

LAP

MEDLEMSBLAD

Landsforeningen Af nuværende og tidligere Psykiatribrugere

ÅRGANG 20
VINTER 2018

nr. **4**

*Nyt hospital
for sindslidende
i Århus*

se side 10

*Psykiatritopmødet
i Imperial Bio, København*

se side 20



For snart 20 år siden

FORRETNINGSUDVALGET
Nils Holmquist Andersen
Hanne Skou Kadziola &
Hanne Wiingaard

For snart 20 år siden, i foråret 1999 blev LAP grundlagt. Hurtigt fulgte medlemmernes eget blad, foldere og publikationer. Der blev dannet grundforeninger, som nedsatte undergrupper der kunne distribuere LAPs materiale ud på hospitaler, være – og bosteder, hvor medlemmerne var. På Christiansborg og mange andre steder fik politikerne også vores blade. Udgangspunktet var, at skulle der laves lovgivning om os, måtte de, der havde det fornødne overskud komme ud ad busken, for at fortælle, hvad der var vigtigt for os psykiatribrugere. Både for de som var psykiatribrugere - og for de, som havde været psykiatribrugere. Dem der var blevet raske.

Der var ledelser på de psykiatriske centre, som mente at vores blade indeholdt opfordringer til oprør over behandlingen og derfor havde en negativ indflydelse på ro og regelmæssighed, som skulle herske på sengeafsnit og i datidens miljøterapi. Det er stadig, den dag i dag, normal arbejdsgang, at vi skal vente måneder på, at få tilladelse, før vi kan udlevere gratis materiale til en avis og bladhyld i psykiatrien.

Indenfor en nogenlunde samme tidsperiode som LAP-medlemsbladet udkom, begyndte flere og flere (i hvertfald de unge) mennesker at

komme på internettet. LAP var selvfølgelig med på beatet. Men desværre ser vi stadig i dag, hvor hen ved 90% er på internettet jævnligt, at nogen patienter nægtes adgang til internet. Hensynet til patienten kan være helt i orden. Fx hvis patienten i en maner ved at disponere over noget, som kan vise sig at være uigennemtænkt. Men LAP-medlemsbladet bør ligge frit tilgængeligt og alle patienter skal kunne komme til orde i det. Ytringsfrihed betyder dog ikke, at man må sige, altting heller ikke hvis man er skæv, skør eller særlig skarptrettet. Når man er krænkende og angribende i sit ordvalg, kan man faktisk gøre andre så stor skade, at de i værste fald bliver skøre af det. Vi er nok dem, der selv overfor vor værste fjende aldrig ønsker, at andre bliver så påvirket at de udvikler skørhed.

Når vi er en forening, der tilbyder konfliktløsning blandt vores medlemmer. Når vi er en forening, der har medlemmer som har oplevet svigt i behandlingen. Når vi er en forening med lige så mange medlemmer, som der er meninger, så burde vi vel også tilbyde undervisning på et skriveværksted.

At skrive er at blive læst

Hvis det skrevne starter med et angreb virker hjernen med en smart



lukkeanordning, som forhindrer en fornuftig læsning af den følgende tekst. Mange gode meninger bliver hermed spildt mælk man kan græde over, og surt arbejde man kan ærgre sig over.

Måske, dér findes nogen som vil tage fat i den gode, stærke pen og nedsætte en arbejdsgruppe om et skrivværksted når vi mødes på Landsmøde19?

Denne udgave af LAP-medlemsbladet er den sidste udgave i år 2018. Det er samtidig den første udgave som optages i Infomedias artikeldatabase. Det betyder, at professionelle skribenter, fx journalister, debattører, forskere, forfattere og multimedie ansatte kan søge artiklerne, der bliver skrevet i LAP-medlemsbladet. Det trykte ord forpligter. Vi vil gøre hvad der skal til indenfor presselovens rammer.

Selvom man har gået på skrivekursus. Selvom man har en solid uddannelse bag sig. Selvom man er valgt ind i Folketinget. Selvom man har lært at skrive pænt. Så skal jeg da lige love for, at man kan være, forhåbentlig utilsigtet, ondsindet og med sine ord og lovtekster komme til at påføre psykiatribrugere megen stor smerte.

Forslag til ændringer i visitationsreglerne for de særlige 149 pladser, vil betyde at en psykiatribrunder, der

alene mistænkes for at ville lave et fysisk udfald mod en ansat, på fx et bosted kan blive taget i hoved og hale og smidt på opholdsanstalt i mange måneder. Måske er det bag en ny og fin arkitektur. Måske er det med den nyeste behandling, og de bedst uddannede ansatte bag. Men, hvad der ikke går ad frivillighedens vej, kan ikke blive nogen god vej. Man må ikke dømme et menneske på en mistanke. Det er simpelthen forfatningsstridigt. Vi håber at dette forslag bliver taget af bordet, før der bliver dækket op til jul. Det er ikke en julegave til psykiatribrugerne. Det er en skændsel!

Grunden til at LAP hedder landsforeningen (af tidligere og nuværende) psykiatribrugere skyldes netop, at man kan blive rask efter en alvorlig psykisk krise. Derfor er vi også "tidligere" brugere af psykiatrien.

Jesper Hjøllund er en af dem, der var blevet helbredt. Med udgangspunkt i egen recovery historie fortalte Jesper en gribende og tankevækkende beretning om helbredelse af en alvorlig psykisk lidelse. Det gjorde han for over 65 glade LAP'ere, der var til medlemstræf i Vissenbjerg tidligere på året. Som noget nyt var foredraget med Jesper åbent for alle, og en

gruppe interesserede eksterne tilhørere havde derfor også fundet vej til Vissenbjerg. Med dette vil vi gerne sige tak for et godt samarbejde i 2018, og ønske glædelig jul og godt nytår til alle.

Vi ser frem til et fortsat godt samarbejde i 2019! ■



indhold



06// SINDETS DAG I VEJLE



18// Der var et
lapmedlem i
Lapland



06// SINDETS DAG I VEJLE

08// Peer Netværkets
Landstræf i Vejle

10// Nyt hospital for
sindslidende i Århus

12// Vi er alle berettiget
til pekuniær ...

13// Blødende indlæggelse i
Ballerup

14// Focus på hvordan man kan
hjælpe sindslidende

17// Den moderne psykiatris
historie

18// Der var et lapmedlem
i Lapland

19// Erfaringer med visitation
søges!

20// Fru Christoffs univers

20// Psykiatritopmødet i Imperial
Bio, København

23// Poesiens & kunstens side

24// Lokalforeninger

24// Regionale foreninger

25// Liste over kollektive med-
lemmer i LAP

26// LANDSMØDE 2019 - 20
ÅRS JUBILÆUM

27// Krogs krog

08//

Peer Netværkets
Landstræf i Vejle



14// Focus på
hvordan man kan
hjælpe sindslidende



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:

Jakob Brixtofte Petersen

Layout:

NH

Tryk:

COOL GRAY

Teknisk ansvarlig:

Hanne Wiingaard
E-mail: wiingaard@lap.dk.

Oplag:

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

Deadline til næste nr. er:

1. februar 2019.

Redaktionen:

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

Forsidefoto:

Jette Nielsen

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

Artikler der indsendes uopfordret, forbeholder
redaktionen sig ret til at redigere i.

SINDETS DAG I VEJLE

Tekst og foto: Inger Ladegaard

270 mennesker havde fundet vej til Sindets Dags d.10 oktober i Sundhedshuset i Vejle. Her fortalte Lars Christiansen om sin egen kamp med angst. Han formåede at tale om et alvorligt emne med humoristiske anekdoter fra sin professionelle karriere.

Lars Christiansen har selv i slutningen af sin karriere haft angst og stress. Det, at han er åben med sin psykiske sårbarhed er med til at hjælpe andre herhjemme med til at leve med deres egne psykiske udfordringer.

Som en optakt for de besøgende kunne de denne aften se et Spekttrum Vejle oplyst med lilla lys. Det gjorde DGI Huset for at bakke op

om arrangementet. Arrangementet er siden 2011 afholdt her i Vejle.

