

LAP

MEDLEMSBLAD

Landsforeningen Af nuværende og tidligere Psykiatribrugere

ÅRGANG 18
EFTERÅR 2016

nr. **3**

Min søster er dømt til livsfarlig medicin

SE SIDE 16

Hvordan kan noget synes så ligetil og alligevel være så svært?

SE SIDE 12

SUCCESEN MED
FOLKEMØDET
FORTSÆTTER

SE SIDE 25



At arbejde?

Forretningsudvalget: Hanne Wiingaard, Bettina Kræmer Mærsk, Hanne Skou Kadziola og udviklingskonsulent Karl Bach Jensen

” Det skal kunne betale sig at arbejde!

for mennesker, der ikke lever 100 % op til de krav, der stilles på arbejdsmarkedet. Mulighederne for at få tildelt førtidspension er stort set ophørt, de såkaldte ressourceforløb er meget svære at få tildelt og fungerer ofte ikke efter hensigten, og nu skaber det såkaldte kontanthjælpsloft ny fattigdom og presser folk ud af deres boliger, samtidig med at reglen om minimum at have 225 timers udstøttet lønarbejde om året, vil være svær for mange at leve op til. Hvor er de arbejdspladser, der indfrir ens ret til rimelig tilpasning – også når ens handicap skyldes en psykisk lidelse, hvor man fx har svingende energi og i perioder ikke magter at være social og ikke kan præstere optimalt? Allerede på forårets landsmøde tog vi i LAP fat på en diskussion om, hvad reformen vil betyde for en del af foreningens medlemmer og målgruppe og et åbent medlemsarrangement i LAP København/Frederiksberg den 2. oktober vil også tage fat i emnet.

Lige for tiden er vi som forening optaget af, at den megen opmærksomhed om utryghed og voldsepisoder på nogle af de større bosteder ikke fører til uheldige hovsaløsninger. Selvfølgelig skal man som beboer på et kommunalt eller regionalt drevet bosted kunne føle sig tryk og opleve, at man får

Er mantraet bag den seneste reform, der nok en gang forringer forholdene

den fornødne støtte i hverdagen. Fra LAP's side har vi slået til lyd for, at de meget store forældede bosteder afvikles og erstattes af mere og bedre støtte til at klare sig i egen bolig og af mindre mere specialiserede botilbud, hvor man i højere grad kan bringe folk sammen, der har lyst til at være hinandens naboer. Beboere med omfattende problemer med misbrug af alkohol eller illegale stoffer bør tilbydes plads på bosteder, der kan give den nødvendige hjælp til at reducere skadevirkningerne af ens misbrug og støtte til at modtage misbrugsbehandling. Den nye ”tilbudsform”, som regeringen nu foreslår, hvor man vil tvinge borgere med psykiske lidelser, misbrug og udadreagerende adfærd til at opholde sig, er ikke vejen frem. Heldigvis er næsten alle bruger-/pårørendeforeninger og faglige foreninger enige om at afvise forslaget og i skrivende stund har vi en forhåbning om, at der kan dannes et politisk flertal i Folketinget imod forslaget.

Igen i år har en del af LAP's medlemmer benyttet sig af muligheden for at tage på sommerlejr/højskole og/eller ø-lejr. Vi mener, at begge former for lejr er kommet for at blive og vil også fremover forsøge at skaffe de fornødne midler til at kunne tilbyde både sommerlejr og ø-lejr. Også årets Brugernes Bazar i Odense blev afviklet med synlig LAP-deltagelse både på selve bazaren og ved den efterfølgende jubilæumsfest for Husforbi.



Den 1. oktober ses mange LAP-medlemmer til årets ”Psykiatritopmøde” der denne gang afholdes på Sct. Annæ Gymnasium i Kbh. og har vores levede erfaringer og peer-støtte (støtte fra/mellem ligestillede) i fokus. Som det fremgår af programmet, er det landsdækkende Peernetværk, som LAP har lagt mange kræfter i at være med til at etablere, stærkt repræsenteret på topmødet. Peernetværket er kommet rigtig godt i gang med mange nye og yngre kræfter. Projektet finansieres af puljemidler frem til midten af 2018, og der arbejdes nu med at skaffe goodwill og midler til at fortsætte det gode og vigtige arbejde med at uddanne, skaffe jobs til og organisere peermedarbejdere rundt omkring i landet. En del af indsatsen handler også om at gøre noget ved den modstand og de barrierer, peertilgangen møder i psykiatrien og på diverse offentlige og private arbejdspladser. Her kan vi i LAP være med til at åbne døre og fremhæve de mange kvaliteter og fordele peermedarbejdere kan tilføre arbejdet i psykiatrien, på bosteder, jobcentre og private arbejdspladser m.m. ■

indhold



06// Fandt et NYtSTED at "STOPpe OP"

06// Fandt et NYtSTED at "STOPpe OP"

08// Samfundets infrastruktur, sindslidelse og naturen

09// Høng Folkemødet

09// BED: Tvangsoverspisning

10// Boganmeldelse // En opsats

11// Invitation

12// Hvordan kan noget synes så ligetil og alligevel være så svært?

14// Hvad er fordelene ved peer støtte, der på dansk betyder ligemænd?

15// Kommentar fra Helene Frausing til Hans Schjørmanns kritik

16// Min søster er dømt til livsfarlig medicin

21// Mindeord over Peter Blæsbjerg

22// Tur til sporvejsmuseet

24// Annonce// Psykiatritopmøde 2016



16// Min søster er dømt til livsfarlig medicin



25// Succesen med folkemødet fortsætter

28// Til Folkemøde med LAP

30// Rejsen ud i manien

32// Jeg vil gerne takke for LAP-prisen 2016

33// Annonce// Hvad er en bisidder

34// Liste over kollektive medlemmer i LAP

35// Kommunale grundforeninger



25// Succesen med folkemødet fortsætter



35// Regionale grundforeninger

36// Flere unge hjemløse

37// Spændende TEMA lørdag i Vejle

38// Hvad pengeskabet gemte

39// Krogs krog

Navngivne indlæg udtrykker ikke nødvendigvis LAP's holdninger.

Alle indlæg, der optages til bladet, bliver også lagt ud på LAP's hjemmeside. www.lap.dk

MEDLEMSBLADET LAP:

Landsforeningen Af nuværende og tidligere Psykiatribrugere

ADRESSE:

Medlemsbladet LAP
Store Glasvej 49
5000 Odense C
Tlf: 66 19 45 11

ANSVARSHAVENDE OVERFOR PRESSELOVEN:

Hanne Wiingaard
Tlf. 2163 7314

KORREKTUR:

Karl Bach Jensen

LAYOUT:

Nordhav Højager

TRYK:

COOL GRAY

TEKNISK ANSVARLIG:

Hanne Wiingaard

OPLAG:

2.500 eksemplarer
Indlæg bedes indsendt til LAP pr. e-mail: lap@lap.dk.

DEADLINE TIL NÆSTE NR. ER:

1. november 2016.

ARBEJDSGRUPPE FOR DETTE BLAD ER:

Hanne Wiingaard, Inger-Liss Christoffersen, Tom Jul Pedersen, Michael Krog og Nils Holmquist Andersen.

FORSIDEFOTO:

Nils Holmquist Andersen

Fandt et NYtSTED at ”STOPpe OP”



Tekst: Steen Moestrup

Et sted hvor du er velkommen, uanset hvor du er i livet. Om du er stoppet med alkohol og stoffer og derfor særlig følsom eller blot psykisk sårbar og følsom. Et sted hvor medmenneskeligheden blomstrer, medens magtbegær og nedgørelse er blacklistet.

Jeg var inviteret til at holde foredrag og oplæg omkring LAP’periet og kost. Først skulle jeg dog se stedet med eget vejskilt: ”Stop Op” – kommunen betaler huslejen og har udlånt en medarbejder til rengøring. Ombygning og vedligeholdelse klarer husets brugere selv med udlejer, og de leverer en del af arbejdskraften. Når brugerne kommer der jævnligt, får de nøgle til stedet, og så er der høflig selvbetjening 24 timer i døgnet. 3 gange om ugen laver man varm mad - og resterne fordeles til dem, som ellers ikke magter at stå for madlavningen selv. I tilknytning til stedet findes p.t. 4 lejligheder som bebos af brugere.

Kommunen blander sig ikke i stedets aktiviteter eller boformerne, den har indset, at det vil være alt for dyrt for den at skulle håndtere disse brugere selv. Og så er det jo en let løsning for kommunen, og brugerne har noget meningsfyldt at fylde i deres dagligdag, de kan endda nyde en kop kaffe uden at skulle være tvunget til aktivitet. Formanden for stedet, Jens - er dog flittig til

at skubbe til de kaffetørstige, så de kommer videre i deres tilværelse. Anne holder styr på økonomien og er sekretær både for stedet og den enkelte. Drager flittigt omsorg for, at brugerne er klædt ordentligt på til lejligheden og har den nødvendige bagage med på ferie.

Søger man hjælp til et bedre liv – så gælder det om at besøge ”Stop Op”, de forstår at tackle både selvmordstanker og døgnrytmeproblemer, vende en negativ spiral til en positiv. Et socialt fællesskab er guld værd både for den, som giver til fællesskabet, og den som nyder godt af det, når livets svære perioder banker på.

Jeg var heldig at få en sofa at sove på hos Lars, en af stedets beboere. Det havde været en lang dag og det var perfekt for mig, at jeg ikke skulle rejse hjem efter en dag med to foredrag og en lang byvandring. Mærsk har sat fyret i stand. Netto-forretningen ligger 2 minutters gang fra stedet og har åbent 7 til 22, så der er nem adgang til indkøb.

Mit foredrag og oplæg om LAP var et kort historisk tilbageblik, og så valgte jeg at dykke ned i de sidste par års LAP-blade og gribe fat i nogle artikler, så måtte dem, der ville vide mere, læse om det. De fleste af tilhørerne omkring bordet var medlemmer af LAP, og 6 af dem havde været med til landsmødet, så mangt og meget vidste de

i forvejen. Der var lidt afdæmpet spørgelyst, og diskussioner var der også levnet lidt plads til.

Til oplægget om kost og psyke havde jeg medbragt mit eget brød og delte smagsprøver ud. Fortalte om indholdet og hvordan jeg havde anvendt kostændring i forbindelse med medicinudtrapning. Blandt andet fortalte jeg om lavendel, og hvordan jeg anvendte det i mit brød og i te. Jeg havde også været en tur ude at plukke urter fra deres lille have, så jeg kunne vise, hvilke urter jeg plukker i naturen hjemme og tørrer eller bruger friske i madlavningen.

Til stor morskab for forsamlingen præsenterede jeg noget grønt granulat, som de skulle gætte hvad var - og jeg udlovede en LAP t-shirt til den, som gættede det først. Der var mange bud på, hvad det var, men ingen kunne i første omgang gætte det, og heller ikke efter jeg havde luftet, at de fleste nok havde indtaget det i løbet af dagen. Ti-øren faldt dog endelig hos en af stedets rigtige mandfolk – en rigtig mand vejer over 100 kg og har indbygget air-back. Måske har du gættet, at det var kaffebønner, som var tørret og granuleret – kaffebønner er grønne inden de bliver ristet. Lige for tiden er grønne kaffebønner populære, fordi de virker slankende, og jeg har selv oplevet, de virkede godt på mine maveproblemer, samtidig med at de indeholder en masse gode stoffer – især når man som jeg indtager dem rå. En teskefuld skylles ned med et glas vand – jeg har valgt at gøre det om morgenen på tom mave, men tror faktisk, de kan bruges på andre tider af døgnet, uden at de gode virkninger går tabt.

Der var stor spørgelyst omkring indholdet i mit brød, og alle syntes, det smagte godt eller rigtig godt,

det var en fornøjelse at lade dem smage, og det var til stor morskab, da jeg kunne oplyse, at der var hampefrø i brødet. Jeg ville egentlig have afsluttet med et oplæg om sex og psyke, men det blev afvist. Vi kom dog lidt ind på det, og især gik snakken højt, da jeg efterlyste et bollerum, som værende det eneste, de manglede i de ellers hyggelige omgivelser i ”Stop Op”.

Vil du vide mere om ”Stop Op”, så er mail adressen: stopop@live.dk

Aftensmaden hentede vi i Netto – 2 pakker bacon og noget olivenolie, jeg havde medbragt en pakke stegt kyllingefilet og en pose blandede grønne urter, som vi ristede og

hældte vand på. Vi var sex brugere til aftensmaden og havde stor fornøjelse af at snakke om, hvordan Viagra kunne erstattes af en god portion Chilli, og hvordan andre urter påvirker vores sexlyst og ikke mindst evner til at kunne. Sex er jo en naturlig del af urmenneskets liv men optræder ikke altid så heldigt eller åbenlyst i dagens samfund.

Der var også plads til mange andre emner omkring middagsbordet, og så rejste Lars og jeg os og gik aftentur rundt i byen. Det skulle være sundt med motion efter maden, og de andre tog sig af oprydning og opvask, vi havde jo lavet maden. ■



SAMFUNDETS

infrastruktur, sindslidelse og naturen

Tekst: Hans Schulze
(redigeret af redaktionen)

Der er sket et kommunikativt kollaps mellem samfundets infrastruktur og individets natur. I en stor babylonsk forvirring. Den moderne tekniske revolution har skabt forvirring og frustration hos det enkelte menneske. Det må vi forholde os til. Det må medføre øgede krav til at forstå mennesket i forhold til samfund og natur. Sindslidelsen er naturens kommunikative kollaps vendt mod de samfundsmæssige forhold og arbejdsbetingelser. Kollapset skaber en "naturens revolution" og sindslidelsen bliver dermed åbenbar i ren og skær handlingslammelse. Dette kollaps mellem samfundet og dets krav og mennesket og dets natur kan skabe en social ruin for det enkelte menneske. Det hele bliver et fremmedgørende fremtidsperspektiv. Alt foregår digitalt, og hvis du ikke forstår videnssamfundets sprog og infrastruktur, er du fortabt - og det hele går kun hurtigere og hurtigere... Samfundsmæssigt nødvendigt arbejde som infrastruktur går forud og på bekostning af individets natur. Opgaven for de sindslidende bliver håbløs. Det de kan præstere lever ikke op til at være 'samfundsmæssigt nødvendigt arbejde', som normen er, og er derfor værdiløst. Den sindslidende kan så læne sig op ad en grædemur af fattigdom og elendighed. Kan der overhovedet gøres noget ved det? ■

Så var der det danske vejr,
der gik til psykiater.
Lægen kunne diagnosticere
en meget alvorlig form
for manio-depressiv tilstand.

N - 16



HØNG

FOLKEMØDET

28.05.2016

Tekst: Torben Kjellerup

Dagen startede med solskin og højt humør – (siger ham der ind imellem er kugleskør).

Afsted fra hjemmet i Kalundborg kl. 7.45 – ankomst 8.20. Blev i ro og mag ført hen til vores dobbeltstand 47 & 48. Teltet var slået op. Borde og stole var stillet frem – lige til at sætte op.

