



VINTER 2014 · NR.4 · ÅRGANG 16

Landsforeningen Af nuværende og tidligere Psykiatribrugere

*Glædelig jul og
godt nytår*

LAP

MEDLEMSBLAD

LEDER:

Nu er mange sikkert midt i forberedelserne til årets fest. Det er nok den på mange måder sværeste tid for alle, enten fordi de ikke har nogen at forberede med eller til, eller for mange at skulle tilpasse tid til, midt i dette kan det være rart at sætte sig og se lidt tilbage. LAP har haft et travlt efterår, vi har fået sat fingeraftryk mange steder, også hos kommunerne. Og nu i skrivende stund er vi i gang som vært for ENUSP's store internationale conference, som holdes i Hillerød.

Et område hvor der nu begynder at ske noget er omkring "misbrug" idet f.eks. Ole Pass fra KL nu har skrevet om det, som mistriivsel. Hvad det jo netop er. Brug af diverse stoffer og lignende er jo en kompensation for manglende trivsel i livet (eller livskvalitet, livsindhold, livsglæde). Hvis vi kan støtte op omkring denne nye opfattelse, udbrede den alle steder hvor vi kommer, så kan vi på længere sigt komme fri af talen om dobbeltdiagnoser. Hvornår er graden af trivsel eller livskvalitet blevet en sygdom, som bør betegnes med en diagnose?

Vi har også deltaget i andre konferencer og lignende hvor spændende nytænkning kom frem. f. eks. er der nu på kommunalt plan forsøg i gang omkring konfliktforebyggelse på bosteder. Idet man afprøver et princip der går ud på at registrere det anderledes i situationen og bruge det anderledes til at skabe ændringer og neddæmpning af en spirende konflikt. I stedet for en autoreaktion på en spirende konflikt. Nu mangler vi bare at man

screener personalet, et princip som bruges visse steder i udlandet, sådan at man ved lidt om hvilke traumer de medbringer. Idéen bag er at personalet indbyrdes skærmer og skåner hinanden således at én blandt dem, som har svært ved situationer med høje stemmer ikke tilkaldes som kriseløser i situationer med høje stemmer. Der hvor man bruger denne viden sammen i gruppen har man kunnet opnå at kriseoplæg sjældent udvikler sig til kriser.

På KL's handicap og psykiatri konference præsenterede et afsnit fra et stort bosted, en ny tilgang til kommunikation. Man tog seriøst udgangspunkt i borgerens idéer (afsnittet havde til opgave at forsøge at skabe sociale funktioner hos enkeltmands anbragte) stille og roligt spurgte man ind og brugte svarene som grundlag for samspillet og brugte dem ubearbejdede. Resultaterne var så positive at de nu skal ud over hele bostedet.

Der er ret store forskelle på hvordan de enkle bosteder og kommuner fungerer, ovenfor omtalte er plus siden i top – modsat har vi bosteder hvor personalet recovererer på den måde at de bestemmer hvordan beboerne skal opleve recovery, helt uden irriterende indblanding fra beboerne, for personalet alene vide. Sidstnævnte bør vi modarbejde over alt hvor vi møder det.

Selv om der overalt er tanker og handlinger i gang omkring mantraet "brugerinddragelse" så er der et stykke vej endnu inden den kan siges at være på plads. Brugere skal med

både i såvel forskningstilrettelæggelse, som i andre styregrupper og ikke sidde på anden række i følgegrupper. Brugere skal fuldt og helt ind i alle samtaler der drejer sig om brugere, regionalt som kommunalt. Princippet "intet om os uden os" er ikke bare et bonmot. Men den virkelighed vi vil leve i. Lad det nye år som venter lige om hjørnet blive det LAP år hvor vi alle, på hver sin måde, arbejder på at brugerselvstyret bliver en selvfølgelig del af det at få hjælp, når og hvis vi får brug for det.

Lad os ønske hinanden en så smuk jul som muligt og et resultatrigt og glædesfyldt nytår her på tærsklen til 2015.

BO STEEN JENSEN,
HANNE WIINGAARD OG
STEEN MOESTRUP

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:

Birgitte Hansen

TRYK:

npc-grafikom | Næstved

LAYOUT:

npc-grafikom | Næstved

TEKNISK ANSVARLIG:

Hanne Wiingaard

OPLAG:

2.500 eksemplarer

INDLÆG BEDES INDSENDT TIL LAP PR. E-MAIL:

lap@lap.dk. Deadline til næste nr. er: 1. februar 2015. Alle indlæg, der optages til bladet, bliver også lagt ud på LAP's hjemmeside. www.lap.dk



Lederen	2
Arkitektur	4
Livsglædegruppen, en tur i Skt. Knuds Kirke	6
Roskilde den 21. april 2013	6
Tegninger	7
Splittet, at være mor til et misbrugt barn	8
Synlighedsdagen	9
Om hvorfor Paul blev anholdt på Anholt	9
Besøg hos Pressalit i Ry	10
Sindets Dag Vejle	12
Vores forening fik overrakt et flot Dannebrogsglag	13
LAP Radio	13
SUND dag i Århus	14
Set med en bisidders øjne	15
Kort og godt om DEPRESSION	16
Ø-lejren 2014	17
God Sindets Dag i Odense	18
Kollektive medlemmer i LAP	20
Kommunale grundforeninger	21
Regionale grundforeninger	21
LAP's Landsmøde 2015 og digt	22
Krogs Krog	23

LAP'S SEKRETARIAT HOLDER JULE-LUKKET I uge 52 og uge 1 - 22. december 2014 til 4. januar 2015 (begge dage inkl.)

Vi ønsker alle en Glædelig Jul og et Godt Nytår



**ARBEJDSGRUPPE FOR
DETTE BLADER:**

Hanne Wiingaard, Inger-Liss Christoffersen, Tom Jul Pedersen og Erik Thomsen.

FORSIDEFOTO:

Arkivbillede.

Navngivne indlæg udtrykker ikke nødvendigvis LAP's holdninger.

LAP
MEDLEMSBLAD



ARKITEKTUR

FYSISK – PSYKISK – MENTALT

AF BO STEEN JENSEN, MEDLEM AF LAP-LANDSLEDEREN

Uanset hvad, så bruges naturens små Legoklodser – Generne. Sådan kan man godt stille billedet op og alligevel ikke, for hvor Legoklodsen er ret stabil i form og funktion, så er generne det kun delvist. Forstået på den måde, at nok har de et medbragt Blue Print, men der kan være variabler i dette print. Så selv om printet er styrende for form på næsen, så er det mængden af variabler af variablerne, der styrer den endelige næseform.

Derfor er det så irriterende at mange i forskere og lignende kredse, snakker om genfejl, når det drejer sig om variabler. Når jeg her anfægter begrebet genfejl, har det med at gøre, at der ikke findes en endelig grundmodel (Matrix) for mennesket, men også gældende for alt levende.

Derfor kan man faktisk ikke bruge begrebet fejl. Fejl kan kun opstå i endegyldige prototyper.

Man ville sikkert nå langt længere ind i problematikkerne omkring, ikke mindst menneskers mentale og psykiske forskellighed, hvis man så på genetiske variabler i stedet for genfejl. Problemet med begrebet fejl er, at det indebærer begrebet korrektion, fjernelse eller rettelse af fejl.

Spændende nye forskningsvinkler

Ind i mellem sker der spændende ting omkring holdningerne til genernes betydning i de videnskabelige kredse. Man kunne ønske at personer uden for de videnskabelige kredse, ville være lige opsøgende når det gælder ny viden.

Nå, men lad os se lidt på nogle overraskende nye holdninger. Professor Thomas Werge har et hold af Ph D studerende, hvor en af dem har sat sig for at finde ind i genets natur, for at forstå dets måde at virke på (ret ambitiøst), men hun har registreret at vi som levende væsener ikke anvender mere end ca. 2% af genmassen – det har affødt det meget naturlige spørgsmål ”Hvad laver så resten”? Hvorfor mon de er der, alle de der passive gener? Nu er naturen jo kendt for at lave overskudsproduktion, så det er det. Personligt glæder jeg mig til svaret på spørgsmålene, men er spændt på om de når at komme i min tid.

Noget andet hun interesserer sig for, er at afkode genstrukturen for via denne at kom-

me frem til netop en forståelse af naturen i genet, dette for at kunne bruge dette til en væsentlig mere nuanceret måde at bygge mediciner op på.

Og hvorfor så den forskning? Jo, målet er at forsøge at finde en metodik der eliminerer bivirkningerne.

I starten kalder jeg generne for Legoklodser, fordi naturen bruger dem til at bygge levende væsner med; de er så at sige tegningerne, der bruges til at forme, f.eks. mennesket. For store grupper af generne skal der udefra kommende påvirkninger til, for at aktivere deres indfældede egenskaber.

For nylig har man registreret 108 forskellige gener, der på en eller anden samspilende måde, kan være fundament for de uhenigtsmæssige erkendelsesformer vi kalder skizofreni.

Men det spændende her er, at man nu anerkender at der skal udefra kommende katalyserende påvirkninger til, for at aktivere gruppen af gener. Denne erkendelse bør faktisk få dybtgående betydning for revurdering af brugte behandlingsformer, i form af en mere varieret tilgang til problematikken. Med hovedvægten lagt på analyse af hvilke katalyserende faktorer, der har været de udløsende faktorer.

I det hele taget kunne vi få meget mere ud af vore gener (de aktivitetsparate) hvis vi accepterede og forstod, at de aldrig er behæftede med fejl, men at de er lige så variable som de levende væsner, de former.

