

FRU CHRISTOFFS UNIVERS

SMERTE OG PSYKOSE

**LANDSKAMPAGNEN MOD
DØDSFALD I PSYKIATRIEN**

STIGMATISERING

MEDLEMSBLAD

Medlemsbladet LAP er medlemsblad for:

LAP | Landsforeningen Af nuværende og tidligere Psykiatribrugere

Adresse:

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

Redigeres af arbejdsgruppe, ansvarshavende overfor presseloven:

Hanne Wiingaard | Tlf. 55 50 01 51

Korrektur:

Karl Bach Jensen

Trykt hos:

npc tryk a/s | Næstved

Layout:

npc tryk a/s | Næstved

Teknisk ansvarlig:

Hanne Wiingaard

Oplag:

4000 eksemplarer

Navngivne indlæg udtrykker ikke nødvendigvis LAP's holdninger.

Indlæg bedes indsendt til LAP pr. e-mail:

lap@lap.dk. Deadline til næste nr. er: 1. februar 2011.
Alle indlæg, der optages til bladet bliver også lagt ud på LAP's hjemmeside. www.lap.dk

Arbejdsgruppe for dette blad er:

Kirsten Dam, Inger-Liss Christoffersen og Hanne Wiingaard

Lederen	3
Fru Christoffs univers	4
Nyt patientklagesystem	6
Godnat arbejde, goddag pension	6-7
Juvelhuset har skrevet Danmarkshistorie	7
LÆSERBREV	8
Smerte og psykose	8
Boganmeldelse: At leve med stemmer	9
Det rummelige arbejdsmarked.	10
Nedlæggelse af LAP-Odsherred	10
Den lille jordomrejse	11
En person med gennemslagskraft	12
landskampagnen mod dødsfald i psykiatrien	14-17
Julekort far foreningen	18
Brevkassen	19
Stigmatisering	20
Annonce landsmøde	21
Psykiatribrugere stigmatiseres af det psykiatriske behandlingssystem	22
Misbrug af magt - kropsvisitation	24
Boganmeldelse: Familieliv med ADHD	26
Boganmeldelse: Senfølger af seksuelle overgreb i barndommen	27
Liste over kommunale grundforeninger i LAP	28
Liste over kollektive medlemmer i LAP	28
Krogs krog	30
Små artikler	30
Digte	31
Krogs krog, fortsat	bagsiden



Julesneen daler ned og gør december mere lys

Korskampagnen og dens eftersmæld. Obduktioner og undersøgelser, Retslægerådet som er gået i gang med at presse andre råd. Debatten er om ikke ophedet så dog ret heftig. Og det diskuteres stadig om vi gjorde det rigtige med at skrive "Psykiatri" på korsene, set i bakspejlet må vi konstatere, at kampagnen faktisk har været ret om sig gribende og provokeret mange, enkelte har valgt at melde sig ud af LAP, men endnu flere har fundet vejen til medlemskab, vi har nu 940 personlige medlemmer.

Afstigmatiseringskampagnen i kølvandet på PsykiatriTOPmødet. Det Sociale Netværk er omdrejningspunktet i kampagnen. Johanne Bratbo er hentet ind som koordinator og starter 1. januar 2011.

Der sker en sammenlægning af Videnscentrene, således at der skulle opnås nogle administrative besparelser og måske øges samspillet på tværs, således at der på sigt bliver et stort videnscenter for hele handicapområdet med specialkonsulenter inden for de enkelte fagspecialer og navnet vil blive ViHS (Videnscenter i Handicap og Socialpsykiatri).

Staten har så travlt med at straffe de kommuner, som ikke har levet op til kravene omkring aktiveringsprojekter. Aktiveringsramte der ikke får den opbakning og støtte, som de burde fra kommunerne skulle tilbydes kompensation. Der er alt for mange som tabes på gulvet eller ikke opnår den jobposition, som en god coaching ville have bragt dem i.

Rehabiliteringsydelse og førtidspensionsreform skal gå hånd i hånd, men hvad vil politikerne? Regeringen må have noget, som de kan tilbyde de unge i stedet for førtidspension. De unge vil faktisk gerne ind i en form for modnings- eller læringsproces,

hvor de tilegner sig de evner, der skal gøre deres resurser attraktive på arbejdsmarkedet. Ofte vil denne proces kræve sikkerhed og ro, og får man det hvis man ikke ved, at der er nok tid til denne proces, eller man hele tiden skal testes, om ens evner er til arbejde eller til forsat rehabiliteringsforsøg.

LAP deltager efterhånden i flere og flere råd og udvalg, og vi glæder os over, at psykiaterne har den holdning, at vores viden er mindst ligeså værdifuld som deres. Vi er blevet bedre til at påvirke myndighederne og myndighederne er blevet langt bedre til at lytte, og i samspil kan vi nå langt.

Landsmødet afholdes i april, det er ikke en aprilsnar, men skinbarlig sandhed. Detailplanlægningen afventer, men allerede nu kan vi løfte sløret for at det bliver weekenden d. 15.-17. april 2011 og på Hotel Svendborg, som landsmødet pålagde landsledelsen. Se annonce i bladet.

I forrige uge, var der en gruppe fra LAP, som mødte op på Christiansborg for dels at høre om deres tanker med fremtidens psykiatri og dels give politikere m.fl. modspil på disse. Det som for os var meget tankevækkende, var at det var annonceret, at Venstres psykiatriordfører skulle bidrage med en session, men havde trukket sig. Mon venstre ikke ønsker at bidrage med deres synspunkter i debatten?

I år var det fattigdomsår og der har på mange måder været fokus på dette, men er de fattige blevet rigere, eller har man fundet ud af, hvem som man egentlig skal regne som fattige. Nej, men der har været fokus på området, og man prøver at arbejde med en vis form for fattigdomsdefinition.

Næste år er det frivillighedsår og der sættes fokus på, hvad frivilligt arbejde egentlig gør ved os danskere. I LAP kan vi tilbyde både bisidderkursus og et omrejsende cirkus i foreningsorganisering.

Julen står for døren, og i år må du nyde dette skrift, som kommer netop så betids, at vi kan ønske dig Glædelig Jul og godt Nytår, og vi håber i 2011 at få LAP endnu mere kendt i offentligheden, du kan yde dit bidrag, husk at enhver håndsækning tæller.

One Night in the Opera

Den 10. oktober på Verdens Mentale Sundhedsdag sluttede LAP's landskampagne mod dødsfald i psykiatrien med en demonstration på Nytorv i København. Igennem 14 dage havde LAP-bussen været rundt i de større byer i Danmark – og det med succes. En del medieopmærksomhed kom der også ud af det – en del meldte sig ind i LAP og nogle meldte sig ud. (flere oplysninger om kampagnens forløb kan læses andet sted i bladet eller på LAP's hjemmeside www.lap.dk)

Min aften på denne særlige dag sluttede i Operaen, hvor PsykiatriFonden havde inviteret 1.500 mennesker til det årlige arrangement med underholdning, oplæg og andet spændende. Sammen med fire andre LL-medlem-

mer oplevede jeg både opera, ballet, oplæg af Raben Rosenberg om stress, depression og hjerneforskning, Rytteriet - v/Rasmus Botoft og Martin Buch, en prolog af Ib Michael, Safri Duo og meget mere - og til slut formanden Jes Gerlachs bevægende afskedstale som han kaldte "Et eventyr". Man mærkede ikke på ham, at os, der i bil kørte over broen ind til P-pladserne ved Operaen, havde oplevet et scenarie, vi gerne havde været foruden. En stor demonstration af hvidklædte personer med fakler og store hvide skilte med slagord mod psykiatrien og anden ubehagelig propaganda stod opstillet netop her, hvor rigtig mange gæster kørte ind. En af disse, professor Raben Rosenberg, var rystet over dette skue, og rettede dagen efter henvend-

delse til LAP for at få en forklaring, idet han antog at det var LAP's landskampagnen som demonstrerede der. Det kunne jeg og FU skriftligt afvise - vi har anelser om hvem der stod bag. Meget kedeligt og også meget frækt, at denne protestgruppe gennemførte deres sektlignende demo under dække af LAP-landskampagnen. Der var ingen mediedækning om PsykiatriFondens storslåede aften, udover et lille input i TV-2 dagen derpå, hvor protektor Kronprinsesse Mary tonede frem. Det var bestemt en meget smuk og bevægende aften i Operaen.

Kærlige julehilsner fra
Inger-Liss

En spændende temadag i Århus

Om Psykopati og personlighedsforstyrrelser

Den 5. nov. var jeg tilmeldt ovenstående temadag på Århus Universitetshospital – det var der mindst 100 andre, der også var. Der var rigtig mange gode oplæg. Professor Raben Rosenberg holdt et spændende foredrag om psykopater og personlighedsforstyrrelser med titlen "Psykopati i neuro-psykiatrisk lys". Det blev holdt på en meget letforståelig måde og alligevel med megen faktuel oplysning om denne uhyggelige sygdom. Jacob Holdt, fotograf og foredragsholder, startede en times oplæg med underholdning snittet til med billeder på storskærm og mange hurtige kommentarer om hans eget liv blandt hjemløse, forbrydere og Ku Klux Klanen i USA. Lidt ligesom Münchhausen eventyr. Han kunne næsten få en morder til at virke uskyldig.

Psykolog Claus Werchmeister, Retspsykiatrisk afd., Risskov holdt et interessant oplæg om bl.a. psykopati – psykopatologi. Det blev nævnt at Peter Lundin (myrdede kæreste og to børn for nogle år siden) var en fuldblods psykopat, følelseskold og socialt dysfunktionel.

To brugere, Christina, som havde levet med en psykopatisk, kristen far og oplevet overgreb i barndommen samt en anden kvinde, der havde levet med en personlighedsforstyrret ægteemand i mange år - fortalte begge rørende om deres dramatiske oplevelser som slut på temadagen.

Der var workshop bagefter, men det deltog jeg ikke i – jeg havde fået nok med hjem at skrive om. "Masken" som en ægte psykopat bærer, viser at ved-

kommende spiller rollen og ikke har emotionelle følelser for andre end sig selv. Hele tiden finder han/hun nye ofre som kan misbruges på forskellig vis. Ofte er det svært at se dette, før der sker et endeligt brud og man mærker den syges sind for fuldt blus.

Jeg er i gang med at skrive en større artikel om personlighedsforstyrrelser versus psykopati. Der kan i øvrigt lånes en masse bøger om psykopati hos PsykInfo, Skovagervej 2, 8240 Risskov. www.psykinfo.dk

Nu bliver det atter jul



met endnu, så man kan stadig sætte forårsløg i haven. Jeg har sat tre stykker løg af de 4-verdeshjørner i krukke og god jord - indendørs - og håber nu, at der kommer en rød, en hvid og en rosa/hvid frem inden juleaften. De er så smukke og stolte, når de er sprunget ud, og holdbarheden er lang.

Første dag i advent skal der laves juledekorationer hos

helt små børn får noget gran og lys at pynte med - voksne drenge kan også finde mange ideer frem med en klat ler, gran og nogle fine lys. Lilla skal min adventskrans være i år, både lys og sløjfer. Der er gløgg og æbleskiver om eftermiddagen, og måske en and eller noget andet spændende til aftenens smad som min kokkesøn vil fremtrylle. Det skaber en stemning af sammenhold og absolut julehygge af højeste kaliber. På selve juleaften skal vi ikke være så mange, og jeg har fået lov at læse juleevangeliet op i år, inden vi går rundt om det pyntede træ. Det har ikke været tilfældet de tidligere år; muligvis fordi det føltes mere kristent og højtideligt for den unge generation. Jeg synes nu alligevel at mine børnebørn skal vide, hvorfor vi fejrer julen.

Julen nærmer sig med hast - forretningerne har allerede i skrivende stund linet hele nissemenageriet op, og alverdens grønt, pynt, glimmer og gaver kan købes for penge. Frosten er ikke kom-

min søn og svigerdatter, hvor det traditionen tro er hele familien, der inviteres til at producere alt hvad kreativiteten magter at frembringe. Vi plejer at være op til 20 mennesker. Selv de

Der kunne være meget andet at skrive om...

