

# LAP

MEDLEMSBLAD

Landsforeningen Af nuværende og tidligere Psykiatribrugere

ÅRGANG 19  
VINTER 2017

nr. **4**

*Systemet har dømt mig  
uden rettergang*

SE SIDE 08

*Stigmatiseringskonference  
i Danmark*

SE SIDE 16

SE SIDE 22

*Psykiatritopmøde*



# KOMMUNAL og regionsvalget

Tekst: Hanne Wiingaard og Jakob Brixtofte Petersen

**K**ommunal - og regionsvalget er overstået, og vi håber de regionale og lokale foreninger har fået et godt valg, og der er blevet valgt lokale politikere, der også vil tilgode vores interesser.

Blandt andet i Region Midtjylland og Region Syddanmark førte politikere valgkamp med særlig fokus på psykiatribrugernes interesser, og det bliver interessant at følge udviklingen af politikernes eventuelle valgløfter.

Et stort tillykke til Steen Møestrup, der er blevet valgt til Rådet for Socialt Udsatte. I LAP er vi både stolte og sikre på, at Steen vil få et godt virke i Rådet. Det ser vi i LAP frem til at følge de kommende 4 år.

På nuværende tidspunkt er der med Finansloven lagt op til forringelser for pensionister, og det ser LAP til gengæld ikke frem til, hvis de bliver gennemført.

I november afholdt vi et vellykket medlemstræf med ca. 60 deltagere på Danhostel i Hasselager, hvor vi havde lokale politikere som gæster, - mere om dette i næste nr. af medlemsbladet.

Udvalget for Psykiatri i Sundhedsstyrelsens har på sit seneste møde behandlet en rapport om monitorering af tvang.

Af referatet fra mødet fremgår, at psykiatrien ikke nærmer sig målet om en halvering af tvang inden

2020. Det nævnes dog, at især Region Hovedstaden har gjort fremskridt i forhold til at mindske brugen af tvang. I Region Midtjylland og i Region Sjælland har der desværre været en bekymrende udvikling [stigning]. En udvikling som formentlig tillige afspejler sig i den omfattende mediedækning, der har været om forholdene for patienter, på blandt andre det psykiatriske hospital i Risskov. Forholdene på Risskov har været medvirkende årsag til, at der både var medarbejdere fra psykiatrien og politikere som stillede op til regionsvalget med forbedringer i psykiatrien som platform.

Den 27. november afholdt Rådet for Socialt Udsatte en konference med fokus på, at alt for mange mennesker i Danmark bliver retspsykiatriske patienter. Siden 2001 er der faktisk sket en tredobling i antallet af mennesker med psykisk sygdom, der er dømt for kriminalitet.

På konferencen holdt Nils Holmquist Andersen fra LAP oplæg under titlen "Personlige fortællinger fra retspsykiatrien". Oplægget omfattede personlige beretninger fra to personer med egne erfaringer med retspsykiatrien.

I løbet af 2017 bølgede debatten om sikkerheden for beboere og medarbejdere på bosteder. Diskussionen blev især igangsat af drabet på en sosu-assistent, som var ansat

på et bosted. Debatten har medført, at der nu etableres 150 nye psykiatriske pladser, og de fordeler sig således på de enkelte regioner:

- Region Hovedstaden: 47
- Region Sjælland: 23
- Region Syddanmark: 32
- Region Midtjylland: 32
- Region Nordjylland: 16

LAP har henover året indsendt høringsvar blandt andet vedrørende disse nye pladser. Faktisk blev lovforslaget i første omgang forkastet, som følge af en debat om risikoen for tvang. En af risiciene ved de nye pladser er, at borgeren kan risikere at miste sin bolig. Dette kan ske, hvis borgerens kommune ikke vil finansiere en bosteds-plads under indlæggelsen.

På de nye psykiatriske afdelinger vil borgeren være indlagt på frivillig basis, kan frit forlade afdelingen og dermed vedblive at være en del af det omgivende samfund. Når patienterne er indlagt skal de følge en fastlagt husorden, og personalet har mulighed for at gennemføre visitationer. Knive vil være forbudt på afdelingerne.

Som led i forebyggelsen af vold på bosteder er derudover fordelt kr. 59 millioner til i alt 6 projekter. Projekterne, som er målrettet borgere på botilbud kan f.eks. omfatte



mailsparring og telefonkonferencer mellem sygehus og botilbud, eller etablering af forsøgsordning med fast opfølgning efter indlæggelse eller telefonrådgivning (hotline).

LAP mener, at de 150 pladser, og dertil knyttede tiltag nok løser et akut problem, men det er ikke tiltag der kan stå alene. Der skal samtidig opbygges stærke faglige miljøer på afdelingerne for, at de nye tilbud bliver til gavn for psykiatribrugere. Endelig skal der med brug af al tilgængelig viden og efterprøvede metoder, tages grundlæggende fat på problemet med vold, så der ikke fortsat vil være utrygge psykiatribrugere og borgere.

I 2017 fulgte vi i LAP også med interesse igangsættelsen af nye forsøg med medicinfri afdelinger. Det er meldt ud, at det vil være Psykiatrisk Center Glostrup, der skal igangsætte et projekt med fokus på minimering af brugen af flere forskellige antipsykotiske præparater, ”samt/eller nedtrapning til lavest mulige dosis hos patienter med skizofreni” som det formuleres.

I løbet af projektperioden vil ca. 150 patienter med skizofreni gennemføre et 6 måneders forløb om medicin nedtrapning. I projektperioden er målet, at minimum 50% af alle de inkluderede patienter kan reduceres 50 % eller mere i antipsykotisk medicin.

Projektbeskrivelsen kan læses på Sundhedsstyrelsens hjemmeside under fordelte puljer i 2017.

Der er således igangsat en række positive tiltag for psykiatribrugere. Det er dog værd at bemærke, at de i omfang mindre og tidsbegrænsede satspuljeprojekter, der hovedsagelig er tale om her, ikke løser grundlæggende kapacitets- og kvalitetsproblemer i psykiatrien.

Rigsrevisionen har endog gjort opmærksom på, at overblikket i Finansministeriet over de flere tusinde satspuljeprojekter og dertilhørende projektrapporter ikke er optimalt. I LAP's optik er det samlede borgerrettede udbytte af projekterne måske heller ikke optimalt.

Ikke desto mindre vil vi i LAP til en hver tid støtte op om tiltag, som kan forbedre vilkårene for psykiatribrugere.

Vi ønsker jer alle en god jul og et godt nytår, og tak til alle medlemmerne for en god indsats i 2017, vi glæder os til et forsat godt samarbejde i 2018. ■





# *indhold*

**18//** SINDETS  
DAG I VEJLE



**08//** SYSTEMET HAR DØMT MIG  
UDEN RETTERGANG



**02//** Leder

**06//** Information om opgørelse af  
boligstøtte for 2016

**07//** Det går over

**07//** Børne- og socialminister  
Mai Mercado om det ny Råd  
for Socialt Udsatte

**08//** Systemet har dømt mig  
uden rettergang

**10//** LAP søger webmaster

**11//** En rejse på to ben  
ind i sindet

**12//** LAP – styr dit handicap!

**14//** LAP sommerlejr 2017

**15//** Fru Christoffs univers

**16//** Stigmatiseringskonference  
i Danmark

**18//** Sindets Dag i Vejle

**20//** Rapport fra Ø-lejren 2017

**22//** Psykiatritopmøde

**25//** Både fysiske og  
mentale godbidder

**26//** Nekrolog// Gert Zøllner //  
Johannes Nielsen

**27//** Poesiens & kunstens side

**28//** Lokalforeninger



## 11// EN REJSE PÅ TO BEN IND I SINDET



## 16// STIGMATISERINGSKONFERENCE I DANMARK

28// Regionale foreninger

29// Liste over kollektive medlemmer i LAP

30// Hvad er en bisidder?

31// Krogs Krog



### Medlemsbladet LAP:

Landsforeningen Af nuværende og tidligere Psykiatribrugere

### Adresse:

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

### Ansvarshavende overfor presseloven:

Hanne Wiingaard, Tlf. 2163 7314

### Korrektur:

Jakob Brixtofte Petersen

### Layout:

NH

### Tryk:

COOL GRAY

### Teknisk ansvarlig:

Hanne Wiingaard

### Oplag:

2.500 eksemplarer Indlæg bedes indsendt til LAP pr. e-mail: [lap@lap.dk](mailto:lap@lap.dk).

### Deadline til næste nr. er:

1. februar, 2018.

### Redaktionen:

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

### Forsidefoto:

Arkivfoto

Navngivne indlæg udtrykker ikke nødvendigvis LAP's holdninger.

