

GLÆDEDELIG PÅSKE

**BEDRE SAMMENHÆNG I
BEHANDLINGEN 3**

VENTELISTERNE FALDER 5 / BESØG PÅ GRØNLAND 23

NYT PSYKOLOGSPECIALE I PSYKIATRI 5

SIND UNGDOM 9 / VENTETID PÅ FLEKSJOB 5



Meld dig ind i Landsforeningen SIND og hjælp os med at hjælpe andre. For kun 200 kr. om året kan du være med. Ring 35 24 07 50.

Det er foreningens formål at skabe forståelse og tolerance for sindslidende og deres pårørende. SIND arbejder for trivsel, forebyggelse og helbredelse.

Hørings svar ... fortsat

skelligt fra kommune til kommune. I nogle kommuner arbejdes med et rådgivningsbeløb som er så lavt, at det er uanstændigt.

Derfor er der behov for et ministerielt ensartet regelsæt til beregning af rådgivningsbeløbet.

Med henvisning til, at netop ovenstående problem, med mange førtids-pensionisters manglende mulighed for at betale huslejen, ofte har været drøftet i forskellige DH fora, håber vi at SIND's bemærkninger vil kunne indgå med vægt i DH's hørings svar til Velfærdsministeriet.

25. februar 2009 til DH

Høring af lovforslag vedrørende etablering af et enstrengt kommunalt beskæftigelsesystem m.v.

SIND har nærlæst og vurderet det fremsendte materiale.

Med baggrund i denne gennemgang har SIND nogle (synes vi) yderst relevante bemærkninger.

Ansvar for og styringen af den aktive beskæftigelsesindsats, har i de sidste par år været foretaget af kommunernes jobcentre, - men med statens indblanding. Dette har afgjort ikke altid været en optimal løsning.

Har bl.a. givet anledning til flere konflikter på ledelsesniveau, mellem kommunale og statslige chefer.

Godt at man nu får ryddet op.

Men - som altid med overflytninger af opgaver til kommunerne, er det interessante nu, om pengene kommer til at følge opgaverne.

Vi har i de seneste år erfaring for, at dette ikke sker.

Der står i bemærkningerne noget om refusionsordninger.

Her står der, at man bygger videre på hovedprincipperne i den nuværende kommunale finansiering, således at staten betaler en større del af dagpengeudgifterne, når en person er i aktivering, og en mindre del, når den enkelte ledige er passiv.

Dette vil kunne føre til en tendens til meningsløs aktivering, - alene for at få en bedre statslig refusion.

Dette vil kunne føre til et pres på sindslidende, om at acceptere aktivering før de er klar til det.

Dermed også sagt, at mange gode eller mindre gode tiltag, som koster kommunale kroner, kan være i risiko-fare for at blive taget af bordet. Man vil udelukkende arbejde med det strengt nødvendige, og det mindst

ressourcekrævende, i forhold til de kommunale budgetter.

Det er vigtigt at DH forholder sig observerende og kritisk til finansieringen og økonomien i dette enstrengede system.

Det er ligeledes vigtigt, at medlemsorganisationerne er opmærksomme, og melder tilbage, såfremt opgaverne ikke løses efter hensigten.

25. februar 2009 til DH

Høring om ændring af lov om arbejdsløshedsforsikring m.v. med flere love.

SIND har vurderet det fremsendte materiale, og ligeledes DHs kommentarer i forbindelse med fremsendelsen af høringsmaterialet.

DH skriver: " - som tidligere nævnt bliver DHs målgrupper ikke direkte berørt af omlægningen af beskæftigelses systemet."

SIND er ikke umiddelbart enig i dette.

SIND vil gøre opmærksom på lovforslagets § 1, pkt. 11 (almindelige bemærkninger pkt. 2.2.2.1 og bemærkningerne til de enkelte punkter til punkt 11) at den statslige refusion vil blive tilrettelagt på en sådan måde, at staten refunderer 75% af udgiften i

SIND siden sidst



SIND Ungdom

Andet arbejdsgruppemøde i SIND Ungdom

Af Lasse & Lotte, SIND ungdom

Som skrevet i sidste nummer af SIND bladet afholdt SIND Ungdom vores andet arbejdsgruppemøde den 14. februar 2009 i Odense. Vi var så heldige at få lov til at låne Lille Skole for Voksne's lokaler i Odense, så vi kunne holde vores møde midt i Odense. Det gjorde det nemmere for alle parter - det er vi meget taknemmelig for.

Der var deltagelse fra Aalborg, Odense og København - desværre var medlemmerne fra Århus forhindret, men vi havde et godt møde alligevel og så hæfter Århus sig bare på igen næste gang.

På arbejdsgruppemødet blev der diskuteret en del om hvordan vi får selve SIND Ungdom på benene, og hvornår vi evt. er klar til at springe ud som selvstændig ungdomsorganisation af SIND. Der var bred enighed om, at der skal gøres et gedigent arbejde og, at det tidligst bliver i efteråret 2009 og senest inden næste landmøde 2010, at SIND Ungdom vil være selvstændig.

Vi har haft diskussioner omkring hvad der skal være vores primære fokusområder i SIND Ungdom. Indtil videre har vi kastet en masse bolde op i luften og, nu skal vi sørge for de lander blødt igen. Vores fondsansøgninger har indtil videre givet 100.000 kr. til lokale aktiviteter. Disse midler skal ud og arbejde i allerede eksisterende

SIND ungeprojekter. SIND Ungdom har udarbejdet en samarbejdsaftale og, kontakten til ungdomsprojekter mht. uddeling af midler - Ungegruppen i Odense og Ungt Sind i København. I er meget velkommen til at kontakte os, hvis I har et projekt, som er rettet mod unge.

Det var et rigtig godt og produktivt møde, og vi har således fået en del input, som vi skal arbejde videre med inden det næste arbejdsgruppemøde, som er planlagt d. 30. maj 2009.

P3's Tværspanel

26. januar havde SIND Ungdom's repræsentant sin mediedebut i P3s Tværspanel. Set-uppet er at Trine Bryld er eksperter og pt. er der 4 unge i panelet, som giver deres besyv med på problemstillingerne set gennem deres øjne. Deltagerne i panelet er indtil videre; Simon og Rie fra Ung På Linie/ Ung On Line, Pernille fra ventilen og Lasse fra SIND Ungdom. Det er vigtigt at pointere, at de unge ikke rådgiver på deres organisationers vegne, men blot er sparringspartnere til ekspertens syn på problemstillingerne og sammen sporer panelet sig ind på en løsning.

SIND Ungdom ser dette som et godt udstillingsvindue for både SIND og SIND Ungdom, da P3 allerede nu linker til vores hjemmeside og vi dermed får spredt kendskabet.