Nød at være alene ½ times tid – med ind- og udånding af den friske morgenduft fra nyslået græs medens Anita, Carsten, Valentina, Thomas og Arne (Puskas) ankommer.

Der var 68 boder (stande) med alle mulige tilbud. Vores stand havde en rigtig god placering – på den frie plæne. Vores andel i udgifterne beløb sig til 1.150,- kr.

Foran os kom Ruds Vedby Garden med smukke musikalske drenge og piger. Senere var der opvisning af Cirkus Olaiski som bl.a. optrådte som jonglører og på 1-hjulede cykler og der var også musik.

Der var god gang i oplysningsarbejdet. Vi oplevede mange, der var interesserede i vores stand, hvad der gav flere gode disputer mellem os og dem. En tilhører var så begejstret at hun meldte sig ind – lige på stedet.

Børnene var især glade for taskerne og bolsjerne, men de fik også kuglepenne og LAP-bladet og visse brochurer incl. indmeldelsesfolderen og taskerne er en god reklame for os.

Alt i alt en rigtig god oplevelse – vi vil være med igen næste år. ■

BED

TVANGSOVERSPISNING

Tekst: Gihta Hansen

LMS, som står for Landsforeningen mod spiseforstyrrelser og selvskade, havde arrangeret en konference om BED, der blev afholdt i Nationalmuseets Festsal d. 31. maj 2016. BED står for Binge Eating Disorder. Det var en god, lærerig og meget velbesøgt konference, som gav et godt indblik i BED, og at det ikke kun handler om mennesker, som er mere sultne end andre eller har lyst til at se "anderledes" ud.

Konferencen viste, at der faktisk findes behandling mod tvangsoverspisning. Bl.a. Stolpegården, som er et psykoterapeutisk center under Region Hovedstaden. Der findes også flere private behandlingstilbud.

Det anslås, at cirka 40.000 mennesker i Danmark lider af tvangsoverspisning. Tvangsoverspisning betyder, at en person er ude af stand til at kontrollere, hvor meget hun eller han spiser.

Lidelsen medfører ofte, at disse personer veksler mellem perioder med overspisning og perioder med slankekure, og deres vægt vil derfor ofte kunne svinge op til 30-50 kg.

Mennesker, som lider af denne lidelse, har ligesom mennesker med anoreksi og bulimi et lavt selvværd, og overspisningen er en måde at beskytte sig selv mod svære følelser.

Lidelsen er ofte forbundet med stor skyld, skam og væmmelse over sig selv.

Overspisning er endnu ikke anerkendt som en selvstændig diagnose, og er derfor nu klassificeret under "Andre spiseforstyrrelser", men det forventes, at BED vil indgå som selvstændig diagnose i diagnosesystemet ICD-11, som pt. er under udarbejdelse.

31. maj var desuden sidste dag med gratis indgang i Nationalmuseet, så dagen bød også på Solvognen, Guldhornene og mange andre spændende ting. ■

EN OPSATS



Tekst: Bo Steen Jensen

grundlag med start mindst lige så langt i det historisk kendte og huskende, at tidlig psykologi findes i de religiøse myter, og filosofier.

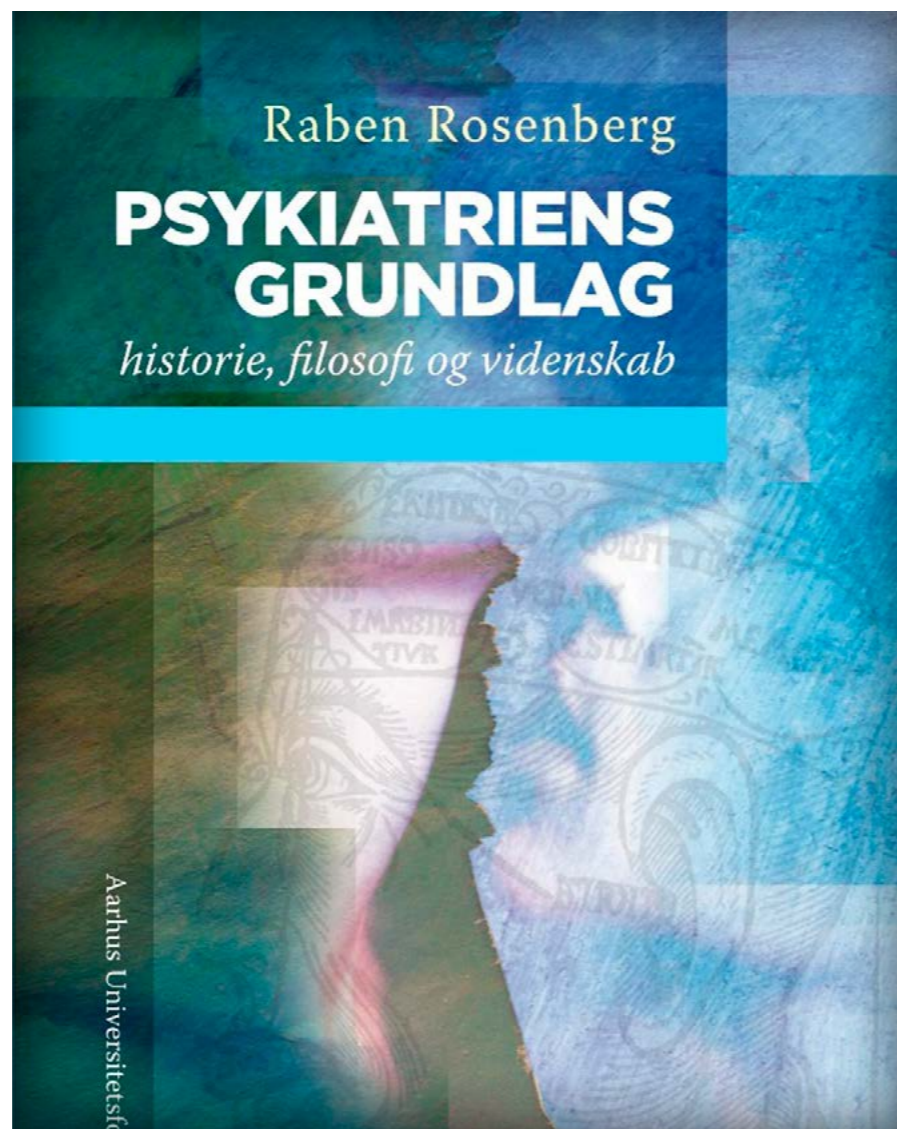
Aarhus Universitetsforlag
Psykiatriens grundlag,
historie, filosofi og videnskab
Raben Rosenberg

Professor Raben Rosenberg har skrevet et digert værk om psykiatriens grundlag, "Psykiatriens Grundlag - historie, filosofi og videnskab.

Det er et spændende værk som tema, og der er mange vinkler i det som ikke umiddelbart er med almen nutidig forståelsesramme, så langt så godt. Men hvor er det synd at forlaget har valgt en minimeret skriftstørrelse, som gør læsning trættende for øjnene (det er lige før man skal sidde med læseglasser og briller for at læse ubesværet).

Og hvorfor har man ikke 1. valgt større skrift? 2. delt manus op i to bind? Begge dele ville lette tilegnelsen af et vigtigt værk, specielt for lægmand som kunne få dybere forståelse af, hvad psykiatri er, og hvad den kunne blive.

Nu er der så udfordringen tilbage. Hvilken professor går ombord i projektet med at skrive psykologiens



OM BOGEN

Nedsat livskvalitet, stigmatisering, langtidssygemelding og et liv på kanten af samfundet er et vilkår for mange psykisk syge. Og selvom psykiatrien siden 2. Verdenskrig er kommet langt med nye lægemidler og bedre behandlinger, er der stadig behov for radikale forbedringer.

I Psykiatriens grundlag - historie, filosofi og videnskab giver professor i psykiatri Raben Rosenberg en filosofisk og historisk analyse af faget for at forstå - og udfordre - den moderne psykiatri. Han trækker en linje fra oldtidens beskrivelser af vrangforestillinger, angst og hypokonderi over middelalderens indespærring i dårekister til psykiatriens fødsel som lægevidenskab i 1800-tallet og nutidens nybrud i hjerneforskningen. Undervejs analyserer han det psykiatriske sygdomsbegreb, psykopatologi og diagnostik, tager fat i mulige årsager til psykisk sygdom og diskuterer etiske og tværvidenskabelige problemer. Alt sammen i håbet om bedre behandlingsmetoder, mere lydhørhed og større åbenhed omkring psykiatrien og de psykisk syge ■



INVITATION

ÅBENT MØDE I ARBEJDSMARKEDSGRUPPEN ANGÅENDE KONTANTHJÆLPSLOFTET

Den 2. oktober
Vesterbrogade 103, 1620 København V.

Frokost: kl. 12.00-13.00
Møde: kl. 13.00-17.00
Program følger!
Aftensmad: kl. 17.00-18.00.

TILMELDING TIL CORNELIUS:

cornelius@lap-kbh.dk eller telefon/svarer: 27 57 58 83

Alle er velkomne og der ydes rejserrefusion af LAP.

HVORDAN KAN NOGET SYNES SÅ LIGETIL OG ALLIGEVEL VÆRE SÅ SVÆRT?



**Tekst: Petrine Severin,
Projektkonsulent i
Peer-Netværket Danmark**

Om implementering af peer-støtte i den psykosociale indsats og psykiatrien.

Peer-Netværket Danmark lagde ud med Psykiatritopmøde i oktober 2015, landstræf i Vejle i marts 2016, hvor 110 deltagere mødtes til to spændende og hektiske dage i netværkets tegn, to folkemøder på Bornholm og Møn, og diverse arrangementer for vores medlemmer. Men der er også en hverdag, og det betyder tid til at gå i dialog med vores medlemmer og interessenter, og finde ud af hvordan det går på arbejdspladserne og ikke mindst hvordan borgere og patienter modtager peer-støtte medarbejderne.

En af Peer-Netværkets kerneopgaver er at skabe netværk for projektets primære målgruppe, nemlig peer-støtte medarbejdere, og der er nu etableret netværksgrupper i Jylland og på Fyn og Sjælland. Grupperne danner grundlag for bl.a. faglig sparring mellem peer-støtter, men er også med til at give os en større viden om praksis-delen. Peer-støtterne kommer fra mange forskellige baggrunde. Nogle har uddannelse med sig, andre har ikke. Nogle vil gerne tale diagnoser, andre synes ikke, det er vigtigt. Nogle er nået langt i deres

forandringsproces, andre er knapt så langt. Men fælles for alle er, at de bruger de levede erfaringer i arbejdet med at støtte andre i deres forandringsproces. Ofte hører vi "det er det mest meningsfulde arbejde jeg nogensinde har haft" – dét på trods af de udfordringer og vanskeligheder, der kan være forbundet med at tage sine personlige erfaringer med på job. Men sjovt nok er det som regel ikke relationerne til borgerne eller patienterne, der er den største udfordring. Det er ofte samarbejdet med de øvrige kollegaer, der kan være svært.

Når man pludselig står med en helt ny slags medarbejder, der bliver ansat på baggrund af erfaring med psykiske vanskeligheder, og det bliver betragtet som en vigtig ressource og kompetence, så giver det anledning til spørgsmål på arbejdspladsen. I de fleste tilfælde er der taget en ledelsesbeslutning om implementering af peer-støtte som en del af den recovery orienterede indsats. I Peer-Netværket får vi mange henvendelser, både fra peer-støtte medarbejdere, men også fra deres arbejdsgivere og øvrige kollegaer. Vi oplever nysgerrighed, begejstring, men også vrede, usikkerhed og frustration,

og vi kan blot konstatere, at der er lang vej endnu før en peer-støtte medarbejder bliver betragtet som enhver anden kollega på en arbejdsplads. Der er tydeligvis behov for en større indsats på implementeringsområdet. Mange gange handler det for medarbejderne om at få lov til at være nysgerrige og stille spørgsmål, også de svære. Nogle medarbejdere vil gerne møde en peer-støtte og høre om deres erfaringer. Men hvordan finder vi balancen mellem en fornuftig implementeringsindsats og samti-

dig at undgå at skabe et nyt "dem og os", hvor den nye medarbejdergruppe får prædikatet skrøbelig og sårbar og nogen, der skal "passes på"?

Peer-støtte medarbejdere bidrager med en særlig viden, der sagtens kan sameksistere med den øvrige faglige viden. Det kræver selvfølgelig, at alle er klar til at indgå i et samskabelsesprojekt og at være åbne og nysgerrige på det nye og ikke så kendte. Borgerne og patienterne bliver heller ikke altid spurgt, når peer-støtte medarbej-

derne flytter ind på arbejdspladsen. I Peer-Netværket er vi i sagens natur optaget af peer-støtte begrebet og effekten af denne støtte: når mødet mellem mennesker, der er forbundet af "fælles" erfaringer, kan være med til at understøtte en forandringsproces. Men vi ønsker også at være med til aktivt at skabe forandring hen imod en psykiatri/psykosocial indsats, hvor medmennesket er i centrum og peer-støtte medarbejderens kompetencer er en uundværlig ressource. ■

FAKTA:

Læs mere om Peer-Netværkets aktiviteter, medlemskab og tilmeld dig nyhedsbrevet på www.peernet.dk og følg os på Facebook

Peer-støtte initiativet (Forsøg med ansættelse af medarbejdere, brug af frivillige og brug af mentorer med brugerbaggrund i den regionale og kommunale indsats):

I tre partnerskaber, som består af kommuner, regioner og brugerorganisationer (bl.a. LAP), vil der i projektperioden (2014-2018) blive udviklet og afprøvet tre modeller for støtte, som gives af mennesker, der selv har erfaringer med psykiske vanskeligheder (peer-støtte). Sideløbende vil et nationalt peer-netværk (Peer-Netværket Danmark) drevet af brugerorganisationer arbejde med at skabe netværk og faglig sparring mellem mennesker, der arbejder som peer-støtte medarbejdere.

MÅLGRUPPE:

De primære målgrupper er både borgere, der modtager indsatser fra de psykosociale tilbud i kommunerne og borgere, der modtager behandling i den regionale og distriktspsykiatri. En anden primær målgruppe er medarbejdere med erfaringskompetencer (peer-støtte medarbejdere). Den sekundære målgruppe er ledere og medarbejdere i de professionelle kommunale og regionale indsatser til mennesker med psykiske vanskeligheder.

Kilde: Socialstyrelsen

Læs mere om peer-støtte initiativet på www.socialstyrelsen.dk

HVAD ER FORDELEN

ved peer støtter, der på dansk betyder ligemænd?



