borgernes økonomi i botilbud og ved socialpædagogisk støtte”. Det drejer sig bl.a. om, hvordan medarbejdere skal hjælpe borgere på botilbud og ved socialpædagogisk støtte i at håndtere borgernes egen økonomi.

På møde 14/11 var desuden punkt om ændret praksis for borgernes betaling for buskørsel i botilbud. Ankestyrelsen har bestemt at borgere fremover ikke skal betale for kørsel i botilbuddets busser. På psykiatriområdet betyder det, at der ikke længere må opkræves betaling fra beboerne for kørsel med Hedebo bus. Indtægt på ca. 11.000 kr. fra beboerne skal nu dækkes ind via taksten, som kommunen betaler for opholdet.

6. Nyt fra det politiske område ved Ole Jespersgaard.

Intet. Ole er på ferie. Inga har snakket med ham. Skulle hilse og sige tak for samarbejdet, da Ole ikke fortsætter som formand for socialudvalget. Ny formand er Martin Bech fra Venstre.

7. Ny viden, informationer, læring og uddannelse relateret til Socialpsykiatriområdet.

SIND vil oprette klub måske både i Brønderslev og Dronninglund. Der er infomøder i DBH i 11/12 Brønderslev og Mødestedet i Dronninglund 9/12. 14/12 holder de møde med Gitte Velling.

Der har været temadag i DBH. Der var mange der kom på banen. Afklaring af hvad er borgernes ansvar, og hvad er personalets ansvar. Emnerne var værdier, kerneopgave og samarbejde mellem personale og borgere. Vi har fået en rigtig god ledelse, som hører hvad brugerne har af ideer og ønsker. Der er en god stemning og godt samarbejde.

SIND lilleskole vil SIND måske oprette undervisning, når de vil etablere sig i kommunen.

8. Evt.

Johanne har fået besked om, at brugerne har fuld indflydelse på indkøb af inventar til huset.

Johanne vil gerne have Lisbeth Zornig til foredrag. Man kunne gå sammen i lokalrådene. Poul Nyrup har været her før. Ole Jespersgaard vil gerne snakke med ham om, det var en mulighed.

Næste møde. Dato bestemmes, når der er kalender for handicaprådet. Vi satser på Thorvaldsensvej 14 i opgangsfællesskabet. Dato bliver i marts måned.



Handicappris 2017

Mandag 4/12 2017 var der overrækkelse af årets handicappris på Brønderslev rådhus. Elly Henriksen fra Hallund blev modtager af Handicapprisen 2017. Prisen blev overrakt på Brønderslev Rådhus af borgmester Mikael Klitgaard. Det er Dansk Handicap Forbund Nord, der har indstillet Elly Henriksen til prisen, der bl.a. er tidligere formand for handicaprådet, hvor hun var formand i syv år. Der var fem kandidater, som var nomineret til årets handicappris.

Ulla Bech havde indstillet Johanne Knudsen fra Det Blå Hus, for sine arrangementer for brugere. Når det Blå Hus er ramt af besparelser, har Johanne Knudsen talt stedets sag. Johanne Knudsen sidder i lokalrådet i Det Blå Hus samt det overordnede brugerråd for socialpsykiatrien.

Pia og Bente var med fra Det Blå Hus. Johannes svigerdatter var med. Johanne og de andre der var opstillet fik blomster. Vi hyggede os selvom det ikke blev Johanne der fik prisen.

Det er handicaprådet i Brønderslev Kommune, der har vurderet de fem nominerede, og fundet frem til prismodtageren, der fik blandt andet et diplom og en gave.

Indstilling til årets handicappris:

Jeg vil gerne indstille Johanne Knudsen til årets handicappris. Johanne er mangeårig bruger af Det Blå Hus. Hun er indbegrebet af en ildsjæl. Hun har været med til at stifte "Venneforening for psykisk sårbare i Brønderslev kommune", hvor hun også er formand. Foreningen er dannet for at støtte aktiviteter, udflugter m.m. for psykisk sårbare i Brønderslev kommune.

Hun administrerer også husets kaffekasse. Desuden er hun aktiv i aktivitetsudvalget i Det Blå Hus, hvor hun ofte er ankermand for aktiviteter, fx sommerfest, ture til Ålborg, Hjørring og Frederikshavn. Hun har også arrangeret ture med færge til Gøteborg og Oslo. Samt hun er ankermand for arrangering af vores årlige sommerhustur i september måned. Hun sidder i gruppen vedr. sommerhusturen sammen med andre brugere. Vi er netop hjemkommen fra en fantastisk tur i Rubjerg, hvor der var 23 deltagere.

Johanne er kendetegnet ved altid at være i godt humør, hun er altid frisk for en humoristisk bemærkning. Johannes forhold til brugerne er enestående. Hun udviser kærlighed, empati og omsorg for alle brugerne i Det Blå Hus. På husmøder og ved andre lejligheder taler hun altid brugernes sag overfor vores personale og leder. I perioder, hvor vi har været ramt af besparelser og reduktion i personalet, har Johanne gjort opmærksom på dette.

Hun har altid stor føling med, hvordan brugerne har det. Hun fungerer både som brugernes talerør, samt hun tager sig af hver enkelt bruger, når de har behov for, og hvor personalet måske ikke har tid.

Ulla og Peter



Borgmester Michael Klitgaard.



Nominerede til handicapprisen.



Årets pris til Elly Hendriksen i kørestol.

Oprettelse af SIND lokalforening i Brønderslev

Der var stort fremmøde i "Det Blå Hus" i Brønderslev torsdag aften, hvor der blev der afholdt infomøde nr. 2 vedr. etablering af en SIND Lokalafdeling i Brønderslev Kommune.