Jeg ved godt at det er lettere at forholde sig til ting og tilstande, når disse holder sig til vores skematik. Men skematik er kompromisser mellem statistisk viden og mod til at tro på øjet.

En vigtig ting er at vi kommer bort fra angsten for generne og derved bliver aktive i at beskytte dem, man skal nemlig være uendelig varsom med at forsøge manipulere med dem, især fordi man ikke helt aner hvad man manipulerer.

Så ”Vores gener er vores, I må godt se på dem og prøve at forstå dem, men de er vores ejendom husk det.

ROSKILDE

DEN 21. APRIL 2013

Roskilde Kommune praktiserer racehygiene overfor sindslidende.

I Roskilde Kommune kommer der en hjemmevejleder, som ikke har tavshedspligt overfor kommunen, og som fører journal over samværet med borgeren, der har brug for hjælp.

Hvorfor har Roskilde Kommune ikke kun støttekontaktpersoner, som har tavshedspligt, ikke fører journal, og som frit kunne lave et værdifuldt arbejde med byens borgere?

Der er ca. 360 personer i Roskilde, som får hjælp (Kontrol af Center for Psykiatri) Disse hjemmevejledere er meget lidt faglige i deres arbejde med borgerne, når de giver borgeren indtryk af, at de kan have en hjemmevejleder i al evighed.

Og hjemmevejlederne kunne lave et meget mere værdifuldt arbejde, hvis klienten kunne være anonym.

Jeg har hørt mange graverende historier om disse hjemmevejledere.

Lige fra at hjemmevejlederen talte privat i telefon al den tid vedkommende var hos borgeren, og til at borgeren bliver forsøgt overtalt til at lade sig sterilisere, hjemmevejlederen mener åbenbart ikke, at psykisk syge er egnet til at få børn, for er en borger blevet gravid, mener hjemmevejlederen også, at man skal have en abort – det er den rene fascisme og en krænkelse af menneskerettighederne.

Så jeg håber at Roskilde straks vil ophøre med den praksis.

AF PAUL BJERGAGER



LIVSGLÆDEGRUPPEN EN TUR I SKT. KNUDS KIRKE

Vi startede på Store Glasvej med at få et stykke smørrebrød, og bagefter snakkede vi om, hvad vi hver især havde lavet siden sidste møde.

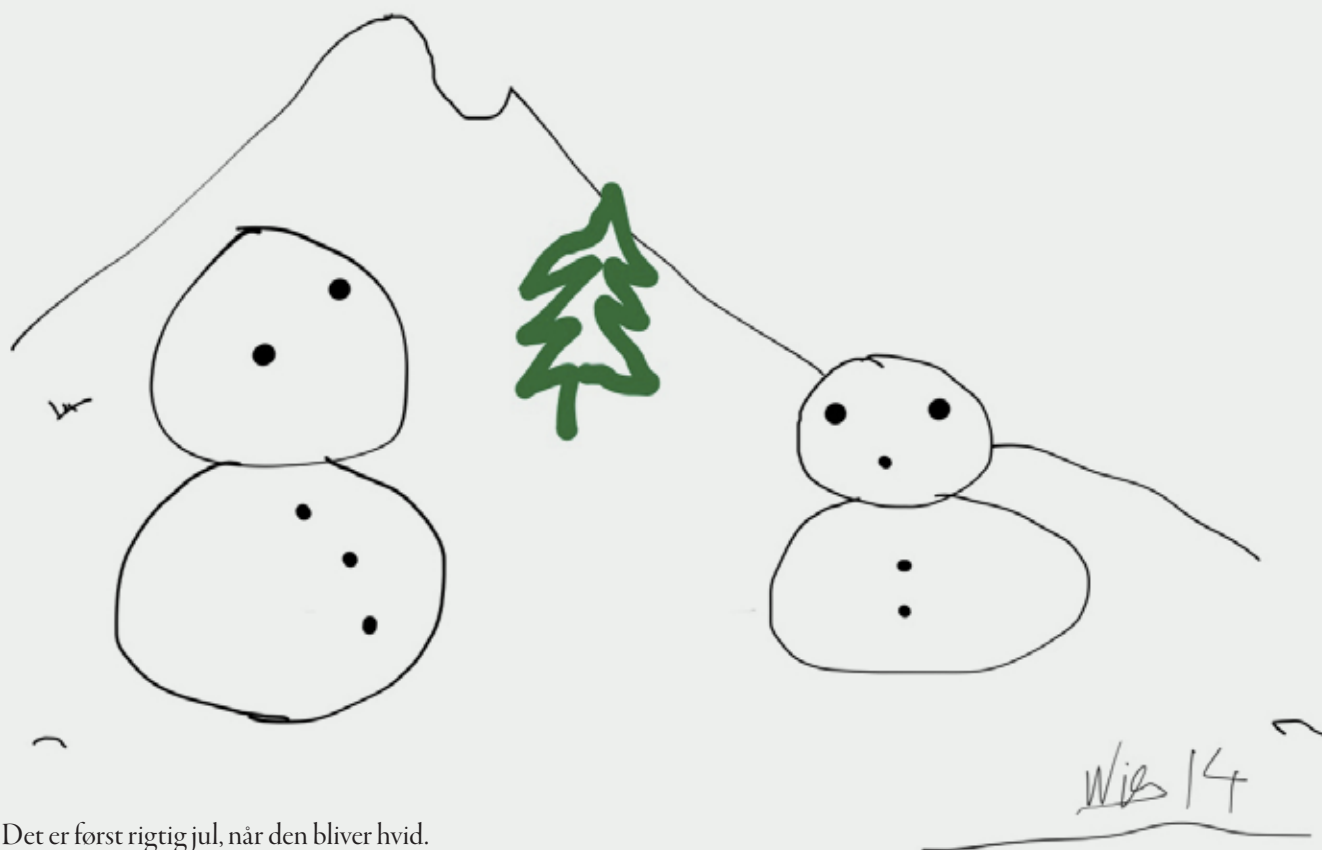
Bagefter tog vi bussen ind til Skt. Knuds Kirke og så den. Det var en god eftermiddag, og jeg tog nogle gode billeder af den meget smukke kirke.

AF BRIAN HAMMERUM





Gadens konger skal betale skat af salg fra hjemløse-avisen Hus Forbi.
Ej. De har det hårdt nok i forvejen og deres hunde er jo ikke gratis at fodre!



Det er først rigtig jul, når den bliver hvid.
- Man er også kun rigtig sindssyg når man vender det hvide ud af øjnene.

SPLITTET

at være mor til et misbrugt barn

Mikkel sidder helt stille. Hans øjne stirrer på Charlotte på en måde, de ikke plejer at gøre, og pludselig lyder hans vejrtrækning, som om han er ved at tage tilløb til noget. Hans stemme ryster, da han begynder at tale.

”Nu skal jeg fortælle dig, hvorfor jeg ikke vil se far mere.” Mikkel trækker vejret ind og holder en pause, der når at blande sig med en kuldegysning. ”Han har misbrugt Louise, fra hun var syv til hun var 13, og da hun ikke ville se ham mere, misbrugte han mig fra jeg var 11, til jeg var 16.”

Charlotte kigger på ham. Hvad er det, han siger?

En dag erfarer Charlotte Keller, at hendes eksmand har misbrugt hendes to børn gennem flere år. Hun går i chok, føler sig splittet og bliver ramt af skyldstanken: hvorfor så jeg det ikke? Charlotte Keller føler sig alene med sin sorg og skam, som om hun er den første nogensinde, der står i den situation. Det er hun ikke. På samme tidspunkt finder to andre kvinder — Anna og Jannie — ud af, at også deres familier gemmer på en grusom hemmelighed. De tre kvinder lærer hinanden at kende i en gruppe for



*Kvinden bag bogen,
Charlotte Keller er certificeret
sexolog,
stresscoach, parterapeut og mor til
to misbrugte børn.*

mødre til incestofre, begynder i terapi og genvinder langsomt troen på, at de en dag vil kunne lære at leve med det.

”Splittet — at være mor til et misbrugt barn” viser tre mødres historier, når det værst tænkelige sker. I bogen fortæller de om afsløringen, det første chok og den svære tid, hvor de skal fortælle omverdenen, hvad der er sket og beslutte, om overgrebene skal anmeldes til politiet. De fortæller om tiden indtil i dag, hvor de står så langt på den anden side, som man kan komme.

Læs også, hvordan andre pårørende har oplevet chokket, familiesplittelsen og tiden efter. Og du får gode, konstruktive råd, hvis du selv står i en lignende situation eller kender en, som gør.

Bogen kan købes på www.splittet.dk



Jeg kommer gerne ud og rundt i hele Danmark og fortæller min historie om 30 år i psykiatrien, hvor de kun har prøvet at ødelægge mig - og historien om at jeg blev anholdt på Anholt.

Jeg var taget til Anholt for at se sælerne i december 1981 tror jeg det var. Jeg tog ud på spidsen af nord Anholt, og gik gennem den stenede ørken, som er meget flad og gold.

