

BRUGERAVISEN

Det Blå Hus, Mødestedet, Hedebo,
Bostøtten, Opgangsfællesskabet,
Ungegruppen, BIFOS og Rejseforeningen

Årgang 9, nr. 4
November 2015

Hedebo

DET BLÅ HUS



Mødestedet

Kære læsere!

Så er vi klar med november-nummeret af brugeravisen. I denne udgave bringer vi redaktørens livshistorie. Det er spændende at arbejde med livshistorie. Man kan få en bedre forståelse af sig selv, og det kan skabe mening og sammenhæng i ens liv.

Derefter har vi præsentation af to nye ledere i socialpsykiatrien - Rikke, som er ny leder for Det Blå Hus og Pia, som er ny handicap- og psykiatrichef. Så har vi en reportage fra Sindets dag, hvor Sebastian, som er formand for BIFOS, holdt tale. Det var en fin tale, som Sebastian holdt, hvor han bl.a. opfordrede politikerne til at stoppe besparelserne og til at komme ud og se med egne øje, hvilken betydning det har, det arbejde, som bliver gjort for psykisk sårbare borgere i BIFOS.

I Det Blå Hus har vi mærket besparelserne i form af en reduktion på 2 fuldtidsstillinger og en 20-timers stilling i værestedet og en halv lederstilling, hvilket har betydet at vi har måttet sige farvel til bl.a. Ulrik og Birthe, som vi bringer afskedshilsen fra.

Fra Mødesteder har vi beretning om deres ture til Hune og Sæby samt fra deres sommerfest. Til sidst har vi reportage fra stævner, som BIFOS har deltaget i - Bakke Cup og Efterårstævne.

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. februar 2016. Næste nr. udkommer 20. februar 2016.

Ansvarshavende:

Peter K. Baggsgaard

Materiale til avisen sendes til:

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

Redaktion:

Peter K. Baggsgaard

Avisen på Internet

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

Layout: Peter K. Baggsgaard

Tryk: Det Blå Hus

Oplag: 100

Indholdsfortegnelse

Nyt fra redaktionen	Side 2
Min livshistorie	Side 4
Brevafstemning om EU retsforbeholdet	Side 15
Præsentation af ny leder i DBH Rikke J.P.	Side 16
Præsentation af ny chef Pia Kornø	Side 17
Referat fra Brugerrådsmøde 19/8 2015	Side 18
Borgermøde om budget	Side 20
Sindets dag 2015	Side 22
<i>Det Blå Hus</i>	
Stiftende generalforsamling i rejseforeningen	Side 26
Afskedsreception for leder Ulrik Poulsen	Side 28
Afskedshilsen fra Margit	Side 31
<i>Aktivitetskalender</i>	Side 32
Afskedshilsen fra Birthe	Side 34
Tur til Fårup sommerland med Det Blå Hus	Side 36
Sommerfest i Det Blå Hus	Side 38
Sommerhustur med Det Blå Hus i Nr. Lyngby	Side 40
Bæredygtighedsfinale	Side 44
Tur med beskyttet beskæftigelse DBH	Side 46
Åbning af råvaremarked i Hjallerup	Side 48
<i>Mødestedet</i>	
Tur til sandskulptur i Hune	Side 50
Mødestedet	Side 51
Mødestedets tur til Sæby	Side 52
Sommerfest	Side 53
<i>BIFOS</i>	
Bakke Cup 2015	Side 54
Efterårsstævne i Frederikshavn	Side 58
Nøgle for socialpsykiatrien	Side 64

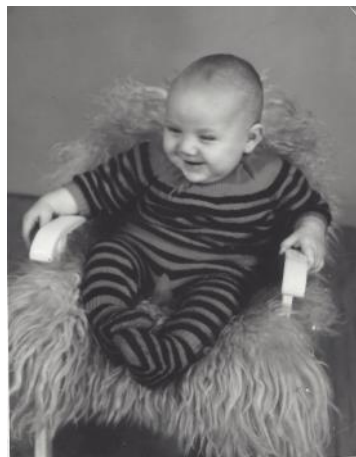
Min livshistorie

Denne livshistorie udgives hermed på opfordring fra afdelingsleder Inger Thorup Jensen. Hovedparten af historien er oprindeligt skrevet til overlæge og professor Poul Videbech med henblik på en second opinion. Til sidst gør jeg mig nogle betragtninger over livshistorien med baggrund i bogen ”Livshistorie fortællinger” af Jonas Gustafsson. At fortælle sin livshistorie kan virke terapeutisk til at skabe mening og sammenhæng i ens liv.

Barndom

Jeg er opvokset i Nordjylland i byen Biersted, hvor min far var præst. Har nok altid været en dreng, der ikke sagde så meget. (Jf. de skizoide træk eller negative symptomer var til stede allerede i barndommen) Jeg havde dog kammerater i skolen, fodbold og til FDF. Da jeg blev teenager trak jeg mig mere ind i mig selv. Det var i 6-7. klasse. Jeg havde det svært socialt, hvor det sociale liv ændrede karakter med teenageårene.

Som barn led jeg en overgang af mareridt. En drøm handlede om at jeg havde slået nogen mennesker ihjel – jeg vågnede med rædsel over den grusomme handling. Blev først rolig efter at min far forsikrede mig, at det ikke var sket i virkeligheden. Jeg led også af nogle skyldbetyngede tanker omkring Gud og satan. Jeg troede, at Gud kunne se de forkerte tanker i mit hoved. Jeg var en overgang en del forpint af disse tanker. Jeg turde ikke fortælle om tankerne til mine forældre. Omkring dette tidspunkt synes min mor, som er psykiatrisk sygeplejerske, at jeg skulle snakke med en læge. Men det var jeg meget imod, da ingen måtte høre om de forkerte tanker.



Teenageår

Mine forældre blev skilt omkring 7. klasse. Jeg flyttede med min mor til Århus, hvor jeg gik i 8. og 9. klasse på Vejlby skole. Jeg faldt nogenlunde godt til og fortsatte med fodbold først i Skovbakken og derefter i VIK. Jeg var dog anderledes end mine jævnaldrende og havde ikke nogen rigtige venner. På dette klassetrin skrev jeg nogen meget fantasifulde (eller måske underlige/mærkelige) stile i faget dansk. Min lærer havde problemer med at forstå stilene. Jeg selv havde muligvis forestillingerne om, at jeg en dag kunne blive en stor digter eller forfatter. Jeg læste bl.a. digte af Michael Strunge. Det har jeg senere læst om skizoid personlighedsforstyrrelse, at man ser sig selv som noget særligt, og at man har særlige evner som gør én til noget særligt. Mine stile resulterede dog ikke i en henvisning til psykiatrisk behandling.

I 10. klasse var jeg på efterskole på Unge Hjem i Skåde ved Århus. Min familie havde måske håbet, at jeg kunne blive mere social af at komme på efterskole. Det skete dog ikke rigtig – jeg fik heller ikke nogen rigtige venner på efterskolen. Jeg havde det fortsat svært med det sociale liv og sad nogen gange mest på mit værelse. Fagligt klarede jeg mig dog rimeligt – især i faget dansk hvor min lærer udtalte sig positivt om mine evner for litteraturforståelse.