Der var repræsentanter fra SIND Frederikshavn som er initiativtager og tovholder i projektet. Ligeledes deltog SIND's landsformand Knud Kristensen samt SIND's regionsformand Jens Ibsen. Forstander Knud Birk Pedersen fra SIND Skolerne deltog også i mødet.

Der var stor opbakning fra den Kommunale Socialpsykiatri, og områdeleder Inga Eriksen hilste SIND meget velkommen til Brønderslev Kommune.

Der var 4 personer der meldte sig klar til at gå med i en fremtidig bestyrelse på mødet i Brønderslev, og det samme var gældende i Dronninglund tirsdag aften, så nu er der 8 personer der er klar til det fremtidige bestyrelsesarbejde.

Der vil i starten af februar måned blive afholdt stiftende generalforsamling. Tid og sted for den stiftende generalforsamling vil blive offentliggjort en af de nærmeste dage.

SIND Frederikshavn





Referat fra stiftende generalforsamling i lokalforening SIND Brønderslev

1. Valg af dirigent. Jens Ibsen vælges.
2. Valg af referent. Peter K. Baggsgaard vælges.
3. Fremmødte: Jeanette Steinfeldt, Peter K. Baggsgaard, Niels Chr. Aagaard, Niels Jørgen Bavn, Janni Korsbæk, K.P. Hejslet, Jens Ibsen, Knud Birk Pedersen, Niels Chr. Jensen, John Ravn Johnsen, Lise-Lotte Bager, Steen Hessellund, Susanne Hessellund, Ulla Bech, Johanne Knudsen, Bente Møller Pedersen, Martin Bo Jensen.
4. Stemmetællere: Jeanette Steinfeldt og Martin Bo Jensen.
5. Gennemgang af vedtægter. Jens Ibsen gennemgår forslag til vedtægter.
6. Afstemning om vedtægter. Er vedtaget.
7. Valg af medlemmer til bestyrelse. Der vælges 6 bestyrelsesmedlemmer. Følgende vælges for et år: Lise-Lotte Bager, John Ravn Johnsen og Janni Korsbæk. Følgende vælges for to år: Martin Bo Jensen, Ulla Bech og Niels Chr. Aagaard. Bestyrelsen konstituerede sig med det samme således: Formand: Niels Chr. Aagaard, næstformand: Martin Bo Jensen, kasserer: Lise-Lotte Bager. Øvrige er menige medlemmer. Første bestyrelsesmøde er mandag 12/2 2018 i Det Blå Hus.
8. Valg af suppleanter: 1. suppleant Johanne Knudsen 2. suppleant Jeanette Steinfeldt.
9. Valg af revisor og revisorsuppleant: Revisor: Peter K. Baggsgaard. Revisorsuppleant: Knud Birk Pedersen.

10. Valg af delegerede til SIND regionsforsamling 19/3 2018. Martin Bo Jensen, Ulla Bech og Niels Chr. Aagaard vælges.
11. Evt.
 - a. SIND arrangerer infokurser om bestyrelsesarbejde m.m. Kurser kan måske foregå i Brønderslev. Der er mulighed for at få kørselsgodtgørelse.
 - b. SIND Frederikshavn vil gerne være behjælpelig med oprettelse af CVR-nr., bankkonto m.m.
 - c. Det oplyses, at SIND hører under danske handicapforeninger og derfor også er for psykisk og fysisk handicappede.
 - d. Mht. møder så vil det være fint, hvis møder kunne holdes forskellige steder i kommunen. Både Brønderslev og Dronninglund. Niels Chr. Aagaard kontakter afdelingsleder Gitte Velling angående nøgle til Det Blå Hus.



Foredrag med Mai-Britt Mikkelsen

Torsdag d. 1. februar havde vi foredrag med SIND foredragsholder Mai-Britt Mikkelsen i Det Blå Hus. Det var Venneforeningen, der arrangerede, og som stod for kaffe og kage. I det følgende er et referat af foredraget.

Mai-Britt er 43 år. Hun har en søn på 22. Hendes foredrag er en personlig beretning. Hun hører stemmer, derfor kan hun godt blive lidt forvirret, men har gule sedler med, hvor hun har stikord. Mai-Britt er opvokset i en dysfunktionel familie. Forældre var døve, derfor tolkede hun for forældrene mens hun kun var barn. Begge forældre er psykisk syge, moren lider af depression og faren er paranoid skizofren. Moren har forsøgt selvmord. Der var ikke altid mad i køleskabet, derfor spiste hun ovre hos veninden. Forældrene blev skilt da hun er syv. Da hun var 13 år finder moren en ny mand. Mai-Britt bliver misbrugt seksuelt af stedfaren. Da hun er 15, fortæller hun om overgreb til moren, der siger hun lyver. En udvej var at flytte hen til faderen, der henter dem.

På dette tidspunkt starter symptomer på psykose. Mai-Britt er vred og forsagt, hun har lært, at hun ikke får hjælp. Hun flytter hjem til Mors hvor faren bor. De sociale myndigheder bliver involveret. Faren er meget syg og vil ikke tage sin medicin. Kommunen skaffer en lejlighed i Skive, og de flytter dertil. Er besværlig og udad reagerende. Hun flytter til sin storebror. Hun er dygtig i skolen. Politiet kommer på skolen. Hun bliver fjernet hjemmefra, da hun er 15. Hun kommer i en plejefamilie, og har det godt der. Hun kommer på Rebild efterskole i 10 klasse. Her er hun mindre psykotisk. Bagefter kommer hun på kollegieværelse. Hun får ingen hjælp fra kommunen. Hun starter på HF, men det går op i druk, hash og fester. Hun bliver smidt ud af HF. Derefter tager hun til USA og arbejder illegalt som au pair. Hun gifter sig med en amerikaner. De er på stoffer, og manden er voldelig. Hendes familie samler penge sammen til en flybillet hjem.