Tekst: Tom Jul Pedersen

I de sidste numre af LAP bladet, har man kunnet læse om peer-støttemedarbejdere. Det er folk, der er ansat, lønnet eller ulønnet, i psykiatrien. Deres job består i at samtale med patienterne eller brugerne. Det afgørende er, at de selv engang var været sindslidende; de kan med andre ord bruge deres erfaringer i samtalen. Som en skrev hele tiden i sin artikel: "I teorien" - det er netop i teorien, at det skulle blive bedre. Men hvad med den virkelige verden? Har det nogen betydning i en samtale? Det afgørende er selvfølgelig, at den ansatte er tilstede, er nærværende, har indlevelsessevne, er sympatisk, rar osv. - altså alment menneskelige faktorer. Man siger,

at brugerne får mere ud af at tale med en, der selv har prøvet det. En med mørk hudfarve får også mere ud af at tale med en "peer" - altså en der også har mørk hudfarve. Det er igen alment menneskeligt, at man får mere ud af samtalen, når den foregår med en, der er ligesom en selv. Unge vil gerne tale med unge, søster solidaritet kender vi blandt kvinder, der (selvfølgelig) har bedre samtaler med veninderne end med vennerne. Hudfarve, alder og køn spiller en rolle, selv om det fuldstændig er de samme ord, der kommer ud af munden. Selv noget så ligegyldigt som højde, har en betydning: jeg får mere ud af en samtale, når jeg står op, og vi kan kikke hinanden i øjnene. Det sker ret sjældent, da jeg i følge mit pas måler 1,97 meter.

Jeg mere end antyder, at det samme gælder for peer støtterne. I og med at man ved det er en, der også har været noget hårdt og negativt igennem, så føler man selvfølgelig en form for samhørighed, derved kan man godt bilde sig selv ind, at selve samtalen - de ord, der kommer ud af munden, også er bedre. Det har man svært ved, når det gælder højde og hudfarve.

Det er til med langt fra alle kommuner, der vil have peers, fx. Århus kommune. Jeg har talt med en leder på et af de store væresteder. På spørgsmålet, om han ville ansætte

peers, var svaret: det har vi ikke råd til. Hvad så hvis de er frivillige? Der var det også nej tak. Det er kun, hvis der kommer et krav ovenfra, de må være der. Jeg vidste godt, han ville svare det. Det gælder langt de fleste steder for psykiatribrugere i kommunen. Det forstår man godt. De kan netop ikke bidrage med noget nyt, som en nyansat ikke også kan komme med.

Hvordan skal man kunne mærke, at det er en peer støtte, man taler med? Det er umuligt. Det eneste plus, er hvis man ved det.

I sidste nummer af vores blad står følgende overskrift: "Ligemænd til ligemænd er vejen frem" -åbenbart ikke i Århus Kommune. For en 10 år siden havde man noget, der mindede om det, det var på det psykiatriske hospital i Risskov. Der havde man noget der hed MB uddannelsen, det stod for medarbejdere med brugerbaggrund. Der kunne man få en uddannelse, så man nemmere kunne få jobs efterfølgende. Den fyldte også rigtig meget i pressen. Ud af 100, der ville ind, blev 75 siet fra ved optagelsessamtalen; ud af de 25 måtte 5 opgive den; ud af de 20 der bestod, fik 10 job. Folk troede fejlagtigt, at den gav job i sidste ende, den gav ikke et eneste job, det afgørende var hvor mange ledere på x, y og z værested, der ville ansætte. De var da ligeglade med den MB uddannelse,

den var slet ikke kompetence givende. "Jeg tror at Svend Preisler havde forregnet sig", sagde et LAP medlem til mig forleden dag. Det var Svend Preisler, der stod for den i sin tid. Nu har han et job et andet sted i landet, og vi bliver i samme boldgade. Han finder jobs til sindslidende, men han vælger de bedste ud, dem der har meget overskud, så er det klart, at han kan give over 90 % arbejde.

Det der tæller ved medarbejdere, det er gåpåmod, venlighed, sødme, høflighed, faglig viden, engagement og overskud. Så er det lige meget med hudfarve, køn og højde og tidligere sygdomsperioder. Fem min. efter en samtale så har jeg glemt alt om personens højde. Nogle af de bedste samtaler, jeg har haft, er med lave kvinder, i sidste ende har formen ingen betydning. Det har det heller ikke, hvis man har været syg for 5 år siden.

I næste nummer vil jeg uddybe kommuners syn på peers, de har dem et sted, hvor de tilmed bliver uddannet, ergo er man ligesom forpligtet til at have dem. ■

Kommentar

FRA HELENE FRAUSING TIL HANS SCHJØRMANN'S KRITIK

(Medlemsbladet nr. 2, 2016)

Tekst: Helene Frausing

KÆRE HR. SCHJØRMANN

Du har naturligvis ret i, at psykiske lidelser kan være svære at identificere. Eksemplet med Dovne Robert var alene af symbolsk betydning. Dovne Robert er blevet et symbol på de mennesker, vi ved findes i systemet, som har en arbejdsevne, men ikke ønsker at udnytte den. Det var netop det, Dovne Robert selv udtalte i de talrige interviews, han gav. da sagen var på sit højeste: Han kunne i og for sig godt arbejde, men havde intet ønske om at udnytte sin arbejdsevne. Lad mig for god ordens skyld nævne, at Dovne Robert efterfølgende faktisk fik et arbejde. Heldigvis for det.

Mit budskab med dette symbolske eksempel var blot, at jeg synes, det vil være fordelagtigt for alle parter, hvis vi kan få flest muligt i beskæftigelse på vilkår, som de kan klare. Der rummer systemet mange muligheder: Løntilskudsjob med skånehensyn, virksomhedspraktik, fleksjob mm. Hvis alle yder, hvad de kan, vil det unægteligt frigøre ressourcer, så vi kan tilbyde de mest skrøbelige borgere en bedre behandling i vores system.

Det er desværre mit indtryk i dag, at der i samfundet er skabt en mentalitet om, at man skal kræve, hvad man kan af samfundet - uanset om man har et behov eller ej. Den holdning er skadelig, da man spreder ressourcerne ud på alle borgere i dette land, frem for at fokusere midlerne på de, som for alvor har brug for hjælp. Og så er det netop, at vi svigter de psykisk syge, der har mest brug for omsorg. Det kan og skal vi ikke være bekendt. ■

Min søster er dømt til livsfarlig medicin

BRAGT DEN 3. JULI 2016 I POLITIKEN

Tekst: Gitte Rebsdorf

På 10 år er der sket en tredobling af behandlingsdomme til psykisk syge. De bliver dømt til en behandling, som ikke virker, og som i værste fald risikerer at slå dem ihjel.

OM KORT tid skal min søster for retten. Hun er en af de såkaldt farlige og kriminelle sindssyge, som der er så meget fokus på for tiden.

Fagforeningen FOA har iværksat flere kampanjer, fordi deres medlemmer i stigende grad er udsat for vold og trusler på deres arbejde i psykiatrien. I marts mistede en ansat på det socialpsykiatriske bosted Center Lindegården ved Roskilde sit liv efter at være blevet stukket med en kniv flere gange. Episoden er ikke enestående.

Det er godt for sosu-assistenterne, at de har en fagforening til at varetage deres interesser. Sådan skal det være.

Men hvad med de sindslidende? Hvem råber op, når de uventet mister livet?

Til sammenligning er 122 såkaldt psykisk syge i løbet af en 4-årig periode fra 2009 til 2013 døde, mens de var i medicinsk behandling på et psykiatrisk center. Disse tal vedrører alene Region Hovedstaden. Men

hverken Sind eller Bedre Psykiatri har iværksat kampanjer på grund af de mange uventede dødsfald.

BAG DØDSFALDENE i psykiatrien hos såvel ansatte som psykisk syge gemmer sig en dyster historie om en psykiatri, der på alle måder har fejlet. Lad os vende tilbage til min søster, som skal for retten. Hun har en behandlingsdom, og jeg har som hendes søster og bistandsværge indbragt den for retten i håb om at få den ændret.

Dommen har min søster fået, fordi personalet på det socialpsykiatriske opholdssted, hvor hun bor, har anmeldt hende for vold. Hun skal have kastet med kaffe og have sparret mod personalet.

MIN SØSTER er blot 1 ud af cirka 4.000 psykisk syge, som har fået en dom til behandling.

Flere og flere psykisk syge bliver idømt behandlingsdomme. På 10 år er der sket en tredobling.

Det har fået politikerne til at iværksætte en storstilet undersøgelse, der skal afdække problemet.

Min søsters behandlingsdom betyder, at hun hver 14. dag skal modtage store mængder psykofarmaka i depotform på et psykiatrisk hospital. Min søster har aldrig villet have psykofarmaka. Hun siger, at det ikke hjælper, og at det giver hende alvorlige bivirkninger.

Derfor bliver hun typisk hentet af politiet og bragt til psykiatrisk hospital og sat ind bag tykke mure og låste døre. Herefter bliver hun med magt holdt fast af personalet, som sprøjter psykofarmaka ind i kroppen på hende.

Når jeg efterfølgende taler med min søster i telefonen, er hun ofte så lammet af medicinen, at hun end ikke kan tale.

Efter flere årtier i psykiatrien er hun i dag fysisk invalideret af medicinen, og hun har alvorlige hjerneskader.

MIN SØSTER kan intet gøre for at modsætte sig denne behandling, så når jeg besøger hende, kan jeg se, at hun har skrevet hen over hospitalsvæggene: Gøgereden. Rottegift. Fængsel.

Det er den eneste måde, hun kan protestere på. Hun bliver ikke behandlet som et menneske og taget alvorligt. Det gør hendes ord heller ikke. Som straf for at skrive på hospitalsvæggene bliver hendes cigaretter inddraget. Eller også får hun at vide, at hun ikke får udgang i flere dage. Efter at have været i psykiatrien i flere årtier ligner hun ikke længere et menneske, snarere et jaget, forpint dyr.

Det behandlingssystem, som skulle hjælpe min søster, og som koster samfundet milliarder af kroner hvert år, udsætter i stedet min søster for overgreb og vold. Vold avler som bekendt vold, så spørgsmålet er, hvem der er kriminel i psykiatrien?

Er det patienterne eller de politikere, embedsmænd og medicinalindustri, der blåstempler denne forfærdelige behandling?

FOR AT FORSTÅ det, der foregår i psykiatrien er det nødvendigt at se på omdrejningspunktet i behandlingen, nemlig medicin.

Førende psykiatere og andre såkaldte eksperter hævder, at min søster og andre sindslidende med hende har brug for denne medicin. Denne holdning er med stort held kolporteret videre til resten af samfundet. Det er en accepteret præmis.

DA PSYKOFARMAKA blev opdaget i begyndelsen af 1950'erne, skete det som med så megen anden medicin ved et tilfælde.

Lægemidlet er i en lidt simplere version oprindeligt blevet anvendt mod kvægparasitter.

Det var to franske psykiatere, Jean Delay og P. Deniker, der som de første brugte psykofarmaka til psykisk syge.

Men de var ikke begejstrede. De skrev om midlet chlorpromazin:

»Patienten sidder eller ligger ubevægelig på sin seng, ofte bleg og med sænkede øjenlåg. Han er stille det meste af tiden«.

Allerede med disse ord står det klart, at medicinen ikke har nogen egentlig effekt, ud over at patienterne altså bliver lammet. Kun få år efter at disse lægemidler var taget i brug, blev der rapporteret om dødsfald. Herhjemme har dette været beskrevet adskillige gange i dansk presse, blandt andet i 2008, da Lars Theilmann i Nordjyske Stiftstidende afslørede en række uforklarlige dødsfald blandt psykisk syge.

NÅR sukkersygepatienter får insulin, kan dette begrundes med, at de mangler dette stof. Det er muligt at måle. Men sådan er det ikke med

psykofarmaka. Det har ikke været muligt at måle, at psykisk syge har en ubalance i hjernen, som så kommer i balance, når de får medicin. Derimod er det, som den amerikanske videnskabsjournalist Robert Whitaker har vist, muligt at påvise store forandringer i hjernen hos mennesker, der er i behandling med psykofarmaka. Der er altså grund til at antage, at lægemidlet skaber den sygdom, som den ellers skulle kurere.

Når der nu fra begyndelsen var så ringe effekt af disse lægemidler, og når de har så alvorlige bivirkninger, kan man undre sig over, at de er blevet så udbredt, som de er. Forklaringen er, som Whitaker skriver i sine to bøger 'Mad in America' og 'Anatomy of an Epidemic', banal. Det skyldes penge og magt.

Herhjemme har direktør i Det Nordiske Cochrane Center Peter Gøtzsche ligeledes dokumenteret, at medicinalindustrien spiller en stor rolle, og at denne indflydelse fra industrien er dybt skadelig for

” Men hvad med de sindslidende? Hvem råber op, når de uventet mister livet?

den videnskabelige standard.

Industrien har også sørget for at påvirke de foreninger, der ellers skulle varetage de psykisk syges interesser. Prøv at spørge hos Sind og Bedre Psykiatri, hvor mange støttekrone de får fra industrien.

Det kan måske være en forklaring på, at de holder sig tilbage med at udtale sig kritisk om medicin.

I DE CIRKA 50 år psykofarmaka har været brugt i behandlingen af psykisk syge, har der været mange advarsler undervejs.





Og Whitaker og Götzsches af-dækning af dette område burde have ført til grundlæggende forandringer af psykiatrien. Men disse forandringer er udeblevet.

Det må også være svært for førende psykiatere, embedsmænd og politikere at se i øjnene, at de har fejlet så fatalt. Når man tvinger mennesker til at tage livsfarlig medicin mod deres vilje, er der tale om en fatal fejltagelse.

At psykofarmaka ikke virker, er egentlig synligt for enhver. Man behøver blot at følge et menneske, der bliver medicineret. Så kan man selv se, hvordan både krop og intellekt bliver ødelagt. En anden indikator på, at medicinen skader mere, end den gavner, er, at antallet af psykisk syge, der ender på førtidspension, er steget.

Psykiatere med medicinalindustrien i ryggen har i mange år hævdet, at når blot psykisk syge fik deres medicin, kunne de leve et næsten normalt liv ude i samfundet. Men lige det modsatte er sket. Psykisk sygdom er den sygdom, som er årsag til flest førtidspensioner. Det kom frem sidste år, da rapporten 'Sygdomsbyrden i Danmark' blev offentliggjort.

PSYKISK syge bliver altså ikke raske af medicin. De bliver invalideret. Og efter at det er klart for enhver, begynder psykiatere at tale om, at der er brug for at oprette nogle af de sengepladser, der ellers blev nedlagt. Og at der er brug for flere penge i psykiatrien. Hvordan kan man tage dette alvorligt? Der skal ikke flere penge til en forfejlet og dødsensfarlig psykiatri.

Stigningen i antallet af behandlingsdomme er også et udtryk for, at psykiatrien fejler. Men ingen psykiater taler om, at det kan

skyldes den massive medicinering med psykofarmaka. Da Dagbladet Politiken i maj 2014 interviewede overlæge og retspsykiater Dorte Sestoft fra Retspsykiatrisk Klinik i København om årsagen til stigningen, sagde hun følgende:

»Jeg kan ikke lade være at tænke, om stigningen skyldes mangler i behandlingen af patienterne. Vi har på klinikken ofte eksempler på patienter, hvor deres kriminalitet kunne have været forebygget, hvis de var blevet fulgt tættere i psykiatrien. Så det skal klarlægges, hvor i forløbet for patienterne det er gået galt. Hvor er det eksempelvis, at behandlingen svigter.«

PSYKOFARMAKA virker ikke, men skaber i stedet dybt syge mennesker, og jeg misunder ikke det personale, som skal forsøge at rydde op efter den behandling, mennesker længere oppe i hierarkiet har gennemtruffet. Der hersker en helt særlig stemning af død og forfærdelse på psykiatriske hospitaler og bosteder. Enten ligger patienterne doped i deres senge, eller også slæber de sig hvileløst frem og tilbage på gangene. Det er et sted, ingen ønsker at opholde sig. Men det er patienter og nogle ansatte tvunget til.