Igen fik tankerne bag SIND Ungdom positiv respons, da Trine Bryld svarede "Det har I godt nok også brug for - jeg mangler virkelig et sted at henvise die unge med sindslidelser" da jeg fortalte om vores satsning på at blive en selvstændig ungdomsorganisation. Læs, se og hør mere på: <http://www.dr.dk/P3/tvaers/>

Den Bornholmske connection

På solskinsøen findes et meget aktivt, innovativt og rart SIND-medlem og

trods de 35 år er rundet for et par dage siden, så tror vi i SIND Ungdom, at hans idéer og gå-på-mod kan gavne projektet. Han har tidligere talt varmt om SIND Ungdom og sagt, at han gerne vil hjælpe. Han har for nylig fået hul igennem til en kendt TV personlighed, som har meddelt, at vedkommende gerne vil indgå et samarbejde med bornholmeren og højst sandsynligt vil yde sit bidrag til at sætte SIND og SIND Ungdom på landkortet./

Besøg på Grønland

SINDs landsformand og -næstformand drøftede samarbejde med Sugisaq

Den 3.-6. februar besøgte SINDs landsformand og -næstformand vores søsterorganisation Sugisaq (Iarnmikkut eqqarsartaatsimikkullu nap-parsimasut, ilaqutaasa il.il.

peqatigiiffiat - Foreningen for sindslidende, deres pårørende mv.).

Foruden møder med Sugisaq var der arrangeret møder i Landsstyret, på psykiatrisk afdeling på Dronning Ingrid's Hospital og Nuuk Kommunes afdeling for handicap.

Sugisaq er startet i 1996 og har ca. 40 medlemmer. Det har på det seneste været vanskeligt at rekruttere folk til at gøre en aktiv indsats. Sugisaq har bl.a. derfor henvendt sig til SIND for at høre om vi vil kunne hjælpe.

Vi havde et par meget spændende dage på Grønland - og gode diskussioner med vores grønlandske venner.

Vi arbejder - sammen med Sugisaq - videre for at finde frem til hvordan

vi kan støtte hinanden. SINDs organisationsudvalg skal bl.a. undersøge om Sugisaq kan tilknyttes SIND som en lokalafdeling, eller om vi skal "nøjes" med en samarbejdsaftale.

En tankevækkende rejse - og et møde med storartede mennesker i Suisaq.

Se på side 23, hvis du vil vide mere om vores besøg på Grønland./



Besøg hos Kræftens Bekæmpelse

Kan SIND lære noget af organisationer som Kræftens Bekæmpelse?

Den 12. februar var en delegation fra SIND på besøg hos Kræftens Bekæmpelse, hvor vi hørte noget om hvordan de arbejder med medlemspleje, politikindsigt, information m.m.

Vi havde overtalt Direktør for Kræftens Bekæmpelse, Arne Rolighed til at fortælle en gruppe fra SIND noget om hvordan de arbejder i Kræftens bekæmpelse.

Arne Rolighed havde inviteret en række af sine ledende medarbejdere med til mødet, og vi fra SIND fik en uforglemmelig oplevelse.

Kræftens bekæmpelse har en del flere år på bagen end SIND, så vi kan stadig drømme om, at vi en dag bliver lige så store og stærke som dem.

Vores venner fra Kræftens Bekæmpelse lovede os, at de vil støtte os i vores videre arbejde med at udvikle

Kunstterapi frigør tanker på lærred

Psykisk syge patienter får det bedre af behandling med kunstterapi.

Den kunstneriske udfoldelse giver svært syge patienter frihed til at male – og værket åbner op for dialog

Af Karin Rask Nordtorp

I det lille billedværksted øverst oppe under skråvæggene i de gamle hospitalsbygninger på Psykiatrisk Hospital i Risskov ved Århus står Preben Stig Madsen ved sit staffeli. Han forklarer, hvordan han lader penslen overføre alle sine tanker til lærredet. Han bliver tavs og kigger eftertænksomt på sine malerier. Preben Stig Madsen er født i 1951 og har været plaget af psykisk sygdom siden 1971. Han uddyber og viser med store armbewægelser, hvordan han bruger kroppen til fysisk at trække store strøg eller strinte malingen på lærredet.

”De stærke bevægelser får tanker og følelser på plads,” fortæller han.

Friheden til at udfolde sig kunstnerisk har, ifølge Hanne Stubbe Teglbjærg psykoterapeutisk overlæge ved Psykiatrisk Hospital i Risskov, en positiv virkning på mange sindslidende, når en terapeut hjælper dem med at komme i gang. Terapeuten støtter den syge i maleprocessen og hjælper med at komme i dialog med kunstværket.

”Det handler om at gribe verden gennem kunsten og dermed gribe sig selv i verden, gennem kunsten”

Overlæge Hanne Stubbe Teglbjærg

Kunstnerisk proces uden analyse

I 1970'erne blev psykoterapi anerkendt som behandling af sindslidende. Det var også dengang Preben Stig Madsens daværende læge på Psykiatrisk Hospital opfordrede ham til at male.

Lægen Torben Bendix havde personlig erfaring med psykisk sygdom og holdt sig selv rask ved at male. Han lagde vægt på den kunstneriske proces frem for terapeutisk analyse.

Det gør psykoterapeutisk overlæge Hanne Stubbe Teglbjærg også. Hun mener ikke, at analytisk kunstterapi kan bruges i forbindelse med psykotiske patienter.



Preben Stig Madsen foran sit staffeli i billedværkstedet på Århus Universitetshospital, Risskov

Den analytiske behandlingsform henvender sig primært til lettere lidelser, hvilket hun begrundet med, at svært sindssyge patienter ikke kan arbejde kunstnerisk, hvis de ved, at værket efterfølgende skal analyseres.

”Det handler om at gribe verden gennem kunsten og dermed gribe sig selv i verden, gennem kunsten. Det kan man ikke, hvis man altid har et analyserende blik på det, man laver,” forklarer hun og fortsætter:

Historisk oversigt over behandlingen af sindslidende

1. århundrede: varme bade og chok effekter

11. århundrede: eksorcisme: djælvuddrivelse

15. århundrede: heksebrændinger

16.-18. århundrede: isolation, tortur og opium

19. århundrede: arbejds terapi og familiepleje

1914 - 1918: sindssyge sultede ihjel, som følge af første verdenskrig

1935: chokbehandling. Koma- og krampebehandling med insulin, kamfer eller cardiazol

1935 - 1954: Det hvide snit: psykokirurgisk indgreb i hjernen

1938: elektrochokbehandling uden bedøvelse. Bruges stadig i dag, dog under fuld bedøvelse

1939 - 1945: Hitler gassede sindssyge

1950'erne: medicinsk behandling

1970'erne: distrikpsykiatrien: socialpsykiatrisk indsats i form af bofællesskaber, beskæftigelses-, undervisnings- og fritids tilbud

1999: psykiatrisk skadestue og Gallo kriserådgivning

21. århundrede: kombination af medicinsk og terapeutisk behandling. Individuel behandling.

Kilde: *Psykiatriens historie fra middelalder til 2002. Overtaci Fonden og red. Peter Bryd Pedersen, Eddie Danielsen og Johannes Nielsen*

”At arbejde kunstnerisk er en vej til at skabe noget. Når man skaber noget, skaber man også et udgangspunkt for at være i verden.”