Da hun er 20, møder hun en mand og bliver gravid. Alle kender hende i Skive, og taler om hende bag om hendes ryg. Så hun flytter til København, hvor hun har en traumatisk fødsel. Hun får diagnosen fødselsdepression, men set i bakspejlet er det nærmere hendes første psykose. Alt går op i hat og briller, der er ikke penge til strøm og mad. Det ender med, at sønnen flytter hjem til sin far. Herfra falder hun fra

hinanden. Hun passer facaden, men derunder har hun stress og talrige depressioner.

Hun er nu begyndt at høre stemmer. Der er tre stemmer, to kommentatorer og en igangsætter. De taler nedsættende om hende og opfordrer til selvmord. Hun kommer på stoffer: speed og kokain. Hun arbejder som stewardesse. Hun flytter hjem til sin yngste bror, hvor hun tager en kold tyrker. Hun starter på daghøjskole, og møder en fantastisk mand, som hun er sammen med i syv år. Da hun er 33 år, flytter hun fra kæresten til Vejle. Her møder hun en mand, der er voldelig, og som også er hendes chef. En dag råber hendes søn ud over hele svømmehallen, at faren ikke er god mod hende. Nytårsaften slår han hende. Hun flytter til sin bror igen.

Derefter flytter hun til Ålborg. Hun siger sit job op og starter på studenterkursus igen. Det går godt. Hendes coach siger, at hun skal søge hjælp. Hun starter på jura, men det går galt på 3. semester. Hun bliver psykotisk. Hun ser i tv om en, der har paranoid skizofreni, og genkender symptomerne fra sig selv. Hun bliver henvist til psykiatrisk. Hun kan se mus og rotter som spøgelse, og føler at det prikker på kroppen. Hun tror, at hun er en hellig kvinde. Hun ringer til politiet og siger at de skal sende hjemmeværnet. En politibetjent giver hende nummeret til psykiatrisk skadestue. De sender en taxa. Det er starten på 1-2 måneders indlæggelse, hvor hun påbegynder medicinering. Hun er psykotisk. Hun er i en verden, der ikke deles med andre. Hendes hjerne har ikke det filter, som raske har. Det er et mareridt, man ikke vågner af. Hun kan se mænd og overvågningskameraer. Hun bliver genindlagt efter 3 uger.

I 2014 får hun diagnosen paranoid skizofreni. Hun har bizarre vrangforestillinger. Tankepåførsel, stemmehøring med negative stemmer. Der er 25.000, der har skizofreni i Danmark. Man kender ikke årsaget til skizofreni. Et sårbart sind kan være arveligt. Hvis hun ikke får medicin er hun psykotisk. Skizofreni har både positive symptomer (psykose, vrangforestillinger og hallucinationer) og negative symptomer (negative symptomer kan betragtes som adfærd, som "mangler" (f.eks. mangel på drive eller initiativ, emotionel reaktion, entusiasme, social interaktion, dvs. social tilbageslæthed og oplevelse af isolation). Uden medicin er hun tom og trist. Hun får distriktssygeplejerske, og 12 psykolog timer, hvilket ikke var nok. Hun

får ikke snakket om sit misbrug. Hun kommer på kontanthjælp. Hun får kontakt til bror og sønnen Rasmus. Både hende og familien får psykoedukation, og derigennem får familien forståelse for sygdommen. Faren har samme sygdom, men han tog ikke medicin. Mai-Britt bliver indlagt 2 gange mere i 2015. Broren og hende selv lægger en slagplan, og derved får hun et liv med mere struktur på. Hun bliver derfor ikke indlagt igen.

Hun skal være opmærksom på triggerpunkter, der kan udløse en psykose. Fx ingen søvn og for meget alkohol. Hun starter i stemmehørergruppe, hvor hun lærer at bruge afledning, fx høre musik og tale i telefon. Hun spekulerer på, hvordan stemmerne vil reagere, når hun snakker til dem. Det lykkes at aftale med stemmerne, at de skal være stille i periode 11.00-16.00. Målet er, at de er stille fra 8.00-22.00, men hun kan ikke helt få dem overbevist om, at de skal være stille. Hun hører stadig stemmer selvom, hun får to slags antipsykotisk medicin.

I 2016 starter hun på SIND daghøjskole. Hun har mistet evnen til at være social, når hun pga. sygdommen ikke er sammen med mennesker. Hun øver sig i at være social på SIND skolen. Hun får en mentor, der hjælper med at handle ind, indtil hun selv lærer at handle ind. Juni 2016 kommer hun i ressourceforløb, og hun søger ind på jura igen, der er hendes drøm. Hun studerer jura på SU med handicaptillæg. 2017 flytter hun i ny lejlighed. Hun bliver indlagt igen, da hun ikke kan sove, og bliver sygemeldt fra studiet.