Arrangører:

- IFS Vejle Kommune
- Bedre Psykiatri Vejle
- SIND Vejle, LAP Region Syddanmark
- OCD-Foreningen Vejle
- AngstForeningen
- Depressionsforeningen
- Velfærdsforvaltningen - Vejle kommune
- PsykInfo Region Syddanmark

Farven lilla er valgt efter Canadisk forbillede, hvor der i flere år har været tradition for at bruge netop lilla i forbindelse med Verdens Mentale

Sundhedsdag, som Sindets Dag også kaldes. Det har været markeret flere steder i verdenen, og nu altså også her i Vejle.

Vi håber, at det breder sig til at andre Sindets Dag arrangementer herhjemme

Læs mere om tidligere arrangementer på Sindetsdagvejle.dk, hvor der også er videoer fra tidligere oplægsholdere.

Lars Kristensen og jeg, stod med vores LAP stand. Her var der mange interesserede, der kom forbi og fik en snak om vores forening. Vi bød på et glas med ingefær-shot. ■





Peer Netværkets Landstræf i Vejle

Tekst: Inger-Liss Christoffersen

Foto: Petrine Severin

Vejle Center Hotel var rammen om et to-dages træf for Peers i hele Danmark.

Jeg var inviteret af Hanne Wiingaard for at kunne skrive en artikel om hvordan det hele gik for sig og hvad det egentlig går ud på, dette Peers. Vel ankommet til hotellet en fredag sidst i september startede Peer træffet.

Kl. 11.00 blev der budt velkommen af projektleder Åsa Hrefnuddottir til de ca. 90 Peer medlemmer og andre deltagere, oplægsholder m.fl.

Første oplæg

Peer-bevægelsen "På tværs af landegrænser" fulgte herefter, da en tre-mands stor norsk Peer-gruppe holdt et længere oplæg, (50 minutter), som jeg desværre havde ret svært ved at forstå. Der blev snakket meget hurtigt norsk af de tre herrer. Måske var de inviteret for at vise at Peer 2 Peer også findes i andre lande. Det er svært for mig at referere noget af deres oplæg, men de lød vældig engagerede.

Herefter var der Energizing i salen her måtte jeg lige uden for, for at ryge.

So far - so Good

Pauser var der heldigvis en del af både fredag og lørdag. Det var dejligt at vi kunne komme ud at ryge og mærke lidt af stormen Knud, som jo også kom forbi Vejle. Og der var rigtig mange rygere, som

der sædvanligvis er når psykiatribrugere kommer sammen. Selv den vikarierende projektleder Thomas Ravn (som midlertidigt overtager Åsa, som gik på barsel) var ryger ligesom Søren Dixen, ham kommer jeg til om lidt.

Team Mod på Livet.

Jeg mødte f.eks. Lars fra København (Socialpsykiatrisk Center Nord-Vest), som fortalte om hvad disse frivillige arbejder med i deres projekt "Team Mod på Livet". Jeg fik også et fint visitkort, som helt sikkert slår mit eget LAP-LL-visitkort. På det står masser af oplysninger bl.a.:

- Medlemmerne - brænder for og tilbyder - en uformel snak, en til en
- Samtaler,
- At følges ad til det vi har lyst til,
- Gå- og cykelture,
- Hjælp til at søge informationer samt støtte, der giver mening. Det mener jeg er god Karma.

Læs mere fra lørdagens oplæg om dette nedenfor.

Fredag eftermiddag

Søren Dixen var en meget engageret Recovery Mentor, som jeg blev ret betaget af. Hans arbejde på Amager Psykiatrisk Center er noget af det mest spændende, jeg længe havde hørt. Oplægget havde titlen "Har Kejseren overhovedet tøj på?" Jeg

måtte kommentere på hans indlæg ved at sige, at man må ønske at alle psykiatriske centre i Danmark kunne få en sådan person, jeg tror det er noget der rykker. Senere fik jeg en aftale i stand om at lave et interview til LAP's medlemsblad i det nye år. Det bliver vist ikke kedeligt.

Der var efterfølgende Workshops og dialoggrupper med opstart i salen, som Hanne og jeg ikke deltog i.

Mit overblik over Peers deltagerne

Det var under vores spisninger i restauranten jeg bemærkede, at der var rigtig mange vegetarer eller måske ligefrem veganere. Det ser jeg ikke i LAP. Måske er de særlig sunde de der Peers? for humøret var der ikke noget i vejen med adskillige gange udbrød der jubel og sang i salen og der var også lagt op til gymnastik, og strækøvelser under ledelse af en frisk pige. Der måtte jeg lige ud og ryge sammen med Hanne Wiingaard. Vi to ældre piger nyder nemlig den last at ryge ude i det fri når det ikke kan være anderledes. Og, når man så står derude og ryger, så kommer der flere folk til, også ikke rygere - og snakken går og nye bekendtskaber opstår.

Det er slet ikke så ringe at være ryger, for vi får de sidste både gode som dårlige nyheder. Der var nu ingen dårlige nyheder på landstræffet. Det var en anderledes oplevelse at møde



psykiatribrugere i dette forum, slet ikke som når jeg mødes med Lap`per. Stemningen var ligesom mere afslappet.

Det kan jo have sine grunde, måske er Peers netop kommet meget videre og har ikke brug for at læsse problemerne af for andre. Eller sagt på en anden måde, jeg hørte ikke nogen brokke sig, blive højroastede eller dårlige. Der var en kvindelig Peer-koordinator og fotograf, Petrine Severin, med tatoveringer på sit bare hoved. Hun var en af de meget farverige og aktive personer under hele træffet. Meget hjælpsom og ustandselig i bevægelse enten med kameraet eller med sin hjælp til hvad som helst.

Kl.18.30 var der middag som var en dejlig og kulinarisk oplevelse på hotellets restaurant. I det hele taget var både morgenmad, frokost og aftensmad en rigtig god oplevelse.

Kl. 20. kunne man gå i baren og det gjorde vi så. Kl. 22.30 måtte jeg se dyner.

Det blev lørdag

Efter morgenmaden, som også var i top, er det tid til Godmorgen i salen med konferencier Merete Benedikte Johansen. Hun var rigtig spændende at lytte til og refererede bl.a. til bøger af Kolind, og Thomas Blachmann.

Christina Færch, uddannet geolog og holdleder for Team Mod på Livet, talte om Brobygning og tørlægning Same but different? var titlen på oplægget. Herunder kom "Team Mod på Livet" på banen. I dette team arbejder de frivillige med Peer-støtte i et åbent dialogisk perspektiv. De besøger botilbud i Københavns Kommune. Som ovenfor beskrevet fik jeg lidt at vide af en af de frivillige.

Derefter holdt Bertel Rüdinger,

Administrations- og kvalitetsleder på Botilbud Orion i Hillerød, et oplæg med titlen "Er der en vej til faglig anerkendelse?". Man kan læse mere om stedet på Region Hovedstaden Orions website.

Og som sidste pkt. på lørdagen kom Kristine Schwarz, som præsenterede det nye medlemsforum 'Peer-portalen' og sluttede af med at igangsætte Landsbørsen, en åben workshop, hvor alle deltagerne netværkede med hinanden.

Så blev det tid til at sige pænt "Tak for denne gang" med en dejlig madpakke til hjemturen. Jo, det var spændende at møde alle de engagerede Peers, og at få indblik i hvad de arbejder med i denne organisation.

På hjemmesiden kan læses meget mere: www.peernet.dk ■



Nyt hospital for sindslidende i Århus



Tekst og foto: Tom Jul Pedersen

Siden 1852 har sindslidende i Østjylland kunne blive indlagt på hospitalet Risskov lidt uden for Århus. Men moderne tider har også ramt sundhedssektoren. På den baggrund har man besluttet at samle alle hospitalerne i en storby et andet sted nord for Århus, nærmere bestemt Skejby. I forvejen lå der et hospital der blev indviet i 1987, men nu er de to andre store Århus hospitaler også kommet ud på matriklen. Alle sammen somatiske hospitaler, som er et fint ord for steder der hjælper folk med fysiske sygdomme.

