

# BRUGERAVISEN

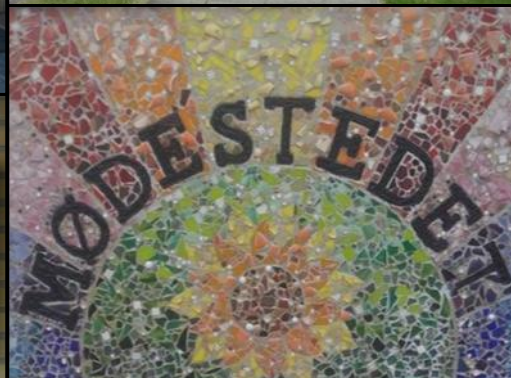
Det Blå Hus, Mødestedet, Hedebo, Rusmiddelcentret, Socialpædagogisk Støtte team, Opgangsfællesskaberne, Ungegruppen, BIFOS og Venneforeningen.

Årgang 14, nr. 1

Februar 2020

*Hedebo*

DET BLÅ HUS



## Kære læsere

Så er vi klar med februar-udgaven af Brugeravisen. Avisen er lidt forsinket, da der har været forskellige ting, der skulle afklares før udgivelse. I denne udgave beretter vi om de forskellige aktiviteter i julen i Det Blå Hus. Julefrokost, julemusik og julemiddag. I januar beretter vi om nytårsmiddag og temadag, som var en god dag, hvor der kom mange gode forslag og ideer til aktiviteter, og hvordan vi kan forbedre og udvikle huset.

På Hedebo beretter vi om nytårsaften, der som hvert år er en rigtig god og hyggelig aften for Hedebos beboere og enkelte udefra.

Vi skriver også om Springbrætbands årlige koncert i BASBIO, hvor temaet i år var 60'ere og 70'ere musik.

Vi har haft en del arrangementer og stævner i BIFOS. Julefest og julefodbold i 2019. Og i 2020 stævne i Nykøbing Mors, som er det første stævne, som den nye IFS-forening LIF har afholdt. Et rigtig fint stævne med fodbold, volleyball og floorball. Vi klarede det selvom der er lang til Nykøbing Mors fra Brønderslev. Sidst, men ikke mindst havde vi den årlige BIFOS generalforsamling på Hedebo. Der var mange medlemmer tilstede, og der blev drøftet forskellige forslag. Bestyrelsen fortsætter med Eddy Marrup som nyt medlem.

### **Brugeravisen**

Udgives af brugerne i Socialpsykiatrien i Brønderslev Kommune. Det Blå Hus. Fasanvej 10, 9700 Brønderslev.

### **Ansvarshavende:**

Peter K. Baggessaard

### **Redaktion:**

Peter K. Baggessaard

**Layout:** Peter K. Baggessaard

**Tryk:** Det Blå Hus

**Oplag:** 125

Avisen udkommer 4 gange årligt i: februar, maj, august og november. Deadline for næste nr.: 1. maj 2020. Næste nr. udkommer 20. maj 2020.

### **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	Side 4
 <i>Det Blå Hus</i>	
Julefrokost Det Blå Hus	Side 8
Julemusik med Lions Club	Side 13
Julemiddag i Det Blå Hus	Side 16
Nytårsmiddag i Det Blå Hus	Side 21
Temadag i Det Blå Hus	Side 26
 <i>Aktivitetskalender</i>	
	Side 30
 <i>Hedebo</i>	
Nytårsaften på Hedebo	Side 33
 <i>Springbrætband</i>	
Koncert med Springbrætband i Basbio	Side 36
 <i>BIFOS</i>	
BIFOS' julefest 2019	Side 40
Julefodbold i Ålborg 2019	Side 45
IF Limjorden nytårstævne 2020	Side 48
BIFOS generalforsamling 2020	Side 55
 <i>Nøgle for socialpsykiatrien</i>	
	Side 60

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

Mødedato: Den 12. december 2019 kl. 10.00 – 12.30.

Sted: Hedebo.

Til stede: Inga, Johanne, Ulla, Peter, Anni, Simon, Martin

Ordstyrer: Ulla

Referent: Rikke

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

Godkendt.