Kunstterapeuten støtter patienterne

I sin nyligt afsluttede ph.d. om kunstterapi, konkluderer Hanne Stubbe Teglbjærg, at de svært sindssyge patienter, hun har arbejdet med, alle har haft glæde af kunstterapien.

”Jeg har lavet iagttagelser, som viser, at de bliver mindre angst, når de maler,” beskriver hun. Patienterne bliver gennem den kunstterapeutiske behandling i stand til at etablere en forbindelse til hinanden, som er mere nær i forhold til hvad de er i stand til i andre sammenhænge.

Tilbage i billedværkstedet viser Preben Stig Madsen et billede af et spinkelt, gult, lille væsen, som kigger gennem et gitter. I dette billede ser han sig selv som den, der står over for den gode virkelighed, men som ikke kan trænge igennem den adskillende flade.

Han føler altid, der er en glasplade mellem ham selv og virkeligheden. På et andet billede er gitteret blevet mere skrøbeligt og delvis nedbrudt. Billedets anden halvdel gennemstråles af klare og varme farver.

”Da jeg malede det billede, følte jeg mig varm og stærk indvendig,” smiler han.

Preben Stig Madsen maler i dag på eget initiativ, fordi det hjælper, når han er depressiv. Dog ikke når han er svært depressiv, så er han helt handlingslammet.

Det er i disse handlingslammede øjeblikke, Hanne Stubbe Teglbjærg mener, at en kunstterapeut kan hjælpe:

”Det kan være skræmmende at stå over for et hvidt lærred eller et hvidt stykke papir - hvordan er det lige, man kommer i gang? Sådan har vi det vist alle, men sindssyge har det ofte i særlig grad.”

Kunstterapeutens rolle er at hjælpe

Kunstterapiens tilgange

Inden for kunstterapien arbejder man med to tilgange, som har to vidt forskellige syn på menneske og behandling. Der er tale om den fænomenologiske og den analytiske tilgang.

Den fænomenologiske kunstterapi

Det er patienten selv, som bestemmer, hvad billedet skal indeholde.

Patienten er i dialog med billedet: Billedet kan ændre sig undervejs i processen.

Billedet bliver set og kommenteret af andre – fokus flyttes fra patienten.

Billederne betragtes som kunst. Der er fokus på æstetisk kvalitet. Værket tolkes ikke psykologisk

Psykiatrisk overlæge på Århus Universitetshospital, Risskov, Hanne Stubbe Teglbjærg, tager udelukkende ud-

de sindslidende gennem angsten for, hvorvidt de overhovedet kan finde ud af at male, eller om de er gode nok. Desuden skal terapeuten skabe rammerne og hjælpe med at holde dem, så patienten kun skal koncentrere sig om at male.

”At arbejde kunstnerisk er en vej til at skabe noget. Når man skaber noget, skaber man også et udgangspunkt for at være i verden”

Overlæge Hanne Stubbe Teglbjærg

Ingen autoriseret uddannelse i Danmark

Johannes Nielsen er pensioneret overlæge ved Psykiatrisk Hospital i Risskov og stifter af Gallo. Gallo er en organisation, der arbejder med hjælp til selvhjælp gennem kreative aktiviteter for sindslidende. Han giver klart udtryk for at Gallo ikke bruger kunstterapeuter, fordi de simpelthen ikke er ordentligt uddannede. Han siger: ”Det kan være rigtigt farligt med kunstterapi, hvis man ikke har redskaberne til at handle. Man kan meget hurtigt komme ned i underbevidstheden.”

I Gallo stiller man blot rammerne til rådighed for sindslidende. Det er udelukkende hjælp til selvhjælp, hvilket Johannes Nielsen beskriver som værende ganske ufarligt:

Århus Universitetshospital, Risskov har ikke brugt kunstterapeutisk behandling i en årrække, da der ikke har været økonomiske ressourcer til projekter, hvor man ikke videnskabeligt kan bevise en målbar effekt.

I Danmark findes ingen autoriseret uddannelse for kunstterapeuter - eller for psykoterapeuter generelt. Sidste år blev en kunstterapeutisk uddannelse

gangspunkt i den fænomenologiske tilgang, da hun mener, at psykologisk analyse bremser den kreative proces. Hun anbefaler, man som kunstterapeut må vælge enten at arbejde analytisk eller fænomenologisk.

Analytisk kunstterapi

Det er terapeuten, som instruerer patienten. Man tolker billedets mening, billederne betragtes ikke som kunst.

Der lægges ikke vægt på æstetisk kvalitet. Der er fokus på billedets symbolske elementer.

Gennem samtale forsøger man ud fra billedet at afdekke, hvad der sker i patienten, og hvorfor det sker.

Institut for Kunstterapi ved Vejle underviser primært i den analytiske kunstterapi, men kombinerer med både fænomenologisk kunstterapi og andre mere alternative tilgange gennem spiritualitet og fantasi.

Kilde: *”Kunst og psykoterapi” af Hanne Stubbe Teglbjærg i Psykoterapeuten nr. 3, 2006*

Unik ungegruppe i Odense

Af Mark Halkjær og Christina Mølholm

Forestil dig en hyggelig cafe med gratis kaffe og popcorn, og sodavand til 5 kr. i Odense C. Her er du velkommen som du er!

Rundt ved nogle moderne cafeborde sidder vi en gruppe unge på 10-15 stykker og snakker – samtaleemnerne kan være mange. Der snakkes både på kryds og tværs, men af og til snakker hele gruppen også sammen. Unge sindslidende og frivillige unge mødes i et uformelt samvær og taler om musik og film, kærlighed, politik og alt, hvad unge i øvrigt taler om.

En unik ting ved Ungegruppen er at den hovedsageligt bliver drevet af frivillige unge. Der er ca. 10 frivillige tilknyttet Ungegruppen - de fleste af dem er studerende.

Ungegruppen er et sted hvor man altid kan snakke med andre unge - man kan enten have private samtaler med frivillige eller andre brugere, eller man kan snakke sammen som gruppe. Der er en afslappet og rar stemning i cafeen, og man kan komme og gå som man selv vil. Det er et rummeligt sted, og man kan komme og være sig selv, og blive accepteret som man er. Mange af dem der kommer i Un-

gegruppen ses også privat, og alle har det generelt godt med hinanden.

Stemningen i Ungegruppen er svær at beskrive - den skal opleves!

Gruppen mødes 2 gange ugentligt – mandage og onsdage fra kl.18 – 21. Ofte planlægger vi i fællesskab aktiviteter som byture, biografure, koncerter og lignende, som kan ligge udenfor de oprindelige cafeåbningstider. Frivillige og brugere deltager i aktiviteterne hvis de har lyst, og deltager på lige vilkår. Desuden har vi flere gange været på besøg ved andre ungegrupper landet over, bl. a. i Horsens og København.

Socialt samvær unge imellem er gruppens hovedformål

Ungegruppen udspringer af værestedet "Stoppestedet", som er et værested for sindslidende i Odense. Værestedet er en del af Landsforeningen SIND.