Hun får udarbejdet en kriseplan. Hun graduerer symptomerne fra 0-10. Hvis hun er 3, hvad kan hun så gøre for afledning? Hvis hun er på 6-7 kan indlæggelse komme på tale. Broren hjælper med at få styr på hendes økonomi. En gæld på 76.000 bliver forhandlet ned til 11.000. Hun siger, at hun vil betale broren hjælpen tilbage, når hun er færdig med studiet. Hun får lavet en positivliste med de gode ting i livet. Hun er blevet god til at passe på sig selv. Fx ved hendes veninder hvorfor, hvis hun nogle gange forsvinder fra en fest eller har brug for at ligge på sofaen. Hun skal have søvn 22-06, og hun har behov for at leve regelmæssigt. Hun har været sygemeldt fra studie, men inden hun starter igen, skal hun øve sig i at stå op kl. 6.00 om morgenen.

Det handler også om egenomsorg, og at turde at sige nej. Hun har den aftale med hendes veninder, at hun kan melde afbud til aftaler,

hun må ikke tvinge sig selv af sted. Hun er startet med studie fire gange om ugen. Hun har brug for at være disciplineret. Hun er perfektionistisk og skal komme til alle forelæsninger og passe alle sine ting.

Som afsluttende kommentar siger Mai-Britt, at det er vigtigt, at de pårørende får undervisning i sygdom, samt at de bakker op om håb og drømme. Man må tage små skridt, og målet kan blive ændret undervejs. Mai-Britt har en blog på Facebook, der handler om paranoid skizofreni. Mai-Britt opfordrer til at melde sig ind i SIND, som gør et stort arbejde for psykisk sårbare.

Efter kaffen var der mulighed for spørgsmål til Mai-Britt:

Tilhører synes, at foredraget var rigtig godt fortalt. Det er godt at høre, hvordan andre har haft det. Mai-Britt holder også foredrag for socialrådgivere og social- og sundhedsassistenter. Det er vigtigt, at de studerende får viden om psykisk sygdom. Mai-Britt opfordrer til, at man ikke skal have berøringsangst. Mai-Britt siger, at hun ikke melder afbud til foredrag, men siger hvordan hun har det, selvom hun har en dårlig dag. Hvis det var en dårlig dag i dag, så skulle hun bare direkte hjem. Hun siger, at hun har haft 6 dårlige dage i januar ud af 31.

Sygdommen kan være arvelig. Hvis hun havde haft en god opvækst, er det ikke sikkert, at sygdom var brudt ud. Sønnen har ADHD. Hun er meget opmærksom på sønnen om, han skulle have samme sygdom og blive psykotisk. Mai-Britt tror ikke, at hun kan undvære medicin. Hun får otte piller om dagen. Mht. sit jurastudium, så ved hun endnu ikke, hvad hun vil bruge det til, alle fag er spændende. Hun skal ikke være anklager eller forsvarer. Hun kan ikke klare at arbejde 50-60 timer, men 30 timer om ugen er ok.

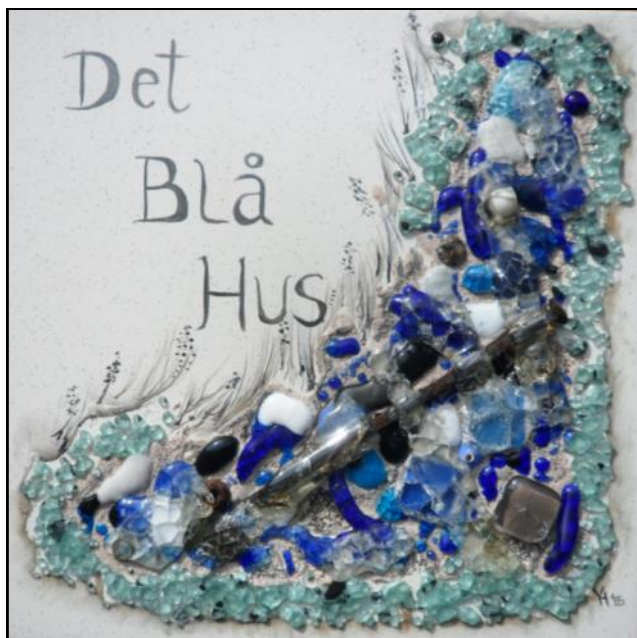
PKB



Så er der kommet ny ugeplan i Det Blå Hus.

Planen gælder fra uge 1 og frem til sommer, vi håber at I har lyst til at komme og deltage i vores mange aktiviteter. I er velkomne til at ringe eller kigge forbi for mere info.