## **Faste punkter på dagsordenen:**

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

#### **Mødestedet.**

I Dronninglund har der været julefrokost, hvor de var 13 deltagere – brugere og frivillige. Der har været et bowlingarrangement, hvor nogle bowlede, og andre var tilskuere.

Vi drøfter, at det vil være fint, hvis vi får mere fokus på at få inviteret brugerne fra Dronninglund – især til turene fra Det Blå Hus.

#### **Hedebo.**

Fra det nye år har man i lokalrådet besluttet, at Simon varetager formandsposten. Det betyder, at det fremadrettet er Simon, der deltager i Brugerrådsmøderne, og Gerda dermed bliver suppleant.

På Hedebo starter der 1/1 2020 en faglig koordinator, der skal understøtte forskellige opgaver i praksis i samarbejde med afdelingslederen.

Der har været julepyntedag, hvor der var stor opbakning fra alle grupperne på Hedebo.

Midt i december var der julebanko med fine præmier og musik fra Hedeboband.

Flere borgere fra Hedebo er begyndt at komme i Det Blå Hus og har været med til nogle af arrangementerne dernede i december udover fællesspisningerne om fredagen.

### **Det Blå Hus.**

Der har været afholdt julefrokost i Det Blå Hus – en meget vellykket aften med mange gæster og rigtig dejlig mad. I løbet af december har der været afholdt juledekurations værksted 3 gange.

Der er positive tilbagemeldinger på, at ungegruppen kommer i Det Blå Hus. Deltagerne i ungegruppen er gode til at deltage i forskellige arrangementer. Det er lykkedes, at få dem integreret i huset. Der er flere arrangementer resten af året, hvor der er stor tilslutning. Den 13/12 afholdes juletur til Aalborg. Senere i december er der julespisning.

I det nye år er der planlagt nytårsspisning den 3/1. Den 29/1 er der en temadag, hvor fokus er planer/ønsker for fremtiden i Det Blå Hus.

### **BIFOS.**

Bifos har været til julestævne i Hjørring, og skal til julefodbold i Ålborg fredag den 13. december. Onsdag den 11. december har der været julefest på Hedebo. Sidste træning er fodbold i hallen onsdag 18/12. Vi starter op igen i hallen mandag 6/1 2020.

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

Der var punkt på om BPA-ordningen (Borgerstyret personlig assistance). Formanden havde flere kritiske spørgsmål. Af referatet fremgår, at som udgangspunkt skal alle muligheder være udtømt inden en BPA-ordning kan bevilliges. Det betyder, at borgere kan opleve, at man i første omgang får afslag på ansøgningen, og at sagsbehandleren vil foreslå andre muligheder. Der er altid angivet, hvordan borgeren kan klage over afgørelsen. Der tilføjes, at serviceloven er en rammelovgivning og serviceniveauet fastsættes lokalt i de kommunale byråd.

Et andet punkt var godkendelse af kvalitetsstandarder på det specialiserede voksenområde. Kvalitetsstandarder skal beskrive indhold, omfang, udførelse af indsatsen samt opfølgning på den leverede indsats. Kvalitetsstandarder revideres en gang årligt. Det kan bl.a. dreje sig om kvalitetsstandarder for værestedet DBH, bostøtten eller ophold på Hedebo.

Efter mødet var der overrækkelse af årets handicappris i kantine på rådhuset. Modtageren i år var Johnny Sort, som er formand for Asaa Billardklub, og er aktiv i meget andet frivilligt arbejde.

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

Inga informerer om, at der i samarbejde med forebyggelsesafdelingen er fremsendt ansøgning om satspuljemidler til øgning af aktiviteter for udsatte borgere i den østlige del af kommunen.

Brønderslev Kommune er visionskommune i Bevæg dig for livet og allerede opmærksom på at understøtte kommunens udsatte borgere, så de i højere grad aktiveres gennem foreningsidræt. Målsætningen er, at borgerne skal bevæge sig mere og have bedre rammer for fysisk udfoldelse.