Det sidste af de store hospitaler i Århus det i Risskov er nu som det sidste blevet en del af familien, og hospitalsbyen er nu på størrelse med byen Ribe. Det kan godt give problemer når man skal finde sin seng, eller besøge familie medlemmer, der er indlagt. Heldigvis var vi mange, der skulle finde ud til det åbent hus arrangement, som psykiatrien havde arrangeret i anledning af at de tager de splinter nye lokaler i brug den 1. november. Vi var så mange, at man kunne følge strømmen af mennesker. Omkring 7000 brugte søndagen på besigtige lokaler man normalt ikke kan se indefra.

Der er tænkt meget på at gøre det bedre for patienterne, fx. er der et refleksions rum, hvor man kan gå ind

i, og tænke nye tanker. Et form for fordybelsesrum. Der er også et langt mindre rum eller kasse, som er en form for en stol hvor lyden, også kaldet akustikken, bliver ændret når man sidder i den. Tilmed kan der komme lys i den, og nye lyde fra indbyggede højtalere. Meningen er at man skal komme i en anden "mental" verden. En bedre forhåbentligt. Man bliver ikke rask af den, men får mere velvære. Den virker overraskende godt, skulle jeg hilse og sige.

En anden nyskabelse, er en form for stor pølse lavet af nylon og skum. Den skal man vikle om sig, eller lægge over sig. Der er også en speciel stol man kan sidde i, som passer til den lange pude slange, som man kan kalde den. Det skal give en form for ro og tryghed. Det kan man få når noget er svøbt om en, eller ligger over en. Vi kender det far en store-dyne, den kan man godt putte sig under og føle en form for tryghed og ro under.

Ting i den dystre ende har man selvfølgelig også tænkt på. Det er desværre påkrævet. Skabslågerne er ikke vandrette for oven når man åbner dem, men der i mod skrå, som man kan se på fotoet. De ligner et Y. Grunden er, at så kan man ikke afslutte livet for egen hånd som man siger, altså hænge sig i dem. Rebet vil hele tiden glide af, og det samme gælder håndtagene på dørene, de er skrå, og ikke vandrette som





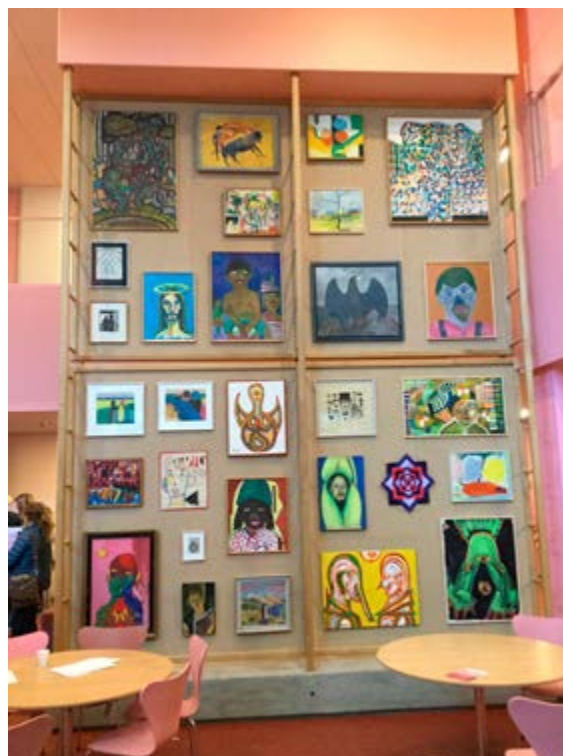
vi kender dem. Det samme gælder brochuren, den er også skrå, som man kan se på fotoet. Tilmed er der ingen slanger for at eliminere muligheden for, at man skal kvæle sig med den. Et tungt emne, lad os springe til et positivt.

Hvordan skal personalet behandle patienterne? Ved blandt andet at fortælle lidt om dem selv. Fx ”Jeg hedder Anne, jeg er uddannet pædagog, jeg kan godt lide kaffe” osv. På den måde kommer patienterne til at kende dem bedre. Det skal i sidste ende resultere i, at de (patienterne) har sværere ved at vise aggressioner og vrede mod dem. Har man netop talt sammen som mennesker, så har man et mentalt billede af den anden, og vedkommende ikke kun er en kødklump i uniform med navneskilt på. Tilmed skal personalet bruge bløde og forstående sætninger, det heder i fag sproget ”soft words”. I stedet for at sige ”Du må ikke ryge her” skal man sige, ”Det er bedre hvis du ryger uden for”. På dagen var der et træ hvor, der var sat eksempler op, om hvordan man kan deeskalere konflikter, og eksempler på hvordan man kan prøve at undgå konflikter.

Det mest kontroversielle rum er det lyserrøde, som er caféen. En lokal kunstner Tal R, (det hedder

han), som er kendt i psykiatrikredse, havde fået opgaven med at udsmykke rummet. Det blev som man kan se lyserødt med store vægmalerier, der leder tankerne hen på Afrika. De meget store vægmalerier er ikke lige frem tryghedsskabende eller giver en ro i sjælen. Det er et synspunkt, som flere har givet udtryk for. En hel væg er udsmykket med kunst som sindslidende har lavet, det er meget ”rå” kunst, med kraftige farver. Nemt at se på afstand, det hele skal faktisk ses på afstand da man der ved ser væggen som helhed. Billederne er tilmed valgt efter deres størrelse. De skal passe sammen, så de danner en helhed.

Patienterne har fået forbedrede forhold, man kan end og nemmere ”gemme” sig i mængden, da der er så mange hospitaler, og mennesker på matriklen. Før i tiden var det tungt og negativt at sige, ”jeg er indlagt på Risskov”. Nu kan man sige ”jeg er indlagt på Skejby” det er mere neutralt. Det er også en af grundene til at psykiatrien er flyttet sammen med somatikken, - for at gøre sygdommene mere lige. ■



Vi er alle berettiget til en pekuniær erstatning

Tekst: Frank Nørgaard Hansen

Vi kender vist alle den psykiatriens historie: Pinsel, magt, tortur, fysisk vold - det hvide snit - LSD-behandlingerne - Malaria behandlinger, og så scenariet vi har i dag. Her har vi hjernegiftig medicin, indespærring, - ja medicin der giver hjernesvind, kognitive nedsættelser og dårlig hukommelse, dårligt hjerte, hjertesvigt, impotens, hud der ikke kan føle og så videre og så videre. Vi er kemiske marionetdukker uden et sexliv, og i mange tilfælde ikke i stand til at læse og arbejde. Har vi taget medicin i 3 år er der betydelige hjernesvind. Vi isoleres og må leve i fattigdom.

Og har vi ikke et demokrati? selv om psykiatrien er et diktatur midt i demokratiet, ja, men når nu dette helvede, som den psykiatriske historie er for patienterne, hvorfor gør vi så ikke oprør? Gør medicinen os så svage at vi ikke kan gøre oprør? Næ - der skal en revolution til: Breve til alle myndigheder, demonstrationer, tryksager, læg fx breve i storcentre om den grimme psykiatrimagt. Vi kan ikke finde os i mere og alle ved vi, at vi har krav på en pengeerstatning og en kæmpe stor undskyldning. Medicinen gør os invalide og vi bliver uarbejdsdygtige af medicinen.

Derfor har vi krav på erstatning. Vi må sammen finde fælles advokater gennem foreningen LAP, så vi får det optimal ud af at bruge advokater. Vi vil have penge, og når man kigger dybere så ved vi,

at psykiaterne allerede fra sidst i 1980'erne vidste at psykofarmaka giver hjernesvinder og hjernesvind. Amerikansk forskning bekræfter og så vidst de det jo godt psykiaterne. Så har vi også krav på erstatning, og jeg vil derfor mene at vi må gøre psykiaternes aktiver, ejendele og privat formue op og udlodde til patienterstatninger, udover hvad staten skal betale til os. Selv har jeg taget antipsykotisk medicin i over 20 år, og husk der er tale om betydelige hjernesvind når blot det er indtaget i 3 år. Synopser er simpelthen ætset og har medført hjernesvind. Det skal vi slet ikke også finde os i.

