

BRUGERAVISEN

Det Blå Hus, Mødestedet, Hedebo, Rusmiddel- Årgang 10, nr. 2
centret, Bostøtten, Opgangsfællesskaberne,
Ungegruppen, BIFOS og Rejseforeningen

Maj 2016

Hedebo

DET BLÅ HUS



Kære læsere!

Så er vi klar med maj-udgaven af Brugeravisen. Denne udgave er ikke så umfangsrig, men vi har da nogle nyheder og historier med. Redaktøren har været til foredrag med Mads Fabricius på Dronninglund efterskole. Det var et spændende foredrag om, hvordan Mads havde overvundet sin sygdom ved at motionere, og har opnået en række imponerende sportsresultater.

Derudover har der været generalforsamling i rejseforeningen, hvor formanden berettede om, at der er arrangeret sommerhustur i september 2016 og en udlandstur til Korfu i 2017. Desuden har der været en flot tilslutning til foreningen, som tæller ca. 30 medlemmer.

Mødestedet har fået indrettet nye lokaler på 1. salen i Fredensgadecenteret. Brugerne er glade for, at de er kommet i mindre rammer.

På side 21 beretter redaktøren om det at have en besøgsven. Det er berigende at have en at snakke med, samt lave aktiviteter sammen med. Håber, at andre også vil få gavn af dette.

Til sidst beretter vi om BIFOS generalforsamling samt AAB-kamp og Ålborg Cup 2016.

Med venlig hilsen
Redaktionen

Brugeravisen

- udgives af 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: 120

Avisen udkommer 4 gange årligt i: februar, maj, august og november. Deadline for næste nr.: 1. august 2016. Næste nr. udkommer 20. august 2016.

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

Her kan du læse avisen elektronisk.

Indholdsfortegnelse

Nyt fra redaktionen	Side 2
Foredrag med Mads Fabricius	Side 4
Referat fra brugerrådsmøde 21/4 2016	Side 7
<i>Det Blå Hus</i>	
Gittes fødselsdag	Side 9
Påskefrokost i beskyttet beskæftigelse	Side 10
Shoppetur til Ålborg	Side 13
Generalforsamling i Rejseforeningen 2016	Side 15
<i>Aktivitetsskalendar</i>	Side 16
<i>Mødestedet</i>	
Mødestedet i nye lokaler	Side 18
Tur til kunstcenteret i Dronninglund	Side 19
Tur til Hjallerup med Mødestedet	Side 20
<i>Hedebo og opgangsfællesskabet</i>	
Frivillig besøgsven	Side 21
Bowlingtur med opgangsfællesskabet	Side 22
<i>BIFOS</i>	
BIFOS generalforsamling 2016	Side 24
AAB-kamp på Ålborg stadion	Side 26
Ålborg Cup 2016	Side 28
Nøgle for socialpsykiatrien	Side 32

Foredrag med Mads Fabricius – Når kroppen helbreder sjælen

Det foregik på Dronninglund efterskole d. 18. april 2016. Arrangør var Ældre Sagen, Bedre Psykiatri, Lions og Dronninglund efterskole.

Foredraget handlede om Mads Fabricius' liv fra han som 15-årig blev indlagt med diagnosen skizofreni og frem til i dag, hvor han er erklæret rask med erklæringen "skizofreni med komplet remission", dvs. så tæt på en raskmelding, som han lægefagligt kan komme.

Mads havde en helt almindelig barndom med gode kammerater, og han var dygtig i skolen. Men da han skulle flytte hjemmefra fra øen Marstal til fastlandet for at gå i gymnasiet, så brød sygdommen ud. Han isolerede sig på sit kollegieværelse og kunne sidde en hel dag og bare stirre ud i luften. Han fik hallucinationer og kunne høre en stemme, der sagde "pst". Han blev så indlagt på psykiatrisk afdeling i Odense. Men han fik ikke meget hjælp af behandlingen. Han var meget social angst og kunne ikke holde ud at være sammen med andre mennesker. Han "overlevede" opholdet ved hele dagen at sidde og kigge på uret, og lytte til sekundviseren, der gik rundt. På den måde isolerede han sig i sin egen verden. Efter noget tid indvilligede hans forældre i at tage ham hjem. Han kunne ikke bo sammen med dem, men fik et loftsværelse i en separat bygning.

