FORÅR 2010 | NR.2 | ÅRGANG 12

Socialminister Benedikte Kiær's tale på LAP's landsmøde

.lap.dk

At være - et traumatiseret - menneske giver risiko for "skizofreni"

Uddannelsesmarkedet?

Værktøjer til at få det bedre - hvad er den rette hjælp

LAP's Landsmøde

LAP

MEDLEMSBLAD

LANDSFORENINGEN AF NUVÆRENDE OG TIDLIGERE PSYKIATRIBRUGERE

Medlemsbladet LAP er medlemsblad for:
LAP | Landsforeningen Af nuværende og tidligere Psykiatribrugere

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

Redigeres af arbejdsgruppe, ansvarshavende overfor presseloven:
Hanne Wiingaard | Tlf. 55 50 01 51

Korrektur:
Karl Bach Jensen

Trykt hos:
npc tryk a/s | Næstved

Layout:
npc tryk a/s | Næstved

Teknisk ansvarlig:
Hanne Wiingaard

Oplag:
2.000 eksemplarer

Navngivne indlæg udtrykker ikke nødvendigvis LAP's holdninger.

Indlæg bedes indsendt til LAP pr. e-mail:
lap@lap.dk. Deadline til næste nr. er: 1. august 2010. Alle indlæg, der optages til bladet bliver også lagt ud på LAP´s hjemmeside. www.lap.dk

Arbejdsgruppe for dette blad er:
Hanne Løvig, Kirsten Dam, Inger-Liss Christoffersen, og Hanne Wiingaard.

lap
MEDLEMSBLAD

FORÅR 2010 | NR.2 | ÅRGANG 12

Stigmatisering, job og førtidspension . . . 3
SKRIV DIG FRI . . . 4
Rettelse til blad nr.1 2010 . . . 4
Uddannelsesmarkedet? . . . 5
Refugiefonden er stiftet! . . . 6
En helhedspsykiatri er det en mulighed? . . . 6
At være- et traumatiseret
- menneske giver risiko for "skizofreni" . . . 8
Mere om Thomas Werge . . . 10
Sund skepsis og sund fornuft . . . 10
Åbent brev . . . 11
Fokus på retspsykiatrien . . . 11
Værktøjer til at få det bedre - hvad er den rette hjælp? . . . 12
Bjarne Thorbjørn Godthaab Hansen er død . . . 14
Reception nyt akutcenter . . . 14
Velkomsttale - Landsmøde 2010 . . . 15
Pressemeddelelse fra Landsmødet . . . 16
Socialminister Benedikte Kiær tale . . . 17
Hvad synes du om LAP's Landsmøde? . . . 21
HANDLINGSPROGRAM for LAP 2010-2011 . . . 22
LAP's landskampagne i 2010 . . . 24
At leve livet med manio-depressivitet - i bagagen . . . 26
Landsledelse 2010/2011 . . . 29
Kære alle! . . . 29
Dagbog 1994 . . . 30
Kære alle landsmødedeltagere . . . 31
Fru Christoffs Univers . . . 32
Nyt fra FAP Viborg Amt . . . 34
Nyt fra RAP Midtjylland . . . 34
Tegneserie . . . 35
Liste over kommunale grundforeninger i LAP . . . 36
Regionale grundforeninger . . . 37
Liste over kollektive medlemmer i LAP . . . 36-37
Krogs krog . . . 38
Digt . . . 38
Digt . . . 39
IFS = Idræt for sindslidende i DK . . . 39
Krogs krog, fortsat . . . bagsiden

FERIELUKKET

LAP's sekretariat holder sommerferie i ugerne 27 og 28, altså fra mandag den 5. til den fredag den 16. juli.

Træffes igen mandag den 19. juli

Stigmatisering,
job og førtidspension

Vi har et ønske om, at man i fremtiden bliver langt mere tilbageholdende med at give livstidsdiagnoser og i højere grad betragter vores medlemmers tilstande som midlertidige ubalancer, der kan afbalanceres med de forskellige tiltag, der findes såvel i den etablerede behandlingspsykiatri, socialpsykiatrien, alternative behandlingstiltag, som personernes egne metoder til at genskabe egne resurser. Her er det vigtigt at blive inkluderet i normalsamfundet og ikke leve i parallelle verdener. Virksomt på denne vej kan være uddannelse, frivilligt eller lønnet arbejde.

Her til efteråret skal Folketinget foretage revision af lovgivningen vedr. førtidspension samt revision af fleksjob lovgivningen. 81% af unge under 30, der får førtidspension, har en psykisk lidelse. Mange oplever det at få førtidspension som at blive sat af, mens andre oplever det som en tiltrængt hvilepause efter at være kastet rundt i forskellige aktiverings- og afprøvningssystemer i årevis.

Rehabiliteringsydelse bliver bl.a. af LAP foreslået som alternativ til tidlig førtidspensionering. Rehabiliteringsydelse skal gives i en periode, hvor man forsøger at genvinde sin position i uddannelses-, arbejds- og samfundslivet.

Omvendt har andre ment, at problemet ikke er nuværende lovgivning, men at det er svært at bevæge sig væk fra de forskellige lovgivninger igen. Mennesker på førtidspension efter gammel ordning har mulighed for at sætte pensionen i bero, mens man prøver sig af i ordinær beskæftigelse. Det har folk på den nye førtidspension ikke. Det har mennesker i fleksjob heller ikke. Dvs. hvis man forsøger at gå fra passiv forsørgelse eller offentligt støttet arbejde til ustøttet ordinær beskæftigelse, lægger systemerne pt. hindringer i vejen. Hvis man forsøger at klare ordinær beskæftigelse men ikke klarer det, vil personer i fleksjob IGEN blive trukket igennem årevis af afprøvninger og test i lægefaglige systemer. Det samme gælder personer med førtidspension efter ny ordning. Der er ingen grund til at afprøve eller ændre andre typer af regelsæt, før de regler, der forhindrer folk i at forsøge at opnå ordinær beskæftigelse, er ændret.

Ændringen af det nugældende regelsæt bør ske ved, at man får skabt mere fleksibilitet, således at det er langt lettere at prøve kræfter med beskæftigelse på ordinære vilkår. Det er vel ikke regeringens mål at fastholde folk i passiv forsørgelse men snarere det modsatte?

For mennesker på førtidspension er det muligt at nedsætte sig som selvstændigt erhvervsdrivende, mens den mulighed ikke er der for mennesker visiteret til fleksjob. Medmindre man var selvstændig erhvervsdrivende på visiteringstidspunktet. IGEN en mærkelig regel, som det er svært at se nogen grund til. Den burde ændres, således at folk i stedet blev motiveret til at drive virksomhed. For nogle vil det være lettere at drive egen virksomhed, end at være ansat.

Arbejdsmarkedskommissionen er kommet med forskellige bud på en omstrukturering af fleksjobsystemet, som tyder på ændrede og forringede vilkår for mennesker i fleksjob. Specifikt opfordrer LAP politikerne til at se på, hvorvidt gældende regelsystem hindrer eller fremmer recovery. Hvordan laver man regelsæt, der understøtter en så let og smertefri vej fra førtidspension/fleksjob til ustøttet beskæftigelse?

Her indgår efteruddannelse og opkvalificering som et centralt punkt, da arbejdspladsernes tolerance hænger sammen med medarbejdernes kvalifikations- og kompetenceniveau, og hvor meget arbejdsgiveren kan tjene på den enkelte medarbejder. Ligesom stigmatisering og fordomme kan være med til at holde folk uden for arbejdsmarkedet. Undersøgelser viser, at mennesker med psykiske lidelser er den befolkningsgruppe, ansatte på virksomhederne MINDST har lyst til at være kollega med. Hvad hjælper det så, man er kommet sig, er velkvalificeret og parat til at tage fat, hvis kollegerne ikke har lyst til, man er der?

Der er afsat midler til en storstilet antistigmatiseringskampagne i den kommende tid. Via LAP's tilknytning til Det Sociale Netværk kommer vi sammen med de øvrige bruger- og pårørendeorganisationer på området til at medvirke i kampagnen. Formentlig kommer det til at tage mange år at gøre samfundet og arbejdspladserne åbne og tilgængelige, så vi også kan være der!

Når vi i LAP deltager i styregrupper og projekter oplever vi ofte, at vores viden og resurser er efterspurgt. Psykiatrien bør åbent annoncere efter mennesker med erfaringer fra psykiatrien, som en ekstra kompetence.

Landsmøde

Sluttelig tak til de medlemmer, der dukkede op til årets landsmøde. Som sædvanlig var der en del uenighed, i år dog primært blandt Landsledelsesmedlemmerne internt. Landsledelsen skal i det kommende år se nærmere på strukturen for indsendelse af forslag. Landsmødet satte budgetmæssigt rammerne for det kommende års arbejde, ligesom landsmødet var med til at sætte rammerne for, hvad LL fremover bør arbejde mere med. Her var der specielt fokus på øgede aktiviteter på lokalt/regionalt niveau samt flere udadrettede medlemsaktiviteter.

MED VENLIG HILSEN
DET NYVALGTE FORRETNINGSUDVALG

AF LILLIAN RANK – THE ROSEWOMAN

SKRIV DIG FRI

SELVERKENDELSE er et stort ord, da det aldrig er dækkende nok. Hver dag er en ny dag, og hver dag lærer man noget nyt. Vi er aldrig helt de samme som dagen før. Selv når vi ikke synes at vi har forandret os, flytter vi os altid. At skrive, enten dagbog, digte, breve, noveller og romaner eller fagbøger, selvbiografi - ja! Selv sangtekster! - Alt sammen kvalificerer evnen til at tænke og omvendt…

Mange synes at det er svært at skrive. Ofte må de vente længe på, at ordene indfinder sig, og er usikre på, om resultatet er godt nok. De ser ikke den store fornøjelse ved selve skriveprocessen. Du bliver klogere af at skrive. Får mere SELVINDSIGT. Nogle bruger skriveprocessen som "en god ven". Enten via dagbog eller breve til venner og bekendte. Andre skriver sammen f.eks. digte el. sangtekster.

Der er det gode ved det, at man kan dele det skrevne med hinanden, måske give hinanden konstruktiv god feedback:

- gør man det, skal den enkelte være indstillet på, at sikre sig "god feedback"
- altså en tilbagemelding, som belyser de gode ting og de mindre gode ting, med ærlighed. F.eks. ikke pr. instinkt eller gammel vane skyder efter mangler eller af god vane kun anerkender.

GOD KONSTRUKTIV FEED-BACK er når alle ser "fra det store perspektiv – uden for sit eget indre". - når der ikke er personlige følelser involveret i ens bedømmelse, men en mere "professionel" bedømmelse af ens værk.

Så at sige: man får den ægte sandhed tilbage, så man har noget at arbejde videre ud fra, hvor man skal have "slebet hjørner" eller måske have kasseret i ens skriveproces, eventuelt begynde at bruge andre ord for det samme. Dvs. få ryddet op i sit ordforråd, så det ikke skræmmer mere end det gavner.

OG I TRYGGE OMGIVELSER og med disse forudsigelser, kan de fleste være med. Miljø uden angst. Anti-jantelov.

Ofte virker det skrevne også mere overskueligt end at have alle tankerne i hovedet. At være hudløs ærlig over for sig selv på papiret har alle dage været en kæmpe hjælp for mennesker i livets smerteperioder. I dag er jeg selv dybt taknemmelig for, at jeg har haft min dagbog og pennevenner at skrive til/i. Igennem snart 21 år har jeg skrevet dagbog. Det giver mig en helhedsfølelse af, at være et helt menneske. At have haft en fortid, en eksistens og et liv… - og det giver den dag i dag GOD FEED-BACK fra mig selv, den hjælper mig til at huske mine erfaringer.

Så kære sjæleven. Fat pennen og kom i gang. Det er dit liv, du hjælper.

God skrivelyst, god fornøjelse og held og lykke, med livet.

AF REDAKTIONEN

Rettelse

til blad nr.1 2010

Desværre er der i Ulla Asmussens artikel: "Retspsykiatrien når den er værst" sket en fejl, idet en vigtig tilføjelse er gledet ud. Den kommer her:

I skrivende stund har LAP modtaget besked om, at Ulla efter 1½ måneds udskrivning nu igen er blevet afhentet af politi i uniform, den 26. februar 2010.

Efter en kort telefonsamtale med hende fortalte hun mig, at hun skulle overføres til Viborg Retspsykiatriske Afd. igen.

Jeg spørger mig selv: "Hvad er det, der foregår inden for murene?"

LAP starter nu en opklarende undersøgelse af sagen - vi har sendt et brev til hospitalsdirektøren på Århus Universitetshospital Risskov, og fået det svar, at man ikke kan udtale sig om sagen.

U.A.' s behandling er nu gået videre til Ombudsmanden, hvorfra vi afventer svar.

(INGER-LISS (RED.) 6. MARTS 2010)

AF TOM JUL PEDERSEN

Uddannelsesmarkedet?

Konference om hvordan uddannelsesmarkedet kan hjælpe de sindslidende

Her i foråret var der en konference, der handlede om sindslidende og uddannelser. Man kom vidt omkring, kan man roligt sige, det kom især frem at samfundet gør meget for at hjælpe sindslidende til en uddannelse. Både på selve uddannelsen samt uden for selve uddannelses-institutionen. I hvert fald i Århus, hvor de fleste foredragsholdere kom fra. Foredragsholderne var både tidligere studerende samt lærere og støtte-personer. Et af hoved temaerne var, at man kan blive inkluderet i samfundet ved hjælp af en uddannelse (mange sindslidende føler sig jo ekskluderet af samfundet). Derfor var uddannelse så vigtigt. En af underviserne var fra universitetet i Århus, det kunne man godt høre, da han både var veltalende samt brugte mange ord, tilmed fremmedord. Han fortalte, at det ikke var nok at komme ind på universitetet, man skal også kunne være i det, altså få gavn af det. Han understregede, at der IKKE kan dispenseres fra lærings-målene. De sindslidende skal altså kunne opsamle viden, samt formidle den, lige så godt som raske.

For at man kan få hjælp af dem, skal man have "hard core" diagnoser, der skal kunne diagnosticeres, så som Aspergers, borderline, tvangstanker og DAMP (meget urolig og opfarende opførsel), de studerende bliver derefter betegnet som studerende med særlige behov. De får støtte til at fungere på studiet ved hjælp af ting så som: Hvad kan være hensigtsmæssige ting? Hvordan får man struktur og overblik? Hvad er vigtigt? Hvad er detaljen? Filosoffen (som var hans profession på universitet) understregede tit, at de skal være lige så dygtige, som de raske, når de skal til eksamen. "Ellers får vi Anders And eksamensbeviser" konkluderede han. Det kan være et problem for de studerende med særlige behov, som de jo hedder, at nå eksamenerne inden for den normerede tid, men han var ikke tilhænger af at de skulle have mere tid til det. Efterfølgende ude på arbejdsmarkedet får man heller ikke mere tid til at løse opgaverne. Så man skal altså ikke lave en slags parallel verden, altså en, hvor sindslidende studerer samt arbejder, men hvor de er dobbelt så lang tid om det. Grunden til at så mange vil studere, er at man skal være ung på den "fede" måde, forstået på den måde, at dem man går op ad samt spejler sig i, de jo også studerer. Det er helt klart "in" at være studerende som ung.

En bruger fortalte om sit studie samt mødet med arbejdsmarkedet. Han ville ikke have førtidspension, han ville ud blandt normale igen, som han sagde, så han tog en uddannelse. Han startede ved de efterfølgende job samtaler med at være åben om sin sygdom (sindslidelsen), det resulterede i at han ingen job fik. Den første job samtale, hvor han ikke sagde han var sindslidende, den resulterede i job. På den baggrund kan man konkludere at åbenhed ikke betaler sig, var hans ræsonnement. Hans sygdom udmønter sig i, at han ikke kan tåle stress og pres, det er noget han skal være opmærksom på.

Det var lidt af alt det gode, der kom frem på konferencen, hvor det altså også kom frem, at uddannelser, ikke er for alle sindslidende. Hvis man er syg, kan man ikke klare de krav som uddannelses-institutionen stiller. Man skal være sindslidende "light" for at klare det. Når man er færdig skal man reelt opføre sig som og kunne klare de opgaver en rask kan, da det er det arbejdsmarkedet efterspørger. Ingen vil gå hos en tandlæge, der er dobbelt så lang tid om at lave huller, samt for lang tid om at lave den obligatoriske 1/2 års undersøgelse.

AF MARIANNE MOGENSEN

Refugiefonden *er stiftet!*

Endelig skete det! I april samledes refugiegruppen, medlemmer og gode venner af foreningen for at afholde stiftende generalforsamling i Foreningen Refugiefonden. Siden 2003 har LAP arbejdet intensivt på at udforme det grundlag kommende refugier skal fungere på. Refugierne vil kunne bruges som et sted hvor brugere, frivillige og ansatte hjælper hinanden gennem fx afmedicinering, afværgning af en kommende psykisk episode eller som alternativ til en indlæggelse i en akut situation.

Denne torsdag den 22. april startede med et oplæg fra Simon Bordal Hansen, ekstern konsulent i Refugiegruppen, og vores egen Karl Bach Jensen, udviklingskonsulent, om strukturen for foreningen og de enkelte refugier. Denne kan downloades på vores hjemmeside www.LAP.dk. Derefter kom alle deltagere med hver deres perspektiv på refugiet.

Nogle af de ting, Refugiefonden skulle være opmærksom på, var:

- Hvordan med medicinering under et ophold? Skal der etableres et evt. samarbejde med en psykiater?
- Der vil blive brug for at dokumentere, hvad der virker
- Der er grænser for omfanget af frivilligt arbejde
- Hvad er det, der efterpørges? Hvad gør dette sted attraktivt
- Økonomien er vigtig, men personsiden er ligeså vigtig
- Projektet kræver ildsjæl(e)
- Friplejelovgivningen
- Er samarbejde med Enggården/Skærlund en mulighed?

Efter en god og iderig debat afholdtes generalforsamling.

De foreslåede vedtægter blev vedtaget – og til bestyrelsen blev følgende valgt:
Yvonne Marker
Erik Olsen
Hanne Skou
Marianne Mogensen
Paul Bjergager Nielsen
Benny Lihme
Pernille Jensen
Jørn Eriksen
Jens Egon Hansen
Anne-Marie Valbak

Suppleanter:
Edel Krogsgård
Jan Stig Andersen,
Michael Freiesleben
Krystyna Anna Hansen.