Psykiaterne skal ingen magt have, og de skal tvinges til at læse relevant litteratur fra amerikansk forskning om skadesomfanget. Jeg opfordrer til 2 ting: 1 at vi får en fælles advokat til erstatningsudmåling. Dernæst til en revolution på psykiatriområdet. Politikerne skal stå til ansvar - de slipper alt for let.

Jeg vil opfordre til, at alle hospitalernes museer lader billedtægter gå til nu -

værende eller tidligere patienter - altså nulevende. Psykiatrien er en skamplet på Danmark og politikerne skulle skamme sig, og i særdeleshed lægerne, der tilsyneladende er totalt ligeglade og skammeligt passive. ■

Venligst opfordring til handling



Blødende indlæggelse i Ballerup

Tekst: Nils H. Andersen

ANMELDELSE AF KAREN FASTRUPS ROMAN HUNGERHJERTE.



Når en forfatter tør skrive så hudflettende ærligt om hendes oplevelser i psykiatrien, delikat krydret med barndomsindtryk, der muligvis kan have haft indflydelse på herværende symptomer, må hun nødvendigvis indstilles til LAP-Prisen.

For at modtage LAP-prisen skal man i længere tid have beskæftiget sig med psykiatri i en sådan forstand, at man har bidraget til, at medvirke til at af stigmatisere psykisk sygdom, så det virker normalt at have en sygdom,

fremfor skræmmende overfor befolkningen generelt.

Hovedpersonen, Karen, i romanen Hungerhjerter, kaster en kniv i gulvet foran hendes kæreste, mens hans søn ser med. Det skaber naturligvis et drama, der er skræmmende. Skræmmende og rædselsfuldt, men gribende, fordi vi har at gøre med en fuldt ud elskelig kvinde, der ikke føler sig elsket, grundlæggende.

Hvad gør man så?

Som enhver anden naturlov er angst en følgesvend. Sværme af termitter æder hendes sidste hud. Hendes hud, der er som en tyndt udspilet ballon omkring hendes skelet. Den hud skal gå i gennem et forhold hun finder til en jazzmusiker via Elitedaters. Hun savner ham for meget, når han er væk. Hun beder ham om at sende to SMS'er om dagen.

Han synes, at hun bliver ved med at være syg og dropper hende. Der fortsætter et drama om det, om hun får ham tilbage.

Han bliver væk i et godt stykke tid. Men hendes angst bliver pludselig også væk. I slutningen af bogen, er der en slags forløsning, hvor mange af de linjer, vi har fået trukket op, finder ind til sig selv igen. Det er flot arbejde i metapoetisk forstand, fordi det virker aldrig klynkende.

Det er en stærk roman, som leger med sex og sårbarhed i spillet mellem normalitet og åbenhed - og på mange måder gør det helt normalt at have et psykosocialt handicap. ■



Focus på hvordan man kan hjælpe sindslidende



Tekst og foto: Tom Jul Pedersen

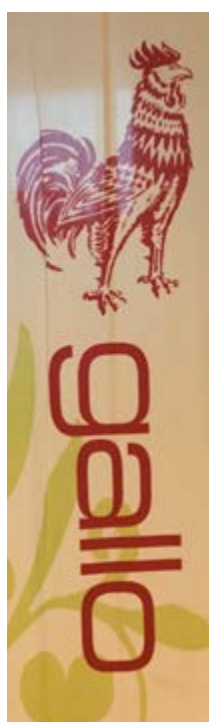
Hvert år den 10. oktober er der Sindets Dag, det betyder at man sætter focus på sindslidendes vilkår. Ikke kun i Danmark men over hele verden. Det er ikke noget som de forskellige lande skal gøre, det er frivilligt om man vil bruge energi og tid på det. Det ville man gerne i Århus, hvor arrangementet foregik på Dokk 1, som er et moderne nybygget bibliotek og der kan foregå en masse andet i de tilstødende rum. Det er et meget kendt og fint sted i Århus.

Det første man oplever er en masse boder med de forskellige foreninger der findes; Bedre psykiatri, som er en pårørende organisation til sindslidende, Sind, samt nogle der tilbyder gratis kurser i at komme sig, både til personale og brugere. Man kan blive inspireret af dem, samt få at vide hvad de står for. På den store scene var der foredrag, og i de små lokaler kunne man vælge hvilke foredrag man ville høre. Der var helt klart mere nærvær i de små

lokaler. Tilmed havde man nemmere ved at stille spørgsmål, da der ikke var så mange til stede. Gallo aktiviteterne er en del forskellige arbejdspladser eller aktiviteter. Så som Gallo skolen og Gallo huset, hvor der er café og foredrag. Alt sammen noget der er sat i verden for at hjælpe sindslidende. De uddelel hver år en pris til en, der har gjort det ekstra godt. Den hedder Gallo prisen og i år gik den til en, der bringer blomster ud på de psykiatriske afdelinger for at skabe glæde og positivitet. Hun gør det til med ulønnet. Der var rigtig mange nominerede, og det tog lang tid at læse dem alle op, men til sidst blev spændingen udløst til store klap salver fra de mange fremmødte.

Det var et godt arrangement, hvor man selv kunne gå rundt, og blive lidt klogere på hvad sindslidelser er, samt hvad man kan gøre for at lindre dem. Og måske til sidst komme af med dem. På gensyn til næste år! ■





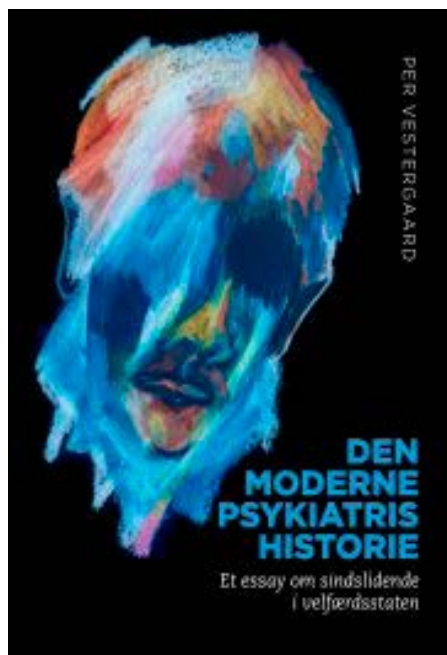
Den moderne psykiatris historie

ANMELDELSE AF PER VESTERGAARDS BOG OM UDVIKLINGEN AF DEN MODERNE PSYKIATRI.



Tekst: Inger-Liss Christoffersen

Forfatter: Per Vestergaard
Tidl. Overlæge og professor
Århus Universitetsforlag
ISBN 9788771183361. 148 sider.



Forfatteren skriver på forsiden af bogen: 'Et essay om sindslidende i velfærdsstaten.'

Det er en god betegnelse, for det er ikke en tung og besværlig bog man skal igennem, men et spændende indblik i psykiatriens fortid og nutid. Og tilmed med flotte farverige illustrationer, billeder malet af psykisk syge kunstnere.

Vi bliver ført tilbage i tiden – 100 til 200 år – og mærker hvor forfærdeligt patienterne havde det på de såkaldte sindssygehospitaler. Det er interessant at læse om den langsomme fremgang i psykiatrien, og at vi i dag kan se hvad fortiden gjorde ved nutiden. Hvilke personer som havde betydning for udvikling - som jeg (anmelderen) ser det, har nutidens medicin erstattet de fleste sengepladser på vores psykiatriske hospitaler. Det er en kedelig udvikling, selvom de nye medicinske behandlingsformer kan være til stor hjælp for mange patienter.