Da han på et tidspunkt ikke kunne få det værre, begyndte han efter råd fra sin psykiater at motionere. Hurtigt kom han op på at løbe mange kilometer om dagen. Han mærkede hurtigt, at han fik det bedre. Hen over en sommer forsvandt alle hans symptomer. Han oplevede bogstaveligt talt, at han løb fra sygdommen. Deraf opstod Mads Fabricius' slogan: "Lidt løb er godt – meget løb er meget godt". Der gik ti uger, fra han gik i gang, til han løb det første maraton. Mens han løber oplever han, at han løber fra skizofrenien, der forfølger ham som en skygge. Hvis han stopper, føler han, at skizofrenien vil indhente ham.

Bidt af motion

I dag er Mads' liv fuldstændig ændret. Han er rask – helt og aldeles symptom- og medicinfri; til gengæld er han blevet bidt af motion. "Han fik enormt meget selvtillid, da han kunne mærke, at han fik det godt af at løbe. Og det var i høj grad det, der drev ham. Det hjalp også

på hans forhold til andre mennesker – det hjalp rigtig meget, at andre kunne se, han fik det bedre. Og det gav meget lyst. Hvilket er det vigtigste – hvis ikke man har lyst, så kommer man ingen vegne. Sporten gav ham en grund til at komme ud af sengen om morgenen – den gav ham ligesom en identitet.”

Fjerde VM

I dag supplerer Mads Fabricius sit løb med cykling og svømning. Han er blevet triatlet og ultracykelrytter og som 25-årig deltog han i sit fjerde VM – denne gang var det ikke på ironman-distancen, men på ultraman-distancen på Hawaii: 10 km havsvømning, 421 km cykling og 84 km løb.

Retten til at være rask

Mads har også uddannet sig til pilot, da det var en drengedrøm at komme til at flyve. Men efter, at han havde taget certifikatet til pilot, blev han nægtet at arbejde som pilot pga. diagnosen skizofreni. Det er han meget fortørnet over, da han mener, at når han er erklæret rask, så må han også have ret til at arbejde som pilot. Men trafikstyrelsen er af en anden mening, og derfor har han nu anlagt sag mod den danske stat for brud på handicapkonventionen, der siger at man ikke må diskriminere mennesker med handicap. Det er blevet en principalsag for ham, da sagen kan få betydning for andre, der også har en diagnose i bagagen, men som er blevet erklæret raske.

Med cykelbåd over Atlanten

Mads' næste projekt er at krydse Atlanterhavet i en specialdesignet cykelbåd. En tur på 4.800 km. Fra de kanariske øer og til Det Caribiske Hav, som vil tage 2-3 måneder at gennemføre. Dette projekt kombinerer sporten med den ensomme kamp mod elementerne. Med projektet vil han undersøge, hvad det var som har gjort ham rask. Han vil genopsøge den isolation, som han levede i under sin sygdom kombineret med den fysiske anstrengelse ved at cykle. Projektet sker i samarbejde med institut for idræt ved syddansk universitet. Det er håbet, at projektet kan sige noget om, hvordan recovery fungerer i praksis. Dvs. kaste nyt lys over, hvad psykisk sygdom er, og hvad der kan hjælpe til at kurere psykisk sygdom.

Mads' sportslige karriere tæller en række imponerende højdepunkter:

2008 Hawaii Ironman 2008 Verdensmesterskaberne i Ironman 2009 Ironman 70.3 World Championships 2009 VM i halvironman Ironman 70.3 Geelong, Australien 2009 2010 Xterra World Championships 2010 VM i off-road triathlon Ultraman Canada 2010 Kvalificeret til VM i Ultraman, Hawaii Dobbelt dansk rekord i hurtigste krydsning af Danmark på cykel, Certificeret af Ultra Marathon Cycling Association, USA Vinder af Europa Cuppen i ultracykling 2010.