Efter 10. klasse startede jeg i 1. g. på Vejlby-Risskov Amtsgymnasium sproglig linje. I 1. g. blev jeg ramt af angst og depressive tendenser. Jeg var fx bange for mørke og spøgelse. Jeg kom nu for første gang i psykiatrisk behandling hos en psykiater, der var på ungdomspsykiatrisk samt havde privat praksis i Risskov. Sammen med min mor var jeg nede på Hospitalet og snakke med psykiateren, der også nævnte muligheden for indlæggelse. Det var min mor dog imod, fordi jeg så skulle afbryde gymnasiet. Jeg blev i stedet henvist til at gå i terapi i psykiaterens privatpraksis. Jeg startede i samtalerapi to gange om ugen. Jeg tror nok min angst/



depression gik over efter nogle måneder. Psykiateren ville ikke oplyse mig om min diagnose, så jeg fik ikke på den måde indblik i karakteren af min sygdom. Jeg forkastede dog mine fantasifulde stile, idet jeg nok tænkte at de var et udtryk for sygdommen. Jeg forkastede dem, fordi jeg ikke ønskede at være syg. Dansk blev mit bedste fag i gymnasiet, og min lærer anbefalede mig at læse dansk på universitetet. Jeg blev student i sommeren 1993.

Voksenalder

Efter gymnasiet begyndte jeg at læse dansk, dvs. Nordisk Sprog og Litteratur på Århus Universitet. Jeg bestod grunduddannelsen (exam. art.) i sommeren 1995. Jeg boede indtil da stadig hjemme hos min mor.

I efteråret 1995 holdt jeg orlov fra studiet og besøgte min søster og svoger i Tanzania, hvor de var udsendt som missionærer. Jeg arbejdede lidt som pedel på Kirkecenteret i byen Bukoba, og var ellers på besøg ude på den landbrugsskole, hvor min søster og svoger boede. Jeg var med dem i nationalparken Serengeti og besteg bjerget Kilimanjaro.

Da jeg kom hjem læste jeg videre på overbygningssuddannelsen i Nordisk Sprog og Litteratur. Jeg var nu flyttet hjemmefra i en ungdomsbolig på Skelagervej i Århus nord. I efteråret 1997 begyndte jeg at læse suppleringsuddannelse i Informationsvidenskab. Instituttet lå dengang i samme bygningskompleks på Trøjborg. Jeg fik samtidig et studiejob som rengøringsassistent på et revisionskontor, hvor jeg arbejdede fra 1996-1998. Jeg blev færdig med suppleringsuddannelsen i sommeren 1998.

Til og med sommeren 1999 skrev jeg opgave i faget computersemiotik eller multimediedesign. Et fag som jeg læste i stedet for et fagovre på Nordisk Sprog og Litteratur. Jeg havde nu tænkt, at jeg gerne ville arbejde med IT, da jeg nok ikke rigtig kunne komme til at undervise grundet min sygdom eller handicap.



I efteråret 1999 begyndte jeg at skrive speciale. Jeg fik lov til at få en vejleder fra Informations- og Medievidenskab. Emnet for specialet var multimedier i undervisningsbrug. Jeg samarbejdede med forlaget Systime i Århus om at lave en multimedie-cd-rom til undervisningsbrug. Jeg lavede i samarbejde med forfatter og gymnasielærer Ole Schultz Larsen en cd-rom til bogen ”Fem aldre – udvikling fra fødsel til pubertet”. I sommeren 2000 bestod jeg mit speciale med karakteren 10, og blev cand.mag. i Nordisk Sprog og Litteratur og Informationsvidenskab. Jeg fik desuden 15.000 kr. fra forlaget Systime, så det var alt i alt en succesoplevelse for mig. Dog havde jeg under specialeskrivningen udviklet søvnproblemer formentlig pga. stress i forbindelse med arbejdet, så min psykiske tilstand var nu begyndt at blive dårligere, selvom det bedredes noget efter færdiggørelsen af specialet.

Jeg flyttede nu fra ungdomsboligen til en lejlighed på Lindholmsvej i Århus nord. I efteråret 2000 tog jeg kørekort – jeg bestod efter to forsøg. I den forbindelse skulle min læge skrive attest til kørekortet, hvor han skrev om min psykiske tilstand. Sammen med kørekortet fik jeg nu for første gang oplysning om min diagnose ”skizoid”. Pga. diagnosen og det intensive forløb hos psykiateren fik jeg kun kørekort for en toårig periode. Jeg mener selv, at det var noget grotesk, at jeg efter næsten 10 års behandling hos psykiateren først nu fik oplysning om min diagnose. Men det var altså opfattelsen på daværende tidspunkt, at man skulle holde patienten hen i uvidenhed, fordi at patienten ikke tålte at få sandheden at vide.

I efteråret 2000 var jeg samtidig stoppet hos psykiateren. Jeg stoppede i vrede over den måde han behandlede mig på. De sidste fire år af behandlingen fra 1996-2000 gik jeg i terapi fire gange om ugen. Jeg skulle ligge på en briks som i klassiks psykoanalyse og fortælle om mine drømme og andet. Under min specialeskrivning var det noget af en belastning, da jeg ikke sov ret meget, så jeg havde ikke ret mange drømme at berette om. Jeg havde forsøgt at få terapien gjort mindre intensiv under specialeskrivningen, men det nægtede psykiateren mig. Når jeg ser tilbage på terapien hos psykiateren, så var det en meget hårdhændet behandling han udsatte mig for. Jeg mener, at han kun havde foragt og ligegyldighed til overs for sine patienter. Den intensive terapi var efter min mening et spørgsmål om at tjene mange penge på mig, fordi jeg var stabil og kom til terapi hver gang. Jeg kunne fx ikke

melde afbud eller tage på ferie, fordi så skulle jeg selv betale for udeblivelsen. Jeg fik heller ikke nogen vejledning omkring min sociale situation. Fx ingen vejledning om, hvad jeg kunne klare af stress arbejdsmæssigt eller spørgsmål om støttet beskæftigelse eller førtidspension. For at underbygge min påstand om, at psykiateren var galt afsporet, kan jeg nævne, at der senere var en klagesag, hvor en patient havde begået selvmord i forbindelse med udskrivning fra psykiaterens afdeling, som medførte at psykiateren blev frataget ledelsesansvar for en afdeling. Han blev i stedet overlæge på ungdomspsykiatrisk ambulatorium. Psykiateren døde i 2009 – han kan nu ikke skade flere patienter.

Efter færdiggørelsen af min uddannelse var jeg i tvivl om, hvad jeg skulle arbejdsmæssigt og jeg var stadig påvirket af de symptomer jeg fik under specialeskrivningen, dvs. søvnproblemer og depressive tendenser. Da jeg i foråret 2001 søgte ind på et 37-timers IT-kursus under arbejdsformidlingen var det pga. manglende viden om min sygdom, fx nedsat evne til at tåle stress. På kurset fik jeg ret hurtigt så ondt i mine arme, at jeg ikke kunne deltage i kurset. Jeg blev sygemeldt fra kurset. I første omgang troede jeg at det var en form for museskade. Jeg gik til fysioterapi og blev henvist til specialist, som sagde at det skyldes psykisk betingede muskelspændinger, da jeg selv erkendte at have psykiske problemer.

Efter min sygemelding blev jeg af kommunen henvist til Netværket for psykisk syge i Århus. Her gik jeg en gang om ugen til gruppesamtaler. Formålet var at afklare evnen til støttet beskæftigelse eller førtidspension.

I efteråret 2001 kom jeg via min mor i kontakt med en psykolog i Risskov. Hun havde privat praksis, hvor jeg gik til samtaler ti gange. Det var kognitiv terapi. Her fik jeg at vide, at mine muskelspændinger og smerter skyldes stress. Psykologen rådede mig til at få et fleksjob med praktisk arbejde, fx pedalarbejde. Hun frarådede enhver beskæftigelse med IT, da hun mente at det var alt for stressende et arbejde. Når jeg tænker på min nuværende sygdomstilstand, falder det mig ind, at jeg ikke har overholdt det med kun at beskæftige mig med praktisk arbejde. Jeg har ønsket at bruge min uddannelse. Jeg har arbejdet med at lave en avis indenfor socialpsykiatrien i Brønderslev, og jeg har arbejdet som sekretær i beboerrådet. Desuden har jeg arbejdet i bestyrelse i Brønderslev Idrætsforening for Sindslidende. Jeg har også

hjulpet min familie med forskellige IT opgaver. Jeg har dog aldrig senere sigtet mod ordinær beskæftigelse pga. min skrøbelige psykiske konstitution.