Alle indlæg, der optages til bladet, bliver også lagt ud på LAP's hjemmeside. [www.lap.dk](http://www.lap.dk)

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

# INFORMATION

## *om opgørelse af boligstøtte for 2016*

### DIN BOLIGSTØTTE FOR 2016 BLIVER GJORT OP

Er du pensionist, der modtager boligstøtte, skal du holde øje med postkassen midt i september. En gang om året regner Udbetaling Danmark ud, om du har fået udbetalt den boligstøtte, du havde ret til året før. I september sendes breve om udregningen ud til næsten alle pensionister, der modtager boligstøtte.

Nyt for i år er, at du kan få penge udbetalt, hvis du har fået for lidt i boligstøtte i løbet af 2016. Du kan læse mere på [www.borger.dk/boligstoette](http://www.borger.dk/boligstoette).

Langt de fleste pensionister har fået den boligstøtte i 2016, som de havde ret til, mens mindre grupper har fået udbetalt for lidt eller for meget.

Du behøver ikke gøre noget, hvis du har penge til gode, for pengene bliver udbetalt automatisk – og du skal heller ikke gøre noget, hvis du har fået den boligstøtte, du havde ret til i 2016.

Der er indført en minimumsgrænse på 250 kr. Har du fået over 250 kr. for meget i boligstøtte, står det i brevet, hvordan du kan betale beløbet tilbage, og har du under 250 kr. til gode, bliver de ikke udbetalt.

En mindre gruppe modtagere af boligstøtte får først brev senere på året. Det kan ske, hvis der har været til – eller fraflytninger på din adresse, hvis du har egen virksomhed eller en række andre specielle forhold. Har du ikke modtaget dit brev i slutningen af september, kommer det først senere på året. ■



## Børne- og socialminister

### MAI MERCADO SIGER

”Jeg har nedsat et råd, Rådet for Socialt Udsatte, der spænder bredt, når det kommer til viden om de mest udsatte borgere. Det er rigtig vigtigt for mig, at rådet består af medlemmer, der er direkte talerør for socialt udsatte og medlemmer, der har en tung faglig balast. På den måde får vi politikere de bedste indspark, når vi arbejder med social politik.”

I forhold til billeder ligger de nyeste på ministeriets hjemmeside, her er et link til præcis hvor, så du ikke skal bruge tid på at lede. ■

[SOCIALMINISTERIET.DK/MINISTEREN](http://SOCIALMINISTERIET.DK/MINISTEREN)



## DET GÅR OVER

En beretning om at komme videre efter alvorlig depression



Tekst: Inger-Liss Christoffersen

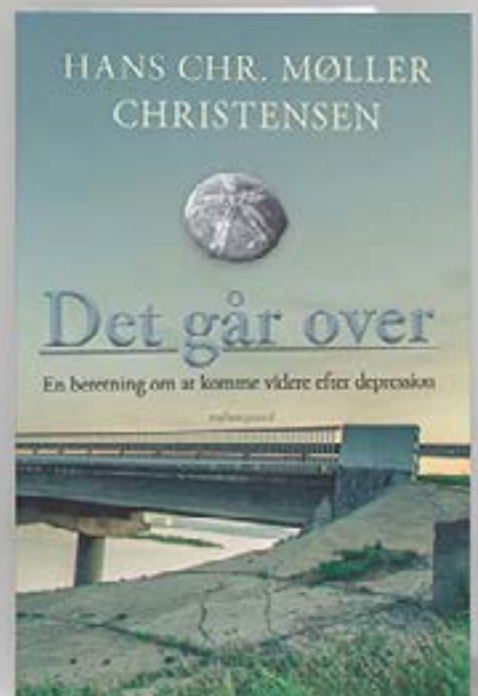
**F**orfatteren, Hans Chr. Møller Christiansen, fortæller i sin bog meget detaljeret om sine depressioner, som opstod i en ret sen alder.

Vi der har - og har haft - depression inde på livet, kan nikke genkendende til denne beretning, som også fortæller om hvordan familie, arbejdsgivere og venner har taget imod den åbenhed forfatteren har til sin sygdom. Det er desværre ikke alle, der kan bruge denne tilgang til psykisk sygdom, som egentlig burde være helt naturlig. For tabuer om psykiske lidelser er endnu ikke udryddet, og derfor er det godt at forfatteren er så åben om sygdommen.

Ved læsning af bogen kommer jeg frem til, at den første depression ikke blev den sidste og at det faktisk var en bipolar sygdom, det drejede sig om. Forfatteren har fået stor støtte fra sin familie og fortæller i det hele taget meget om sit liv, sit arbejde, interesser og hvordan det blev tacklet. Især skrives der en del om både arbejde og privatliv – eksempelvis at hans kone har støttet ham hele vejen, selvom hun på et tidspunkt fik en kræftdiagnose.

Fordommene om psykiske lidelser skrives der som nævnt en del om i bogen, men også hvordan man kommer fri af tabuet. Nemlig ved at turde være åben om sin egen sygdom og sårbarhed. Bogen har interesse for patienter og pårørende som har haft depression tæt inde på livet. ■

**DET GÅR OVER**  
Hans Chr. Møller Christiansen  
Forlaget Mellempgaard  
ISBN 978-87-7190-529-8  
108 sider





# SYSTEMET HAR DØMT MIG

## *uden rettergang*

**Tekst: Keld Have Eriksen**

**Foto: Modelfoto**

**J**eg er sindssyg. Meget endda. Jeg har det gudskelov sort på hvidt, så der skal på intet tidspunkt herske nogen form for tvivl.

Så derfor har systemet selvfølgelig kasseret mig. Komplet ubrugelig og farlig. Den egentlige historie, der har ført til denne dom snakker ingen om. Den er nu ellers såre enkel, men strider imod systemets ønsker og normer, så den skal ties ihjel.

### ET NERVØST SIND

Jeg har altid haft et mindre nervøst sind, hvorfor jeg som så mange andre unge udviklede en form for OCD som ung. En tilstand der fik viklet mig ind i systemet, hvor jeg nu har tilbragt (læs spildt) ikke mindre end 30 år, men som folk siger i den bedste mening: herregud 30 år, det er da ikke noget!

### UNØDVENDIG PSYKOFARMAKA

I al den tid har læger og psykiatere ikke villet anerkende, at der var tale om angst, men tværtimod givet mig alverdens andre fejldiagnoser og værst af alt proppet med oceaner af fuldstændig unødvendig psykofarmaka, hvad kun gjorde ondt værre. Ingen ville høre på mig. Som systemets mænd hele tiden har spurgt mig: hvad ved jeg egentlig om, hvordan jeg har det? Hvem er det, der har studeret medicin i 10-12 år? Jeg skulle sådan set bare holde min kæft!

### ET LEVENDE MIRAKEL

På et tidspunkt så en anerkendt psykiater min roman af et medicinske-ma og hun sagde ligeud, at det var et mirakel, at jeg overhovedet stadig var i live. Det var en helt uforsvarlig og direkte livsfarlig cocktail, som systemet hver dag proppede i mig. Men igen, jeg kunne ingenting gøre andet end blot at se til og adlyde.

### PSYKOLOG PÅ BOSTEDET

Mit held var, at en psykolog på det bosted, hvor jeg havnede, kunne se, at den var helt gal og trådte til og ville hjælpe mig. Sådanne forstående mennesker hænger ikke på træerne. Der findes naturligvis oceaner af mennesker, der uden hjerte klapper én på skulderen og trøstende siger: nej, hvor er det synd for dig, men når det kommer til stykket, så ligger der intet bag og det hele falmer totalt.

### FRYGT FOR SYSTEMET

Folk tør ikke lægge sig ud med systemet. Specielt ikke de, der er ansat til at administrere det på vegne af patienterne. I den bedste mening. Denne psykolog fik imod stærke protester fra systemet iværksat en fuldstændig udtrapning af min psykofarmaka.

### FANTASTISK FORVANDLING

Nærmest fra den ene dag til den anden oplevede jeg en fantastisk forvandling. Jeg fik det straks meget bedre og slap helt af med mange af

de problemer, som mange års fejlbehandling havde forvoldt mig. Men skaden var sket og derfor har jeg i dag desværre mistet meget af min mobilitet og er bl.a. afhængig af røllator. Dette skyldes højest sandsynlig til en vis grad mange års forkert behandling med alt den gift, der er hældt i mig i form af psykofarmaka. Men jeg har dog livet i behold.