I Brønderslev Kommune ønsker vi i samspil med Idrætsforeningen for Sindslidende, BIFOS, og lokalafdelingen i SIND samt Brønderslev Bibliotekerne for at skabe nye idræts- og bevægelsestilbud særligt til udsatte borgere i den østlige del af kommunen, hvor efterspørgslen er stor og potentialet ligeså.

Projektets overordnede formål er at reducere den sociale ulighed i sundhed blandt kommunens mest udsatte borgere. Aktiviteterne i projektet gennemføres forløbsbaseret med skiftende indsatser og temaer. Forløbene bygges op over 16 uger med 2 ugentlige aktiviteter med plads til 15 personer. Dvs. at der udbydes 3 årlige forløb. Aktiviteterne i projektet er som udgangspunkt holdbaserede, men kan også tilpasses den enkelte, så et individuelt rettet forløb igangsættes som et skridt mod de holdbaserede forløb. Det kan fx være for borgere, der måtte have svært ved at rumme andre mennesker.

BIFOS bliver en vigtig medspiller i organisering og udviklingen af de flerstrengede foreningstilbud, som de selv praktiserer i foreningen i Brønderslev by.

På botilbudsområdet kan Inga informere om, at Socialstyrelsen har udbudt en pulje til et projekt, hvor fokus er kvalitet i Socialpsykiatrien med udgangspunkt i recovery og rehabilitering.

Socialpsykiatrien er kommet i betragtning til at få støtte til dette. Dette skal foreligges for Social- og sundhedsudvalget, der endeligt skal godkende vores deltagelse heri. Idet indsatsen er med udgangspunkt i botilbud bliver det Hedebo, Hedelundsgade og Thorvaldsensvej, der deltager. Dog er der i ledelsen besluttet, at det giver bedst mening, at Det Blå Hus også deltager, i første omgang med deltagelse af Gitte Velling i arbejdsgruppen. Der skal nedsættes en arbejdsgruppe, der skal bestå af borgere, medarbejdere og ledelse.

Derudover kører en implementeringsproces i Socialpædagogisk støtte, hvor metoden CTI implementeres – selve metoden skal i praksis opstartes 1/1 2020. Metoden omhandler overgange mellem forskellige faser af ens livssituation. Det kan f.eks. være at flytte fra botilbud til egen bolig, komme fra indlæggelse til hjem osv.

Der sker en spændende udvikling inden for området, og der er anerkendelse af, at der arbejdes udviklende og med borgerinddragelse.

Inga er blevet kontaktet af sin kollega i Frederikshavn, Karsten Kamstrup, der er interesseret i en vidensdeling i forhold til brugerråd. De har nyligt etableret et brugerråd i Frederikshavn og vil gerne på besøg hos os til mødet i marts. Inga har tilsendt materiale fra brugerrådet til Karsten. Vi aftaler, at vi inviterer Frederikshavn til deltagelse i brugerrådsmødet i marts. Mødet afholdes i Det Blå Hus – med frokost.

Johanne informerer om, at der mangler bagere i Det Blå Hus i



§103 pladser. Inga og Gitte har drøftet med myndighed om en øget opmærksomhed på dette.

## Julefrokost Det Blå Hus

Fredag den 22. 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 og Anette kunne dog ikke komme.

Pia bød velkommen og Michael præsenterede maden. Der blev uddelt opgaver under tallerkenen, og der var en sjov sang med titlen ”Her er vi til julefest”.

Ungegruppen sad i pakkeriet, og man kunne høre, at der var en god stemning der. Michael ”Kok” havde lavet al maden fra bunden. Det var traditionel julemad samt sprødstegt blodpølse med sirup, som det er mange år siden undertegnede havde smagt – det smagte fint. Der var risalamande til dessert. Maden var på tagselvord. Der var to genstande eller sodavand til hver, og resten var selvbetaling. Snaps var inkluderet!!

Julefrokosten kostede 50 kr., så det var meget billigt – lokalrådet gav tilskud. Bagefter var der kaffe/te og julegodter. Der var ca. 60 deltagere, hvilket er rekord. Så al plads var optaget også i TV-stuen. Hvis der kommer ligeså mange næste år, er der snak om at festen skal







Ved bordet.