I efteråret 2001 bliver jeg henvist til lokalpsykiatrien i Århus nord. Min psykiske tilstand forværres henover efteråret 2001. Mine spændinger og smerter bliver nærmest uudholdelige og jeg har tanker om selvmord. I foråret 2002 bliver jeg indlagt på Psykiatrisk Hospital i Risskov efter henvendelse til psykiatrisk skadestue. Jeg kommer først på en lukket akut modtageafdeling. Efter nogle dage på den lukkede afdeling får jeg udgang og forsøger at begå selvmord ved at drukne mig i Århus-bugten. Fra stranden er der en der råber ”stop”, og jeg afbryder derfor forsøget og løber tilbage til afdelingen. Efter nogle uger bliver jeg overført til en åben afdeling. Jeg bliver sat i fast Rivotril-behandling. Man forsøger først med at skifte min medicin fra Remeron til Noritren. Da det ikke har afgørende effekt, bliver jeg tilbudt ECT-behandling (elektrochok), og jeg siger ja til at få ECT. Jeg får i alt 16 ECT-behandlinger. Min tilstand bedres noget. Jeg bliver mindre forpint og mere aktiv. I sensommeren bliver jeg udskrevet til egen lejlighed. Jeg får tildelt bostøtte en gang om ugen.

Kommunen henviser mig til beskæftigelse i pedelfunktionen på Journalisthøjskolen i Århus under socialpsykiatrisk center Katrinebjerg. Det er stadig med henblik på at afklare om jeg senere kan klare et fleksjob. Det ser ud til at effekten af ECT-behandlingerne aftager efter nogle måneder. Henover efterår og vinter 2002 er jeg stadig forpint af min tilstand. Måske kan man sige, at tilstanden nu er stabilt dårlig uden selvmordsadfærd.

I foråret 2003 bliver jeg henvist til en ny privatpraktiserende psykiater. Noritren bliver nu suppleret med Effexor Depot og Lamictal – det kaldes vistnok en tresporet antidepressiv behandling. Behandlingen har ringe effekt. Jeg er stadig forpint af de psykosomatiske symptomer. Det viser sig også, at der ingen ændring er, da man fjerner den antidepressive medicin på Brønderslev Psykiatrisk Sygehus.

Sammen med min bostøtte bliver muligheden for at komme på en socialpsykiatrisk døgninstitution drøftet, da jeg er meget afhængig af min familie – især min mor i Århus. Min mor får på samme tid en depression. Muligvis pga. belastningen, der følger af min sygdom. Min far går nu mere aktivt ind i min sag, og min far mener, at det vil være godt, hvis jeg flyttede til Brønderslev, hvor min far og søster bedre kan

støtte mig.

I sommeren 2003 flytter jeg derfor til en lejlighed i Brønderslev. Jeg bliver tilknyttet værested og støttecenter Det Blå Hus. Jeg bliver henvist til distriktspsykiatrien. De vurderer at jeg har behov for en indlæggelse. I efteråret 2003 bliver jeg indlagt på Brønderslev Psykiatrisk Sygehus. Først er jeg på en almen åben afdeling. Efter nogen tid bliver jeg flyttet til en langtidsafdeling for psykotiske patienter. Selvom jeg ikke er psykotisk vurderes det, at jeg har brug for en længere indlæggelse. Jeg er indlagt ca. 20 måneder, dvs. næsten to år. Man fjerner den antidepressive medicin: Noritren, Effexor Depot og Lamictal. Jeg beholder Zyprexa 10 mg.

Efter nogen tid kommer jeg i kognitiv terapi hos afdelingens psykolog. Terapien sigter mod, at jeg skal trænes i at bo i min lejlighed samt at arbejde i fleksjob. Psykologen mener, at jeg skal trappes helt ud af medicin også beroligende og sovemedicin. Ifølge ham er medicin en uting ved min diagnose personlighedsforstyrrelse. Jeg får også fysioterapi og efter ca. et år til halvandet begynder mine smerter og spændinger at aftage. Under det kognitive forløb får jeg dog store søvnproblemer, hvilket muligvis skyldes presset fra kravene om at jeg skal i egen bolig og fleksjob. Psykologen er hård – lidt på samme måde som min tidligere psykiater i Århus. Jeg skal leve op til kravene om udskrivning, egen bolig og fleksjob. Overlægen på afdelingen vurderer dog, at jeg er for dårlig til at klare de opstillede krav. Jeg bliver i stedet indstillet til førtidspension og ophold på socialpsykiatrisk boform.

Man forsøger at give mig Abilify for at se om det kan hjælpe på

de negative symptomer, som skizoid personlighedsforstyrrelse deler med skizofreni. Jeg kan dog ikke tåle Abilify – jeg får kvalme og kaster op. Man forsøger at behandle bivirkningerne med Remeron, men det



hjelper ikke, så jeg stopper med Abilify. Jeg fortsætter dog med Remeron 30 mg., som jeg udskrives med.

I foråret 2005 letter min depression og jeg får det væsentlig bedre – lige så godt, som før jeg gik i gang med mit speciale i 1999. Efter seponering af Zyprexa taber jeg 20 kg. I sommeren 2005 udskrives jeg til boform Brovst, fordi der er ventetid til Hedebo i Brønderslev. Efter halvanden måned flytter jeg til socialpsykiatrisk boform Hedebo i Brønderslev.

Fra 2006-2007 får jeg en mindre depression. Den udløsende stressfaktor er muligvis, at jeg indsender en ide til et forlag. Ideen består i et regneark som kan beregne scoring af de spørgeskemaer som findes i bogen af Jeffrey E. Young: ”Kognitiv terapi ved personlighedsforstyrrelser – en skemafokuseret tilgang”. Jeg får afslag på ideen. Jeg har nok sigtet lidt for højt ambitionsmæssigt. Jeg får i al fald en depression med spændinger og smerter, men depressionen varer heldigvis kun et lille års tid. Jeg bliver behandlet med Remeron og Cipralax. Dette er min anden regulære depression.

Det første år på Hedebo får jeg et individuelt forløb med kognitiv terapi sammen med min kontaktperson, som er sygeplejerske og efteruddannet i kognitiv terapi. Senere deltager jeg også i et forløb omkring social færdighedstræning, som foregår i gruppe.

På Hedebo er der et værksted, hvor man kan lave bogindbinding og pakkearbejde. Her har jeg arbejdet de første år af mit ophold – nu arbejder jeg der ikke så meget mere. Desuden har jeg arbejdet med at lave en avis indenfor socialpsykiatrien i Brønderslev. Jeg har været sekretær i beboerrådet. Jeg er også med i bestyrelsen i Brønderslev Idrætsforening for Sindslidende.

I 2010 får jeg min tredje depression. Den udløsende stressfaktor er muligvis, at jeg er blevet kasserer i Brønderslev Idrætsforening for Sindslidende. Jeg har påtaget mig at føre foreningens regnskab på computer samt udskrivning af kontingent på computer. Jeg må opgive kassererjobbet og bliver i stedet sekretær. Min søster Karen bemærker, at depressionen også kunne skyldes, at jeg mister ansvaret for avisen for socialpsykiatrien, således at strukturen i min tilværelse derved ændres. Det er denne tredje depression, som jeg fortsat slås med. Depressionen har nu varet ca. 5 år.

I sommeren 2013 flyttede jeg fra Hedebo og til en lejlighed i tilknytning til et opgangsfællesskab på Thorvaldsensvej i Brønderslev.