Der var for langt at gå hjem til byen Anholt den samme dag, da der er ca. 8 km. og ingen mennesker. Kun det frådende hav ude ved kysten på begge

Synlighedsdagen

AF NILS HOLMQUIST ANDERSEN

Det er et særligt rum der møder mig, da jeg træder ind i salen på Islands Brygge. Et særligt rum med noget enestående i sig, der summer af den tætte lyd fra de andres stille vejtrækning. Det er som om, at nogle af de fremmødte til Landsforeningen SPORs arrangement i Kulturhuset nærmest holder vejret. Jeg får lyst til at bevidne intensiteten med mit kamera, men bliver venligt bedt om at stoppe mit forehavende, da der ikke må tages fotografier, bruges mobiltelefoner og andet grej ved denne årlige temadag, fordi det er noget helt særligt.

En del af de mennesker der er til stede har brug for at kunne slappe af, og være ubekymrede overfor offentlighedens meninger og medier.

Der er god grund til at holde vejret for det er stærke sager der kommer på bordet. Her tales om det væsentligste i mange af de fremmødtes liv netop nu. Hvordan

man kæmper med senfølger efter seksuelle overgreb i barndommen.

Her tales om, hvordan psykiatrien ikke har kunnet hjælpe, trods det at hen ved 50 % af de som er - eller har været berørt af et psykosocialt handicap - også har været udsat for et seksuelt misbrug da de var børn.

Der tales om, at pædofile slet ikke skal straffes, men behandles. Behandles for at bryde den sociale arv. Overgrebene kan være så ubærlige, at offeret fortrænger dem og nogle selv bliver krænker.

En stor del af sex-krænkerne bliver først anmeldt af deres ofre, når ofrene er midaldrende voksne - og så er forældelsesfristen for anmeldelse udløbet. Krænkelserne går i ring indtil man bryder tabuet og hemmelighederne.

Her tales om, hvordan de pårørende til misbrugte føler sig som medofre. Hvorfor opdagede de ikke, at der var noget galt - dengang?

Her tales om, hvordan skammen i mange år har været en livsledsager.

Her tales på en anden og særligt kærlig måde, som man ikke lige møder udenfor salen.

Her tales med en høvisk og sober tone. Ingen bandeord, og ingen pædofile, der skal hænges op i deres ædlere dele. Ingen fordømmelser.

Alt dette tales der om - og meget mere til, fordi der er hjælp at hente.

Der findes helt særlige rum, hvor man kan finde trøst og hjælp blandt ligesindede, der er blevet stærke af deres smerte.

Der findes blandt andet Landsforeningen SPOR.

Se boganmeldelse om at være mor til et misbrugt barn, et andet sted i dette blad.

OM HVORFOR PAUL BLEV ANHOLDT PÅ ANHOLT

sider af øen, hvor der også er de skønneste gryder i sandet med marehalm. Et godt sted at lægge sig på en sommerdag hvor man er på ferie på øen. For den er et besøg værd.

Så jeg ringede til Jesper, hvor socialformanden havde placeret mig, da jeg lod som om at jeg var flyttet til Anholt fordi jeg ikke havde flere penge, og når man boede på Anholt så kan man sejle gratis med færgen til Grenå. (jeg skulle jo også hjem på et tidspunkt)

Jeg talte med Jespers kone for at berolige dem om, at der ikke var sket mig noget. Der er en mønttelefon på Fyrgården, og der lå en 25 øre ved telefonen.

Jeg brød en dør op til et rum - døren var kun sømmed fast med et par søm og førte ind i et stort rum, hvor jeg kunne sove. Et rum på Fyrgården hvor ornitologer overnatter med tæpper og brændeovn.

Om morgenen fandt jeg lidt havregryn, som jeg lavede havregrød af. Efter morgenmaden gik jeg ud mod sælerne for at se dem, det var jo det, der var mit formål med at være på øen.

Lige pludselig kommer søværnets Landrover med 2 betjente fra Grenå, en chauffør og Anholts sognefoged.

De siger at jeg skal følge med ellers er jeg

anholdt - jeg bliver anholdt på Anholt. Vi kører så i Landroveren til flyvepladsen på Anholt og flyver til Tirstrup (jeg elsker at flyve i små fly)

Derfra kører vi til politistationen i Grenå, hvor jeg skal afhøres. Der går en rum tid - og så siger politibetjenten

”NÅ du har ikke gjort noget ulovligt, så kan du komme hjem til Roskilde” Ja sikke en historie fordi man vil se nogle sæler på Anholt. *Finito*

AF PAUL BJERGAGER NIELSEN



Besøg hos
PRESSALITRY

AF BJØRN STENSVOLD OG SØRN STRAND-JENSEN LAP MIDTJYLLAND

Lidt om Pressalit

Pressalit er en førende producent af toilet-sæder og hjælpemidler til handicaptoiletter samt af dele til særligt handicapvenlige køkkener. LAP Midtjylland havde inviteret sig selv til møde med Pressalits afdelingschef Allan Bruun for bl.a. at høre nærmere om virksomhedens særlige fokus på ansættelse af psykisk sårbare. Sidst på mødet deltog også direktør Dan Boyter.

Allan lagde ud med kort at beskrive Pressalit. Han ridsede kort fabrikkens historie op, nævnte deres grundidéer om vækst, overskud og ikke mindst deres grundige personalepleje. Derudover berørte han Pressalits fokus på design og sponsorater til sportsklubber med almindeligt fungerende udøvere (bl.a. fodboldklubben AGF) og specielt sponsorater til handicapeliteudøvere. Det var tydeligt, at Pressalit længe har arbejdet på at skabe sig et brand i kraft af netop design og deres sigte mod social ansvarlighed.

Allan kunne om sin egen baggrund fortælle, at han oprindeligt er uddannet smed, senere pædagog med erfaring fra socialpsykiatrien, og nu altså ansat som personalekonsulent, med ledelsessparring, kontakt til andre virksomhedspartnere med særligt fokus på social ansvarlighed og intern uddannelse af "situationsbestemt ledelse" (SL). Idéen med SL er samtalen om opgaverne med den enkelte medarbejder som omdrejningspunktet i kontakten med medarbejderen, her skal den enkelte leder være meget opmærksom på hvilken lederadfærd, der egner sig i netop den konkrete arbejdsituation sammen med medarbejderen. Allan arbejder desuden med tværgående lederuddannelse.

Facility Services – en serviceafdeling

Herefter kom han ind på sin egen afdeling med ti medarbejdere ud af i alt tyve ansat på særlige vilkår. Afdelingen, der er en serviceafdeling, kaldes Facility Services. Den består af såkaldt insourcete, dvs. internt rekrutterede medarbejdere, der alle er ansat i enten fleks- eller skånejob. Man har valgt ikke at outsource dette arbejde, men derimod at ansætte medarbejdere internt i virksomheden til at løse opgaverne. Ud over skåne- og fleksjobberne, har Pressalit også ungdomsuddannelseselever som led i disses egen uddannelse. Opgaverne i afdelingen består af næsten alle slags servicefunktioner i virksomheden: Rengøring i administrationen, bygningsvedligeholdelse, anretning af mødeforplejning, samt køkken- og kantineopgaver. Medarbejderne i Facility Services arbejder i forskellige af Pressalits

lokale bygninger og udgør 7-8 % af den samlede gruppe af Pressalits ansatte i Ry.

I forbindelse med Facility Services forklarede Allan, at medarbejdernes primære fælles planlægningsredskab består af en tavle, hvor den enkelte medarbejder placerer sine egne magneter ud for opgaver og tidspunkter på dagen. Når den pågældende har udført sin opgave, tages magneten af tavlen, så når tavlen er ryddet, er arbejdsdagen slut. På denne måde har kollegerne mulighed for at opdage og hjælpe til, hvis der er magneter, der hænger længere tid, end opgaven er sat til, f.eks. hvis en medarbejder har svært ved at overkomme sin opgave den dag. Dette udgør en overskuelig måde for den enkelte at følge udviklingen i den daglige arbejdsrutine på og samtidig en mulighed for at støtte op, når der opstår behov. Tavlen er med til at give afdelingens medarbejdere følelsen af, at man kommer igennem dagen med fælles hjælp.

Faste opfølgningssamtaler

Et vigtigt grundelement i personaleplejen er de månedlige opfølgningssamtaler, som hver leder har med hver af sine ansatte. Dette overholdes skematisk, men dog ikke strammere end at varigheden af møderne afhænger af, i hvor stor udstrækning der er problemer enten fagligt eller socialt på arbejdspladsen eller evt. privat. I Pressalit lægger de op til videst mulig ærlighed hos den enkelte, dette gælder altså også på det private område, for så vidt de private spørgsmål har betydning for arbejde og ansættelse i virksomheden. Denne kontakt bidrager til en lidt større fortrolighed på arbejdspladsen, og kontaktmodellen bruges lige så meget hos de ordinært ansatte som hos ansatte på særlige vilkår.



Syn på tabuisering, muligheder og problemstilling ved sygdom

Der udspandt sig også en kort snak med Allan om tabuiseringen af psykisk sårbare, samt deres muligheder og begrænsninger i det daglige på arbejdspladser og lignende. Allan nævnte selv spørgsmålet med, hvornår en sygdoms- eller personlighedsrelateret problemstilling skal adresseres direkte og ikke blot ignoreres. Det kan være svært at afgøre for en leder eller kollega, hvor langt og hvornår man skal gå for at imødegå et problem mest konstruktivt.