I bogen skrives der ikke så meget om nyere tids medicin, men det er jo heller ikke meningen med at lancere historien om psykiatrien. Meget interessant og nærmest spændende, er afsnittet 'Psykiatriens univers,' hvor forfatteren forklarer hvordan vi er nået til vor tids psykiatri og be-

handling: At tvang, retspsykiatri, et utal af diagnoser, manglende økonomisk tilskud til psykiatriområdet, som somatiske lidelser jo får, afgør politikernes/regeringers indflydelse nemlig grunden til at der heller ikke i dag, er en optimal behandling og pleje af sindslidende. På de sidste sider i bogen er der henvisninger til mange relaterede bøger og fagskrifter. Det ville dog kræve mange sider at henviser til alle de faktorer, som har gjort psykiatrien til hvad den er i dag. En meget læseværdig bog, skrevet af en klog og vis mand. Den kan anbefales til både patienter, pårørende og lægfolk.

På bagsiden af bogen står en anmeldelse, hvor en bid vises neden for:

Nutidens psykiatri er fyldt med skandalehistorier om tvang, vold og forsømmelse, som regelmæssigt når mediernes forsider. Da psykiatrien blev født i 1800-tallet, var problemerne få og skjulte. Lægerne tog vare på samfundets få tusinde sindssyge inden for de nyopførte anstalters beskyttende mure. Men efterhånden som velfærdsstaten opbyggedes og udbyggedes i løbet af 1900-tallet, blev hundrede-tusindvis af danskere diagnosticeret med en psykisk lidelse som depression, angst eller stress, og en ny psykiatri var skabt. ■

Der var et lapmedlem i Lapland

Tekst: Susanne Eskildsen

Tænk at jeg som dansker har adgang til så fantastiske naturfænomener her i Skandinavien.

Kørsel med tog fra Kbh. til Stockholm og derfra videre til Finland og i Lapland via en smuk sejltur i skærgården mellem Sverige og Finland. Meget smukt med masser af øen i den lyse sommernat.

At man kan se solen hele natten i det øverste Lapland, men kør hvor bliver jeg træt når jeg ikke kan sove i mørke. En togtur fra Helsinki op gennem Finland med skinnebus uden fører. Længere mod nord er der store kæmpevidder af vildmark. Skovbrug sender kæmpe træstammen ned af de store floder til savværk og samerne, som er de lokale oprindelige befolkning går rundt i deres nationaldragt, som er en meget klar blå farvet tunika med røde kanter.

Akkurat som set i turistguiden

At sidde i en sauna oppe i Rovaniemi som er hovedstaden i Lapland. Jeg var der i august, og trods sommermånede så er der nattefrost.

Vores vært siger, at nogle gange har de også sommer med 30 graders varme og muligt at klæde i sig i shorts og kortærmet.

En times kørsel med bus nord i Lapland ligger julemandens værksted. Man fornemmer kulden og besøger et museum til minde om de mange polarforskere, som fulgte i Knud Rasmussens fodspor. Også kronprins Frederik har udforsket polarområderne.

I skoven ville vi gå en tur, men den permanente permafrost gjorde jorden uegnet. Rensdyr i store flokke og store vidder med træer og ødemark. Inde i Sverige ligger Kiruna med en kobbermine. Og i det norske Lapland er der sommermøde for befolkningen i Lapland. ■



Erfaringer med visitation søges!

Tekst: Bo Steen Jensen og Steen Moestrup

LAP HAR OPRETTET EN POSTLINJE: MVM@LAP.DK

Her kan medlemmer indberette oplevelser med socialforvaltninger i kommunerne, og i regionerne. Hovedvægt er oplevelser med visitationen, og dens måde at arbejde på.

Ideen er at få et overblik over både positive og negative oplevelser.

I kan skrive til mailadressen, så samler vi sammen, men holder indkomne breve anonyme. Dog vil det være godt at mærke mails med et alias, kommune og region.

Når vi kan se en tråd i indberetningerne forsøger vi, at få en social forskning i gang omkring plusser og minusser i forhold til visitationen. ■



Man kan gå besærk, gå amok, gå i stå.
Man kan gå grassat, gå i sig selv, gå nogle
i bedene.
Eller man kan bare gå til Gals.

Vittighed: Nils Holmquist Andersen



Fru Christoffs univers

Tekst og foto: Inger-Liss Christoffersen

EN MEGET PERSONLIG KLUMME - SOM KAN
LÆSES BÅDE AF HAN- OG HUNKØN



Psykiatritopmødet i Imperial Bio, København

Motto: ”Topmødet hvor psykisk sårbare brugere og pårørende er i centrum”

Den 29. september, på 10-året for Det sociale Netværks start og dermed det årlige PsykiatriTopmøde, var man flyttet i biografen, Nordens største, nemlig Imperial. Salen var jo eminent med plads til de nok 1000 deltagere, men desværre havde foyeren ikke den kapacitet, der skulle til for at få standene fra alle psykiatrigrene til at være der. 15 organisationer deltog. Der var meget trangt, men ikke langt ud til gaden hvor der kunne ryges. LAP-Kbh. var desværre slet ikke repræsenteret som de ellers altid er. Grunden kender jeg ikke men noget manglede.

Tine Gøtsche var den veloplagt konferencier og velkomsttalen blev holdt af Mogens Seidler, Form. for PsykiatriNetværket. Herefter sang Pernille Rosendahl, så ikke et øje var tørt.

Til gengæld kom en meget veloplagt Poul Nyrup Rasmussen på scenen og gjorde status på udviklingen de sidste 10 år. (P.N.R er protektor for Det sociale Netværk), og hans entre fik salen til at juble. På de ni topmøder jeg har deltaget i, har jeg

ikke set mage til performance, nærmest dansende, humoristisk, men også med alvoren i behold, gjorde Nyrup sit yderste for at få skudt topmødet godt i gang. Det lykkedes. Så da Knud Kristensen, form. For SIND, bagefter kom på scenen, var det i en noget mere afdæmpet form, for han skulle også fortælle om hvad der skal forbedres i psykiatrien. Og så havde han de tørre tal, som desværre viste at regeringens udspil i Psykiatriplan II, ikke bliver som den ser ud på papiret. Det afslørede et virtuelt Excel regneark, som Knud havde sat sammen. 2,1 mio. kr. til psykiatrien øv, det kommer slet ikke til at ske. Nej vi må og skal have psykiatrien på Finansloven.

En del politikere, Ellen Trane Nørby og andet godtfolk stillede op i panel for at give en temperaturmåling på hvordan det egentlig står til med psykiatrien. Man prøver at altid og sige at det går meget bedre og nu skal vi også.... Og så videre. Så måtte jeg uden for og ryge.

Jeg sad ved siden af Psykiater Karin Garde (80 år) og fik udvekslet

meninger med hende; hun fik mit visitkort og jeg spurgte om hun evt. ville lade sig interviewe af mig på et tidspunkt. Det ville hun gerne. Spændende at møde hende i ”real Life” hun som, da jeg var indlagt på Sct. Hans Hospital i Roskilde, var overlægen som også skulle se hvordan en/min fødselspsykose så ud. Det var ikke almindeligt i 1969 at have en patient med den diagnose. Selvfølgelig kunne hun ikke huske mig fra dengang, men jeg har altid beundret hendes sociale engagement.

Så var det tid til god underholdning, nu med ”Røde mor” der spillede og sang så taget var ved at løfte sig. Jeg måtte gå lidt tidligere på grund af træthed ikke kedsomhed.

Oplevelsen på Genbrugspladsen

Efter at en god ven havde trimmet og gravet min have til vinterens komme, blev der to enorme plastposer med haveaffald ud af det, som jeg skulle køre til genbrugspladsen i Smørum. De stod i skuret sammen med en bunke papkasser fra indkøb på nettet de sidste måneder:



Så endelig en solrig og varm søndag eftermiddag i slutningen af september, blev den lille røde Aygo proppet til birstepunktet og jeg var klar til at køre de ca. 2,5 km for at komme af med skidtet. Det skulle snart vise sig at blive til et større problem, som helt kom bag på mig.