Rundt om i bladet kan I læse om mange andre oplevelser - måske ikke de særligt julede - så derfor vil jeg slutte klummen af med mit eget lille LAP-juleevangelium:

Må julen komme godt ind og hjem til jer alle i foreningen og bringe lidt lys og glæde for fremtiden. Giv ikke op før alt er afprøvet. Hold hovedet højt selvom du hører om tabuisering, føler dig stigmatiseret og/eller har en diagnose, hvor du er nødt til at bruge medicin for at få livskvalitet. Glem alt om Janteloven - vid at du er noget unikt i dig selv - på trods af sygdom, diagnoser og andet - du er et menneske som alle andre bag masken. På den måde kommer du videre i dit måske svære liv, kan udvikle dig, være kreativ og gøre en forskel. Det frivillige arbejde i mange sociale lag er en efterspurgt

vare, som man bør udnytte chancen for at deltage i, hvis man har ressourcer til det. Man behøver ikke at hedde Poul Nyrup Rasmussen for at gøre en forskel - det handler ikke om, hvor stort, det du gør, er eller bliver, men blot om at du gør noget. På den måde gør du også meget for dig selv og andre.

Det kan vist kun være en Win-win situation.



BRUG JULEN TIL AT TÆNKE OVER
HVAD DU KAN GØRE FOR DIG SELV!
GLÆDELIG JUL!

Nyt patientklagesystem

Med virkning fra 1. januar 2011 er der kommet et nyt patientklagesystem. Det er sket ved en ændring af loven om klage- og erstatningsadgang inden for sundhedsvæsenet, samt en række andre love. Ændringerne er vedtaget med samtlige partiers stemmer i Folketinget og er ret omfattende, men især visse punkter er værd at hæfte sig ved.

Reformen har været længe undervejs og betyder en udvidet og mere enkel klageadgang, hvis man er utilfreds med sin behandling eller ønsker erstatning. En række myndigheder og instanser er nu samlet i Patientombuddet, der er en ny uvildig statslig institution. Som hovedregel er det fremover det sted, hvor man skal henvende sig. Her vil man sørge for, at henvendelserne sendes til den rette myndighed. Der er også en ambition om, at sagsbehandlingen bliver hurtigere – i det mindste på længere sigt.

Der kan som hidtil klages over bestemte sundhedspersoners sundhedsfaglige virksomhed, f.eks. forkerte diagnoser eller forkert medicinudskrivning. Dette vil fremover blive behandlet i et

særligt Disciplinærnævn, med ligelig repræsentation af patientrepræsentanter og sundhedsfagligt uddannede.

Som noget nyt kan der nu også klages over forløb og systemfejl, der ikke nødvendigvis knytter sig til en enkelt sundhedsperson. Tilsvarende ved manglende efterlevelse af en række patientrettigheder, f.eks. frit valg. Her bliver afgørelserne truffet af Patientombuddet, der vil tage stilling til, om forløbet har været kritisabelt. Nyt er også, at der bliver mulighed for en indledende dialog med den pågældende region, inden der oprettes en klagesag. Der er så mulighed for, at sagen eventuelt kan slutes med en undskyldning eller afklaring af misforståelser, inden en egentlig sagsbehandling går i gang.

Den generelle klagefrist til patientombuddet er 2 år efter, man fik kendskab til – eller burde have fået mistanke om, at der var foretaget en forkert behandling – eller 5 år efter hændelsen har fundet sted.

For psykiatribrugerne specielt sker der også ændringer. Klager over de lokale

psykiatriske patientklagenævns afgørelser i tvangssager skal fremover gå til Patientombuddet, hvor de normalt afgøres af et nyoprettet Psykiatrisk Ankenævn.

Klagefristen er her 3 måneder – hvorimod der fortsat ikke er nogen klagefrist for indgivelse af klager til de lokale psykiatriske patientklagenævne.

Krav om erstatning i forbindelse med behandlingen kan nu også indgives til Patientombuddet.

For psykiatribrugerne er det dog fortsat sådan, at erstatningskrav for uretrettiget tvang eller frihedsberøvelse skal rettes til sygehuset/regionen eller rejses ved domstolene. Dette kan f.eks. ske i tilknytning til en eventuel domstolsprøvelse af tvangssagen.

Der er som nævnt tale om en ganske omfattende reform og medlemmer, der har behov for yderligere vejledning i forbindelse med deres sag, er som altid meget velkomne til at rette henvendelse til LAPs juridiske rådgivning.

Godnat arbejde, god

Vækkeuret ringer, og min chef, politikerne og kollegaer venter på mig på arbejdet, men jeg har ikke sovet hele natten. Jeg kunne simpelthen ikke sove, så jeg er totalt kvæstet. Det føles som om, at sengen hiver i mig, og omkring mit hoved er jeg så søvnig, som jeg aldrig har været det før. Det er sådan en dum ide, at man kan melde sig syg, når det ikke hver gang er derfor, at jeg ikke vil gå på arbejde.

Jeg giver op, jeg kan ikke stå op, og derfor så foretager jeg mig ikke mere

i sagen. Udover bare at blive liggende, og håbe på at jeg snart får sagt op på mit arbejde. Med de tanker går jeg ud som et lys i min seng, og et øjeblik inden jeg falder i søvn, rammes jeg af en lille skræk over foretagendet. Derefter så vågner jeg kl. sytten, og skal snart lave aftensmad, og samtidigt med det bliver jeg skrækslagen.

Fordi hvad vil folk nu sige, hvordan er min situation og min hverdag, hvis det her fortsætter. Pludseligt ringer telefonen, og jeg skuler af frygt over

på den - uden at tage den. Det er min chef, og han er den sidste, jeg vil tale med. Jeg bliver igen overvældet, fordi hvordan skal jeg kunne sove i nat, når jeg har sovet hele dagen. Ud af mine øjne strømmer det med væske, ja jeg er faktisk psykisk syg. Jeg har søvnforstyrrelser, hører stemmer, og min hjerne er på ingen måde klar til at huske på arbejdsopgaver.

To dage efter forsøger jeg at gå på arbejde, fordi det bestemmer politikerne, det gør jeg ikke selv. Jeg kommer for

Juvelhuset har skrevet Danmarkshistorie

Juvelhuset er et bosted, som har valgt at sætte fokus på hverdagslivets hovedindgredienser og endda fået psykiaterne til at samarbejde om deres projekt.

En af de ting, som de har bragt fokus på er kosten. Den viden, som de har oparbejdet om kosten, har de delt med ca. 250 andre personer ved en temadag omkring kosten. En dag hvor glæde og vidensudveksling kom i fokus, og hvor der blev plads til både at være meget seriøs og fjollet på den gode måde.

Vender man dagen på hovedet og starter med Radiodoktorens indslag om lægernes manglende indsigt i kostens betydning, ikke mindst oplysninger om at lægerne og behandlingen er hyppigste dødsårsager, så forstår man virkelig, hvorfor sundhedsvæsenet i Danmark er blevet så abnormt samfundsøkonomisk belastende, og hvor lille en succesrate væsnet opnår. Det ville være mere relevant at omdøbe sundhedsvæsenet til sygdomsvæsenet. Det ville være relevant at oprette et reelt sundhedsvæsen med

fokus på forebyggelse og sundhedsfremme.

Faktisk vil dagens viden kunne bidrage til, at vi får en psykiatri i verdensklasse, hvis ellers Regionerne og Sundhedsstyrelsen turde gribe bolden og lade den få plads i de kommende års forsøg på at skabe en bedre psykiatri.

Det er utroligt, at opleve hvordan en så simpel ingrediens af hverdagslivets elementære dele først nu bringes i fokus. Det må snart være indlysende for mange flere, at kosten har en grundlæggende indflydelse på vores daglige funktionsevne, herunder også vores psykiske funktionsevne og dermed på sindslidelser i almindelighed.

Første fase er at fremelske en generel kostplan, som giver energi og virkelyst. Det bør naturligvis ske i et fornuftigt samspil mellem evidensbaseret viden og praktiske erfaringer. Juvelhuset har valgt at sætte disse to i samspil og på fornuftig vis løfte både medarbejderes

og beboeres viden om kost, endda på en ligeværdig måde. Man inddrager beboerne i den praktiske såvel som teoretiske ændring af kosten, hvorved man giver dem en basis for at forstå, hvorfor de skal spise, som det anbefales. Juvelhuset har valgt netop den form, som man andre steder i recovery-processerne har erfaret, er den bedste - nemlig at lade brugerne være fuldgældige mennesker med ret til at vælge til og fra, samt ikke mindst at forstå baggrunden.

På dagen fik vi bidrag om Juvelhusets erfaringer fra praksis, ved:

Tonie Rasmussen

Jeanette Hansen

Svend Rybner

Eksterne oplægsholdere om kostens indvirkning på psyken:

Mia Damhus

Carsten Vagn-Hansen

Deres respektive oplæg findes på www.juvelhuset.dk under temadag omkring kost og psyke.

ag pension

sent, og mine kollegaer er efter mig, de er faktisk i en helt anden rytme og humør end mig. Jeg føler mig udenfor, og det eneste sted, jeg har lyst til at være, er ude på toilettet. Så der bliver jeg nødt til at gå ud og tænke på, hvad min familie laver. Jeg er frygteligt træt, og er faktisk faldet ud af sengen.

Jeg beslutter at tage tilbage til mig selv, så jeg kan nyde morgenstunden, en morgen hvor freden og dagen starter mildt og dejligt, uden at jeg skal ud af døren, det vil jeg bare ikke undvære.

Ved håndvasken på toilettet opfatter jeg faktisk, at der står et spøgelse.

Det er min kollega, som er totalt grå og bleg i ansigtet, jeg spærre øjnene op, og har faktisk lige i dette øjeblik taget min beslutning. Og derfor siger jeg til min kollega: "godnat arbejde, goddag pension".

UNDERTEGNET

MARIELOUISE LØVENDAHL WÆRENS.

LÆSERBREV

Når jeg læser Thomas Werges indlæg i LAP-bladet og husker tilbage på, da han holdt foredrag i LAP-Roskilde, kommer jeg i tanke om, hvad min psykiater, tidligere ledende overlæge i psykiatri, Peter Stigaard Jensen, sagde om det: "endnu et vildskud i en endeløs række af vildskud"

Og Peter har fuldstændig ret, for der har været mange af dem.

Genetik, arve hygiejne, eller racehygiejne, som det oprindeligt blev kaldt, opstod i USA omkring år 1900, kom hurtigt til Europa, hvor bl.a. Danmark og Sverige blev førende i det.

Tyskland overtog så førertrøjen i 1920. Formålet var, at skabe en ren sund race af hvide mennesker, fri for alle sygdomme, og tanken blev støttet af statsledere, nobelprismodtager, og andre, der troede, at de var bedre end andre. Så da nazierne kom til magten, var det såkaldte forsknings grundlag for deres første racelove der, og de gik ikke ud over jøder, men åndssvage, psykisk syge m.m..

De officielle love, som nazierne indførte, var ikke så grove overfor de, der var anderledes - som psykisk syge - som den, f.eks. Danmark allerede havde indført i 1920'erne.

Uofficielt begik nazierne deres første folkemord på de berørte grupper, allerede i midten af 1930'erne. Racen skulle holdes ren!

Efter 2 verdenskrig skyndte alle lande sig, at tage afstand fra tanken, med to undtagelser - Danmark og Sverige. De sidste love om genetik, arvehygiejne og racehygiejne blev først afskaffet i Sverige i 1987. Hvornår det skete i Danmark, ved jeg ikke, men i hvert fald blev der begået store overgreb på anderledes langt op i 1970'erne. Så blev der stille om det i en del år, men omkring år 2000 kom idéen igen, denne gang som fostergenetik.

Og for at sælge ideen tog de først Downs syndrom (mongolfoster). Roligt og stille fortalte de befolkningen, at de var for dyre for landet, derfor skulle de afskaffes allerede i fosterstadiet.

Og det bliver de i dag

Glidebanen er startet, for hvem bliver de næste, der er for dyre for samfundet. Skal et foster, der efter Thomas Werges mening har en høj procentvis chance for at udvikle f.eks. skizofreni slås ihjel for at spare samfundet for penge? Og hvor skal grænsen gå?