PKB



Referat fra brugerrådet 21/4 2016

1. Godkendelse af referat fra sidst. Ingen bemærkninger.
2. Valg af ordstyrer. Margit er ordstyrer.
3. Valg af referent. Rikke er referent.
4. Nyt fra handicaprådet. Peter orienterer om mødet i Handicaprådet. Peter var forhindret, hvorfor Daniel Stark deltog.
5. Status på Masterplanen. Orientering i forhold til masterplanen. Her især fokus på frivillige.

Det Blå Hus:

3 frivillige kommer kontinuerligt og laver noget ud fra borgernes behov – spiller spil, billard, ture ud af huset osv. Der er udvalgt en kontaktperson for frivillige i p-gruppen, som afholder samtaler med frivillige ved opstart, hvor også en fra lokalrådet deltager.

Rusmiddel:

Samarbejde med Fristedet og familieklubben i Brønderslev – informerer i samarbejde borgerne om muligheden for at benytte disse tilbud. Frivilligsamarbejde er drøftet i lokalrådet og på husmøde. Er i gang med at udarbejde opslag til at hænge ud på uddannelsesinstitutionerne. Der er udpeget en kontaktperson for frivillige i p-gruppen.

Hedebo:

En gruppe af ca. 5 frivillige laver aktiviteter med borgerne ud fra borgernes ønsker. En frivillig hund, der kommer til en borger. Der er udpeget tovholdere blandt medarbejdere og beboer. Der er en tovholder blandt de frivillige. Lokalrådsmedlemmer, medarbejdere og frivillige har løbende samarbejde og dialog. En gruppe frivillige går i gang med et drivhusprojekt sammen med nogle af beboerne.

Bostøtten:

I bostøtten er der en frivillig besøgsven der kommer ud til 4 borgere. Samarbejde med 2 frivillige fra ”Hånd og hjerte” (som er en kristen organisation), der støtter borgere i at bede om hjælp af forskellig art hos pårørende. Yderligere to frivillige fra ”Hånd og hjerte” har været til møde i

bostøtten, da de har fået kendskab til 4-5 borgere der ønsker en besøgsven. Dette er pt. ved at blive iværksat. Hånd og hjerte har en integrationscafé hver 2. torsdag, som bostøtten opfordrer borgerne til at bruge – hertil hjælper ”Hånd og hjerte” med ledsagelse de første gange.

Der orienteres om de forskellige tiltag, der er taget på de forskellige tilbud. I mødestedet er der pt. 5 frivillige tilknyttet. Annie fortæller, at de er meget glade for, at de har fået nogle mindre rammer. Hun oplever det kører godt i mødestedet. De forsøger at arrangere en månedlig udflugt, hvor de kommer rundt at se forskellige steder. Inga orienterer om omorganiseringen.

6. Kursus og undervisning 2015. Der tales om konference i Vejle. Vi sender kursusprogrammet med ud med referatet. Konferencen løber af stabelen d. 27. og 28. oktober 2016.

7. Temadag sundhedstilbud. Inga orienterer om sundhedstilbuddet. Tovholdergruppen har besluttet at temadagen først løber af stabelen i november 2016.

8. Forberedelser til Sindets dag. Rikke orienterer om forberedelserne til sindets dag. Peter foreslår, at vi inddrager frivillige i denne dag, evt. kan en frivillig komme og fortælle, hvordan det er at være frivillig i socialpsykiatrien i Brønderslev.