De sidste ti minutter af mødet var Dan Boyter til stede. Sørn Strand-Jensen fra LAP gik lidt i detaljer med spørgsmålet om, hvordan en chef i Pressalit kunne få hjælp i tilfælde af en alvorlig psykisk sygdom. Dan Boyter forklarede, at betroede medarbejdere med en længere anciennitet, er så stort et aktiv for Pressalit, at det er i firmaets egen interesse, at man går meget langt for at fastholde medarbejderen i håbet om at få vedkommende tilbage til vedkommendes normale arbejdsopgaver. Men er sygefraværet så højt, og fylder sygdommen så meget på arbejdspladsen, at det går ud over den daglige drift, vil det være nødvendigt at afslutte samarbejdet med den pågældende leder. Men Dan understregede, at det altid er den individuelle tilgang til den enkeltes sygdomstilfælde, der er bestemmende for indsatsen. Medarbejdere er forskellige, nogle er åbne om deres problemer, andre er mere lukkede. De sidstnævnte kan være sværere at bistå i en akut situation, de mere åbne medarbejdere derimod er ofte lettere, bl.a. i kraft af at man hos dem også tit har mulighed for at samarbejde med deres egen læge eller f.eks. psykiatrien i en åben dialog. Således anser Pressalit åbenhed i kontakten mellem ansat og leder som et vigtigt fundament i den daglige personalepleje i alle led af organisationen.

Ordforklaring

Brand: Dét, som virksomheden er kendt for eller som man forbinder med virksomheden.

Insourcete: Når en arbejdsopgave bliver udført af personer i virksomheden

Outsourcete: Når en arbejdsopgave bliver udført af personer uden for virksomheden. For eksempel af et andet firma.

SINDETS DAG VEJLE

BLEV HOLDT DEN 9. OKTOBER 2014

I VEJLE MUSIKTEATER

Gruppen bag Sindets Dag Vejle, havde i år valgt at holde Sindets Dag den 9. oktober 2014 i Musik Teatret i Vejle, med fokus på at imødegå stigmatisering af psykisk sygdom i samfundet. Derfor samarbejdes der med Landskampagnen EN AF OS, som har til formål at afstigmatisere psykisk sygdom i Danmark og fremme tolerance og åbenhed over for mennesker med psykisk sygdom.

Gruppen som består af: Landsforeningen Autisme, LAP, Landsforeningen SIND, OCD-foreningen, Depressionsforeningen, Bedre Psykiatri i Vejle Kommune, Idræt i dagtimerne Vejle Kommune, Socialpsykiatrien Vejle Kommune, Cafébutikken i Vejle, PsykInfo, Region Syddanmark har i år været stolte af at kunne præsentere:

U-Turn - Det er aldrig for sent eller for tidligt at leve sundt ved Chris MacDonald. Alle 1134 pladser var udsolgt midt i september.

Det var en fantastisk aften, der allerede startede for os arrangører ved 16 tiden, hvor Chris MacDonald ankom meget veloplagt og tjekkede teknikken af.

Så gik han rundt og hyggesnakkede med os arrangører. Så tog han sin fine røde hue på og tog sig en løbetur i og omkring Vejle og da han vendte tilbage var der "krammer" til nogle af de publikummer, der var begyndt at strømme til.

Præcis kl. 19.00 gik Tove Birkebæk fra OCD-foreningen på scenen, hvor hun på de elleve arrangørers vegne bød velkommen til Chris MacDonald samt publikum.

Hun fortalte bl.a. om det fantastiske i, at man i Vejle Kommune, som et af de få steder i Danmark, for fjerde år i træk, er gået sammen om, at løfte opgaven om afholdelsen af Sindets Dag.

Derefter gik Centerleder Ulla Lindgren PsykInfo, Region Syddanmark på scenen og fortalte om Landskampagnen "EN AF OS" og takkede Ambassadørerne for det store arbejde, som de udøver.

Der var sådan en utrolig god stemning denne aften og publikum blev virkelig underholdt af en meget humoristisk og veloplagt Chris MacDonald, der fortalte sin personlige historie med depression, og hvordan vi arbejder med os selv og vores vaner, for at opnå et sundere liv.

Da Chris MacDonald rundede sit foredrag af, var der stående klapsalver fra publikum.

Efterfølgende stod Chris MacDonald selv for salget af sin bog "Du er ikke alene" som han signerede, og hvor han lavede tegninger af sin berømte hest.

Alle som ønskede det, kunne blive fotograferet sammen med ham og han gav sig god tid til alle. Det var imponerende at opleve ham være så nærværende og "på" hele den tid han var der.

Alle elleve arrangører havde hver deres stand i foyeren, som var så godt besøgt, at der var kø foran dem.

Chris MacDonald var så generøs at tilegne de foreninger der var repræsenteret denne aften, overskuddet fra salget af sine bøger.

Tusind tak til alle, som har bidraget til en fantastisk aften.



AFINGERLADEGAARD



VORES FORENING FIK OVERRAKT ET FLOT DANNEBROGSFLAG

AF TOM JUL PEDERSEN

Her i landet er vi stolte af vores flag, så stolte, at der er nogle, der samler penge ind til det, så det kan foræres væk gratis, til dem der ansøger. Pengene kommer bl.a. ind ved, at der sælges små selvklæbende Dannebrogsglag på Valdemarsdag den 15. juni. Myten siger at flaget faldt ned fra himlen den dag, for flere hundrede år siden, under et slag i Estland.

LAP fik det flotte flag overrakt, inden et medlemsmøde i Odense. På billedet kan man se en stolt Paul Bjergager Nielsen modtage flaget på LAP's vegne.

Det kan anvendes ved festlige lejligheder, landsmøde, osv.



LAP RADIO ER GÅET I LUFTEN

De elektroniske medier er kommet for at blive, og nu bevæger LAP sig ind i dem. Vi starter med LAP Radio, som kan høres på LAP's hjemmeside www.lap.dk, ved at gå ind på forsiden, klikke på LAP Radio, der står til venstre ca. i midten. Derefter kan man vælge mellem udsendelserne, der er af en times varighed, der er mulighed for at "spole" i dem, så man hurtigere kan komme til det væsentlige.

Allerede nu er der mulighed for at høre om Folkemødet på Bornholm samt Brugernes Bazar i Odense. Se selv om der er noget på siden, der interesserer dig.

I fremtiden vil vi også kunne byde på LAP TV. Mere om det senere.

AF TOM JUL PEDERSEN

SUNDDAG I ÅRHUS

AFTOMJUL PEDERSEN

SUNDDag i Århus er et arrangement der sætter fokus på sundheden. Det er unge studerende fra universitetet i byen, der arrangerer det. I år var det 3. år i træk. Det foregår i hjertet af Århus, nærmere bestemt ved domkirken. Der var en masse boder, lige fra Høreforeningen til Scleroseforeningen, altså en masse foreninger der til daglig arbejder for "sundhed" eller rettere sagt forsøger at mildne et handicap.

En af hovedkræfterne bag det hele er Johanne Greibe Andersen, der til daglig studerer medicin på universitetet. Jeg fik et lille interview med hende, hvor hun fortalte at det havde været en god dag og at der var mange der var mødt op, især børnefamilier. Tilmed havde solen skinnet fra en skyfri himmel, det "problem" blev løst ved at Kræftens Bekæmpelse delte gratis solcreme ud. Det er ikke kun de medicinstuderende der er med til at arrangere SUNDDag, men også bioanalytiker- samt litteratur- og historiestuderende fra universitetet. De gør det frivilligt og ulønnet, men der skal dog penge til at arrangere et så stort arrangement, 150.000 kr. har de fået fra fonde i de seneste 8 måneder, som det tager at arrangere det. Ud over penge til boder, telte og transport skal foredragsholderne have deres honorar, en af dem var Bubber. Johanne Greibe Andersens eget job som forkvinde består i, at samle trådene, koordinere tingene samt have overblikket. Som en form for leder skal hun tilmed give de andre en "peptalk" samt motivere dem. Årets tema var livsglæde, det var konkretiseret ved at man havde trykt en masse selvklæbende papirlapper, hvorpå der stod komplimenter. Man skulle så vælge et par stykker man syntes passede til en anden, samt klæbe dem på ham/hende. På Johanne var der sedlerne: Du er smuk, du er en fantastisk ven samt du er sej. Det kan godt være grænseoverskridende at klæbe de sedler på folk man ikke kender, altså på deres tøj. Det kan nemt blive mentalt omklamrende som det hedder, man kan roligt sige at det var en udfordring, men så må man øve sig i både at give og modtage komplimenter. Meningen med hele arrangementet, var at folk skulle leve sundere, uden at det blev for skolemesteragtigt, altså for meget "pegefinger".

Som sagt holdt Bubber et af foredragene. I det kom han ind på de problemer, hans familie havde på en tur til Frankrig. Det var dog holdt i en munter og lystig tone, livsglæden væltede ud fra scenen, tilmed var der psykologisk dybde i det, man kan kalde det for psykologi/filosofi i øjenhøjde for almindelige mennesker. Jeg fik et interview med ham bagefter. Det første spørgsmål gik netop på den røde tråd i foredraget, altså lige det jeg har skrevet ovenover. Hans kommentar til det var: "jeg er glad for det du siger, hvert et ord, det er en god feedback." Han håbede at folk kunne bruge det han sagde til noget, en slags lomme filosofi var det, eksemplificeret ved episoder fra hans tilværelse. Som han sagde til mig "jeg har også haft 40 år til at tænke over det". (han er 49 år) Der var to grunde til at han fortalte om sin familie 1) man skal give noget af sig selv 2) det skal have "kant" og "farver".