Jeg har været henvist til psykiatrisk ambulatorium på Brønderslev Psykiatrisk Sygehus i to omgange. Første gang fik jeg et kortere kognitivt forløb vedr. angst. I anden omgang har jeg fået diagnosen kataton skizofreni pga. spændinger eller bevægeforstyrrelser i armene og resten af kroppen. I den forbindelse har jeg gået til psykoedukation om skizofreni i psykiatrisk ambulatorium.

Diagnose

Med hensyn til diagnose så mener jeg selv, at der er tale om comorbiditet. Altså at der foruden personlighedsforstyrrelsen foreligger en depressiv tilstand. Desuden opfylder jeg kriterierne for generaliseret angst (som behandles med Lyrica). I journalen fra Brønderslev Psykiatrisk Sygehus (19.04.04) nævnes muligheden for ”en fortsat kronisk atypisk depressiv tilstand med smerteklager”. Kronisk i betydningen langvarig. Altså ikke i betydningen livsvarig, da jeg har oplevet at tilstanden bedres. Desværre kan det tage flere år før tilstanden bedres.



Efter min mening er den depressive tilstand resistent over for medikamentel behandling. Det er kun lykkedes med partiel respons at behandle angstanfald (Lyrica), tankemylder (Zeldox/Seroquel) samt søvnproblemer (Remeron). Det er tvivlsomt om Remeron og Cymbalta har nogen effekt på den depressive tilstand. Jeg mener ikke, man kan sige, at det ikke er en depressiv tilstand, fordi antidepressiv medicin ikke virker. Det kan være en langvarig behandlingsresistent depression. Jeg mener heller ikke, at man kan forklare mit symptombillede udelukkende ud fra skizoid personlighedsforstyrrelse.

Det er dog min nuværende psykiaters mening, at symptomerne er et udtryk for grundlidelsen, dvs. skizoid personlighedsforstyrrelse eller skizofreni. Det er derfor, at medicinen ikke virker 100 %, fordi man

ikke kan behandle selve personlighedsforstyrrelsen eller de negative symptomer med medicin.

I psykiatrisk ambulatorium har jeg i 2014 fået diagnosen kataton skizofreni pga. spændinger eller bevægeforstyrrelser i armene og resten af kroppen. I den forbindelse har jeg også fået diagnosen depression af moderat sværhedsgrad. I psykiatrisk ambulatorium mener de dog, at skizofreni er min primære lidelse og at depression er sekundær hertil. Muligvis er depressionen sekundær, men det er dog symptomerne på depression, som har størst negativ påvirkning af min livskvalitet. Det står også beskrevet, at depression nedsætter livskvaliteten mere end fx skizofreni.

Recovery, brud og vendepunkter

Min rejse mod recovery, dvs. at komme sig over sygdommen, er ikke entydig. Det var en sejr for mig at bestå min eksamen og blive cand.mag., men samtidig var det et nederlag, at jeg bagefter fik en svær og langvarig depression og ikke kunne få det job, som jeg havde uddannet mig til. På samme tid brød jeg med den psykiater, som var hård og ondskabsfuld mod mig. Bruddet med psykiateren var et vendepunkt. Det var positivt, at jeg fik sagt fra, og jeg begyndte nu at lære noget om min sygdom, så jeg bedre kunne passe på mig selv. Men samtidig var det for sent, at jeg fik viden om betydningen af stress, da jeg allerede havde pådraget mig en svær depression med mange psykosomatiske symptomer.

Foråret 2005 markerede et vendepunkt i min rejse mod recovery. Min depression forsvandt helt, og jeg vendte tilbage til tilstanden før jeg påbegyndte mit speciale i 1999. Jeg fik nu fem gode år på Hedebo, kun afbrudt af en enkelt depression. I 2010 fik jeg en ny depression, som jeg stadig er plaget af. Stress kan både være negativt og positivt. Positivt når det bidrager til personlig udvikling, hvor man bruger og udvikler sine evner og færdigheder, men negativt hvis man kommer for meget op i det røde felt, hvor stress forværrer ens psykiske sygdom. Jeg har måske ramt for meget op i det røde felt mht. stress, eller så er det bare min sygdom, som forløber naturligt på den måde, den gør. Jeg vil sige, at det der fremmer recovery er respekt, forståelse og empati. Det der hæmmer recovery er det modsatte. Der vil jeg også sige, at generelt set er det min oplevelse, at socialpsykiatrien er mere human på den måde end hospitalspsykiatrien. Afslutningsvis, må jeg altså sige, at jeg kun er

kommet mig delvist. Men jeg har dog en hverdag, hvor jeg fungerer mere selvstændigt med skånejob og frivilligt arbejde, samt at jeg klarer mig i min egen lejlighed.

Venlig hilsen

Peter KB

OBS: Hvis man er interesseret i at få ens livshistorie i brugeravisen, så er avisen e-mail: [post\[a\]brugeravisen.dk](mailto:post[a]brugeravisen.dk). At skrive livshistorie kan være med til give overblik over ens liv og give en bedre forståelse af sig selv.

Litteratur: "Livshistorie fortællinger" af Jonas Gustafsson (red.)

Web: www.jogust.dk, www.prebenmeilvang.dk,
www.psykisksaarbar.dk/Saarbar/Livshistorier

Vedr. muligheden for at brevstemme til folkeafstemning om EU-retsforbeholdet

Den 3. december er der Folkeafstemning om forslag til lov om omdannelse af retsforbeholdet til en tilvalgsordning.

Ansøgningsskema til brevafstemning fås på borgerservice på Brønderslev rådhus. Du kan henvende dig til personalet fra det sted du er tilknyttet og få hjælp til udfyldelse og aflevering af ansøgningsskema. Hvis du bor i Dronninglund, kan du ringe til borgerservice på 99 45 45 45 og få oplyst, hvornår borgerservice har åben i Dronninglund.

Ansøgningsskemaet skal afleveres til Folkeregisteret, dvs. borgerservice på rådhuset, tidligst torsdag den 5. november 2015 og senest mandag den 23. november 2015, kl. 12,00.

Vælgerne vil herefter få brev fra Folkeregisteret om tidspunkt for brevstemmeafgivning i hjemmet.



Præsentation af afdelingsleder i DBH Rikke Jæger Pedersen

Jeg hedder Rikke Jæger Pedersen, jeg er ny konstitueret afdelingsleder i Det Blå Hus. Jeg er desuden afdelingsleder i Brønderslev Rusmiddelcenter.

Jeg er uddannet pædagog og har arbejdet forskellige steder. Jeg har bl.a. arbejdet fire år på en døgnafdeling, hvor vi behandlede alkoholmisbrug. Derefter kom jeg til Brønderslev kommune som misbrugsbehandler i 2,5 år. I 2014 blev jeg afdelingsleder i Rusmiddelcentret og har været det siden. D. 1. september tiltrådte jeg som konstitueret afdelingsleder i Det Blå Hus.

Jeg er 41 år, gift og har tre børn. Vi bor uden for Tårs og har ca. fire tønder land, vi kan boltre os på. Jeg er glad for at arbejde med mennesker og syntes også det er spændende at arbejde med ledelse.

Jeg er pt. i gang med en diplomuddannelse i ledelse, hvilket skulle styrke mig i at arbejde med ledelse. Jeg er glad for at kunne dygtiggøre mig både igennem teori og gennem praksis.

Jeg glæder mig til at lære Jer alle at kende og være en del af Jeres hus.

De bedste hilsner

Rikke Jæger Pedersen

Tlf.: 41 73 67 23.