For ca. 9 år siden startede Ungegruppen op som et projekt lavet af nogle pædagogstuderende, og det vi-

ste sig at være en succes. Det blev tydeligt, at der manglede et sted for unge med psykiske problemer, og de unge var glade for at have deres egen gruppe. Dengang sås de en gang om ugen, men både frivillige og brugere ville gerne, at gruppen kunne ses mere. I dag er det udvidet til to aftener om ugen, men alle drømmer om yderligere udvidelse af åbningstiderne.

Gruppen har gennem årene gradvist vokset sig større, og har nu egne lokaler. Indtil for et par måneder siden mødtes Ungegruppen i et af "Stoppestedet" lokaler, men foregår nu i en aflagt bank i Odense midtby.

Aldersmæssigt er gruppen fra 17 til 35 år. De der er ældre (eller bare også har lyst til at komme der) kan benytte "Stoppestedet" som ligger lige ved siden af, og som har åbent hver dag og aften.

Der er blandt både frivillige og brugere mange ideer om, hvordan vi kan forbedre og modernisere cafeen/lokalerne. Bl.a. er der ønske om at lave tv rum i kælderen, og få en form for madklub op at stå. Derudover er det planen, at Ungegruppen og cafeen skal have et navn. Vi vil snart udskrive en

konkurrence (hovedsageligt for "Stoppestedet"s og Ungegruppens ansatte, frivillige og brugere), hvor folk kan komme med mulige bud på navne.

En vigtig værdi i Ungegruppen er netop, at de unge brugere også selv tager aktiv del i gruppen og aktiviteterne – dvs. de skal gerne kunne gå fra at være brugere, til at blive skabere af deres eget sted.

Nogle af de unge er udenfor arbejdsmarkedet, men har et ønske om, at få deres dage til at gå med noget meningsfyldt. En af visionerne med cafeen er senere hen, at det kunne være en slags arbejdsplads for de unge i en periode, som så kunne føre til flexjob, skånejob eller uddannelse. Stedet ville kunne blive brugt som en 'recovery'/rehabiliteringsproces for de unge. Dette vil kræve et par ansatte medarbejdere, til at tage det overordnede ansvar, og til at motivere og støtte de unge.

Men cafeen ville stadig skulle fungere som cafe – de hyggelige og socialt aftener (frivillige og brugere imellem) ville stadig skulle finde sted, da socialt samvær unge imellem oprindeligt og stadig er gruppens hovedformål./

Rideterapi

Følelse af frihed

Af Rikke Bekkevold, Krestine Lorentzen og Lisabeth Kristensen
Gedved Seminarium

"Jeg havde helt glemt den følelse af frihed det giver når man rider"
Sådan udtaler en 44 årig skizofren kvinde, der har redet i sin barndom, men ikke har haft kontakt til heste i mange år nu.

Rideterapi for sindslidende

Kvinden er en del af et innovativt projekt, som 6 pædagogstuderende har gennemført igennem de sidste 10 uger.

Projektets budskab er, at rideterapi giver sindslidende livskvalitet og bryder den isolation, mange sindslidende ofte lider under.

Fysioterapeutisk ridning er relativt kendt og brugt blandt fysisk udviklingshæmmede, men en overset terapiform for sindslidende.

At gøre en forskel

"Rideundervisningen og ikke mindst samværet med hesten kan gøre en kæmpe forskel for en sindslidende," siger pædagogstuderende Rikke Bekkevold.

"I ridningen får man styrket både det sociale, psykiske og fysiske velvære, som yderligere giver mulighed for udvikling af disse kompetencer.

Derudover er hesten et tillidsfuldt dyr, den dømmes dig ikke, men accepterer dig som den du er," fortsætter hun.

"Det har været den bedste dag i mit liv, det er som at samle gode minder på en perlesnor, jeg er stolt af mig selv"

"Det er godt du er her, for jeg stoler på dig"

Sansestimulerende

"At være sammen med og sidde på ryggen af en hest er ekstremt sansestimulerende," siger pædagogstuderende Krestine Lorentzen.

Der findes forskellige former for rideterapi og det gælder selvfølgelig om, at finde den der passer rytteren bedst.

F.eks. hvis man vælger pædagogisk

ridning kommer det til, at handle meget om sanser, samvær med hesten, styrkelse af sociale kompetencer mm.

Hylke Ridecenter

På Hylke Ridecenter har daglig leder Adrienne Hofer stor erfaring med ridning for skizofrene. Nedenstående udtalelse fra Adrienne rammer præcist det vi også har oplevet under projektet.

"Samspillet mellem hest og rytter er af helt enestående værdi for personer med psykiske lidelser. Hesten forener motion og træning, sejroplevelser, grounding, social kontakt, styrkelse af kropsbevidsthed, ansvar for egen handling og naturoplevelser i ét! Der findes ingen anden aktivitet inden for psykiatrien, der kan så meget på én gang."

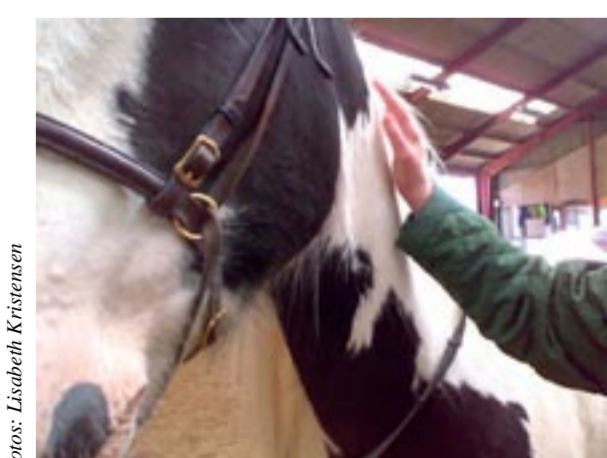
Livskvalitet og mening med livet

Den 44 årige kvinde der helt havde glemt følelsen af frihed, har fundet nye værdier i sit liv. Hun smiler glad efter hver ridetime og er, med god grund, umådelig stolt over sin egne præstationer.

"Jeg troede ikke jeg kom ud at ride i dag, men jeg gjorde det!!!"

"Vi har fulgt hende nu i 10 uger, og kan se tydelige fremskridt for hver gang vi er ude at ride med hende. Det er helt fantastisk, at se hvordan hun bliver mere og mere sikker på det hun gør" siger pædagog studerende Lisabeth Kristensen.

"Hvis vi bare kan give hende en lille smule livskvalitet og en mening med livet, har vi nået vores mål" siger de tre pædagogstuderende. Og ifølge evalueringen fra bostedet, hvor kvinden bor er det lykkedes. "Det er vildt stort!" slutter de tre studerende./



Fotos: Lisabeth Kristensen

Forhøjelse af egenbetaling ved overgang fra amt til kommune

En sag om huslejeforhøjelse på en § 107 boform i Nordjylland

Af Peter K. Baggensgaard, Brønderslev

Denne artikel handler om et konkret eksempel på forhøjelser af psykiatribrugeres egenbetaling ved overgangen fra amt til kommune i forbindelse med kommunalreformen. Forfatteren har i samarbejde med SIND ført en klagesag for beboerne på bostedet imod kommunen, og vi har vundet sagen i Det Sociale Nævn.