Buffet.



Alskens lækkerier.



Pia fortæller.



Fiskefilet med remoulade.



Buffet.

## Julemusik med Lions

Den 4. december får vi igen besøg af Lions, som vil spille op til fællessang til alle de kendte julesange.

Vi starter kl. 13.30.

Der serveres æbleskiver, julesnoller, kaffe og glögg.

Arrangementet er gratis at deltage i.



For at få en fornemmelse af hvor mange vi skal dække op til, vil vi gerne have tilmelding her.

NAVN:

## Julemusik med Lions Club

Som en tilbagevendende begivenhed, havde Det Blå Hus i december besøg af Lions spillemænd. De kom og lavede en rigtig hyggelig eftermiddag, med musik og fællesang, helt uden omkostninger for Huset og borgerne.

Der var både æblesiver, slik, kaffe og selvfølgelig gløgg til rigtig at skabe en god stemning op til jul, og hele fælles området var fyldt op med glade mennesker. Igen tusind tak til Lions for et hyggeligt arrangement.



Johanne laver æbleskiver.



Bandet fra Lions Club.



Publikum.



Publikum.



Bandet.

## Julemiddag i Det Blå Hus

Fredag den 20. december klokken 12.00 var der julemiddag i Det Blå Hus. Det var fælles julemiddag. Gitte Velling bød velkommen. Michael ”kok” havde lavet en meget fin menu. Der var andebryst med honningglaserede kartofler, rødkålssalat, selleripure, baconbagte bønner samt skysauce. Til dessert var der juleæblekage med kirsebær. Der var ca. 40 deltagere, så det var en flot tilslutning.

Vi spillede også banko med mange fine præmier. Johanne var opråber. Til sidst blev vi ved med at spille pladen fuld, da det ellers ville tage for lang tid at bliver færdige. Yvonne fyldte rundt, 40 år, så der var en gave til hende. Se billede side 18.

Det var en god måde at få sagt glædelig jul til hinanden. Prisen var kun 40 kr. pr. person, da vi fik tilskud fra lokalrådet. Bagefter var der kaffe, te og julegodter.



Julelys.





Spising.



Michael præsenterer maden.



Anette siger tillykke til Yvonne.



Fødselsdagsgave til Yvonne.



Gavebord til banko.



Bankoplader.

holdes  
på



Der spilles banko.

Springbrættet, hvor der er mere  
plads. Det var en rigtig hyggelig  
aften.

PKB

Dessert.



## Nytårsmiddag i Det Blå Hus

Fredag den 3. januar klokken 12.00 var der nytårsmiddag i Det Blå Hus. Vi hjalp hinanden med borddækning og oprydning. Prisen var kun 75 kr., da vi fik tilskud fra lokalrådet.

Michael kok havde lavet en meget fin 5-retters menu: Forret: Jordskokkesuppe med bagt kuller, æbler, timian & baconknas. Fiskeret: Kammusling på blomkålspure med brunet smør, hasselnød & kørvel. Mellemret: Spaghetti aglio e olio med jomfruhummer & trompetsvamp og basilikum. Hovedret: Iberico presa. Det ultimative stykke svinekød fra spanske fritgående sortfodssvin serveres med kartoffelskræller, ærtepure, baconomviklet skorzonærødder, brønkarse & sauce demi glace. Dessert: Frossen chokoladecake med vaniljeis, bagt hvid chokolade, hindbær og skovsyre.

Der var ca. 40 deltagere, så det var en flot tilslutning. Bagefter var der kaffe og te. Det var en hyggelig måde at få sagt godt nytår til



Pia fortæller.



Juledekoration.



Opdækket bord.



Claus og Pia.



Ungegruppen.



Jordskokkesuppe.



Spaghetti aglio e olio.





Frossen  
chokoladekage  
med vaniljeis.

Niels Cristian Aagaard.