Når man dertil lægger, at sosu-assisterter og plejere har en kort uddannelse, er der ikke noget at sige til, at det går galt. Personalet er ikke gearret til at klare denne opgave, hvilket ikke kan være en hemmelighed for Danske Regioner, der er ansvarlige for behandlingen af psykisk syge.

NÅR MIN søster kaster kaffe efter personalet eller sparker ud efter dem, gør hun det i desperation. Det er dem, der er sat til at ringe til politiet, hvis ikke min søster frivilligt

tager medicin. De mennesker, som skulle være hendes hjælpere, er altså samtidig lakajer for det system, som hun frygter så meget.

Andre gange er min søster plaget af alvorlige bivirkninger fra medicinen, som kan føre til aggression. Denne bivirkning er kendt som akathisia. Min søster bliver altså tvunget til at tage medicin, der kan gøre hende aggressiv, og derefter bliver hun straffet for at være aggressiv.

For år tilbage var der en debat om politiets rolle ved tvangsindlæggelser. Det kom frem, at politiet kunne være med til at eskalere vold, og at de ikke har de nødvendige kompetencer for at kunne løse opgaven. Men det aspekt er tilsyneladende helt forsvundet i debatten.

Min søster er også bange for politiet. Jeg har siddet ved siden af hende, engang hun blev hentet af politiet for at skulle tvangsindlægges. Hun rystede hele vejen på den lange biltur.

RETSPSYKIATER Dorte Sestoft taler om at holde psykisk syge væk fra deres kriminalitet.

Men hvilken kriminalitet taler hun om? Min søster har aldrig været kriminel eller voldelig. Af hendes journal fremgår det, at hun på et tidspunkt har taget en køkkenkniv, da politiet kom for at hente hende. Jeg gætter på, at hun har været bange. Videre kan man rejse spørgsmålet om, hvorfor det er lovligt at tvinge mennesker til at tage livsfarlig medicin. Det burde ikke være lovligt, og i mine øjne er det mere kriminelt end at tage en kniv i forsøget på at forsvare sig mod dette.

Når min søster skal for retten, er resultatet givet på forhånd. Hele systemet - også domstolene - har godtaget, at psykisk syge skal have





psykofarmaka. Og det er ikke svært at gætte, hvem dommeren vil lytte mest til: mig og min søster eller en psykiatrisk overlæge.

At eksperterne i psykiatrien har stor betydning, har man for længst fundet ud af i medicinalindustrien. Derfor plejer industrien også disse såkaldte eksperter med gourmetmiddage og rejser til Sydafrika. Antallet af psykiatere, som er på løningslisten hos medicinalindustrien, er mange. Hvis man vil frem inden for psykiatrien, er man nødt til at gå ind for medicin, for det er her, pengene kommer fra - også når der skal forskes. I 2014 donerede Lundbeckfonden 30 millioner kroner til forskning i skizofreni. Men virksomheden bag fonden fremstiller og sælger selv medicin til psykisk syge.

RESULTATET er en forfjet psykiatri og en stand af psykiatere, der har solgt sig selv for prestige, magt og penge. Derfor må offentligheden, herunder også journalister, få øjne op for, at fordi man er professor,

behøver det, man siger, ikke været klogt, korrekt eller for den sags skyld sandt.

Overlæge Poul Videbech er en af landets førende psykiatere, og han er en mand, der ikke bryder sig om at blive sagt imod. Da Danmarks Radio i 2013 bragte serien ' Danmark på piller' anklagede han udsendelserne for at føre til dødsfald.

I et interview til journalisternes fagblad, Journalisten, kaldte han programmerne for en skræmmekampagne, der kan koste liv. Videbech argumenterer for, at mennesker får det mærkeligt med at tage deres medicin, når der bliver vist kritiske programmer om medicinen. Men betyder det så, at vi skal lade være med at fortælle sandheden om, hvordan disse midler virker?

At psykiatere selv er klar over, hvordan det står til i deres fag, viser en leder i Ugeskrift for Læger fra november 2008. Tidligere professor Tom Bolwig vedgår her, at man ikke aner, hvad psykisk sygdom er.

Og at man ikke har nogen effektiv behandling.

DANSK psykiatri er med oprettelsen af forskningsenheder, der samarbejder med klinikken, kommet godt med i den internationale udforskning af undergrupper af patienter, hvor en molekylærgenetisk indsats kan tænkes at bringe os nærmere et ætiologisk gennembrud og dermed en mere målrettet terapi.

Kun hvor klinik og grundforskning går hånd i hånd, kan medicinen forvente at gøre fremskridt. Dette gælder ikke mindst for det medicinske speciale psykiatri, der trænger til et videnskabeligt gennembrud af de store.

Ja, dansk psykiatri har brug for et gennembrud af de helt store. Men det bliver næppe med de nuværende eksperter for bordenden, at det kommer til at ske. Der er brug for oprydning i de psykiatriske gemakker. ■

REPLIK FRA BIRGIT ELGAARD, LANDSFORMAND FOR BEDRE PSYKIATRI:

I kronikken 'Min søster er dømt til livsfarlig medicin' påstår journalist Gitte Rebsdorf (GR), der er pårørende til en søster, der er psykisk syg, at Bedre Psykiatri har et økonomisk samarbejde med medicinalindustrien, og at vi af den grund skulle være tilbageholdende med at være kritiske over for den medicinske behandling af mennesker med psykisk sygdom. Lad mig slå to ting fast i forhold til den i øvrigt glimrende og tankevækkende kronik. For det første modtager Bedre Psykiatri ikke økonomisk støtte fra medicinalindustrien. Det er et principielt valg fra vores side, fordi man netop ikke skal kunne stille spørgsmålstegn ved vores integritet. For det andet mener jeg ikke, at man med rette kan mene, at Bedre Psykiatri ikke forholder sig kritisk til den nuværende psykiatriske behandling, herunder medicin og dens bivirkninger. Vi mener, at behandlingen af mennesker med psykisk sygdom i dag er alt for fokuseret på medicinsk behandling. Vi arbejder dagligt for at skabe en modernisering af den psykiatriske behandling, så man får et helt andet og bredere fokus på behandlingen af det enkelte menneske end blot medicin i form af bl.a. pårørendeinddragelse, samtaleterapi, kost og motion. Det giver sig også udslag i, at vi ganske ofte kritiserer, at behandlingen af psykisk sygdom så ensidigt er bundet op på medicin, dens alvorlige bivirkninger samt det forhold, at f.eks. antidepressiv medicin langt fra virker for alle. ■

MINDEORD OVER PETER BLÆSBJERG



Tekst: Inger-Liss Christoffersen

Det var med stor sorg og undren jeg modtog besked om, at Peter Blæsbjerg, Middelfart ikke længere er hos os.

At det skete via Facebook var ret chokerende – at læse her om en mangeårig ven og et LAP-medlem, der ikke magtede at leve længere.

På Landsmødet i april mødte jeg Peter (for sidste gang) og vi talte, som så mange gange før om livet, om mad - der optog ham som den dygtige kok han var – om at han ville stille op til Landsledelsen, fyldte også meget. Mindre fyldte det, at han ikke havde det så godt trods nye gode ændringer i hans liv, såsom flytningen til Middelfart, hvor han havde sin mor og ene bror.

Men han spurgte mig dog, om jeg kendte til andre behandlinger end Litium og Seroquel mod den bipolare sygdom, han led af. Der tog jeg det ikke op, som at der var fare på færde, da han ikke virkede hverken nede eller oppe. Og det er også svært at råde mht. andres medicin – det der virker for mig, virker måske ikke for en anden. Så jeg sagde blot, at en praktiserende psyki-

ater bedre kunne komme med nogle serøse bud. "Men der er jo flere måneders ventetid", svarede Peter. Det tænker jeg stadig over.

Vi havde længe været Facebook-venner og ad denne vej skrev Peter i en privat besked til mig i begyndelsen af juli, at han havde skrevet en bog, som ville udkomme i august måned. Om jeg ville have tilsendt en usb med bogen + fotos til gennemsyn, og hvad jeg derefter syntes om "Et liv i kaos", som bogen hedder. Den bog ville jeg gerne læse og anmelde i LAP-Bladet.

Grundet omstændighederne vil jeg først være klar med boganmeldelsen i blad nr. 4.

Først uger efter hans død (12. juli 2016) kan jeg skrive disse tanker ned. Peter har skrevet om sit liv på godt og ondt, men på den mindst selvmedlidende og meget sobre måde - og flere steder med slet skjult selvironi.

Denne første og eneste bog, viste sig desværre at blive et memorandum om Peter og et punktum. Et dejligt og vellidt menneske, som vi er mange der vil savne, er borte – jeg forstår stadig ikke, at dette menneske på kun 48 år til sidst opgav kampen – og dog forstår jeg det; jeg har jo selv været en af dem, som lægerne ikke kunne give en ordentlig behandling. Hvor ville jeg dog ønske, at jeg havde kunnet hjælpe.

Tankerne går til Peters mor, kæreste og brødre. Æret være Peters minde. ■

Tur til SPORVEJSMUSEET



Tekst: Tom Jul Pedersen
Fotot: Brian Hammerum

Her i sommer arrangerede Livsglædegruppen en tur for alle til sporvognsmuseet, der ligger på Midtsjælland mellem Roskilde og Ringsted.

Det tager lidt tid at komme dertil. Da museet fylder en del, må det ligge i naturskønne og landlige omgivelser. Den sidste tur dertil foregår i en rigtig sporvogn: man skal ikke kun se dem, men rigtig mærke dem, hvordan det skramler jern mod jern, samt at de er meget dårligt affjedret. For unge mennesker kan jeg fortælle, at en sporvogn er en form for lille tog, der kører på skinner, der er lagt ned i vejen, det var noget vi havde i storbyerne ind til start 70'erne. De fungerede ligesom busser med mange stoppesteder i byerne. Men de var ikke fleksible, som en bus der kan køre på alle veje, tilmed var der fordybninger i vejene, som cyklister nemt kunne vælte i. Deres brændstof bestod af strøm, som de fik fra ledninger, der hang oppe i luften oven over dem. Bybusserne overtog deres funktion. Sporvognene blev solgt til Egypten, hvor de kører rundt i hovedstaden Cairo, men i Danmark er det en museumsgenstand, der ikke kommer igen.

Der er rigtig mange sporvogne at se på museet. Det er som at komme tilbage til gamle dage, som om man har været i en tidsmaskine. Når man er på museet, kan man tage nok en tur endnu længere ind i skoven, igen med en rigtig spor-



vogn der knager og knirker. Det er ikke kun danske vogne, de har, også en del tyske. Da vi kom til endestationen i skoven, fik vi os en kop kaffe og en lille kage. Hele herligheden bliver drevet af frivillige, der altså ingen løn får. Penge til at drive det får de fra entréen samt ved salg af kaffe, kage, is og andet fra deres kiosk. Et dejligt besøg, hvor det meste foregår udenfor, det er man ikke vant til



på et museum. Men heldigvis var vejrguderne os venligt stemt, som man kan se på billederne.

Hvis man vil tjekke stedet ud uden at møde op, kan det gøres på: www.sporvejsmuseet.dk. Jeg siger tak til Preben, som stod for at arrangere turen på selve dagen.

Psykiatritopmøde 2016

Topmødet hvor psykisk sårbare – brugere og pårørende – er i centrum

1. oktober på Sankt Annæ Gymnasium

Levede erfaringer i fokus - peers viser vejen

Vi bliver belært af vores erfaringer, af og til bliver vi også beriget af dem, når vi opnår viden på baggrund af dem. Der findes de dyrekøbte af slagsen, de bitre og dem, som vi ikke skænker en tanke. Der er erfaringer, der gør os stærkere, og der er dem, der slår os ud af kurs.

Erfaringer er allemandseje, ingen er foruden. Men hvornår er erfaringerne brugbare? Hvornår kan vi tillade os at tale på baggrund af vores erfaringer? Og hvor meget skal vi lytte til det levede liv? Inden for psykiatrien har man i de seneste år set et paradigmeskifte i synet på brugeres erfaringer. Flere og flere projekter er blomstret op, hvor tidligere patienter og psykisk sårbare deler deres erfaringer med at være indlagt og at komme sig.

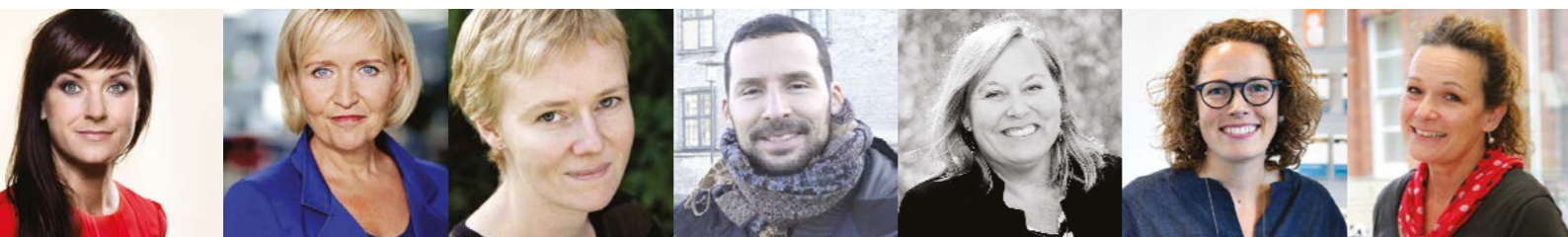
Men hvornår går erfaringerne fra at være oplevelser, som vi sanser og sætter i system til reelt at være brugbare, reflekterede råd, som vi kan sætte i en større sammenhæng, og som vi kan videregive til andre, og hvordan spiller erfaringerne sammen?

Udenlandske studier viser, at mennesker, der selv har oplevet psykisk sygdom, og som efterfølgende er kommet sig, kan være en stor ressource for andre, der er psykisk sårbare. Alle har brug for at spejle sig i nogen og at blive mødt af ligesindede, der forstår en, og som kan vise en vej ud af mørket. Det giver håbet og troen tilbage, så man atter tror på, at man kan komme sig.

Det kan peers bidrage til – på mange forskellige niveauer. Derfor glæder vi os til at stille skarpt på peer-metoden, arbejdet og de gode erfaringer, når PsykiatriNetværket inviterer forskere, praktikere, peers, psykisk sårbare, pårørende, politikere og patienter til at diskutere, hvordan vi får de levede erfaringer i fokus, hvor grænserne går, og hvordan vi sikrer, at peer-støtte bliver en central del af det psykiatriske område.

Vi ses den første lørdag i oktober.