Refugiegruppen er nu afløst af en bestyrelse i foreningen Refugiefonden. De næste møder i bestyrelsen afholdes mandag den 7. juni kl. 16 - 19 i LAP's lokaler i Odense og torsdag den 2. september kl. 12 - 17 på Enggården i Thy.

AF BO STEEN JENSEN

En helhedspsyki

Indlæg ved Landsforeningen af Bistandsværgers

Kære medmenneske
På vegne af LAP vil jeg starte med at udtrykke min glæde over, at få lejlighed til i dette forum, at udbrede nogle tanker, ideer og refleksioner omkring begrebet psykiatri. Og begrebet "det hele menneske". Set fra brugersiden. Og rummet vi er i, kan jo på mange måde være en inspiration, domineret, som det er, af det store maleri visende den grundlovændring der gav ligestilling i det danske samfund med kvindernes valgret Det gør rummet til et rum, præget af udsyn og fremsyn.

Kan vi overføre dette til psykiatrien?
En psykiatri med udsyn og fremsyn?

Vi aner på forskellige niveauer et begyndende paradigmeskift. Nævner i flæng: Gennembrudsprojektet – Filipineprojektet. Og tiltag skabt af brugerbevægelsen tildels i samspil med andre jeg nævner lige – Vendepunkter – Forvandlingsværksted – Next Stop job. De mange varianter der hviler på recovery tankerne og ideologien. Alle må ses som positive resultater af det oprør, brugerbevægelserne er eksponenter for. Man kan med et lån fra Kaj Munk sige "foråret så sagte kommer" der er grøde i det humanistiske syn på psykiatrien. Desværre fyger der af og til ugræs over hegnene, tænker paragraffer som den nye stk. d i paragraf 18 i psykiatriloven – Tvungen Opfølgning. Et trist eksempel på tilsidesættelse af et hævdvundet retssikkerhedsprincip, som formanden for Etisk råd Peder Agger siger. Man græmmes over, at ideen overhovedet kan opstå. Og kan kun se den som en afmagt handling. En afmagt overfor systemernes egne svigt i recovery baseret omsorg.

For vi psykiatribrugere er hele mennesker, det har vi altid været, men nu vil vi også ses som sådanne i samfundet. Nu stiller vi krav til samfundet. Til behandlerkorpset bredt set. Til livet og vores muligheder for at leve det. Som jeg skrev i vores jubilæumsdigt. " vi er ikke unaturlige – bare sår´n finurlige. Vi tør danse livets dans med slinger i valsen."

Hvor mange tør det?
Og i et samfund hvor Pete Siegers sang fra tresserne "Little Boxes" stadigt gælder som varedeklaration. Så er oprør og krav fornødent. I et samfund hvor little boxes systemer og kontrollerende kontrollanter er normen, vil mennesker, der danser slingrevals, være til besvær. MEN husk lige på, at det er de skæve hjerner, der tænker de innovative tanker. Og har vi som samfund råd til at bortmedicinere disse tanker, denne gruppe?

Jeg har ofte tænkt på om vores så højtbesungne, højt værdsatte "Guldalder" overhovedet havde eksisteret, hvis den nuværende diagnose tolkning, og den afgudsagtige tilbedelse af medicinterapien havde eksisteret dengang. Og helt ærligt, så har jeg mine dybe tvivl. Jeg står her over for medlemmer af en forening af "ombudsmænd". Ja det vil jeg kalde jer, og med fuld ret, for det er det I er. I er både garanter og stødpuder. Især inden for retspsykiatrien fornemmer jeg, at det er tilfældet. Retspsykiatrien ak ja – vores

atri er det en mulighed?

og Patientrådgiveres jubilæumskonference

smertensbarn. Denne skifting mellem behandlingstilbud og strafafsoning. Det er for mig et åbent spørgsmål om ikke hele institutionen burde totalt nytænkes, så at sige nedlægges og skabes fra bunden af, igen, på et andet menneskesyn end det der lå bag den nuværende konstruktion. Et eller andet sted burde det være evident, at en som straf påtvungen behandling aldrig vil kunne have er recoverende, eller rehabiliterende effekt eller en stabil virkning.

Desværre, trods alle de spirende erkendelser der kan ses såvel i Gennembrudsprojektet og Filipineprojektet, som i forsøget på helhedstænkning i rehabiliteringstankerne, mangler vi, at disse erkendelser finder deres vej ud i samfundet som sådant. En væsentlig årsag er nok især pressens holdninger generelt. Heldigvis kan der opleves en modstrøm styret af, at så forholdsvis mange idolpersoner så at sige springer ud som psykiatribrugere, deres udspring virker antistigmatiserende. Men vejen er ikke gået endnu til det inkluderende samfund, og desværre er den nok både lang og træls.

En eller anden burde en dag sætte sig for, at belyse menneskets behov for "syndebukke", ikke som tidligere ved at se det som en anormalitet, men som en åbenbart psykologisk fornødenhed. Det kunne muligvis give bl.a. brugerbevægelserne ideer om, hvad det er for nogle dyner, vi slår i. Der ses for tiden en uacceptabel stigning i behandlingsdomme. Vi i LAP oplever at langt den overvejende del af disse er udtryk for en overreaktion, kaldet nultolerance. Handlinger og hændelser, der "uden for murene" aldrig ville udløse lignende reaktioner, gør det "inden for murene".

Det er ofte, for brugerbevægelserne, svært at finde ud af, hvad der ligger bag de modsatrettede signaler, som recovery- og rehabiliterings-tankerne på den ene side og nultolerancen på den anden side sender til samfundet og til os, og som medformer rammerne omkring vores livsrum. Livsrum – ja - hvad er det? Det er mange ting og det er vidt forskelligt fra menneske til menneske, fra psykiatribruger til psykiatribruger. Men trods alt så er der nogle fælles parametre, så lad os se lidt på dem.

Vil kan tage udgangspunkt i et par af forhenværende socialminister Henriette Kjærs paradokser. På den ene side skabte hun debatten omkring de fælles værdier, hvor respekt og inklusion var parametre. På den anden side fik hun placeret psykiatribrugerne i grupperingen socialt udsatte, sidste har vel både positive og negative aspekter i sig. Som den nu forhenværende formand for rådet for socialt udsatte så elegant udtrykte det: "Mon en statsminister kan kaldes for socialt udsat?" og vi har da haft nogle stykker som også var psykiatribrugere – ganske vist eksisterede begrebet ikke den gang, men brugere var de.

Spørgsmålet er så, hvor inkluderende placeringen er, altså samfundsinkluderende. Desværre og trods de sikkert gode hensigter, er det svært ikke også at se en form for stigmatiserende eller ekskluderende effekt. Jamen hvad er det så brugerne søger? Hm – en utopi? Det rummelige samfund – det samfund, hvor du kan udnytte dine evner, dine talenter og dine kræfter i samspil med alle de andre medlemmer af samfundet, i en ligeværdig og inkluderende harmoni. Så vi ender op med et brusende orkester af talent, der kan bære alle solo talenterne.

Det oprindelige udgangspunkt for denne refleksion var begrebet Helhedspsykiatri. Men hvad er det så? Ja på en eller anden måde så forholder alt sig til alt, --så. En helhedspsykiatri er en psykiatri der har overflødiggjort sig selv. Det er ikke en psykiatri, der har behov for at gøre mennesker til zombier via en overdreven døvende eller bedøvende medicinering. Det er primært en psykiatri, der tager sit udgangspunkt i det hele menneske. Det vil sige at den som hjælpende tilbud til mennesket skal tage sin udgang i det hele menneske, forlade sin somatiske sokkel. Og respektere menneskets mentale, åndelige side lige så højt som den somatiske og fysiske side. Desværre halter det kraftigt så længe der primært tænkes i medicinerings niveauer, såvel behandlingsmæssigt som forskningsmæssigt. Skal jeg nævne genforskningen med dens jagt på årsagsgener, uden at det rigtigt fornemmes, at de der kære årsagsgener, for det store flertals vedkommende, er sovende og kræver ydre katalysatorer for at vågne. For mig at se vildspor, der indeholder faren for racehygiejne, i sin yderste konsekvens.

Jamen, vil nogle nok sige nu. Hvad med de der begår personfarlig kriminalitet, fordi de er psykisk syge? Til dem vil jeg meget provokerende sige: Så længe dette samfund har råd til at smide mennesker væk. Så længe samfundet erstatter kollektiv omsorg med kollektivt omsorgssvigt og ikke forstår, at en inkluderende kollektiv omsorg for hinanden også er en kollektiv økonomisk opgave, men foretrækker at spare sig ud af forpligtigelsen, så længe fortjener samfundet disse desperate nødråb. Det var Dorthe Seestoft der på en hjerne-konference her i dette lokale for nogle år siden sagde følgende "stakkels lille hjernecelle, vi kan isolere dig, nærmest sætte dig på en piedestal og studere dig fra alle sider. MEN vi aner stadigt ikke hvor den spontane tanke opstår" - heller ikke den destruktive tanke. Så kære psykiatere og forskere allé avec prudence, I ved ikke hvor I træder.

Lad mig forsøge at afrunde denne refleksion. Det er altid svært fordi forundring har det med at skabe ny forundring, men efter 68½ år med posttraumatisk stressyndrom er jeg min nysgerrighed dybt taknemmelig for den livsplatform, den har givet mig. Så selv om forundring er en never ending storry, så vil jeg prøve at bremse lidt op her og nu: Hvad er det så psykiatribrugerne har brug for?

Vi har brug for et samfund, hvor den rette hjælp til re-balancering er til stede i rette tid. Når og hvis ubalancer opstår. (Psykisk sygdom er en psykisk balance der er kommet i ubalance, derfor er det at finde årsagen til denne ubalance ved at afsøge helheden i den enkle persons personlighed, og ikke kun en del af personens personlighed, det der er brug for).

Så faktisk er vores mål at gøre jer arbejdsløse. MEN så længe vi ikke er bare i nærheden af den rummelige inkluderende samfundsmodel, så er vi glade for at I findes, så tak for at I er der alle I Patientrådgivere og Bistandsværger.

AF MARIAN B. GOLDSTEIN

[Et svar til Inger-Liss Christoffersen]

At være
- et traumatiseret - menneske giver risiko for "skizofreni"

Thomas Werge må have haft en sand fest ud af lejligheden, at kunne slå sig så i den grad løs, som han åbenbart gjorde det til foredraget, Inger-Liss Christoffersens artikel "Mødet med epigenetik, arveanlæg og Thomas Werge" i LAPs medlemsblad nr. 1, 2010, s. 16/17, refererer til. Ud fra både det, der refereres til i denne artikel, som ud fra alt, jeg andetsteds har læst af Thomas Werges offentlige udtalelser, at dømme mangler manden netop den egenskab, der udgør den væsentligste forskel mellem en god og en mindre god forsker: ydmyghed - ikke mindst også over for forskningsobjektet. Og her mener jeg både mennesker, der er stemplet som "skizofren", og menneskets natur, naturen som sådan.

Men lad os se lidt nærmere på Thomas Werges angiveligt så banebrydende forskning, der, skal man tro medierne, bringer os så meget tættere på en løsning af "skizofreniens" gåde. - Ja, faktisk postulerede Thomas Werge selv jo over for de danske mainstream medier, at gåden stort set var løst, og at det var "slut med myten om det syge samfund", som jeg husker Thomas Werge citeret i en nyhedsnotits sidste år. Apropos mangel på ydmyghed.

Rejsen

Man skal gå lidt længere, end til de første ti danske resultater af en Google-søgning på hans forskning, for at begynde at spørge sig, hvad al den skråsikkerhed egentligt bygger på: Faktum er, at de kromosomforandringer, der menes at være grundlag for udviklingen af "skizofreni", findes i arvemassen hos mellem 60 og 90% af den samlede befolkning. Dermed kunne man godt være fristet til at sige, at det, at være menneske, er ensbetydende med, at man har en risiko for at udvikle "skizofreni". Og det er vist ikke helt ved siden af. Tankerne går til et interview med Doris Lessing, jeg læste for nylig, og hvori hun konkluderer: "Så, vanviddet er ikke helt så langt væk, som vi gerne vil tro." Doris Lessing har erfaret vanviddet. Efter tre dage i ensomhed, uden søvn og fastende, så hun syner, hørte stemmer, havde "vrangforestillinger", var "psykotisk". Men hun havde selv opsøgt erfaringen, "rejsen, der fortælles om i forskellige kulturer verdenen over", som hun siger. Af nysgerrighed. "Der er altid en rejse. Og jeg havde min rejse."

Den havde jeg også, min rejse, der både var en rejse ind i mit inderste indre og ud i det yderste ydre af universet. Dog, til forskel fra Doris Lessing, uden selv, bevidst, at have opsøgt oplevelsen. Den blev simpelthen en nødvendighed, hvis jeg nogensinde skulle kunne blive til og være. Være andet end offer. For hvis jeg var offer for noget, så bestemt ikke for nogen "alvorlig sygdom" ved navn "skizofreni", men for vor moderne, vestlige civilisations kollektive massepsykose, der bl.a. kendetegnes af den vrangforestilling, at alt kan reduceres til det målbare og objektivt definerbare, at alt kan reduceres, til hvad vi noget misvisende kalder "videnskab". Denne reducering af liv, af naturen, til at være ikke andet, ikke mere, end summen af sine enkelte bestanddele, er i sig selv et overgreb mod livet, mod naturen, og dermed mod mennesket. Den er et trauma i sig selv. – Ja, faktisk. Traumer er andet og meget, meget mere, end åbenlys mishandling og svigt. – Og et forsigtigt skøn kan være, at mellem 60 og 90% af den samlede befolkning, som på en eller anden måde værende offer for den moderne, vestlige civilisation, således er traumatiseret. Hér, ikke i generne som sådan, har vi grundlaget for udviklingen af "skizofreni", den enkeltes rebellion mod overgrebene. En rejse - hen imod helingen fra den fremmedgørelse fra naturen og dermed os selv, overgrebene har forårsaget. En rejse hen imod helheden.

Illusionen om den absolutte sandhed

Ligesom al forskning, så går også Thomas Werges ud fra bestemte præmisser, på forhånd som absolut sandt vedtagne observationer, som f.eks. den, at "skizofreni" skulle være en hjernesygdom, uden at se på, om præmisserne virkeligt har absolut sandhedsværdi. Ingen videnskab uden observationer. Det er således inkorrekt, at kontrastere de to begreber, som det gøres i artiklen, mens observationernes rolle i den videnskabelige forskning relativiserer forskningens sandhedsværdi. Viden, forstået som absolut sandhed, er en illusion.

Kan det således være en absolut sandhed, at genetik er "startpunktet", som vi kan læse i Inger-Liss Christoffersens artikel, at Thomas Werge åbenbart tror? Netop epigenetiken, som artiklen, udover i overskriften, ikke kommer ind på - og hvorfor så nævne denne videnskab overhovedet? - er nået frem til, at vores geners udformning er afhængig af miljøet. Forandringer i arvemassen er altid en reaktion på organismens omgivelser. De er organismens forsøg på at tilpasse sig omgivelserne bedst muligt. Således har nyere forskning (McGill University, 2009) påvist at barndomstraumer forårsager forandringer i arvemassen og i øvrigt også sætter deres spor i hjernens struktur. "Slut med myten om det syge samfund"? Bestemt ikke! Lige så lidt, som videnskaben via Thomas Werges forskning er kommet så meget som ét eneste skridt nærmere en løsning af "skizofreniens" gåde. Og har vi ikke også set det så mange gange før, dette "næsten - sandsynligvis - det ser ud til - vi er lige ved - mere forskning er nødvendigt" - fænomen, uden at det nogensinde har givet entydige, holdbare resultater?

Artiklens faktaboks - nogle rettelser

Adskillige studier har entydigt vist, at diskrimineringen mod ("stigmatiseringen" af) og afstandtagen fra "psykisk syge" mennesker, ikke overraskende, er en del mere udbredt blandt personer, der tror på genetisk betinget, biologisk hjernesygdom, end blandt dem, der mener, psykiske problemer har deres årsag i livshistorien, i traumer. De eneste, for hvem den biologiske forklaringsmodel har betydet en meget velkommen lejlighed til at fraskrive sig ethvert ansvar for egne handlinger og deres handlingers følger for andre, er de pårørende og samfundet som sådan. Så påstanden, at traumamodellen skulle betyde "kolossal skyld og stigmatisering" for som "psykisk syg" stemplede mennesker selv, er ganske enkelt forkert. Det er den biologiske model, der medfører markant mere diskriminering og marginalisering.

Tvillingestudierne, som der siges burde have afgjort debatten om arv eller miljø allerede for længst, er ekstremt mangelbehæftede, og stort set ikke det papir værd, de er skrevet på. Adskillige, for studiernes udfald afgørende faktorer er der ikke taget højde for i studiernes udformning. Studierne blev i sin tid gennemført med det mål for øje, at påvise arveligheden af "psykisk sygdom". Ikke for at finde svar på spørgsmålet, om psykiske problemer overhovedet er arvelige, eller ej (jf. Robert Whitaker, Mad in America: Bad Science, Bad Medicine, and the Enduring Mistreatment of the Mentally Ill).

At "sygdommen" – (og at det, der kaldes for "skizofreni", skulle være en sygdom, er til dags dato ikke videnskabeligt bevist, det er en antagelse, en tro, ikke viden) - skulle forårsage skader i hjernen, er en sandhed med modifikationer. Det er videnskabeligt bevist, at "medicinen", den såkaldte, forårsager svind af hjernematerie, især i frontallapregionen. Den kemiske lobotomi, ja. Derudover må forandringer i hjernestrukturen ifølge den nyeste forskning tilskrives barndomstraumer. Hjernen afspejler på det fysiske plan, hvilke erfaringer et menneske har gjort, og hvilke reaktionsmønstre dette menneske har lært at gøre brug af. Når nervebanerne i hjernen er dannet på en bestemt måde, kan det være svært at ændre sine reaktionsmønstre til nye, der kræver dannelsen af nye nervebaner. Umuligt er det imidlertid aldeles ikke (jf. neuroplasticitet).

"Skizofreni" er alt andet, end en kronisk sygdom. Alt, der kræves, er bevidstgørelse. Den "akutte psykose" er det første skridt mod denne bevidstgørelse. Forhindres man imidlertid, ved hjælp af "medicin", der jo ikke på nogen måde virker specifikt symptomdæmpende, men alene generelt bevidsthedsnedsættende, sløvende, i at tage dette skridt, ja, så kan man nemt ende i kronicitet (jf. langtidsstudierne, der alle viser langt større sandsynlighed for fuld recovery uden brug af "medicin"). Konklusionen er, at "medicinen" ved langtidsbrug bevisligt skader hjernen, mens "sygdommen" skaber bestemte, fra normen afvigende former for nervebanedannelser, som fagfolk, alene på grundlag af deres antagelse, at "skizofreni" skulle være sygdom, betegner som patologiske. At afvigelserne skulle være skader, er altså et subjektivt skøn, ikke et bevist faktum.