Beskrivelse af sagen

Boformen Hedebo overgik pr. 1/1 2007 til Brønderslev kommune, og pr. 1/1 2008 blev egenbetaling for husleje på boformen hævet med hele 38 % til 2.300,00 kr. månedligt.

Som beboer på boformen valgte jeg at klage over huslejeforhøjelsen, og det blev gjort på vegne af flere af de andre beboere, som også var utilfredse med den voldsomme stigning i husle-

jen. Dette skal også ses i lyset af, at beboerne ikke har mulighed for at få boligsikring eller boligydelse til huslejen, fordi boligen hører under § 107 i lov om social service, og derved hører boligen ikke ind under lejeloven.

Det Sociale Nævn

Kommunen stadfæstede deres egen afgørelse med den begrundelse, at man skønnede at rådighedsbeløbet var tilstrækkeligt på trods af husleje-forhøjelsen. Sagen blev herefter videresendt til Det Sociale Nævn. Det Sociale Nævn ændrede Brønderslev Kommunes afgørelse og hjemviste sagen til kommunen "med henblik på fornyet beregning af opholdsbetalingen."Begrundelsen for denne afgørelse var, at nævnet vurderede, at der ikke var juridisk dækning for at fast-

sætte huslejen ud fra en skønnet markedspris ud fra niveauet for boligudgifter for lignede boformer i lokalområdet. Denne metode er ikke gældende for § 107 boformer.

Nævnet afgjorde i stedet, at huslejen for boformer under § 107 skal fastsættes ud fra de faktiske udgifter på beboernes boligandel, dvs. drift, administration, pedellen, vand, renovation m.m. Nævnet vurderede huslejen på boformen til 1.805,00 kr. månedligt.

Dvs. en forskel på 495,00 kr. pr. måned. Nævnet bestemte endvidere, at kommunen skal tilbagebetale den for meget indbetalte husleje for hele 2008. Efterfølgende ankede kommunen afgørelsen til Ankestyrelsen i København, da kommunen mente, at sagen var af principiel karakter. Men Ankestyrelsen vurderede, at de ikke kunne

behandle sagen (da den ikke var principiel), og at afgørelsen fra Det Sociale Nævn derved stod ved magt.

Det betaler sig at holde øje

– og klage, hvis men er utilfreds
Pr. 9/2 2009 fik beboerne på Hedebo brev om, at huslejebetalingen for 2008 blev endeligt fastsat til 1.805,00 kr., og at beboerne derfor skal have tilbagebetalt 12 x 495,00 = 5.940,00 kr. for 2008.

Det betaler sig at holde et vågent øje med forhøjelser af egenbetalingen på fx den boform, hvor man bor til leje. Man er ikke nødvendigvis tvunget til blot at acceptere urimelige forhøjelser. Man har ret til at få efterprøvet ens sag ved en højere administrativ instans – fx i Det Sociale Nævn i den landsdel, hvor man bor./ (Forkortet af red.)

Bornholm – Paradis for sindet

Af Lars Christensen, Næstformand, SIND Bornholm Kredsforening

For lidt over 2 år siden stod jeg ved en skillevej i mit liv. Efter mange års sygdom, var der begyndt at ske en masse positivt for mig, og for at holde den positive udvikling og recovery-proces i gang måtte der drastiske ændringer til. Så det her er lidt historien om en lykkelig flytning, der har vendt op og ned på mit liv.

Jeg er oprindeligt født med en urinvejslidelse, kaldet Hypospadi. Denne sygdom blev jeg opereret for allerede som 6 årig, og op gennem barndoms- og ungdomsårene var jeg indlagt adskillige gange for at blive opereret for eftervirkninger. Desværre koncentrerede man sig dengang kun om den fysiske skavank, og glemte helt det psykiske. Således at jeg fik en meget svær skolegang, og grundet de mange indlæggelser havde temmelig svært ved at begå mig blandt andre mennesker, og derved også som voksen havde stort besvær med at holde på mine jobs.

Til trods for at jeg selv kæmpede for at gøre opmærksom på mine personlige problemer, fik jeg lov til at gå rundt på bistandshjælp i 16 år uden at nogen fandt behov for at yde mig støtte og hjælp. Først i 1997 blev jeg foreslået at søge førtidspension, hvilket jeg fik med det samme, og samtidig fik stillet diagnosen: Personlighedsforstyrrelse. Denne diagnose bevirkede at jeg kom under socialpsykiatrien i Frederiksværk, hvilket blev min redning.

På baggrund af min kontakt med socialpsykiatrien, kom jeg i kontakt med det lokale værested for sindslidende og fik også tilknyttet en støtte-/kontaktperson. Herigennem fik jeg mulighed for at bruge mine kreative evner. Jeg har altid været god til at få ideer, og planlægge og tilrettelægge. Derfor tog jeg en masse initiativer til at arrangere udflugter og fester for brugerne af det lokale værested. Heldigvis var personalet meget åbne og samarbejdsvillige og gav mig nærmest frit spillerum.

Det afgørende skub kom i 2005, hvor blev jeg opfordret til at starte en lokalforening under Landsforeningen SIND i den kommende Halsnæs kommune. Det var en kærtkommen spændende udfordring, og i februar 2006 kunne der afholdes en succesfuld, stiftende generalforsamling, hvor jeg havde arrangeret en hel aften i Sindets tegn, med musik, foredrag og anden underholdning.

For en som hidtil havde været vant til at få at vide at man ikke duede til noget, var det jo en stor omvæltning pludselig at se tingene lykkes, og på baggrund af mit nyfundne held, med at gennemføre mine tanker og ideer, har jeg fået mod på mere. Hvilket har bevirket at jeg i 2008 tog det helt store spring, i form af min flytning fra mine hidtidige trygge omgivelser i Frederiksværk, til nye og spændende eventyr på Bornholm.

Det gik hurtigt op for mig at bornholmerne er særdeles imødekommende og gæstfri. Heldigvis havde Øen brug for en person som gerne ville sætte gang i ting. SIND folkene på Bornholm har været fuldstændig åbne og positive overfor mine tanker og ideer til at gøre foreningen mere synlig. Især har opbakningen været stor da projektet omkring bogen: SINDETS Ø! blev søsat. Et projekt som jeg tvivler på at jeg kunne have lavet andre steder.

I takt med min positive integration på Øen, har jeg også fået udviklet forskellige netværk. Bl.a. ved at arbejde som frivillig i Musikhuset i Rønne, med mulighed for at dyrke min helt store passion, nemlig musik. I arbejdet med at afvikle koncerter og andre sjove arrangementer, har det givet en masse skønne venskaber. Ligeledes er det også lykkedes for mig at få et lønnet job, som telefoninterviewer hos Gallup Institutet, nogle få timer om ugen. Så fra at være en trist, indelukket og ensom person, er det lidt som at være kommet til Paradis, at have fået så meget gang i livet, at det næsten er svært at finde tid til alle de hyggelige gøremål.