På gensyn



HVOR: SANKT ANNÆ GYMNASIUM, SJÆLØR BOULEVARD 135, 2500 VALBY
HVORNÅR: LØRDAG DEN 1. OKTOBER 2016 - KL. 9.30-16.30. DØRENE ER ÅBNE FRA KLOKKEN 9.00
HVORDAN: MELD DIG TIL PÅ WWW.PSYKISKAARBAR.DK/TILMELDING-PSYKIATRITOPMOEDE-2016

OBS: MEDLEMMER AF LAP KAN FÅ UDGIFTER TIL BILLIGSTE OFFENTLIGE TRANSPORTMIDDEL REFUNDERET.

SUCCESEN MED FOLKEMØDET FORTSÆTTER



Tekst og foto: Tom Jul Pedersen

Midt i juni løb Folkemødet på Bornholm af stablen for 6. år i træk. Det er uden tvivl blevet en større succes, end man kunne have drømt om i sin tid. De omkring 100.000 gæster lægger da også et par kroner på solskinsøen de 4 dage, det varer. Man forstår godt, de ikke vil af med det arrangement. Det er 5. år LAP er med; i sin tid startede vi uden telt eller anden platform, vi kunne promote foreningen fra. Arbejdet bestod i at kontakte politikere samt andre magtpersoner, i et håb om at vores politiske budskab kunne komme frem. Vi skulle skabe et netværk, som det hedder på nudansk.

De seneste år har vi dog lejet et telt, hvor i vi holder foredrag, samt deler kuglepenne og karameller ud til de forbipasserende. Alt sammen noget med LAP-logoet på. Af foredragsholdere kan nævnes ”rebellens” fra Langeland; vi havde i år inviteret ham til at bo hos os i de sommerhuse, LAP havde lejet under folkemødet.

Der var et hav af telte og boder, især politiske partier havde de dyre pladser ved den store scene. Man skulle ikke lide af berøringsangst, når man bevægede sig i Allinge på nordspidsen af Bornholm, hvor det

hele foregik. Hele byen var spærret af for trafik; på den baggrund fungerede vejene som fortove. Af telte kan nævnes sundhesteltet, hvor både Sundhedsstyrelsen samt et hospital i København holdt til. Af aktiviteter kan nævnes et motionsløb på 5 km, hvor man skulle løbe sammen med sundhedsminister Sophie Løhde fra Venstre. Jeg løb sammen med hende, samtidig med at jeg filmede os begge to med et kamera til LAP tv. Den udsendelse samt mange andre kan snart ses på vores hjemmeside.

Efter løbet fik jeg et interview med sundhedsministeren. Jeg spurgte hende: ”Hvad var det bedste ved løbet?” Sophie Løhde svarede: ”Det bedste ved løbet var at løbe sammen med dig!”

Hun prøver at holde motionen ved lige ved at løbe til dagligt. Hjemturen fra Bornholm bliver om to dage, hvor hun skal til en fødselsdagsfest. Hun sluttede af med at sige: ”Tak fordi jeg måtte være med”, mens hun vinkede farvel til kameraet. En høflig og meget glad minister, skal jeg love for. I hospitalsteltet, kunne man få målt sin sundhed så at sige, bl.a. ved at få målt hvor mange kræfter man havde i højre hånd: man skulle klemme alt det,



man kunne om noget, man fik i hånden. Den styrke, ens hånd har, er repræsentativ for hele ens krop, ben, arme osv. Den sidste dag om søndagen, havde man som rosinen i pølseenden, inviteret cykeleksperten Jørgen Leth. Han skulle interviewes af overlæge Bente Klarlund. Hun er sikkert en god læge, men holde en samtale i gang, samt lyde engageret og interesseret i det Jørgen sagde, det kunne hun absolut ikke. Citeret fra Jørgen Leth: det var lige før han havde aflyst turen til Bornholm, han var så træt, efter at han var kom-



met hjem fra tv-optagelser i Spanien; tilmed var hans fødselsdag blevet fejret i Grøften i Tivoli i går, og han er dermed 79 år gammel. Han lød ikke så frisk, som når vi hører ham i tv, og under Tour de France. Hans nyeste film er optaget på en mobil tlf., den er ved at blive klippet. Han var ikke meget for at sige det næste, men han mener, det bliver hans nekrolog. Ellers var han veltalende som sædvanlig, han strøede om sig med sproglomster samt små finurlige episoder fra sit lange og meget farverige liv. Folk i teltet elskede ham, der

blev grinnet de rigtige steder, og der skulle ingenting til, før taget løftede sig, som man siger. Han var virkelig blandt venner. Den såkaldte interviewer, Bente Klarlund og Jørgen Leth er tilmed venner privat; det kom meget tydeligt frem, det lagde de ikke skjul på overhovedet,

Ovenstående to arrangementer kan man også se på LAP-tv, men det bedste, jeg optog, var med en retoriker der hedder Jesper Troels, en meget levende og sjov mand, der tilmed ved meget om kommunikation. Fx. talte han om "Verdens værste værter i TV", hvor det går ud på at få en hanekamp for åben

skærm i stedet for at lave en sober udsendelse, der informerer om det samme emne. "Jeg ved ikke hvorfor jeg kommer til at tænke på Clement Kjersgaard" sagde han med et drilende tonefald, til LAP's tv-kamera. Hans firma lever netop af at kommunikere, altså hjælper virksomheder med at få deres budskab frem. De har udgivet en brochure, hvor de beskriver, hvad man skal tænke på, når man kommunikerer:

- Hvem er du som taler i forhold til publikum?
- Hvem er tilhørerne?
- Hvad er målet?
- Hvad er omstændighederne?

Det sprog, der virker godt i en skurvogn i Skive, falder til jorden på rådhuset i Ringsted. Spørg derfor dig selv, om tonen skal være kammeratlig, forretningsmæssig eller højtidelig.

Det var nogle få af de råd der, er beskrevet i brochuren. Hvis man vil se mere kan man gå ind på www.rhetor.dk, eller se interviewet med ham på LAP-tv.

Jeg siger tak for endnu et godt Folkemøde, der selvfølgelig bliver gentaget til næste år, men nu kun tre dage, fra torsdag den 15/6 til lørdag den 17/6 i Allinge. ■



TIL FOLKEMØDE MED LAP

Tekst og foto: Bettina K. Mærsk, medlem af LL/FU



At være til Folkemøde på Bornholm er altid spændende, og oplevelser kommer der mange af, det være sig både i sommerhusene med fællesskab og i LAP's telt, mens Folkemødet står på.

Med planlægning helt tilbage fra sept. 2015 er det med stor spænding, at vi drager afsted til Bornholm, hvor en del af os ankommer allerede om mandagen, hvilket også giver sig udslag i et rigtigt godt sammenhold og fællesskab, som faktisk er nogle rigtig gode grundsten, når Folkemødet løber af stablen, og det skal fungere i LAP's telt.

En deltager sagde til mig: "Bettina, det der vagtskema kommer ikke til at holde", hvorpå jeg måtte svare: "Vent nu og se, for det er jeg ret sikker på, at det gør"; og udover et par meget få svipsere, så kørte det bare, og deltageren måtte æde sine ord i sig igen, kunne jeg smilende konstatere.

Vi havde, som I nok ved Ole Sørensen, aka "Rebellen fra Langeland", med os derover, som skulle holde oplæg i LAP's telt. Det var forrygende, og han blev lynhurtigt en del af huset og indgik også i det daglige. Det blev til mange hygge-

lige, sjove og ikke mindst seriøse snakke på kryds og tværs.

Tirsdag og onsdag kom de andre deltagere fra LAP, og indgik rimeligt hurtigt i fællesskabet, også i de huse, de nu boede i. Det, kunne vi i hvert fald konstatere, var tilfældet i huset med LAP-Ungdom. Skønt at "ungdommen" også deltog.

Folkemødet blev skudt i gang med et stopfyldt telt hos LAP og begge sider af teltet måtte ruller ned torsdag eftermiddag, da Ole Sørensen kom på med sit oplæg - så var vi ligesom i gang.

Vi havde forskellige oplæg de fire dage, der var lidt af en bred vifte.

Som tovholder for Projekt Folkemøde med LAP har jeg sammen med et par andre medlemmer været ude i noget af en opgave for at holde enderne sammen og få det hele op at stå. Der er mange ting at huske på hele tiden, men: Intet om os, uden os! Og uden LAP- medlemmerne, der var med, og som repræsenterede flere steder i landet, var det jo slet ikke gået - så kæmpe tak til jer og ikke mindst hjælpen fra Karl Bach.

Det var et forrygende Folkemøde.

Her er hvad nogle af deltagerne, der var med, har erfaret med turen:

- Det var stort at være en del af LAP-flokken; lækkert at opleve, at vi kan få det til at fungere (i særdeleshed når/hvis viljen er der...). Det følte lidt tomt at komme hjem efter en så intens uge. Jeg er taknemmelig for alle de 'lussinger' jeg fik: At folk ikke altid kan bedømmes på forhånd! Tak...

- At vi i Kalleholled 1 alle (på nær Ole) kom mandag og fik skabt et fællesskab, inden Folkemødet blev skudt i gang, blev en uvurderlig styrke.

EN ANDEN SKRIVER:

- Det var første gang, jeg var på Folkemødet. Var vild med den stemning af politisk engagement, som summer alle steder fra. Det, at alle dér har noget på hjerte, er meget inspirerende at være en del af! Jeg havde flere gode snakke med interesserede, der henvendte sig til LAP-teltet. Det var specielt dejligt at møde flere ansatte i psykiatrien, som efterspørger større samarbejde med os, fordi de ser, at vi har fat i noget - Recovery, Peer-2-Peer støtte - som gør en stor forskel i den enkeltes liv. Jeg oplevede, at det er brugbart for personalet at høre om vores erfaringer fra psykiatrien, og hvad vi mener burde gøres an-

derledes, og flere gav også udtryk herfor. Det er vigtigt, at vi stædigt bliver ved med at gentage, hvad vores erfaringer og visioner for fremtiden er - da det ellers let kan "glemmes". Udover selve Folkemødet var det også meget brugbart at få lært andre unge medlemmer af LAP bedre at kende (samt selvfølgelig også de lidt ældre LAP'er). Ved at være sammen i flere dage, var der meget gode forudsætninger, for at tale sammen om eventuel opstart af et unge-netværk i LAP. Jeg havde et meget givende Folkemøde, hvor jeg fik sparret med

andre, udvekslet synspunkter - samt også prøvet mine evner, grænser og motivation af, som foredragsholder.

- Tak til dig Bettina, og alle i Folkemødegruppen.

Endnu en: - Samarbejdet imellem os var suverænt og alt kørte på skinner. Eller som en tredje skrev: Folkemødet gav mange gode ting at mindes - nogle dybe snakke hvor jeg tog fusen på Ole Sørensen, så det gik op for ham, at de kære psykiatere måske slet ikke har evner til at sidde og tale med folk i timevis men blot tror, de er gode til det - og han blev

overbevist om, at hans ordleg over opvasken måske var opskriften på fremtidens psykiatri.

Alt i alt et godt møde - selv om jeg både blev belært om hvad en TTR-samtale er - tales til rette samtale - og fik den prøvet i det virkelige LAP-liv.

Og her fra Planlægnings panelet skal lyde en STOR tak for at være en del af det hele og være med til at få det til at fungere og ikke mindst for at lære medlemmer at kende på en helt anden måde - tusind tak. ■



Rejsen ud i manien

Tekst: Torben Klintholm

Jeg lå helt tavs i 5 døgn i hospitals-sengen på den lukkede afdeling. Uden indtryk, uden tidsførelse. En stuegang, jeg ikke kendte noget til, afgjorde: I kælderen med ham! Uvidende om hvad der skulle ske, fik jeg køreturen under dynen ned til afdelingen for elektrochok. Hvad der foregik, vidste jeg ikke, og jeg var fuldstændig føjeligt materiale.

Jeg blev som født på ny og frisk som en fisk, der spræller i nettet, men nu var det det totale velværes frihed, der blomstrede - en forhindrende mur var slået i stumper og stykker. Jeg var nu et stort bundt energi. Tøjlesløs og altfavnende, klartseende, frigjort og hæmningsløs levedygtig. Min skinnende livsglorie måtte mattes - og det blev den. Udskrevet, med en livskvælende recept i inderlommen, gik jeg atter ind til kun den halve tilværelse.

Et forår gik uden at være et forår. På badeværelset åbnede jeg skabslågen, tog medicinglasset med de forebyggende piller - kastede det mod flisevæggen. Pillerne flød overalt. Jeg fjernede risten og skyllede alt det, der velment var tilstået mig, bort. Jeg græd ikke, men gjorde mig hård i mit raseri: "Komme hvad der vill!" Virkningen af pillerne, forebyggelsen imod manien, svandt langsomt, og dagen kom, hvor det tog fat. Et opslidende eventyr startede - krydret med livsfarlige momenter.

To af mine kammerater havde lovet mig selskab i mit kælderværelse ved spisetid om aftenen, og de ville medbringe forsyninger til de slunkne maver. De kom ikke. Dybt skuffet og selskabssyg pakkede jeg min lille kuffert med pas, bogen "Mytteriet på

Bounty» og nogle få klædningsstykker. Kort efter, jeg havde forladt mit værelse, stillede mine tre kammerater uden for døren, men fandt hurtigt deres banken på nytteløs.

På et værtshus mødte jeg blonde og runde Ruth sammen med en anden pige. Som en anden levemand forlangte jeg 20 Cecil, tændte en og tvivlede ikke på omgivelsernes beundring. Jeg snakkede løs, og de to piger forlystede sig vældigt i mit selskab. Der var ikke langt til banegården. Inden jeg forlod værtshuset, stoppede jeg op ved baren, hvor der i den modsatte ende stod en dejlig og moden dame. Jeg beordrede cocktailrysteren at servere hende en "Dortmunder", lagde nonchalant en stor seddel på disken og svævede verdensmandsagtigt ud fra værtshuset. I banegårdskiosken købte jeg småkager og to flasker rødvin. Jeg købte billet til København og gik ned til perronen og satte mig i nattoget. Jeg begyndte straks at spise af småkagerne og skyllede krummerne ned med den ene flaske rødvin. Jeg havde været kvik nok at sikre mig flasker med skruelåg.

Det blev Nyborg. Ombord på færgen forlod jeg straks togvognen. Efter overfarten vendte jeg tilbage til kupeen og opdagede, at tegnebogen var forsvundet. Mine oplysninger til konduktøren forårsagede en større undersøgelse i togvognen. Ingen fandt på at kigge i min kuffert - der lå tegnebogen. Jeg blev rådet til at henvende mig på politigården i København. På vej dertil så jeg mange højtstående personer, mest militære - der var mange der passede på mig. De var klar over min ankomst.

På politigården blev jeg henvist til et mindre kontor, hvor der sad en betjent

med muskulatur som en veltrænet bokser, men jeg var aldeles uimponeret. "Giver du en cigaret?", spurgte jeg frit. Betjenten blev rasende. De nødvendige data blev nedskrevet, også den pæne sum, der var i den "mistede" tegnebog. Kufferten stod ved min side og i den var tegnebogen stadig, velforvaret!