"Du fik mig til at gøre det mod dig"

Til sidst vil jeg spørge, hvordan man kan synke så dybt, som til så meget som at overveje, at overgreb skulle være offerets egen skyld, som det gøres i artiklen, respektive af Thomas Werge. For, selv om der udføres en sand retorisk slingrevals her - 'overgreb kunne være offerets skyld - nej, selvfølgelig ikke - og dog, vi kan jo ikke vide' - med det ene mål for øje, at drive med offerklandring uden at kunne blive gjort ansvarlig for selvsamme, står læseren tilbage med indtrykket, at muligheden foreligger. Overgriberens klassiske "undskyldning": "Du fik mig til at gøre det mod dig." Mange vil genkende beskeden, både fra deres opvækst, og efterfølgende fra psykiatrien. Et slag i ansigtet på enhver, der har været udsat for overgreb. Intet, absolut intet, kan undskylde overgreb. Og da til allersidst overgrebsofferets desperate "NEJ!" til overgrebene, til at skulle være offer, altså netop det, der så af overgriberne stemples som "skizofreni". At så meget som antyde andet, er et overgreb i sig selv.

Og, Inger-Liss, for min skyld må du gerne tro, hvad du vil. Men så længe der ikke er noget, der er bevist, synes du så ikke, en smule ydmyghed ville pynte, og at enhver holdning burde respekteres lige så meget, som jeg går ud fra, du ønsker din respekteret? Og er det så ikke lidt overflødigt og malplaceret, at sparke til mennesker, der allerede ligger ned, respektive prøve at latterliggøre dem, du åbenbart opfatter som modstandere? Hvorfor er det for resten så vigtigt, at mennesker, der er stemplet med "skizofreni" er ofre for en alvorlig sygdom? Hvorfor må disse mennesker ikke se sig selv og deres oplevelse med "skizofrenien" i et positivt lys?

AF KIRSTEN DAM

Mere om Thomas Werge

Og om at høre, hvad der rent faktisk bliver sagt!

Det kan undre mig og gøre mig ked af det, når LAP-medlemmer på Landsmødet i Svendborg den 13. – 15. maj, hører ting, der ***ikke*** er sagt, men har sit udspring i fordomme og forestillinger, som forplumrer indtrykket af det sagte og intentionen bag det.

Thomas Werge har jeg selv hørt holde foredrag i Roskilde. Inger-Liss Christoffersen deltog i et oplæg om epigenetik på LAP-sekretariatet og har efterfølgende skrevet en personlig beretning i blad nr. 1. Werge har på ingen måde udtalt eller haft intention om de ting, som nogle medlemmer tillægger ham, at have sagt.

Han opfordrer ingen til at få aborteret fostre med bestemte gener. Mutation af gener skal ***ikke*** opfattes som defekte gener, som et medlem på Landsmødet gav udtryk for. Han mente, at Thomas Werge skulle havde udtrykt dette. Mutation betyder forandring. Der ligger ikke noget om defekt i det udtryk. Forskning er ikke værdiladet – forskning undersøger ting.

Det er efter min mening ret groft, at beskylde Werge for "racehygiejne", som flere LAP-medlemmer gør. Tværtimod går genforskning ud på at gøre vilkårene bedre for mennesker. Eksempelvis kan dna-tests af gener betyde, at patienter ikke bliver overmedicinerede eller forkert medicinsk behandlet. Da det er ret bekosteligt at foretage denne gentest, sker det desværre kun sjældent, med det resultat til følge, at der meget ofte sker kraftig overmedicinering.

Jeg må bede jer LAP-medlemmer: "Vær opmærksomme, når I lytter og læser. Tiltro ikke - på grund af egne fordomme og forestillinger - andre mennesker hensigter, som de slet ikke har."

Det er virkeligheden, der tæller!!

AF BO STEEN JENSEN

Sund skepsis og Sund fornuft

Forfatter: Lasse Skovgaard

Et forsøg på en anmeldelse
Når jeg skriver forsøg på, så har det med at gøre, at de 17 læger i antologien i fine letlæste, om end dybt saglige artikler, kommer langt ind i det kontroversielle landskab, der består i sund sundhed, sund forskning og måske ikke mindst manglen på samme. Sådan at en anmeldelse i ordets egentlige forstand nærmest er umuliggjort.

Man er ikke den samme efter læsningen af bogen, for nogle vil flere af afsnittene være chokoplevelser. For andre aha! oplevelser. Men jeg er ikke i tvivl om, at bogen vil stille spørgsmål i hjernerne på læserne. Tvivlende, undrende, forvirrende, afvisende, uddybende og ikke mindst krævende.

Med bogen i hånden kan læseren endelig med sagkundskab og saglighed stille spørgsmål til de behandlingstilbud, læseren måtte møde i sit liv. Og der ligger bogens store - ikke bange for at sige - epokegørende værdi. 17 korte, nogle steder lidt overfaglige i sproget, artikler, som på trods af dette er hurtigt læst. Bogen har håndbogskvaliteter, og bør efter min mening stå hos alle.

163 sider og 10 sider indeks gør sit til, at bogen er overkommelig - også for mennesker der ikke er fødte bogorme.

"Sund skepsis og sund fornuft"
Forlaget Hovedland
161 sider. Pris: 169,00 kr.
ISBN: 978-87-7070-165-5-2010

FAKTABOKS: De specifikke emner, der diskuteres i bogen, er: Vaccinationer, antibiotika, mælk, P-piller, kunstige sødemidler, mikroovn, amalgam, statiner (kolesterolsænkende midler), gensplejsede fødevarer, kalorier, kosttilskud

PÅ INITIATIV AF SØRN STRAND-JENSEN

Åbent brev

Åbent brev fra LAP's landsmøde til vores statsminister Lars Løkke Rasmussen.

Kære Lars Løkke Rasmussen
Du har påtaget dig det svære ansvar at gøre Danmark til et lykkeligt og meningsfuldt land under de vanskelige vilkår, som vores land oplever.

LAP - Landsforeningen Af nuværende og tidligere Psykiatribrugere - ønsker at bidrage med vores ressourcer til en konstruktiv og værdifuld udvikling for vores land.

Når vi skal klare os, skal vi som danskere have mulighed for at udvikle os sundt såvel fysisk som psykisk.

Vi har i psykiatribrugerbevægelsen udviklet en viden og knowhow, som giver enestående gode resultater. Dette sker i samarbejdet med viden og knowhow fra professionelle fagfolk. Denne viden er kun i det små ved at blive anvendt og implementeret.

Vi oplever tankemæssige vanemønstre, strukturelle og lovgivningsmæssige forhindringer, som gør, at denne nye afgørende viden ikke finder særlig stor anvendelse.

Vi ønsker derfor din medvirken til at kunne implementere denne viden og dermed gavne den danske befolkning, som du ligeledes har et håb om at gøre. Vi stiller os gerne til rådighed for et uddybende møde omkring viden og knowhow.

Med håb om et snarligt møde
Landsforeningen Af nuværende og tidligere Psykiatribrugere samlet til vores årlige Landsmøde, hvor vi bl.a. har udformet og vedtaget dette brev.

PS: Vi takker for, at den tidligere statsminister Anders Fogh Rasmussen svarede os venligt på vores brev i 2006.

AF ERIK OLSEN, JURIDISK KONSULENT FOR LAP

Fokus på retspsykiatrien

På LAPs landsmøde 2010 blev der - i lighed med tidligere - afholdt minikonferencer om centrale emner for psykiatribrugerne. Et af emnerne i år var: Retspsykiatrien bag og uden for murene.

Det er et emne, der længe har haft LAP s bevågenhed. Det gælder både det, at der afsiges så mange behandlingsdomme for relativt små forseelser - primært under indlæggelsen - men også de betingelser, man byder den retspsykiatriske patient i behandlingssystemet.

Der har på det sidste været nogle artikler i LAP-bladet, der belyser, hvordan disse to forhold opleves på det personlige plan. Her kan man f.eks. læse Karl Bach Jensens artikel: Nej til kriminalisering (LAP-bladet 2009 nr. 4) og Ulla Asmussens artikel: Retspsykiatrien når den er værst (LAP-bladet 2010 nr. 1).

Konferencen blev indledt med oplæg fra Ulla og Inger-Liss. Der var derefter en livlig debat om såvel de mere principielle sider af emnet, som bidrag om mere personlige erfaringer. Man fik det indtryk, at lighed og retssikkerhed ikke var størrelser, der i særlig høj grad udmærkede den retspsykiatriske behandling. Tværtimod virkede det, som om praksis var meget afhængig af, på hvilken afdeling man nu lige var uheldig at blive placeret. Tilsvarende var der tilsyneladende forskel på de ressourcestærke patienter der ofte opnåede større friheder og fordel set i forhold til de mere svage patienter. Regler, teorier og så den praktiske virkelighed var ofte størrelser, der virkede temmelig langt fra hinanden. Det, der blev betegnet som konsekvens i behandling, kunne måske nogle gange lige så godt opfattes som straf og indirekte tvang. Opdragelse gennem straf/belønning synes i visse tilfælde at være den bærende filosofi.

Problemet bliver naturligvis ikke mindre af, at hele området er meget komplekst, både administrativt, juridisk og behandlingsmæssigt. Ordningen med bistandsværger er måske heller ikke altid i praksis noget effektivt værn for patienten.

De afledte virkninger af behandlingsdomme - i form af sagsomkostninger og plettet straffeattest - var naturligvis også noget, der blot gjorde yderligere ondt både i økonomien og for de fremtidige jobmuligheder.

Det forhold, at den retspsykiatriske patient ikke fuldt ud er omfattet af psykiatriloven1, og at det er svært at få pressens bevågenhed over for denne patientgruppes problemer, gør, at der her er tale om en gruppe, der har det særligt vanskeligt.

Der var stor enighed om, at det var vigtigt, at man arbejdede målrettet og vedvarende videre for at henlede såvel pressens såvel som Folketingets § 71-udvalg og Ombudsmandens opmærksomhed på problemerne, og der blev i den anledning opfordret til, at man hos LAP forsøger at få dokumenteret så mange cases fra det virkelige liv som muligt. Skudsikker dokumentation er nøglen til forandring - og her har mange mulighed for at bidrage.

Den grundlæggede konklusion fra mødet kan nok bedst sammenfattes i et ønske om, at de retspsykiatriske patienters problemer er noget, som LAP fortsat bør arbejde indgående med.

FAKTABOKS: *Mange dømmes til behandling med mulighed for anbringelse. Det betyder at psykiatriloven ikke behøver at være opfyldt for at overlægen kan beslutte, at man skal frihedsberøves. Selv om man er frihedsberøvet i henhold til en dom til anbringelse eller behandling, gælder psykiatrilovens bestemmelser om tvangsbehandling stadigværk. Det vil sige, at man skal være sindssyg og farlig for sig selv/for andre eller sindssyg og stærkt behandlingskrævende, for at tvangsbehandling kan gennemføres. Hvad tvangsbehandling angår, har man desuden de samme klagemuligheder som alle andre.*

AF TANJA B. JENSEN | SEKRETARIATSCHEF

Værktøjer
til at få det bedre - hvad er den rette hjælp

På trods af at det er tredje dagen på LAP's landsmøde i Svendborg, møder et stort antal veloplagte landsmødedeltagere op til denne ene af i alt 4 minikonferencer.

Temaet for minikonferencen er "Værktøjer til at få det bedre – hvad er den rette hjælp". Vi sidder i et stort mødelokale, lidt under gadeniveau. Når jeg kigger ud ad vinduet ser jeg mennesker gå forbi, enkelte med indkøbsposer, andre med en is, som skal nydes på denne lørdag, hvor solen indimellem bryder frem mellem tunge skyer.

Katrine Woel starter med at byde deltagerne og oplægsholderne Signe Seiersen, Ghita Bergstrøm og Olga Runcimann velkommen. Signe Seiersen går straks i gang med bl.a. at orientere om projekt Recovery som er startet i Ålborg, hvor man som deltager bliver uddannet til at bruge recovery tankegangen og arbejder efter "Den personlige arbejdsbog", som er et selvstudie, der giver dig indsigt i, hvordan du er, både når det går godt og mindre godt. Derudover giver det dig en selvindsigt i, hvordan du passer på dig selv og gør din hverdag mere positiv.

Ghita Bergstrøm fortæller, at hun tidligere har arbejdet på en telefon-rådgivning, og hun føler at hun har fået støtte fra medpatienterne. "Vi ved hvad der virker, vi kan hjælpe hinanden og den erfaring vi sidder inde med, har en stor værdi". Ghita opfordrer til, at man skal være en aktiv aktør med den viden og erfaring, som man selv sidder inde med, og som er rigtig vigtig for selv at få det bedre. Hun siger også, at brugere har et værdifuldt fællesskab, og det er glædeligt, at der nu er akuttilbud, der ønsker medarbejdere med brugererfaring. Hun opfordrer til, at flere bliver gjort opmærksom på de lokale handicapråd, som findes i kommunerne og dialogfora i Regionerne, og som kan være gode fora til at få indflydelse og præge udviklingen.

Der bliver spurgt interesseret ind til de forskellige muligheder for at få indflydelse. En af deltagerne fortæller, at Ballerup kommune er meget lydhør over for medarbejder-/brugerråd, og at man rent faktisk har stor indflydelse. Kommunen vurderes til at være en af de førende kommuner inden for rehabilitering. Vi får et tip om, at Videnscenter For Socialpsykiatri har udgivet et rigtig godt hæfte om indflydelse og brugererfaringer. Konklusionen er, at indflydelse ikke bare er noget man får, men man skal selv forsøge at sætte dagsordenen, være kritisk, være fremme i skoene. Kommer du med nye ideer, kan du skabe indflydelse. Vi skal tro på, at LAP er vigtig og skal tages alvorlig. Flere kunne nikke genkendende til, at selvværdet er en forudsætning for, at kunne stå frem og få indflydelse.

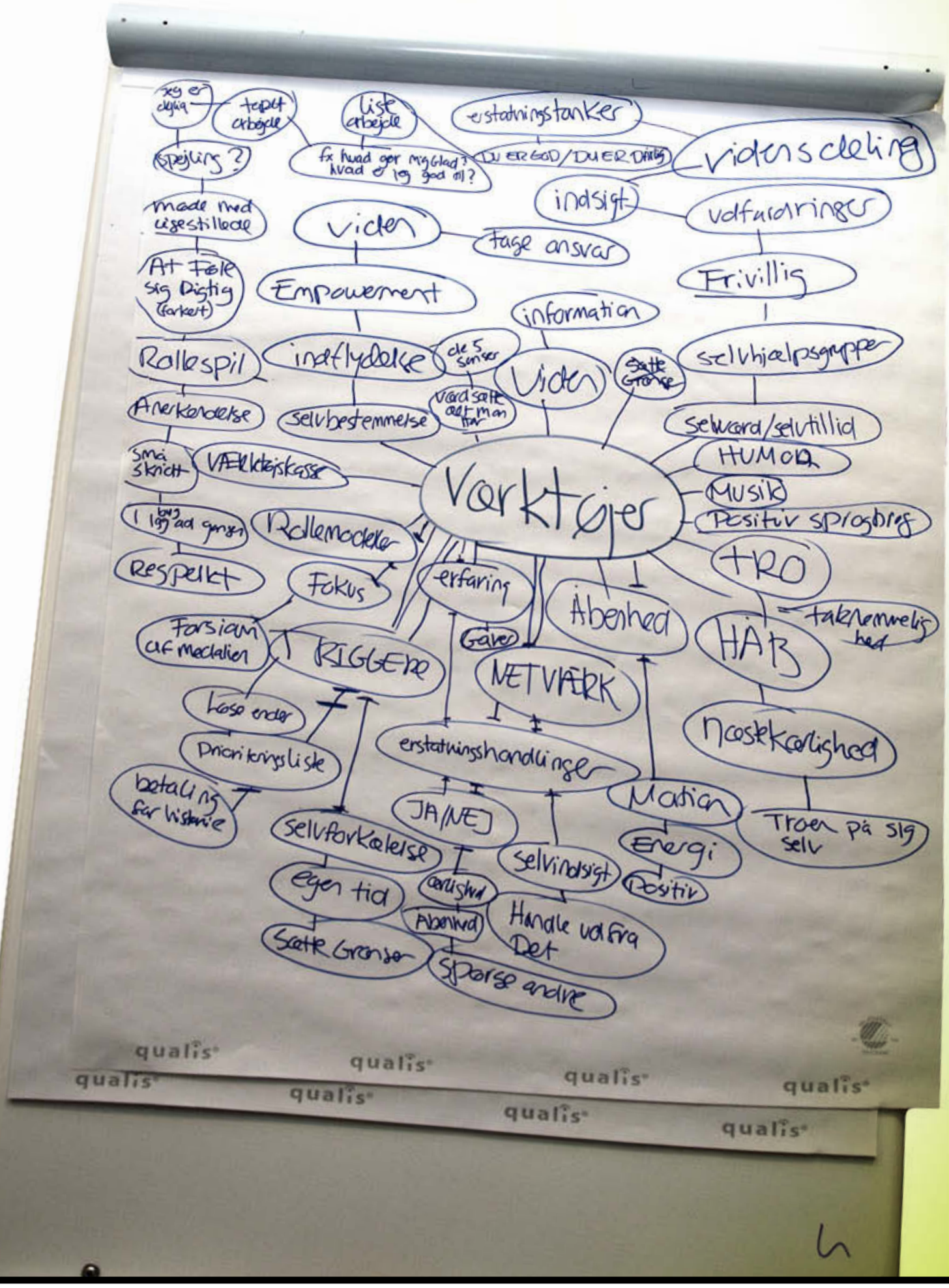
Olga Runcimann fortæller om Vendepunkt kurserne, som afholdes i København, men som skal udbredes til hele landet. På kurserne arbejder man netop med selvværdet, men også ønsker, drømme og ressourcer som vigtige fokuspunkter. Hvordan man får energi, skabt netværk, og hvordan man kommer tilbage til livet og får selvrespekten tilbage. En recovery proces kan også være at give sig selv lov til at have en dårlig dag, være grim og dum, processen er ens egen og forskellig fra person til person.