Vel ankommet på "Genbrugen" mødte den første forhindring mig andre beboere, ja massevis havde fået samme ide. De fleste biler var med mænd og kæmpeanhængere på, som holdt i flere rækker, så jeg måtte parkere i 3. række for at komme hen til "små brændbart" og ud med papkasserne. Det gik fint nok. Videre til kæmpebunken med bjerger af haveaffald troede jeg! Klik! klik! Klik! sagde det tre gange, da jeg drejede tændingsnøglen den var helt død! Her stod jeg i vejen for de andre biler og kunne ikke andet. Men netop denne dag var der nogle flinke, lidt ældre mænd, på arbejde og da jeg nedslået steg ud af bilen, kom en af disse over og spurgte om han kunne hjælpe. Han hentede forstærkning, så jeg kunne rulles lidt ind til siden for ikke at stå i vejen for alle de andre biler med sure mænd som ville forbi. Og ja, jeg måtte jo ringe til Falck - men mobilen havde jeg da ikke med for jeg skulle jo kun lige

Willy som manden hed, lånte mig sin mobil og heldigvis havde jeg mit abonnement med, så jeg ringede og forklarede mit problem til damenovre i Falck Jylland. Der ville nok gå en halv time inden hjælpen kom, så Willy spurgte om jeg - der kun var iført en tynd bluse og korte bukser - ville ind og vente i skuret.

Åh tak, jeg var nærmest rørt over hans hjælpsomhed. Inden da, havde han hentet en trillebør og læsset de store poser op på den og sammen gik vi ned i den anden ende, hvor bjerget af haveaffald nu blev endnu større. Men dejligt med alt den service. Mens vi sad i skuret, kom han med en flaske koldt vand fra køleskabet. Vi snakkede om biler og Toyota, som min snart 11-årige Aygo jo er, og at det er et af de mest driftssikre bilmærker. Det skulle senere vise sig at være sandt.

Så ankom Falck

Mens vi sad der og talte, stod en mægtig mand pludselig i døråbningen; jeg kunne ikke se hans ben med refleksmærker, så jeg kiggede spørgende på ham indtil han spurgte om det var min røde Aygo. Det kunne jeg ikke benægte, tiden var fløjet af sted og der stod altså Falck manden og den sidste hjælper var klar. Det var nu en lille vogn han kom med, troede ellers at jeg skulle slæbes bort, men inde i vognen var der alt værktøj og andet grej til et hvert formål.

Så blev kølerhjelmen lukket op og straks kunne han se at batteriet var dødt. Ikke bare fladt oh, tænkte jeg, hvad nu. Han hentede nu et helt nyt batteri og da han kiggede på det døde, så han at det var det originale som havde siddet i snart 11 år. Det var det jeg mente med at Toyota er en af de mest driftssikre biler. Det er sgi godt holdt. Der blev nu, efter jeg startede motoren, målt og sat mærkat på batteriet og motoren spandt som en mis. Nu var der kun betalingen tilbage og det skulle gøres via iPad, som den flinke Falckredder havde berejts i sin bil. Jeg var så forvirret, og udbrød at jeg ikke havde mit Visa Kort med, så vi måtte køre hjem til Æblevangen. Pinligt for mig, for jeg havde jo tasken og pungen med kort, bare ikke telefonen så der har været kaos i mit lille hoved.

fortsætter næste side...





Jeg formåede dog at holde det skjult for ham det var for pinagtigt at afsløre det. Selvom han fik radio melding om at køre til min adresse i stedet for genbrugspladsen det havde han fortalt jeg så havde jeg i grunden også ret til at dumme mig. Men lad det nu ligge, i sidste instans var det en win-win situation, da det hele var på plads og jeg ikke skulle på værksted. Hurra for Falck og det samme til de dejlige hjælpere på ”conneren”, som vi kalder genbrugspladsen.

Så lige det sidste

En kort opdatering på stofskiftet. Jeg er nede på dosis 90 mg dgl. som tages sent på eftermiddagen. Blodprøver ser ok ud, men nu er det også snart et år siden jeg startede behandlingen, med Thyroid hos egen læge. Og der har være mange bump på vejen inden den rette dosis nu er, som den skal være. Der blev fra Sundhedsministeriet for nylig tilkendt 17 mio. til bl.a. undersøgelse

af hvorfor så mange patienter med lavt stofskifte, ikke kan få lægerne til at udskrive recept eller at Sundhedsstyrelsen simpelthen bare gav afslag, fordi nogle patienter ikke havde prøve ALT, inden de bad om Thyroid. Der skrives stadig meget på Stofskiftesupport samt de andre sider på Facebook, som har grupper med problemramte stofskiftepatienter. Nu må vi se hvad der kommer ud af det, jeg holder fast i Liselott Blixt (sundhedsordfører for DF), som har medvirket til at vi er kommet så langt. Er bare så glad over, at jeg nu er sluppet af med de mange bivirkninger, som den syntetiske medicin gav mig. Mangler dog lige en CT-scanning af min fod og mit underben som gør knuder, selvom kramperne er væk. Men jeg klager ikke dog er det en lang rejse, inden man når målet.

Og nu er det jul altså når dette blad når ud til medlemmer og interessenter. Så der skal ikke mangle noget, hverken julepynt, gaver og

juleture/oplevelser. Min klub ”De glade piger” skal eks. på Bernstorff Slot den 8. dec. hvor der er 70 stande med alt til julen. Så er der familietræffet hos min niece den 2. dec. i Dalby, hvor hele familien (15 stk.) samles til fremstilling af juledekorationer, konkurrence om den bedste, hvor både voksne og børn deltager, samt julegløgg og æbleskiver og aftensmad. Det glæder jeg mig hvert år til.

Jeg siger også Glædelig Jul og Godt Nytår til alle LAP-medlemmer, og jer der læser bladet. Vi satser og tror på at 2019 bliver et glædeligt år også selvom der måtte komme forhindringer, sorger eller andet knap så dejligt. ■

KEEP SMILING!

POESIENS & KUNSTENS SIDE //

Efterår

Digt: Anne Marie Rafferty

Du blæser i mit nyvasket hår
På cykle ser de omskiftelige kår
Farverige blade - smukt som de står
Efterår - gylden røde, gule farver består
Naturens magi - smukt og ubeskrivelig
Skovens duft - blade der frie
Omfavne efterårets forandringskilde
Kom give kunsteriske inspiration
Jeg vil tænde stearinlys for dig
Nyde - farverens symfoni
Tænde pejsen - fordybet i hygge
Efterår - varm mig - omfanget af en smuk lykke
Kom blæs mig dine kys
Du får mig til og mærke livet
Grebet af momentet og lyst
Forelsket i dine omskiftelige nuancer
Efterår du er undervurderet
Billedskøn og stærk
EFTERÅRET ER HER

Når vinter stunder til

Digt: Bo Steen Jensen

Stille og roligt går tid
mod vinterlige sysler
kastaniefår og nisser
deles snart om plads
i vindueskarmen
mellem alpeviol og
snebær.
Ude snyder solen sig selv,
os og regnvåde skyer,
det er tid at gemme sig
på lune steder med glød
i ovne og penselfarver.
Det tomme lærred venter
på fantasiens frie leg.
Gå ud en god dag i solstrejf
køb løg på potte og i skål,
fyld stuen med duft af kage
og farverigt forår - gør det -
så fylder du sindet med minder
om skønne dage, spæde blade
og livets fulde fyldte fylde.

Dejlige skøre LAPPER

Digt: Anne Marie Rafferty

Vi spiser og støtter vores sjæl
Fællesskabets bånd.
Støtter - din hånd.
Kom, udfri et problem
Støttegruppen for at bli'
Kom, støt min last.
Forsigtigt - Lyttende Ligestillede Forstår.
En LAPPER er særlig - imødekomende Herligt.
En LAPPER kan redde et liv.
En engel - der kom på den rigtige dag.
En LAPPER var min engel og reddede MIG.
LAP - giver særlige oplevelser
PÅ VEJ
LAP - SÆRLIGE BÅND
I en rigtig
GOD LAP ÅND
TAK LAP - for ALT som I har gjort.
LAP ER STORT!