Og er der overhovedet en grænse?

Personligt tror jeg på, at ingen er født psykisk syge, men omsorgsvigt, tillidsbrud og overgreb kan få alle mennesker til at blive det, måske i et slags selvforsvar, idet man ikke vil indse eller anerkende, at folk - pårørende man holder af, stoler på og elsker - groft har svigtet.

Men det vil føre os tilbage til en snak om, hvorvidt psykisk sygdom er et tegn på et sygt samfund, således at de, der bliver psykiske syge, i virkeligheder er de "normale" og de, der påfører andre sygdommen, er de "unormale", der trives i et sygt samfund. Men anerkender man det, vil pillemedicinindustrien dø ud.

Og så kan folk som Thomas Werge ikke tjene millioner på piller, der i bedste fald er mere eller mindre uskadelige, men som ofte slår os ihjel.

Skulle Thomas gøre gavn, så burde han forske i, hvor mange af os der dør hvert år. I øvrigt tak til dem, der har brugt deres tid til at lave landskampagne mod dødsfald i psykiatrien, det var tiltrængt.

MEN VENLIGE LAP-HILSER

ERIK ROSKILDE

LÆSERBREV ER NØDVENDIGVIS

IKKE LAP'S HOLDNING.

Smerte og psykose

For et stykke tid siden drømte jeg, at mit vanvid var et forsvar mod sorgen. Tidligere troede jeg, at smerten blev skabt af stemmerne, af psykosen. Nu forstår jeg, at det er omvendt; psykosen er en (ubevidst) flugt fra en ubærlig virkelighed, fra sorgen og smerten.

Da jeg var ung, oplevede jeg to traumatiske begivenheder, bl.a. en dyb men ulykkelig forelskelse. Som jeg oplever det, resulterede disse to hændelser i en grundlæggende, dyb smerte i mit sind, i mit indre. Og den ulykkelige forelskelse blev tuen, der væltede læsset.

Så jeg oplever, at psykose kan være et forsvar mod smerte og sorg, omend det er irrationelt og uhensigtsmæssigt. Men når man ser sådan på det, har man pludselig en chance for at komme sig igen ved egen, bevidst kraft. Man kan vælge, i hvert tilfælde forsøge, at se smerten, sorgen i øjnene som den er. Og ikke længere flygte fra den. Det gør ondt, men dét gør livet jo af og til. Men det er også som at få boret en syg tand ud; det gør ondt, og måske har man brug for bedøvelse (medicin); men resultatet vil være mere sunde tænder. Fred.

Når jeg ser sådan på det, tror jeg mere end nogensinde på, at det faktisk er muligt at overvinde skizofrenien. At komme sig. Ikke ved et trylleslag, men ved hårdt arbejde; ved at se mig selv i øjnene og bearbejde de svære følelser af smerte og sorg og vrede. Se det i øjnene.

Mere end nogensinde tror jeg på, at der er en vej at gå. Jeg har fået øje på den i tågen, i regnen. Eller også er dette blot næste skridt på den vej, jeg altid har gået. Håbets vej. Jeg tror, at jeg er ved at komme mig for alvor.

CARSTEN PLOUG OLSEN, ODENSE

At leve med stemmer

Det er med stor interesse og glæde, at man ser endnu en bog i gruppen af bøger der gør op med den klassiske somatisk baserede psykiatri.

Forfatterne Sandra Escher og Marius Romme har samlet 50 recovery historier omkring begrebet "stemmehøring". Bogen er tredje bog i en serie omkring nytolkningen af dette begreb.

En nytolkning der giver plads til det normale i at kommunikere med indre stemmer. Jeg skriver "det normale" bl.a. fordi vi alle på en eller anden måde kender til "indre stemmer". Lad mig i forbigående nævne: "Samvittighedens stemme" eller citat: "Jeg lytter til mit inderste jeg der siger "Johanne Louise Heiberg i Erindringer Slageren "Jeg snakker med mig selv"

Faktisk er de indre stemmer en del af vores fælles kulturarv, en arv vi har fælles med alle kulturer, idet begrebet er kendt i dem alle.

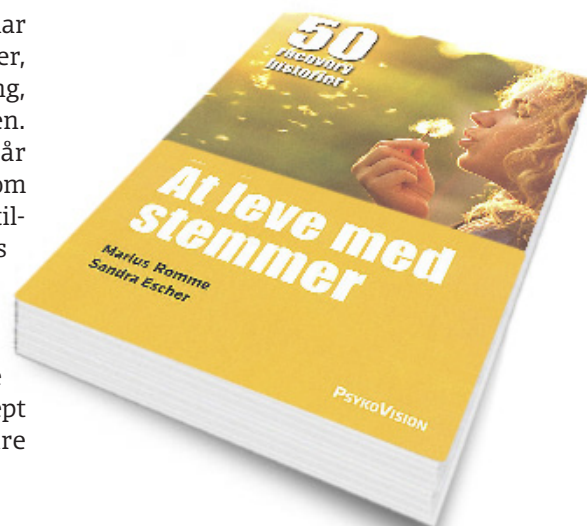
Derfor synes det også sært, at det har taget så mange år, inden der kommer bøger frem, der gør op med den en-

sidige anormalitetsopfattelse, der har hersket og desværre stadig hersker, omkring den form for stemmehøring, hvor stemmen overtager kontrollen. Naturligvis er det et problem, når stemmen styrer, men det er ikke, som forfatterne gør opmærksom på, en tilstand i hjernen, der kan medicineres væk.

Personligt har jeg en ide om, at når dette sker, har det noget at gøre med omverdenens manglende accept af personens kontakt med de indre stemmer.

Hvor ofte høre man ikke voksne sige til børn: "Hold så op med de fantasier". Hold så op med at være en hel person, er jo det, de voksne siger. De gør det at have stemmer og usynlige venner, man snakker med, til noget skamfuldt, man skal skjule eller fortrænge. Fortrængte følelser og lignende er dæmonernes moder og fader.

Jeg oplever at rigtigt mange kan finde inspiration i denne bogs mange eksempler, og jeg så den gerne indført som tvangspensum i psykiatriuddannelsen.



BO Steen Jensen
Medlem af LL
zentao@oncable.dk

At leve med stemmer
ISBN978-87-990474-2-0

Psyko Visions Forlag

Det rummelige arbejdsmarked

Der er desværre en ting, vi må sande. Vi er ikke velkomne på arbejdsmarkedet, som det ser ud nu. Direktør Hans Skov Christensen sagde på Psykiatritopmøde 2010, at der sker mobning af psykiatribrugere. Det skal der laves om på. VK og O arbejder med at få os brugere ud til kommunerne, det kan ikke passe. Vi må accepteres af arbejdsgiverne.

Det er for dårligt, at VK støttet af O ikke støtter os sårbare mennesker endnu mere. Vi skal ud på arbejdsmarkedet. Det skal vi, hvis vi er parate til det. Vi skal tages meget seriøst i skismaet "mobning" på arbejdsmarkedet, da det ofte kommer fra arbejdsgiverside. Men direktør for arbejdsgiverne, Poul Erik Skov Christensen vil sammen med Dansk Industris Thorleif E. Larsen finde en løsning.

Det er godt, at arbejdsmarkedet er klar til at indlemme os, så må vi være positive, og argumentere for, hvad vi fik lovet på Psykiatrimødet den. 2. oktober 2010 på Frederiksberg Gymnasium.

LAP set af mine øjne

LAP er inde i en rivende udvikling, det glæder mig meget. Jeg var i 1998 med til at søsætte denne brugerforening, og det bliver jeg mere og mere stolt over. Jeg er bare skeptisk over det med de hvide kors, der er søsat. Men måske skal det til for, at regeringen "vågner" op. Det er forfærdeligt med de mennesker der får så meget medicin, at de dør af overdosis. Det må ikke ske – SLET IKKE. Men det sker, og jeg håber det kun sker i "grelle" tilfælde.

Jeg kan godt lide, at LAP er blevet mere pæne i deres udbud af kurser, Ø-lejr mv. Det glæder mig meget, da en forening skal være solidarisk med andre foreninger. Vi er jo med i Det Sociale Netværk og her skal vi holde os til, da formanden Poul Nyrup Rasmussen er tidligere politiker.

Afslutning

Mine sidste ord i denne artikel er, at vi udvikler os utroligt godt. Det er godt vi har fået traditioner som Bazar og Landsmødet. Også samarbejdet med andre foreninger er rigtig godt. Uden samarbejde bliver man som forening ikke regnet for noget.

HELD OG LYKKE MED OS!!!

LÆSERBREVE ER NØDVENDIGVIS IKKE LAP'S HOLDNINGER.

Nedlæggelse af LAP-Ods herred

Kære læsere af LAP bladet!

Vi var en lille nystartet LAP forening i det naturskønne Ods herred - LAP Ods herred. Vi holdt stiftende generalforsamling og efterfølgende konstituerende bestyrelsesmøde torsdag den 12. november 2009 i det psykiatriske Værested "KIK IND" i Vig, i Ods herred.

Desværre var vi kun 4 fremmødte. Vi havde tidligere hørt under LAP Holbæk, men forsøgte altså sidste år med held at oprette en selvstændig LAP forening her i Ods herred, men med nød og næppe, da vi kun lige klarede os igennem med 3 bestyrelsesmedlemmer, formand Henriette, næstformand Else og kasserer Toke.

Derudover var vi kun 10 passive medlemmer under LAP Ods herred. Det siger jo sig selv, at det var hårdt med meget arbejde at være nystartet, og at det var endnu hårdere, når vi bare var 3 bestyrelsesmedlemmer. Var vi bare det dobbelte ville det være noget lettere, og nogle passive medlemmer at trække på, når "arbejdet kaldte", ville også være rart. Men vi var fortrøstningsfulde, og håbede og regnede med at begge dele kom, når vi nu bare var etableret.

Og penge er ikke alt, men de var jo ligesom en forudsætning for at vi kunne arrangere noget i vores forening. Vi fik heldigvis 3.000,- kr. i opstart af Landsforeningen LAP, tak til jer. Vi holdt nogle arbejdsgruppemøder, hvor vi udsendte referater og andet materiale til vore medlemmer, og hvor vi skrev et par ansøgninger og søgte om fondsmidler, da vi manglede kapital, fordi vores mål bl.a. var at arrangere nogle socialoplysende foredrag her i Ods herred.

Men vi var for få om arbejdet og havde bl.a. heller ikke den viden der skulle til, for at skrive ansøgninger, for at ansøge om legater og fondsmidler til LAP Ods herred. Kære læsere, I har sikkert bemærket, at hele det ovenstående stykke er skrevet i datid, og rigtigt gættet, det er LAP Ods herred også nu!

Vi har desværre været nødsaget til at nedlægge LAP Ods herred. Venlig hilsen Henriette Buemann Jensen, Toke Jensen og Else Hermansen.

SKREVET AF ELSE HERMANSEN, LAP ODSHERRED.

Den lille jordomrejse

Vær altid forberedt på at skulle pakke tasken til en uge med din frue, hvis du vil sikre dig ikke at skulle spise piller, ordineret af en læge, som ikke deltog. Der er delte meninger om, hvilken medicin man skal tage og ikke tage. Men vi vil ikke finde os i, at folk dør af det. Derfor lavede vi nogle træstykker og skrev på dem, for at fortælle bl.a. i Esbjerg, Odense, Vordingborg, Nykøbing Sjælland, Åbenrå og København, at vi mener det.

Efterfølgende ville vi fortælle det i en operabygning, som kronprinsesse Mary var i. På grund af det kom politiet og viste os væk, ellers blev vi anholdt. Nogle af os valgte at skride tilbage til bilen, og vores kammerater tog på rundtur i svingdøren, sammen med politiet, naturligvis i hvert sit rum.

I Odense forærede jeg de fremmødte postkort, og én af dem spurgte, hvem han skulle skrive til. Jeg svarede kæresten, og derpå går vittigheden på, at han ville vide mit navn og adresse, så han kunne sende det til mig.