Der bliver også drøftet muligheder for at starte selvhjælpsgrupper, og flere har erfaringer med, at Frivilligcentrene er meget åbne over for at starte grupper op. "Det er givende at være sammen med andre, uden at skulle forklare sig eller undskylde sig. Da jeg havde brug for det, var der nogle der hjalp mig. Der er altid folk, der har overskud."

En deltager siger at "Rummeligheden er en vigtig del, som vi er gode til at vise hinanden, raske kan også have en dårlig dag, vi har det bare værre". En anden deltager vil gerne anbefale brochuren "Råbet fra altanen" som er udgivet af PsykInfo i Århus.

Efter en velfortjent pause fortsætter deltagerne med at brainstorme over værktøjer til at få det bedre, og der bliver efterspurgt flere ideer til, hvordan man får opbygget selvværdet og ikke bare selvtilliden. Ordstyreren har travlt med at holde styr på de mange hænder, der gerne vil bidrage med de gode erfaringer, mens Katrine Woel skriver det ene gode input efter det andet på det store ark, der er hængt op. Arket bliver hurtigt helt fyldt ud med blå skrift og vidner om den store viden, der er blandt deltagerne.

Minikonferencen stopper efter 2 timers givtig erfaringsudveksling, fordi vi igen skal mødes i den store sal denne lørdag for at fortsætte med landsmødets dagsorden.


Værktøjer
Rollespil
Anerkendelse
Respekt
Rollemodeller
Fokus
Forsiam af medalien
RIGGERE
Løse ender
Prioriteringsliste
betaling for historie
Selvforkælelse
Egen tid
Sætte Grænser
Spørge andre
Handle udfra Det
Selvindsigt
Energi
Positiv
Motion
Nestekærlighed
Troen på sig selv
HÅB
TRO
Musik
HUMOR
Selvværd/selvtillid
selvhjælpsgrupper
Frivillig
vidensdeling
indsigt
udfordringer
erstatningstanker
DU ER GOD/DU ER DÅRLIG
liste arbejde
fx hvad gør mig glad? hvad er jeg god til?
tapet arbejde
spejling?
At Føle sig Rigtig (forkert)
Empowerment
indflydelse
selvbestemmelse
Viden
information
Sætte Grænser
erfaring
Gaver
NETVÆRK
erstatningshandlinger
JA/NEJ
Åbenhed
Åbenhed
Sætte Grænser
qualis

DITTE RYMER JENSEN

Bjarne Thorbjørn Godthaab Hansen er død

Vi har mistet vores dygtige og dejlige formand her i Silkeborg. Bjarne døde d. 5. april 2010, og han blev 57 år.

Bjarnes bisættelse fandt sted i Sygehusets kapel. Vi var mange, der mødte op for at sige farvel til ham. Bjarne var et meget politisk menneske, engageret og til det sidste initiativrig og overbevist kommunist. Og bisættelsen blev en oplevelse, som var helt i Bjarnes ånd, med røde sange og en smuk tale af vores lokale 3F formand Christian Juhl. Jo, sikkert er det, at Bjarne ville ha' glædet sig over den afsked, vi fik taget med ham. Efter bisættelsen blev der holdt gravøl i Kastanjehuset, som i mange år fungerede som Bjarnes "andet hjem".

Alle vi efterladte savner allerede Bjarne, og vi må jo bare arbejde videre i Bjarnes ånd.

PÅ VEGNE AF LAP SILKEBORG
DITTE RYMER JENSEN

AF INGER-LISS CHRISTOFFERSEN

RECEPTION

Til reception i det nye akutcenter, Islevgaard i Rødovre

Vi 3 piger fra LAP-HNV: Rigmor, Ghita og jeg var inviteret til reception den 21. maj af Akuttilbuddet "Islevgaard" i Rødovre, som på deres brevpapir har påtrykt "Førstehjælp i psykiske kriser". Website: www.islevgaard.dk

Herlev og Rødovre kommuner står sammen om et nyt projekt, et lille døgncenter for kriseramte psykisk syge. Stedet er tænkt som et alternativ til kortere hospitalsindlæggelser og er bygget op om meget mere hjemlige rammer, end det behandlingspsykiatrien har at tilbyde. Der er bevilget godt 19 mio. kr. over tre års prøvetid. Ansatte: Leder er Christian Guld, som har 8 ansatte medarbejdere. Der vil senere blive brug for frivillige på stedet, men p.t. er nyheden ikke nået så langt ud, som man fremover håber på. Her er ingen læger, men hvis der er brug for det, ydes der hjælp til både lægekontakt, politi og andre instanser i kommunerne.

Rammen om stedet er en gammel villa i to etager med stor have, hvor huset er blevet grundigt restaureret indvendigt og indrettet med 2 flotte kontorer, mødelokale, køkken samt vaskerum i stueetagen og det sidste nye i møblering og it-udstyr. På anden sal ligger fire værelser, som er indrettet med seng, bord o.l. samt en fællesstue, tekøkken og bad og toilet.

Der var et stort fremmøde til receptionen – mit øje skuede flest kommunale og arbejdsrelaterede gæster, men udover os fra LAP, var der også repræsentanter fra Bedre Psykiatri og SIND. På et lille bord lå allerede nogle gaver, bl.a. to malerier og blomster, da vi satte vores gaver fra LAP-Region Hovedstaden og LAP-HNV.

Der blev holdt en god tale af Rødovres borgmester, Erik Nielsen (S), og Kjeld Hansen (S) - borgmester i Herlev - og jeg fik senere en lille snak om psykiatrien samt om mit første møde med ham på hans kontor for 15 år siden - i andet ærinde. Han huskede mig ikke, men jeg bemærkede, at Kjeld Hansen brændte meget for at hjælpe psykiatribrugerne, og jeg fik også et knus, da jeg fortalte ham om mit arbejde i LAP.

Herlev Bladet var mødt frem med både journalist og pressefotograf, så Ghita blev interviewet og der blev taget billeder af hele herligheden.

Vi i LAP mener, at der er hårdt brug for dette sted, ligesom man må håbe på, at der vil skyde mange flere små akutcentre op rundt i landet. Der er brug for alternative steder for folk med psykiske kriser – dette er et af dem, og vi ønsker igen hjertelig tillykke med projektet. Os fra LAP-HNV vil holde øje med "Islevgaard" via Christian Guld, som vi har fået et godt samarbejde med.

Velkomsttale

Hjertelig velkommen her i Svendborg til LAP´s 12. Landsmøde.

Velkommen også til socialminister Benedikte Kiær, som har sagt ja tak til at komme her i dag.

Det er første gang jeg som Landsledelsesmedlem har fornøjelsen af at byde jer velkommen. Et meget turbulent år har det været - også i LAP – der har været mange arrangementer rundt i landet siden vort fantastiske 10-års jubilæums landsmøde sidste år.

Til jer som ikke kender så meget til, hvad man arbejder med som medlem af landsledelsen, kan jeg kun sige at det virkelig er hårdt arbejde, og ofte en sej kamp om at få så mange gode ting igennem som muligt.

Året uden for LAP har budt på en politisk, økonomisk og kriseagtig tid, hvor de fleste i Danmark har kunnet mærke nedskæringerne. Når krisen kradser i Danmark, mærker vi det især i psykiatrien. Det er stadig et meget nedtonet område, som medier og politikere desværre ikke prioriterer højest. Vi mærker, at der bliver skåret ned – uanset hvilken regering, der måtte sidde på Borgen.

Hvorfor er det mon sådan? Et svar kunne være, at LAP's målgruppe ikke er i stand til at råbe tilstrækkeligt op. Foreninger som vores er yderst vigtige som støtte og hjælp til at kæmpe for psykiatribrugernes vilkår. Vi demonstrerer for vores rettigheder og krav samt forsøger at råbe politikerne op. De svageste kan ikke magte det selv – især derfor er LAP vigtig – vi har i nu over 11 år formået at få mange principsager igennem, at blive hørt politisk, og til en vis grad har vi også markeret os i pressen. Selvom medierne stadig ikke mener, at succeshistorier i psykiatrien har en højstatus, så mærker jeg alligevel at flere og flere igennem de senere år tager LAP alvorligt.

Jeg håber dette landsmøde vil bringe mange nye tiltag, ideer og nye medlemmer til. I får særligt muligheder en gang om året til at komme frem med jeres meninger og ideer. Resten af året er det landsledelsen, som I også vælger i år, der arbejder for jeres sag.

Nemt er det ikke, da vi er højst forskellige personligheder og ikke kan være enige om alt. Men det fælles formål med at gøre LAP overflødig om 20 år - er måske alligevel ikke utopi? Selv har jeg sat en ære i at fremme en mere positiv tilgang for og til LAP – det være sig LAP-Bladet som jeg skriver en del i, samt i Mediegruppen, hvor vi finder ideerne til at promovere foreningen.

Måske tænker I, ja, hvad kan jeg gøre ved det? – Det I kan gøre et at komme ud med de gode, de mindre gode og de konstruktive historier. Vi skal vise omverdenen, at det at have en psykisk diagnose, ikke hindrer os i at have et liv – vi vil accepteres som mennesker og ikke kun komme i mediernes søgelys, når der sker noget dramatisk eller kriminelt! Den gode historie – skal også frem i lyset.

Vi vil også arbejde på, at LAP kommer på Finansloven, at retspsykiatrien ikke har lovløse tilstande bag murene, og at psykiatribrugere får et værdigt og indholdsrigt liv. Det er nogle af mine visioner.

Nu vil jeg byde velkommen til socialminister Benedikte Kiær. TAK FOR ORDET.

Pressemeddelelse

Ministerbesøg på LAP's landsmøde
"Hvis jeg havde 90 mandater bag mig, ville jeg gå i gang med det samme", svarede Socialminister Benedikte Kiær, da en landsmødedeltager spurgte, om hun ville ændre lovgivningen som konsekvens af handicapkonventionen. Socialministeren har besøgt LAP – Landsforeningen af nuværende og tidligere psykiatribrugeres årlige Landsmøde i Svendborg fra den 13. - 15. maj på Hotel Svendborg.

Ministeren startede besøget med at spise frokost sammen med medlemmerne, hvor der blev udvekslet mange idéer og tanker på et uformelt plan. "Hun støttede helhjertet op om vores ønsker om ligeværdig inklusion" siger Bo Steen Jensen om sit møde med hende. Marianne Mogensen fortæller: "Hun virkede meget interesseret i at høre vores oplevelser af psykiatrien, især om en helhedstankegang i behandlingstilbudene til psykiatribrugere".

Mange medlemmer oplever i deres møde med psykiatrien, at de bliver tabt i grænsefladerne mellem stat, region og kommune. Benedikte Kiær lovede i sin tale, at hun ville undersøge om kommunerne havde de rigtige værktøjer til at hjælpe brugerne af socialpsykiatrien. Hver region og hver kommune har deres måde at forholde sig på, og staten (regeringen) bestemmer, hvor lidt penge, der må bruges på psykiatrien. Ligeledes ville Benedikte Kiær sætte ind med en forebyggende indsats over før børn og unge. Behandlingstilbudene var også et af hovedpunkterne i socialministerens tale ved åbningen af landsmødet. Og debatten var livlig, da hun tog imod de diskussionsivrige deltageres spørgsmål.

En minikonference på landsmødet omhandlede psyke, kærlighed og seksualitet. Konklusionen blev, at det er vigtigt, at behandlingen gives med kærlighed, fremmer personligt nærvær og giver os plads til vores seksualitet.

En anden minikonference nåede frem til, at vi vil modtages med anerkendelse, respekt og værdighed. Vi vil inkluderes i samfundet! Vi har som psykiatribrugere brug for oplysning om og udbredelse af støttemuligheder til at blive inddraget i samfundet, fx personlig assistance, sociale mentorer, specialpædagogisk støtte og handicaptillæg til SU. Vi vil have lov til selv at vælge bolig og evt. bostøtte, kunne arbejde på ordinære vilkår og tage kompetencegivende uddannelser. Og som handicapkonventionen omtaler, vil vi også kræve rimelig tilpasning på arbejdspladser og uddannelsessteder.

En minikonference med temaet "værktøjer til at få det bedre" havde fokus på den værktøjskasse, man har brug for i arbejdet med sig selv og sine omgivelser. Især i forhold til empowerment, hvor kernepunkterne er selvværd, selvbestemmelse og værdier i eget liv, som giver energi og overskud i hverdagen. Om nødvendigheden af at få fat i drømme og håb, man gør sig, og at finde ind til det menneske, man gerne vil være, se mennesket bag diagnosen, så identiteten sættes i centrum.

På landsmødet deltog 120 medlemmer af foreningen fra alle hjørner af landet. Retspsykiatrien var også blandt de temaer, der var til debat i de tre dage, mødet varede. Her vækker det bekym-

ring, at medlemmernes rettigheder bliver krænket under deres indlæggelse. LAP ønsker at få en gennemgribende revision af psykiatriloven. Det er urimeligt, at vi stadigvæk diskrimineres på grund af vores psykosociale handicap! Mennesker, der indlægges på en psykiatrisk afdeling, bliver i stigende grad kriminaliseret på grund af personalets nul-tolerance. Psykiatribrugere får dermed urimelige behandlingsdomme - ofte på 5 år. Disse brugere oplever en kvalitetsnedgang i behandlingstilbudene på grænsen til livstruende omsorgssvigt.

En anden problematik, der blev drøftet, var den diskrimination personalet udøver over for beboere og brugere på bosteder og væresteder. På mødet fortalte flere medlemmer, at deres bosteder er blevet til opdragelsesanstalter. Det er således ikke længere tilladt at give udtryk for personlige holdninger til fx socialpsykiatrien. Vi har set flere eksempler på, at ansatte bliver fyret, når de i mødet med brugerne tager hensyn til det individuelle og den hele person, som loven foreskriver.

LAP vil opfordre alle partier på Christiansborg, til at sætte psykiatrien på finansloven. Forestil jer at kræftpatienter skulle søge satspuljemidler for at få en helbredende behandling.

Udgifterne til mennesker med et psykosocialt handicap koster samfundet mellem 55,5 og 60 mia. kr. om året og deraf udgør kun 5,5 mia. egentlige behandlingsudgifter. De resterende udgifter fordeler sig på bl.a. tabt arbejdsfortjeneste, skatteprovenu samt overførselsindkomster. At satse på det forebyggende beredskab vil være en samfundsøkonomisk gevinst af dimensioner.

Socialminister Benedikte Kiær

Tale på LAP's landsmøde

Indledning
Tak for invitationen til jeres landsmøde. Jeg er meget glad for at stå her i dag. Det er altid godt for en socialminister at komme ud og tale med brugerne – både de nuværende og tidligere - og så har I - ud over at sætte taletid af til mig - også sat tid af til en efterfølgende debat. Det er vigtigt for mig, da vi står over for at skulle lave en ny psykiatriaftale til efteråret. Jeg glæder mig derfor meget til at få jeres input.

Indsatsen for mennesker med en sindslidelse er en hjørnesten i regeringens socialpolitik, og det er et område, som jeg personligt har meget fokus på – ikke mindst på grund af min baggrund i sundhedspolitikken.

Det er helt afgørende, at vi sikrer, at sindslidende får den støtte og hjælp, de har behov for. Når man skal finde ud af hvilke behov sindslidende har, er det nærliggende at spørge dem selv. Ligesom vi siger, at kommunerne skal inddrage borgeren i den konkrete sagsbehandling, så gælder det selvfølgelig også for regeringen og landspolitikkerne på Christiansborg, at vi skal inddrage de berørte borgere i politikudviklingen.

Det betyder, at vi skal inddrage sindslidende i udviklingen af de relevante indsatser, de har behov for. Som konservativ socialminister er jeg garant for, at det sker på det sociale område og som repræsentant for regeringen, vil jeg gerne understrege, at det i øvrigt gælder alle områder af relevans for sindslidende.

Det er derfor godt, at sindslidende har et talerør som LAP. Og når de nu har et talerør, så er det godt, at dette talerør ikke er bange for at bide politikerne lidt i haserne. Vi har som politikere godt af at blive udfordrede i udviklingen af vores politik.

Dialog med brugerne er et vigtigt fundament i et velfungerende demokrati.

Derfor mener jeg også, at jeres motto "intet om os, uden os" er meget rammende. For det er jo jer, der selv er – eller har været - berørt af en sindslidelse, som sidder med den afgørende viden og erfaring til at kunne udvikle jeres eget liv. Jeg synes, at det er utrolig flot, at I gennem så mange år har sikret sindslidende en stemme. ▸

Socialpsykiatrien
Den sociale indsats er en vigtig forudsætning for at skabe de nødvendige rammer om "det hele liv", hvor den enkelte har mulighed for at leve et liv på egne betingelser. Det vil sige muligheden for at have en bolig, en familie, et socialt netværk, få et arbejde og en uddannelse og ikke mindst opnå anerkendelse og respekt.

Derfor er det afgørende, at der ydes en individuel indsats for at løse den enkeltes problemer, frem for at ville tilpasse den enkelte til de løsningsmuligheder, der ligger først for. Det er vigtigt at finde den rette balance mellem på den ene side at yde støtte og omsorg og på den anden side at undgå at begrænse sindslidendes selvbestemmelse. Hvis vi fratager sindslidende deres selvbestemmelse, er vi blot med til at gøre mennesker passive. Det, der i virkeligheden er behov for, er en støtte, som skaber rammerne til at kunne tage ansvar for eget liv – at være herre i eget liv.

Så kommer vi til det spændende punkt. Nu sidder nogen af jer sikkert og tænker – det ville jeg i hvert fald gøre – om hende der den nye socialminister ikke kommer med nogen udmeldinger. Og jo – de kommer nu.

Det har jo nok ikke undgået nogens opmærksomhed, at den sociale indsats over for sindslidende er et af mine fokusområder.

Børn og unge
For det første vil jeg styrke den forebyggende indsats for børn og unge med psykiske vanskeligheder. Det er utroligt vigtigt, at vi bliver bedre til at spotte dem på et tidligt tidspunkt, før problemerne vokser dem over hovedet.

Det betyder, at vi skal styrke det opsøgende og kontaktskabende arbejde, dér hvor de unge befinder sig. I folkeskolen, på ungdomsuddannelser, uddannelsesinstitutioner og i fritidstilbud skal medarbejderne blive langt bedre til at få øje på de børn og unge, som har det svært og som er i risiko for at udvikle psykiske vanskeligheder.

Når vi har spottet dem, skal vi blive bedre til at give den nødvendige støtte, så de kan få et godt børne- og ungdomsliv på linje med deres venner og også sikre en efterfølgende støtte til en god start på voksenlivet.