Det er mit personlige store håb at jeg i den kommende tid vil arbejde mig ud af pensionisttilværelsen, og komme til at leve et liv i normal beskæftigelse. Samtidig vil jeg fortsætte mit engagement til fordel for Sindslidende via mit arbejde i Landsforeningen SIND. Netop til dette arbejde, har jeg en masse tanker og ideer til projekter og aktiviteter, som jeg håber, vil blive virkeliggjort i den nærmeste fremtid. Jeg håber at være med til at skabe en større og mere positiv opmærksomhed omkring sindslidelse, idet der desværre stadig er meget tabu og mange fordomme omkring dette handicap./

SIND Lilleskole for Voksne i Aalborg

Af Henny Lanzky, bestyrelsesformand

Sind Skolerne i Aalborg er et samarbejde mellem Sind Daghøjskole og Lille Skole for Voksne.

Samarbejdet består i, at vi har fælles undervisningslokaler, administration og ledelse.

Skolerne er stiftet på initiativ af Landsforeningen Sind, og fungerer med hver sin bestyrelse, adskilt økonomi og forskellige lovgivninger.

Skolerne er et målrettet tilbud for specielt udsatte og psykisk sårbare mennesker.

LILLE SKOLE for VOKSNE udbyder kurser, foredrag, debatskabende aktiviteter m.m. i henhold til folkeoplysningsloven.

Skolen har desuden overenskomst med Aalborg Kommune omkring kompenserende specialundervisning for sindslidende.

Specialundervisningen har til formål at øge deltagerens mulighed for aktiv deltagelse i samfundslivet. Undervisningen kan foregå på skolen, sociale institutioner, støttecentre og i særlige tilfælde i egne hjem. Undervisningen foregår almindeligvis på små hold med 2-6 deltagere.

Den daglige undervisning i begge skoler foregår i en varm og tryk atmosfære.

- Undervisningen er meget personlig rettet.
 - Underviserne har øje for den enkelte elevs behov.
 - Lokalerne er lyse og nyistandsatte, der er elevator.
- Og det hele ledes af forstander Knud Birk Pedersen (BIRK).

Men for at skolen kan eksistere skal den også have en bestyrelse.

For at blive valgt til bestyrelsen skal du være medlem af Sind lokalforening.

Bestyrelsesarbejdet foregår i tæt samarbejde med forstanderen. Der afholdes 3 -5 bestyrelsesmøder årligt inklusiv generalforsamlingen der skal falde inden udgangen af maj.

Bestyrelsesarbejdet er interessant, man får et indblik i behovet for Sind Skolernes arbejde og en absolut respekt for det arbejde elever og undervisere præsterer. (Se også annonceringen af skolens generalforsamling på side 22, red.)/



Foto: Morten Røpe, Horsens Folkeblad

Borgermøde i Horsens

Poul Nyrup hovedtaler ved velbesøgt pårørendemøde

24. februar var omkring 150 mødt op til borgermøde i Horsens om det at være pårørende.

Aftenens hovedtaler var SIND-ambassadør Poul Nyrup Rasmussen, der både høstede stort bifald og fik mange spørgsmål og kommentarer fra den veloplagte deltagerskare.

Inden Poul Nyrups foredrag havde SINDs landsnæstformand og formand for DE9 Knud Kristensen holdt oplæg med titlen "Hvorfor pårørendearbejde," hvor han redegjorde for, hvorfor det er vigtigt at acceptere, at en sindslidende er en fælles udfordring for den sindslidende, de pårørende og de professionelle. Også Knud fik mange spørgsmål og kommentarer fra salen.

Mødet var arrangeret af SINDs Pårørenderådgivning og DE9 i samarbejde med Horsens Kommune/Horsens Sund By, og en veloplagt udvalgsformand

Charlotte Juhl Andersen, Udvalget for Vokservice bød velkommen og rundede dagen af.

Foruden de nævnte var der paneldiskussion, hvor der var lejlighed til at høre og diskutere med overlæge Jørgen Tybjerg, driftschef Cate Kristiansen, Horsens Kommune, leder af Sund By Inge Kristiansen, Horsens Kommune, socialrådgiver Pia Skadhede, SINDs Pårørenderådgivning og souschef, Lone B. Petersen, Familieområdet, Horsens Kommune..

Pia Skadhede sluttede af med at orientere om hvad SINDs Pårørenderådgivning og DE9 kan tilbyde de pårørende i Horsens.

Mødet var startskud til en række dialogmøder, hvor brugere og pårørende sammen diskuterer, stiller spørgsmål og fremsætter ønsker til den fremtidige organisering af psykiatrien i såvel regionen som i kommunen.

Er du fra Horsens-området, og er du interesseret i at deltage i disse dialogmøder, så kontakt SINDs Pårørenderådgivning. Se kontaktinformationerne på side 20./

DE9 – Foreninger for pårørende til psykisk syge i Midtjylland

DE9 er et samarbejde mellem ADHD-foreningen, Midt - Østjylland – Landsforeningen Autisme, Kredsforening Østjylland – Landsforeningen mod Huntingtons Chorea – OCD-foreningen – PS LANDSFORENING Pårørende til spiseforstyrrede – SINDs Pårørenderådgivning, Region Midtjylland – Sindslidendes Vilkår, Region Midtjylland.

www.de9.dk



Brugerudvalget i arbejdstøjet

Fra brugerudvalgets møde i Fredericia den 6.-7. marts

I weekenden d. 6./7. marts 2009 mødtes Brugerudvalget i Fredericia, for bl.a. at debattere Strategiplanen frem til år 2013, der tidligere har været til debat. Hvad skal der ske med Landsforeningen SIND, hvordan kommer vi videre med brugerpolitikken, og fik desuden lagt en arbejdsplan for brugerudvalget frem til næste landsmøde i 2010.

Efterhånden er stort set alle kredse repræsenteret i Brugerudvalget, på nær Vejle og Vestsjælland. Brugerudvalget opfordrer disse kredse til at kigge godt i hjørnerne og se om ikke de kan finde en repræsentant, således at hele landet er med. Udvalget mødes 4 gange om året, og hver gang mødes man på vandrehjemmet i Fredericia.

Humøret var højt og arbejdslysten stor. Der fremkom mange gode for-

slag og meninger. Især brugte Udvalget første del af tiden til Brain-Storm for hele weekendens program. Det viste sig at være en god fremgangsmåde, idet det gav plads og lyst til medlemmer, der normalt har lidt svært ved at formulere sig i større grupper.

Da medlemmerne er meget forskellige, var det meget vigtigt at man i løbet af weekenden også fik vedtaget en ny struktur for afviklingen af udvalgets møder og formuleringen af dagsordenen, således at der bliver bedre tid til dybdegående debat om de forskellige temaer, som er med ved hvert møde.

Brugerudvalgets arbejde, går jo mest ud på at indsamle og formidle brugernes erfaringer og synspunkter med henblik på opfyldelse af landsforeningens formålsparagraf, principprogram og vedtagne politikker med

speciel vægt på brugerindflydelse og behovet for personlig rådgivning og støtte til brugerne.