Telefon: 99 45 51 80





AKTIVITETS-UJEPLAN FOR VÆRESTEDET I DET BLÅ HUS

Første halvår 2018

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSdag	FREDAG
Kl. 9.30-11: Mestrings-gruppe Her kan du få redskaber til at mestre udfordringer i din hverdag. Disse kan omhandle angst, socialt samvær og lignende. Gruppen kræver tilmelding og består af 4-8 personer.	Socialt samvær i værestedet Tirsdag formiddag er der ingen planlagte aktiviteter – her har du mulighed for at få en personlig samtale med en medarbejder eller blot møde op og hygge dig med andre i værestedet.	Kl. 9.30-11.30: Kreativt værksted Denne gruppes indhold vil variere afhængig af brugernes ønsker og indeholder mulighed for at lave glaskunst, male billeder, lave dekopage og meget andet. Her sætter kun fantasien grænserne.	Kl. 9.30-11.30: Kreativt værksted Denne gruppes indhold vil variere afhængig af brugernes ønsker og indeholder mulighed for at lave glaskunst, male billeder, lave dekopage og meget andet. Her sætter kun fantasien grænserne.	Kl. 10-13: Madlavningsgruppe Her har du mulighed for at lære at lave mad med en uddannet kok. Der laves fælles frokost - enten varme eller lune retter - til øvrige brugere i værestedet. En del af gruppens opgaver er også, at rydde op efter måltidet.
Kl. 11.30: Frokost	Kl. 11.30: Frokost	Kl. 11.30: Frokost	Kl. 11.30: Frokost	Kl. 11.30: Frokost
Kl. 13-14: NADA Dette er et tilbud om øreakturløb , der er et godt redskab i din recovery-proces. NADA afhjælper blandt andet tankemylder, uro, angst, misbrug og søvnforstyrrelser.	Mødedag - Alle møder starter kl. 12.30 Uge 1: Lokalmøde Uge 2: Husmøde Uge 3: Aktivitetsudvalg Uge 4: P-møde De aktuelle datoer fremgår af opslagstavlen i Det Blå Hus	Kl. 12-13: NADA Kl. 12-13: Gåtur i lokalområdet Kl. 13-14.30: BIFOS Idræt Vi mødes i DBH kl. 12 og følges afsted. Kl. 13-15.30: Strikkeklub Her kan du komme og nyde en kop kaffe og få en snak med andre over strikke- eller hækstøjet.	Kl. 14-16: Idræt og bevægelse Vi mødes i Det Blå Hus og følges til træning, gåtur eller det, som vi er enige om. Her er mulighed for opdeling i mindre hold.	Kl. 12-13: NADA Socialt samvær i værestedet Fredag eftermiddag er der ingen planlagte aktiviteter – her har du mulighed for at få en personlig samtale med en medarbejder eller blot møde op og hygge dig med andre i værestedet. Kl. 9.30-11.30: Fredag i lige uger: Malerværksted Her kan du komme og male billeder og få hjælp til at udfolde dine kreative aner på området.
Kl. 13-15: BIFOS Idræt Vi mødes i DBH kl. 12 og følges afsted til dette idræstilbud til sidsidende, hvor der er forskellige former for motion og træningsmuligheder.	Kl. 15-17: Råd & Vejledning Her kan du komme og få kendskab til tilbud og aktiviteter i lokalområdet, hjælp til at læse post og tjekke din e-boks/mail - her er adgang til brug af PC. I den første time er der fælles vejledning, i den sidste time kan du booke en individuel samtale med en medarbejder om ovenstående.	Kl. 16-20: UNGEGRUPPE Et klubtilbud for dig mellem 18-35 år. Her kan du mødes med andre i samme situation som dig, få gode oplevelser og skabe dig et netværk.	Fra tid til anden vil vi tage på tur ud af huset – destinationen bestemmes i fællesskab ud fra brugernes ønsker og forslag. For yderligere information se opslagstavlen i DBH/Facebook	16-21: FÆLLESSPISNING Som optakt til weekenden er der hver fredag aften mulighed for (til billige penge) at deltage i fællesspising. Menuen sammensættes i fællesskab.

Meld dig ind i Brønderslev venneforening for psykisk sårbare!!

Venneforening for psykisk sårbare i Brønderslev kommune er stiftet 19. august 2015. Formålet er at tilbyde aktiviteter, udflugter og arrangementer til psykisk sårbare primært i Brønderslev kommune.

Vi er pt. ca. 40 medlemmer. Foreningen er brugerstyret. Bestyrelsen består af tre brugere. For at være medlem skal du betale kontingent på 100 kr. om året, som betales i marts måned. Vi søger om støtte ved legater og fonde samt ved kommunens § 18 midler til frivilligt socialt arbejde.

Se vores webside. Søg på Google med ordene: venneforening brønderslev

Støt psykisk sårbare i Brønderslev kommune!! Meld dig ind i venneforeningen!!

Kontakt kasserer Peter K. Baggesgaard på mobil 22 62 19 83 eller e-mail: peterkb73@gmail.com



BAGERVARER TIL HELE ORGANISATIONEN!!

BAGERIET TILBYDER HJEMMELAVEDE BRØD
OG KAGER

KONTAKT:

BAGERIET1671A1GMAIL.COM

ELLER TLF. 99 45 51 80.



Julefrokost Det Blå Hus

Fredag den 24. november var der julefrokost i Det Blå Hus. Huset var lukket indtil ca. 17.00, hvor julefrokosten begyndte. Næsten alle personaler deltog – det var derfor, at huset var lukket om dagen.

Gitte Velling sagde velkommen. Der blev uddelt opgaver under tallerkenen, og der var flere sjove sange. Venneforeningen havde arrangeret, at der kommer en sjov dame, der lavede sjov med personalet, og dansede striptease med nøgendragt på til Joe Cocker: ”You can leave your hat on”.

Maden kom fra slagteren i Gistrup. Det var traditionel julemad. Der var 44 deltagere, så det var en flot tilslutning. Det var en rigtig hyggelig aften.

PKB



Opdækket bord.



Spising.



Ris a la mande.



Sjov dame.



Den sjove dame laver fis med Michael.



I nøgendragt.



Den sjove dame laver fis med Ole.

Juleeftermiddag med Lions Løver

Onsdag 6/12 var der juleeftermiddag i Det Blå Hus med Lions Løver. Det foregik i tidsrummet 13.00-15.30. Først spillede Lions Løver et par numre og derefter var der fællessang. I pausen var der kaffe, te og æbleskiver. Det var en rigtig hyggelig eftermiddag.

PKB



Johanne byder velkommen.



Lions Løver optræder.



Fællessang.

Tur til Frederikshavn med Det Blå Hus

Fredag d. 8/12 var vi på tur til Frederikshavn med Det Blå Hus. De fleste tog toget, og nogle kørte i privatbil. Vi tog toget 15.37. Togturen tog ca. en time, så vi var i Frederikshavn ca. 16.30. De fleste gik på shopping i gågaden.