E-mail: [rikke.j.pedersen\[a\]
99454545.dk](mailto:rikke.j.pedersen@99454545.dk)



Præsentation af Handicap- og psykiatrichef Pia Kornø

Jeg hedder Pia Kornø, og er 53 år. Jeg er uddannet pædagog i 1987, og har derefter i 5 år arbejdet med udsatte børn. I 1992 startede min lederkarriere indenfor handicapområdet, hvor jeg blev afdelingsleder på en institution for børn med psykisk- og fysisk funktionsnedsættelse. Efter ca. 5 år blev jeg ansat som forstander for et nyt døgntilbud - igen for børn. Efter nogle år blev jeg leder i Handicapforvaltningen i Nordjyllands Amt, og i 2007 blev jeg ansat som stedfortræder indenfor handicapområdet i Aalborg Kommune. Mit sidste job før jeg kom til Brønderslev Kommune, var som forstander for Specialbørnehjemmene i Region Nordjylland, hvor jeg har været i 7 år.

Jeg har altid arbejdet indenfor det specialiserede område, og synes jeg har mange erfaringer med mig, som jeg kan bruge i mit nye job som Handicap- og Psykiatrichef. Jeg er kommet rigtig godt i gang i mit nye job, og glæder mig til det fremtidige samarbejde med borgere, pårørende, medarbejdere og ledere som har tilknytning til handicap- og psykiatriområdet.

Med venlig hilsen
Pia Kornø
Mobil: 51 16 60 15
E-mail: [pia.korno\[a\]
99454545.dk](mailto:pia.korno@99454545.dk)



Referat fra Brugerrådsmøde 19/8 2015

1. Referatet er godkendt. Husk send også dagsorden og referater til Mail. magdalene60@hotmail.com
2. Inga er ordstyrer
3. Rikke er referent
4. Inga orienterer om ny handicap og psykiatri chef: Pia Kornø.
5. Line orienterer om Handicap rådet: Der er få punkter på dagsordenen til handicaprådets møde. Alle er velkommen til at komme med punkter til handicaprådet. Hvis man har punkter/temaer, man gerne vil have i rådet kan man sende disse til Inga som så videreformidler til Line. Næste møde er d. 28. august. Vi kunne evt. tage dette op i lokalrådet på de forskellige steder. Regionen vil gerne oprette udekørende teams til borgere, der har fået et slagtilfælde eller hjerneblødning, således de kan genoptrænes hjemmefra. Line orienterer desuden om projekt ligelyst. Der skal være fokus på seksualundervisning for de unge udviklingshæmmede, ligesom personalet skal klædes på til at tage snakken med de unge om seksualitet.
6. Inga orienterer om Masterplanens tre fokus områder: frivillige, at bo og kompetenceudvikling.

Der arbejdes fortsat med disse fokuspunkter. Margit oplever det er svært at få tiden til at gå i det nye frivillige tilbud i Dronninglund. Hun giver udtryk for, at de ikke har fået alle de materialer, der skal bruges til at få aktiviteterne til at køre. Margit har sat et punkt på dagsordenen til næste husmøde, hvor hun vil spørge ind til aktiviteter. Der er så småt begyndt at komme frivillige i de forskellige tilbud. Der er aftalt et møde for personale og ledelse i forhold til at få frivillige ind i vores tilbud.
7. Der er brugere med til ansættelsessamtaler til fastansættelser. Der kan indimellem være afskedigelser på et område, hvor man skal ansætte den, der er blevet afskediget i en ledig fast stilling, hvilket er

en personalepolitik i Brønderslev Kommune. Det medfører, at brugerne i disse situationer ikke bliver inddraget i ansættelsen. Der gives enstemmigt udtryk for, at alle føler sig hørt og godt inddraget i hverdagen omkring de ting, der foregår.

8. Folkemøde i forhold til budget 2016. Folkemødet er for alle interesserede i Brønderslev. Mødet går ud på at borgmesteren vil orientere om kommunens økonomi, han vil gerne inddrage borgerne i budgettet, således de sammen kan arbejde med hvordan der skal prioriteres. Brugerrådet opfordrer til at alle deltager.

9. Inga orienterer om lokalrådsmidler. Røde kors har arrangeret en kursusdag i mødestedet i Dronninglund. Der efterspørges, at nogle borgere kan deltage i konference i Vejle, der opfordres til at søge fonde som alternativ for at kunne deltage i konferencer mm.

Inga vil undersøge om der evt. kan blive nogle kurser til brugerne i forbindelse med kompetenceudvikling, se Masterplan fokusområder. Der er et godt samarbejde med AOF, hvor der tilbydes både dansk og matematik. Både i Det Blå Hus og i rusmiddelcentret.

10. Ulla fortæller fra Det Blå Hus. De har hygget sig hen over sommeren med forskellige aktiviteter, der er endt i flere lækre hjemmelavet delikatesser.

Der er gang i flere gode ting i Det Blå Hus.

Daniel fortæller om turen til Fårup sommerland, samt flere andre ture, de har været på. Det er planlagt fisketur i næste uge.

Gerda fortæller om grisefesten på Hedebo, hvilket var en stor succes.

En tur til Løkken har de også været. Der har desuden været nogle små køreture ud og få en is.

11. Der var ingen emner under evt.

Borgermøde om budget

Tirsdag d. 1. september var der borgermøde i Brønderslev hallen om budget 2016. Der var 250 borgere, der var mødt op. Mødet varede fra 17.00 til 20.00. Borgmester Mikael Klitgaard indledte mødet.

Budgettet for 2016 opererer med et underskud på 23 mio.

Borgmesteren sagde bl.a., at der er 4 fokuspunkter for besparelser på driftsudgifterne: ”Anbringelser af børn og unge”, ”Udfordringer på handicap og psykiatri”, ”Flygtninge” og ”Kontanthjælp”. Bagefter var det de forskellige udvalgsformænd, der fortalte om spareplanerne indenfor økonomiudvalget, teknik og miljø, social og sundhed, fritid og kultur, ældreomsorg, beskæftigelse samt børn og skole. Martin Bech fra social- og sundhedsudvalget sagde, at sparemålet her lød på 1,7 mio. kr. I sparekataloget var der afdækket besparelser for 3,2 mio. kr., som politikerne så skal vælge imellem. Man vil muligvis spare på puljen til frivilligt socialt arbejde, hvilket ikke er godt, da fx idrætsforeningen BIFOS er afhængige af midler herfra. Samt at vores nye rejseforening for psykisk sårbare også vil søge § 18 midlerne. Efter at politikerne havde præsenteret budgettet var der et borgerpanel, der fremlagde deres synspunkter. Der var også spørgsmål fra salen. Det handlede en del om børn og unge, da der var mange børneforældre i panelet. Så nogle af gruppen fra Det Blå Hus udvandrede, fordi de synes, at psykiatrien ikke blev behandlet overhovedet.

PKB



Borgmesteren fortæller.



Borgerpanel.

Sindets dag 2015

Fredag d. 9/10 2015 afholdte socialpsykiatrien sindets dag i ”Den runde pavillon” i rododendronparken i Brønderslev. Årets tema var ”Idræt og frivillige”. Der var velkomsttale ved handicap- og psykiatrichef Pia Kornø. I sin tale konstaterede hun, at hver tredje borger i Danmark rammes af psykiske problemer. Derfor er det glædeligt, at der sættes ekstra fokus på psykiatrien, sagde hun. Når man er aktiv indenfor idræt, giver det bedre søvn, man øger koncentrationsevnen og man får det meget bedre og sjovere ved at være blandt kammerater, pointerede Pia Kornø. Bagefter var der oplæg ved formand for BIFOS Sebastian Bisgaard. Sebastian opfordrede til at stoppe besparelserne på de sårbare borgere. Han opfordrede politikerne til at komme på besøg i BIFOS. Så kan I se det store arbejde, der udføres, og hvor stor betydning, det har for en sårbar gruppe. Så tror jeg at politikerne vil få et anderledes syn på tingene, lød opfordringen fra Sebastian Bisgaard. For mig er fællesskabet i foreningen særdeles vigtig. Her føler man sig godt tilpas, sagde Sebastian Bisgaard. Formand for Idrætssamvirket Brønderslev Svend Erik Trudslev roste de mange frivillige, der i foreningerne udfører et enormt arbejde. Borgmester Mikael Klitgaard holdt afslutningstale. Han roste BIFOS for det store arbejde, der udføres. Mikael Klitgaard glædede sig over at der indenfor handicap- og psykiatriområdet er et godt forhold mellem frivillige og ansatte. Det er fint, at frivillige vil give et nap med i foreningen, men selvfølgelig må de frivillige ikke overtage ansattes arbejde.