Vi brugte tapetklister til at hænge plakater op ved politistationer, skraldespande, psykiatriske sygehuse samt kasser med elektricitet i fra lysreguleringerne.

Arrangementet indeholdt også guitarspil og desværre sorg over det, fordi én af de døde forældre holdt en tale om sin datter.

Vi boede undervejs på flere vandrerhjem, og jeg var som regel tidligst oppe og måtte kun ét af stederne (det skulle lige tilføjes) starte før tid på morgenmaden. Det

var altså ikke fordi, jeg ikke måtte det på de vandrerhjem.

Vi ville gerne sove længe, selvom vi var ivrige efter den her opgave og tur. Selvfølgelig var det en lyseslukker, når folk ikke ville have vores postkort og udmeldinger i operahuset.

Det var ikke en dårlig tur, sådan skal det ikke forstås.

Jeg skulle hente mine piller i bilen, men jeg havde aldrig åbnet en billås før, så det fik jeg forklaret. Bilen kan låses på vist nok tre måder, og jeg vidste nemlig lige hvilken en,

jeg skulle trykke på, men nåede det ikke, da min kammerat ville sidde i bilen, den kunne jeg jo ikke låse imens. Jeg måtte forlade den for at spørge, og hvis man tager det i betragtning, hvad mener du så, hvis oplevelsen også ligner situationen med pasningen af mit barn, når plejemoderen kommer mig i forkøbet.

KÆRLIG HILSEN FRA
MARIE LOUISE LØVENDAHL WÆRENS



En person med genne

Jeg har før i bladet beskrevet, hvordan man får gennemslagskraft, og en person, der virkelig har det, er Poul Nyrup Rasmussen, den tidligere socialdemokratiske statsminister. Når han vil have ting igennem, så får han det. Der er vægt bagved, når han spørger folk om dette og hint. Det ses tydeligvis ved, at han har startet "Det Sociale Netværk", der skal samle de landsdækkende psykiatriorganisationer, Sind, L.A.P. osv.

Dette netværk har egen hjemmeside, samt forskellige aktiviteter; tilmed har netværket hvert år en psykiatri topkonference, der foregår i København. Og jeg skal love for, at han kan få de kendte til at komme. I år var det musikeren Tina Dickow samt sangerinden Dicte, der stod for underholdningen på scenen. Den kendte kok Nikolaj Kirk stod for maden til de 1000 mennesker, der var mødt op. Jeg skal lige nævne, at det var gratis at deltage, da Nyrup

og bestyrelsen bag netværket, har fået Rockwool Fonden til at støtte det.

Konferencier var den kendte journalist Reimer Bo Christensen. Temaet i år, som de mange foredragsholdere talte om, var, hvordan vi får de sindslidende eller psykisk sårbare, som de bliver kaldt på konferencen, i arbejde igen?

Den bedste taler var fmd. for Dansk Socialrådgiverforening, Bettina Post, som kom ind på, at der allerede var en masse tiltag, der kunne bruges. Men problemet er at komme ind på "motorvejen" (arbejdsmarkedet). Hvordan kan man finde vej? Hun mente ikke, at man kunne bebrejde de sindslidende, at de ikke tog initiativ eller kunne finde vej i lov- og regel-junglen. Hun var fortaler for, at "så kan vi lade være med at ansætte de folk i det offentlige, som ikke kan finde ud af at rådgive/

vejlede brugerne". Den sætning var meget populær, blandt de fremmødte. Nok den mest populære taler på hele dagen, der varede fra kl.10 til kl.16.00. Men som sagt reglerne/hjælpen er der allerede, den skal blot formidles videre til dem, der har brug for det.

På billedet kan man se Poul Nyrup, der kikker på Tina Dickow, mens hun spiller. Han ser rigtig glad og tilfreds ud. Lidt af et "spion" foto, da jeg tog det på lang afstand og havde zoomen helt i bund.

Der kommer også en konference til næste år, sikkert med kendisser og populære musikere på scenen. Det er faktisk et rigtigt godt koncept, Poul Nyrup har fundet på. Kendte mennesker, gratis mad og deltagelse, samt det at han laver en "paraply" organisation - altså samler en stor del af de nuværende psykiatriforeninger. Han har jo netop ikke lavet en ny forening - som måske ville blive betragtet som en konkurrent.

Så en rose til Poul Nyrup for at bruge sin gennemslagskraft på en positiv måde.



mslagskraft



Erfaring som pårørende

Landskampagnen mod dødsfald i psykiatrien

Som pårørende og medinitiativtager til oprettelse af foreningen "Død i psykiatrien", har jeg været meget glad for samarbejdet med de øvrige LAP-medlemmer i KORS-gruppen og det var altid med glæde, jeg tog fra København til gruppens møder i Odense.

Det har været dejligt at opleve den entusiasme, som mødedeltagerne lagde i opgaven og ikke mindst at se hvordan Paul, med sine tidligere erfaringer fra Roskilde, holdt "fanen højt" og med sin gejst og sit store engagement holdt fast ved planen under arbejdsprocessen, uanset udskiftninger af KORS-gruppens medlemmer undervejs.

Det er desuden min opfattelse, at da Karl indgik i gruppen som den faste tovholder, referent og koordinator i det store planlægningsarbejde, så tog landskampagnen for alvor form, og vi begyndte at få overblik over de mange opgaver, vi hver for sig og sammen skulle løse, så alt kunne blive klar til kampagnestart 25. september.

Arbejdet med og diskussionerne i forbindelse med at beslutte teksten på de hvide kors, plakater, postkort og plancher, som skulle produceres, synes jeg var spændende at deltage i, og det gav gode og konstruktive drøftelser om det alvorlige og vigtige emne, vi beskæftigede os med. Alle brændte virkelig for sagen, og selvom "bølgerne gik højt" af og til, og vi måske talte forbi hinanden i kampens hede(?), så var der altid plads og overskud til et kram som afslutning på de enkelte møder. For mig har det altid været meningsfyldt og aldrig kedeligt at deltage i KORS-gruppens arbejde.

Mine personlige erfaringer som pårørende til en datter, som har mistet livet p.g.r.a. psykiatrimedicinen, betød, at jeg kunne bidrage med nogle input til indholdet i kampagnen, som eksempelvis planlægning af de historier, vi

beslattede at fortælle om i de offentlige rum rundt omkring i landet.

Det var en særlig oplevelse for mig at være med rundt på pladserne i de største byer Ålborg, Århus, Odense og til sidst i København, hvor jeg selv var tovholder.

Da min mand Peder og jeg kørte til Ålborg den 24. september om aftenen for at være med til at starte kampagnen, blev vi modtaget på vandrerhjemmet af "korsridderne" Jan og Bjarne m.fl., som var kørende i kampagnebussen. De havde i dagens løb haft travlt med at placere hvide kors og sætte plakater op i Ålborg og omegn. Det var rigtig hyggeligt at spise aftensmad sammen i fællesrummet og mødes igen morgenen efter på første kampagnedag, hvor vi alle var spændte på at komme i gang.

Det var køligt efterårsvejr, men septembers himmel var blå og solen skinnede det meste af første kampagnedag.

Efter at scenen var klar og hvide træ-kors var skruet sammen og placeret ved scenen og indgangene til pladsen, gik det løs med velkomst ved Jan som tovholder og Nils som ordstyrer. Søren fra Roskilde og "The Rose Woman" Lillian fra Ålborg spillede og sang så dejligt og med stort engagement. Et TV hold kom og optog klip fra musikken og Jan fortalte om formålet med kampagnen. Bodil fra Ålborg indledte med beretningen om sin søn Mike, som døde af psykiatrimedicin i 2007 og fortalte om foreningen "Død i psykiatrien".

For mig var det en følelsesmæssig stærk oplevelse for første gang at stå ude i det offentlige rum og igennem en højtaler fortælle om min mentalt følsomme og dejlige datter Julie, som havde kæmpet med de negative stemmer, de mange medicinbivirkninger og de dårlige oplevelser, hun havde haft

med psykiatrien og socialvæsenet igennem de tre år, hun havde været i kontakt med "de offentlige væsener", inden hun døde.

Jeg kunne høre ekkoet af min stemme og fornemme, at Julies historie nåede fra torvet og helt ned til gågaden, hvor folk var på lørdagsindkøb.

Da jeg efterfølgende sammen med de øvrige "Lapper" delte postkort ud til de få forbigående på torvet, var det min opfattelse, at der var en del, som gerne ville tale om problemet om medicinrelaterede dødsfald i psykiatrien, og de var også interesseret i at studere plancherne og drøfte indholdet med os. Men der var også nogle, som afviste kortene og tydeligvis blev provokeret af at se de hvide kors foran scenen og på pladsen.

I Århus "smilets by", hvor Jan igen var tovholder og Nils ordstyrer, oplevede jeg langt større interesse fra forbigående borgere, som gerne ville i dialog for at fortælle om egne erfaringer og modtage postkort, foldere m.m. Der var meget fin pressedækning med lokal TV og interviews af aktive kampagne medlemmer.

I Odense var Patricia og Ole, som er forældre til Mark som døde i 2008, tovholdere og Jan var dagens ordstyrer. Udover de personlige historier var der fine klassiske musikalske indslag med studerende fra konservatoriet samt tale af en tidligere lokalpolitiker, en kunstner og en gadepræst og 3 dramatiske lydbilleder forfattet og fremført af Olga fra København.

Til den sidste kampagnedag i København, havde Karl hjulpet med at skaffe en stor scene, som blev opstillet på Nytorv, tæt på domhuset. LAP's Københavns afdeling havde udlånt 3 flotte bannere, som lyste op på den kolde, men efterhånden solbeskinnede scene,

og sceneforkanten var pyntet med efterårsløv.

Der var en fin kampagnegejst med Jan som ordstyrer og Paul og Marianne m.fl. delte postkort ud på Strøget imens "det gik der derudaf" på scenen, hvor sangerinden Natasha indledte med sin sang "Linedans", som hun har skrevet og komponeret for LAP til Landskampagnen. Så smukt!

Derefter var der oplæsning af personlige historier fra foreningen "Død i psykiatrien", fine musikalske indslag med sang og guitar af Søren og Tom fra Roskilde, sang og guitar af Lillian fra Ålborg, samt jazzmusik med Johs. på klarinet og Per på banjo plus irsk musik og sang med Seamus Cahill fra København. Olga fremførte ind imellem sine lydbilleder i tre akter.

Psykiatriordfører for SF Özlem Cekic holdt tale og midtvejs holdt gadepræsten Mia Rahr Jacobsen fra Trinitatis kirke en kort og meget smuk mindehøjtidelighed med et øjeblikstilhed, inden der blev tændt levende lys for nogle af de afdøde psykisk syge, som blev nævnt ved navn.

Selv synes jeg, at det blev en meget fin kampagneafslutning, som jeg er meget glad og stolt over at have været en del af.

Tak til alle "Korsridderne," som har knoklet landet rundt med opsætning af hvide trækors og plakater, samt transporteret kort, div. foldere og LAP materiale, kaffekander m.m. i kampagnebussen. I mødte altid op med godt humør.

LAD OS FORTSÆTTE KAMPEN SAMMEN!
KÆRLIG HILSEN FRA HELENE.



MÅLET ER?

Det er så sjette gang du bli'r indlagt.
Har ventet på skadestuen i timer.
Journalen er vokset, så meget er sagt,
stemmerne og angsten står i stimer.
De har foreslået dig at ta' medicinen,
en ny, som skal hjælpe og få dig på banen.
De si'r at " målet er, at du lærer at acceptere skizofrenien.
Og ta'r medicinen, så det bli'r vanen".
Du stiger i dosis, men er der effekt?
Af det ny præparat, som gi'r hjerteflimmer.
Lægen viser slet ingen respekt
for dine livsvilkår - du bli'r mere bimmer.
Snart er du på det maximale.
Hjertet banker uregelmæssigt, og du bli'r bange.
EKG'erne bliver så unormale.
De siger, at de har forsøgt flere gange,
at få fat i ham hjertespecialisten.
Er målet nået? De tjekker listen.
Du kæmpede tappert, lige til det sidste,
for drømme og håb, med din stærke krop.
Lægerne var dem som vidste, at du risikerede hjertestop.