### EN NY EPOKE

Da man endelig efter 30 år åbnede op for en ny epoke, hvor man endelig ville høre lidt på mig og dermed acceptere, at problemet var angst, viste det sig, at alt, hvad der skulle til, var, at man blot tog dette alvorligt og ordinerede en simpel lille pille to gange dagligt. En pille som intet har at gøre med psykofarmaka. Men systemet er tavst. Æren tillægges ikke mig, at jeg endelig kunne få lov at trænge igennem trods min ifølge systemet komplette uvidenhed. Sådan ville man selvfølgelig under alle omstændigheder have handlet og desuden har man hele tiden igennem alle årene handlet korrekt. Der skal naturligvis ikke angres. Man begår ikke fejl.

### FRI FOR MEDICIN

Men selvom jeg nu efter 30 år har fået det acceptabelt og stort set klarer mig uden medicin, så har systemet stemplet i mit pas. Stærk sindssyg og det kan ikke ændres. Psykiatriske diagnoser kan ikke ændres, også



selvom de bygger på et fuldstændig forkert grundlag. De skal som en selvfølge følge én, så længe man lever. De kan ganske simpelt ikke ændres. Det er ikke øjebliksbilleder som somatiske diagnoser.

### BRÆKKET ARM FOR LIVET

Brækker man armen, har man denne diagnose, så længe bruddet ikke er helet, men i dette tilfælde virker det jo fuldstændig utænkeligt og skørt, hvis man skulle have diagnosen brækket arm resten af livet. Men som den store hob af mennesker beroligende siger: Herregud stærk sindssyg, det er da ikke noget. Sådan en diagnose kan da ikke blive et problem. I det hele taget er jeg træt af den hob af mennesker, der mener at have patent på at udtale sig om, hvordan jeg har det og tror de ved, hvordan jeg ønsker at leve livet.

### DIAGNOSEN SOM PROBLEM

Men den diagnose kan i allerhøjeste grad blive et problem. Alene det at systemet klart bygger på, at du ikke kommer videre ude i samfundet, hvis du først berettiget eller ej er blevet opslugt af systemet. Det er fuldstændig utænkeligt, at man skulle få et liv igen, at man overhovedet skulle kunne klare sig. Det kommer til at koste sved og tårer, for man må kæmpe helt alene. Specielt når man som i mit tilfælde heller ikke har noget familie, der støtter én.

*fortsætte næste side*



Foto: Arkiv

## INGEN HJÆLP AT FÅ

Der er ingen, der tror på én. Der er ingen hjælp at få. Hver gang man prøver at kæmpe sig videre i livet, henviser omgivelserne til personalet. Personalet. Det er naturligvis dem, der styrer dit liv. Du kan ikke noget selv. Personer, der har været indsat i danske fængsler, har det meget bedre. For dem findes der i dag et utal af rehabiliteringsprogrammer, når de atter lukkes ud i samfundet. Sådan en hjælp findes der ikke umiddelbart tilsvarende for personer, der af den ene eller anden grund er eller har været i tæt kontakt med psykiatrien. Her vaskes tavlen ikke ren, når du har udstået din straf.

## KØBENHAVNS BERYGTED E BOSTED

Ydermere er jeg havnet på et af Københavns mest berygtede socialpsykiatriske bosteder. Herfra slipper ingen ud, det er ligesom dødsgangen i et amerikansk fængsel. Der er kun at vente. Jo, folk er da flyttet: til psykiatriske plejehjem eller andre psykiatriske institutioner, men ikke ud i samfundet igen. Det bygger systemet ikke på. Det kan man da ikke klare. Det er ganske utænkeligt, at man resten af livet skal andet end at følge

den vej indenfor systemet, som netop systemet har udstukket for mange år siden.

## INSTITUTION FOR LIVET

Det ligger urokeligt fast. Det står faktisk direkte i min journal, at bedømmelsen klart er, at jeg er bundet til institution resten af livet bl.a. grundet, at jeg skal have hjælp til alle basale ting døgnet rundt. Den for tiden vikarierende psykiater har hverken set eller snakket med mig, men selvom hun ikke kender mig har det ikke afholdt hende fra at skrive et stort stykke om mig i min journal, hvor hun sådan bedømmer mig. Jeg får faktisk kun hjælp til gulvvask, så det er utroligt så mange høns et lille dun kan blive til.

## VASKE HÆNDER OG TØMME POSTKASSE

Men her har vi det også godt. Vi lærer de svære discipliner at vaske hænder og tømme postkasse og hvis vi vil have lidt beskæftigelse kan vi fx komme til at sortere farvede clips og modtage en lille skilling. To forskellige farver og hvis du bliver rigtig dygtig, kan vi blande en ekstra tredje farve i. Idiotarbejde. Ja, undskyld udtrykket, men det er jo det, man tilbydes.

## EN REN OVERRASKELSE

Under et møde med min sagsbehandler kom det i øvrigt fuldstændig bag på ham, at jeg var ren og pæn og havde rent tøj på. Var hygiejnisk. Han blev virkelig overrasket. Det kom så meget bag på ham, at han måtte skrive et stort afsnit herom i min handleplan. Man regnes åbenbart for som det naturligste at være en vild bums, der aldrig skifter tøj eller går i bad.

## HUSK AT SMILE SØDT

Nej, jeg må stærkt sindssyg, som jeg er, fortsat sætte mig ved vinduet på mit lille kammer med håndvask og trille tommelfingre, mens jeg kigger ud på noget virkelig interessant, nemlig en lille parkeringsplads, hvor der kan holde tre biler. Det er spændende at se, hvilke farver de mon har i dag. Skulle der komme en personale forbi, så husker jeg at smile sødt, for så roser de mig og klapper mig blidt på skulderen: hvor er du en flink dreng. Du skal nok – måske – blive til noget. Engang.

Sådan går livet. Dag efter dag. Ikke et liv jeg ville ønske for min værste fjende. ■

# LAP SØGER WEBMASTER

Ansøgere som er nuværende eller tidligere psykiatribrugere foretrækkes. Andre med interesse kan også søge stillingen.

## DU SKAL

- Varetage løbende opdateringer til vores site.
- Du har erfaring og er fortrolig med Wordpress.
- Aktivt skrive og markedsføre siden.
- Optimere side på Google og andre relevante medier.
- Lave Facebook markedsføring.

Dit hovedformål er at sikre, at LAP nyheder kommer ud via nettet.

Vi tilbyder en spændende indsigt i et foreningsliv, som er i konstant udvikling og et udfordrende job med mange spændende opgaver. Du kan se LAP's hjemmeside her: [www.lap.dk](http://www.lap.dk)

**Ansøgning sendes til:** [job@lap.dk](mailto:job@lap.dk)  
**Ansøgningsfrist:** 15. januar 2018.





# En rejse på to ben ind I SINDET



**Tekst: Steen Moestrup**  
**Foto: Inger Ladegaard**

**I**nspirationsgruppen fik en idé til et foredrag med Suz Manyar, og vi fik LAP København til at lægge lokaler til en dejlig oplevelse omkring det at vandre på Caminoen i Spanien.

Det var fortællingen om og inspiration til at vi selv gør noget tilsvarende. Lære og være i vores egen krop, lære at kunne være med os selv i stilhed. Turde give slip på de materielle ting og pakke en rygsæk på 8 kg. Gå i blandt andre, men være sammen i stilhed. Leve simpelt og turde give slip på alle de bekymringer, som ellers belaster vores indre rygsæk. Nøjes med

en fysisk rygsæk og turde slippe de materielle goder for blot at bevæge os fremad på to ben mellem de forskellige vandringsstationer, hvor der fås billig overnatning. Suz havde i 2012 et budget på ca. 150 kr. pr. døgn på sådan en pilgrimsvandring, som er grundlaget for disse lange vandreture, hvor man går fra stress og genfinder sin psykisk balance.

Suz har gennemført en gåtur på 700 km på 5 uger, men det kræver øvelse og træning, så det anbefales at starte i det mindre. Find de danske ruter - Hærvejen og alle de andre. ■





# LAP – styr dit handicap!

**Tekst: Frands Frydendal**

**L**AP's landsledelse (LL) skrev i juni et brev til medlemmerne, som indleder med denne selvrosende salut: "LAP er en privilegeret, fantastisk og i Danmark helt unik brugerstyret forening".

Efter meget mere af samme slags fremgår det, at nogen igen har klaget over LAP og skabt frygt for at der kommer afbrydelse af bevillingerne.

Landsledelsen medlemsbrev er helt igennem uklogt; men det er typisk for LAP's landsledelse: Landsledelsen fornægter at der skulle være noget i vejen med LAP.

Men hvorfor kan LL's "fantastiske LAP" kun holde sammen på knapt tusind medlemmer ad gangen? Målgruppen er dog på ti tusind- eller hundredtusind og medlemskabet er billigt fordi foreningen modtager flere millioner kroner i støtte om året?