Grineren

Digt: Nils Holmquist Andersen

Smit gerne andre med latter
Skraldgrin så det batter
Op på tæ'r og stå i vatter
Vær' så skør som ingen fatter
Blot du gråd erstatter
Åløbet ved dit øje
Har haft tid og møje
Styrke du kan tilføje
Al det mørke at fordøje
Nu kan du brakpløje
I dit smil våger et lys
For små lette kys
Slipper afsted som sukkerdryss
I fremtidens kabys
Vipper lanterner og rampelys
Fjerlette grinekramper
Ud over alle kanter
Med livet i affyringsramper
Glæden vi hamstrer
Og tror så stærkt som kamfer



Lokalforeninger

FAP MIDTVEST:

v/Lone Toustrup
toustrup67@hotmail.com

LAP ÅRHUS:

v/Lise Jul Pedersen
Telefon 5358 2014, jp@antv.dk
og Tom Jul Pedersen
Telefon 2988 4532, tomjulpedersen@gmail.com

LAP SILKEBORG:

Midlertidig kontaktperson: Grethe Kirstine K. Nørgaard
Telefon 26 80 95 14, grethe-kristine@hotmail.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 -16 hos PsykInfo,
Kornerups Vænge 9, st. tv., 4000 Roskilde

LAP HOLBÆK:

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

LAP KØGE OG OMEGN:

v/Tina Møllegaard Hesselbjerg
t.hesselbjerg@gmail.com, www.lapkoerge.dk

LAP NÆSTVED OG OMEGN:

v/Hanne Wiingaard, Pilevej 4, 4683 Rønnede
Telefon 2163 7314, wiingaard@lap.dk

LAP KØBENHAVN/FREDERIKSBERG:

Formand: Mette Windfeld
Vesterbrogade 103, 1. 1620 København V
Tlf.: 33 26 16 23, kontor@lap-kbh.dk
www.lap-kbh.dk

LAP KØBENHAVNS OMEGN:

v/Lars Arredondo
Dalstrøget 104, st., 2870 Dyssegård
Telefon 2349 4034, larsa@tdcadsl.dk

LAP GULDBORGSUND OG LOLLAND:

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

KONTAKTPERSON I SVENDBORG KOMMUNE:

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

Regionale foreninger

LAP MIDTJYLLAND:

v/Tom Jul Pedersen
Telefon 2988 4532, tomjulpedersen@gmail.com

LAP SYDDANMARK

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

LAP REGION SJÆLLAND:

Kontakt: Hanne Wiingaard
Telefon 2163 7314, wiingaard@lap.dk

LAP REGION HOVEDSTADEN:

Bo Steen Jensen,
Telefon 3969 3388 / 2578 3388, zentao@lap.dk

LAP REGION NORDJYLLAND

Formand: Signe Seiersen
Telefon 50 59 38 14, signe.s@mail1.stofanet.dk
Kasserer: Henrik Kromann Hansen
Telefon 25 11 46 45, groenaert@gmail.com

Liste over kollektive medlemmer i LAP

Bofællesskabet Kirsten Marie	2800 Kgs. Lyngby
Botilbudet Skovsbovej	5700 Svendborg
Brugerrådet f/Socialpsyk. Jammerbugt Kommune	9440 Åbybro
BUPS - Brugerudviklingsprojekt for	
Psykisk syge & Sårbare	2820 Gentofte
Café Aroma	5700 Svendborg
Café Utopia	7500 Holstebro
Center Nørrebro	2200 København N
CSD Odense	5000 Odense C
Den Gule Dør	4600 Køge
Det Gule Hus / Askovgaarden	2200 København N
Folkets Hus	4840 Nørre Alslev
Gallohuset	8000 Århus C
Haslekollegiet	8210 Århus V
Huset i Overgade	9800 Hjørring
Idrætsforeningen Kæmperne	2300 København S
Jobigen	8800 Viborg
Lyspunktet	4500 Nykøbing Sj
Mamma Mia	2400 København NV
Mandagsklubben i Vejlbj Vest	8240 Risskov
Multihuset Isefjord	4300 Holbæk
NABO-Center Amager	2300 København S

Netværkscaféen	7700 Thisted
Netværkstedet Thorvaldsen	1871 Frederiksberg C
Nordfyns Psykiatricenter	5471 Sønderød
Outsideren	1620 København V
PH - Aktiv	8600 Silkeborg
Regnbuehuset	2630 Taastrup
Sind klubben i Hillerød	3400 Hillerød
Skiftesporet	7400 Herning
Socialpsykiatrien og Aktivitetshuset Støberiet	2750 Ballerup
Socialpsykiatrien, Botilbud	4640 Fakse
Socialpsykiatrisk Center	4330 Hvalsø
Socialpsykiatrisk Center Rosengaarden	6900 Skjern
Stop Op	4880 Nysted
Stoppestedet	5000 Odense C
Støttecentret	6950 Ringkøbing
Støttecentret	6920 Videbæk
Sundbygård	2300 København S
Sølvagergård	4293 Dianalund
Ungegruppen	8900 Randers C
Værestedet Perronen	4800 Nykøbing F
Værestedet Væksthuset	8700 Haarsens

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

indmeldelses//blanket//

NAVN:

ADRESSE:

FØDSELSDATO OG ÅR:

POSTNR. OG BY:

KOMMUNE:

REGION:

EVT. TLF:

EVT. EMAIL:



Landsforeningen Af nuværende og tidligere Psykiatrirugere

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

SÆT KRYDS I KALENDEREN

LANDSMØDE 2019 *20 ÅRS JUBILÆUM*

Afholdes 4. - 5. maj på Hotel Svendborg

Store Glasvej 49, 5000 Odense C



POST

Sendes ufrankeret
Modtageren
betaler portoen

**LANDSFORENINGEN AF NUVÆRENDE OG
TIDLIGERE PSYKIATRIBRUGERE**

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

KROGS KROG

Af Michael P. Krog



Jeg kan ikke forstå hvad en regering skal gøre godt for, hvis ikke for at hjælpe de svage - de stærke skal sgu nok klare sig...

Det har været efterår og er nu vinter. kulden har erstattet varmen. Blæsten og mere kolde vinde møder os. Flere træer er væltet, også i mere overført betydning. Indenfor et halvt år er der Folketingsvalg og endnu flere træer kan væltes her. Regeringen har fremlagt en psykiatriplan med 43 punkter.

Regeringschefen Lars Løkke Rasmussen bebudede en helt ny Sundhedsreform lige efter efterårsferien, men den er efterhånden udskudt flere gange. Sundhedsreformen skulle indgå i finanslovsforhandlingerne, men Finansloven skal vedtages inden nytår, så det ser som om den bliver udskudt til næste år og som valgoplæg.

Selvom flere ministre har været og er på vej ud og nogen billedligt talt vil se det som en speciel dyrerace, der flygter fra det synkende skib, er det regeringens vilje at blive genvalgt. Undersøgelser i befolkningen viser at 'blå' blok generelt står for økonomisk tryghed og 'rød' blok generelt for velfærd og sundhed. Derfor vil 'blå' blok gerne have et trumfkort som de kan bruge i en meget tæt valgkamp.

Selve datoen for Folketingsvalget kender vi stadig ikke. Kun at den sikkert bliver nogle måneder inde i det nye år.

I sin åbningstale den 2. oktober fortalte statsministeren at valget til Europa-Parlamentet bliver den 26. maj. I al ubeskedenhed kan jeg nævne at vi her på bagsideklummen, allerede for et halvt år siden forudsagde valgdatoen

til den pågældende søndag. Politiske kommentatorer lever ellers af at fortælle hvordan tingene er og vil blive og bag efter hvorfor de ikke blev det.