## Temadag i Det Blå Hus

Onsdag d. 29. januar havde vi temadag i Det Blå Hus. Der var 35 brugere tilmeldt, som alle deltog aktivt i dialog og gruppearbejde om husets dagligdag. Om nye ideer og ønsker til huset og aktiviteter, om hvordan vi står sammen, og i fællesskab er med til at bevare og udvikle det gode tilbud vi har.

Flere nævnte, hvor rart og trygt det er at komme i et hus, hvor man altid bliver taget godt imod, og samtidig tænkte mange kreativt og innovativt med flere enormt gode og spændende initiativer.

Der blev nedsat en arbejdsgruppe bestående af borgere og personale, som vil arbejde videre med tilbagemeldinger og inputs fra dagen.

Vi afsluttede med en god buffet og vil gerne sige tak for den store opbakning til dagen. Ligeværdighed # Fællesskab # Indflydelse og ansvar # DBH på vej ind i fremtiden.



Kaffe og rundstykker.



Tina læser forslag og ideer op.

Gruppearbejde.





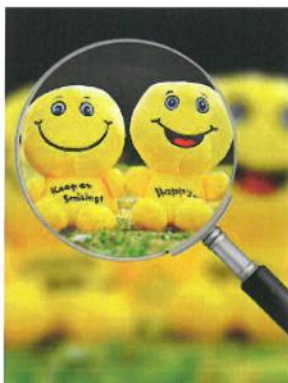
Gitte Velling byder velkommen.



Vores praktikant får overrakt gave i anledning af, at hun slutter.

# PROGRAM FOR TEMADAG I DET BLÅ HUS

ONSDAG, DEN 29. JANUAR 2020 KL. 9-12



- 09.00-09.30: Morgenmad og introduktion til dagens program
- 09.30- 10.15: Dialog i mindre grupper
- 10.15-10.30: Pause
- 10.30-11.00: Fælles input fra grupperne
- 11.00-11.30: Plan for hvordan vi SAMMEN udvikler Det Blå Hus, og hvem der skal gøre hvad 😊
- 11.30-12.00: Frokost

**OBS: MORGENMAD OG FROKOST ER GRATIS  
FOR DELTAGERE TIL TEMADAGEN**

## **Aktivitetskalender**

### **Socialpsykiatrien i Brønderslev kommune**

### **Det Blå Hus**

<b>Tur til Fåborg</b>	Tid: 4-7. maj 2020.
<b>Springbræt festival</b>	Tid: 28. maj 2020.
<b>Royal run</b>	Tid: 4. juni 2020.
<b>Tur i sommerhus</b>	Tid: 9-13. september 2020.

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!

# Aktivitetsskalender

## Idrætsforeningen BIFOS

### Idrætsstævner 2020

Badmintonstævne i Hjørring.	Torsdag d. 12. marts 2020.
Aalborg Cup 2019.	Onsdag d. 1. april 2020.
Idrætsfestival i Vejle.	23. – 25. juni 2020.
Bakke Cup på Psykiatrisk Sygehus.	Ikke fastsat.
Efterårsstævne i Frederikshavn	Tirsdag d. 1. september 2020.
BIFOS Efterårsstævne, Brønderslev.	Torsdag d. 29. oktober 2020
Julestævne i Hjørring.	Torsdag d. 3. december 2020.
Julefodbold i Aalborg.	Fredag d. 18. december 2020.

### Møder og Arrangementer

BIFOS Generalforsamling på Hedebo.	Onsdag d. 12. februar 2020.
BIFOS Juleafslutning på Hedebo.	Ikke fastsat.



# GRUPPEARBEJDE

Dialog med afsæt i dagligdagen  
(herunder også nuværende aktivitets-ugeplan)



## **1. Hvad synes du fungerer godt i Det Blå Hus?**

- Har du ønsker og idéer til noget andet end det nuværende program?

## **2. Hvordan kan vi tiltrække nye borgere?**

- Har du idéer til, hvem der kan gøre hvad?

## **3. Hvordan spiller DU aktivt ind i fortsat at udvikle Det Blå Hus?**

- Oplever du nogle udfordringer i den sammenhæng?