Fordi LAP er en patientforening, hvis ledelse LL ignorerer det første særlige krav til en patientforening: Enhver patientforening må styre sit særlige handicap. Det handicap kommer, når de svagheder, som knytter at hvert medlem til foreningen, bliver en mangedoblet i en svaghed af selve foreningen. Derfor skal enhver ledelse af en patientforening indbygge en unik modvægt i foreningens organisation som kan opveje foreningens unikke svaghed.

LAP er en forening af mennesker med psykosociale handicaps. Når LL ikke tager særlige skridt for at danne modvægt, bliver hele foreningen jo handicappet. Mit første eksempel på et psykosocialt handicap med særligt hjemsted i LAP, er manglende sygdomserkendelse. LL har tydeligvis

ingen modvægt: LL's medlemsbrev bortforklarer at LAP har et problem, og det med det rene vrøvl. LL slår fast, at "flertallet af LAP's medlemmer sætter stor pris på foreningens samlede virke (...)".

Men et demokratis kvalitet måles ikke på hvor tilfredse flertallet er, men hvordan mindretallet har det.

I en frivillig forening er flertallet altid tilfreds, uanset hvor dårlig foreningen er. De utilfredse melder sig ud, efterhånden som de bliver utilfredse nok. En forenings kvalitet aflæses af medlemsudskiftningen. LAP har gennem mange år haft ca. tusind medlemmer; men det er ikke de samme. Mange medlemmer skiftes ud løbende. I de 14 år jeg har været medlem, har adskillige tusind mennesker meldt sig ind i LAP's lille selskab og adskillige tusind har meldt sig ud igen. Et flertal, der siger noget om LAP er dette: Flertallet af de mennesker der har været medlem af LAP har stemt med fødderne og forladt foreningen. De er mange, og jeg tror ikke de giver LAP god omtale.

LAP's medlemmer har mange andre psykosociale handicaps som kræver modvægt. For eksempel svag konflikt-håndtering, enten fordi man er særligt sårbar, særligt stridbar eller begge dele. I kombination med konfliktskyhed, bliver det svært at udholde f.eks. landsledelsesarbejde, når tonen bliver hård. LL er ikke gået foran i forsøget på at håndtere dette særlige problem. Tværtimod har det taget mig og andre årevis med landsledelsens modstand at få indført obligatorisk konfliktløsning i LAP's vedtægter, og endnu bliver det ikke håndhævet i eller af LL.

At man i LAP skulle være en fantastisk forening og at man bare kan søge indflydelse gennem landsledelsen eller arbejdsgrupper er udtryk for manglende realitetssans fra landsledelsens side.

I mine 14 år som medlem har jeg været aktiv i den første og den sidste refugiegruppe, demokratigruppen, sommerlejrgruppen, organisations-håndbogsgruppen, strukturgruppen, strukturudvalget, og landsledelsen. I alle disse grupper har jeg forsøgt at supplere eller forbedre LAP's organisation; men så snart landsledelsens gamle kerne har opfattet at arbejdet pegede ud over LL's indbildte selvgothed er disse projekter blevet saboteret. Da den første refugiegruppe blev smadret, vedtog medlemmerne på landsmødet en misbilligelse af landsledelsens praksis.

LL's brev til medlemmerne er oplysende på sin egen absurde måde: LL ignorerer i brevet LAP's problemer og demonstrerer dermed for enhver, der kender til foreningsproblemer i almindelighed og LAP's problemer i særdeleshed, hvorfor LAP ikke kan holde sammen på mere end ca. tusind medlemmer ad gangen. ■

## SVAR FRA FU:

Vi er glade for kritik, og vi vil gerne samarbejde blandt andet om at øge medlemstallet i LAP. Men LL er ikke bare et skib man stikker en kurs, så det kommer på ret køl. LL er 13 personer plus 2 suppleanter.

Alle har en unik stemme, lige såvel som kritikere og tilfredse medlemmer har det. LAP vil gerne være med i en levende og bevægelig dialog, hvor alle føler sig hørt. ■



The background of the poster is a composite image. The top half shows the exterior of Hotel Svendborg, a multi-story orange building with many windows. A red awning over the entrance has the word 'RECEPTION' on it. A sign above the entrance reads 'BW Best Western PLUS Hotel Svendborg'. A red flag with 'PLUS' is visible on the left. The bottom half of the image shows an indoor scene of a conference room with people seated at tables, some looking towards the camera and others looking away. The text 'LANDSMØDE 2018' is overlaid in large white letters across the middle of the image.

# LANDSMØDE 2018

AFHOLDES LØRDAG DEN 14. APRIL  
TIL SØNDAG DEN 15. APRIL 2018.

LANDSMØDET AFHOLDES IGEN  
PÅ HOTEL SVENDBORG.

INDKALDELSE VIL BLIVE  
UDSENDT I FEBRUAR





# LAP sommerlejr 2017

*Murphys lov siger: "Hvis noget kan gå galt, går det galt"*

*En anden talemåde lyder: "Heldet følger de tossede"*

*Årets sommerlejr var en god blanding af begge dele*

**Tekst: Jette Hedegaard, Nanna Maria Lester og Mikhael Saxtorp**

Først opstod der misforståelser med tidspunktet for sommerlejren. Vi afholder den altid i uge 31, men misforståelsen bevirkede, at man i år måtte ændre det til uge 32 midtvejs i planlægningsforløbet. Det betød at en af de 3 medlemmer af sommerlejrgruppen måtte aflyse. Kort før starten på sommerlejren kom Steen ud for et uheld og måtte opereres i benet. Endnu en aflysning. Så nu var der kun Lone tilbage. Hun er heldigvis ikke sådan at slå af pinden, så hun gennemførte ene kvinde det organisatoriske arbejde og ledelse af sommerlejren.

## GODT GÅET LONE!

For at hun ikke skulle stå helt alene med arbejdet var vi nogle stykker som stillede os til rådighed, og Sax var turleder på 2 busture. Den første tur gik til Fredericia miniby og bytur mv. i Fredericia. I miniby var man ikke klar over, at vi skulle komme (Murphy var igen på spil), men til

alt held var der masser af frivillige og også 2 frivillige guider, så vi blev delt i 2 hold og fik en udemærket rundvisning i det gode solskinsvejr.

Minibyen blev startet tilbage i 1983-84. Minibyen består af dukkehuse i 1/10 af den virkelige størrelse og stående præcis, som de rigtige huse gjorde det i Fredericia engang i 1849 før bombardementet. Efter bombardementet var der ikke meget tilbage af byen, og den blev genopbygget de følgende år. Det var en stor oplevelse at se den.

Den anden tur gik til Trapholt Kunstmuseum og Kolding Storcenter. Det gav lidt bøv, at de fleste af dem, der ville på Trapholt ikke havde lyst til at komme på storcenteret. Og omvendt. Det blev dog alt i alt en udmærket tur.

På Trapholt fulgte vi en guidet tur på deres udstilling med maleren Michael Kvium. Uanset om man kan lide Kviums billeder eller ej, var det en interessant oplevelse.

I storcenteret slappede mange af med en kop kaffe eller en øl.

Det var godt at komme hjem til højskolen og slappe af efter en lang dag. Som tidligere år var der flere kreative aktiviteter. Vi tre, som skriver dette, har alle udfoldet vores kreativitet i skriveværkstedet, og det var meget inspirerende.

Desuden var der en del, der malede på sten og lærred. Den ene dag var der "Scenen er din" med mange gode bidrag. Bl.a. fortalte Jette sin livsberetning. Desuden har vi haft sangaften med forstander Ole, optræden af en af eleverne, gå/cykelture i skoven eller til stranden og loppeaften. Aftenerne blev i øvrigt brugt til hyggesnak i gården, kortspil, kongespil og basket.

Festaftenen var en fornøjelig affære med levende musik og lækker mad. Under festmiddagen blev der holdt taler, og Nanna underholdt med en af sine fantasifulde historier. Efter maden blev der danset line dance under grundig instruktion af højskolens kok Tina. Det gav sved på panden, men var mildt sagt skidesjovt. Det meste af tiden var vejret med os, og der var kun nogle små regnbyger undervejs.

Årets sommerlejr var helt overordnet gennemsyret af en rigtig god stemning takket være de mange søde og positive deltagere. ■





## Fru Christoffs univers



**Tekst: Inger-Liss Christoffersen**

Måske er der nogle læsere, som husker mine personlige artikler i medlemsbladet med ovenstående titel, som jeg skrev seks stykker af for nogle år siden. Der var grunde til, at jeg måtte stoppe med mine private causerier - det fremgår i nylanceringen af klummen.