Nogle af Brugerudvalgets absolutte mærkesager, er at uforklarlige dødsfald hos sindslidende skal undersøges. Udvalget stiller krav om en obligatorisk obduktion, når en psykiatrisk patient dør med f. eks. psykose angivet som dødsårsag. Desuden vil brugerudvalget arbejde for at det bliver officiel SIND politik at der foretages DNA-profilering i forbindelse med mediciner, således at man kan fastslå, hvorvidt den syge er fejl- eller overmedicineret. Brugerudvalget påtager sig også

opgaven som vagthund i forhold til de politiske udmeldinger og vedtagne lovforslag, både lokalpolitisk, såvel som landspolitisk. Udvalget ser med spænding frem til efterårets kommunalvalg./



4 der digter

Inge Pedersen, Marianne Skafte Nielsen, Susse Krakow og Anne Marie Eriksen



Inge Pedersen, Marianne Skafte Nielsen, Susse Krakow, Anne Marie Eriksen: 4 DER DIGTER. 75 sider, kr. 135. Forlaget Gallo 2008. ISBN: 978-87-902-6481-9

Et andet digt lyder:

En kop
Kaffe

Det stormer
Og regner

Der er kat
I strøperne

Vasken er
Stoppet

Køleskabet er tomt

Vandet
Koldt

Posten kommer
Med regninger

Telefonen er lukket

Det er
Godt nok
Træls

Krads og barsk hverdagsrealisme fra
en psykisk syg

Ingen Pedersen: Dedikation

Gi mig en blomst, mens jeg lever
Sagde min mor
Og drak ti – femten bajere om dagen

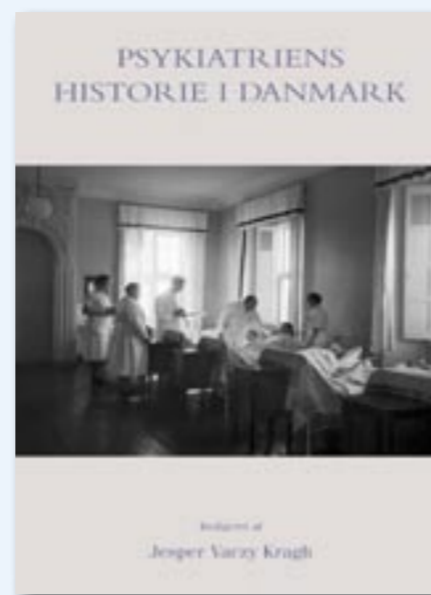
Jeg har ikke spist en eneste pille i dag
Sagde min mor
Skønt hun havde ædt de første fire

Men mor tog piller til sidst
Og sad oprejst i sofaen
Da de fandt hende

Anne Marie Eriksen: Digt uden titel

En smerte var bare
Større end de fleste andre
Nemlig den, der kom
Bag på mig
Den jeg ikke kunne udsige, forudsige
Eller gardere mig
Imod

Den, der overgik mig
En smerte gjorde det ud
For alle de andre,
Fyldte alle de andre smerter
Op og flød endda over.
Den, der sagde:
Ha, det havde du nok ikke
regnet med
Samlet set



Psykiatriens historie i Danmark

Jesper Vaczy Kragh (red.): Psykiatriens historie i Danmark, 378 sider, kr. 348, Hans Reitzels Forlag. ISBN: 978-87-412-5146-2

Det første samlede værk om den danske hospitalspsykiatris historie. I de 10 kapitler kommer i gennem psykiatriens historie fra grundlæggelsen af Sct. Hans Hospital i 1600-tallet til i dag.

Bogen er skrevet af historikere og psykiatere, men er særdeles let læst – også for lægfolk.

Når man har læst bogen, sidder man tilbage med en fornemmelse af, at historien gentager sig.

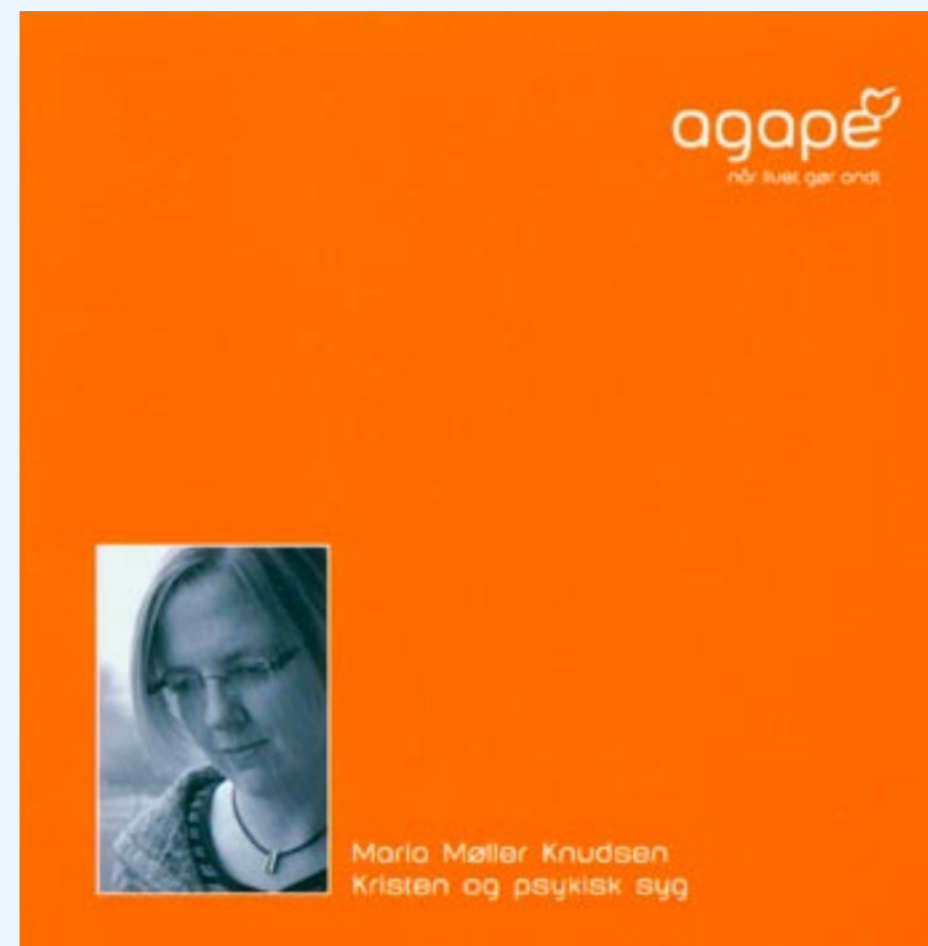
Diskussionen mellem de terapeutisk orienterede og de biologisk orienterede psykiatere går igen – helt frem til vor tid, hvor det ser ud som om, man kan få 'enderne til at nå sammen.'

Behandlingen af psykiske sygdomme synes i hele perioden at være baseret på en famlen i blinde – og en utrolig vilje til at eksperimentere med patienterne.