AF HELENE DUELUND MORTENSEN
NOVEMBER 2009.

Stor opbakning til LAP's LANDSKAMPAGNE MOD DØDSFALD pga. den psykiatriske behandling

Vi kørte ud, vi handlede og vi sejrede! Sådan kan man godt starte beretningen om LAP's første Landskampagne med et politisk emne på dagsordenen. De alt for mange dødsfald i psykiatrien. En arbejdsgruppe "Landskampagnegruppen" begyndte på planlægningen i 2010, og var klar til at fyre kampagnen af i september måned.

Alt var klart:

120 hvide kors, 3000 plakater og 40.000 gocard kort (løbesedler) samt en super god pressemeddelelse, som en af vores venner hjalp os med. 25.000 af vores gocard kort blev fordelt af firmaet på landets cafeer, spillesteder mm. Pressemeddelelsen blev udsendt løbende til alle medier i de byer vi besøgte, efterhånden som vi kom frem.

I efteråret 2010 blev medlemmer af den nye forening - Foreningen Død i Psykiatrien, der hovedsagelig består af pårørende til døde yngre psykisk syge, optaget som medlemmer af Landskampagnegruppen, og det har vi alle været rigtig glade for. Sidste vinter havde Landskampagnen annoncer i Politiken

og 24 timer, hvor vi søgte historier om psykiatribrugere, som man mente var døde af den psykiatriske behandling. Vi fik en del henvendelser, og vi kan konstatere, at der ude i landet er mange, der har et stort behov for at tale om det.

I de store byer Ålborg, Århus, Odense og København, var vi aktive i 2 dage. Den første satte vi vores plakater op og store hvide kors ved indfaldsvejene. Dagen efter havde vi en markering med taler, musik og uddeling af vores løbesedler.

I de 9 andre byer satte vi kun kors og plakater op. Når vi havde tid til overs, gik vi en tur op og ned ad byens gade, med kors på nakken og uddelte løbesedler.

Jeg havde regnet med, at vores kors og plakater kunne virke provokerende på nogen, men det var slet ikke tilfældet! Vi blev modtaget meget positivt, hvor vi kom frem. Så det var en rigtig god oplevelse. Utallige kom hen til os og fortalte om deres bekendte eller pårørende, som var døde af, den behandling de havde fået i psykiatrien.

I minibussen vi kørte rundt i, var vi under hele kampagnen 5 LAP medlemmer. Og andre LAP medlemmer støttede så til Kampagnen ved de annoncerede mødesteder. Lige fra starten i Ålborg var vi heldige at TV2/nord bragte et indslag om kampagnen.

Og vi var så heldige, at næsten alle TV2/lokalstationer bragte et indslag om kampagnen, efterhånden som vi kom til de enkelte regioner. Nede i syd var vi på om aftenen kl. 19.30 (den bedste sendetid).

Alle lokalaviser og de fleste landsdækkende aviser bragte også mindst en notits.

Noget, jeg ikke havde tænkt på, var P4 regional radio. Flere af dem bragte også et indslag.

Vi sluttede kampagnen den 10. okt. på Nytorv i København, hvor mange forskellige spillede, bl.a. LAP medlem Lillian Rank og Søren Ditlevsen fra Roskilde. De 2 underholdt på alle 4 markeringer. SF's Psykiatriordfører Özlem Sara Cekiç holdt en tale, og pårørende til døde psykisk syge talte om dem, som de har mistet til psykiatrien. Under Kampagnen var der ligeledes en gruppe, der lavede en happening på Christiansborg med pilleglas og løbesedler til folketingspolitikere.

Psykiatrien i Region Syd kom allerede under kampagnen med en skriftlig udmelding, hvor de støttede vores kampagne. Og i TV indslaget fra TV2/syd udtalte formanden for sundhedsudvalget i folketinget, at der skal gøres noget ved det, selvom, som



D



han sagde: "vi kan ikke klare problemerne kun med frisk luft fra Vesterhavet".

I Satspuljeforliget (vores egne penge) er der ligeledes afsat lidt til at nedbringe dødsfaldene i psykiatrien. Jeg har vanskeligt ved at forstå, hvorfor det skal koste penge at lade være med at slå psykiatribrugere ihjel.

Rygtet om vores Landskampagne er nået helt til Amerika og også til England.

Det var en fantastisk god kampagne og vi blev hørt. Det skal vi nu i LAP følge op på, så det ikke er nødvendigt at dø, fordi man får psykiatrisk behandling i Danmark.

En stor TAK til LANDSKAMPAGNEGRUPPEN! I har alle gjort det fantastisk flot, og også en stor tak til Landsledelsen og alle de LAP medlemmer, der har givet en hånd med.

PLAKATER : Vil Du i din lokalforening sætte plakater op i jeres by ? Så kan du ringe til LAP's kontor, som vil sende dem til dig.

Se også www.lap.dk

TEKST OG FOTO AF
PAUL BJERGAGER NIELSEN





Glædelig jul

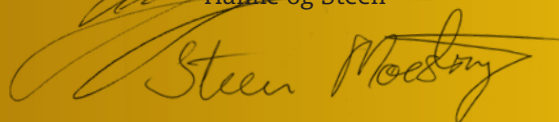
Kære Medlem

Du ønskes en rigtig glædelig jul og et godt nytår.

Tak for et godt samarbejde og din indsats i år 2010,
vi håber på et godt 2011 for os alle i fireningen.

Mange hilsner

På vegne af LAP's Landsledelse
Hanne og Steen



brevkassesvar

I LAP modtager vi jævnligt breve eller e-mail fra vores medlemmer med spørgsmål om de problemer, som vi møder i hverdagen i kontakt med det kommunale og/eller det psykiatriske system. Vi prøver naturligvis, at give så fyldestgørende svar til den enkelte som muligt – enten fra Landsledelsen, vores udviklingskonsulent, juridiske konsulent eller sekretariatet. Ind imellem er der henvendelser, hvor vi synes, at svarene også kunne være til glæde for en bredere kreds. Disse spørgsmål og svar bringer vi anonymt i Medlemsbladet – eventuelt i en forkortet udgave.

Hvad sker der med ens lejlighed, hvis man kommer i fængsel? Jeg modtager førtidspension og huslejen bliver trukket automatisk hver måned sammen med de andre faste udgifter. Hvad med retspsykiatrisk afdeling? Er det det samme der? Kan man risikere at miste sin lejlighed i almenbygning i ovenstående tilfælde??

MED VENLIG HILSEN
H

Svaret fra LAP:

Kære H.

Normalt kan man opretholde sin førtidspension ved et kortvarigt fængselsophold – op til omkring et halvt år – og dermed også muligheden for at betale sin husleje. Det kan man naturligvis også, hvis man f.eks. selv har andre indtægter eller formue, der kan dække. Med en betalingservice i banken sker betalingen automatisk, så længe der er penge på kontoen.

Ved en behandlingsdom er der ikke tale om fængselsophold, men om behandling. Behandlingen vil i praksis sjældnere betyde indlæggelse i længere tid, men ofte forskellige former for ambulant behandling, kortvarige indlæggelser el. Her beholder man normalt sin pension og muligheden for at opretholde boligen, som man typisk stadig vil bruge ind imellem behandlingsforløbene.

Ved længerevarende fængselsophold eller behandling på hospital eller institution - f.eks. ved en egentlig anbringelsesdom - kan der opstå problemer med at opfylde sin bopælspligt og dermed retten til at beholde sin bolig. Her vil kommunerne dog som regel ikke være så hurtige, idet de så ofte blot står med problemet med at finde en ny bolig til den pågældende efterfølgende. Skulle man komme til at stå i den situation, er det vigtigt, at kontakte kommunen – evt. hospitalets socialrådgiver - så tidligt som muligt, så man kan få en aftale om, hvordan problemet skal gribes an.

MED VENLIG HILSEN
ERIK OLSEN
JURIDISK KONSULENT FOR LAP

JURIDISK BISTAND

TIL LAP'S MEDLEMMER

Skriv til vores jurist Erik Olsen
på jurist@lap.dk
eller ring på tlf. 70 27 11 85

Tirsdag kl. 9-12
Torsdag kl. 12-16
samt kl. 19-21

Stigmatisering

Stigmatisering - eller rettere - kampagne mod stigmatisering er oppe i tiden lige nu. Der udkommer glimrende rapporter omkring temaet, men tager de fat om det egentlige problem?

Lad os se lidt på ordet

Stigma betyder brændemærke på græsk, man brændemærkede for at udskille fra resten af befolkningen. Den kristne kirke lånte ordet om et andet fænomen, kaldet stigmata. Det beskriver spontant opståede kopier af den korsfæstede sår, noget der opstår i relation til en art religiøs "hysteri" i den Freudske betydning.

Nutidig brug af ordet stigma og stigmatisering henviser til en udelukkelse fra et fællesskab, bl.a. kan personer med psykosocialt handicap og/eller psykiske ubalancer opleve sig stigmatiserede på grund af deres handicap.

Men hvor kommer denne stigmatisering så fra? Er den et resultat af det særlige behov for "prügelknaben", som samfundet synes at have? Eller er der andre årsager?

Der er i alt fald en anden årsag, der springer i øjnene. Den stigmatiserende effekt hele behandlersystemet har, fordi de ser sig selv som behandlere.

Vi må hellere her lige se på ordet behandle, der er en germanisme og den tyske udgave af ordet "behandlung", indeholder ordet hand = hånd. Så behandling er i sin oprindel-

se noget, der er udsat for påvirkning af en hånd = omformning af en tilstand. Det parallelle ord er manipulation, indeholdende ordet mani = hånd.

Tilbage til behandlergruppen. Netop behandlergruppen - ikke hjælpergruppen - har før sagt: "du skal ikke bruge dine normer når du skal hjælpe" og det er netop det, behandlergruppen gør. Derved gør de brugerne til noget særegent, der skal tilrettes til en normalitet. Og det særegne er det brændemærkede, der skiller sig ud fra en påstået norm.

Problemet er bare, at den norm er en ikke eksisterende størrelse, selv om vi bruger den som parameter, også til de undersøgelser der ligger bag den nu igangværende kampagne.

Faktisk er hele sygdomstilgangen til psykiske ubalancer i sig selv en stigmatisering, så skal vi stigmatiseringsoplevelsen hos mennesker med psykosociale handicaps til livs, så skal vi først have gjort op med denne tilgang og ikke kun hos behandlergruppen omend de står forrest, men også hos visse typer af pårørende - så følger resten af samfundet lidt efter lidt med.

Jeg tror ikke så meget, det drejer sig om sprog og ordvalg, selvom det kan være medspillende, så ville "political correctness" være det sidste vi skulle ønske os.





LAP's LANDSMØDE

Afholdes igen i år på Hotel Svendborg

fredag d. 15. – søndag d. 17. april

Indkaldelse vil blive udsendt

i februar.

2011

Indmeldelses blanket



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

NAVN:

ADRESSE:

POSTNR. OG BY:

KOMMUNE:

REGION:

EVT. TLF:

EVT. EMAIL:

INDMELDELSE KAN OGSÅ FOREGÅ PÅ WWW.LAP.DK

Psykiatribrugere stigmatiseres af det psykiatriske behandlingssystem

Store Glasvej 49, 5000 Odense C



POST

Sendes ufrankeret
Modtageren
betaler portoen

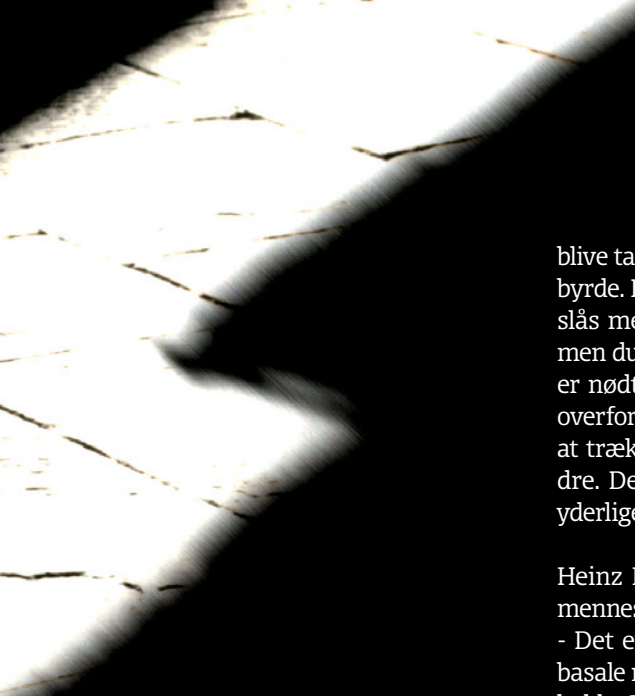


Landsforeningen Af nuværende og tidligere Psykiatribrugere

+++ 15714 +++

7993 Sydjylland-Fyn USF B





Du kan ikke ændre stigmatiseringen og diskriminationen af mennesker med psykiske lidelser, medmindre det psykiatriske behandlingssystem ændres, siger Heinz Kanzig, Ludwig Boltzmann Institute, i Wien, Østrig. På europæisk niveau arbejder han med at udvikle en metode for at undersøge alle psykiatriske institutioner for at checke, hvorvidt menneskerettighederne overholdes.