9. Nyt fra stederne. Det Blå Hus: Der er faldet ro på og der er ros til personalet. Der er godt gang i aktiviteterne i Det Blå Hus. Der kører mange forberedelser i rejseforeningen. Man er i gang med at planlægge sommerhustur til Blokhus. Rejseforeningen er også ved at arrangere en rejse til Korfu til næste år. Hedebo: ingen deltagere. Thorvaldsensvej: Der er kommet en barselsvikar og der er en langtidssygemelding, hvor der er kommet en vikar ind i stedet for. Husmødet er flyttet til 9.30 om torsdagen, samt morgenmad til kl. 9.15. Hedelundsgade skal inviteres indenfor i brugerrådet. Der er fortsat en ledig lejlighed. Rusmiddelcentret: Vi er flyttet i Jyllandsgade, hvilket vi er rigtig glade for. Vi er kommet under samme tag, hvilket er en stor fordel. Mødestedet: der er flot tilslutning til udflugterne. Det kører godt, dejligt de er kommet i mindre rammer.

10. Evt. Vi taler om brugerrådsmøderne, og om hvor ofte disse møder skal afholdes. Alle giver udtryk for at de syntes, at møderne er relevante. Derfor aftaler vi en ny dato: 21. juni 2016 kl. 13.00-14.30.

Gittes fødselsdag

Gitte gav kagemand efter husmøde 9. marts.

PKB



Påskefrokost i beskyttet beskæftigelse

Torsdag d. 7. april havde vi påskefrokost i beskyttet beskæftigelse i Det Blå Hus. Det var for både bageri, pakkeri og skilteværksted. Menuen var sild, rødspættefileter, tunmousse, mørbradbøffer med champignonsovs, varm leverpostej med bacon, ostepanretning og kaffe. Gerda fra bageriet havde sin egen hjemmelavede snaps med. Det var en rigtig hyggelig aften, hvor der blev snakket, grinet og hygget.

PKB



Ved bordet.



Der spises og hygges.



Billede af redaktøren.

BAGERVARER TIL HELE
ORGANISATIONEN!!

BAGERIET TILBYDER HJEMMELAVEDE
BRØD OG KAGER

KONTAKT:
[BAGERIET167\[A\]GMAIL.COM](mailto:BAGERIET167[A]GMAIL.COM)
ELLER TLF. 99 45 51 80.



Shoppetur til Ålborg

Tirsdag d. 12. april var vi på shoppetur til Ålborg med Det Blå Hus. Vi var 9 brugere og 2 personaler. Vi tog af sted fra banegården ved 9-tiden. Da vi var i Ålborg deltes vi i to grupper. Vi kiggede på butikker. Ved middagstid samledes vi ved Sallings restaurant, hvor vi spiste middagsmad. Efter vi havde spist kiggede vi igen på butikker. Vi var også inde på en cafe hvor vi fik kaffe og kage. Til sidst samledes vi på banegården, hvor vi tog toget hjem. Det havde været en rigtig hyggelig dag, og vi var trætte i benene efter den lange vandring.

PKB



På tur.



Der spises middagsmad.



Eftermiddagskaffe.

Generalforsamling i Rejseforeningen 2016

Onsdag d. 16. marts 2016 afholdt vi generalforsamling i rejseforeningen. Kristian Baggesgaard blev valgt som dirigent og Jette Dunker valgtes som referent.

Formand Johanne Knudsen fremlagde formandens beretning. Johanne berettede om, at vi har et fint medlemstal på ca. 30 personer. Årets sommerhustur er planlagt og løber af stablen 12-16. september 2016. Der er plads til 28 personer. I 2017 satser vi i foreningen på en udlandstur til Korfu. Det kommer til at koste ca. 5000 kr. pr. person.

Bagefter fremlagde kasserer Peter K. Baggesgaard det reviderede regnskab til godkendelse. Det blev godkendt. Der var ingen indkomne forslag til bestyrelsen. Derefter blev budget 2016 fremlagt og godkendt. Kontingentsatsen fortsætter uændret. Der skulle vælges en suppleant til bestyrelsen. Ulla Bech valgtes som suppleant. Hanne Jensen genvalgtes som revisor og Gitte Müller valgtes som revisorsuppleant.

PKB



Bestyrelsen 2016. Fra venstre Johanne, Peter og Jette.