Solen skinnede, og jeg gik ud i det myldrende København. Målet var Rigshospitalet, hvor jeg ville aflægge den gode, gamle afdeling en hurtig genvisit. Efter at have været borte derfra i næsten 4 år blev jeg alligevel tituleret ved navn af en hvidkitlet herre, der var på vej ned ad trapperne, "Goddag Klintholm", sagde han. Denne maniske fantast, der havde hærget og besat en hel lukket afdeling med sit livssprudlende humør, glemtes altså ikke bare. Besøget blev kun kort, og jeg bar videre på min kuffert. Jeg følte den som en art levende væsen og forsøgte at stille den fra mig flere steder, men kunne ikke slippe den ...

Turen gik nu over Fælledparken. Jeg kunne se lidt af tribunen til Idrætsparken og kom pludselig i "GIVE-UD-HJØRNET". Den flotte frakke, min forlovede havde givet mig, fløj hen over det våde græs, uret og nøglebundtet ligeså. Endelig åbnede jeg kufferten, smed tegnebog, jakke og benklæder og billigbog ud i det gryende forår. Der stod jeg, sommerklædt i en tynd silkeskjorte en kold, men solrig dag i marts. Jeg tog den anden flaske rødvin, men drak ikke en dråbe - det blev spredt ud over det ganske København, for det var Jesu blod. Der var ikke overbefolket i Fælledparken. Jeg følte pludselig, jeg havde enorme kræfter, og at de måtte have en udløs-

ning. En stor og kraftig mand dukkede frem. Her kunne den opladede energi komme til sin udfoldelse. Den forbavsedede mand blev overfaldet så akavet, at det var grinagtigt. Manikeren blev holdt fast og med hjælp fra en forbi-passerende, blev salatfadet tilkaldt. Overfaldsmanden græd voldsomt og så for sig, at Pilatus ville give ordre om hurtig korsfæstelse. Der stod nu fire velvoksne betjente ud af politivognen. Jeg fulgte lettet og taknemmelig med dem. Jeg havde undgået korsfæstelsen. Jeg fik lov at sidde alene i en smal celle, hvor der kun var et klapsæde af træ. Efter en halv times kørsel blev jeg ført ned i et stort kælderrum, hvor der kun lå en madras og et usselt, gråt tæppe på cementgulvet. Foroven var der et lille, smalt vindue, hvor jeg kunne beundre kvindernes ankler og fornemme kloakken.

Efter 6 timer fik jeg at vide, at manden, jeg havde overfaldet, ikke ønskede at rette tiltale mod mig. En betjent fik at vide om mine forsvundne effekter, der lå og flød i Fælledparken. Betjenten kørte den lille Folkevogn, mens jeg sad ved siden af med projektøren ud af vinduet. Vi nåede tilbage uden den forsvundne kuffert. Jeg blev løsladt.

Jeg gik gennem København iført min rødstrøbet silkeskjorte. Det var en kold martsaften, mange smilede venligt, overbærende til mig. Jeg frøs ikke, men var som et velopladede batteri. Min gavmildhed i Fælledparken betød, at jeg nu intet havde. En fodgænger fortalte mig, at jeg kunne gå ind til politiet på Hovedbanegården, hvor de havde en lille afdeling. Der lånte jeg penge til rejsen hjem til Århus, og nu sad jeg i toget på vej til Jylland. Jeg fandt en avis, den var på russisk (troede jeg), men jeg læste den uden besvær. Jeg kiggede op og så ud ad vinduet - toget havde forladt skinnelegemet (det var også meget behageligere at rejse og ingen støj fra hjul og skinner) og var på vej gennem skyerne og ind i evigheden. Ved ankomsten til Århus, havde jeg ventet, at der stod en tusindtallig skare for at tage imod mig. På

banegården steg jeg ind i en taxa. Da jeg steg ud af bilen ved min lejlighed, sagde jeg til chaufføren: "Jeg er Jesus Kristus" og smækkede bildøren i. Chaufføren valgte at køre straks - uden at forlange betaling! Mine nøgler lå i Fælledparken. Jeg tog en sten og smadrede kældervinduet. Der blev pludselig åbnet vinduer rundt omkring og truet med tilkaldelse af politiet. Jeg råbte og skreg, hvad helvede de bildte sig ind - jeg boede her!!! Jeg valgte at gå ned i kælderen og begyndte så at sparke kraftigt til døren - der gik hul. Jeg rev det så stort, at jeg kunne kravle ind. På mindre end ti minutter var værelset gjort til en slagmark, flydende med LP-plader og pornoblade. Jeg gik i seng med et stykke træ fra døren, der ved min mishandling var kommet til at ligne et gevær. Jeg åbnede for radioens mellembølgestationer og skruede som en gal for at følge jagten på mig selv, Jesus Kristus. De VAR i nærheden nu og kunne indkredse mig, hvornår det skulle være. Først hen på morgenen faldt jeg endelig i søvn. Udlejeren af den lille kælderlejlighed, en ældre herre, stod pludselig i værelset. Han stirrede ud over gulvet, men kommenterede ikke roderiet. Manikeren fik besked om at komme op til hans frue kl. ti. Hans kone sørgede for, at jeg fik et stort glas mælk og et par solide rugbrødsklemmer. Derefter kørte fru- en mig ud til hospitalet i Risskov. Til frokost der, boller i karry og kartofler, boltrede jeg mig veltilpas og åd for tre personer. Jeg var sgu spændende, jeg den nye her - var mine medpatienter enige om. Det så ud til, jeg havde fundet livet, og i sindssygen fik alle mine skjulte talenter lov til at udfolde sig.

Under dynen, siddende op, med vilde fagter begyndte jeg at fortælle: - Derovre på Rigshospitalets lukkede afdeling, skønne 01 - "Himmelsalen" kaldte vi den, var der en flink fyr, der pissede i håndvasken. Jeg selv jagtede sygeplejersker, men en dag da den guddommeligt skabte højrehånd til overlægen fik min hånd at føle på hendes smukke bag, blev jeg lagt i bælte.

Om aftenen kom nervøsiteten ved at indtage medicinen. Måske kunne jeg undgå at falde i søvn, fordi jeg troede, hele afdelingen blev omdannet til et stort sexorgie. På et tidspunkt i total sindssyge blev min seng kørt ud på badeværelset, hvor jeg lå bundet fast til sengen - skrigende og kæmpende for at komme løs. Ansvarsløs behandling? - Åh, mennesker bestemmer intet i denne verden af onde og gode ånder, vil jeg fortælle jer - og så skulle I se en underskøn dejlighed, der var professor på afdelingen. Hun var et par og fyrre år, lille og let kraftig, med kulsort hår, smukt ansigt med en spiselig næsetip, der bar på et par ildrøde briller. Når hun kom forbi på afdelingens lange gang, råbte jeg altid: "Nu kan Sophia Loren og Brigitte Bardot godt gå hjem at lægge sig!"

I skulle have set mig, når jeg sad med begge ben oppe på bordet og spiste mine spegepølsemdadder, alt imens jeg dirigerede løjerne på den store afdeling. Vi var 20 - 23 stykker på afdelingen, og vi havde festlige dage. Om aftenen krøb jeg ud af sengen og løb listende omkring og myrdede folk - mange af patienterne var irriterede over, at de skulle myrdes hver aften - HA! En sen eftermiddag, under middagssøvnen, omdannede jeg sammen med et par andre afdelingen til en borg. Vi skød fra vinduerne ned mod de gummihjulsbesatte diligencovogne. En dag havde jeg fået fat i to øl og gemt dem under hovedpuden. En lille, mager fyr fandt dem, men var ikke mere skør end han kunne tømme dem. Bagefter skældte han mig ud og beskyldte mig for sin fulde tilstand. Jeg ville have ham korsfæstet, og mine trofaste disciple var med på den, men den lille fyr havde stemmepragt! - "Til jeres senge!"

Hjemvendt fra det gode hospital fik jeg brev fra en af beundrerne på afdeling 01: "Der blev vel nok stille efter du var rejst!!!" skrev han. ■

Fortsættelse følger i næste nummer af Medlemsbladet

Jeg vil gerne takke for LAP-PRISEN 2016

Tekst: Jytte Rasmussen

Det varmede utroligt meget med den påskønnelse for mit arbejde, som helt ærligt engang imellem er et sejt træk. Jeg blev psykiatribruget i 2001 og havde ikke drømt om, at jeg skulle blive involveret i foreningsarbejde - men jeg mødte bl.a. Hanne Wiingaard til et medlemsmøde, hvor tre brugere fortalte om, hvordan livet fra aktiv i det normale arbejdsmarked og til livet som psykiatribruget kunne forme sig. Det var både forskrækkende, men også inspirerende og var medvirkende til, at jeg landede i bestyrelsen for FAP Storstrøm, som det hed dengang. Men amterne blev opløst og foreningen splittet op i kommuner, og jeg fortsatte i bestyrelsen for LAP Guldborgsund og Lolland, hvor jeg det meste af

tiden har været formand, men også både kasserer og webmaster.

Når jeg modtager sådan en pris, vil jeg ikke undlade at takke mine forskellige bestyrelsesmedlemmer gennem årene, for uden dem var der slet ikke sket så meget.

Min største egenskab i bestyrelsesarbejdet er nok at holde gang

i de projekter, vi har aftalt, og at få en indimellem broget flok til at samarbejde. I alle bestyrelser, uanset om det handler om frimærker, hunde eller andet opstår der uenigheder, og det er ikke anderledes, når det gælder psykiatri - så et konstant træk i fælles retning siden 2002 er vist slet ikke så ringe.

Det største projekt vi har i vores grundforening er vores motionsprojekt i Nykøbing F, der er 100% brugerstyret og som 10. august har fungeret i 6 år. Jeg (og den øvrige bestyrelse) ville så gerne have et lignende projekt i gang på Lolland, men ingen tør/vil/kan være tovholder, men vi håber stadig det vil lykkes en dag.

Vi har også en netværksgruppe for psykisk sårbare kvinder - den har eksisteret i godt 3 år og er også brugerstyret. Begge grupper er opstået pga. Mette Bramsdal, der er vores fantastiske idebank - tak Mette, men også stor tak til Susanne Svensson og Erik Warburg, der igennem de sidste 6 år har været stabile sejtrækkere sammen med mig både i bestyrelsen, men også med vores motionsprojekt

Jeg er uddannet PMV (Personlig Medicin Vejleder) - et Emilia-projekt og forløber for det nuværende Peer to Peer... Desværre har Guldborgsund og Lollands kommuner aldrig set værdien i at bruge os, men via den uddannelse fik jeg mod på

at få indført NADA, som et tilbud til brugerne. Det fungerer ikke helt, som jeg ønskede det, men er et skridt i den rigtige retning.

MIN HVERDAG ER FYLDT MED:

Venner, der har holdt ved trods min psykiske nedtur og manglende formåen i forhold til den, jeg var, mine dejlige børnebørn samt ikke mindst min store interesse for hunde, som jeg både træner, opdrætter og deltager på jagt med.

Jeg flere gange haft lyst til at lade LAP være LAP og koncentrere mig om mit eget liv, men enten dukker der et nyt spændende projekt eller en urimelighed op, som jeg ikke kan lade være med at blande mig i... lige nu er det redning af det tidligere succesfulde værested i Nr. Alslev, som socialpsykiatrien har formået at køre i sæk og lukkede den 1.7. 2016 LAP Guldborgsund og Lolland har nu sammen med Atriumfonden fået muligheden for at få et år til at bevise, at vi kan få stedet til at blomstre igen - det er et stort, men meget spændende projekt, og derfor hænger jeg selvfølgelig stadig på.

Så tak for påskønnelsen, den varmede meget, og jeg håber, I har lyst til at se mere om "min" dejlige grundforening på www.123hjemmeside.dk/LAPGuldborgsund eller finde os på Facebook. ■

HVAD ER EN BISIDDER

og hvad kan jeg bruge en bisidder til?

LAP har i nogle år haft et tilbud om en bisidderordning og har derfor et korps af frivillige bisiddere,

der selv har eller har haft en eller anden form for tilknytning til psykiatrien, klar over hele landet. Bis-

idderordningen er da også blevet brugt, men vi kunne godt tænke os at den blev brugt endnu mere.

- En frivillig bisidder er en person, der ulønnet går med dig, når du f.eks. skal mødes med kommune, jobcenter, læge, bank, advokat eller andet.
- Bisidderen kan tilbyde dig en samtale både før og efter mødet.
- Bisidderen har tavshedspligt.
- Bisidderen har gennemgået et bisidderkursus eller anden form for træning
- Bisidderen er vurderet egnet til opgaven
- Bisidderen er ikke en ekspert, der fører sagen for dig, men derimod en uvildigsparringspartner, som du kan drøfte din situation med.

Det er uden udgifter for dig at benytte en bisidder fra LAP.

DU KAN FX BEDE OM AT FÅ EN AF DEM MED, HVIS DU:

- Er i tvivl om, hvordan du får dine tanker og ønsker formuleret
- Har svært ved at bevare overblikket og koncentrere dig
- Har brug for en at støtte dig til, som kan hjælpe dig både før og efter et møde
- Skal have et møde med en sagsbehandler
- Skal have et møde med din almindelige læge
- Skal have et møde med en anden behandler eller myndighed
- Så føl dig mere tryk, få en bisidder ved din side

SÅDAN FÅR DU KONTAKT TIL EN BISIDDER FRA LAP'S BISIDDERKORPS:

Henvend dig til LAP's sekretariat i Odense på tlf.: 6619 4511 eller pr. e-mail: lap@lap.dk.

Oplys navn og tlf. nummer og giv en kort beskrivelse af til hvad, hvor og hvornår du har brug for en bisidder.

LAP vil hurtigst muligt forsøge at finde en ledig bisidder, der kan og vil påtage sig opgaven.

Bisidderen kontakter dig, og I aftaler nærmere om, hvordan I vil forberede jer på det eller de møder, hvor du ønsker bisidderens medvirken. Om muligt ved at mødes eller evt. pr. tlf.



- Jeg er nuværende eller tidligere psykiatribruget og ønsker medlemskab af LAP: 125 kr. årligt
- Jeg er nuværende eller tidligere psykiatribruget og ønsker medlemskab af LAP, jeg er på kontanthjælp/hjemløs: 50 kr. årligt
- Vi er psykiatribrugere og ønsker kollektivt medlemskab af LAP for vores forening/værested/institution m.v. [kontakt sekretariatet]
- Jeg er ikke psykiatribruget, men ønsker abonnement på Medlemsbladet LAP: 175 kr. årligt
- Vi ønsker abonnement på Medlemsbladet LAP til vores institution/forening: 300 kr. årligt
- Individuelt støttemedlemskab: 200 kr. årligt
- Kollektivt støttemedlemskab: 600 kr. årligt

Du er velkommen til straks at indbetale dit medlemskab/abonnement på LAP's konto i Danske Bank: Reg.: 3574, konto: 30 01 88 89 27 eller via MobilePay til nr. 24 23 73 93 (LAP Landsforeningen) - husk at skrive afsender på din betaling. Ellers vil du ved indsendelse af denne indmeldelsesblanket modtage et indbetalingskort.