Bubber har en virksomhed, i den kan man hyre ham som foredragsholder etc. Den hedder: "Bubber Unlimited Aps" (Unlimited betyder uden begrænsninger). "Dét, du sagde i dag var også uden begrænsninger, det var fuld hammer, med megen glæde i" sagde jeg til ham. Til det replicerede han: "Hvor er du sød, tak"



Mit sidste spørgsmål gik på hvad der havde været det bedste i dag? Til det svarede han. "Din feedback tror jeg, det er den flotteste jeg har fået længe".

Arrangementet kommer igen til næste år. Hvis man vil læse mere om det inden da, kan man gå ind på deres hjemmeside www.SUNDDag.dk

Hvis man vil se flere billeder kan man gå ind på LAP's hjemmeside www.lap.dk og via arbejdsgrupper finde Livsglædegruppens side, altså den arbejdsgruppe vi har i LAP, den har tilfældigvis det samme navn som temaet på ovenstående arrangement.

Set med en bisidders øjne

AF ERIK THOMSEN, MEDLEM AF LAP'S LANDSLEDELSE

I længere tid har jeg som bisidder været på den sag, hvor en patient var ved at blive slået ihjel af en anden patient på Bispebjerg Psykiatriske Hospital, lukket afdeling 53. Da sagen har været grundigt omtalt i aviserne, må jeg godt skrive om det.

Omer, som jeg hjælper på LAP's vegne, havde fødselsdag, hvor en medpatient væltede hans fødselsdagsflag om eftermiddagen. Ingen reaktioner fra personalets side.

Kl. 22.30 samme aften, ville patienten, den senere overfaldsmand, som er to meter høj og i god form, have Omer til at bryde døren op, så de kunne komme ud i "friheden". Det ville Omer ikke, hvorefter der opstod tumult der medførte, at overfaldsmanden med personalets magt, blev ført ind på sit værelse.

Personalet så til ham en gang eller to, men ellers låste de sig inde på "Abegrotten", som kontoret kaldes dér. Omkring kl. 03.00 smadrede overfaldsmanden en stol. Personalet hørte intet, eller i alle tilfælde foretog de sig ikke noget. Overfaldsmanden gik så ind på Omers værelse, hvor han begyndte at smadre stolebenene ned i Omers hoved, således at han fik åbent kraniebrud. Kun en heltemodig indgriben fra en medpatient, Kim, reddede Omer fra at dø.

På LAP's samt alle psykiatribrugeres vegne, vil jeg gerne takke Kim for hans mod, her hvor personalet svigtede groft! Om det var for at opfinde en forklaring på deres svigt ved jeg ikke, men det tog over en 1/2 time for en ambulance ankom. Og da han var færdigbehandlet på hospitalet, tvang de Omer tilbage til afdeling 53 og han skulle endda være i den samme stue, hvor han var ved at blive slået ihjel.

Sagen kører stadigvæk - hvad skete der egentlig den nat?

Det gode, hvis der er noget godt i en sådan sag, var at Omers datters fornuftige krav om at kontakte LAP, via Ole fra Landsledelsen, fik fat i mig som bisidder. Ole skal have tak for sin indsats. Dette medførte at Omer straks blev overflyttet til en åben afdeling. Vi skulle nødigt havde mulighed for, at snakke

med patienterne på afdeling 53, for at høre hvad de vidste.

Omers medicindosis blev også hurtigt sat ned med 50% og i dag er han udskrevet til eget hjem og får nu kun omkring 20% af den medicin, han fik da han var på den lukkede afdeling. Og dét selv om hans behandlingsdom løber til engang i 2015. Fint nok, hvis det ikke lige var for at Omer næsten skulle slås ihjel, inden der kom skred i hans behandling.

Nævnte jeg at Omer ikke er dansker, ikke kan tale dansk og først efter LAP's indgriben, blev der foranstaltet en tolk til hans samtaler med personalet? Han har ellers været på en lukket afdeling i flere år!

Jo, vi kan godt i LAP, når vi beskæftiger os med dét, vi er sat på jorden til at gøre; at sikre gode vilkår for os, der er blevet påført en psykiske sygdom! Men nu kommer så det, jeg ikke forstår.

Et lille antal i LAP, anført af en ledende medarbejder, sender et brev til et ministerium (behøver jeg at nævne at brevet var sendt uden, at Landsledelsen vidste det!) I brevet fremføres der med, at al tvang skal forbydes under henvisning til FN's menneskerettigheder - hvilket i øvrigt er noget vrøvl, idet FN anerkender enhver stats ret til at bruge magt. Skulle man bruge noget gældende, må man henvise til den Danske Grundlov, hvori der står, at særlig ikke må indføres. Men spørger man hvad så hvis man i yderste nødstilfælde ikke må anvende magt, hvad skal man så gøre? Her ville denne fraktion af LAP svare ved kun at fremføre at LAP's Landsmøde har vedtaget, at LAP er imod enhver form for magtudøvelse. Dette passer nu ikke, idet Landsmødet (den øverste myndighed) har vedtaget, at LAP går ind for den mindst skadelige behandling, den mindst mulige magt, osv. Og mindst mulig, betyder også en anerkendelse af, at det kan blive nødvendigt, at bruge f.eks. magt i en form for nødrets indgriben.

Magt, i Omers sag, kunne have bestået i, at man havde tilkaldt de to største plejere, og sat dem uden for overfaldsmandens dør, sådan at han ikke kunne komme ud og forsøge at

slå andre ihjel! Og hvis han alligevel kunne komme ud, så skånsomt at bæltefikseres ham, således han ikke kunne skade andre.

Vi er nødt til i LAP at anerkende, at forholdene på de lukkede afdelinger bliver mere og mere rå, flere og flere af de "svage" patienter, bliver udnyttet af de "stærke" patienter, med trusler om vold m.m. Voldelige patienter skal stoppes, evt. ved politianmeldelse som LAP Landsmødet vedtog for et par år siden. Selvfølgelig efter modstand fra ovennævnte kreds.

Hvor mange skal slås ihjel på hospitaler, væresteder m.fl.?

Hvor mange skal voldtages på hospitaler, væresteder m.fl.?

Hvor mange? før de til sidst kommer til fornuft og indser, hvilken verden vi lever i, i dagens Danmark.



KORT OG GODT OM DEPRESSION

BOGANMELDELSE AF INGER-LISS CHRISTOFFERSEN

Professor Poul Videbech har gjort det igen – skrevet en bog, som trods det tunge budskab, er letlæselig og forståelig for de fleste. Depressionens mange ansigter er beskrevet indgående og set med en speciallæges øjne og mangeårige erfaring.

Jeg har selv i årevis fulgt intenst med i alt hvad der kom frem i medierne om depressioner og især bipolar lidelse samt medvirket i nogle bøger med mine oplevelser af sygdommen, som jeg har haft i over 40 år.

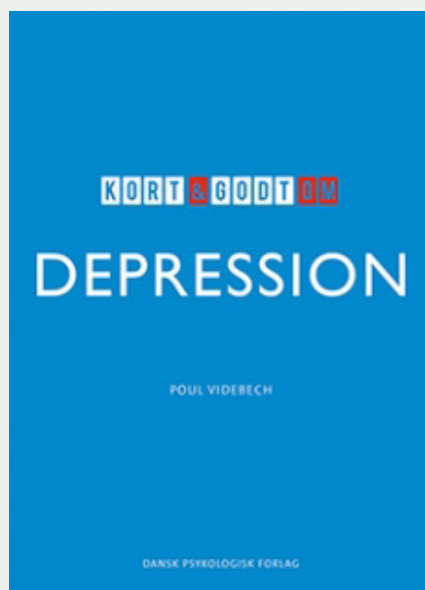
Den positive vinkel som Poul Videbech lægger i de skrevne ord i bogen ”Kort og godt om depression”, betragter jeg som et stort plus for læsere, der som jeg ikke har en akademisk uddannelse. Derfor er jeg sikker på at bogen kommer bredt ud til brugere, pårørende og hospitalspersonale. Det behøver ikke at være så kringlet for professoren, at beskrive sine mange års iagttagelser og erfaringer om depression - det skinner tydeligt igennem i hele bogen.

Tidligere har jeg anmeldt en anden bog ”Mani og depression” (Kim Engelbrecht) som er brugernes/pårørendes egne oplevelser med den bipolare sygdom. Den er også vigtig, men for at forstå mere, skal man ind bag sygdommen depression. Også Jes Gerlach (tidligere formand for PsykiatriFonden) har for nogle år siden skrevet et stort værk om depression. Der har dog manglet en opfølgning, som er mere forståelig for den brede befolkning omkring de sidste 20 års fremgang i viden, forståelse og behandling af psykiske lidelser.

Bogen her beskriver alt hvad depression indebærer, hvad der kan gøres, både medikamentelt, psykologisk og kognitivt.

Om de mange typer af depression eks. fødselsdepression, årsager, arvelighed, hormonelle forandringer. Er der mon kommet flere tilfælde af depression end for år tilbage? Hvad indebærer det, hvis for eksempel en langvarig depression ikke bliver behandlet? – lette depressioner kræver faktisk ikke antidepressiva, men en helt anden behandling. Disse samt mange andre spørgsmål bliver besvaret i bogen.

Der fortælles også om medicin/ECT-behandling og om for og imod disse behandlinger. Alt dette og mere til, fortalt af en af landets fremmeste psykiatere. Jeg kan stærkt anbefale alle med interesse for området, at læse denne berigende bog.



ISBN 978-87-7708-002-0
Dansk Psykologisk Forlag, 180 sider.
Pris: 199,- kr.