Foruden taler var der musik og underholdning ved musiker Daniel Juul Andersen. Der var også opvisning i carpoeira med fælles dans ved ergoterapeut Maj Nissen og Peder. Der var forskellige små boder og stande fra Cafe Kox, NADA, Sund By, BIFOS, pårørendegruppen m.m. Og der var sandwich samt kaffe, te, vand og kage fra ”Bageriet Det Blå Hus” og Cafe Kox.

PKB



Formand for BIFOS, Sebastian Bisgaard, holder tale.



Graffitikunstner Søren Philbert med skilt.



Johanne Knudsen med strikkebod.



Tilhørere.



Carpoeira.



Handicap- og psykiatrichef Pia Kornø.

Stiftende generalforsamling for rejseforeningen for psykisk sårbare

Onsdag d. 19. august holdt vi stiftende generalforsamling i Brønderslev rejseforening for psykisk sårbare. Generalforsamlingen foregik i Det Blå Hus. Kristian Baggesgaard blev valgt som dirigent og Jette Dunker blev referent. Janni og Hanne var stemmetællere. Peter K. Baggesgaard redegjorde for baggrunden for foreningens stiftelse, som er at arrangere rejser for medlemmerne med hjælp fra frivillige samt at søge tilskud fra fonde og legater. Derefter var der afstemning om vedtægter. Vedtægterne blev enstemmigt vedtaget. Kontingentet blev fastsat til 100 kr. helårligt, men for 2015 kun 50 kr., da der kun er et halvt år til næste generalforsamling. Til bestyrelsen var opstillet Peter, Johanne, Jette, Margit og Ulla. Efter skriftlig afstemning blev Peter K. Baggesgaard, Johanne Knudsen og Jette Dunker valgt til bestyrelsen og Margit Geertsen blev valgt som suppleant. Som revisor og revisorsuppleant valgtes Hanne Jensen og Janni H. Korsbæk. Efter generalforsamlingen konstituerede bestyrelsen sig således: Johanne Knudsen blev formand, Peter K. Baggesgaard blev kasserer, og Jette Dunker blev sekretær. Adressen for foreningen er: Brønderslev rejseforening for psykisk sårbare, c/o Det Blå Hus, Fasanvej 10, 9700 Brønderslev. E-mail: [rejseforening\[a\]gmail.com](mailto:rejseforening[a]gmail.com). Tlf.: 29 60 14 57. Vi håber, at det lykkes med målsætningen om at arrangere rejser og ferie for medlemmerne.



Bestyrelsen
2015. Fra ven-
stre Johanne,
Peter og Jette.

Ingefærsnaps - DBHs morgenkrydderi



Opskrift:

400 g ingefær

1 l vand

Saften af 4 citroner

4 spsk. honning

Ingefæren skylles og skæres i mindre stykker (behøver ikke blive skrællet)

Koges i vandet, i ca. 30 minutter, herefter røres honningen og citronsaften i.

Det trækker i køleskab til dagen efter.

Sies og er klar til brug.

Afskedsreception for afdelingsleder Ulrik Poulsen

Onsdag d. 26. august var der afskedsreception for afdelingsleder Ulrik Poulsen i Det Blå Hus. Ulrik holdt selv tale. Områdeleder Inga Eriksen holdt også tale. Hanne Svensmark holdt tale på vegne af kollegaerne. Formand for brugerrådet Margit sagde tak på vegne af brugerne. Bageriet havde bagt boller og kage samt frugt. Ulrik fik mange flotte gaver. Brugerne gav Ulrik et fad med rødvin, chokolade m.m. Fra brugeravisen vil vi gerne sige en stor tak for alt, hvad Ulrik har gjort for Det Blå Hus, Mødestedet og i socialpsykiatrien.



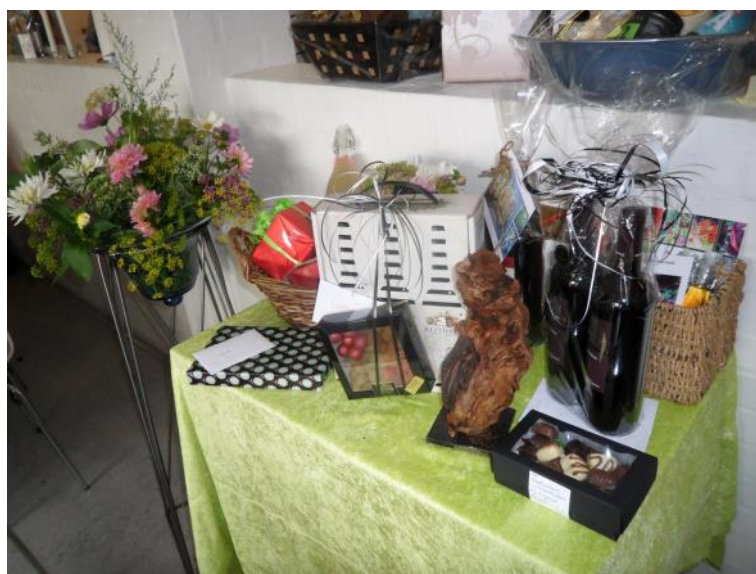
Ulrik på slap linje.

Formand for lokalrådet i DBH Ulla.





Formand for brugerrådet Margit



Gavebord.

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 23.



Afskedshilsen fra Margit

Efter 2 herlige år i ”Det Blå Hus” må jeg desværre sige farvel.

I – både personale og brugere – har været en rigtig stor del af min hverdag. Uden jer var jeg gået ”helt i stå”. Altid glædet mig til at komme på arbejde.

I vil blive savnet utrolig meget – og det vil være lidt svært at skulle til at finde mig en hverdag i Vejen – men det skal jeg jo.

Men jeg er stadig medlem af Rejseforeningen, så vi ses da heldigvis engang.

Kærlige hilsner og knus fra
Margit



Aktivitetskalender

Socialpsykiatrien i Brønderslev kommune

Det Blå Hus

Julefrokost i DBH

Tid: Fredag 27. november. Fra kl. 15.30. Sted: Det Blå Hus.

Juletur til Elverhøj

Tid: Onsdag 9. december, kl. 13.00.
Sted: Det Blå Hus.

Lions

Tid: Onsdag 16. december, kl. 14.00.
Sted: Det Blå Hus.

Bankospil

Tid: Torsdag 17. december, kl. 13.00.
Sted: Det Blå Hus.

Julemiddag

Tid: Onsdag 23. december, kl. 11.30.
Sted: Det Blå Hus.

Nytårsmiddag

Tid: Onsdag 30. december, kl. 11.30.
Sted: Det Blå Hus.

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 2015

Aalborg Cup 2015, Nørresundby.
BIFOS Sommerstævne, Brønderslev.
Idrætsfestival i Vejle.
Bakke Cup på Brdsl. Psyk. Sygehus
Den Store Aktivitetsdag, Lindholm
Efterårsstævne i Frederikshavn
Julestævne i Hjørring.
Julefodbold i Aalborg.