Indmeldelse kan også foregå på www.LAP.dk

INDMELDSES//BLANKET//

NAVN: _____

ADRESSE: _____

FØDSELSDATO OG ÅR: _____

POSTNR. OG BY: _____

KOMMUNE: _____

REGION: _____

EVT. TLF: _____

EVT. EMAIL: _____



Landsforeningen Af nuværende og tidligere Psykiatribrugere
Store Glasvej 49 · 5000 Odense C · Tlf: 66 19 45 11

Liste over kollektive medlemmer i LAP

| | | | |
|------------------------------------|-------------------|--|----------------------|
| Aktivhuset Freya | 2670 Greve | Mandagsklubben i Vejlbj Vest | 8240 Risskov |
| CSD Aktivitetshuset | 5000 Odense C | Multihuset Isefjord | 4300 Holbæk |
| Banehuset | 4450 Jyderup | NABO-Center Amager | 2300 København S |
| Blåkærgård | 8800 Viborg | Netværkscaféen | 7700 Thisted |
| Bofællesskabet Kirsten Marie | 2800 Kgs. Lyngby | Netværkstedet Thorvaldsen | 1871 Frederiksberg C |
| Botilbudet Skovsbovej | 5700 Svendborg | Nordfyns Psykiatricenter | 5471 Sønderød |
| Brugerrådet f/ | | Outsideren | 2200 København N |
| Social Psyk. Jammerbugt Kommune | 9440 Åbybro | PH - Aktiv | 8600 Silkeborg |
| BUPS - Brugerudviklingsprojekt for | | Regnbuehuset | 2630 Taastrup |
| Psykisk syge & Sårbare | 2820 Gentofte | Sind klubben i Hillerød | 3400 Hillerød |
| Café Aroma | 5700 Svendborg | Skejbyhave | 8200 Århus N |
| Café Utopia | 7500 Holstebro | Skiftesportet | 7400 Herning |
| Center Nørrebro | 2200 København N | Socialpsykiatrien og Aktivitetshuset Støberiet | 2750 Ballerup |
| Den Blå Café | 7430 Ikast | Socialpsykiatrien, Botilbud | 4640 Fakse |
| Den Grønne Gren | 8900 Randers C | Socialpsykiatrisk Center | 4330 Hvalsø |
| Den Gule Dør | 4600 Køge | Socialpsykiatrisk Center Rosengaarden | 6900 Skjern |
| Det Gule Hus / Askovgaarden | 2200 København N | Stop Op | 4880 Nysted |
| Det Hvide Hus | 2820 Gentofte | Stoppestedet | 5000 Odense C |
| Flydedokken | 7000 Fredericia | Støttecentret | 6960 Hvide Sande |
| Forvandlingsværkstedet | 2650 Hvidovre | Støttecentret | 6950 Ringkøbing |
| Fountain House, København | 2100 København Ø | Støttecentret | 6900 Skjern |
| Gallohuset | 8000 Århus C | Støttecentret | 6920 Videbæk |
| Haslekollegiet | 8210 Århus V | Sundbygård | 2300 København S |
| Huset i Overgade | 9800 Hjørring | Sølvagergård | 4293 Dianalund |
| "IFK 98" - Kæmperne | 2200 København N | Ungegruppen | 8900 Randers C |
| Jobigen | 8800 Viborg | Værestedet Perronen | 4800 Nykøbing F |
| Lyspunktet | 4500 Nykøbing Sj | Værestedet Væksthuset | 8700 Horsens |
| Mamma Mia | 2400 København NV | | |

Kommunale grundforeninger

FAP MIDTVEST:

v/Lone Toustrup, toustrup67@hotmail.com

LAP ÅRHUS:

Skovagervej 2, 8240 Risskov, jp@antv.dk,
www.psykiatribrugere.dk
Lise Jul, Telefon: 5358 2014
Tom Jul Pedersen, Telefon: 2988 4532
Bjarne Thykjær Poulsen, Telefon: 9180 3681

LAP SILKEBORG

Netværksgruppe Silkeborg
v/Tonny Johansen, Telefon 3029 8674
tonny.johansen@webnetmail.dk

LAP RANDERS:

v/Anette Rousing,
Telefon 2733 5713, lapranders@gmail.com

LAP NORDSJÆLLAND:

v/Steen Moestrup, Langbjerg Park 57, 3400 Hillerød
Telefon: 2822 2765, steen@lap.dk

LAP ROSKILDE OG OMEGN:

v/Niels Laursen, Grønnegården 572 B, 2670 Greve
Telefon: 4390 5268, nielsoglaursen@youmail.dk
LAP Roskilde har træffetid anden torsdag,
hver måned kl. 14.00 -16.00 hos PsykInfo,
Kornerups Vænge 9, st. tv., 4000 Roskilde

LAP VESTSJÆLLAND:

v/Valentina Trantel Djurhuus-Andersen
Lundtoftevej 4, 4293 Dianalund
Telefon: 2255 1046, v.djurhuus@gmail.com

LAP HOLBÆK:

v/Bruno Madsen
Telefon: 4053 6067, madsen76bruno@gmail.com

Regionale grundforeninger

LAP MIDTJYLLAND:

v/Tom Jul Pedersen
Telefon: 2988 4532, tomjulpedersen@lap.dk

LAP SYDDANMARK

v/ Lars Kristensen
Telefon 2984 0407, lars@lap.dk

LAP KØGE OG OMEGN:

v/Tina Møllegaard Hesselbjerg
t.hesselbjerg@gmail.com

LAP NÆSTVED OG OMEGN:

v/Hanne Wiingaard, Suså Landevej 37, 4160 Herlufmagle
Telefon: 2163 7314, wiingaard@pc.dk

LAP KØBENHAVN/FREDERIKSBERG:

Vesterbrogade 103, 1., 1620 København V
Tlf.: 33 26 16 23
www.lap-kbh.dk, kontor@lap-kbh.dk
Formand for bestyrelsen:
Cornelius Christiansen
cornelius@lap-kbh.dk
Tlf.: 27 57 58 83

LAP KØBENHAVNS OMEGN:

v/Lars Arredondo, Dalstrøget 104, st., 2870 Dyssegård
Telefon: 3956 4802, larsa@tdcadsl.dk

LAP GULDBORGSUND OG LOLLAND:

www.123hjemmeside.dk\LAPguldborgsund
Formand: Jytte Rasmussen,
Telefon: 2874 0352, udstrup.jytte@hotmail.com
Næstformand og kasserer: Erik Warburg
Telefon: 5094 7936, erik.warburg@live.dk

KONTAKTPERSON I SVENDBORG KOMMUNE:

Ulla Pedersen, Støberbakken 8, 1.tv., 5700 Svendborg
Telefon: 6220 1509

Store Glasvej 49, 5000 Odense C



**LANDSFORENINGEN AF NUVÆRENDE OG
TIDLIGERE PSYKIATRIBRUGERE**

+++ 15714 +++
7993 Sydjylland-Fyn USF B

Flere unge hjemløse

- Frivillige hjælper så godt de kan men ville gerne hjælpe mere!



Tekst: Lise Jul Pedersen

Unge og hjemløshed var temaet for et foredrag i LAP's telt på Folkemødet. Oplægsholdere var rebellen fra Langeland, Ole Sørensen og to medlemmer fra Projekt Husvild i Odense.

Hjemløsheden stiger og stiger i Odense, fortæller Bo Skytte, Projekt Husvild. På kort tid er der blevet 57% flere hjemløse unge. Stigningen kan have mange årsager: At der skæres i SU'en eller det nye kontanthjælpsloft. Endelig: Er man enlig mor med hjemmeboende børn, og børnene bliver 18, så bliver moderen registreret som samboende med børnene. Men man kan jo ikke være kæreste med sine børn! Måske er moderens konklusion så: "Jeg kan ikke rumme at have dig, heller ikke økonomisk." Så er der kun gaden, der kalder den unge.

80% af de hjemløse på gaden er psykisk syge. Hvis man ikke allerede er det, er der stor risiko for, at man bliver det. I dag siger alle politikerne,

man skal i arbejde eller uddannelse. Men er du psykisk sårbar, er det ikke sikkert, du er klar. Passer man ikke ind i en kasse i dag, er man tabt.

Vi spørger ind til: "Hvem er du? Hvad kan vi hjælpe til med?" Det er en skam, at den opgave ikke løftes af kommunale eller statslige organisationer. At det er os som frivillige, der skal løfte den opgave. Og hvor skal vi sende de unge hen? Et forsorgshjem er ikke det rigtige sted for et ungt menneske.

I Odense har vi forsorgshjemmet St. Dannesbo. Her var der en specialafdeling for sårbare unge, men den valgte man at lukke ved årsskiftet pga. besparelser. I stedet bor de sammen med voksne misbrugere. Hvis de unge ikke er i et misbrug, så kommer de det meget hurtigt.

Nogle af de unge kommer videre til kollegielejligheder, hvor man kun kan bo, hvis man er i gang med en uddannelse. Mange af de unge har jo vist, de ikke er psykisk stærke nok til at tage en. Efter de unge er droppet ud af uddannelsen, kan de bo på kollegiet et halvt år. Så starter hjemløsheden forfra.

Projekt Husvild er en frivillig organisation, drevet af folk med egne erfaringer.

Vi kender jo smerten og ved, hvor ondt det gør, fortæller Isabella Mittelstein. Jeg tror, vi kan gøre noget helt specielt. Bo Skytte er enig: De kan få et ærligt svar. Den relation,

der kommer ud af det, kan du ikke skabe i det offentlige. For du tænker: "De har aldrig prøvet det, så de ved ikke, hvad det vil sige." Når du har prøvet det selv, skaber det automatisk en relation til de unge. De føler sig mere trygge.

Ole Sørensen, rebellen fra Langeland, mener, området burde få større politisk bevågenhed. – Bliver man ved tallene, er der 500.000 udsatte med liv præget af hjemløshed eller psykisk sygdom. Har de hver 2 pårørende, er vi oppe på 2 mill. vælgere. Tænk hvis politikerne så sådan på det. Det burde give lidt indflydelse.

Ole Sørensen har et bud på, hvad der kunne hjælpe unge hjemløse: Man burde lave flere skærmede enheder. Eller flere kollektiver, så folk kunne komme videre. På Langeland er vi heller ikke specielt succesfulde i forhold til de unge. Vi har rigtigt mange unge, som vi ikke når. Jo flere voksne udsatte, der kommer til øen, desto mindre tid har vi jo til de unge.

I Rudkøbing blev ungdomsboligerne nedlagt. Det blev de, fordi de ikke blev brugt nok og slet ikke ordentligt. Der var ikke afsat midler til en social vicevært. En gang om måneden kunne kommunen så sætte håndværkere ind for at reparere det, der var ødelagt. De unge blev smidt ud af lejlighederne, for de kunne ikke finde ud af at bo der.

Bli'r man placeret i sin egen bolig, skal der også bevilges bostøtte.

Har du levet 5-10 år på gaden, har du glempt, hvorfor det lige er, du skal vaskes op eller sætte tøjet over til vask, inden du går i gang med opvasken. Du har brug for nogen til at hjælpe.

Mange af de unge kommer fra plejefamilier. Når de er færdige med at være i pleje, får de en taxabon ud på et forsorgshjem. Så skal de ud og leve livet der. Hvis vi som samfund fjerner børn fra hjemmet, skal vi også give dem den hjælp, de skal have. I Projekt Husvild er der ikke en masse kommunale kroner. Det er både en fordel og ulempe:

En gang ville jeg ønske, vi havde flere penge. Det er utroligt tungt at få de unge i behandling, fortæller Isabella Mittelstein. Bare vi kunne give dem den misbrugsbehandling, de har behov for.

På Center for Misbrugsbehandling skal de unge mange gange komme og puste nul for at komme i behandling. Men er man der, så er man abstinensfri. Engang tog en ung med en promille på 4,65 på psykiatrisk afdeling. Han blev sendt bort med beskeden om at komme én gang i timen for at få sine abstinens-piller.

Hvad er så fordelene ved ikke at få kommunal støtte?

-Vi behøver ikke overholde en masse regler, bare du holder dig inden for lovens rammer. Men med kommunal støtte kunne vi hjælpe noget mere. SAND, de hjemløses organisation, var også på Folkemødet.

Henrik Kromann Hansen, SAND og LAP Nordjylland: Jeg forklarede beskæftigelsesministeren, at man ikke bliver rask af ikke at vide, om man skal betale huslejen eller få noget at spise. Straks begyndte han at tale om incitament og motivation og kontanthjælpsloftet, der er lavet, fordi... Jeg tror ikke, han forstod. LO's formand Lizette Risgaard var mere lydhør. Hun gav en bajer på, at det er bedre at give folk mulighed for at blive raske, så de kan tage et arbejde i stedet for at beklage sig over, at folk ikke gider.

STEEN ROSENQUIST, FORMAND FOR SAND:

Sand bruger Folkemødet til at fortælle politikerne, at folk ikke får den hjælp, de skal have. Som hjemløs har man behov for en mulighed for at udvikle sig. Men det er svært, når værkstederne er lukket på værestederne. Og på misbrugscentre venter man bare på sin medicin. Kommunens tilbud for at dyrke egne interesser og skabe livsmuligheder er væk.

Men i Sand kan vi selv lave tilbud i retshjælp og om at komme videre i eget hjem. Støtte folk i at bo i almindelig bolig eller finde et opgangsfællesskab. Om politikerne lytter, er så en anden sag, siger Steen Rosenquist afsluttende. Når vi er der, lytter politikerne, men når vi er væk, vil de skide os et stykke. ■

SPÆNDENDE TEMA lørdag i Vejle

Skriveterapi, kunstterapi og Dans de 5Rytmer

Skriveterapi: Foredrag ved Wenche Vogtmann, der er forfatter.

Kunstterapi: Foredrag ved Winnie Snedker, der er kunstterapeut og ergoterapeut

Til sidst kort foredrag og derefter dans 5Rytmer ved Annette Uhlemann og Jan Redsted, der begge er terapeuter.

Vi vil byde på kaffe/vand og et let traktament.

Alle er meget velkommen lørdag d. 19. november kl. 11 til kl. 16 i Foreningernes Hus, Vissingsgade 31, 7100 Vejle (5 min gåafstand fra Vejle Banegård).

Vi i LAP Syddanmark og Bedre Psykiatri, Vejle håber, at der er rigtig mange, der har lyst til at deltage i denne TEMA lørdag. Vi vil gøres vores bedste, til at det bliver en god og hyggelig dag.

HUSK TILMELDING SENEST

Lørdag den 12.11.2016, helst på mail til Lise Duus: lise.duus39@gmail.com eller tlf.: 22310942.