Jeg vil se nærmere på, om kommunerne har de nødvendige værktøjer til at finde denne gruppe på et tidligt tidspunkt, og om kommunerne har de nødvendige screenings- og udredningsmetoder, der kan identificere de sociale problemer, så der kan iværksættes en målrettet indsats.

Tidlig og forebyggende indsats er en helt central forudsætning for at kunne leve op til princippet om mindste indgriben. Det gælder både for børn, unge og voksne. Der skal fokuseres på en tidlig indsats og arbejdes målrettet på at forebygge problemerne, før de opstår.

Sindslidende i centrum
For det andet vil jeg sætte den enkelte sindslidende i centrum. Det er ikke sindslidende, som skal tilpasses systemet. Det er systemet, som skal tilpasses den enkeltes behov. Det betyder, at vi skal tilpasse socialpsykiatrien, så den i højere grad er i stand til at støtte op om den livssituation man er i, med uddannelse, job, familie og netværk. Deri ligger, at udgangspunktet naturligvis må være egen bolig.

Her ved jeg godt, at med ophævelsen af institutionsbegrebet i 1998, så gjorde vi alle institutionslignende botilbud til borgerens eget hjem. Selv om vi fjernede institutionen som betegnelse, så har vi ikke formået at fjerne følelsen af institutionen. Jeg må erkende, at jeg er meget skeptisk over for, om det overhovedet kan lade sig gøre. Der skal nok mere til end en gang maling og en ny tilbygning.

Når det er sagt, så er det vigtigt at vedkende sig arv og gæld. Boligerne efter serviceloven var engang et moderne opgør med statshospitalerne og udtryk for en større integration i samfundet. Det er de så ikke længere. Men de er stadig hjem for mange sindslidende, som har boet der i mange år, og det skal de have lov til at fortsætte med – så længe de selv har lyst.

Udflytning skal - så vidt det er muligt - ske på borgerens egne præmisser. Men vi har eksempler på botilbud som er så utidssvarende, at de simpelt hen bliver nedlagt, så beboerne bliver nødt til at flytte ud. De tidligere beboere har naturligvis krav på genhusning og et nyt tilbud om bolig efter de gældende regler.

Muligheden for at bo i egen bolig er helt central i den sociale indsats. Men det forudsætter, at der er den nødvendige bostøtte, som gør det muligt for den enkelte at skabe rammerne for et ansvar for eget liv. Det sikres ved, at sindslidende får støtte til at udvikle kompetencer til at håndtere de dagligdags udfordringer, som sindslidelsen medfører.

Akutte tilbud
Herudover skal der være adgang til akut hjælp, når sindslidende får det så dårligt, at der er behov for det. Denne opgave har traditionelt været varetaget af behandlingspsykiatrien, typisk via psykiatriske skadestuer.

Erfaringerne har vist, at der er behov for akutte sociale tilbud til sindslidende om støtte, rådgivning og omsorg uden for den normale åbningstid. Derfor har regeringen og satspuljepartierne med satspuljeaftalen for 2008, afsat midler til målrettede forsøg med akutte sociale tilbud til sindslidende.

I projekterne er der tre grundfunktioner:
- Akutte overnatningsmuligheder med tilknyttet rådgivningsfunktion
- Udgående teams
- Telefonrådgivning.

Formålet med initiativet er at sikre, at akutte sociale tilbud bidrager til øget tryghed og livskvalitet for mennesker med en sindslidelse og dermed giver den enkelte bedre muligheder for at fastholde egen bolig. På sigt skulle akutte sociale tilbud gerne sikre en mærkbar nedgang i indlæggelser og genindlæggelser.

Samarbejdet mellem social- og behandlingspsykiatrien
Når vi taler om at sætte sindslidende i centrum, kommer vi ikke uden om samspillet mellem behandlingspsykiatrien og socialpsykiatrien.

Socialpsykiatrien og behandlingspsykiatrien er indbyrdes afhængige forstået på den måde, at den ene har svært ved at eksistere uden den anden. Når sindslidende får det psykisk dårligt, bør der være let og lige adgang til behandlingspsykiatrien, og når sindslidende efterfølgende har fået det bedre, bør der være adgang til den fornødne sociale støtte i det omfang det måtte være nødvendigt. I overgangene mellem de to sektorer bør der ideelt set ske en udveksling af viden og information, som kvalificerer indsatsen. Alligevel er samarbejdet mellem de to sektorer en klassisk udfordring på området.

I dag arbejdes der efter stafetmodellen mellem socialpsykiatrien og behandlingspsykiatrien, hvilket skal sørge for, at patienterne først bliver sluppet af den ene instans, når den anden har taget over. Der er dog sindslidende, som oplever, at de bliver tabt af systemet.

Derfor er der behov for, at der sker et større samspil mellem behandlingspsykiatrien og socialpsykiatrien.

Regeringen har sammen med satspuljepartierne med satspuljeaftalen 2010 afsat knap 820 mio. kr. over fire år til gennemførelse af en række målrettede initiativer til en styrket indsats for sindslidende på både sundhedsområdet og socialområdet. Heraf er der en række initiativer, der skal skabe mere sammenhængende og koordinerede forløb.

Integrerede forløb
Et af projekterne i handlingsplanen skal udvikle mere integrerede forløb mellem behandlingspsykiatrien og socialpsykiatrien. Der skal arbejdes med en fremskudt social indsats i behandlingspsykiatrien, så den sociale indsats allerede startes op under indlæggelsen. Samtidigt skal der udvikles nogle mere mobile behandlingstilbud, hvor selve den psykiatriske behandling i højere grad sker i tilknytning til, og i samarbejde med, den sociale indsats.

Målet er, at borgere med sindslidelser oplever overgange mellem sektorer som glidende og uproblematiske, og at der sker en større sammenhæng i indsatsen. Faktisk at man som borger ikke lægger mærke til, at der overhovedet er en overgang. Det er forventningen, at integrerede forløb på den måde i en række tilfælde vil betyde, at genindlæggelser i højere grad kan undgås.

Den gode udskrivning
Et andet projekt i handlingsplanen er "Den gode udskrivning". Regeringen ønsker i den sammenhæng, at der sættes fokus på det gode udskrivningsforløb. Det er afgørende, at man ved udskrivningen får sikret en koordineret indsats, som kommer hele vejen rundt ▸

Indmeldelses blanket

JA ☐ Jeg er nuværende eller tidligere psykiatribruger og ønsker medlemskab af LAP: 100 kr. årligt

JA ☐ Vi er psykiatribrugere og ønsker kollektivt medlemskab af LAP for vores forening/værested/institution m.v. [kontakt sekretariatet]

JA ☐ Jeg er ikke psykiatribruger, men ønsker abonnement på Medlemsbladet LAP: 175 kr. årligt

JA ☐ Vi ønsker abonnement på Medlemsbladet LAP til vores institution/forening: 300 kr. årligt

JA ☐ Individuelt støttemedlemskab: 300 kr. årligt

JA ☐ Kollektivt støtte medlemskab: 500 kr. årligt

NAVN:

ADRESSE:

POSTNR. OG BY:

KOMMUNE: REGION:

EVT. TLF:

EVT. EMAIL:

INDMELDELSE KAN OGSÅ FOREGÅ PÅ WWW.LAP.DK

om den sindslidendes situation og får sikret kontakten til de relevante myndigheder.

Målet med projektet er at udvikle metoder og samarbejdsmodeller, som kommuner og regioner kan benytte for at sikre at udskrivning af sindslidende fra psykiatrisk behandling forløber hensigtsmæssigt.

Særforanstaltninger
Til sidst vil jeg gerne knytte et par kommentarer til den debat, der har været i medierne om særforanstaltninger.

Udgangspunktet for regeringens politik på det sociale område er, at børn, unge og voksne med nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer får den fornødne støtte, som kompenserer for deres problemer og forbedrer deres situation.

Indsatsen skal ske i overensstemmelse med og i respekt for borgerens selvbestemmelsesret. Det er IKKE regeringens politik at overmedicinere og låse borgerne inde på deres værelser. Jeg betragter det som en socialpolitisk og retssikkerhedspolitisk falliterklæring.

Når vi taler om de særligt dyre særforanstaltninger, så er det vigtigt for mig at understrege, at recoverytilgangen også gælder denne gruppe. Det ER muligt for sindslidende med meget komplekse problemstillinger at få det bedre.

Det ER muligt at iværksætte målrettede sociale indsatser, som gør det muligt at forbedre den enkeltes situation.

Særforanstaltninger må aldrig bare blive opbevaring. Vi ved, at det er muligt at gøre indsatsen overfor borgere med komplekse problemstillinger bedre.

Nogle kommuner har positive erfaringer med at en målrettet social indsats og en fornuftig organisering kan gøre særforanstaltninger billigere, uden at det går ud over indhold og kvalitet.

Der er behov for at nyttiggøre denne viden, så andre kommuner kan gøre brug af den, ligesom der er behov for at se på, om indsatsen kan videreudvikles og kvaliteten forbedres yderligere samtidigt med, at omkostningerne så vidt det er muligt nedbringes.

Jeg har derfor iværksat en undersøgelse af omfanget af særforanstaltninger, kommunernes udfordringer på området samt gode eksempler fra praksis.

Undersøgelsen er færdig i starten af september 2010 og så vil jeg vurdere om der er behov for at iværksætte nogle initiativer. De gode eksempler, som undersøgelsen afdækker, vil jeg sørge for, bliver gjort tilgængelige for alle kommuner.

Afslutning
Så vil jeg slutte af, så jeg kan nå at få en masse inspiration og input med mig hjem.

Jeg vil lige benytte lejligheden til endnu en gang at sige tak fordi jeg fik lov til at komme her i dag og tak for en hyggelig frokost. Jeg håber, I får nogle gode dage med en masse interessante indlæg og bud på, hvordan vi kan løse denne centrale samfundsudfordring. Jeg ser frem til at høre mere om resultaterne.

Tak for ordet.

Store Glasvej 49, 5000 Odense C

POST
Sendes ufrankeret
Modtageren
betaler portoen

Landsforeningen Af nuværende og tidligere Psykiatribrugere
+++ 15714 +++
7993 Sydjylland-Fyn USF B

Hvad synes du om *LAP's Landsmøde?*

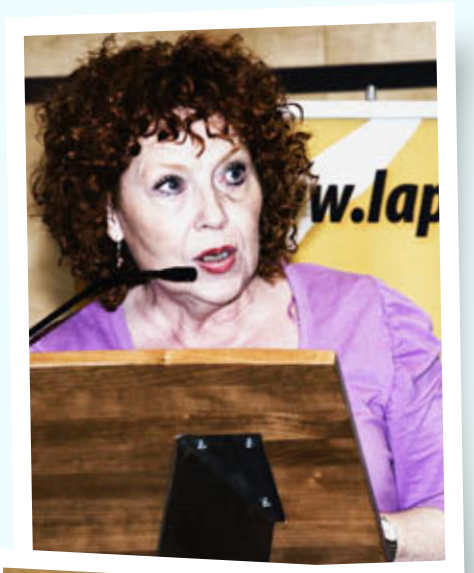
Tom Jul: Det er overordnet godt. Både godt og skidt, men mest godt. Maden og beliggenheden er god. Det er en flink værelseskammerat jeg har fået. Alle andre LAP-medlemmer er også sympatiske og venlige. Men i plenum ved debatterne er der et fåtal af sure folk, der ikke kan moderere deres følelser. De overdriver helt vildt deres negative arrigskab.

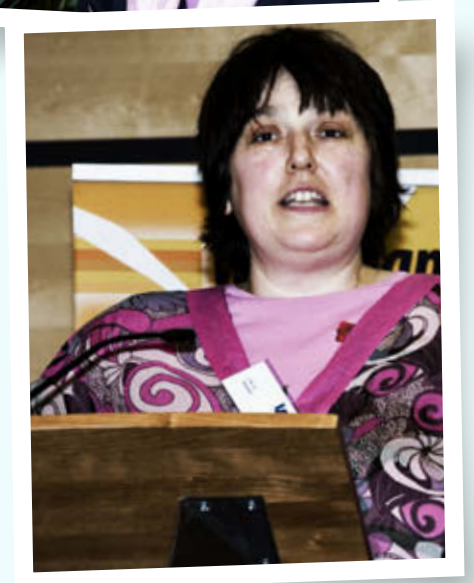
Tommy: Vi skal alle komme til orde, dem der vil. Vi ønsker medgang og ikke modgang. Man skal ikke blive overhørt. Jeg synes, det er forkert, at der skæres ned på værestederne i kommunerne. Når et værested lukkes, ryger nogle mere hash og drikker. Så bliver det dyrere i sidste ende.

Mette W.: Jeg er positivt overrasket over al den empati - og de mange rare mennesker – der er tilstede. Det er paradoksalt at Landsledelsen afholder valg om ambassadører, hvoraf den ene er en kendt politiker, og at det direkte strider mod principprogrammet, da LAP er uafhængig af politiske interesser. Den anden mulige ambassadør er en delvist ukendt forsker, som ikke kan gøre nævneværdig profil. Men det viser, at det trods alt kun er mennesker, der sidder i Landsledelsen, og at de også begår fejl.

Rigmor : Jeg havde det ikke så godt da jeg om. Jeg var egentlig lidt bange for at skulle være sammen med mange mennesker, men så er det gået meget bedre, end jeg troede.De fysiske rammer på Hotel Svendborg er rigtig gode. God mad og super service. Det er bedre end det, jeg er vant til derhjemme. Omkring Landsmødet er dirrigenterne Pernille Jensen og Benny Lihme med til at gøre tunge emner mere spiselige. Jeg har været med i en åben diskussionsgruppe om diagnosesystemet, hvor Olga Runciman delte ud af sin store viden om sammenhængen mellem diagnosesystemet og medicinalindustriens økonomiske interesser.

HANDLINGSPROGRA





I det kommende år vil landsledelse, medlemmer og ansatte især arbejde med at indfri følgende mål og delmål

1. Konkrete initiativer

Vi vil videreføre og igangsætte tiltag og tilbud, der forbedrer nuværende og tidligere psykiatribrugeres muligheder og vilkår bl.a. ved at:

A: arbejde for at medierne i Danmark giver et retvisende billede af nuværende og tidligere psykiatribrugere
B: igangsætte og deltage i arbejdsmarkedsrettede tiltag og projekter
C: arbejde konkret med medlemmernes forsikringsmæssige interesser
D: udvikle lokalt forankrede netværk af bisiddere
E: udbyde udviklings- og kursusforløb, så som Vendepunkter rundt om i landet
F: tilbyde juridisk rådgivning
G: arbejde for oprettelse af et eller flere refugier med krisefunktion
H: gennemføre sociale arrangementer i form af sommerlejr, åbne medlemsmøder mv.

2. Større synlighed og flere og mere aktive medlemmer

Vi vil gøre LAP mere synlig og øge antallet af individuelle og kollektive medlemmer ved at:

A: udbygge og koordinere LAP's mediekontakter
B: være synlig i miljøer og sammenhænge hvor psykiatribrugere færdes
C: knytte et antal ambassadører til LAP
D: gennemføre en landsdækkende Korskampagne om medicinrelaterede dødsfald

3. Påvirke lovgivning

Vi vil søge at påvirke lovgivningen og udmøntningen af denne i retning af LAP's formål og principper ved at:

A: være synlige som aktør overfor politikere, embedsmænd, praktikere og mulige samarbejdsparter bl.a. med henblik på at fremme optimale behandlingsmuligheder og retten til selv at vælge personlige hjælpere mv.
B: højne informationsniveauet og formidlingen internt i organisationen om egne initiativer og resultater på lovgivningsområdet
C: inddrage foreningens ressourcer lokalt og centralt i forhold til lovgivningsarbejde
D: forsøge at rejse og føre enkeltsager af generel og principiel interesse og betydning for foreningens medlemmer
E: fokusere på økonomiske barrierer, der begrænser mulighederne for et aktivt fritidsliv

4. Organisation, samarbejde og sammenhæng

Vi vil skabe størst mulig sammenhæng, dynamik og effektivitet i organisationen ved at:

A: gøre medlemsbladet til et stærkere bindeled i hele organisationen
B: skabe større samhørighed mellem landsorganisation, grundforeninger, individuelle og kollektive medlemmer
C: øge den lokale organiseringsgrad ved at fremme dannelsen af grundforeninger og netværksgrupper
D: tilbyde kurser og udvikle inspirationsmateriale til grundforeninger og netværksgrupper
E: sikre en organisationskultur præget af gensidig anerkendelse, forståelse og solidaritet

M for LAP 2010-2011

AF JAN STIG ANDERSEN (PÅ VEGNE AF LANDSKAMPAGNEGRUPPEN)

LAP's landskampagne i 2010

LAP's landskampagne, som har arbejdstitlen "Psykiatrisk medicin dræber", afvikles i dagene fra lørdag d. 25/9 til søndag d. 10/10 2010.

Siden foråret 2009 har en ad hoc-arbejdsgruppe i LAP arbejdet med at arrangere og planlægge en aktion eller kampagne, der skal sætte fokus på de alt for tidlige dødsfald, der forekommer blandt personer, der er i psykiatrisk behandling – dødsfald, der med stor sandsynlighed skyldes den psykiatriske medicin (psykofarmaka), der udskrives til disse personer. I starten var idéen at lave en aktion i stil med den aktion, som LAP Roskilde lavede på Verdens Mentale Sundhedsdag (af og til også kaldet Sindets Dag) den 10.10. i 2008. LAP Roskilde opsatte hvide kors ved indfaldsvejene til Roskilde og ved Sct. Hans Hospital i Roskilde, samt skaffede sig omtale i alle de lokale trykte medier i Roskilde.

Først var det tanken, at den nye aktion, som vi den gang kaldte "hvide kors-aktionen", skulle afholdes på en og samme dag – nemlig Verdens Mentale Sundhedsdag den 10. oktober i 2009 – i mindst 10 byer rundt i hele Danmark. Gruppen havde dog ikke holdt ret mange møder, før vi indså, at dette var et alt for stort projekt at arrangere og afvikle. Derefter gik vi over til at planlægge en kampagne, som over en periode på ca. 2 uger skulle nå rundt til mindst ti byer, og som skulle afvikles inden LAP's landsmøde i 2010.