Jeg har efter moden overvejelse be-

sluttet at genoptage mine skrivelser som nogle af jer, især på spindesiden, forhåbentlig vil synes om.

Jeg er i mellemtiden igen kommet ind i LL ved Landsmødet i år, og vi har også fået ny konsulent på sekretariatet i Odense – så jeg vover pelsen igen. På gensyn i 2018. ■

*Glædelig Jul  
og  
Godt Nytår  
ønskes i alle*





# Stigmatiseringskonference i Danmark

Mange sindslidende føler sig stigmatiseret, men hvad betyder det negative ord?



Tekst & foto: Tom Jul Pedersen

**S**tigmatisering betyder at have et negativt syn på andre uden det er sagligt begrundet. Det kan sammenlignes med synet på kvinder i Danmark for 110 år siden. Her havde kvinder f.eks. ikke stemmeret, det havde mændene til gengæld.

## ET VIGTIGT FORMÅL

I København var der en stigma konference tidligere på året. Det var "En af os" kampagnen, der stod for den. "En af os" er en kampagne, der har løbet i flere år, de har fået millioner både fra staten og private organisationer. Formålet for "En af os" er at forsøge at ændre det negative syn, der måske er på sindslidende eller psykisk sårbare, som det hedder nu til dags. Det sker ved hjælp af plakater, udsendelser i DR TV, egen

hjemmeside, foredrag samt denne her konference.

Det var det helt store trut i trompeten, folk fra hele verden var mødt op, og det hele foregik på engelsk over tre dage. Folk skulle selv betale et par tusinde for at være med, på den baggrund var der rigtig mange læger og forskere, der havde fået deres arbejdsplads til at betale gildet, grundet de måske kunne bruge den ny viden i deres arbejde.

## FÆLLES PROBLEMATIKKER

Der var mange foredrag med tilhørende fotoer, der var blæst op på bagvæggen i den meget store sal. Det var udmærket det, der blev sagt, f.eks. at i Canada, der kan virksomheder få boder, hvis de har et dårligt psykisk arbejdsmiljø. Det mest overraskende var, at det er fuldstændig de samme







problematikker brugerne slås med i andre lande. F.eks. det negative syn på ordet skizofreni. Der var en rigtig god debat med folk i salen. Deltagerne mener ordet var så negativt, at det var nærmest et skældsord, og en læge på scenen sagde, at han ville undlade at begrunde ordet, altså sige noget positivt om det. "Tak for det" var kommentaren ved det bord jeg sad.

### BEHOV FOR ET NYT BEGREB

Folk mente, at der skulle komme en ny betegnelse for skizofreni. Problemet er dog, at så kender folk ikke det nye ord. Som en sagde, så ender det lige som ved popmusikeren Prince, der hele tiden fik nye navne. Til sidst måtte pressen, sige "Musikeren som er kendt under navnet Prince", grundet alle de nye navne som masserne ikke kendte. "Sygdommen som før gik under betegnelsen skizofreni" kan nemt blive konsekvensen af det. Man kom til at tale ordet "ned" som det hedder. Før var det kun negativt, nu er det i min optik (og andres) et skældsord, der kan bruges, hvis man virkelig vil fornærme nogen i sin omgangskreds.

### PSYKIATRIBRUGERE I BURE

Langt de fleste oplægsholdere kom fra USA og Europa, og meget få fra ulandene. En kom fra Indonesien, og det

var rigtig barske historier, og billeder han havde med. De var så slemme, at folk på fotoerne var anonymiseret med en sort bjælke over øjnene. De fotoer bliver ikke vist i vores blad. Efter hans foredrag er man meget glad for, at man har sin adresse i Danmark.

Der er få hospitaler for sindslidende i Indonesien, og endnu færre ude på landet.

Det betyder, at hvis et familiemedlem dag efter dag bliver mere og mere syg og aggressiv, så må familien spærre dem inde i hjemmelavede bure, og der kan de sidde i dagevis. Eller med en fodlænke om benene.

Det er ikke i ond mening, men de har ikke andre muligheder. Alternativet er, at de gør skade på andre. Det er regeringens ansvar, at afsætte millioner til læger, hospitaler og medicin. På den baggrund er regeringen utilfreds med, at denne læge tager rundt i verden, og fortæller om de horrible forhold indbyggerne har. De ved det godt, men gør for lidt ved det. Jeg interviewede efterfølgende den modige læge, og det kan på et tidspunkt ses på LAP-TV. LAP-TV er fjernsyn, som alle kan se på LAP's hjemmeside.

### FÅ FRA DANMARK

Arrangøren af konferencen kunne godt have ønsket sig flere deltage-

re. Der var især meget få danskere, der ville bruge 3 dage i kødbyen i København, hvor konferencen foregik. Det var en meget veltilrettelagt konference, og det var ikke kun i den store sal det foregik. Der var mange tilstødende lokaler, hvor man kunne se, hvad der blev debatteret inden man gik derind.

Både danske og udenlandske foreninger deltog med stande og brochurer. Selvfølgelig også den gode LAP forening. Men vores kollega SIND var der slet ikke. Meget mærkeligt da de ellers plejer at markere sig sådanne steder.

### ISEN SMELTER

STIGMA stod der med store lysbogstaver, på gulvet i forhallen da det startede. Som dagene gik, smeltede isen mere og mere, som et symbol på meningen med arrangementet.

Men bliver sindslidende stigmatiseret mere end andre danskere? Alle får en dårlig behandling i ny og næ. I starten skrev jeg netop, at der måske er et negativt syn på sindslidende. Bliver vores målgruppe bedømt hårdere end andre i Danmark? Hvordan er det med selv-stigmatisering? Hvor folk ser negativt på sig selv? De spørgsmål vil jeg gerne besvare i en anden artikel i LAP bladet. ■

# SINDETS DAG *i Vejle*

*Blev holdt tirsdag den 10. oktober i Sundhedshuset i Vejle*

**Tekst: Camilia Madsen og Inger Ladegaard**

**A**rrangørerne af Sindets Dag i Vejle omfattede i år LAP, Idræt for psykisk sårbare (IFS -Vejle), Bedre Psykiatri samt en række andre organisationer.

LAP Region Syddanmark har i år været stolte af, at kunne præsentere Silas Holst med foredraget ”Bag om dansen”.

Der var tilmeldt personer til samtlige ledige 250 pladser til denne aften. For 7. år i træk er vi gået sammen om at løfte opgaven om afholdelse af Sindets Dag. Klokkeren 19.00 gik Kent fra IFS - Vejle kommune på scenen, hvor han på de otte arrangørers vegne bød velkommen til Silas Holst og til publikum.

De fleste kender Silas Holst, som en succesfuld danser fra TV2's ”Vild med dans”, hvilket han vandt i 2011 og 2014. Silas Holst har også medvirket i et hav af shows, musicals, revyer og teaterforestillinger bl.a. ”Grease” og ”Dirty Dancing”.

Silas Holst fortalte meget nærværende og levende om sin barndom, der ikke var en dans på roser. Den mobning han blev udsat for, påvirker ham stadig som voksen.

Allerede i børnehaveklassen blev han hurtigt et offer for massiv mobning fra de andre børn. Derfor gjorde Silas meget ud af at fortælle, at det er vigtigt at sige, hvis der er nogen, der er udsat for mobning. ”Sig det højt” lød det klare budskab.

Efter pausen gjorde Silas meget ud af at fortælle, at han synes vi skal gøre meget mere ud af at være gode ved hinanden.

Alle otte arrangører havde hver deres stand i foyeren, som var rigtig godt besøgt. I vores LAP-stand havde vi rigtig mange besøgende, og vores havtorndrik var et hit og formåede at trække publikum hen til os.

Tusind tak til alle, som har bidraget til at fejre denne aften. ■







▲ Ser det ikke dejligt ud

## Rapport fra Ø-lejren 2017 *Ser det ikke dejligt ud?*

**Tekst: Ø-lejrgruppen, Erik Thomsen**

**Foto: Inger Ladegaard og Sussi Ingrid Sejersø-Olsen**

**D**et siges at intet er så skidt, at det ikke er godt for noget, hvilket årets Ø-lejr er et godt eksempel på!

I år måtte Ø-lejren nemlig finde et nyt sted, da der var gået lidt kludder i den sidste planlægning. Det lykkedes i sidste øjeblik at få indlogering på det tidligere badehotel, Henne Bad.