Vi var undertegnede og Peter K., som gik ned til den kinesiske restaurant Bai Sheng, hvor vi skulle spise og fik en stor fadøl. Ca. en time senere mødes vi alle på restaurant Bai Sheng, hvor vi skulle spise.

Vi fik alle fra deres buffet med mange forskellige retter. Bagefter gik vi ned til banegården. Vi var hjemme ca. 21.30. Jeg tror, at alle synes, det var en rigtig hyggelig tur.

PKB



På Brønderslev banegård.



Spising på Bai Sheng.



Juleudsmykning.

Aktivitetskalender

Socialpsykiatrien i Brønderslev kommune

Det Blå Hus

Smykkeparty	Sted: Det Blå Hus. Tid: mandag 26. februar 2018. Se opslagstavlen!
Tur til IKEA	Sted: Det Blå Hus. Tid: torsdag 1. marts 2018. Se opslagstavlen!
Påskefrokost	Sted: Det Blå Hus. Tid: onsdag 28. marts 2018, kl. 12.00. Se opslagstavlen!
Fredag aften på Sason	Sted: Det Blå Hus. Tid: fredag 6. april 2018. Se opslagstavlen!
Ferietur til Silkeborg	Tid: 22-25. maj 2018. Se opslagstavlen! Arrangør: Venneforeningen.
Sommerhustur til Rubjerg	Tid: 3-7. september 2018. Arrangør: Venneforeningen.

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 2018

Aalborg Cup 2018	Tirsdag d. 17. april 2018.
Idrætsfestival i Vejle.	26. – 28. juni 2018.
Efterårsstævne i Frederikshavn	Tirsdag d. 4. september 2018.
BIFOS Efterårsstævne, Brønderslev.	Mandag d. 29. oktober 2018.
Julestævne i Hjørring.	Mandag d. 3. december 2018.
Julefodbold i Aalborg.	Fredag d. 14. december 2018.

Møder og Arrangementer

BIFOS Generalforsamling på Hedebo.	Onsdag d. 28. februar 2018.
BIFOS Juleafslutning på Hedebo.	Ikke fastsat.

BIFOS
BRØNDERSLEV

Julemiddag i Det Blå Hus

Fredag den 22. december klokken 11.30 var der julemiddag i Det Blå Hus. Det var fælles julemiddag med flæskesteg m. hele svineriet og risalamande med mandelgave.

Der var 35 deltagere, så det var en flot tilslutning. Det var en god måde at få sagt glædelig jul til hinanden. Prisen var kun 50 kr. pr. person, da vi fik tilskud. Bagefter var der kaffe og te.

PKB



Bordopdækning.



Juletræ.



Buffet.



Susanne og Grethe.



Hygge. Ditte, Karen, Kjeld og Erna.



Spising.



Johanne fortæller.

Nytårsmiddag i Det Blå Hus

Fredag den 29. december klokken 12.00 var der Nytårsmiddag i Det Blå Hus. Vi hjalp hinanden med borddækning og oprydning. Prisen var kun 50 kr., da vi fik tilskud fra lokalrådet.

Michael kok havde lavet en meget fin 6-retters menu: Majroe suppe med jomfruhummer, skovsyre & ristet rugbrød. Havtaske på bund af rosenkålspure med bløde løg & friske ærteskud. Grøn æble sorbet. Us Balltip med timbale af bøgehat og kørvel, kartoffel kugler & glaseret gulerødder hertil trøffelsauce. Til dessert: Rabarber trifli med knas & krunch. Kransekage & Asti.

Der var 32 deltagere, så det var en flot tilslutning. Bagefter var der kaffe og te. Det var en hyggelig måde at få sagt godt nytår til hinanden.

PKB





Hygge.



Gitte.





Spising.



Michael i køkkenet.



Johanne.

Ved bisættelse af Ruth Mikkelsen i Tårs kirke tirsdag 9. januar 2018

Præsten holdt en fin tale til Ruth. Hun sagde det var en sorgens dag, alligevel skinnede solen ind af vinduerne og symboliserede lys og lykke.

Præsten fortalte om Ruths barndom og ungdom. Ruth voksede op på en gård og var en rigtig landbo pige. Tiden gik med at passe dyr og andre praktiske ting.

Ruth snakkede meget. Hun ringede ofte til Værestedet/Det Blå Hus og til folketinget. Trangen til at tale med nogen skyldes blandt andet det kaos, som hun havde indeni, men også at Ruth havde meget på hjertet, som hun ønskede at dele.

Præsten nævnte også, at Ruth var glad for sine børnebørn, og hun fik en god jul og et godt nytår 2018. Ruth døde stille og roligt, og hun finder ro hos gud. Hun døde for tidligt, da hun kun blev 68 år.

Præsten satte ord på, at det for de pårørende gør ondt at miste, men man også skal huske på, at der både er sorg og glæde. At sørge når man mister sine kære, men også at mindes de lykkelige stunder, som man havde sammen. Som der står i salmen: ”Sorrige og glæde de vandre til hobe.” Sol opstår og sol nedgår.

Efter bisættelsen var der kaffe i forsamlingshuset. I Det Blå Hus var der kaffe, boller og lagkage, som bageriet havde bagt, og der var mødt mange op for at mindes Ruth.

Det var Ruths ønske, at hendes aske skal drysses ud over Vesterhavet.

I Det Blå Hus har vi alle lidt et stort tab - Ære være Ruths minde.