Indtil slutningen af februar 2010 var det således gruppens plan, at kampagnen, som i mellemtiden havde fået arbejdstitlen "Psykiatrisk medicin dræber", skulle afvikles i perioden fra den 10. til den 25. april 2010. (Vi mangler stadigt at finde en rigtig god titel til kampagnen.) Ved gruppens møde i slutningen af februar måtte vi imidlertid konkludere, at arbejdet med planlægningen ikke var tilstrækkeligt langt fremme, til at vi kunne lave en kampagne i den ønskede kvalitet, og vi valgte derfor at udskyde kampagnen endnu en gang. Siden da har vi bestemt os til, at vi vil lave kampagnen sådan, at den slutter på Verdens Mentale Sundhedsdag den 10.10. i 2010. Slutningen skal foregå i København og omfatte et større arrangement, som dog endnu ikke er planlagt i detaljer. Foruden i København skal der også være mere omfattende arrangementer i Århus, Odense og Aalborg (dvs. i landets fire største byer) end i de øvrige byer, som kampagnen kommer til, og derfor er der afsat en dag til forberedelser og en dag til selve aktionen i disse fire byer, mens der kun er afsat en dag til hver af de øvrige byer.

I skrivende stund (maj 2010) ser planen således ud, som vist i boksene til højre (ret til ændringer forbeholdes).

De ændringer, der måtte forekomme, vil dog forhåbentligt kun være af mindre art, som f.eks. at to byer besøges i omvendt rækkefølge af det angivne. Desuden kan det ske, at vi vælger at være mere aktive på de to søndage, der er anført som hviledage. I næste nummer af medlemsbladet vil der komme en mere udførlig omtale med detaljer om tid og sted for kampagnen i de enkelte byer. Desværre kan det ikke garanteres, at næste nummer af bladet udkommer, inden kampagnen starter (men det skulle dog komme, inden kampagnen slutter), så vi må opfordre alle, der er interesserede i kampagnen, til at holde sig orienteret via LAP's hjemmeside (www.lap.dk) og via de lokale medier, som forhåbentligt vil omtale de lokale aktiviteter senest dagen før.

Hvis du er interesseret i at deltage i arbejdet med kampagnen rundt om i landet og/eller i dit eget område, så kontakt kampagnegruppen via LAP's sekretariat i Odense.

KORSKAMPAGNE 2010

Fredag den 24.9. 2010:
Forberedelser i Aalborg.
Lørdag den 25.9.: Aalborg.
Søndag den 26.9.: (Hviledag.)
Mandag den 27.9.: Viborg.
Tirsdag den 28.9.: Herning.
Onsdag den 29.9.: Forberedelser i Århus.
Torsdag den 30.9.: Århus.
Fredag den 01.10.: Vejle.
Lørdag den 2.10.: (København +) Esbjerg.

Nogle af os vil være til stede på psykiatritopmødet i København og gøre reklame for kampagnen – især afslutningen i København d. 10.10. resten af os vil lave aktion i Esbjerg

Søndag den 3.10.: (Hviledag.)
Mandag den 4.10.: Aabenraa.
Tirsdag den 5.10.: Forberedelser i Odense.
Onsdag den 6.10.: Odense.
Torsdag den 7.10.: Nykøbing S.
Fredag den 8.10.: Vordingborg.
Lørdag den 9.10.: Forberedelser i København.
Søndag den 10.10.: København.

AF SØREN ROMME JENSEN OG LENE MAJ-BRITT LARSEN | REDIGERET AF INGER-LISS CHRISTOFFERSEN

At leve livet med manio-depressivitet *- i bagagen*

At vende tilbage - at vende stærkt tilbage

Fra kærlig familiefar til efterlyst og "ekstremt farlig forbryder " - bæltefikseret i en måned og indlagt på lukkede afdelinger...

Til dejlig kæreste der ind imellem har "pip i låget", et menneske med mod, mål og ikke mindst lyst - lyst til livet...

Det med at gøre sin allernærmeste familie fortræd, at skræmme dem dybt, at lade hele familiens og sit eget fundament af tryghed, vaner på godt og ondt slutte samlivet i sin familie med et grimt punktum, ændre sin selvopfattelse og sin identitet på et eneste øjeblik af vanvid. Dette blev Sørens historie, hans families historie - og til dels også min historie.

Søren var min barndoms legekammerat, ungdoms kærlighed og min ven. Vi oplevede mange udfordringer sammen - menneskeligt og følelsesmæssigt. Søren var maniodepressiv, det vidste ingen på det tidspunkt – heller ikke Søren selv. Vi vidste at "Søren var Søren" på godt og ondt. Det ene øjeblik dyb, rolig, kærlig, nærværende, med mål og tro på livet. Næste øjeblik, følelsesmæssig utilnærmelig, vild, med selvtilliden helt i top - og mere til. Ikke bange for nogen eller noget, fyldt med energi og med på den værste. Ikke de store tanker om konsekvenser af egne handlinger - livet var her og nu! For derefter at svinge og falde "ned i mørket" med dårligt humør, irritabilitet, ked af det, og med tanker om døden. Selvværdet var helt i bund, følelsen af ikke at du til noget, ikke kunne finde mening med noget som helst. Med alle mulige tanker kørende i konstant turbofart i sit hoved. Her var man enten helt nær som kæreste, familie og ven eller totalt skubbet væk - enten den der kunne trøste, opmuntre og være omsorgsgivende eller fuldstændig afvist både fysisk og psykisk.

I dag er Søren og jeg henholdsvis 46 og 47 år. Efter rigtig mange år med hvert sit familieliv og hver vores børn er vi igen kærester. Søren har for få år siden fået diagnosen bipolar affektiv lidelse. Igennem hele sit voksenliv har han været en dygtig og flittig håndværker, hvor en ugentlig arbejdstid på 60 - 70 timer, mere var reglen end undtagelsen. Han har tidligere været gift i over 20 år, har to skønne teenagere og levet et godt og "almindeligt" familieliv med eget hus. Søren har et stort socialt netværk og altid været vennernes ven. Samtidig med dette har han "kæmpet med sine indre dæmoner" men delvist bevaret facaden udad til.

For ca. fire år fik han en såkaldt stressrelateret depression. Han blev indlagt på psykiatrisk afdeling flere gange og fik mere og mere medicin, som han formentlig ikke kunne tåle. Blev efter eget ønske skilt, da han ikke magtede familielivet længere. Han følte sig så langt nede, at han intet længere havde at give af og var ude at tage "favntag med døden". Han følte sig overbevist om, at både hans børn og kone var langt bedre tjent uden ham, samt at han selv "bare sku' være i fred", langt, langt fra krav og forventninger. Samtidig gjorde sygdommen, livssituationen og muligvis også medicinen, at han ændrede sind. Hans daværende kone følte sig indimellem utryg ved ham.

Trods megen sorg fra alle sider blev det en skilsmisse i "al fordragelighed", hvor der var gensidig støtte og hjælp.

Søren fik det dårligere og dårligere psykisk med psykotiske og meget ubehagelige visuelle og auditive oplevelser. I sin "syge tilstand" truer han desværre sin ekskone med en kniv. Efter episoden anmelder han sig selv og efter 2½ time får han besøg af politiet og bliver næste dag indlagt på den lukkede afdeling. Han kan ikke holde ud at være der, udtænker konstant planer om at komme ud derfra, hvilket også lykkes for ham. Denne flugt bliver betragtet som et forsøg på at komme i forbindelse med sin familie, hvilket det ikke var! Pludselig er Søren en farlig forbryder, efterlyst med stor mediedækning, og han bliver på meget dramatisk måde anholdt og igen indlagt på lukket afdeling. Her ligger han bæltefikseret i en måned, indtil der er plads på en mere sikret afdeling. Her opholder Søren sig i omkring ni måneder, hvorefter han får en behandlingsdom på ubestemt tid.

Det at havne i et helvede bæltefikseret på lukket psykiatrisk afdeling vil jeg, som selv arbejder i psykiatrien, postulere kunne have været undgået. Hvis man havde kendt Søren, hans sprog, ordvalg og kultur som håndværker med et arbejdsliv på byggepladser, var det formentlig aldrig nået dertil. Han kunne have været skånet for meget som patient og menneske. Rent samfundsmæssigt kunne ►

der også have været sparet masser af ressourcer her. At true sin kone eller andre er på ingen måde i orden, hverken som syg eller rask; dette vil vi hverken negligere eller forsvare.

Jeg er Sørens kæreste og mor til to dejlige unge mennesker, har levet mit voksenliv på landet med bl.a. heste som den store interesse. Jeg er uddannet socialpædagog, har en Pd. fra Odense Pædagogiske Universitet og er ironisk nok selv ansat i det psykiatriske univers med mange års erfaring inden for psykiatrien. Min viden om den maniodepressive lidelse er ikke kommet os meget til gode i denne sammenhæng. Jeg mente at vide, hvad der var værd at vide omkring bipolar lidelse, men det var så godt som ubrugeligt i denne sammenhæng. Denne manglende viden, kunne nemt have kostet vores forhold. Det der i første omgang gav mening for os begge i forhold til hverdagen med at leve med "maniodepressiv - nissen" som en skyggeven, det var Henrik Dahl og Camilla Emborgs bog, "Idiot." Ugebladet Femina bragte en artikel om deres liv og bogen, som virkelig gav os mening. At leve med "Dr. Jekyll og Mr. Hyde" - den sad lige i mavekuglen. Søren var målløs efter at have læst de få sider, Femina bragte: "Det er jo mig, de skriver om!", var hans første kommentar. Søren er også en idiot, faktisk en kæmpe idiot nogle gange - det ved han alt om selv. Humør svingningerne er svære at rumme, men en del af den skyggeven, som følger med, kan i de værste perioder blive til en skyggetilværelse for Søren.

Jeg er ikke Sørens behandler, men hans kæreste og ven på godt og ondt, som i andre parforhold. Men selvfølgelig er vores forhold ikke altid som gennemsnittets. Det vil altid slide, når den ene part fejler noget, der griber grundlæggende ind i hverdagen, som med denne lidelse. Her er det åbenhed, fælles kærlighed, rummelighed og sygdomsforståelse der er altafgørende. Søren har de sidste ti måneder valgt at leve uden medicin, da rette præparat og dosis pt. ikke er fundet. Det er gået fantastisk godt. Vi er begge blevet betydeligt klogere på både sygdommen og hinanden gennem tiden sammen. Derfor fanger vi også stemninger og signaler hurtigere og handler på dem. Dette kan være stress symptomer, nedtrykthed eller hypomani. Det kan betyde, at Søren skal foretage sig noget, der kræver fysisk energi, eller modsat at "rulle gardinerne ned".

Som par er det af stor betydning at være åbne overfor hinanden og på de gode dage, gøre rigtig hyggelige ting for parforholdet. Er der mulighed, så skal der hygges og snakkes, andre dage kan være stille dage sammen eller hver for sig. Har Søren det skidt, er det mig, der skal være ovenpå følelsesmæssigt og være givende. Når han er ovenpå, giver han så meget igen. Det kan være kærlige ord, en god middag eller sjove indslag. Måske ville medicin give mere ro på - og dermed måske mere balance og tryghed - men omvendt klarer vi rigtig mange af hverdagens udfordringer på den måde. Der kommer skår og ridser i lakken, men med kærlighed, åbenhed og ærlighed kommer man langt. At leve med sin maniodepressive lidelse, vil mere eller mindre være medårsag til, at livet og hverdagen kan blive anderledes end for andre mennesker. Der kan være rigtig svære perioder med depressive fald, til maniske højder, hvor jordforbindelsen forsvinder helt eller delvist. For Søren er der flest dage, timer og minutter, hvor det hele kan svinge fra relativ nedtur og ingen evner til at rumme andre mennesker. For derefter at svinge til vrede eller hidsighed og så igen at opleve, at pendulet svinger til nærvær, dybe samtaler, indlevelse og til at være et omsorgsgivende menneske.

Meningen med denne artikel er: Dels at fortælle, at lige meget hvordan livet ser ud, hvor mørkt og pinefuldt det end måtte være, både for den sygdomsramte og den pårørende, så fat mod. Man kan leve et meget rigt, spændende og godt liv til trods for psykiske sygdomme. For Sørens vedkommende er det et år siden, han var virkelig langt nede, og selv bad om at blive indlagt. Han prøvede medicinændringer, elektrochok mm.

De sidste år har som nævnt været turbulente, men som Søren selv siger "kunne jeg ændre på at have gjort min familie fortræd, ville jeg det, men de andre oplevelser ville jeg ikke ændre på. De har lært mig en masse, og været med til at gøre mig til det menneske, jeg er i dag". Som pårørende kan jeg se, hvordan han trives og klarer udfordringerne med både humor og livskvalitet, og i den grad er kommet videre med sit liv. Håbet må man aldrig miste.

Pointen er at politikere, personale inden for psykiatrien og andre med kontakt til psykisk sårbare, samt deres pårørende, skal huske, at lige meget hvad der er sket, så er det et menneske, der gemmer sig inde bag facaden. Alle fortjener at blive behandlet med respekt, og ved at gøre det hjælper man et menneske videre med sit liv.

Som kæreste til Søren og den, der er tættest på, både i de gode og mindre gode stunder, ser jeg et menneske, der nok er præget af sit " Dr. Jekyll og Mr. Hyde - sind", men jeg ser også et menneske, der trods sit følsomme sind er meget stærk - ellers var han ikke nået til, hvor han er i dag. Faktisk vil jeg postulere, at mange psykisk sårbare mennesker med diverse diagnoser er meget stærke personligheder bag deres lidelse, meget mere end I/de selv er klar over.

"med dit mod - med din vilje
med dit hjerte - med din forstand
med et menneske der vil dig"
- bygger du bro til verden og livet -

Landsledelse 2010/2011

Bagerste række fra venstre:
Tom Jul Pedersen
Steen Moestrup
Hanne Wiingaard
Lise Jul Pedersen
Katrine Woel
Troels Borelli
Inger-Liss Christoffersen
Paul Bjergager Nielsen
Bo Steen Jensen

Forreste række fra venstre:
Christian Martin
Marianne Mogensen
Olga Runciman
Ulla Asmussen

Husk Brugernes Bazar d. 28. august 2010 i Kongens Have i Odense fra kl. 10.30 til 18.00.

Dagen byder på et væld af brugertilbud, muntre indslag med bl.a. Anne-Marie Helger, De Splittergale og postkortværksted, hvor du kan male dit eget postkort og bytte det til et, du synes er sjovere, flottere etc.

Rådet for Socialt Udsatte præsenterer sin årsrapport, og du får mulighed for at debattere den og meget andet med andre brugere, politikere, praktikere og hvem der ellers finder forbi den årlige bazar.

Temaet er fattigdom i bred forstand, altså såvel social, som økonomisk fattigdom. Lad dig inspirere af andres viden og del selv ud af din viden. Fortæl politikerne, hvor skoen trykker, og hvordan du tackler dine problemer.

Dagen hvor du kan komme til orde, og hvor du kan blive hygget om eller hygge om andre.

Tilskud til transporten gives.

Mange venlige hilsener
Rådet for Socialt Udsatte i samspil med brugerforeningerne SVID, SAND, LAP og Brugerforeningen for Aktive Stofbrugere.

Yderligere oplysning kan fås ved henvendelse til Rådets sekretariat tlf. 33 92 47 04 post@udsatte.dk eller kontaktperson Alice Rasmussen (alra@ucl.dk) tlf. 63 11 32 00.

Kære alle!

BrugernesBazar 2010

RÅDET for SOCIALT UDSATTE · SAND · SVID · LAP · BrugerForeningen

Dagbog 1994

ÅBENHED
Åh! Nu har jeg igen åbnet for meget. Snakket – snakket og snakket. Pla-Pla-Pla.

Men jeg har det ikke så godt når selvmedlidenheden overtager mig, og jeg bare plaprer løs. Jeg føler mig bare så dum bagefter: "nu gjorde jeg det igen, og jeg der ellers ville prøve at lade være!"

Åh !
Jeg vil så gerne forklare mig, fortælle om min angst, redegøre for min usikkerhed, få en bekræftelse på at det er i orden, at jeg er god nok for det. Men i stedet synes jeg bare, at jeg får ævlet en masse usammenhængende vrøvl af, som folk bliver dødtrætte af at høre på, at folk i deres inderste synes at jeg er et skvat, et nul, en taber og en tumpe. I bund og grund en meget trættende person at være sammen med og at høre på.

Jeg prøver jo netop på ikke at fremhæve mine svage punkter, på ikke at sætte spotlight på skyggesiderne.

Det indebærer bare, at jeg ikke kan være sammen med folk ret længe eller føre en samtale ret længe ad gangen, for det er ikke ret længe, jeg kan holde den skyggeside væk, angsten og usikkerheden inden i mig.

"Hvordan går det?"
Oh shit! Det værste spørgsmål jeg ved!
"Spørg mig ikke i dag, kom igen i morgen!"

KRAV
Jeg kan ikke hvile i mig selv. Jeg føler krav. Krav fra omverdenen og mine medmennesker, men nok mest krav fra mig selv...
Når sløret, pubben, låget eller hvad man nu vælger at kalde det, bliver fjernet, når jeg kigger ud, så kommer presset med det samme og jeg er ikke god nok.

Diskussioner frem og tilbage efterlader en del fortolkninger, plus ens egne.
"Jeg har været indlagt næsten et år uden krav, har bare fået lov at være, har ikke magtet andet end bare at være – nu kommer de første "spæde" skridt ud i verden, og det er da klart, at det er overvældene, hårdt og angstfremkaldende.

Man kan sammenligne det med et spædbarn, der har tilbragt 9 mdr. som foster og nu pludselig skal forholde sig til en hel stor verden – forskellen er bare, at dette spædbarn giver sig selv lov til ikke at kunne klare stort andet end bare at spise og sove, og så stille og roligt lære at forholde sig til denne verden – et skridt ad gangen"

"Det tager tid!" Ja! Men hvor lang tid ?
Og jeg må igen pakke Overjegets mange umulige (på nuværende tidspunkt) krav væk.

Et skridt frem og to tilbage.

Fra Led Zeppelin:
"Bring it back! Bring it back! Oh now! Oh now!
Bring it – bring it – bring it – bring it back...
Bring it – bring it back – bring it – bring it – bring it...

And she is buying a stairway to heaven – sometimes words have two meanings – it makes me wonder

Rings of smoke through the trees. And the forests will echo with laughter..

Smerte – følelser – flyder – flyver rundt.
Smerter – tomrum – universet – vægtløshed.

Ud af min krop – væk fra mit hylster – væk.
Ud af min krop – væk fra verden – væk.

Flyde – flyve – svæve – væk.
Et lille fnug – min sjæl – flyve – svæve væk.