Udfordringen var at Henne Bad beskrev sig selv som et stort turiststed, så det var med blandede følelser vi tog afsted. Skulle vi nu høre

på en mængde larmende turister? Nej, det var et yderst stille sted i et sommerhusområde, hvor hotellet lå ude i første række i klitterne med bænke og borde rundt om, således at man altid kunne finde et sted med vindstille. Der var også en balkon, hvor vores lokale "dronning" lod sit nådige smil lyse hen over os, folket, mens hun strittede med sin lillefinger, som de rigtige kongelige gør, når hun drak te.

Nogle så cykelløb i TV, mens andre selv cyklede op til 50 km om

dage - hver sine lyster. Men de fleste nøjedes med at gå ned til stranden for at bade og langt de fleste overholdt vores regel om, at man altid skulle være to afsted sammen - for Vesterhavet er ikke til at spøge med. Tyskerne, der kom efter os, mistede en person på grund af deres manglende respekt for Vesterhavet. Vi kunne desværre ikke lave bål og grillmad, da brug af åben ild var forbudt på stedet. Men som skrevet står, er der ros til deltagerne for at de tog den sag alvorligt, således at vi kan komme igen.

Ved kontakt med beboerne i området, tog en af dem mod til sig og kom med hjem på hotellet, hvor han snakkede med en hel del af vore medlemmer. Så nu har LAP en ambassadør gående rundt helt derude, hvor selv kragerne har madpakke med. Som os, der har boet på Vestkysten plejer at sig; så må folk bede os fortælle hvor vi bor!

### EN-DAGSTUR TIL RIBE

En-dagsturen gik sydpå, hvor de fleste var i Ribe; den gamle by som har så mange spændende ting at se på.







Deltagerne måtte jo selv bestemme, så andre var i Esbjerg og der er allerede snak om, at turen næste år går nordpå. Man skal aldrig være bange for at prøve noget nyt.

Det årlige bankospil blev også afholdt og ud fra held i spil og uheld i kærlighed, kunne det konstateres, at en enkelt deltager ikke havde meget held i kærlighed!

### SAMME TID OG STED NÆSTE ÅR

Det er (på temmelig udemokratisk vis) blevet besluttet, at næste års Ø-lejr skal holdes samme sted, så sæt allerede nu kryds i din kalender, hvis du ikke vil snyde dig selv. Som sædvanligt var der stor rift om de arbejdsopgaver vi i fællesskab skulle lave, men igen - hvor kan vi meget når vi må!

Nye folk dukkede op, hvor gamle faldt, de lavede aftensmad, ja endda folk der havde deltaget i flere Ø-lejre fik mod på det for første gang; nu havde de fået den nødvendige selv-tillid til at prøve det. Og stadigvæk var der den rette respekt for, at vi alle kan noget forskelligt – herligt!



Alle kom godt hjem, selvom en af deltagerne blev udsat for tyveri på Esbjerg station. Det var surt, men her gik LAP ind og dækkede hans ekstra udgifter - andet skulle dog også lige passe.

På grund af en enkelt persons opførsel vil reglerne om, at man skal være selvhjulpne, næste år komme til at indeholde noget om, at når man er i sin "sygdoms vold", og derfor opfører sig sådan at andre kan føle sig utrygge, så bliver man sendt hjem med det samme.

Ø-lejr-gruppen skal her give en undskyldning for, at vedkommende ikke blev sendt hjem, for reglerne var ikke til det, da vedkommende trods alt ikke brugte vold.

39 mennesker var på et eller andet tidspunkt på lejren. Det var glædeligt at to personer fra LL, tog deres opgave som landsledelsesmedlemmer så alvorligt, at de kom og blev en dag, således at de kan fortælle LL, hvad det er LAP betaler til. Tak for det, Andrea og Jørn. ■



# PSYKIATRITOPMØDE

## Nye tiltag i behandlingen

*For 9. år i træk var der psykiatritopmøde i København*



**Tekst & foto: Tom Jul Pedersen**

Igen i år blev topmødet afholdt den første lørdag i oktober, og for andet år i træk på Sankt Annæ Gymnasium. I år var temaet: "Valgfrihed - hvem vælger for dig?"

### VALGFRIHED ELLER?

Det der tænkes på er, at mange brugere mener, at lægerne bestemmer for meget under indlæggelserne. De vil selv bestemme mere i behandlingen. Af ting man kan vælge nogle steder, kan nævnes brugerstyrede indlæggelser, hvor brugeren kun skal til en samtale ved en læge på hospitalet.

### INDLÆGGE SIG SELV

Når man er blevet godkendt til en seng, kan man selv indlægge sig selv i det næste år UDEN at skulle forbi en læge først. Man styrer selv indlæggelsen, men lægerne kan dog holde en tilbage og indlægge en på en lukket afdeling. 100 % kan man ikke styre det trods alt, og medicinen har man heller ikke styring over. Den såkaldte styring krakelerer ved nærmere eftersyn.

### MERE STYRING TIL PATIENTERNE

Dette her eksempel var meget sigende for, hvad der kom frem. Lidt mere styring til patienterne. Men man skal gennem et nøglehul først, og godkendes af en autoritet. Også ved brugerstyrede budgetter, hvor man får et større beløb f.eks. 50.000

kr., som skal bruges på at forbedre ens chancer på arbejdsmarkedet. Det kan være til nye tænder, nyt pænt tøj, psykologsamtaler så man tilmed får et "rent" sprog uden bandeord samt sårende sætninger. Det er igen for de få, da der er en godkendelse man skal igennem. Der er heller ikke her frit valg på hylderne.

### GOD BLANDING AF MUSIK OG TALER

Der var en god blanding af musik og taler, f.eks. sang både Rene Dif fra Aqua, Københavns kvindelige politikor samt Søren Poppe. Søren Poppe er kendt for sin deltagelse i det internationale melodi grandprix, da det blev afholdt i Danmark i år 2000, og her blev til en anden plads. Socialminister Mai Mercado fra de Konservative holdt åbnings-talen.

### SJOV MED PSYKISK SYGDOM?

Det mest kontroversielle indlæg var stand-up komikeren Mads Holm. Han lavede sjov med psykisk sygdom. Må man det? Døm selv ud fra et par udpluk:

Mads Holm fortæller, at han selv har haft en depression. Og han siger "det er nemmere (for ham) at have haft en depression, når han kan lave sjov med den". Altså grine af det, og oven i købet grine hele vejen ned til banken, da han tjener penge på sine shows...

*fortsætter næste side*











## LÆGEN TOG HAM IKKE ALVORLIGT

Stand-up komikeren fortalte, at han var oppe ved sin læge da han havde selvmordstanker. Lægen tog ham dog ikke alvorligt. Efterfølgende konkluderede han, at hvis man kommer fra Mellemøsten, og har selvmordstanker, så bliver man øjeblikkeligt taget alvorligt. Det kan jo være, at man vil være selvmordsbombemand, og derfor siger lægen straks: HAN SKAL HJÆLPES!!! HURTIGT!!!

## BIVIRKNINGER "STOPPER" DEPRESSION

En anden joke lød: "Hvis du får piller mod depression, har du ikke tid til at være deprimeret, da der er så mange bivirkninger du skal klare eller forholde dig til. Dem kan man læse om i indlægssedlen ved pilleglasset, og det tager også tid".

De vittigheder jeg har beskrevet her, er i den milde ende. Der er nogle, der er så grove at jeg ikke vil viderebringe dem her. Mange LAP-folk på mødet syntes de var for grove og sårende. I salen var der dog mange der grinede de rigtige steder, og han delte vandene kan man roligt konkludere.

## I DET VILDE VESTEN

En sjov vittighed fortalte vores Michael P. Krog på folkemødet på Bornholm. Han var konferencier i LAP's telt, og i mellem nogle af foredragene sagde han følgende: "I det vilde vesten i USA, kom en dværg ind på en bar. I baren sad nogle cowboys ved et bord, og de spurgte ham: "Spiller du kort?" Han svarede: "Nej, jeg er født sådan". Denne vittighed er hermed viderebragt for at "løfte" stemningen i artiklen.

Til næste år har psykiatritopmødet 10 års jubilæum. Hvis man vil læse mere om arrangementet, kan det gøres på: [www.psykisksaarbar.dk](http://www.psykisksaarbar.dk).



# BÅDE FYSISKE OG MENTALE *godbidder*

Tekst og foto: Tom Jul Pedersen

**I**LAP Midtjylland starter vi noget nyt op. I udvalgte weekender holder vi en form for åbent hus, hvor medlemmer og andre kan komme forbi og høre om foreningen. Vi får også lidt godt at spise og drikke, samt tale om de nyeste tiltag i byen Århus. Det kan være kulturarrangementer eller andre ting, der har vores interesse.