Nogle påstod på lejren, at den var endnu bedre end sidste år, tak for det, men det er en smagssag. Lejren var som sædvanligt løst kort, folk fik mulighed for at dyrke de ting, de selv ville og så tog vi den der fra.

F.eks. tog heldagsudflugten længere tid end beregnet, hvilket bare gjorde at vi der ikke deltog, der er nemlig ingen tvang på ø-lejren, bare udsatte aftensmaden, til folket kom hjem. Ingen problemer - kun løsninger.

Folketingsmedlemmet fra DF og forkvinde for § 71-udvalget (det udvalg, der skal holde øje med, om hospitalerne opfører sig efter lovens krav) Liselott Blixt kom på besøg. Man mærkede straks at hun vidste noget om området, hun har en fortid som ansat i psykiatrien.

Hun kom med et kort oplæg, hvorefter der var debat. Glædeligt var det at kunne konstatere, at så mange vidste noget om det, de spurgte om og specielt glædeligt var det, at for en gangs skyld fik folk et ærligt svar.

Tak Liselott



Ø-LEJREN 2014

AF ERIK THOMSEN

Her skal lige nævnes at vores medlemmer bedes holde øje med, hvis de er til møde med Liselott om psykiatrien, om hun så har vores flotte trøje på, eller spørg hende om hvorfor ikke.

Som de gode mennesker vi er, blev lejren igen ramt af fantastisk vejr, ja snart må bønderne på Langeland give os et bidrag, idet de ikke kunne få bedre høstvejr, end når vi er på Langeland. Kanonfotografen Tom tog en masse billeder af lejren, og nogle bliver bragt her. Oser det ikke af hygge?

En ny deltager gjorde os opmærksom på, at vi i vores indbydelse var for indforstået. Det vil sige, at man skulle kende lejren, for at forstå hvor naturskøn og tæt på badevandet den i virkeligheden er.

Det har vi taget til os. Tak Charlotte, fordi du gjorde os opmærksom på det. Men selvfølgelig, ikke LAP ting, uden torne på roserne.

En deltager henvendte sig til mig for at klage over, at så mange andre ordnede opvasken (der er en smart maskine) så hun ikke kunne komme til at hjælpe til.



Og det ville hun gerne! hvilket var kendetegnende for lejren, bad man folk hjælpe til, gjorde de det. Tak for det.

Så næste år samme sted, sæt allerede kryds for datoerne 6. – 11. juli 2015.



GOD SINDETS DAG I ODENSE

Den 10. oktober er det "World Mental Health Day" over hele verden. Det betyder at man sætter fokus på den mentale sundhed, eller sindslidelser som vi kalder det i daglig tale her i landet.

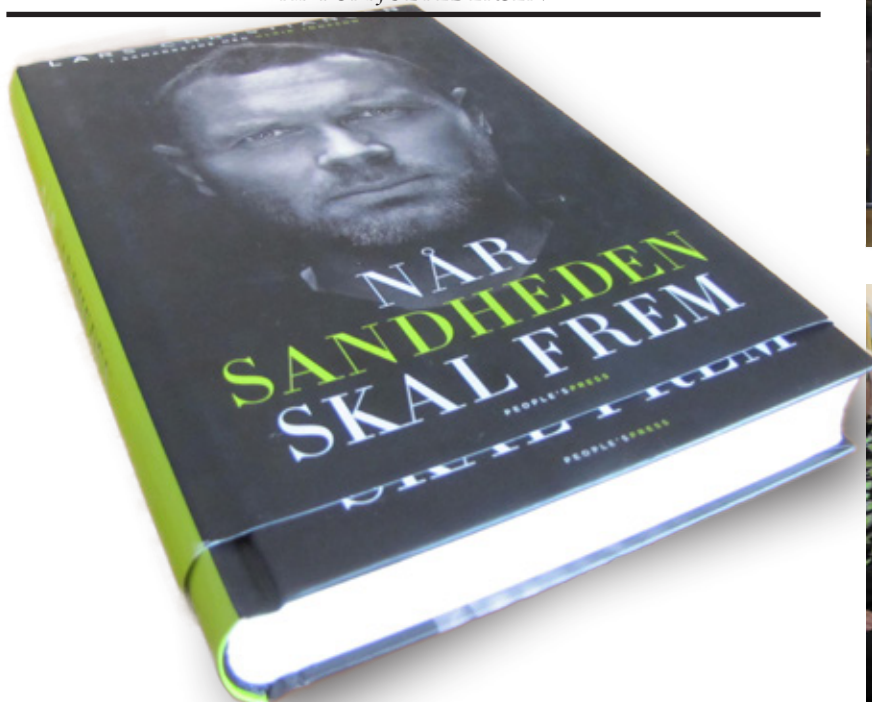
Også i år blev det markeret i Odense på deres rådhus. Forskellige foreninger havde slået pjalterne sammen for at markere dagen med især foredrag men også lidt operasang, som billederne viser. En operasanger synger eventyret om kejserens nye klæder.

Hovedtaleren var den tidligere håndboldspiller Lars Christiansen, som har spillet over 10 år på landsholdet. I foredraget kom han ind på hele sin karriere, lige fra han startede som professionel håndboldspiller, i en alder af blot 17 år i Ribe. Efter kontrakten var skrevet under, kom han i tanke om at han ikke kunne køre i bil til Ribe.

Det problem løste hans far ved at køre ham frem og tilbage, og mens Lars Christiansen trænede spiste faderen pomfritter og pølser i restauranten. Vi fik et muntert og lystigt foredrag om hele hans karriere, samt også indblik i hans skilsmisse fra sin kone, hvorfor hun gik fra ham, at han ikke var nærværende nok når han var hjemme. Hele karrieren endte med, at han fik en vej opkaldt efter sig, i den tyske by hvor hans klub spillede. Ikke nok med at Lars var god til at spille håndbold, han var tilmed blændende god til at holde foredrag, det kunne vi alle høre den dag i Odense. Både vittigt samt med indhold og dybde. Foredraget fik en "happy end" da han igen er flyttet sammen med sin kone, det blev deres søn glad for, som han sagde til Lars: "så kan det være at jeg kan blive storebror". Lars havde i den forbindelse en nyhed til os i salen og det var at nu er hans kone gravid igen, så nu bliver sønnike altså storebror, som han ønskede.

Hvis man ikke var til stede i rådhuset den dag, kan man stadigvæk nyde foredraget ved at gå ind på LAP's hjemmeside www.lap.dk, og høre det. Det er nemlig optaget af LAP Radio, som er noget nyt jeg har startet op i LAP. Ud over den udsendelse kan man høre mange andre spændende udsendelser bl.a. fra Folkemødet på Bornholm samt Brugernes Bazar i Odense. God fornøjelse.

AF TOM JUL PEDERSEN



HAR DU BEHOV FOR EN FRIVILLIG BISIDDER?

Skal du til møde med en sagsbehandler, læge, anden behandler eller myndighedsperson?

- Har du svært ved at bevare overblikket?
- Er du i tvivl om, hvordan du får dine tanker og ønsker formuleret?
- Har du brug for en at støtte dig til?

Føl dig mere tryk med en bisidder ved din side

En frivillig bisidder er en person, der ulønnet går med dig, når du f.eks. skal mødes med kommune, jobcenter, læge, klagelæge, advokat eller andet.

- Bisidderen kan tilbyde dig en samtale både før og efter mødet.
- Bisidderen har tavshedspligt.
- Bisidderen har gennemgået et bisidderkursus eller anden form for træning
- Bisidderen er vurderet egnet til opgaven
- Bisidderen er ikke en ekspert, der fører sagen for dig, men derimod en uvildig sparringspartner, som du kan drøfte din situation med.

LAP's frivillige bisiddere har selv på den ene eller anden måde haft berøring med det psykiatriske behandlingssystem.

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

Sådan får du kontakt til en bisidder fra LAP's bisidderkorps:

- Henvend dig til LAP's sekretariat i Odense på tlf.: 6619 4511 eller pr. e-mail: lap@lap.dk
- Oplys navn og tlf. nummer og giv en kort beskrivelse af til hvad, hvor og hvornår du har brug for en bisidder.
- LAP vil hurtigst muligt forsøge at finde en ledig bisidder, der kan og vil påtage sig opgaven.
- Henvend dig gerne i god tid, så vi har mulighed for, at give dig den bedste service.
- Bisidderen kontakter dig, og I aftaler nærmere om, hvordan I vil forberede jer på det eller de møder, hvor du ønsker bisidderens medvirken. Om muligt ved at mødes eller evt. pr. tlf.