Tirsdag d. 7. april 2015.
Mandag d. 1. juni 2015.
30/6.-2/7. 2015.
Onsdag d. 26. august 2015.
Torsdag d. 27. august 2015.
Torsdag d. 3. september 2015.
Mandag d. 7. december 2015.
Fredag d. 18. december 2015.

Møder og Arrangementer

BIFOS Generalforsamling på Hedebo.
AAB på Ålborg stadion
BIFOS Juleafslutning på Hedebo.

Onsdag d. 25. februar 2015.
Fredag d. 15. maj 2015.
Mandag d. 14. december 2015.

BIFOS
BRØNDERSLEV

Kære alle I dejlige mennesker i Det Blå Hus

Tusind, tusind tak for de fine gaver, blomster og hilsner i forbindelse med min fratrædelse.

Jeg blev meget glad og rørt over så mange havde tænkt på mig og havde lyst til at sige farvel.

Jeg vil gerne takke jer, I har medvirket til, at jeg har haft 20 fantastiske år i Det Blå Hus, vi har delt så mange glæder, sjove, skægge, skøre, vilde oplevelser sammen.

Jeg føler mig meget privilegeret, tænk og få lov at være på så dejlig en arbejdsplads, hvor der er skabt så mange skønne minder, dem jeg tager med mig som et kært minde.

Jeg tænker ofte på hvis verden udenfor Det Blå Hus var lige så rummelig, omsorgsfuld, kærlig og betænksom, som den måde i accepter hinandens forskelligheder på, ja så var verden et endnu bedre sted at leve i.

Vi har de sidste 20 år været på noget af en rejse sammen, nogen kalder det udvikling andre kalder det afvikling, det gør mig så ondt med alle de besparelser der er sket i Huset, men jeg bliver også glad, når jeg oplever alle de mange nye tiltag I får gang i, ungeklub, rejseforening og alle hyggearrangementer, der er på kryds og tværs, og alle er velkomne, I er fantastiske til at tage mod nye borgere, så de også hurtigt føler sig trygge, I har kæmpet hårdt for at beholde ånden i huset, bliv ved med det.

Det er rigtig svært at sige farvel, jeg vil savne jer og huset så meget, men vi bor jo i samme by og kommer forhåbentlig til at mødes i ny og næ, måske kan jeg være med til at lokke nye borgere ind i jeres fine fællesskab, og det kan jo også være I giver en kop kaffe engang imellem når savnet bliver for stort..

Hav det godt I Kære mennesker og pas rigtig godt på hinanden og de værdier I har kæmpet så hårdt for at bevare, I er så seje.

*Mange kærlig hilser og tanker
Fra Birthe*



Kaffe.



Birthe med afskedsgave - moseeg fra Ole Jespersgaard.

Tur til Fårup sommerland med Det Blå Hus

Torsdag d. 13. august var vi i Fårup sommerland med Det Blå Hus. Vi var ca. 10 afsted. Arne Bo og Birthe var med som personale. Vi havde lejet en minibus, som vi kørte i. Prisen var 249 kr. og det var inkl. bespisning. Lokalrådet betalte for transporten. Da vi kom ind, var der en andedam med mange ænder, se billede. Derefter var vi ude at sejle i små både. Det var sjovt - vi sejlede også ind i hinanden. Bagefter var vi ude at køre med toget gennem hele Fårup sommerland. Det var også sjovt. Så var vi inde og spise frokost på en italiensk restaurant. Der var pizza, pasta og salatbar. Efter frokosten var Jan og Arne Bo i træstammen - de blev godt våde. Så var vi alle i river rafting. Det var sjovt - der var også nogle der blev våde i river rafting. Til sidst fik vi kaffe og is. Vi var heldige med vejret, da det var dejligt sommervejr. Alt i alt var det en dejlig dag i Fårup sommerland.

PKB



Tur i træstammen.



Bådsejllads.



Eftermiddagskaffe.

Sommerfest i Det Blå Hus

Fredag d. 28. august var der sommerfest for brugerne i Det Blå Hus. Festen begyndte ca. ved 18.00 tiden, hvor der var spisning. Menuen var helstegt pattegris med flødekartofler, krydderkartofler, pastasalat, grøn salat og flute. Maden kom fra Party Service i Øster Brønderslev. Efter maden var der kaffe og kage fra bageriet. Festen sluttede ca. kl. 22.00, hvor personalet gik hjem.

PKB

På terrassen.



Tag selv bord.



Opdækning.



Spisning.

Sommerhustur med Det Blå Hus i Nr. Lyngby

Fra mandag d. 7. til fredag d. 11. september var brugerne fra Det Blå Hus i sommerhus i Nr. Lyngby. Turen var brugerstyret, så der var ingen personale med. Der var ca. 17 brugere med fra Det Blå Hus og Mødestedet. Vi kørte i bus fra Det Blå Hus kl. 14.15. Der var to privatbiler, som var kørt i forvejen med mad, og de ting vi ellers skulle bruge.

Mandag indlogerede vi os på værelserne. Til kaffen fik vi lagkage, da Bodil havde fødselsdag. Vi hyggede på terrassen. Til aftensmad fik vi koteletter i fad med ris. Om aftenen var der fodboldlandskamp: Danmark - Armenien.

Tirsdag kom Claus fra Det Blå Hus på besøg. Vi gik en tur til stranden. Klaus havde kage med til kaffen. Vi fik fyldte peberfrugter og kartofler til aftensmad og fløderand til dessert. Om aftenen spillede vi banko med mange flotte sponsorpræmier, som Jette havde skaffet.

Onsdag var vi en tur i Løkken. Vi kørte i to privatbiler. Vi kiggede på butikker og var på restaurant og fik en fadøl. Til aften fik vi kalkun med kartofler og grøntsager. Om aftenen hyggede vi og fik Irish Coffee samt øl og vin. Torsdag aften fik vi flæskesteg.

Det var et luksussommerhus, så der var både indendørs pool og spabad, som blev brugt hver dag. Udover aktiviteterne blev der hygget og spillet kort i fællesrummet. Det var en rigtig hyggelig tur, som vi håber, kan gentages til næste år. En stor tak til Jette og Johanne for at de arrangerede turen!

PKB



I bussen



Spising.



I spabad.



På cafe i Løkken.



Hygge.



Gruppebillede.

Bæredygtighedsfinale

Lørdag d. 17. oktober var der bæredygtighedsfinale i Brønderslev hallerne. Arrangør var Brønderslev bæredygtighedsfestival. Finalen var afslutning på 5 ugers forrygende festival. Kl. 14.00-17.00 var der genbrugsmarked med tøj, legetøj, smykker m.m. Der var også stande ved bæredygtighedsfestivalens aktører samt organiske produkter til håret, Aloe Vera-produkter og meget mere. Om aftenen var der buffet, musik og show. Der var musikalsk optræden og genbrugsmodeshow med tøj fra Røde Kors, Kirkens Korshær og Lianes Bazar. Bageriet leverede roulader med økologisk hybenmarmelade fra Birgitte Busk, der er uddannet landmand. Lisbeth Møller fra bæredygtighedsfestivalen prøvesmagte rouladerne. Her på siden ses billeder af fremstillingen af rouladerne i bageriet.

PKB





Tur med beskyttet beskæftigelse DBH

Fredag d. 25/9 var pakkeriet og bageriet på tur til Sæby og Hjallerup. Vi var 17 afsted inkl. personale Morten og Bente, som kørte bilerne. Vi havde lejet to minibusser, som vi kørte i. Vi var inde på en rasteplass, hvor vi fik rundstykker samt kaffe og te, som bageriet havde sørget for. Da vi kom til Sæby var vi inde og se på glaskunst i Glashuset i Sæby. Der var mange flotte ting. Der var også nogle, der købte noget. Bagefter var vi inde og se på butikker i centrum. Vi var også nogle, der var på værtshus og fik en øl. Ved middagstid spiste vi medbragte sandwich på havnen. Det var bageriet, der havde lavet sandwich til os. Derefter kørte vi til råvaremarkedet i Hjallerup. Vi så deres jord, hvor de dyrkede grønsager. De havde også drivhuse, hvor de dyrkede forskellige ting. Inde i huset var der boder med mange spændende ting. Vi var også nogle, der fik kaffe, te og kage i cafeen. Efter at have set råvaremarkedet kørte vi tilbage til Brønderslev. Det var en rigtig hyggelig tur.