- Nogen siger, at man ikke kan ændre stigmatiseringen, medmindre man ændrer den måde, hvorpå de psykiatriske systemer fungerer. Er du enig i dette?

- Jeg er fuldstændig enig, siger Heinz Kanzig. - En af hovedårsagerne til stigmatisering er den behandling, der foregår på de store psykiatriske institutioner, og hvor ingen forstår, hvad der foregår.

Jeg har altid sagt: Hvis man har været patient i en psykiatrisk institution og lokal-samfundet ved, man har været indlagt, så har man ikke behov for andre fjender at slå med. Det er nok, at man har fået et stempel, fordi man har været indlagt.

- Så en ting er, at man er syg, men resultaterne af den psykiske sygdom er endnu værre? At man bliver sat af?

- Ja. Hvis du f.eks. har diabetes, har du også problemer at slå med, men så har du også andre menneskers medfølelse og sympati. Men drejer det sig om psykisk sygdom, så har mennesker med psykisk sygdom en ekstra byrde at slæbe rundt på: De må altid være på udkig efter den diskrimination, der foregår. Psykiatribrugere prøver at holde det skjult, fordi man ved, det er en oplysning, der ikke vil

blive taget godt imod. Så det er en ekstra byrde. Ikke bare har man sygdommen at slås med, f.eks. hvis du er deprimeret, men du er også ekstra belastet, fordi du er nødt til at skjule det og forklare dig overfor andre mennesker. Du er nødt til at trække dig tilbage fra kontakt til andre. Dette er meget belastende og kan yderligere forværre din sygdom.

Heinz Kanzig mener, et øget fokus på menneskerettigheder kan ændre dette. - Det er vigtigt at undersøge, om folks basale menneskerettigheder bliver overholdt. Samtidig skal man forsøge at placere støtteforanstaltninger lokalt. Det vil gøre, at folk med psykiske lidelser i højere grad kan blive inkluderet i samfundet. Det kan kun ske, hvis de tilbud, man har behov for, er placeret tæt på det almindeligt levede liv.

Hvad skal der til, for at folk kan blive mere inkluderet i samfundet?

John Halloran, European Network, en sammenslutning af socialchefer på europæisk niveau: - På den ene side er der vanskelige tider, rent økonomisk, hvor arbejdsgiverne mere kan vælge og vrage mellem ansøgerne. Men systemerne hjælper heller ikke folk til at få et arbejde, fordi reglerne er så ufleksible. Enten har du et traditionelt arbejde, hvor du arbejder 9 - 17 hver dag, eller også har du slet ikke noget arbejde. Det er ikke et valg, der nødvendigvis er godt for folk. Ikke bare folk med psykiske lidelser men alle mennesker kan have behov for nogle mere fleksible rammer at fungere i.

Hvad skal man gøre for at bekæmpe diskrimination og udstødelse?

- En ting er, at folk er meget uvidende. Psykiske lidelser er en af de ting, der skræmmer folk. Ser du en person i en kørestol er det måske medfølelse, du har. Det ku' også ske for dig. Men med psykiske lidelser ved folk ikke, hvad de skal tænke. Medierne er også et problem. Det er noget, der virkelig skal arbejdes med. Det gælder om at få folk i medierne, som har haft psykiske problemer. I dag har vi faktisk en masse folk, der står frem og fortæller deres historie. Når kendte står frem i offentligheden og siger: "Jeg har haft en voldsom psykisk

lidelse", bli'r det også lettere for andre at tale om.

John Bowis, tidligere medlem af Europa parlamentet:

- Hvis man skal reducere stigma, bliver man nødt til at lytte og lære af dem, der har haft erfaring med psykisk lidelse. Og så inddrage psykiatribrugere i planlægningen af de tilbud, der gives. Man bliver også nødt til at kigge på den diskrimination, der er der. Man bliver også nødt til at se på om lovgivningen omkring diskrimination er tilstrækkelig klar.

Om hvordan folk kan blive bedre inkluderet:

- Først skal folk blive mere inkluderet i de beslutningsprocesser, som vedrører den enkelte. Dernæst skal de involveres i beslutningsprocesser, der involverer de tilbud, der etableres i psykiatrien. Endeligt skal psykiatribrugere involveres i alt muligt andet, i samfundet, på arbejdspladsen, i skolerne og i familien. Som alle andre også er det.

På spørgsmålet om, hvorved EU kan gøre en forskel

- EU kan give eksempler på god praksis. EU bør påvirke virksomhederne til i langt højere grad at offentliggøre, hvad de foretager sig for at øge mental helse i virksomhederne.

Hvis virksomhederne skal begynde at redegøre for deres politik på området med psykisk sygdom, kan det være de får øjnene op for, at det er noget, de skal beskæftige sig med. - Det kan føre meget godt med sig. Vi ved, der er grænser for, hvad EU kan gøre. I mange tilfælde er det op til medlemsstaterne, men der er ingen grund til, at EU ikke skulle sige: "Hey, medlemsstater! Det her er god praksis! Fortæl os venligst, om I har tænkt jer at leve op til det!"

Faktaboks: Lise Jul holdt sammen med Marianne Cohen fra Århus Kommune et oplæg om recovery i forbindelse med den store EU-konference i Lissabon i november om øget mental helse og samfundsmæssig inklusion. Konferencen blev afholdt i forbindelse med EUs fattighedsår. Læs mere om projektet på kontrakten.dk

Misbrug af magt - kn

På Viborg retspsykiatriske afdeling praktiserede man her i år 2010, at alle patienter skulle smide alt tøjet, såfremt de havde haft besøg af pårørende eller havde været alene ude.

I den forbindelse var Ombudsmandsinstitutionen inde over problemstilling, og her blev det konkluderet, at man ikke kan lave en generel husorden, der siger, at alle patienter skal underkaste sig en sådan kropsvisitation. Der blev her henvist til gældende lovgivning på området, som jo til enhver tid må stå over interne regler på en afdeling. Vi havde da også først forsøgt at fortælle såvel personalet samt afdelingssygeplejersken, at det ikke var en lovlig fremgangsmåde, men blev bare hånligt afvist.

I det skriftlige materiale, som vi har modtaget fra Ombudsmandsinstitutionen fremgår det helt klart, at ikke engang en kendt misbrugsproblematik kan retfærdiggøre en sådan kropsvisitation. Det fremgår endvidere, at det heller ikke er tilladt at have regler, der omfatter en bestemt gruppe af patienter på en afdeling, der så vil skulle underkaste sig kropsvisitation.

Såfremt en afdeling ønsker at udføre en kropsvisitation, så skal overlægen anføre dette i patientens journal, hvor han/hun skal beskrive, hvorfor der foreligger en såkaldt begrundet mistanke om fx indsmugling af rusmidler, medicin eller farlige genstande. Og der lægges meget vægt på, at der skal ske en individuel vurdering.

Det betyder, at der altså ikke kan laves generelle regler om kropsvisitation for en hel afdeling eller for en gruppe af indlagte; og at man under ingen omstændigheder må undersøge patientens hulrum.



Kropsvisitation



Dette at skulle smide alt tøjet foran personalet opleves af de fleste mennesker som meget krænkende, hvorfor det også er meget væsentligt, at det kommer frem, hvis patienter oplever det overgreb, som en kropsvisitation er. Jeg har selv talt med flere, som har oplevet en kropsvisitation, og udover at det opleves som et overgreb, så får jeg også at vide, at visse personalemedlemmer næsten ser ud til at nyde det.

Altså at de kan have den magt i den pågældende situation til at kræve, at patienten smider alt tøjet. Hvis man fx skal stå model til, at de hiver op i patienters bryster, fordi der jo kunne være noget gemt der – ja så er enhver form for professionel tilgang da totalt forsvundet.

Vi vil derfor i LAP meget gerne høre fra medlemmer eller andre, såfremt de oplever, at en afdeling ikke lever op til de bestemmelserne for, hvornår og i hvilke tilfælde man kan foretage kropsvisitation. Såfremt I kender til en sådan krænkelse, bedes I rette henvendelse til LAP's Sekretariat på tlf.nr. 66 19 45 11 (åbningstid mandag-torsdag kl. 10-14) eller på ret@lap.dk, der herefter vil sørge for at følge op på det.

Ved enhver henvendelse vil I kunne være sikre på, at vi ikke fortæller det til nogen andre med mindre, I beder os om det. Vi er klar over, at I kan stå i en meget vanskelig situation, hvorfor vi lægger utrolig stor vægt på diskretion.

I første omgang er det os meget magtpåliggende at finde ud af, hvor udbredt dette fænomen er, altså hvor mange afdelinger er ligeglade med lovgivningen. Er det et mere generelt problem, vil vi tage hånd om det – fx via Ombudsmandsinstitutionen.

Desværre har det ikke været muligt, at få en tilbagemelding fra restpsykiatrisk afdeling i Viborg, om de har forstået, at de ikke må lave disse kropsvisiteringer. Det eneste, som jeg fik at vide var, at de nu mente, at deres afdelingssygeplejerske havde styr på, hvad man måtte eller ej – også selvom jeg anførte, at jeg stod med et brev, hvor der stod det modsatte.

Men da Ombudsmandsinstitutionen langt fra er færdig med at bearbejde klager vedrørende Viborg retspsykiatriske afdeling, så kan vi da kun håbe på, at de snart finder ud af at overholde gældende lovgivning.

Hvis du er indlagt på retspsykiatrisk afdeling i Viborg, og du fortsat oplever, at afdelingen ikke overholder gældende lovgivning, hører vi også meget gerne fra dig.

Afslutningsvis er det værd at bemærke, at Region Midt i sensommeren 2010 valgte at fyre dels cheflægen for Viborg psykiatriske hospital Inge Munk Møller og den ledende oversygeplejerske Dorrit Roholt. Du kan læse mere på www.viborgfolkeblad.dk/article/20101005/vsf/710059930

Vi håber derfor på, at der såvel for medarbejderne samt for patienterne kommer mere ordentlige forhold med en ny ledelse.

Vi lover dog at holde et vågent øje med Viborg psykiatriske hospital – også kaldet Søndersparken.

Familieliv med ADHD

ADHD er et voksende område forstået på den måde, at flere og flere får diagnosen. Dette er en positiv udvikling, fordi ethvert barn med uafklaret ADHD, er et barn, der mangler støtte. Stigningen betyder med andre ord udelukkende, at der bliver fundet flere - ikke at flere får det. Men der er stadig mange børn, der har lidelsen ADHD, uden nogen har opdaget det, og der er rigtigt mange børn, som har store problemer, selvom de har fået diagnosen.

Derfor har vi i ADHD-foreningen brug for hjælp fra alle, der arbejder med børn. Det er vigtigt at være opmærksom på de symptomer, der findes hos børn med ADHD, ligesom et øget kendskab til området letter hverdagen meget for dem, der dagligt har kontakt med børn med ADHD.

For at øge dette kendskab har vi udgivet

et en bog, der på en meget rammende og smuk måde går tæt på lidelsen, området samt seks udvalgte familier med ADHD tæt inde på livet. Det ville glæde os meget, hvis I kunne finde plads til lidt omtale af bogen hos jer.