## Nytårsaften på Hedebo

Nytårsaften var der fest på Hedebo. Der var fint pyntet op i cafeen. Vi spiste mad i cafeen, da der skulle dækkes op til ca. 30. Dog var der kun ca. 20 til spisning. Kl. 18.00 hørte vi Dronningens nytårstale, og vi skålede i mousserende vin eller boblevin.

Vi fik mad fra Slettens Køkken. Det var en trerettersmenu. Efter spisning var der ikke så mange beboere tilbage, da de gik hver til sit.

Vi var dog nogle, der sad i opholdsstuen og så TV og hyggede os med snacks samt vin, øl og sodavand. 90-års-fødselsdagen kørte også på TV.

Kl. 24.00 så vi rådhusklokkerne i TV og skålede nytåret ind i champagne. Der var nogle, der selv havde fyrværkeri, som de fyrede af ude på plænen bag ved Solgangen. Ellers så vi også ud over byen, hvor der var flot fyrværkeri.

Ca. kl. 11.00 mødte nattevagterne ind, og vi fik pølser med brød til natmad. Der var en rigtig hyggelig aften.



Fint opdækkede borde i cafeen.



Juletræ med festklædte personaler.

Nytårsmenu.





Nytårskyts.



Nytårskyts.

## Koncert med Springbrætband i Basbio

Mandag 20/1 spillede Springbrætband i Basbio. Koncerten havde titlen ”Musik fra 60erne og 70erne”. Vi spillede bl.a. numre af Creedence Clearwater Revival, Gasolin, Leonard Cohen m.fl. Nogle af os havde også 70’er tøj på.

Vi havde haft travlt med at øve op til koncerten, og jeg tror, at alle synes, at det lød godt. Vi begyndte at sætte udstyr op ca. ved 15.00 tiden, og omkring 17.00 var der lydprøve. Inden koncerten fik vi aftensmad i køkkenet ude bagved, så det var fin service. Der var også øl, vand og chips/slik backstage. Midt i koncerten var der en pause. Bagefter koncerten skulle vi så få alt udstyr ud i bussen og tilbage til Springbrættet. Vi var færdige ca. 23.00.

Det var først den sidste uge før, at der blev solgt mange billetter, så vi var lidt nervøse for hvor mange der kom. Der blev ikke helt udsolgt som sidste år, men der var ca. 80 publikummer, hvilket også var flot. En del af publikum var pårørende, men der kom også mange





Peter på bas og Pia på bongotrommer.



Bandet.



Bandet bagfra.



Bandet forfra.



Karsten og Martin på gitar.



## BIFOS' julefest 2019

Onsdag 11/12 kl. 17.00 havde vi julefest i BIFOS. Det foregik på Hedebo i cafeen. Vi var 20 deltagere. Næstformand for BIFOS, Sebastian Bisgaard, sagde velkommen.

Vi fik and med det hele og ris a la mande til dessert fra Bondestuen. Vi fik også kaffe, te og småkager samt julegodter. Vi spillede pakkespil med mange flotte pakker.

Årets BIFOS'er blev overrakt af næstformand Sebastian Bisgaard til medlem Frazad Aslani med begrundelsen, at han altid møder stabilt til træning alle dage i ugen mandag, tirsdag og onsdag. Samt at han er en rigtig god kammerat over for de andre medlemmer af BIFOS. Et stort tillykke til Farzad!!

Folk begyndte at gå hjem ved 20.30 tiden. Os fra bestyrelsen 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



Thumbs up fra Søren og Jonas.





Næstformand  
Sebastian.



Farzad og Merethe.



Søs og Inga.



John, Eddy og Henrik.



Eddy og Mads i køkkenet.



Daniel, Kenneth og Simon i gang med risalamande.



Farzad og Sebastian med årets BIFOS'er trøje.



Simon og Søren P.

## Julefodbold i Ålborg 2019

Fredag 13/12 var vi til julestævne i fodbold i Ålborg. Vi kørte i privatbiler fra Hedebo kl. ca. 8.15. Vi var i Ålborg ca. 9.00, hvor vi klædte om. Stævnet startede kl. 9.30.