PKB



Flag på halv ved Tårs kirke.



Krans fra Det Blå Hus.

Mindeord.

I Det Blå Hus vil Ruth blive savnet.

Ruth havde altid noget på hjertet og ville gerne snakke, meget gerne om politik, økologi og vedvarende energi.

Ruth var en vidende kvinde. Hun interesserede sig for og vidste meget om mange ting. Bl.a. om hvordan samfundet fungerede eller burde fungere.

Ruth havde oplevet meget i sit liv – oplevelser hun gerne delte med os.

Hun havde altid en god historie fra det virkelige liv.

Ruth engagerede sig i det, der foregik omkring sig. Hun var interesseret i vores ve' og vel.

Hun var til fest og farver, og hun nød at komme med på tur, til fester i Det Blå Hus eller bare være i godt selskab og nyde god dansk mad.

Vi lærte Ruth at kende som en stilfærdig og venlig person med en god og varm humor.

Ruth elskede havet. Det bedste hun vidste var at komme med i Badehuset i Løkken. Her nød hun vandet, solen, sin kaffe og sine cigaretter i selskab med os andre.

Ære være Ruths minde.



Ved bisættelse af Grethe Stampe Jochimsen i Brønderslev gamle kirke lørdag 3. februar 2018

I sin tale tog præsten udgangspunkt i salmen ”I Østen stiger solen op”, der handler om lyset, stjernen over Betlehem og Paradisets kyst, der hvor vi skal hjem efter døden.

Præsten fortalte, at Grethe havde haft et aktivt liv som barn og ung. Sygdom stødte først til senere i livet. Grethe var født i 1942 og blev altså 75 år.

Grethe voksede op i Tømmerby i små kår. Hun kom ud at tjene bl.a. hos en bager. Senere flyttede hun til hovedstaden for at uddanne sig til småbørnspædagog.

En tid var hun konstitueret leder i en børnehave. Som 26-årig mistede hun sin far. Senere flyttede hun til Ålborg. Hun blev ramt af den psykiske sygdom angst i 30-40 årsalderen.

Herefter flyttede hun til Brønderslev, hvor moderen Henny boede. Hun begyndte at komme i værestedet Det Blå Hus. Pga. sygdom blev hendes mobilitet ringe, men hun havde gode oplevelser på ture og ferie med Det Blå Hus.

Grethe nød samtale og samvær med hendes to niecer. Hun havde kreative evner og var glad for børn. Det var en stor sorg, da moderen døde for år tilbage. Grethe holdt fest, både da hun fyldte 60 år og 70 år.

Præsten afsluttede med at sige, at det er i mørket, at stjernerne står klare. På trods af dødens mørke, lyser stjernerne og vidner om gode minder i livet. Der er tryghed og ro i søvnen som i døden.

Vi sluttede med at synge salme ”Altid frejdig, når du går”. I Det Blå Hus har vi lidt et stort tab. Ære være Grethes minde.

PKB



Flag på halv ved Brønderslev gamle kirke.



Kranse.



Julemiddag 2017.



I sommerhus 2017.



I Fårup sommerland
2015.

Fra Mødestedet

Der er kommet nye aktivitetsleder fra 1. januar 2018 med Niels Christian Aagaard.

Kommer med en erfaring bl.a. fra Det Blå Hus i Brønderslev, hvor han har været frivillig medarbejder hver anden fredag.

Så har han erfaring fra at være frivillig medarbejder i kirkens korshær varmestue i en dag om ugen.

Han har været med i ledelsen af Hjallerup marked gennem 17 år, men valgte at stoppe med udgang af 2016.

Så har han været frivillig ildsjæl i mange forskellige foreninger i og omkring Hjallerup.

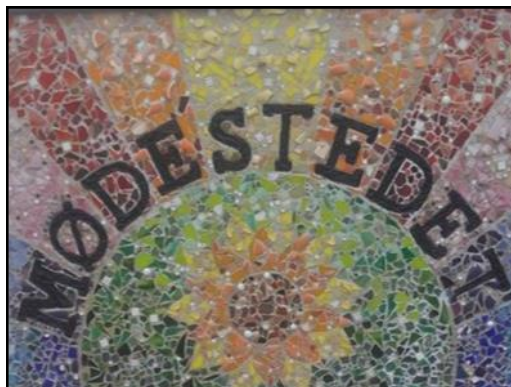
Har erfaring fra politiske foreninger og er vant til at arbejde med politikere.

Mødestedet har en stabil skare af bruger på ca. 12 til 14 personer, som bruger mødestedet hver uge.

Der er pt. 6 frivillig medarbejdere, som er med til at få tirsdag og torsdag til at fungere rigtig godt.

Det var lige lidt fra Mødestedet i Dronninglund.

Niels Christian



Julestævne 2017 i Hjørring

BIFOS deltog i Julestævne 2017 i Hjørring - mandag d. 4/12 2017. Der var hold med fra hele Nordjylland. Disciplinerne var badminton og volleyball. Til forskel fra de foregående år afholdes stævnet nu igen i Vendia Hallen, som er færdigrenoveret. BIFOS deltog med 3 doublepar i badminton uøvet og et volleyballhold. Vi fik ingen medaljeplaceringer, så vi håber på bedre held til næste år.

Dagen startede ved 9-10-tiden. Derefter var der turnering i badminton. Ved middagstid var der frokost med en sandwich. Om eftermiddagen var der turnering i volleyball. Som de andre år var der tombola med mange flotte præmier. Undertegnede vandt en æske chokolade og en flaske rødvin.