Vi har indsat tekstoplæg til omtale her.

NY BOG: Familieliv med ADHD

Familieliv med ADHD er en fantastisk bog med fortællinger fra seks familiers hverdag med ADHD. Bogens forfattere går i dybden med emnet, men lader samtidig de medvirkende selv fortælle deres historier fra livet med ADHD. Det er blevet til en meget nuanceret, smuk og gribende bog, der forener fakta og en stor faglig viden med det, det hele burde handle om, hvordan vores samfund fungerer set ud fra en familie med ADHD tæt på livet.

Formålet med bogen er kort sagt at få de virkelige fortællinger om familieliv med ADHD frem i lyset, fordi de kan

være med til at ændre de stereotype billeder, mange professionelle og offentligheden har af familierne og deres børn.

Lisbeth Zornig Andersen, der er formand for Børnerådet, giver bogen disse ord med på vejen: "Denne bog indeholder hjerteskrærende fortællinger om forældre, der møder omgivelser, som ikke kan rumme deres børn. Venner, der falder fra. Støttesystemer, der hæmmer frem for at støtte. Der skaber flere problemer, end de løser."

Bogen er skrevet af Anne Worning, der er direktør i ADHD-foreningen og Jan Bjerregaard, der er lektor ved Socialrådgiveruddannelserne på Professionshøjskolen Metropol.

MED VENLIG HILSEN
CAMILLA NELLEMAN
ADHD-FORENINGEN
RUGÅRDSVEJ 101
5000 ODENSE C
TLF 70215055
WWW.ADHD.DK

Senfølger af seksuelle overgreb i barndommen

Jeg har valgt at gøre opmærksom på ovennævnte nye e-bog her i LAP-bladet, da det er min erfaring, at en del af vore medlemmer slås med omtalte problemstilling. Håndbogen giver et fint overblik over, hvor man kan gå hen, hvis man oplever, at man har brug for behandling eller hjælp på baggrund af sine seksuelle krænkelser i barndommen. Det er dog vigtigt at være opmærksom på, at der er tale om krænkelser der har fundet sted inden man er fyldt 18 år. Bogen beskæftiger sig både med sagsbehandlerens og lægens rolle; samt med hvilke muligheder der er for at få offentlig støtte til psykologbehandling. Hvad angår psykologbehandling henviser bogen også til en særdeles god hjemmeside, hvor man kan gå ind og finde ud af, hvilke psykologer der er i ens nærområde med speciale i incest, herunder også om det er en psykolog, man kan få sygesikringstilskud til. Hvis man vælger at læse håndbogen igennem først, kan man også få gode råd om, hvad behandlingen vil komme til at koste, således at man ikke ender i en håbløs gældssituation. Bogen omtaler alle de centre, der i dag findes i Danmark og herunder, hvad disse centre kan tilbyde, og hvad det evt. koster. Det eneste som jeg savner, er en oplysning om, hvor-

når man kan henvende sig anonymt. Muligheden for at gøre brug af VISO omtales også, men jeg synes, at det er for dårligt beskrevet, hvad VISO er og kan bruges til, og om det er noget, man som bruger selv skal betale for. Så der bliver man simpelthen nødsaget til at kontakte VISO for nærmere information, hvis det har ens interesse. Alt i alt dog en god opslagsbog, som man hurtigt kan læse igennem og få de væsentligste oplysninger omkring, hvilke muligheder man har for behandling og hjælp.

ULLA ASMUSSEN

NB: VISO (Den Nationale Videns- og Specialrådgivningsorganisation)

UDSATTE 06/07 2010

Forfatter Flemming H. Pedersen (redaktør); Sara Andersen (redaktør)

Udgave 2010

Udgivelsesår 2010

Udgiver Servicestyrelsen:

Udsatteenheden

Sideantal 27

ISBN 978-87-92567-42-0



LISTE OVER KOMMUNALE GRUNDFORENINGER I LAP

FAP Midtvest:

v/Else Holm, Svaneparken 176
7430 Ikast, tlf. 9715 1654
holmelse@hotmail.com
Kasserer Lenarth Kirkegaard
Sandfeld Allé 1, 6933 Kibæk
tlf. 2061 3549, lenarth@live.dk

LAP Århus:

Skovagervej 2, 8240 Risskov
tlf. 7789 2000
info@psykiatribrug.dk
www.psykiatribrug.dk
Lise Jul, tlf. 2014 2422
Sørn Strand-Jensen, tlf. 4140 6575
Marianne Mogensen, tlf. 2670 9125

LAP Silkeborg Kommune:

v/Ditte Rymer Jensen, tlf. 2040 7608
ditte_rymer@hotmail.com

FAP Viborg Amt:

v/Jan Stig Andersen, tlf. 4053 9647
www.lap.dk/fapviborg

LAP Randers:

v/Rene Cadovius, Lorentzgade 3
kld., 8900 Randers, tlf. 2860 8926
cadovius@aarhusmail.dk,
www.lapranders.dk

Kontaktperson i

Svendborg Kommune:

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

LAP Kolding

Kontaktperson: Henrik Olsen,
Svendborgvej 1, 2.th., 6000 Kolding
tlf. 2823 1143, henrik@henry53.dk

LAP Horsens Kommune:

v/Erling Hansen, Kildegade 32, st. tv.
8700 Horsens, tlf. 7561 4760
erlingjh@stofanet.dk
www.lap-horsens.dk

LAP Nordsjælland:

v/Steen Moestrup, Langbjerg Park 57
3400 Hillerød, tlf. 2822 2765
steenmoestrup@post.tele.dk

LAP Roskilde og omegn:

v/Niels Laursen, Grønnegården 572
B, 2670 Greve, tlf. 4390 5268
nielsoglaursen@youmail.dk
LAP Roskilde har træffetid første
torsdag, hver måned kl. 13 -15 hos
PsykInfo, Kornerups Vænge 9, st.
tv., 4000 Roskilde

LAP Vestsjælland:

v/Valentina Djurhuus
Søndermarksvej 20, st.th.
4293 Dianalund, tlf. 2255 1046

LAP Holbæk:

v/Tonny Dyreholt, tlf. 42 25 08 01
henridyrholt@webspeed.dk

FAP Køge og omegn:

v/Birgitte Kongsfort, tlf. 2163 4953
kongsfort@mail.dk
www.fapkoeg.dk

LISTE OVER KOLLEKTIVE MEDLEMMER I LAP

Aktivitetshuset	5700 Svendborg
Aktivitetshuset	5000 Odense C
Aktivitetshuset Sidelinien	2200 København N
Banehuset	4450 Jyderup
Birkevången	6740 Bramming
Blågårdsgård	8800 Viborg
Bo og Netværk Næstved	4700 Næstved
Bocentret Thorupgården	2200 København N
Botilbudet Skovsbovej	5700 Svendborg
Brugerrådet f/Social Psyk. Jammerbugt Kommune	9440 Åbybro
BUPS - Brugerudviklingsprojekt for Psykisk syge og Sårbare	2820 Gentofte
Café Utopia	7500 Holstebro
Dag- og Botilbudene i Hinge	8620 Kjellerup
Daghus Viborg	8800 Viborg
Den Blå Café	7430 Ikast
Den Grønne Gren	8900 Randers C
Det Gule Hus / Askovgaarden	2200 København N
Det Hvide Hus	2820 Gentofte
Flydedokken	7000 Fredericia
Forvandlingsværkstedet	2650 Hvidovre
Fountain House, København	2100 København Ø
Gallohuset	8000 Århus C
Haslekollegiet	8210 Århus V
Huset i Overgade	9800 Hjørring
Kastanjehuset	8600 Silkeborg
Katrinebjergcentret	8200 Århus N
Lyspunktet	4500 Nykøbing Sj.
Mamma Mia	2400 København NV
Mandagsklubben i Vejlbj Vest	8240 Risskov

LAP Næstved og omegn:

v/Hanne Wiingaard
 Suså Landevej 37, 4160 Herlufmagle
 tlf. 5550 0151/2163 7314, wiingaard@pc.dk

LAP København**Frederiksberg:**

Vesterbrogade 103, 1., 1620 København V
 tlf. 3326 1623.
 Ugentlig træffetid: mandag og onsdag fra kl. 12.00-14.00
 lapkontor@psykiatribrugere.dk www.psykiatribrugere.dk
 v/Charloth Svane charlothsvane@hotmail.com
 privat tlf. 3617 8251

LAP Hovedstaden Nord-Vest:

v/Rigmor Sofia Sommer, Marklodden 37, 2760 Måløv
 tlf. 44 66 20 28, ridde@webspeed.dk

LAP Københavns Omegn:

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

LAP Guldborgsund og Lolland:

v/Jytte Rasmussen, tlf. 2874 0352, udstrup.jytte@hotmail.com
 www.123hjemmeside.dk\LAPguldborgsund

REGIONALE GRUNDFORENINGER**LAP Nordjylland:**

v/ Signe Seirsén, Torvet 6, 3, 27. 9400 Nørresundby, tlf.
 9819 4317, mobil: 5959 3814, signe.s@mail.stofanet.dk

RAP Midtjylland:

v/Jan Stig Andersen, tlf. 4053 9647

LAP Syddanmark:

v/Jan Laursen, Østermarken 2-20, 6310 Broager, ram-
 bro13@anarki.dk

LAP Region Sjælland:

Midlertidig kontakt:
 Alicia Johansen, alicia.j@webspeed.dk
 Hanne Wiingaard, wiingaard@pc.dk

LAP Region Hovedstaden:

v/Gert Zøllner, Rugvænget 54, 4050 Skibby, tlf. 2465 4772
 og
 Bo Steen Jensen, tlf.: 3969 3388 / 2578 3388, zentao@
 oncable.dk

MB Foreningen	8240 Risskov
Muhabet	1800 Frederiksberg
NABO-center Amager	2300 København S
Netværkstedet	1871 Frederiksberg C
Nordfyns Psykiatricenter	5471 Sønderød
Nørremarken	8800 Viborg
Outsideren	2200 København N
Regnbuehuset	2630 Taastrup
Sind Huset	7700 Thisted
Sind klubben i Hillerød	3400 Hillerød
Skejbyhave	8200 Århus N
Skiftesporet	7400 Herning
Social psyk. værested/ aktivitetshus	6270 Tønder
Socialpsykiatri Samsø	8305 Samsø
Socialpsykiatrien i Ballerup	2740 Skovlunde
Socialpsykiatrien, Botilbud	4640 Fakse
Socialpsykiatrisk Center	4330 Hvalsø
Socialpsykiatrisk Center Rosengaarden	6900 Skjern
Sindslidendes Vilkår	8220 Brabrand
Stoppestedet	5000 Odense C
Støttecentret	6960 Hvide Sande
Støttecentret	6950 Ringkøbing
Støttecentret	6900 Skjern
Støttecentret	6920 Videbæk
Sundbygård	2300 København S
Sølvagergård	4293 Dianalund
Værestedet Ryttergården	4300 Holbæk
Værestedet Perronen	4800 Nykøbing F
Værestedet Promenadehuset	8700 Horsens

Det er jul – det er cool...



Omkvædet lyder atter at - julen er kommet førend vi véd...

Varmen skal man finde indenfor – og de der er udenfor må stå – udenfor...

Her kan de, som den lille pige med svovlstikkerne, se al herligheden derinde.

Julemanden kommer – mon han har klejner med?

I al fald ikke i gavesækken. Slet ikke hvis man tænker på statens budget i form af Finansloven, som den gavebod der har været åben for mange de tidligere år. Hvis man ikke kan uddele gaver, kan man gøre det næstbedste: Gøre det surt og sværere for en relativt mindre gruppe, så den større gruppe i det mindste kan blive tilfreds med det. Vor store nationalfilosof Søren Kierkegaard bemærkede for mange år siden, at danskernes største fryd er skadefryd...

Vi lukker os endnu en gang lidt mere om os selv. Trods globalisering og dårlig betalingsbalance har vi nok i os selv. Nok er stadig ikke nok...