Der var 6 deltagende hold. BIFOS stillede med et hold. BIFOS fik en placering på en 5. plads. Dog var vores holdånd god. Tab og vind med samme sind måtte være vores motto.

Der var frokost ved 11.30 tiden. Vi spillede 5 kampe - tre om formiddagen og to over middag. Ca. ved 14.00 tiden var alle kampe afviklet.

Derefter var der præmieoverrækkelse. Ålborg blev nr. 1. Mariagerfjord blev nr. 2. Idræt og Kultur Ålborg 2 fik en tredjeplads. Mariagerfjord fik fiduspokalen for fairplay og god holdånd.

Kl. 14.30 var der kaffe og kage samt tak for i dag og glædelig jul. Sebastian, Daniel og Peter kørte til Vejgårdhallen, hvor vi skulle spille med Springbrætband om aftenen. De andre kørte til Brønderslev. Det



BIFOS hold i en pause.



Sebastian.

Vinder-pokalen.





Ålborgs idrætskoordinator Casper siger tak for i dag.



Vinderne af pokalen.

## IF Limjorden nytårsstævne 2020

Torsdag d. 23. januar holdt IF Limjorden (LIF) nytårsstævne i Nykøbing Mors. Det tog ca. to timer at køre derover, så vi mødtes 7.00 på Hedebo og kørte ca. 7.30 i minibus, som Sebastian havde lånt. For at forkorte transporttiden tog vi med Feggesundfærgen både frem og tilbage. Det var en lille sejltur på ca. fem minutter, så vi var fremme 9.30. Stævnet begyndte 10.00, så der var tid til at få klædt om.

Om formiddagen spillede vi fodbold. Vi var fem spillere, men vi lånte tre spillere fra Skive, der ikke kunne stille fuldt hold. Desværre tabte vi alle vores kampe, hvilket kun rakte til en placering som nummer sidst. Der var frokost 12.00, hvor vi fik lækker lasagne med brød og salat.

Over middag skulle vi spille floorball. Vi var fire på banen og en udskifter. Her spillede vi lige op med flere hold, og vi vandt en enkelt kamp. Sebastian, der er træner i floorball lavede de fleste af vores mål. Efter de fire kampe gik de fleste af os i bad, da vi ikke troede, vi havde flere kampe, men så kom Daniel ned og sagde, at vi skulle spille bronzekamp mod IF Frisk. Så vi måtte i tøjet igen for at spille bronzekampen. Vi spillede godt op med IF Frisk, men tabte dog kampen, så vi kom på en fjerdeplads.

Efter floorball var der kaffe og kage samt præmieoverrækkelse. Vi fik ikke medalje, men Daniel vandt fairplay-pokalen (Jante-pokalen), som både Daniel og os andre var meget glade for. Det var en stor fin pokal i sølv.

Efter præmieoverrækkelsen var det tid til at køre hjem. I Åbybro var vi lige inde og få en burger på McDonald's. Det var en rigtig fin

### **Volleyball**

1. Mob Din Krop
2. Idræt og Kultur
3. LIF

### **Fodbold**

1. Idræt og kultur
2. IF Frisk

### **3. Mob Din Krop**

### **Floorball**

1. Mob din Krop
2. LIF
3. IF Frisk





Mette og Daisy fra LIF åbner stævnet.



Opvarmning.



Åbningstale.



Fodbold. BIFOS i aktion.



Lasagne med brød og salat.



Spisning.



BIFOS floorball-hold.



Floorball.



Volleyball.



Vinderne af volleyball Mob Din Krop.



Daniel er vinder af Jante-pokalen.

Jante-pokalen.



## BIFOS generalforsamling 2020

Onsdag d. 12. februar var der generalforsamling i BIFOS. Generalforsamlingen startede kl. 17.00. Det foregik i cafeen på Hedebo. Det var Kristian Baggesgaard, der var dirigent. Der var 24 stemmeberettigede medlemmer. Michael Seide var referent. Michael Seide og Patrick Pedersen blev genvalgt. Eddy Marrup blev valgt som nyt bestyrelsesmedlem. Kristian Baggesgaard og Jonas Mikkelsen blev valgt som revisorer. Rikke Gram Klovnhøj blev valgt som revisorsuppleant.