LAP indmeldelses blanket

NAVN: _____

ADRESSE: _____

FØDSELSDATO OG ÅR: _____

POSTNR. OG BY: _____

KOMMUNE: _____ REGION: _____

EVT. TLF: _____

EVT. EMAIL: _____

JA Jeg er nuværende eller tidligere psykiatribrugere 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 psykiatribrugere, 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 støttemedlemskab: 600 kr. årligt

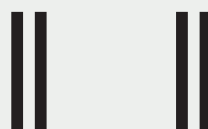
INDMELDelse KAN OGSÅ
FOREGÅ PÅ WWW.LAP.DK



LISTE OVER KOLLEKTIVE MEDLEMMER I LAP

Liste over kollektive medlemmer i LAP			
Aktivhuset Freya	2670 Greve	Mamma Mia	2400 København NV
CSD Aktivitetshuset	5000 Odense C	Mandagsklubben i Vejlbj Vest	8240 Risskov
Banehuset	4450 Jyderup	Muhabet	1800 Frederiksberg
Blåkærgård	8800 Viborg	Multihuset Isefjord	4300 Holbæk
Botilbudet Skovsbovej	5700 Svendborg	Netværkscaféen	7700 Thisted
Brugerrådet f/Social Psyk. Jammerbugt Kommune	9440 Åbybro	Netværkstedet Thorvaldsen	1871 Frederiksberg C
BUPS – Brugerudviklingsprojekt for Psykisk syge & Sårbare	2820 Gentofte	Nordfyns Psykiatricenter	5471 Sønderød
Café Aroma	5700 Svendborg	Nørremarken	8800 Viborg
Café Utopia	7500 Holstebro	Outsideren	2200 København N
NABO-Center Amager	2300 København S	PH - Aktiv	8600 Silkeborg
Center Nørrebro	2200 København N	Regnbuehuset	2630 Taastrup
Dag- og Botilbudene i Hinge	8620 Kjellerup	Sind klubben i Hillerød	3400 Hillerød
Den Blå Café	7430 Ikast	Skejbyhave	8200 Århus N
Den Grønne Gren	8900 Randers C	Skiftesporet	7400 Herning
Den Gule Dør	4600 Køge	Socialpsykiatrien og Aktivitetshuset Støberiet	2750 Ballerup
Det Gule Hus / Askovgaarden	2200 København N	Socialpsykiatrien, Botilbud	4640 Fakse
Det Hvide Hus	2820 Gentofte	Socialpsykiatrisk Center	4330 Hvalsø
Flydedokken	7000 Fredericia	Socialpsykiatrisk Center Rosengaarden	6900 Skjern
Forvandlingsværkstedet	2650 Hvidovre	Stoppestedet	5000 Odense C
Fountain House, København	2100 København Ø	Støttecentret	6960 Hvide Sande
Gallohuset	8000 Århus C	Støttecentret	6950 Ringkøbing
Haslekollegiet	8210 Århus V	Støttecentret	6900 Skjern
Huset i Overgade	9800 Hjørring	Støttecentret	6920 Videbæk
"IFK 98" – Kæmperne	2200 København N	Sundbygård	2300 København S
Lyspunktet	4500 Nykøbing Sj	Sølvagergård	4293 Dianalund
		Værestedet Perronen	4800 Nykøbing F
		Værestedet Væksthuset	8700 Horsens

Store Glasvej 49, 5000 Odense C



LANDSFORENINGEN AF NUVÆRENDE OG TIDLIGERE PSYKIATRIBRUGERE

+++ 15714 +++

7993 Sydjylland-Fyn USF B



KOMMUNALE GRUNDFORENINGER

FAP MIDTVEST:

v/Lone Toustrup, toustrup67@hotmail.com

LAP ÅRHUS:

Skovagervej 2, 8240 Risskov, jp@antv.dk,
www.psykiatribrugerdk
Lise Jul, Telefon: 2014 2422
Tom Jul Pedersen, Telefon: 2988 4532
Bjarne Thykjær Poulsen, Telefon: 2578 6598

LAP SILKEBORG:

Kontakt til netværksgruppe:
Inge Wistoft Vestergaard,
Telefon: 4043 3287, iwistoft@hotmail.com

LAP VIBORG OG SKIVE KOMMUNER:

Formand: Ingelise Jacobsen, Telefon 8667 3022/
2329 1532, ijacobsen1951@gmail.com
Kasserer: Leif Andreasen, tlf. 6080 2023
Sekretær: Torben Grønbæk Nielsen, tlf. 9757 2479

LAP RANDERS:

v/Michael Sten Enevoldsen
Telefon 4217 9281, micene65@gmail.com

LAP HORSSENS KOMMUNE:

v/Jørgen Gade, Nørregade 52, 3. th. 8700 Horsens,
Telefon: 5052 4553

LAP NORDSJÆLLAND:

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

LAP ROSKILDE OG OMEGN:

v/Niels Laursen, Grønnegården 572 B, 2670 Greve
Telefon: 4390 5268, nielsoglaursen@youmail.dk
LAP Roskilde har træffetid anden torsdag,
hver måned kl. 14.00 -16.00 hos PsykInfo,
Kornerups Vænge 9, st. tv., 4000 Roskilde
Kig ind, vi byder på gratis kaffe/te/kakao og
frugt eller et stykke kage. Du er altid velkommen!

LAP VESTSJÆLLAND:

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

LAP HOLBÆK:

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

FAP KØGE OG OMEGN:

v/Mikhael Saxtorph,
Telefon: 6062 2844, sax@lap.dk

LAP NÆSTVED OG OMEGN:

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

LAP KØBENHAVN/FREDERIKSBERG:

Vesterbrogade 103, 1., 1620 København V.
v/ formand Cornelius Christiansen
Telefon: 6143 6321, lap@lap-kbh.dk
træffes onsdage mellem kl. 12-14

LAP HOVEDSTADEN NORD-VEST:

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

LAP KØBENHAVNS OMEGN:

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

LAP GULDBORGSUND OG LOLLAND:

v/Mette Bramsdal,
Telefon: 4246 7078, met-brams@live.dk
www.123hjemmeside.dk\LAPguldborgsund

KONTAKTPERSON I SVENDBORG KOMMUNE:

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

REGIONALE GRUNDFORENINGER

LAP NORDJYLLAND:

v/ Henriette Steffensen
Carl Rothes Vej 138, 9210 Aalborg SØ.
Telefon: 4031 6525, henriettes_postkasse@hotmail.com

LAP MIDTJYLLAND:

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

LAP SYDDANMARK

v/ Herluf Dalhof, Søren Krogsvej 8 F, 6091 Bjert,
Telefon: 75 57 72 49, h.dalhof@hotmail.com

LAP REGION SJÆLLAND:

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

LAP REGION HOVEDSTADEN:

v/Bo Steen Jensen
Telefon: 3969 3388 / 2578 3388, zentao@oncable.dk

LAP'S LANDS MØDE 2015

Afholdes igen på Hotel Svendborg,
lørdag d. 14. marts til søndag d. 15. marts 2015.
Indkaldelse vil blive udsendt i det nye år.

BEST WESTERN HOTEL SVENDBORG



DIGT

AF LYKKE MORTENSEN

JEG ANKLAGER
DU KALDER MIG TOSSE
DU HAR BRUG FOR AT SE NED PÅ ANDRE
DU SIGER JEG ALTID VIL VÆRE DEN SVAGE
FOR DU HAR BRUG FOR AT VÆRE DEN STÆRKE
DU SIGER VI HAR IKKE PLADS TIL DIG- DET HAR VI IKKE FORSTAND PÅ
FOR DU ER BANGE
GENKENDER DU LIDT SORTHVID TANKEGANG I DIG
DU TROR DET SMITTER
SAMFUNDET PLACERER OS SYGE SAMMEN
VI FÅR IKKE PLADS
VI OVERVINDER ALDRIG ANGSTEN FOR DIG
VI SØGER TRYGHEDEN HOS OS SYGE
FOR VI KENDER DIG
VI SKAL HOLDE TIL LIVET
OG VI SKAL HOLDE TIL DIG



FORVENTNINGENS GLÆDE ER ALTID DEN STØRSTE

KÆRLIGST MICHAEL KROG

Så er vi igen i den kolde tid, hvor vi skal være gode ved hinanden. Vi skal varme os mod kulden udefra. Måske også holde mere sammen – også gerne af hinanden. Jeg tror, at jeg før har været inde på at det er en underlig verden vi lever i. For eksempel taler alle om de 'varme hænder', som alle vil have og plejes af, men i virkelighedens verden er det oftest dem der bliver fyret først og i stedet ansættes 'kolde hænder' til at organisere og systematisere effektiviseringsprogrammer, spareprogrammer og styringsredskaber. Et af de varme emner lige nu er styringen af psykiatriens ambulanteenheder – det vil sige distriktpsykiatrien og andet ambulante udenfor hospitalssektoren. Der er oprør lige nu blandt fagfolk, blandt andet psykiatrisygeplejersker, som har været hos folketingets sundhedspolitikere. De går så vidt som til at sige at der er sket et paradigmeskifte (en grundlæggende forandring) fra kvalitet til kvantitet.

Hvis man egentligt tænker efter, er der alt for mange grunde til at blive trist. Hvilket også flere efter sigende bliver. Vi havde før europarekord i at være det land hvor flest unge drak sig fra sans og samling. Nu er den rekord ved at blive erstattet af at vore unge bliver ensomme og depressive. Jeg går jo hverken ind for depressivitet eller depression. Jeg går nærmest imod. Tværtimod prædiker jeg altid at glasset er halvt fuldt i stedet for halvt tomt. At jeg så af og til har svært ved selv at klare mosten er en anden sag. Men det går jo heller ikke altid som præsten prædiker. Jeg kendte engang en mand som hed Jan Thygesen Poulsen, som holdt foredrag og underviste i latter,

som motion og livsstil. Han var Præsident for Den Internationale Latterklub i Danmark.