Julen er traditionernes tid... Især julemusiktraditionernes tid. I år vil jeg dog undlade en næsten fast tradition! Nogle medier taler i meteorologisk forstand om den koldeste jul i 70 år. Også på andre planer er det stadig en kold tid, vi lever i. Alligevel vil jeg i dag ikke koge varm suppe på Kim Larsens version fra Østre Gasværk. I stedet vil jeg pege på MC Einar, som synger overskriften og omkvædet som fast juletradition. Jul – det er cool. MC Einar kunne have været en ganske velhavende mand med den sang.

Det er han bare ikke. Han havde ikke taget rettighederne til det lille mellemspill i ed. Mellem versene har han taget – eller som det teknisk hedder samplet – en bid fra den amerikanske komponist Leroy Andersons "Sleighride". Det gør nu, at arvingerne til for længst afdøde Leroy Anderson smiler bredt på vej hen til banken for at hente en ganske pæn formue. Det må da siges at være surt show for de danske værdier. Det er ikke retfærdigt, men det er der jo så meget, der ikke er i øjeblikket...

Samfundsånden har alt for længe hyldet, at vi har været os selv nok. Der har været langt større fokus på eneren, hvilket ikke i sig selv er forkert. Men det har været på bekostning af mange andre gode værdier. Værdien siden yuppietiden i 80'erne har mere og mere været penge og materielle goder. Økonomisk succes var det altomfattende pejlemærke. De, der havde ejerbolig, levede højt på friværdien, og de, der boede til leje, måtte mere se på forbrugsfesten udefra. Boligpriserne steg, boligspekulanterne og de andre spekulanter blev beundret og levede mere end højt og fedt. Lige indtil boligboblen og de andre bobler brast. Nu skal prisen betales – også af alle de der ikke var indbudt til festen. Der ligger heller ikke denne gang en ny og kvalitetssikret psykiatripakke under Folketingets juletræ. Sådan som flere psykiatriforeninger og Det sociale Netværk/Psykisk sårbar

Angående LAP-Festival gruppen...

Pga. sygdom kunne jeg desværre ikke deltage i LAP's landsmøde i år 2010. Jeg havde ellers stillet et forslag ang. en LAP-Festivalgruppe, med udgangspunkt i at oprette en endagsfestival, noget lignende "Skør med Rock" – som socialpsykiatrien afholder for Jylland og Fyn. (www.skoerrock.dk).

LAP-Festivalen skulle så som hovedudgangspunkt, bruge egne medlemmer.

Jeg er meget ked af, at jeg skulle blive syg og håber selvfølgelig, at der til næste år, til Landsmødet 2011, vil være en chance for at oprette en sådan LAP-Festivalgruppe.

LILLIAN RANK

Kontaktannonce

Kærlig dame søges, mellem 44 og 60 år.

Jeg er fra 1958 (stenbuk). Mit navn er Dorte. Jeg er en mand der går i dametøj, drikker ikke alkohol eller ryger, men selvfølgelig accepterer jeg, hvis du drikker et glas vin i ny og næ og ryger behersket.

Henvendelse på tlf.nr.: 40 43 33 25, (automatisk telefonsvarer) hvis du oplyser dit tlf.nr., ringer jeg tilbage.



GLÆDE I STEDET FOR BITTERHED...

godmorgen – godmorgen du strålende morgen...
solen skinner og himlen er skyfri – godmorgen...

egentlig var jeg trist – men nu har jeg glemt det igen...
her er så dejligt – midt i varmen og stilheden...

tyve år er der gået – bare sådan...
tyve år siden at jeg satte mig ned...
- og blev ked... igen og igen...
tyve år med smerter, tårer – sorg og savn...
nu vil jeg ikke bruge flere år – på det...

det er så nemt at beslutte sig – for glæde...
- i stedet for bitterhed
men at gennemleve beslutningen...
- det er dér prøvelsen – er størst især...
men det lykkes mere og mere – med tiden...

det som er svært at slippe – er angsten...
den angst – de tyve år – har givet...

at andre vil – at de igen skal bestemme...
- over mig og mit liv...
"hvad bilder de sig for øvrigt ind" ???...

gud ske tak og lov – at jeg lærte at sige fra...
bag døden – to gange...
i jesu navn amen...

THE ROSEWOMAN, LILLIAN RANK 2010

D. 8. APRIL...

Hvordan mon at du har det – efter disse år der er gået...
Mon du tænker – det samme – om mig...
Mon du har lukket mig ude af dit liv og hjerte...
- for længe siden...

Min forstand – kan have svært ved at acceptere...
Mit hjerte – nægter at forstå det hele...
Min fortid – fortæller sandheden – om det...
- imens at jeg spekulere over... hvad skete der ???

At fødes uønsket – er én ting...
- men at forblive uønsket – er noget helt – helt – andet...
Det kan næsten slå et menneske ihjel...
- at være "levende død" – for ens slægt og familie...

Men jeg undrer mig – igen og igen – over dig...
- hvordan kan du – holde dit liv ud...
Hvordan er det at bo – inde i din sjæl...
- jeg kan slet – slet ikke – følge din tankebane...

Men jeg kender dig – slet ikke mere...
- det gjorde jeg engang...
Jeg tror du har det – ligesådan med mig...
Amen...

THE ROSEWOMAN, LILLIAN RANK 2010

Min recovery - at komme sig

Jeg går ned ad alléen, træer på begge sider, solen skinner og står stadig højere og højere på himlen, himlen har en naiv blå farve, og er specielt klar i dag. Træerne står med deres nøgne bark, svøbt i naturens egen bladgrønne dragt. Vejen skråner nedad, skridtene føles lettere og lettere, det er som om sjælen letter gangen. Fuglene synger, forekommer det mig smukkere og smukkere, skridt for skridt. Panoramaudsigten ud over fjorden, gør også sjælen lettere og mere fri, ikke bundet af den

meget strenge vinter mere, det er som vinteren tør, og må give efter for forårets ungdomsbudskab, ikke den første ungdom, men den anden ungdom, men ingenlunde dårligere, end den første, en mere moden ungdom vil jeg sige, en ungdom med mere livserfaring og mere livsmod. Ungdommen startede med puberteten, efter pubertets problemerne var de første skridt kluntede, jeg skulle lære at gå på ny, lære at leve livet igen. Jeg var fanget af en frygtelig sygdom, og dens mørke magter, da jeg kom fri fra

dens hårde jerngreb, mærkede jeg en indestængt glæde, der langsomt begyndte at gro og vokse igen. Det er mere og mere som om fuglene synger "En lærke letted, og tusind fulgte". De lyse magter har vundet over de mørke. Det er mit livs forår og jeg er fri. Det er forår og jeg går ud ad livets vej i livets skole, som en anden elev.

ELSE ELISE HERMANSEN



- som også LAP er en del af, arbejdede for. Endnu en gang må psykiatrien se sig overhalet indenom af kræftområdet. Ingen tvivl om at bedre kræftbehandling også er vigtigt. Men i sådant et rigt land burde det ene ikke udelukke det andet. Under juletræet ligger Kræftpakke 3, men ingen Psykiatripakke 1.

Mens jeg skriver dette lyder en af dagens nyheder at over 300.000 og måske langt flere får ødelagt tænderne af den medicin de er nødt til at spise for at få en nogenlunde livskvalitet. Det er naturligvis psykiatribrugerne. Kræfttramte får også tandskadende medicin, men de kan få økonomisk tilskud til tandbehandling, men det kan psykiatriramte ikke. Hvorfor skal psykiatrien altid behandles så stedmoderligt!

Hvorfor er den ikke på finansloven ligeså naturligt som alle de andre - vigtige - områder?

Jeg kan for egen regning tilføje, at det ikke gik som jeg havde ventet, men det havde jeg nu heller ikke ventet...

Nye og flere gamle initiativer på psykiatriområdet bliver mest finansieret af satspuljemidler. Disse midler består af det, som udsatte gruppers overførselsindkomster skulle være forhøjet med. Det er billedligt talt som på Storm P's tegning med den logrende hund ved det veldækkede spisebord, hvor den korpolente herre skærer halen over og giver den til hunden at spise. Det Sociale Netværk har tidligere statsminister Poul Nyrup Rasmussen som formand. Det vil sige at jeg herefter ikke kun behøver henvise til en tidligere statsmand, men en aktiv psykiatriforkæmper, når jeg nu så gerne vil gentage og med frostklar stemme kraftigt bryde ud i: Kan vi ikke gøre det lidt bedre...

Inden næste jul skal der vælges et nyt folketing, som kan skabe en helt ny virkelighed - også for psykiatrien. Der skal ifølge grundloven være valg inden et år. Mit bud er, at der bliver valg til foråret. Der bliver ikke valg om sommeren pga. ferie og rejseaktivitet. Efterår og vinter vil udsætte muligheden for at udskrive valget til sidste frist. Statsministeren har det privilegium at bestemme valgdatoen og vil dermed gøre, hvad han kan for at sætte dagsordenen. Derfor vil han naturligvis helst gøre det på det for ham mest gunstige tidspunkt. Det kan man ikke forvente ham i. I de senere år hvor medierne i stadigt stigende grad sætter dagsorden, og hvad "man tænker og taler" om, kan der pludselig opstå en sag, som udvikler sig. Det er ikke mange stemmer - måske 150.000 - på midten, der skal rykke fra blå/højre-fløj til rød/venstre-fløj, før balancen flytter, og der sker et regeringsskifte. Derfor er det sikrest for en statsminister at have så meget frihed og råderum som muligt, som jeg tror, han vil finde i marts/april. Nu skriver jeg "han" i forhold til statsministerposten. Men vi har indtil nu ikke haft en kvindelig statsminister.

Den første kvindelige minister overhovedet i verdenshistorien var i øvrigt danskeren Nina Bang, som blev undervisningsminister i 1924. Hun blev endda omtalt som "regeringens eneste mandfolk". Det var hun i to år, og det varede mere end 20 år, før den næste kvindelige minister kom til i 1947. Jeg synes, at den kommende valgkamp vil være en enestående lejlighed for at stå sammen!

Alle entusiastiske og interesserede som LAP, Det Sociale Netværk, SIND, Bedre Psykiatri, Angstforeningen, Fællesrådet for Psykiatريفoreninger i Hovedstaden og så videre. Således at alle større og mindre organisationer samles for at skabe debat, stille spørgsmål og krav til partierne og folketingskandidaterne. Man kan selvfølgelig håbe på, at retfærdigheden af sig selv sker fyldest en dag. Vi er ikke blot inde i en kold, men også en mørk tid. I advents- og juletiden går der godt nok det ene lys op for os efter det andet...

Men håb og tro på den politiske proces er ikke nok. Som vise- og lysmageren Poul Henningsen udtrykte det: "Fremtiden kommer af sig selv, fremskridtet ikke..." Handling giver forvandling...

De mange psykiatribrugere, pårørende og mange andre fortjener endelig at blive hørt! Vi er langt mere end en million mennesker/samfundsborgere/vælgere, som er eller bliver direkte berørt. Måske de mange, mange stemmer endelig kunne høres - af især måske de valgte og nyvalgte politikere. Solid vælgeropbakning gør ofte at politikere formås til at ændre standpunkter. Politikerne kunne opdage, at der i virkeligheden er stemmer i at høre efter. Høre efter de mange såkaldt "svage", men i min erfaring i virkeligheden stærke stemmer. De berørte kunne røre politikerne til at høre og derefter gøre...

Det ville også være rart at være fælles for noget i stedet for imod - nedskæringer, tvang og andet negativt. Fuglene flyver i flok, når de er mange nok...

Hendes Majestæt Dronningen plejer i sin nytårstale sædvanligvis at sende en hilsen til søens folk. Det kan næppe undre nogen, at jeg i stedet benytter lejligheden til at sende en særlig hilsen til psykiatriens folk! Må vi trods den mørke tid og målbevidst gå mod lysere og varmere tider...

Fra alle os - til alle jer - ønsker vi en rigtig glædelig jul og et lykkebringende nytår!

Kys det nu, det satans liv, grib det, fang det før det er forbi...

Hav det godt og pas nu rigtigt godt på jer selv!

KÆRLIGST MICHAEL



DANMARK

PP