Smerte – pine – min krop – væk.
Hade – smerte – smerte – følelser.

Biler – hus – mennesker – kopper – træer – knappenåle – øjenbryn – dukkert – bog – mad – fugle – tæer – strand – altankasse – fjernsyn – venner – tobak – arbejde – vej – mønster – øjne – bånd – både – ferie – jul – moster – rør – finger – tråd – stol – tårer – konfirmation – pendul – besøg – tal – musik – sten – affald – måbe – vase – nu – mor – her – hvem – tone – ose – clips – skyer – smerter – plante – hvor – bus – tanke – død – ask – sløjfe – rød – kurv – øl – hår – av – måger – pibe – havet – saks – maske – hvorfor – nej – toilet – kaffe – følelser – blå – and – termometer – væk – væk – væk – væk

Ud af min krop – væk – lilla – lys – svæve – væk.
Hvorfor.

THE ROSEWOMAN – LILLIAN RANK 2010/1994

AF HANNE WIINGAARD

Kære alle landsmødedeltagere

Endnu en gang tusind tak for opmærksomheden i forbindelse med mit 10 års jubilæum i landsledelsen.

At I tænkte på mig varmer rigtig meget, og er noget som giver fornyede kræfter til at kæmpe for vores forening.

Jeg sidder hver dag og ser på den flotte skål og tænker på jer.

MANGE KÆRLIGE HILSNER
HANNE

AF INGER-LISS CHRISTOFFERSEN

Fru Christoffs *Univers*

Hvad laver vi i LAP´s Bladgruppe, Mediegruppe og i Landsledelsen?
Der er sikkert mange, der ikke aner, hvad der foregår af frivilligt arbejde i LAP´s kulisser på Store Glasvej i Odense (og rundt om i vores hjemlige sfære). Så nu vil jeg tage bladet fra munden og fortælle lidt om det, jeg oplever, og hvad vi arbejder med.

Redaktionsgruppen – populært kaldet bladgruppen – er nok mit hjertebarn, for her kommer jeg med artikler, features og interviews som mit bidrag til LAP´s læsere. Som jeg nævnte sidst prøver jeg at komme med positive, informative og lidt anderledes historier, end det vi har mest af i bladet. Der må være mange, der også har lyst til at læse den gode historie – vi har jo i mange år haft et hit med bagsiden "Krogs Krog", som jeg ved er det første, folk læser. Jeg ønsker at være personlig i min klumme og bruge min stemme. Igen vil jeg pointere, at det her er et medlemsblad, hvor alle skal have en mulighed for at komme til orde – derfor eftersøger jeg tilbagemeldinger fra jer, kære læsere, om hvad I mener om det nye tiltag! Vi får i stakkevis af digte om både surt og sødt, som vi bringer en del af, men det kunne også være godt, at få jeres personlige input – det skal ikke være en egentlig brevkasse – men hvis I har noget på hjerte, vil jeg meget gerne skrive om det.

Mediegruppen er en arbejdsgruppe, jeg var med til at oprette på Landsmødet tilbage i 2007, og den er blevet en erstatning for PR-gruppen, som ikke rigtigt fik noget på bordet. Men det gør vi her – dem der var til Landsmødet i år vil vide at ambassadørposter, LAP-pris, lightere og medlemskortet, som I får medsendt sammen med blad nr. 4, er nogle af de 22 forskellige forslag vi har gennemført og resten er i støbeskeen. Gruppen er sammentømret af os, der har nogle ideer og handler op på dem – den er stabil og egentlig en lukket gruppe, da det er mest hensigtsmæssigt at bruge en fast stab til dette arbejde. Det samme gælder for bladgruppen. Men der er 10-12 andre arbejdsgrupper, som medlemmerne kan være med i. Enhver kan ved det årlige landsmøde foreslå en arbejdsgruppe man mener, der er behov for.

Landsledelsens forberedelser op til Landmødet 2010
Det er et kæmpestort arbejde at få et landsmøde, som det 120 af jer lige har deltaget i på Hotel Svendborg, op at stå.

Vi er tolv personer i LL samt to suppleanter, der har fordelt dette arrangements forberedelser mellem os – nogle har en del mere om ørerne, f.eks. FU og vi der beskæftiger os med medierne. For uden pressebevågenhed er det ikke et optimalt landsmøde – vi skal ud og fortælle omgivelserne, hvad LAP kan og står for – og det er derfor også en stor glæde, at vi i år fik socialminister Benedikte Kiær til at komme. Vi mener, hun har en god indfaldsvinkel til psykiatrien, og det fremgik også af hendes tale, som er bragt andet steds i bladet. At politikerne uden skelen til partifarve støtter op om LAP er et must – det er Christiansborg, som laver lovene, deler penge ud, og det er der, vi kan få ændret ting, vi mener, ikke er optimale inden for psykiatrien. Men det er en sej omgang at blive hørt, og derfor prioriterer vi dette arbejde højt, hvor vi også har visse "lobbyister og meddelere" som i LAP tager sig af dette vigtige job.

Landsledelsens medlemmer er ikke altid enige om, hvorledes tingene skal gøres, så derfor bruges der megen tid på vores månedlige LL-møde på sekretariatet. Ofte må vi have konsulent Karl Bach Jensen med som supporter, da visse sager kræver stor baggrundsviden og skal følges til døre af vort personale. Mange uoverensstemmelser opstår også af økonomiske årsager – vi har desværre ikke en stor pose penge – og hvert 4. år skal der søges om satspuljer for at vi kan fortsætte med foreningen LAP. Det havde været lettere, hvis vi stod på Finansloven, som f.eks. de somatiske sygdomme gør det – ofte må vi forsøge med støtter fra anden side, men mulighederne for at få ret meget ind her er ringe. Derfor skal der hele tiden justeres på budgettet, og at vi, der arbejder frivilligt i LAP, yder et stort arbejde, ser jeg som at staten sparer rigtig mange penge, som den ellers skulle betale, hvis det var et offentligt foretagende. Dette er oplysninger, jeg synes i skulle delagtiggøres i, for at få et bedre indblik i foreningens dagligliv.

Hørt i krogene på Landsmødet
Det summer af liv på Hotel Svendborg – godt 120 medlemmer har indlogeret sig her i forbindelse med LAP´s 12. landsmøde. I min egenskab af landsledelsesmedlem, havde jeg meget mere om ørerne end ved de tidligere år, hvor

jeg var menigt medlem. Inden mødet skulle jeg skrive en pr-meddelelse, som optakt til at socialminister Benedikte Kiær ville komme på besøg og en velkomsttale skulle også fabrikeres. Den tale var ved at gå galt for mig – mikrofonen sad fasttapet på talerstolen og svingede skiftevis fra den en side til den anden. Det gjorde, at jeg måtte læse talen op lige ind i mikrofonen, så jeg ingen kontakt havde med tilhørerne. Heldigvis blev der alligevel klappet bravt og da Benedikte Kiær skulle holde sin tale, havde man fremskaffet en clipsemikrofon. Hvad hun sagde og lovede i sin tale, kan I læse andet steds i bladet.

Udover arbejdet med at svare på nogle af medlemmernes spørgsmål fra salen, skulle jeg også lave lidt reklame og lobbyarbejde i pauserne samt pleje det sociale samvær under frokost og middage igennem de tre dage. Aftnerne gik med at høre lidt om, hvad medlemmerne syntes om bladets indhold og især min nye klumme "Fru Christoffs Univers." Flere kvinder mente, det var alle tiders at få et feminint talerør ind i bladet, så det var jeg glad for. I hotellets bar er det tilladt at ryge, og her var ofte proppet med mennesker også ikkerygere – her summede snakken, og hvis man ville have nogle sandheder, var det her de blev udtrykt!

På 2. dagen af landsmødet havde især jeg brug for støtte fra medlemmerne, fordi der blev rettet en stærk anklage mod mig og Thomas Werge. Som bekendt skrev jeg en personlig beretning om Werges oplæg om epigenetik i sidste nummer af bladet, og det var der ét medlem, som havde kommenteret ved en længere afhandling om, hvad hun synes om denne videnskab – og især hvad hun mente om mig og Werge. Da vi i redaktionen modtog indlægget – (for sent iflg. deadline) endte vi op med at afvise at trykke det, men gav Marian Goldstein mulighed for at ændre på sine kraftige personlige anklager. På landsmødet havde nogle medlemmer "rottet sig sammen" om en afstemning om, at hendes artikel alligevel skulle bringes. Den blev kopieret direkte fra M.G.´s website, hvor hun i protest over afslaget havde lagt hele svaret ind. Den blev omdelt til hver landsmødedeltager. Og så gik de tre damer ellers i gang med deres anklager, skønt ingen af dem havde deltaget i Werges foredrag. Det lykkedes dem at få vendt op og ned på min personlige beretning og på Thomas Werges videnskabelige forskning. Så derfor vil I se, at vi i dette blad bringer omtalte "sprængstof/kanonføde" – så kan alle jo bedømme, hvad man selv mener. Jeg blev skuffet over disse pludselige handlinger, som skete uden at jeg blev spurgt ind til sagen, men heldigvis er der kommet en kommentar fra et medlem, som beder læserne om at stoppe op og lytte til det, der rent faktisk bliver sagt! Den bør I læse! Thomas Werge kommer tilbage med sine kommentarer i blad 3, da han desværre ikke kunne nå at få disse færdige til bladets absolutte deadline.

Det blev til en længere smøre – jeg måtte lige af med lidt galde – så måske er det ikke en Win-Win situation denne gang?

Alligevel "Keep Smiling"- det er sommer derude – den dejligste tid på året.

Af Jan Stig Andersen (forkortet af redaktionen)

Nyt fra FAP Viborg Amt

Ordinær generalforsamling

Foreningen Af nuværende og tidligere Psykiatribrugere i Viborg Amt (FAP Viborg Amt) holdt ordinær generalforsamling d. 18. februar i år uden de store overraskelser. Først blev de to bestyrelsesmedlemmer, der var på valg, begge genvalgt, og det samme gjorde revisoren lidt senere. Til gengæld fik vi en ny suppleant til bestyrelsen. Efter at bestyrelsen har konstitueret sig, ser den således ud:

Formand:
Jan Stig Andersen, Viborg (valgt i 2010; på valg i 2012).

Kasserer:
Leif Andreasen, Viborg (valgt i 2010; på valg i 2012).

Bestyrelsesmedlem:
Torben Grønbæk Nielsen, Skive (valgt i 2009; på valg i 2011).

Suppleant:
Maud Holm Nielsen, Viborg (valgt i 2010; på valg i 2011).

Revisor:
Jakob Nielsen, Højslev (valgt i 2010; på valg i 2011).

Program for andet halvår 2010:
Alle aktiviteter foregår i De Frivilliges Hus, Vesterbrogade 1, Viborg medmindre andet er anført.

Torsdag d. 5. august kl. 18.00:
Hyggeaften med spisning. Tilmelding er påkrævet.

Torsdag d. 26. august kl. 14.30-17.00:
Åbent bestyrelsesmøde.
Torsdag d. 3. september kl. 18.00:
Hyggeaften med spisning. Tilmelding er påkrævet.

Torsdag d. 7. oktober kl. 18.00:
Hyggeaften med spisning. Tilmelding er påkrævet.

Torsdag d. 4. november kl. 18.00:
Hyggeaften med spisning. Tilmelding er påkrævet.

Torsdag d. 25. november kl. 14.30-17.00:
Åbent bestyrelsesmøde.

Lørdag d. 27. november kl. 14.00-17.00:
Julehygge med klip af julepynt, gløgg og æbleskiver. Medbring selv saks.

Torsdag d. 16. december kl. 18.00:
Hyggeaften med spisning. Tilmelding er påkrævet.

Ret til ændringer forbeholdes. Ring derfor altid først for at få bekræftet, at et af disse arrangementer faktisk afholdes. Oplysning om og tilmelding til hyggeaftener fås hos/skal ske til Leif på telefon 60 80 20 23. Oplysning om åbne bestyrelsesmøder fås hos Jan på telefon 40 53 96 47.

Af Jan Stig Andersen

Nyt fra RAP Midtjylland

Ordinær generalforsamling

Regionsforeningen Af nuværende og tidligere Psykiatribrugere i Region Midtjylland (RAP Midtjylland) afholdt ordinær generalforsamling d. 30. marts 2010. Samme dag – før generalforsamlingen – havde vi i samarbejde med LAP's udviklingskonsulent Karl Bach Jensen arrangeret et træf for bestyrelsesmedlemmer og andre LAP-aktive i regionerne Nordjylland og Midtjylland. Det var formodentlig en stærkt medvirkende årsag til, at der var 15 medlemmer (fra Region Midtjylland) til stede ved generalforsamlingen.

Der skulle vælges to nye medlemmer til bestyrelsen, men da der var tre kandidater, valgte et bestyrelsesmedlem, som ellers ikke skulle på valg før til næste år, at benytte lejligheden til at trække sig ud af bestyrelsen, så der blev valgt tre nye bestyrelsesmedlemmer. I skrivende stund (maj 2010) har bestyrelsen endnu ikke konstitueret sig, så vi nøjes med at oplyse navnene denne gang:

Bestyrelsesmedlemmer:
Tom Jul Pedersen, Skødstrup (valgt i 2010; på valg i 2012).

Sørn Henrik Strand-Jensen, Århus (valgt i 2010; på valg i 2012).

Inge Wistoft Vestergaard, Silkeborg (valgt i 2010; på valg i 2012).

Leif Andreasen, Viborg (valgt i 2009; på valg i 2011).

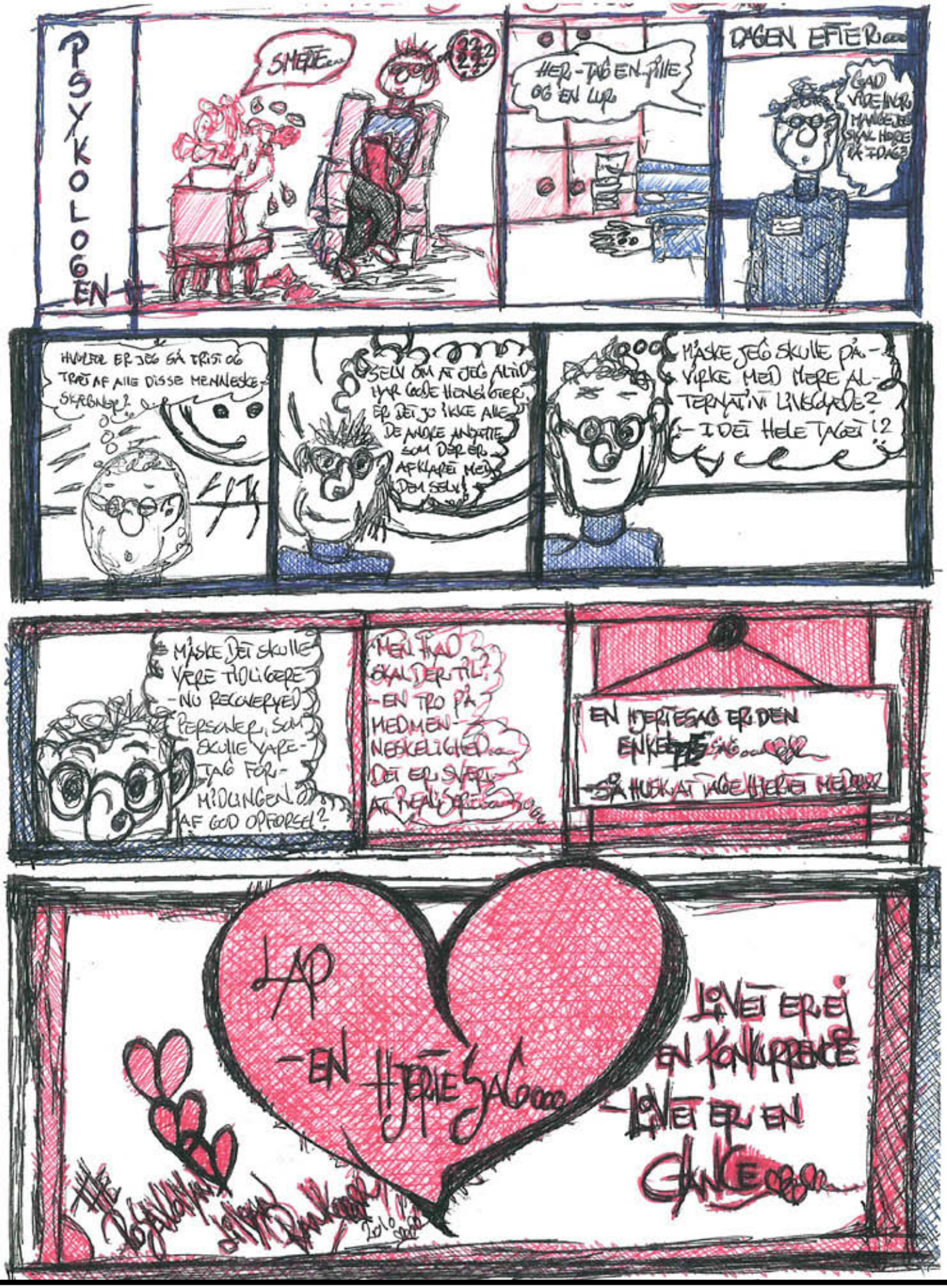
Jan Stig Andersen, Viborg (valgt i 2009; på valg i 2011).

Suppleanter:
Werner Leervad, Herning (valgt i 2010; på valg i 2011).

Else Holm, Ikast (valgt i 2010; på valg i 2011).

Revisor:
Klaus Bergstrøm, Samsø (valgt i 2010; på valg i 2011).

Indtil videre er der ikke planlagt andre aktiviteter end det konstituerende bestyrelsesmøde, som forventes afholdt, inden dette læses.


PSYKOLOGEN
SMERTE...
HER - TAG EN PILLE OG EN LUR
DAGEN EFTER...
GAD VIDE HVAD MANGE JEG SKAL HØRE PÅ I DAG?
HVORFOR ER JEG SÅ TRIST OG TRÆT AF ALLE DISSE MENNESKESKÆBNER?
SELV OM AT JEG ALTID HYR GODE HENSIGTER, ER DET JO IKKE ALLE DE ANDRE ANSATTE SOM DER ER AFKLARET MED DEM SELV!
MÅSKE JEG SKULLE PÅ-VIRKE MED MERE AL-TERNATIV LIVSGLÆDE? - I DET HELE TAGET!?
MÅSKE DET SKULLE VÆRE TILLIGEMED "NU RECOVERYET" PERSONER, SOM SKULLE VÆRE-TAG FOR-MIDDAGEN AF GOD OPFØRSEL?
MEN HVAD SKAL DER TIL? - EN TRO PÅ MEDMEN-NESKELIGHED... DET ER SVÆRT AT REALISERE...
EN HJERTESAG ER DEN ENKELTE SAG...
SÅ HUSK AT VÆRE HJERTELIG MED DIG
LAP - EN HJERTESAG...
LIVET ER IKKE EN KONKURRENCE - LIVET ER EN CHANCE...