Stedet vi mødes ligger tæt på banegården i Århus, så det er nemt at komme til. Det er gratis at deltage, og hvis man har lyst til at komme, skal man ringe til os, så vi kan sende en SMS om hvornår vi holder åbent. Os, - det er Tom Jul Pedersen og Lise Jul Pedersen. Vores telefonnumre kan ses under LAP Århus på den side her i bladet, der fortæller om grundforeningerne. ■



## Gert Zøllner

**Tekst: Steen Moestrup**

Gert Zøllner sov stille ind i efteråret 2017. Efter nogle gode år på Bostedet Klintegården i Frederikssund valgte Gert's krop livet fra. Gert var ikke født ind i psykiatrien, men et knallertuheld tildelte Gert en hjerneskade. Siden gav livets besværligheder Gert en række psykiske udfordringer, der blev forsøgt håndteret af psykiatrien kombineret med beskyttet beskæftigelse på Skibbyhøj. Gert måtte opgive sit lille rækkehus, da kuglepennesamlingen blev for omfattende og udfordringerne krævede mere hjælp til dagligdagen.

Kendetegnet for Gert var, at han var kortfattet og ret vellidt, selvom livets udfordringer sommetider hensatte ham i vrede, over ikke at kunne forstå tingene. En del LAP-medlemmer deltog i bisættelsen, og det efterfølgende gravøl på Klintegården. ■



*Johannes Nielsen, august 2016.*

*Foto: Axel Schütt*

## Johannes Nielsen – stifter af Gallos blev 93 år

**Tekst: Tom Jul Pedersen**

Inden for psykiatrien i Århus var Johannes Nielsen en legende. Blandt fagprofessionelle og brugere var han respekteret for det store arbejde han lavede for at hjælpe sindslidende, både som læge på psykiatrisk hospital i Risskov, men i særdeleshed for alle Gallo-aktiviteterne.

Gallo-aktiviteterne er både arbejdspladser og aktiviteter for brugerne. Brugeraktiviteterne omfatter Gallo-skolen, huset, galleriet, gartneriet og Radio Gallo. Derudover var han ophavsmand til værkstederne på hospitalet, som er aktiviteter for indlagte patienter. Aktiviteterne omfatter tegne, male, træ og keramikværksteder. Grundtanken i det hele er, at man som menneske skal have noget at give sig til. Noget der interesserer en og fylder en med glæde og varme.

Skærlundgårdene i Nordjylland var også noget han satte i verden. Det er gårde på landet, hvor der er sommerkurser i tegning og maling.

Johannes Nielsen blev begravet på Risskov kirkegård - tæt på hospitalet i Risskov. Alle hans gode idéer og tanker han har sat i værk, som tilmed gavner de sindslidende, vil fortsat være i live. ■



# POESIENS & KUNSTENS SIDE //

En katana af bambus  
Kløver den kun sneskyer  
Fyrrekoglen drikkende grøn te  
Skaber nye spæde træer  
Blommetræet lagde sine blade  
I efterårets vind danse  
For at vi kan nyde blomsternes  
Ædelstensrøde skønhed  
En katana af bambus  
Træner sind og krop til et

**Tekst: Bo Steen Jensen**



Nu fik jeg sgu et syn  
ser mærkeligheder og lyn  
jeg ser ting rundt omkring  
var der ingenting  
ikke rigtigt - bare i mit hovedet virkeligt, eller noget  
jeg troede er der nogle stemmer  
bare noget jeg fornemmer  
en smadret rude og nogen derude nu er jeg vanvittig  
og stresset måske for flittig og presset  
nej, nu er jeg sgu gal  
bare almindelig tosset normal

**Tekst: Elo Torben Hansen**



## Lokalforeninger

### FAP MIDTVEST:

v/Lone Toustrup  
toustrup67@hotmail.com

### LAP ÅRHUS:

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

### LAP SILKEBORG:

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

### LAP RANDERS:

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

### LAP NORDSJÆLLAND:

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

### LAP ROSKILDE OG OMEGN:

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

### LAP HOLBÆK:

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

### LAP KØGE OG OMEGN:

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

### LAP NÆSTVED OG OMEGN:

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

### LAP KØBENHAVN/FREDERIKSBERG:

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

### LAP KØBENHAVNS OMEGN:

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

### LAP GULDBORGSUND OG LOLLAND:

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

### KONTAKTPERSON I SVENDBORG KOMMUNE:

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

## Regionale foreninger

### LAP MIDTJYLLAND:

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

### LAP SYDDANMARK

v/Lise Duus  
Telefon 2231 0942, lise.duus39@gmail.com

### LAP REGION SJÆLLAND:

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

### LAP REGION HOVEDSTADEN:

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



# Liste over kollektive medlemmer i LAP

|                                                              |                   |
|--------------------------------------------------------------|-------------------|
| Aktivhuset Freya                                             | 2670 Greve        |
| CSD Odense                                                   | 5000 Odense C     |
| Banehuset                                                    | 4450 Jyderup      |
| Blåkærgård                                                   | 8800 Viborg       |
| Bofællesskabet Kirsten Marie                                 | 2800 Kgs. Lyngby  |
| Botilbudet Skovsbovej                                        | 5700 Svendborg    |
| Brugerrådet f/Socialpsyk. Jammerbugt Kommune                 | 9440 Åbybro       |
| BUPS – Brugerudviklingsprojekt for<br>Psykisk syge & Sårbare | 2820 Gentofte     |
| Café Aroma                                                   | 5700 Svendborg    |
| Café Utopia                                                  | 7500 Holstebro    |
| Center Nørrebro                                              | 2200 København N  |
| Den Gule Dør                                                 | 4600 Køge         |
| Det Gule Hus / Askovgaarden                                  | 2200 København N  |
| Folkets Hus                                                  | 4840 Nørre Alslev |
| Gallohuset                                                   | 8000 Århus C      |
| Haslekollegiet                                               | 8210 Århus V      |
| Haslekollegiet                                               | 8210 Århus V      |
| Huset i Overgade                                             | 9800 Hjørring     |
| Idrætsforeningen Kæmperne                                    | 2300 København S  |
| Jobigen                                                      | 8800 Viborg       |
| Lyspunktet                                                   | 4500 Nykøbing Sj  |
| Mamma Mia                                                    | 2400 København NV |
| Mandagsklubben i Vejlbj Vest                                 | 8240 Risskov      |

|                                                |                      |
|------------------------------------------------|----------------------|
| Multihuset Isefjord                            | 4300 Holbæk          |
| NABO-Center Amager                             | 2300 København S     |
| Netværkscaféen                                 | 7700 Thisted         |
| Netværkstedet Thorvaldsen                      | 1871 Frederiksberg C |
| Nordfyns Psykiatricenter                       | 5471 Sønderød        |
| Outsideren                                     | 1620 København V     |
| PH - Aktiv                                     | 8600 Silkeborg       |
| Regnbuehuset                                   | 2630 Taastrup        |
| Sind klubben i Hillerød                        | 3400 Hillerød        |
| Skejbyhave                                     | 8200 Århus N         |
| Skiftesporet                                   | 7400 Herning         |
| Socialpsykiatrien og Aktivitetshuset Støberiet | 2750 Ballerup        |
| Socialpsykiatrien, Botilbud                    | 4640 Fakse           |
| Socialpsykiatrisk Center                       | 4330 Hvalsø          |
| Socialpsykiatrisk Center Rosengaarden          | 6900 Skjern          |
| Stop Op                                        | 4880 Nysted          |
| Stoppestedet                                   | 5000 Odense C        |
| Støttecentret                                  | 6950 Ringkøbing      |
| Støttecentret                                  | 6920 Videbæk         |
| Sundbygård                                     | 2300 København S     |
| Sølvagergård                                   | 4293 Dianalund       |
| Ungegruppen                                    | 8900 Randers C       |
| Værestedet Perronen                            | 4800 Nykøbing F      |
| Værestedet Væksthuset                          | 8700 Horsens         |

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

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

**Indmeldelse kan også foregå på [www.LAP.dk](http://www.LAP.dk)**

## INDMELDSES//BLANKET//

NAVN:

ADRESSE:

FØDSELSDATO OG ÅR:

POSTNR. OG BY:

KOMMUNE:

REGION:

EVT. TLF:

EVT. EMAIL:



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

# HVAD ER EN BISIDDER

*og hvad kan jeg bruge en bisidder til?*

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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



Store Glasvej 49, 5000 Odense C



POST

Sendes ufrankeret  
Modtageren  
betaler portoen

**LANDSFORENINGEN AF NUVÆRENDE OG  
TIDLIGERE PSYKIATRIBRUGERE**

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





# *Julens glæder ere tvende – først dens start og så dens ende...*

**N**u må jeg indrømme overfor mig selv, at sommeren er ubønhørligt forbi. Jeg kan end ikke drømme om én ekstra dags sommersøndags-solcykling i det danske sommerland, endsige planlægge, hvad jeg kunne tænke mig af ferie i sommeren 2017. Men derfor kan man/jeg stadig drømme om det der er tilbage eller længere fremme i tilværelsen. Søren Kierkegaard konstaterer, at 'livet skal leves forlæns, men forstås baglæns. Jeg er kommet i den alder, hvor det ikke så meget er julen jeg drømmer om. Jeg drømmer ikke så meget om en hvid jul, julemand eller gaver. Måske drømmer jeg mere, som John Lennon, om en fredelig verden og forståelsen for at 'All we need is Love'.