Læs hele referatet på BIFOS' hjemmeside – søg på "bifos" på [www.google.dk](http://www.google.dk) og vælg linket "Download".

Efter selve generalforsamlingen var der sandwich samt en øl, vin eller vand.

Efter spisningen holdt bestyrelsen konstitueringsmøde. Følgende blev valgt: Formand og kasserer Peter K. Baggesgaard, næstformand Eddy Marrup, sekretær Michael Seide. Menige medlemmer blev Lars Mosgaard, Sebastian Bisgaard og Patrick Pedersen.



Husk at reservere datoen for årets højdepunkt:  
**Springbræt-festival 2020**

**Torsdag d. 28. maj 2020**

**Kl. 11.00-16.00**

I Rhododendronparken i Brønderslev

Kom og oplev musik leveret af

**SPRINGBRÆTBANDET**

samt en række andre fantastiske bands



**ARRANGØR: SPRINGBRÆTTET OG TRAMPOLINEN**

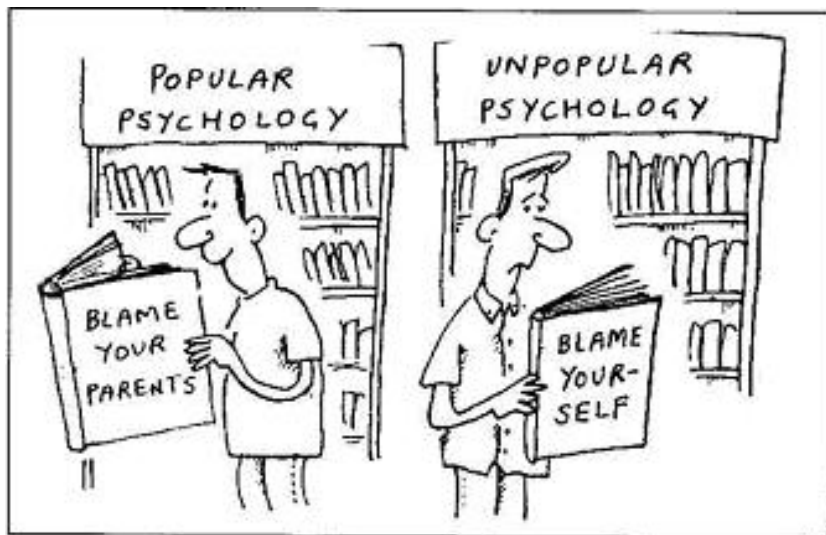
**ENDELIG PROGRAM FØLGER SENERE**



**I TRIED TO ACT NORMAL,**



**'WORST 5 MINUTES'  
OF MY LIFE.**



## **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 ved vores generalforsamling. 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



## 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. 50 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: Helårligt kontingent 550 kr. Passivt støtte-medlemskab 275 kr. helårligt .

### **Mandag i Brønderslev Hallen**

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

13.00 – 14.30 Motion i hallens motionsrum (v. Mads).

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

14.00 – 15.00 Træning i Svederen (v. Peter).

15.00 – 17.00 Fri svømning indtil lukketid.

### **Onsdag i Brønderslev Hallen**

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

13.00 – 14.30 Motion i hallens motionsrum (v. Mads).

### **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: [bifos9fal@gmail.com](mailto:bifos9fal@gmail.com) eller personale Michael Seide. Tlf.: 21 49 18 68.



## Nøgle for socialpsykiatrien i Brønderslev Kommune

### **Formand for Social- og Sundhedsudvalget**

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)

### **Områdeleder for socialpsykiatrien**

Inga Eriksen

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

### **Rusmiddelcentret, bofællesskaberne 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** (værested, beskyttet beskæftigelse og ungegruppe)

**Springbrættet** (samværs- og aktivitetstilbud og beskyttet beskæftigelse)  
og **Klub 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)

### **Døgninstitution Hedebo**

Afdelingsleder: Karoline Jensen

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

### **Socialpædagogisk Støtte team (SKP, mentor- og bostøtteordning)**

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: 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)