Inger Ladegaard: refugeieinger@hotmail.com eller tlf.: 50759022

Arrangementet er gratis for LAP medlemmer

BEDSTE HILSENER

Inger Ladegaard

HVAD PENGE- SKABET GEMTE

Tekst: Johnny Hansen

Jeg vil bruge mest af din tid som læser af min livshistorie på at fortælle dig om mit liv som amatørfinder, dog vil jeg kort nævne min baggrund. Blev født i Skrydstrup og er den mellemste af 3 brødre. Forældrene var indenfor rengøring og flymekanik. Jeg har boet 22 steder i løbet af barndomsårene og gik på 4 skoler. Skolegangen/uddannelsen er folkeskole 10 år, HF, teknisk skole samt praktikperiode, ½ ingeniørskole, merkonom, maskintekniker + mange kortere kurser inden for psykologi, it og lederkursus. Samlet blev det praktiske arbejde til ca. 20 år som autodidakt maskinarbejder.

Mine skæve ideer startede som 17 årig, da jeg brugte en hel nat på at opfinde et pengeskab, som var mere sikkert end et Franz Jäger pengeskab (optræder ofte i Olsen Banden film).

Siden er der kommet over 200 skæve ideer i idemappen. Mange gange har jeg egentlig ikke i starten vidst, hvilken kategori ideen skulle være i, ja, jeg har ikke engang vidst, hvilket søgeord jeg skulle bruge for at finde et lignende produkt. En gang var jeg så langt med ideen, at der var lavet en større 0-serie (prøveserie for at indstille ideen til den endelige produktion), og jeg havde fundet et salgsselskab. Jeg havde gennemført Google på kryds og tværs og kunne ikke finde noget produkt, der hed det, jeg havde valgt. Da alt var klart til at lægge ideen på markedet, fandt jeg ud af, at ideen hed noget helt andet, og at der så var andre konkurrenter. Ja sådan kan det gå. Så mange gange har jeg først fundet ud af navnet på ideen, når jeg har stået med en prototype, snakket med nogle leverandører og gennemset databaser over patenter, og det viser sig mange gange, at der allerede er taget patent på ideen. Jeg har opfundet noget så simpelt med en ide, som kunne

løse en reel opgave, og faktisk kun var en "pind". I den anden ende havde jeg en vild ide til NASA omkring et kabel til en elevator, som skulle kunne transportere mandskab og materiel ud i rummet. Det var NASA, som lavede en konkurrence, hvor der tilfaldt opfinderen 5 millioner dollar, hvis opgaven blev løst. Jeg havde en del korrespondance med daværende TIC i Århus, som fandt min ide interessant. Men opgaven blev meget tung, og der var også for mange løse ender, så jeg valgte at nedlægge projektet efter kort tid. Min stærke side er faktisk, at jeg ikke er "opvokset" i den aktuelle branche, mange gange har jeg næsten ingen kendskab til branchen, men jeg stiller spørgsmål ved deres løsning, når jeg ser den i medierne, messer eller butikker.

Jeg forsøger derfor altid at "angribe" problematikken fra en helt anden vinkel, end den branchens eksperter gør det fra. Derfor kalder jeg det skæve ideer. Jeg bruger aldrig energi på en ide, hvis ikke den har en stor nyhedsværdi. Ideen skal bestå af så få dele som muligt og helst have en 3 i 1-løsning. Indtil videre er tre af mine ideer kommet på markedet. Én er endda kommet helt ud i en større forretningskæde. Jeg har flere gange startet et firma op, mest hjemmefra hvor jeg har kontor og værksted, dog har jeg lejet mig ind på Ingeniørskolen og sidst Vitus Bering Innovationscenter VBI. Men mine største udgifter har dog været materialer til prototyper.

Jeg betragtede i starten den energi, der blev lagt i mine ideer, som spildt, hvis ikke jeg fik dem på markedet og tjente et par millioner på dem. Men i dag betragter jeg alle de timer, der bliver brugt på en ide, som kvalitetstid. Jeg rejser ind i en anden verden, hvor jeg glemmer tid og sted. Ideerne er derfor sygdommen i skak, da der ikke er tid til at "pleje den", så længe energien bliver opslugt af ideerne. Derfor synes jeg, det er så vigtigt for os inden for denne "branche" (psykisk sårbarhed), at vi har en god og stærk interesse/hobby/passion. ■

Ved siden af min førtidspension har jeg altså mit firma. Egentlig bare en momsregistrering, da der kun er nogle få kunder, der skal have løst nogle problemer, såsom ideudvikling, konstruktion og tegninger. Der er da heller ikke nogen ansatte. Men det er i mit firma, jeg har alle mine ideer som aktiver. De dage, hvor jeg har meget overskud, kan jeg godt tale med kunder/leverandører/investorer, men der er da også mange dage, hvor jeg bare skal arbejde for mig selv. Og vejen til succes er da også inden for iværksætteri, et nåleøje der faktisk kræver, at man udover de faglige kompetencer og ideen også er 110% OK hver dag. Samt at man har en solid kapitalkasse og ikke mindst et stort erhvervs-netværk. Men jeg lægger alligevel min energi her, og så er det også min måde at være med i "lotteriet". Det giver også et sus at se en ide, man fik i en "drøm", nu ligge fysisk på hylden i butikken. Jeg lægger altså min energi i det, jeg tror, jeg er god til, og ikke hvad andre tror, jeg kan. Det har givet nogle skrammer, og jeg har nok også brugt flere penge, end jeg har tjent på ideerne. Jeg har valgt at være meget åben omkring mine ideer, da jeg har erfaret, at hvis man holder sine ideer låst inde, kommer man ikke videre med dem. Men jeg søger altid patent på min ide, hvis den ikke er taget af en anden. Så står jeg altid først i køen til at få det endelige patent, og pengene skal først falde efter 364 dage, hvis jeg vælger at tage det endelige patent. Men så skal det også være udfyldt med de endelige færdige krav/beskrivelser/illustrationer første gang. Mange gange har jeg også en "storebror" (en videreudvikling af ideen) som skjult trumf. Derudover underskriver mine leverandører, kommende kunder og partnere en hemmeligholdelsesaftale. Det afholder dem for det meste fra at stjæle ideen. Men det er sket, at det er lykkedes at stjæle en ide fra mig. Men når alt kommer til alt, så fortryder jeg ikke den vej, jeg valgte, da jeg en nat opfandt et sikkert pengeskab. ■

MÅ VI BE' OM BEDRE NYHE- DER OG GODT VEJR...?

KROGS KROG

Af Michael P. Krog



Sidst beklagede jeg mig vist om tidernes ugunst. Mine bønner blev ikke hørt. Jeg må indrømme at opråbet ikke helt hjalp. Tiderne er ikke blevet meget bedre siden sidste blad udkom, måske snarere det modsatte.

Men forhåbentlig har det været en lille - om end beskeden - trøst, at du ikke er alene om følelsen. I stedet for at synke til jorden over tyngden af verdens tilstand - og måske din egen oveni. Måske i stedet for at tage tyngden 'på dig' - tænke på hvad du har indflydelse på, og hvad du ikke har. Lidt kan vi gøre. Og det synes jeg, at vi skal... Som for eksempel at smile til kassedamen, spise økologisk eller vegetarisk hvis man er til det, være konstruktiv i sin kritik og støtte dem som påtager sig et større arbejde og ansvar.

Men er man tosset nok til at tro, at man kan ændre verden, synes jeg at man skal prøve. Det er der heldigvis mange, som tror i denne forening. I denne sommer har jeg blandt mange andre gode oplevelser for første gang været til det såkaldte 'Folkemøde' på Bornholm. Der har i sommerferien været mange festivaler for snart sagt alt, fra selvforsvar til rock og kammermusik. Folkemødet i Allinge er festivalen for politik! Lige fra almindeligt interesserede, til de der skriver om det, til de som er rådgivere, spindoktorer og til professionelle politikere - herunder ministre. Ministre står således øverst på rangstigen, men på latin betyder 'minister' såmænd 'folkets tjener'.

For undertegnede, som faldt i den politiske suppegryde som barn, var

Folkemødet som Pinocchio i Slaraffenland. Et nærmest udueligt marked for allehånde budskaber. Alle budskaber bliver falbudt og mange drukner i mængden. Som altid er synlighed lig med eksistens. LAP havde sit telt og i nabotellet hos Sind, havde det nye initiativ, Psykiatraliancen, dialogmøde. Psykiatraliancen er en samling af godt 30 foreninger med relation til psykiatri, herunder LAP. Målet er at samle initiativerne og styrke indsatsen for mennesker med en psykisk sygdom. Formanden for Dansk Psykologforening, Eva Secher Mathiasen, var der og har før markeret sig stærkt med kritik af politikerne og mangel på indsigt og værdier. Hun var også kritisk overfor udviklingen de seneste år og især den megen måling i psykiatrien på aktiviteter i stedet for effekt. Herunder de nye 'pakkeforløb' som passer nogle, men bestemt ikke alle og især ikke dem med særlige behov og længerevarende sygdom.

SELVESTE 'RADIOAVISEN' HAR FOR NYLIG HAFT 90-ÅRS JUBILÆUM.

Den seneste tid har man i kavalkader kunnet høre, hvad der er og var nyheder. Ikke uventet var de dårlige nyheder de bedste nyheder, og de værste nyheder som katastrofer, snigmord, mord var det, der blev husket fra de 90 år. Dog lige med undtagelse af 'Murens fald'.

Der er underligt, at når man skal se tilbage på 90 år, er langt overvejende det værste, det man vil huske.

Måske fordi de mulige forbedringer og fremskridt som trods alt sker, sker langsomt og ikke under stor musik og bevågenhed. Alligevel skal man huske på at, fremtiden kommer af sig selv. Fremskridtet ikke. Da Radioavisen startede i 1927, hed den såmænd 'Pressens Radioavis'.

Jeg var bestemt ikke den eneste, som hørte det som 'Præstens radioavis'. Både fordi jeg som barn ikke kendte ordet 'pressen', og fordi den især i starten var et meget højtideligt og bedaget medie. Den har nu aldrig været en sprogfornyer. Første prioritering er troværdighed - og den er stadig den dag i dag det mest troværdige medie i Danmark. Oprindeligt var årsagen til navnet, at aviserne var bange for det nye medie - radioen og for, at det skulle styre og ligefrem overtage markedet for aviserne. For overhovedet at acceptere nyhederne i radioform ville de have hånd og halsret over det. Derfor var redaktionen styret af dagbladene indtil navneskiftet til Radioavisen. I øvrigt samtidig med at 'Statsradiofonien' skiftede navn til Danmarks Radio. Det bliver også brugt som undskyldning i radiosatiren Selvsving. Den ofte tilbagevendende melding i satiren hedder: - Det er altså ikke deres radio, der er noget galt med, men hele Danmarks Radio.

Bortset fra fejllopfattelsen af præstens radio, har jeg sammen med den langt senere skuespiller og sanger, grænsende til crooner, Michael Carøe, en særlig oplevelse med Radioavisen. Vi var som teenagere med i redaktionen af et ungdomskultur-

tidsskrift, som hed 'Tryk På!', og som udkom i hele Nordsjællandsområdet. Den kvikke læser, som dette blad har ekstra mange af, genkender sikkert navnet fra Shu-bi-duas sangskat.

Engang fik vi endda Helsingør pige-garde til at spille den, mens vi fulgte i hælene på dem og uddelte bladet. Da det i 1970'erne blev landsdækkende holdt vi en reception på Nørrebrogade. Midt i det hele ringede telefonen, og jeg var den uheldige, som tog den. Det var jourhavende på Radioavisen, som først fortalte, at de ikke dækkede receptioner, men gerne ville have et indslag om det nye medie 'Tryk På!'. Jeg spurgte hvornår - og svaret var nu! Jeg råbte det rundt i lokalet, og svaret var, at så måtte jeg jo tage af sted. Jeg ville ikke være den eneste, som gik ned med skibet, så jeg fik min navnefælle med. Så vi gik fra receptionen tværs over København til Radiohuset på Rosenørns Allé. Vi gik gennem svingdøren og blev vist ind i et højtideligt lokale med eksamensgrønt filt på bordet. Intervieweren Peter Olesen, som senere blev tv-avisvært og arkitekturskribent, fortalte eller rettere undskyldte, at hans chef Jørgen Schleimann havde givet den ordre, at *alle* skulle tiltales *De*. Det var trods alt efter 60'erne og hippietiden, hvor grænserne flød og autoriteterne forsvandt, men for troværdighedens skyld skulle der være en pæn og høflig tiltaleform. Så det første spørgsmål i dagens hovedradioavis kl. 18.30 fra intervieweren var: 'Jeg sidder her med to af det nye blad 'Tryk På!'s redaktører. Vil De, Michael Krog, fortælle os om det nye blad?'

Det var vores første direkte kontakt med Danmarks Radio, men temmelig underligt for to cirka 15-årige drenge. Vi blev kastet hovedkuls ud i det, men var åbenbart tilpasningsparate. Det lærte mig dog også, at hvis man stikker hovedet frem og tager ansvar, så følger der ofte kritik med. Da vi mødte de andre på redaktionen, som ikke ville eller turde tage med til Radiohuset, lød reaktionen: I lød som I læste op af Statstidende.

Jørgen Schleimann var i øvrigt også ham som indførte timenyhederne. Først var der kun morgennyhederne, dernæst

middagsradioavisen 12.30 og til sidst hovedradioavisen 18.30. I mit barndomshjem var det fast ritual, at hele den samlede familie først hørte Radioavisen 18.30 og derpå TV-Avisen 19.30. Det var dagens nyheder.

Vi var mange, som slet ikke troede på, at der var nyheder nok til at komme hver time. Mange år senere kom så TV2-News med nyheder hele døgnet. Jørgen Hübertz Schleimann blev også manden, som indførte TV-2 i Danmark som dets første direktør. Han døde for nylig, den 7. juli, kun 1 måned før jubilæet. Selvom han var en autoritet havde han også lune. Han var ikke så meget for motion, som ellers blev meget populært i hans regeringstid. Han sagde selv, at han fik rigeligt med motion ved at gå til sine motionsivrige venners begravelse... Han var glad for Frankrig og dets intellektuelle elite, men hans madsmag var ikke så avanceret. Kriteriet for god mad var, at der var rigeligt og det kunne moses. Schleimann var uddannet bibliotekar og meget vidende, og viden er også magt. Derfor må nogen følge med – også fra vores side af samfundsudviklingen. Selv, kan jeg ikke få nok. Jeg er afhængig af stoffet – nyhedsstoffet. Jeg er reelt nyhedsnarkoman. Det kræver også sine depressioner. Enten af helt personlig art eller stærkt tilskyndet af omverdenen og tingenes tilstand. Mange af mine bekendte nægter at høre eller se nyheder, fordi de simpelthen bliver i dårligt humør af dem. Det kan, indrømmet, også kræve et mentalt overskud at følge den daglige nyhedsstrøm.

Men igen vil jeg gerne give lidt syndsforladelse til dem, som ikke altid orker. Af og til er det i orden at tænke som Storm P.: Hvad mener De om verdenssituationen? Ingenting, jeg har fået noget i øjet.

Kys det nu, det satans liv, grib det, fang det før det er forbi. Hav det nu godt og pas rigtigt godt på jer selv!

Kærligst Michael

KROGS
KROG



DANMARK

PP