Dagen sluttede af med kaffe og kage samt præmieoverrækkelse. IFS Hjørring vandt førstepladsen i volleyball.

Nedenfor og på næste side ses billeder fra stævnet.

PKB







Badminton.



Lars og Simon.



Volleyball.



Præmieoverrækkelse.



BIFOS får OK benzin som sponsor!!

Støt BIFOS, hver gang du tanker!

Vi har indgået en sponsoraftale med OK, så du kan støtte BIFOS, hver gang du tanker.

Du støtter vores klub med 6 øre for hver liter, du tanker med OK Benzinkortet – uanset hvor du tanker i Danmark. Første gang du har tanket 500 liter, får klubben desuden en ekstra bonus på 250 kr. Det koster dig ikke ekstra at støtte – OK betaler hele beløbet.

Få et OK Benzinkort på www.ok.dk/lokalsporten.

Har du allerede et OK Benzinkort?

Har du et OK Benzinkort i forvejen, kan du nemt få det tilknyttet vores klub. Du skal bare ringe til OK på 70 10 20 33 og oplyse vores klubnavn og dit kortnummer, så støtter du BIFOS.

Støt lokalsporten ekstra meget

Støt ekstra med el fra OK. Med el fra OK kan du støtte med ekstra 6 øre pr. liter. Og det er nemmere, end du tror. Du skal bare vælge imellem el til fastpris eller variabelpris på www.ok.dk/lokalsporten/el, så klarer OK hele skiftet fra det gamle elselskab til OK.



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. 55 medlemmer, en bestyrelse på 6 medlemmer og 3 personaler på Hedebo, Det Blå Hus og Brønderslev Psykiatrisk Sygehus.
- 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. 10 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 – 14.00 Fodbold og badminton (v. Michael)

13.00 – 14.00 Aerobics, step og gymnastik (v. Søs)

14.00 – 15.00 Volleyball (v. Michael)

Tirsdag i Svømmehallen

15.00 – 16.00 Vandgymnastik og svømning (v. Søs og Susanne)

15.00 – 17.00 Fri svømning indtil lukketid.

Onsdag i KOM-I-FORM Centeret

13.00 – 14.00 Styrketræning og konditionstræning (v. Michael)

Kontakt: Tlf.: 50 46 92 29. E-mail: [bifos9\[a\]gmail.com](mailto:bifos9[a]gmail.com) eller personale Michael Seide. Tlf.: 21 49 18 68.



BIFOS
BRØNDERSLEV



BIFOS' julefest 2017

Mandag 11/12 kl. 17.00 havde vi julefest i BIFOS. Det foregik på Hedebo. Vi fik and med det hele og ris a la mande til dessert fra Landbo skolen. Vi fik også kaffe, te og småkager samt julegodter.

Vi spillede pakkespil med mange flotte pakker. Formand for BIFOS, Sebastian Bisgaard, sagde velkommen. Sebastian sagde også, at har besluttet sig til at trække sig som formand, men at han bliver siddende i bestyrelsen.

Årets BIFOS'er blev overrakt af formand Sebastian Bisgaard til Søren Philbert med begrundelsen, at han altid møder stabilt til træning om mandagen og om onsdagen. Samt at han er en rigtig god kammerat over for de andre medlemmer af BIFOS, og at har rykket sig personligt i forhold til at komme med til stævner, hvor han nu deltager i de fleste stævner.

Folk begyndte at gå hjem ved 20.00 tiden. Os fra bestyrelsen og Søs blev til ca. 21.00 tiden for at rydde op. Det havde været en hyggelig aften. Tak til alle for, at de mødte op til vores julefest.

PKB



Pakkebord.



Hygge.



Formand Sebastian Bisgaard.



Søren Philbert får overrakt årets BIFOS'er.



Daniel giver et nummer.

Julefodbold i Ålborg 2017

Fredag 15/12 var vi til julestævne i fodbold i Ålborg. Vi kørte i en bus og en privatbil fra Hedebo kl. ca. 8.15. Vi var i Ålborg ca. 9.00, hvor vi klædte om.

Stævnet startede kl. 9.30. Der var 8 deltagende hold. BIFOS stillede med to hold BIFOS 1 og 2. BIFOS 1 fik en placering på en 5. plads, og BIFOS 2 på en 8. plads ud af 8 hold. Vores holdånd var god, og Maria fra BIFOS 2 fik fighterpokalen, så det var flot.

Der var frokost ved 11.30 tiden. Vi spillede 3 kampe - to om formiddagen og en over middag. Ca. ved 14.00 tiden var alle kampe afviklet. De to sidste kampe var om medaljeplacering 1-4. pladsen.

Derefter var der præmieoverrækkelse. Træningshøjskolen blev nr. 1, Idræt og Kultur Ålborg blev nr. 2 og Mob Din Krop Frederikshavn blev nr. 3.

Kl. 14.30 var der kaffe og kage samt tak for i dag og glædelig jul. Kl. 15.00 var vi i Brønderslev. Det havde været et rigtigt hyggeligt stævne.

PKB



Idrætskoordinator Casper byder velkommen.



Deltagere.



BIFOS i angreb.



Frokost.



Pause.



Maria fra BIFOS 2 fik fighterpokalen.



Vinderne blev træningshøjskolen.

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.korno\[a\]99454545.dk](mailto:pia.korno[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)

Rusmiddelcenteret og opgangsfællesskaberne

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 og Springbrættet

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: Rikke J. Pedersen

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

Bostøtten/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)

Idrætsforeningen BIFOS

Formand: Sebastian Bisgaard

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