PKB



Morgenkaffe.



I haven.



Råvaremarked.

Åbning af råvaremarkedet i Hjallerup

Fredag den 28. august kl. 14.00 - 18.00 var der åbning af råvaremarkedet i Hjallerup. Morten og Bente repræsenterede beskyttet beskæftigelse og Det Blå Hus. Vi havde 6 brunsvigere med fra bageriet. Peter Bruhn bød velkommen, og derefter holdt borgmester Mikael Klitgaard tale og klippede snoren over til markering af åbningen af råvaremarkedet. Derefter var vi ude at se haven med drivhuse. Inde i huset solgte Bjørn Kjeldgaard økologiske grønsager. Man kunne også købe honning og forskellige olier, mandler og forskellige ting. Cafe Kox solgte kaffe og de brunsvigere som bageriet havde med. Der var forskelligt underholdning. Der var nogle der sang og nogle der spillede. Uden for var der også en der lavede pileflet. Man kunne også nyde kaffen udenfor.

Bente



Peter Bruhn byder velkommen.



Borgmesteren holder tale.



Brunsviger fra bageriet.

Tur til sandskulptur i Hune

Vi var 8 der var på en dejlig tur til Hune og se skulpturen. Både af træ og sand, det var så flot. Efter det gik vi til bageren, hvor vi kunde spise frokost. Vejret var ikke alt for godt, så den ene bil kørte hjem, hvorefter den anden kørte til Blokhus på stranden.





Mødestedet

Det går rigtig godt for os, vi har fået 3 nye bruger siden vi startede i Fredensgade, og der har været 2 som regner med, de vil bruge stedet. Vi søger bare flere frivillige til at hjælpe os.

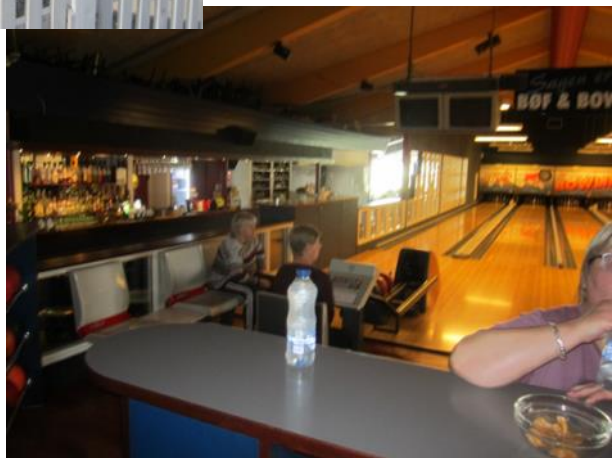
Der bliver nok snart helt styr på huset, så vi kan komme i gang med noget mere kreativt, det venter brugerne på.

Vores turer ud af huset ligger om onsdagen, så de får en ekstra dag om måneden.

Mødestedets tur til Sæby

Vi var 5 brugere og 2 frivillige på tur til Sæby, hvor vi startede i minnibyen. Vi så, hvordan de byggede husene op, det var rigtig godt arbejde, som vi anbefaler andre at se. Så tog vi en tur på havnen og så på både og ænder.

Så tog vi til bowling, hvor vi hyggede os med bowling og cola og chips det var rigtig hyggeligt (Anny og Margit vandt) Grethe tabte. Vi sluttede af med spisning inde på torvet. Det var italiensk buffet og pizza, så gik turen hjem, en rigtig god dag.





Sommerfest

Vi havde sommerfest d. 6. august, hvor vi var ca. 20 deltagere, blandt andet Yvonne og Ulrik fra Det Blå Hus. Da tog vi afsked med Ulrik, som havde fået et nyt job. Vi fik rigtig god mad, det var fra Møllehuset i Aså. Vi hyggede os.



Bakke Cup 2015

Onsdag d. 27/8 afholdtes den årlige bakke cup på Brønderslev psykiatrisk sygehus. Det var som sædvanlig Søs Thielst, der stod for arrangementet med hjælp fra personale fra sygehuset. Der var turnering i fodbold, hvor flere hold deltog fra psykiatrisk sygehus, N7 fra Frederikshavn og BIFOS. Det var N6/5, der vandt turneringen. BIFOS kom på en andenplads og Frederikshavn kom på en tredjeplads. Kaj Larsen var dommer i fodbold. Udover fodbold blev der spillet petanque, støvlekast, krolf og stige-golf. Her er resultaterne: Krolf: Marie Louise nr. 1, Søren nr. 2, Helle A nr. 3. Støvlekast: Nr.1 Helle A, Nr. 2 Liselotte Psyk. Nr.3 Inga Bifos. Petanque: Erling/Inga nr. 1 Lars Simon nr. 2 Merete/Susanne nr. 3. Stige-golf: Sebastian nr. 3. Ved middagstid var der grillstegte pølser med brød. Der blev stegt mange pølser på dagen og alle afdelingerne havde en bradepande med kage med. Kl. 13.30 var der kaffe og kage samt præmieoverrækkelse. Der blev uddelt mange fine sponsorpræmier. Vejret var lidt ustadigt, men det holdt tørvejr det meste af tiden, så det gik fint med de udendørs aktiviteter. Kl. ca. 14.30 var stævnet slut.

PKB



Der spilles fodbold.



Der spilles petanque.



Der kastes stovlekast.



Der spilles krolf.



Der spilles stige-golf.



Præmieoverrækkelse.



Marie Louise fra Hedebo vandt førstepladsen i krolf.

Efterårsstævne i Frederikshavn

Torsdag den 3. september 2015 var der efterårsstævne i Frederikshavn på FFI's anlæg. Vi var i alt ca. 20 deltagere fra BIFOS. Da vi var så mange, havde vi lejet en bus fra Jørns Busrejser. Bussen samlede os op på psykiatrisk sygehus og på Hedebo. Bussen var lidt forsinket, så vi var først i Frederikshavn ca. 9.45, hvor vi klædte om og derefter var der velkomst og opvarmning. Kl. 10.00 startede aktiviteterne. Om formiddagen var der turnering i fodbold. BIFOS havde et fodboldhold med. Kl. 12.00 var der frokost i cafeteriet. Kl. 13.00 startede turneringen i volleyball. BIFOS havde et volleyballhold med. Det holdt tørvejr det meste af dagen. Foruden fodbold og volleyball var der også konkurrence i petanque, krolf, bueskydning og støvlekast. Kl. 15.00 var der præmieoverrækkelse. BIFOS fik sølvmedalje i fodbold og guldmedalje i volleyball. N6 fra Brønderslev Psykiatrisk Sygehus fik bronze i støvlekast. Så det var godt gået. Kl. 15.30 var stævnet slut og vi kørte tilbage til Brønderslev.

PKB



Der spilles fodbold.



Der kastes støvlekast.



Der spilles petanque.



Bueskydning.



Der spilles volleyball.



Tilskuere.



Nam og Søs.



Søren og Louise.



Volleyballholdet med guldmedalje.



Fodboldholdet med sølvmedalje.



N6 fra Brønderslev Psykiatrisk Sygehus fik bronze i støvlekast

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)

Det Blå Hus

Afdelingsleder: Rikke J. Pedersen

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

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