LISTE OVER KOMMUNALE GRUNDFORENINGER I LAP

FAP Midtvest:
v/Else Holm
Svaneparken 176, 7430 Ikast
Tlf. 9715 1654
holmelse@hotmail.com

Kasserer Lenarth Kirkegaard
Sandfeld Allé 1, 6933 Kibæk
Tlf. 2061 3549
lenarth@live.dk

LAP Århus:
Skovagervej 2, 8240 Risskov
Tlf. 7789 2000
info@psykiatribruger.dk
www.psykiatribruger.dk

LAP Silkeborg Kommune:
v/Ditte Rymer Jensen
Tlf. 2040 7608
ditte_rymer@hotmail.com

FAP Viborg Amt:
v/Jan Stig Andersen
Tlf. 40 53 96 47
www.lap.dk/fapviborg

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

Svendborg Kommune:
Kontaktperson i Ulla Pedersen
Støberbakken 8, 1.tv., 5700 Svendborg
Tlf. 6220 1509

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

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

LAP Nordsjælland:
v/Steen Moestrup
Langbjerg Park 57, 3400 Hillerød
Tlf. 2822 2765
steenmoestrup@post.tele.dk

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

LAP Vestsjælland:
v/Valentina Djurhuus
Søndermarksvej 20, st.th., 4293 Dianalund
Tlf. 2255 1046

LAP Holbæk:
v/Karen Sofie Sørensen
Ridebanevej 15, Tuse Næs, 4300 Holbæk
Tlf. 3167 6123
Lap.holbaek.odsherred@gmail.com

LAP Odsherred:
v/ Henriette Buemann Jensen
Tlf.: 2611 4299
buemannjensen@gmail.com.
Telefontid: man. - tors. kl. 12.00-15.00

FAP Køge og omegn:
v/Birgitte Kongsfort
Tlf. 2163 4953
kongsfort@mail.dk
www.fapkoege.dk

LAP Næstved og omegn:
v/Hanne Wiingaard
Suså Landevej 37
4160 Herlufmagle
Tlf. 5550 0151 / 2163 7314
wiingaard@pc.dk

LISTE OVER KOLLEKTIVE MEDLEMMER I LAP

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

LAP København Frederiksberg:
v/ Bitten Svane
Vesterbrogade 103, 1., 1620 København V
Tlf. 3326 1623
lapkontor@psykiatribrugere.dk
www.psykiatribrugere.dk
Ugentlig træffetid: mandag kl. 13-15

LAP Hovedstaden Nord-Vest:
v/Inger Liss Christoffersen
Æblevangen 8 A, 2765 Smørum
Tlf. 72 16 87 93
schumann@smoerumnet.dk

LAP Københavns Omegn:
v/Lars Arredondo
Dalstrøget 104, st., 2870 Dyssegård
Tlf. 3956 4802
larsa@tdcadsl.dk

LAP Guldborgsund og Lolland:
v/Mette Bramsdal
Åparken 30, 1.,
4990 Sakskøbing
Tlf. 5470 4570/2728 3083
met-brams@live.dk
www.123hjemmeside.dk\LAP-guldborgsund

REGIONALE GRUNDFORENINGER

LAP Nordjylland:
v/ Signe Seirsen, Torvet 6, 3, 27. 9400 Nørresundby, tlf. 9819 4317, mobil: 5959 3814, signe.s@mail1.stofanet.dk

RAP Midtjylland:
v/Jan Stig Andersen, tlf. 4053 9647

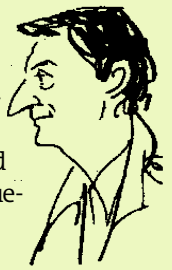
LAP Syddanmark:
v/Jan Laursen, Østermarken 2-20, 6310 Broager, rambro13@anarki.dk

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

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

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

Svendborg er no´et for sig



Jeg kommer lie´ fra Svendborg av – goddav, goddav goddav… - Disse markante ord stammer fra kendingsmelodien for revyfiguren – eller stand-upperen før der var noget der hed det - Eskild, som i sin tid blev gestaltet af skuespilleren Kai Løvring.

Men disse uforlignelige linjer kunne godt 120 gode mennesker også synge på vej hjem fra det 11. landsmøde i LAP´s historie forgangne maj. Eskild var fra Svendborg, men kom dog også til storbyen af og til. Han fortæller at første gang, han kom til Vesterport station, spurgte han hvor København lå. Da han fik svaret, udbrød han overrasket: Jeg vidste sgu da ikke at Køwenhavn lå på første sal…
Landsmødet er et mødested for psykiatribrugere fra hele landet. Muligvis kunne de ikke alle synge med i fortsættelsen af den lokalpatriotiske egnsvise: Her er der ingen kissejav - goddav, goddav, goddav...

Et landsmøde i LAP er nemlig den årlige generalforsamling i foreningen LAP, og der er en hel del af formelle ting, der skal igennem og for eksempel vedtages eller forkastes. Samtidig er det også det man kalder "en social begivenhed" – altså ikke i den definition, som sociale myndigheder opfatter det. Men social begivenhed, som nogle forhåbentlig også uformelle, hyggelige, fordomsfrie og inspirerende dage. Svendborg er i forvejen en ganske hyggelig by, som ligger ved havet og har haft et tæt forhold til søens folk og andre skæve eksistenser. Her finder jeg det passende, at vi - foruden søens folk – også sender en hilsen til alle skæve eksistenser!
De længe leve…

Hvorfor være normal når det er langt sjovere at være original…

Det har Svendborg forstået, og byen har gennem årene taget en lang række kunstnere og LAP´s medlemmer til sig. Da LAP officielt blev stiftet, var det med udsigt til Tåsinge, hvor legendariske Elvira Madigan udlevede sin store og desværre sidste romance. I øjeblikket bor sangeren, sangskriveren og skuespilleren Michael Falch på Tåsinge. Han gjorde sidste år stor succes på Landsmødet, da han levende spillede og fortalte om sit forhold til psykiatrien og sit eget besværlige liv. Han har siden udsendt en helt ny cd og været eksalkoholiker og eksmand i den meget berømmede danske film "Applaus". Lige nu er han på en landsdækkende turné. Svendborg er en meget musisk by og flere musikere har boet eller bor der i øjeblikket. En af dem er Mathilde, som begyndte sin karriere med at synge dansk fra højskolesangbogen og siden slog fast at "Fyn er fin". Hun er så berømt, at hun har fået en kakaomælk opkaldt efter sig! Det er der ikke mange, som kan bryste sig af. Kunstnere må ellers nøjes med højst modtage en Oscar, Bodil, Robert, Grammy eller blive riddere af Danneborg. Det sidste er nu ret få forundt, men der gik dog for nylig et ridderkors til jazzen i form af sangerinden Caroline Henderson.

Før i tiden har dramatikeren Bertold Brecht haft et eksil i Svendborg, som også har huset de fleste journalisters ►

29. Marts

Nu sidder jeg så her igen – og tæller Tern…
Tern i ét stort puslespil…

Tæller Brikkerne – som giver mening…
For mig i Livet…

Jeg sorterer nådesløst og hårdt…
Skiller vandene ad - Sorterer på mine medmennesker…

Intet kan jeg bruge – intet…
- af mine nære medmenneskers – skuespil og deres Nykker…
Intet af det "gamle" Rollemønster – vinder plads hos mig!
Jeg sætter dem stolen for døren…
Sandheden og Erkendelsen – er hos mig…
Derfor holder mange sig væk – i forhold til for ti år siden…

Tænk at gå i små Tyve år!
- og benægte sin egen Erkendelse…
Tænk at Vente i små Tyve år!
- på Forberedelser…

Tænk at give knap Tyve års Linie!
- lige til Døde-stregen – to gange…
Tænk at have elsket så meget!
- at jeg bare fandt mig i det!

Nu kan jeg tænke på – hvorfor at de vælger for dem selv…
- som at de gør?
At i Tyve år!
- havde de valgt at se den anden vej – end til mig…
De trak løgnene og skuespillet ud i alle de år!

Nu de ikke Fatter en brik af det hele – følte sig sikker…
De må selv om hvad de vil synes at Tro og Mene nu!
- bare de lader mig og mit Liv være nu!

Utroligt at jeg gav dem Alle!
- tyve år af mit Liv!
Tyve år i Tortur og Helvedet!
I Jesu navn Amen…

The Rosewoman Lillian Rank 2010…

1. AUGUST

Hvis ikke at himlen er blå…
- hvem skulle jeg så stole på…
Hvis ikke at skoven er grøn…
- hvad vil du så med farver…

Hvis ikke alt kan gro…
- hvis ikke at det jeg siger er ok…
Hvorfor så sige noget – overhovedet…

Hvis det I gør – er forkert…
Hvis det jeg gør – er…
Hvor skal jeg så sidde – på denne jord…
hvis ikke i Himmelen…

For nok er du kærlig og varm…
Nok er du lille ind imellem…
Nok kan ofte være – nok…
Udbrændthed sætter ind med visdommen…

I Jesu navn – Amen…

THE ROSEWOMAN
LILLIANA RANK 2009

ANGST

Mit hjerte konstant det banker
Kan næsten ikke klare alle de kaotiske tanker
Hvorfor har al den ondskab ramt mig
Vær glad for det ikke er dig
Man tror altid det er naboen
Jeg har fuldstændig mistet troen
På at livet nogensinde bliver godt igen
Tro mig jeg det er hårdt min ven
Når jeg tænker mig om
Er fremtiden fuldstændig tom
Jeg er så frygtelig bange
Mine følelser har taget mig til fange
Hvad har jeg dog gjort
Siden jeg er havnet i den forkerte port

"ROSKILDE"

IFS = Idræt for sindslidende i DK

I januar 2003 afslog jeg at gå med til idræt, med den begrundelse at jeg var psykisk syg. Nu syv år – og en meget omfattende recovery-proces senere – har jeg meget at takke IFS for, idet idrætten har været krumtappen i min udvikling.

IFS blev startet i 1996 ud fra en erkendelse af, at det kunne være svært for psykiatribrugere at begå sig i almindelige idrætsforeninger, ligesom det kunne være svært for de mange idrætsforeninger i Danmark at vide, hvordan de bedst skulle møde psykiatribrugerne.

Der er nu 40 idrætsforeninger for sindslidende i Danmark. De har idræt hver uge med forskellige aktiviteter. Derudover deltager de i lokale og regionale idrætsdage samt begivenheder på landsplan i IFS, læs mere her:

I januar hvert år er der mulighe-der for en skiferie i Norge. Marts byder på instruktør- og andre kurser på Vejle Idrætshøjskole. I maj er der Sund By Løbet i Fælled-parken, København med mange hundrede deltagere. Foråret by-der også på forskellige stævner, fx badminton i Holbæk og festival i Frederikssund. I starten af juli er der tre dages idrætsfestival, igen på Vejle Idrætshøjskole.

I september er der idrætsdag i Herlev/Ballerup, der som andre stævner har efterfølgende fest om aftenen.

I november har man mulighed for at deltage i en træningsuge på La Santa Sport, Lanzarote, som er den nordligste af Canarieøerne. Der kan man dyrke mange for-mer for motion, og ikke mindst det sociale fællesskab.

Man kunne sige, at vi i IFS arbej-der med: ANERKENDELSE, RE-SPEKT, VÆRDIGHED, INKLUSION OG SUNDHEDSFREMME. Inklu-sionsbegrebet betyder, at IFS for-søger at rumme alle deltagere – unge som gamle, syge som raske.

I IFS er mange lederkræfter ud-dannede indenfor idræt, fx er adskillige ledere fra Institut for Idræt fra Københavns Universitet. Ude i alle foreningerne deltager medarbejdere fra socialpsykia-trien, nogle på frivillig basis, og andre som lønnede medarbejdere.

De mange foreninger får forskel-lige offentlige tilskud, fx de så-kaldte paragraf 18 midler. Ofte er kontingentet for medlemmer kun kr. 250 pr. halvår – det er da rø-rende billigt!

Men nu tilbage til januar 2003. Jeg kom alligevel i gang med idræt, først som udøver, og i fire år som formand for Idrætsforeningen Vi-kingerne, Frederikssund. Da jeg i 2008 afsluttede pædagoguddan-nelsen, var titlen på mit bachelor projekt: Recovery gennem idræt for sindslidende.

Nogle af konklusionerne på mit bachelor projekt: I IFS arbejder man med: HANDLING – RESPEKT – RECOVERY. I IFS er det i nu 14 år bevist, at IDRÆT GIVER ENERGI.

Så du inviteres hermed til at møde op til idræt, du vil blive budt hjer-telig velkommen. Paraplyorgani-sationen er DAI = Dansk Arbejder Idrætsforbund. DAI's hjemmeside er: www.dai-sport.dk

idol, den næsten ikoniske forfatter Tom Kristensen. Bertold Brecht brød sig dog ikke meget om Svendborg. Han var kommunist om en hals i den tid, hvor der var rigtig mange, som var det. Dog med måde. Da han boede i det daværende Østtyskland, var regeringen temmelig utilfreds med, hvordan befolkningen tænkte og gjorde. Brecht spurgte i et åbent brev: Når nu regeringen er så utilfreds med folket. Hvorfor udskifter den så ikke bare befolkningen?

Jeg tror mange regeringer - og i øvrigt bestyrelser - ofte i deres stille sind har tænkt de tanker – i det mindste i et ubevogtet og anonymt øjeblik. Jeg håber dog ikke at landsledelsen eller dirigenterne på Landsmødet har haft tilsvarende tanker i mere end 2 minutter ad gangen. Heldigvis lever demokratiet i LAP, selvom det er besværligt. Men det er dog stadig den bedste styreform - også i en forening. Hovedårsagen til, at Tom Kristensen stadig er et ikon for mange journalister, er at han selv var journalist og skrev romanen "Hærværk". Den handler om journalisten Jastrau, som arbejder/drikker på en avis, der umiskendeligt minder om dagbladet Politiken. Han gennemlever ihærdigt og effektivt "sin ret til at gå i hundene". Arbejdsmetoden er fortrinsvis i form af øl, stærkere alkohol og damer.

Tom Kristensen var en skæv eksistens, og grunden til hans eksil i Svendborg var især, at det var så langt fra København som praktisk muligt. Tom Kristensen var helbredsmæssigt svækket af et langt liv som journalist og især alkohol. Hvis han skulle leve lidt længere, måtte han simpelthen langt væk fra drukmiljøet og stambordet. Hærværk er en slags bibel for de fleste journalister, særlig af den ældre årgang. Måske især dem der, som jeg, er medlem af gruppen sure gamle journalister. Da jeg i sin tid gik på Journalisthøjskolen i Århus i 1980, var "Hærværk" stadig en rettesnor og et charmerende spejl at sole sig i. Dengang, må jeg indrømme, var jeg også udenfor det normale eller i al fald gængse…

Foruden at slide sig selv op i overarbejde og stressende arbejdstider, uindfriede ambitioner, de førnævnte beruselsesmidler druk og damer, er der endnu to af de væsentligste stimuli tilbage for et journalistisk selvbillede: spandevis af kaffe og cigaretter i anselige og selvantændende mængder.

Allerede her vil den vakse læser opdage, at det var i gamle dage – om det også var de gode gamle dage er op til enhver at fastslå. Jeg er selv kommet i det selskab, at jeg med min livserfaring og en alt for god hukommelse mener, at næsten alt var bedre i gamle dage. Det gælder dog mest omverdenen. Hvis det drejer sig om mig selv og hvordan jeg havde det, så havde jeg min bedste dage på Journalisthøjskolen og siden blev det værre…

Selvom jeg indrømmer at være anderledes – i bedste fald original, både i gode og mindre gode egenskaber, så var/er jeg i al fald forud for min tid. Jeg røg/ryger nemlig overhovedet ikke. Jeg drikker så godt som aldrig kaffe. Dog af og til i situationer, hvor det er af stor social betydning, som ved interviews, hvor det gælder om at være så meget på linje med den interviewede som muligt, for at få optimal tillid, fortrolighed og dermed mulighed for at komme tættere og dybere ind på hovedpersonen.

Når journalisteleverne hver morgen samledes i kantinen på Journalisthøjskolen, sad kvinder og mænd og pulsede en uendelig række af cigaretter og drak en syndflod af kaffe. Hver morgen havde kantinedamerne en nylavet kande varm chokolade parat til mig, som jeg i stedet nød i fulde drag. Det var endda langt før jeg vidste, at det også stimulerede serotoninbalancen i min hårdt prøvede hjerne. Chokolade er vist også et afrodisiakum – altså en slags fristelses- og elskovsmiddel. Den tidligere amerikanske udenrigsminister og dameven - Henry Kissinger, sagde engang i sin velmagtsperiode at "magt er det stærkeste afrodisiakum". Det har jeg nu lidt selv, men frivilligt, afsagt mig i en vis grad, da jeg i år fravalgte at lade mig genopstille til landsledelsen. Det var nu ærgerligt nok ikke fordi jeg oplevede magten i LAP som særlig afrodisisk.

Det var lidt om centrum for årets landsmøde, byen Svendborg - og hvad jeg kom i tanke om i den forbindelse…

Derfor blev der heller ikke denne gang plads til kommentarer fra sportsverdenen. Jeg bliver stadig bebrejdet, at vi i LAP-bladet ikke har noget sportstillæg. Så her er alligevel et lille bidrag fra sportens verden. Det blev råbt af den ene træner i håndboldkampen mellem Viborg og Odense: Der er kun en vej fremad – og det er frem!

Sig så ikke, at man ikke også kan blive klogere af sport…

Sidst, men ikke mindst et trøstens ord. Regeringen har flertal for en genoprettelsespakke, som alligevel friholder overførselsindkomsterne for fastfrysning, men rammer arbejdsløse, studerende og børnefamilier mere og andre mindre. I Folketingets vandrehal står målet på væggen: "Gud mildner luften for de klippede får". - Og om ikke samme dag som det blev fremlagt, at temperaturen steg og det blev lidt varmere…

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

KÆRLIGST MICHAEL

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

B POST DANMARK PP