Jan underviste mest i den fysiske latter – altså at man som en øvelse fingerer latter og eftergør forskellige former for latter – efter devisen 'fake it til you make it'. Forbilledet er den indiske læge Dr. Madan Kataria. Selv gør jeg det mest i den ordmæssige og intellektuelle latter. Man kunne måske – for at sætte smilet på spidsen – kalde det den psykiske latter. Det er bevist at mennesker med humor rent faktisk lever længere. Komikeren Jørgen Ryg, fra de gode gamle dage, mente endda at mennesker uden humor burde have invalidepension. Han mente det af et godt hjerte. Inden Jan rejste udenlands havde han et andet mål om 'gode nyheder'. Efter erfaringen af at de fleste nyheder er dårlige nyheder – om ting der går galt og en verden der er aflave. Ønsket om de gode nyheder, skal ikke forveksles med en anden god kampagne som hedder 'Verdens bedste nyheder'.

De er udelukkende fokuseret på gode nyheder om ulandene. De vil vise at det trods alt går fremad for mange ulande, selvom det stadig kan se sort ud. Mange er af den opfattelse, som er svær at benægte, at mennesker som læser avis og ser nyheder dagligt bliver i dårligt humør og i værste fald depressive. Grundlæggende ligger det i det positive at man forventer at alt går efter bogen, normalt og forventeligt godt. Men så er det ikke en nyhed. Det journalistiske dna er det usædvanlige, anderledes og selvfølgelig, konfliktfyldte – hvorefter man ofte konfronterer modsætningerne. Men det gør at man nærmest skal være fyldt op af stor positivitet og sprutte af livsglæde og jubeloptimisme for at gennemleve de daglige nyheder. Hvad nytter det at eksperter fastslår, at vi lever i den mest fredelige verden nogensinde i menneskehedens historie, hvis vi hele tiden hører om den ene krig efter den anden, hvad enten det er i Islamisk Stat, Syrien eller Kroatien. Der skulle efter sigende, historisk set have været langt mere ufred menneske til menneske og landene imellem. Men det er først nu vi har TV2 NEWS og andre nyheder, hver time døgnnet rundt og 'Breaking News' med upassende mellemrum. Der er nogle som mener at journalister er så gode til spørgsmål – fordi de ikke selv er gode til at svare. Måske det er journalisternes ægtefæller eller kærester som påstår det.

Efter en konflikt, en fejl eller måske et uheld har man som regel ofte en idé om hvad man skulle have gjort i stedet. Noget i retning af

hvad Storm P. siger om at erfaring har man først bagefter – og så er det for sent. Ting Tar Tid – og har sin rækkefølge. Storm P. igen...: - Dommeren til den anklagede: Er De blevet straffet før? Den anklagede: Nej, hr. dommer. Altid bagefter. Altid bagefter. Journalisten sidder velbehageligt i bagklogskabens behagelige bakspejl. Vi der kan huske tilbage til det forrige årtusinde, kan måske huske dengang foråret var grønnere, sommerferierne var længere, badevandet varmere, julen altid var hvid, der var flere boghandlere i hver en by og på hvert et strøg, mange flere chokolade- og musikpladeforretninger, Otto Leisner og man kunne få næsten alt for en tier. Man kunne også læse i Den Lille Røde Bog For Skoleelever. Hvis man ville af med en lærer skulle man eksempelvis få klassens kønne pige til at flirte med ham og så få nogle kompromitterende fotos af det. Som en modvægt mod den, skrev en bakkesangerinde og en formand for Aktiv Lytterkomite Den Lille Positive. Den kan jeg ikke huske andet fra end at man skulle være positiv. Jeg havde naturligvis læst begge bøger, som det samfundsinteresserede barn jeg var.

Måske journalister før og nu kunne tage lidt ved lære af, om ikke bogens indhold, så overskrift og målsætning og ikke kun være kritiske, men også konstruktive. Et eksempel på en unødigt negativ vinkling. Endda et afskrækkende eksempel fra Ekstra Bladet, lyder under overskriften 'Håbløst falleret'. Den pensionsovermodne popmama trækker stikket, men desværre kun musikalsk. Sanne Salomonsen udtalte forleden, at hun er begyndt at overveje, hvornår hun skal gå på pension. Om cirka 5 minutter ville umiddelbart ikke være nogen dårlig idé.' Og senere: 'Pladen består af nedtonede udgaver af tolv af Salomonsens gamle og nye (mest gamle) travere, hvilket jo umiddelbart er et fornuftigt koncept, når man har mistet både penge og stemme.' Heller ikke i Ekstra Bladet er der megen støtte efter at være kommet sig over svær sygdom og videre i livet. Vi kan også være ganske hårde, grænsende til modbydelige over for hinanden i klasseværelserne, på Facebook og andre sociale netværk, i medierne i øvrigt og mod politikere især. Heller ikke i LAP kan vi sige os fri for at smage den bitre most. Man har længe talt om tonen i debatten om flygtninge og indvandrere, men tonen har nu bredt sig til næsten alle melodier og emner. Michael Jeppesen har lige haft en programrække i DR om især kvindelige politikere og de særligt sexistiske angreb de har været ude for. Serien hed: 'Ti stille Kvinde'. Titlen lyder som en pænere udgave af Egon Olsens udråb til Yvonne i Olsenbanden: 'Ti stille sindssyge Kvindemenneske!'



Danmarks Radios første generaldirektør var kammersanger Emil Holm. Derfor hedder det kunstige vandløb omkring det nye Koncerthus og DR By naturligvis også Emil Holms kanal! Kammersangeren var miljøskadet og gik først og fremmest ind for dannede programmer og såkaldt finkultur. Allerede i Danmarks Radios barndom lavede man bruger- og lytterundersøgelser for at få at vide hvad folk ville have. Men Emil Holm holdt dem altid hemmelige, fordi folket ville have noget helt andet end hvad han ville have at folket ville have. Han ville have mere klassisk musik og de ville hellere have Johannsons Boogie Woogie Vals. Tilbage til tonen i samfundsdebatten og mennesker imellem. Uden at virke det mindste finkulturel, synes jeg godt vi kan bede om at få kammertonen tilbage!

Det mindste vi kan gøre for at forstå hinanden er i det mindste at tale pænt til hinanden. Det er svært at være menneske. Men prøv alligevel!

Det er svært at forbedre verden. Prøv alligevel! Hvis du vil gøre verden bedre må du i det mindste begynde med dig selv. Der er dem, som siger at kan man ikke andet, kan man altid tjene som et afskrækkende eksempel. Men dem er der nok af! Du må være den forskel du ønsker at se i verden. Nogen gange er det ikke så meget der skal til for at give hverdagen et løft. Som da en togkontrollør gik spidsrod i en overfyldt togkupé og en ældre dame ikke kunne finde sit kort, men fremstammede: - Det går ikke så hurtigt! Hvertil togkontrolløren svarede: Det gør ikke noget. Jeg er på månedsløn. Finansminister Bjarne Corydon går vist ind for, eller han har i al fald på befolkningens vegne tilsluttet sig konkurrencestaten.

Fjernsynet bugner også af den ene sangkonkurrence efter den anden og konkurrencer i "Paradise" og med "Robinson" med mere eller mindre påvirkede, kropssvulmende og solariebrunede ung- og ejendommeligheder. Senest også en konkurrence om Danmarks Nationalret. Før har vi været højt oppe på hitlisterne som lykkeligste land, den mest drikkende ungdom i Europa og så videre. Nu er vi dog røget et par pladser ned. Men med hensyn til mad, havde Danmark for nogle år siden den særlige førsteplads, som det europæiske land der samtidigt brugte flest penge på køkkener og færrest penge på mad. Noget i samme stil med at

vi bruger mange penge på kulturpaladser som musikhuse, koncertsale og museer, men sparer til gengæld på det som skal fylde dem med musik og teater. Der er de sidste år kommet nye flotte kulturbygninger i Ålborg, Esbjerg og Helsingør. Danmarks Radio færdiggjorde for nogle år siden Koncerthuset. I bogstaveligste forstand sparede man på indholdet for at få 'musikbeholderen' flot. Det vigtigste, som vel burde være tv-studierne - for seernes skyld - blev mindre for at få råd til at Koncerthuset fik det rigtige antal sæder til at være international standard. Nu skal DR igen spare og så sparer man Underholdningsorkestret væk. Blå Bjarne - altså førnævnte finansminister - benyttede sig af en blanding af eufemisme (forskønnende omskrivning) og for at blive i de litterære termer en allitteration (bogstavrim), da han udnævnte forslaget til Finansloven 2015 til - intet mindre end - Fællesskabets Finanslov. Efter forliget med støttepartierne, indebærer det flere pædagoger, sådan at der bliver $\frac{1}{4}$ pædagog (såkaldt årsværk) mere per institution. Men til glæde for kærligheden blev den gensidige forsørgerpligt ophævet for samlevende og ikke-gifte kontanthjælpsmodtagere fra og med 2016. Forsørgerpligten blev håndhævet og dyneløftet i cirka 1 år, så nu må også regeringen, hårdt presset af støttepartierne, mene at størst af alt er trods alt kærligheden. Sundhedsministeren vil også være gavmild i den gode juletid og vil afbureaukratisere psykiatrien. Mindre papirarbejde og mere tid til patienterne.

Så blev det atter jul. Man må i denne tid undres og af og til glædes. Således opmuntrede, kan jeg kun ønske alle en god, varm, afslappende, rehabiliterende og gevaldig glædelig december og alt godt i det nye år!

Med de manende ord fra juleshows fra Disney og fra tidernes morgen, vil jeg i traditionens ånd gøre disse til mine og LAP's: Fra alle os til alle jer - Vi ønsker jer en rigtig glædelig jul!
Og også alt godt for det nye år!

Kys det nu, det satans liv, grib det, fang det for det er forbi

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

Kærligst

MICHAEL KROG