Aktivitetskalender

Socialpsykiatrien i Brønderslev kommune

Det Blå Hus

Sverigestur	Tid: 31. maj 2016. Afgang med tog fra Brønderslev 5.38.
Tordenskjoldsdage	Tid: juni måned.
Sommerfest	Tid: juni måned.
Sommerhustur til Blokhus	Tid: 12-16. september. Arrangør: Rejseforeningen.

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 2016

Aalborg Cup 2016.	Tirsdag d. 5. april 2016.
Idrætsfestival i Vejle.	28. – 30. juni 2016.
Den Store Aktivitetsdag, Lindholm	Torsdag d. 25. august 2016.
Bakke Cup på Brdsl. Psyk. Sygehus	Onsdag d. 31. august 2016.
Efterårsstævne i Frederikshavn	Tirsdag d. 6. september 2016.
BIFOS Efterårsstævne, Brønderslev.	Mandag d. 31. oktober 2016.
Julestævne i Hjørring.	Mandag d. 5. december 2016.
Julefodbold i Aalborg.	Fredag d. 16. december 2016.

Møder og Arrangementer

BIFOS Generalforsamling på Hedebo.	Mandag d. 15. februar 2016.
AAB på Ålborg stadion	Fredag d. 4. marts 2016.
BIFOS Juleafslutning på Hedebo.	Ikke fastsat.

BIFOS
BRØNDERSLEV

Mødestedet i nye lokaler

Vi har haft vores ting oppe i Brønderslev i kommunens bygninger. Nu har vi fået lokalerne lavet i Fredensgadecenteret 3., så vi er flyttet op på 1. salen med vores ting. Det er dem, vi er ved at flytte ind her, der var mødt mange brugere op til at hjælpe. Så nu hygger vi os der.



Tur til kunstcenteret i Dronninglund

Det var onsdag den 13-4 Kl. 13. Vi kørte i 3 biler til Kunstcenteret i Dronninglund.

Der var en udstilling af en japansk billedkunstner, Yoshio Nakajima, som havde stået i lære ved Jens Jørgen Thorsen og Nash. Det var meget spændende og flot som forventet. Vi kunne købe kaffe, the, kakao og hjemmebagt kage.

Vi var Grethe, Anny, Anette, Jytte, Helene, Annelise og Anni af sted sammen

Hilsen fra os i Mødestedet



Tur til Hjallerup med Mødestedet

Mødestedet havde lavet udflugt til Hjallerup. Alle tiders tur. Først så vi ekkoen. Vi tog også en tur rundt om søen. Vi var Anni, Anny, Dian, Jens, Annette, Grethe, Jytte, Helene, Annelise.

Derefter tog vi i Danmission og Røde Kors, hvor der er 2 af os der også arbejder, så vi sludrede og handlede lidt.

Så blev der efterhånden middag så vi tog på Alinea og fik lidt forskelligt at spise - godt spisested.



Frivillig besøgsven

I starten af det nye år fik jeg tildelt en frivillig besøgsven. Hun besøger mig ca. hver tredje uge i min lejlighed. Hun besøger mig om aftenen, da jeg har bedst tid om aftenen, hvor jeg ikke har andet, jeg skal. Vi har set film og feriebilleder sammen og vi har set håndbold- og fodboldkampe. Vi har set filmen ”Mænd og høns”. Det var en sjov, men også lidt mærkelig film. Vi har snakket om, at vi også skal se filmen ”De urørlige”. Vi har også hyggesnakket. Det er rart, at der er nogen der kommer og besøger en, og at man har en at snakke med om alle mulige slags ting. Når det bliver forår, vil vi også ud og gå nogle ture, hvis det er godt vejr. Vi har oprettet en e-mail, hvor hun kan træffes. E-mailen er: [frivillig9700\[a\]gmail.com](mailto:frivillig9700[a]gmail.com). Hvis du selv er interesseret i en besøgsven, kan du snakke med din kontaktperson om det.

PKB



Bowlingtur med opgangsfællesskabet

Opgangsfællesskabet på Thorvaldsensvej var søndag den 13. marts samlet for at deltage i en planlagt aktivitet, som eleven havde planlagt. Der var oprindeligt lagt op til en fisketur, men eftersom vejret ikke rigtig indbød til dette, blev turen lavet om til en Bowlingtur i Brønderslev Hallen.