Det er - indrømmet - naivt, men så er jeg naiv. Måske især i denne tid, hvor det ikke er så meget sneen som falder hvid, men at finansloven kommer. Med finansloven kommer, efter mange år med nedskæringer på forsvarsbudgettet, nu med Trump i USA, mange flere penge til våben og forsvar. I årene fremover kommer der mange, mange milliarder mere, men stadig er der ikke råd til at psykiatrien kan komme på finansloven. Den halter stadig bagefter via satspuljen, hvis penge stadig udgøres af alt det de sociale overførselsindkomster skulle været steget med, hvis de skulle følge pris- og lønudviklingen. Man kan i den forbindelse tænke på Storm P's tegning, med hunden som tigger ved

spisebordet, hvorefter dens velnærede ejer skærer en luns af hundens hale og giver den til hunden.

## **MEN DER ER DOG LYSPUNKTER I FINANSLOVEN**

Måske har nogle af finanslovsforhandlerene i deres stille sind tænkt på myten om Marie Antoinette. Hun skulle under den franske revolution have sagt, da hun hørte om at den sultende befolkning som råbte efter brød og ville vælte det franske kongedømme: "Kan de ikke få brød, så lad dem spise kage".

I al fald bliver slik, chokolade, nødder, vin - og regnfrakker billigere. Så er der vel ingen som tvivler på, at regeringen ikke tager klimaproblemerne alvorligt og ikke vil gøre noget ved det. Godt nok taler rapporter et andet sprog om at CO2 forureningen stiger, men nu hvor det stormer og regner mere, er der billigere regnfrakker til alle.

## **KOMMUNAL- OG REGIONALVALG**

Når vi taler politik, kan vi ikke komme udenom at der har været kommunal- og regionalvalg siden sidst. Desværre er vores målgruppe - psykisk syge og såkaldt udsatte, meget mindre aktive i demokratiet. Hvor den danske befolkning som helhed, stemmer til valgene med over 80 %, er førtidspensionister, syge og udsatte halveret i viljen og evnen til at stemme til omkring 40 %. Ekspert og

andre kloge hoveder, mener endda det afspejler sig i at politikerne tænker, at det er nemmere at skære ned her end på andre, som er bedre til at råbe op, skælde ud og i øvrigt stemme på andre politikere.

Noget om snakken er der nok. Ellers gør politikerne en del ud af vi skal stemme på dem. En måde at skille sig ud på, er at placere sit ansigt på et skilt og hænge det op i et træ eller en lysmast.

I den lyse ende tænker jeg på at det må være inspirationen til Tinder (en app, hvor man kan søge en partner). Man har en række ansigter at tage stilling til og man kan sige ja eller nej. Som på Tinder er der frit valg på alle hylder. Dog må man sige at udvalget er lidt mindre. Profilerne er noget ældre og der er lidt flere ældre mænd. Men idéen er den samme - ser jeg attråværdig og troværdig ud?

Videnskabeligt set er der ingen tvivl om, at man skal se glad ud på plakaterne. Et forskningsprojekt viser, at vil man fange andres opmærksomhed, så er den mest effektive måde et smil. Victor Borge vidste det også, uden den større videnskab, ved at hans motto var: Et smil er den korteste vej mellem mennesker.

Vi husker også mere, hvordan mennesker får os til at føle, i langt højere grad end vi husker, det de siger. Det er især godt at vide for politikere og andre som vil af med et budskab.

*fortsætter på sidste side*

## DE GLADESTE PARTIER

En undersøgelse fra DR's kandidattest til valgene i 2017 viser i øvrigt at Kristendemokraterne er det gladeste parti (82,0%), Venstre det næst gladeste (79,1%) med De Konservative (78,8%) på tredjepladsen og Socialdemokraterne på fjerdepladsen (76,3%). I bunden som de mindst glade ligger Enhedslisten (70,6%), Liberal Alliance (64,1%) og endelig Nye Borgerlige med (61,1%).

At det er så vigtigt med smilet, viser en københavnsk venstrepolitiker ved navn Caroline Stage, som fik negative kommentarer som 'En blå kost' og 'en sur kælling'. Derfor vil politikerens klister en glad mund på 500 af sine valgplakater. - Jeg vil gerne opleves som imødekommende, for det synes jeg jo egentlig, jeg er. Hvis klistermærkerne kan hjælpe, så sætter jeg dem gerne op, siger Caroline Stage.

Lidt mindre muntert, kan jeg ikke lade være med at tænke på en anden politiker i afslutningen af anden verdenskrig. Den italienske fører Benito Mussolini, som også endte i toppen af en lygtepæl, men det var ikke for det godes skyld.

## FLERE GRISE PÅ SPIL

En af tidens stærkeste temaer er sexchikane og overgreb. Det startede med en gammel gris i Amerika, som var filmproducent og fortsatte med en anden gammel gris i Danmark, som var filmproducent. På amerikansk hed grisen Harvey Weinstein og på dansk Peter Ålbæk, hvilket styrker mig i troen på at magt korrupperer - både i det store og det små. Man kan diskutere hvor udbredt det er - men det er meget udbredt. Mange kvinder spørger nu sig selv om de skulle have sagt tydeligere fra, selvom de måske var i en underliggende magtposition i forhold til overtræderen. Mange kunne godt, nogle gjorde og forhåbentlig siger langt flere i fremtiden fra.

## OGSÅ I PSYKIATRIVERDENEN

Sexchikane og overgreb er og har været et ubehageligt problem også i psykiatriverdenen. Jeg har hørt 5 radioudsendelser på Danmarks Radio program 1, om to kvinder som var indlagt på københavnske afdelinger. Kvinderne fortæller om en række seksuelle overgreb, som en sosu-assistent begik i årene 2012 - 2014. I 2016 fik han sin straf i Østre Lands-

ret. Der var den yderligere forstærkende krænkelse i, at kvinderne var bæltefikserede under overgrebene. Senere blev der fra ledelsens side ikke gjort nok, for ikke at sige det rigtige. Hvilket til sidst blev undskyldt. Det er hård kost at høre på, men en fremragende god dokumentar om forhold, som heldigvis langt de færreste kommer ud for. Jeg vil opfordre til at lytte til udsendelserne, hvilket man kan på podcast på siden dr.dk under titlen 'Det perfekte offer 1 - 5'.

## 'THE DANGEROUS CASE OF DONALD TRUMP'

Som en ven forleden sagde og som jeg gentagne gange har skrevet, har verden efterhånden fået et dårligt ry. Uden at være specielt kritisk, må man vel mene at præsidenten for De Forenede Stater, USA, er medvirkende til denne påstand. Således en sidste nyhed fra vores egen andedam, psykiatrien: 27 psykiatere kalder præsident Trump mentalt uegnet til at være præsident.

I en ny bog 'The Dangerous Case of Donald Trump' skriver psykiatere fra blandt andet Yale og Harvard om Trumps mentale ustabilitet, mangel på empati, mangel på realitetssans, impulsivitet, paranoia, mindreværd, behov for at blive bekræftet, hæmningsløshed og benævner ham sociopat. Andre psykiatere tager afstand fra at sætte diagnoser på afstand. Men en af forfatterne afviser det med at det er 'en nødsituation'.

H. C. Andersen skrev: 'Skade at Amerika - ligge skal så langt herfra' og med således et forsøg på beroligelse, kan vi gå tilbage til Danmark igen. En sidste nyhed fra Christiansborg er at årets julemand i Folketinget er justitsminister Søren Pape Poulsen. I samme moment forlyder det at der heller ikke i år bliver nogen julekrybbe i Folketinget. Det var heller ikke i år muligt at finde tre vise mænd.

'Vend kun op og ned på alle ting. Jorden med, thi den er falsk og hul. Rør dog ikke ved min gamle jul'.

Fra ALLE OS til ALLE JER - ønsker vi en rigtig glædelig Jul - og et herligt nyt år 2018! 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!



DANMARK

PP

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