I åbningstalen fortalte Lars Løkke Rasmussen videre, at "velstanden er vokset med over 9.000 kr. per dansker". Han fortalte også at "regeringen vil tilføje 2,1 milliarder mere til psykiatrien over fire år. Som en del af en fælles plan - der skal løfte indsatsen hele vejen rundt".

Penge skal der til, men selvom beløbet er stort - især sidst på måneden, er det alligevel kun meget lidt i forhold til det efterslæb psykiatrien har oplevet, efter behovet er steget markant i så mange år. Der bliver talt meget om politikerlede. Mogens Lykketoft har fortalt, at det intet er i forhold til 'vælgerleden' på Christiansborg. Åbningstalen var i år lidt mere poetisk end ellers, da Lars Løkke indledte med ordene: "...de smukke unge mennesker. Pludselig er de stukket af. Søndag døde hele Danmarks gavflab og folkepoet, Kim Larsen. Men hans sange og poesi lever videre. Til evig tid. Til evig tid".

Et af de træer, som er væltet siden sidst, er Kim Larsen.

Selvom det ikke var uventet, kom det alligevel som et stort chok, som hurtigt bredte sig. Lige pludseligt blev han et samlingspunkt for hele nationen. Det udmundede sig i mange timer i fjernsyn og radio og mange sider og temenumre i aviser og blade.

Facebook glimrede ved denne gang ikke at udbrede had og vrede, men savn og personlige minder fra unge og gamle. Jeg var selv inde på Rådhuspladsen, som samlede københavnere i sorg og glæde. Her skulle nye musikere fortolke den gamle mester. Der var fyldt fra

Hovedbanegården til Rådhuspladsen af et vuggende menneskehav. Her stod danskere, små børn sammen med ældre pensionister, som i alle aldersklasser sang og dansede med.

Det er Kim Larsen, som har udtalt de ord som står i overskriften: "Jeg kan ikke forstå hvad en regering skal gøre godt for, hvis ikke for at hjælpe de svage. De stærke skal sgu nok klare sig".

Han ville nok være glad og lykkelig for hvad danskerne som sådan følte, men nok føle sig lidt omklamret af andre. Han var Christianshavner, men boede flere af sine sidste år i Odense. Ligesom sekretariatet for LAP. Jeg har således et par gange hilst på ham, når han kom svingende på sin cykel hen over Ove Sprogøes Plads.

I øvrigt er det ikke første gang en statsminister officielt citerer Kim Larsen. Hvem husker ikke i kriseåret 1977, hvor socialdemokraten Anker Jørgensen var statsminister i Danmark. Landet var i økonomisk krise og i sin nytårstale citerede Anker Jørgensen de to første linjer i Gasolins sang: 'Det er kold tid, som vi lever i. Alle går rundt og fryser'. Sangen er fra året før 1976. Trofaste læser af denne bagsideklumme vil vide, at jeg gentagne gange også har brugt citatet, for at billedliggøre den tid vi lever i.

Der er allerede nået at udkomme flere bøger og genudgivelser om Kim Larsen. Noget af det gode ved vinteren er, at der udkommer flere bøger end ellers. Bøgerne er sikkert tænkt til at ligge under juletræet, men kan også bruges til selvforkælelse og endda selvkærlighed. Jeg holder meget af William Shakespeare. Hans samlede 37 skuespil lige er udkommet i en eminent ny oversættelse af Niels Brunse. I mine selvironiske, grænsende til selvpinende øjeblikke,

tænker og taler jeg om 'mit mismods vinter'. Men det er nu taget fra skuespillet Richard III og lyder egentligt 'vort' mismods vinter, da det er majestætisk flertal.

Det er mig mere og mere bevidst, hvor vigtigt det er at være god ved sig selv. Jeg har altid været meget selvkritisk, taget arbejdet meget højtideligt og mere ladet fornøjelserne vente. Pligten først! Men det slider at være hård ved sig selv og det ved jeg at mange af vores læsere også har smerteligt inde på livet. Så mit hovednytårsforsæt bliver at slappe mere af og være bedre ved mig selv. Det hindrer naturligvis ikke at man også er god ved andre.

En aktuel undersøgelse fra Frivilligrådet viser at over halvdelen af de adspurgte mener, at vi danskere indenfor de sidste 10 år er blevet dårligere til at være gode og tænke på hinanden. Trofaste læsere véd at jeg har harceleret over det store fokus på at være god og glæde andre i juletiden. Hvert år slår julesalget de fleste rekorder. Jeg har intet imod at tænke på og være gode ved hinanden i juletiden. Jeg vil blot så gerne have at det gjaldt resten af året også. Det er næsten ligesom at lede efter intelligent liv andre steder i universet. Jeg vil være mere end tilfreds ved at finde det her på jorden.

Men en af mine glæder er bøger.

Der kommer stadigt flere bedre og mere selvbiografiske bøger om psykiatri. Før var det mere selvudgivne beretninger af psykiatribrugere, som desværre ikke altid kom så langt ud. Nu er der en tendens til, at også i forvejen kendte og anerkendte forfattere udgiver bøger om deres oplevelser med psykiatrien.

Lige i øjeblikket er der især to som er værd at nævne, Karen Fastrups 'Hungerhjerter'. Politiken skriver: Karen Fastrup skriver om sindssygdom, så man kan mærke det på egen krop. Men især skriver hun om at være menneske, og det gør hun fremragende. (Bogen er også anmeldt her i bladet af Nils Holmquist).

Den anden jeg tænker på er Anne Lise Marstrand-Jørgensens bog 'Sorgens grundstof', som er en imponerende oplysende rejse gennem 200 års lidelse og plage. Politiken skriver: Magisk realisme og historisk oplysning går hånd i hånd. Tidligere er to andre også fremragende bøger udkommet: 'Nat i april' af Caroline Livingstone. Hun er 29 år, fik

debutantprisen sidste år og strøg direkte ind som nr. 1 på bestsellerlisten med sin selvbiografiske fortælling, hvor hun skildrer livet med en alvorlig psykisk lidelse. Beretningen trækker læseren med fra den begyndende sårbarhed ned i den dybeste psykose, gennem psykiatriske afdelinger, diagnoser, medicin, og forsøg på fornægtelse og erkendelse.

Den sidste bog jeg vil nævne, er af journalisten Anders Hjort. Bogen hedder 'Han løber på tagene om natten'. Det er debutroman om OCD og er til alle, der lider i det skjulte. Det er en meget velskrevet bog om tvangshandlinger, systemer, rækkefølger, ritualer, sygdom og ensomhed. Tidligere har Tove Ditlevsen skrevet om sit liv og sine psykiatriske oplevelser. Til julesalget er udkommet en kæmpebog om hendes svar fra hun var brevkasseredaktør på Familie-Journalen. Hun skrev engang at parforholdet kan være så svært, at der skal tre til at overleve det. Før hende var Amalie Skram nok den første som litterært fortalte om sit liv og sine oplevelser på Sankt Hans. Hun spurgte en dag sin psykiater, hvorfor hun er sindssyg og indlagt. Professoren svarede: "Det kan man læse i Deres bøger..."

Endelig har professor Merete Norden-toft skrevet en lille bog: Hvordan skaber vi fremtidens psykiatri. Hun skriver at 'der er store samfundsøkonomiske gevinster ved at behandle bedre, hurtigere og mere effektivt - for ikke at tale om gevinsten for de syge. Alligevel er psykiatrisk behandling stærkt underfinansieret sammenlignet med behandlingen af fysiske sygdomme. Hvordan kan vi acceptere, at psykisk sygdom er stigmatiseret og underbehandlet i Danmark? Prisen er for bogen er 50 kroner.

Og en servicemeddelelse: Julekrybbspillet på Christiansborg er atter i år aflyst, da det igen ikke viste sig muligt at finde 3 vise mænd.

Fra ALLE OS til ALLE JER - ønsker vi en rigtig glædelig Jul - og et herligt nyt år 2019!

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! ■



DANMARK

PP

Afsender: Medlemsbladet LAP, Store Glasvej 49, 5000 Odense C