Her havde vi en hyggelig time sammen, hvor vi dystede og humøret var højt. Nogle af os fik noget kampgejst, og der gik lidt sport i, hvem der kunne løbe af med sejren. Der blev ivrigt lagt point sammen på hjemvejen.

Vi blev efterfølgende samlet i fælleslejligheden, hvor vi indtog eftermiddagskaffe med hjemmebagte chokolade muffins. Her gik snakken lystigt og folk hyggede sig.

Dagen blev afsluttet med fællesspisning, som beborene selv havde indflydelse på. Menuen bestod af hjem bragte pizzaer fra Kastanjetræet.

Venlig hilsen

Opgangsfællesskabet på Thorvaldsensvej





BIFOS generalforsamling 2016

Mandag d. 15. 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 ca. 25 stemmeberettigede medlemmer. Michael Seide var referent og Simon Andreasen og Martin Bo Jensen var stemmetællere.

Søs Thielst og Søren N. Jensen trådte ud af bestyrelsen. Det var vemodigt, fordi Søs har siddet i bestyrelsen helt siden, at BIFOS blev startet i 2002. En stor tak til Søs for det store arbejde, hun har lagt i BIFOS gennem årene. Søren har også siddet i bestyrelsen i mange år, også en stor tak til ham. Formand Sebastian Bisgaard overrakte gaver på vegne af BIFOS. Læs hele referatet på BIFOS' hjemmeside – søg på ”bifos” på www.google.dk og vælg linket ”Download”. Efter selve generalforsamlingen var der en sandwich samt en øl eller vand.

Umiddelbart efter generalforsamling holdt bestyrelsen konstitueringsmøde. Følgende blev valgt: Formand Sebastian Bisgaard, næstformand Bertel Christensen, kasserer Peter K. Baggesgaard, sekretær Ole M. Kristensen, menigt medlem Lars Mosgaard, og menigt medlem Michael Seide.

PKB



Den ny bestyrelse for BIFOS.



Bestyrelsen 2016.

AAB-kamp på Ålborg stadion

Fredag 4/3 2016 var vi 3 fra BIFOS til fodboldkamp på Ålborg stadion. Det var AAB og OB, der spillede. AAB tabte desværre 1-0, men ellers var det sjovt at være på stadion. Det var Idræt og Kultur Ålborg, der arrangerede. Vi fik pølser og brød på Idræt og Kulturs værested, og bagefter gik vi til stadion. Se billeder!

PKB



AAB-fan. Formand Sebastian Bisgaard.



Pølser med brød i IK Ålborgs værested.



AAB spiller.

Ålborg Cup 2016

Tirsdag 5/4 var der Ålborg Cup 2016. Vi kørte i Hedebos bus samt privatbiler. Vi havde en sjov dag, men vandt dog ingen medaljer. Vi var 9 deltagere til fodbold. Vi kunne ikke stille hold i volleyball. Foruden aktive var vi 7 heppere. Altså 16 deltagere i alt, så det var flot tilslutning. Se billeder herunder!!

PKB



BIFOS tilskuere.



Der spilles fodbold.



Der heppes på fodbold.



Der spises frokost



Frokost.



Guldmedaljevinderne i fodbold.



Præmieoverrækkelse.

Nøgle for socialpsykiatrien i Brønderslev Kommune

Formand for socialudvalget

Ole Jespersgaard

Tlf.: 25 26 83 79. E-mail: [ole.jespersgaard\[a\]99454545.dk](mailto:ole.jespersgaard[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 J. Pedersen

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

Tlf.: 99 45 50 17. E-mail: [birgitte.maliki.christensen\[a\]99454545.dk](mailto:birgitte.maliki.christensen[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)

Rejseforeningen for psykisk sårbare

Formand: Johanne Knudsen

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

Telefonrådgivning, socialpsykiatrien

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