Endelig er det værd at bemærke sig, at det i hele forløbet kan være svært at afgøre, om det er ønsket om at hjælpe de syge – eller det er ønsket om at beskytte samfundet mod de farlige syge – der har været drivkraften i psykiatriens udvikling.

Vor tids opprioritering af retspsykiatrien på bekostning af almenpsykiatrien, følger sig ind i denne diskurs.

Endelig er det slående, at økonomiske hensyn synes at have vejet tungere end hensynet til patienterne. Afinstitutionaliseringen fra 70'erne var ikke båret af et ønske om at forbedre forholdene for patienterne, men snarere af et ønske om at spare penge./ Knud Kristensen



Kristen og psykisk syg

Maria Møller Knudsen

Maria Møller Kristensen: Psykisk syg, udgivet af Foreningen Agape. Bogen koster 40 kr. og kan bestilles ved henvendelse til Agapes sekretariat, tlf. 86 80 60 22, e-mail: sekretariat@foreningenagape.dk

Maria Møller Knudsen har været meget igennem: Hun har været indlagt på den lukkede afdeling og er blevet diagnosticeret skizoaffektiv, så hun kender den psykotiske verden indefra. Hun har hallucineret og hørt stemmer, der forsøgte at presse hende til at gøre noget dødbringende, så hun har også været i kontakt med den dæmoniske side af tilværelsen.

Det, som har præget Maria Møller Knudsen er, at hun ud over at være psykisk syg, også er en kristen. Hun fandt er vers fra bibelen, der betød virkelig meget for hende i hendes situation:

"Frygt ikke, for jeg er med dig. Fortvivl ikke, for jeg er din Gud. Jeg styrker dig og hjælper dig. Min sejrrige hånd holder dig fast."

Hun fik en veninde til at skrive det som plakat og fik det hængt op over sin seng. Det kom til en hård kamp

med personalet og plakaten blev fjernet, men Maria Møller Knudsen stod fast og plakaten blev hængt op igen.

Maria Møller Knudsen fik meget beroligende medicin og var ofte ved at falde i søvn selv midt i maden eller under en gudstjeneste. At det virkelig har gjort ondt, vidner dette lille vers om:

"Åh Gud, det gør ondt

Jeg beder dig
Slip mig ud af denne pine
Du er den eneste, der ved, hvordan jeg har det.

Og den eneste, der kan befri mig
Åh Gud, hør mit skrig"

Nogle gange var Maria Møller Knudsen selvdestruktiv og forvoldte sig selv skade for at føle, at hun stadig levede.

Et andet lille digt uden titel belyser hendes situation

"Mine fødder er lænket
Men det er ikke dem, der binder mig."/

Jesper Steen Andersen, SIND bladet

Samlet set en fin og letlæst digtsamling, som jeg kan anbefale/
Jesper Steen Andersen, SIND bladet

Dør til et værelse

Roman af Christina Englund

Christina fik i en alder af 33 år udgivet sin sjette roman – hun fik debut som 17 årig – en imponerende præstation.

Dør til et værelse er en roman om en hovedperson, der hedder Gitte, der har en mand Svend og en dreng Sebastian. Gitte går til kor og har der en elsker, der hedder Johannes. Svend er et meget ordentligt menneske og da Gitte efter en nat med Johannes ikke dukker op som aftalt tiol sommer ferier bliver Svend og Sebastian trafikdræbt i en kollision med en lastbil. Gitte finder ud af, hvem der har kørt lastbilen og begynder at overvåge chaufføren i denne parcelhus og trænger til sidst ind i parcelhuset om natten til de sovende børn, men bliver pågrebet og politiet tilkaldt. Gitte ryger på psykiatrisk institution, hvor hun forhøres skarpt af af tante Lilla og tante Grøn. Det bliver alt sammen for-

talt i mange små sekvenser. Gitte har hele bogen igennem en veninde, der hedder Ulla, som til sidst viser sig at være en opdigtet person. Vi følger Gitte i en meget virkelighedsnær og godt fortalt række små kapitler, hvor vi får et kalejdoskopisk billede af hendes liv.

Gitte bliver medicineret på den psykiatriske institution og er ofte tæt på at sløve hen og falde i søvn. Fortælleren tager hele tiden sit udgangspunkt i hvordan hovedpersonen ser på sagen uden at moralisere og hvorledes hun oplever situationen og det er op til læseren at stykke historien sammen ud fra de oplysninger, der gives undervejs.

Samlet set vil jeg sige, at er man til moderne skønlitteratur, så er Christina Englund værd at stifte bekendtskab med./ Jesper Steen Andersen, SIND bladet



Christina Englund: Dør til et værelse, 184 sider, 199 kr, Gyldendal 2008. ISBN: 978-87-020-6463-6

Poesi

Af Chr. Toubro

Viby J.

Fred på land og i by
Fred for dem i det åbne og dem i ly

Retfærd for kvinde, børn og mand
Lykke for et lille land

Lighed, frihed, latter og lys
Drillerier og søde gys

Euro og dollars
Arbejde og værdighed
Pund og ...boller – s
Kroner og ører i lommen ned

Modtage efter nytte og yde efter evner
Sind – stridbare og ru der stolte levner

Ja, sind der læmper
Det onde gamle herut lempet

Lempet og synger og sejrer og ser
Mer vil jo ha mer

Af Hanne Henriksen

Hundested

Tanker – håb- virkelighed
kærlighed – lykken
Hvorfor tager jeg den ikke
chancer – chancer
Bange!/?
Må tage fat i mig selv
leve ny verden
med andre sindslidende
Hjælper mange
Skal også huske – huske
Hjælpe mig selv.

Når angsten prøver at styre
er livet svært at leve
kan desværre ikke ses
Derfor kan andre ikke følge det

Man kan vælge opgive
eller kæmpe med det
Trættende er det
kæmpe hele livet

Har bestemt mig for
at det ikke skal styre
I hvert fald ikke hele tiden
Elsker nemlig livet

I lyset skygge ser
Trolde – meget mer
Min fantasi i verden
Lys og skygge i sind

Nu jeg lys – skygge
ser hvad det oplever
Det må rumme meget
Lige som mig selv/

Mit forhold til SIND bladet



Af Knud Kristensen

Mit forhold til SIND bladet har ændret sig markant over de seneste par dage. Der er mangt og meget ved bladet, som jeg aldrig før har tænkt over, men som jeg nu både har tænkt over – og fået en mening om.

Medlemmernes blad

Indtil jeg blev aktiv i SIND, var bladet bare noget, som kom ind af min brevsprække med jævne mellemrum. Ikke hver måned, men med jævne mellemrum. Det mindede mig om, at jeg var medlem af SIND, og selv om jeg kun læste sporadisk i det, var det på sin vis en tryk livline til foreningen, som jeg jo havde meldt mig ind i, fordi jeg gerne ville støtte sagen – og fordi jeg syntes, at SIND gjorde et godt arbejde.

For at støtte sagen lidt ekstra, havde jeg tegnet et firma-medlemskab. Så til overflod kom der ikke bare ét men hele fem eksemplarer af bladet hver gang.

Efter den første gennembladrning røg bladet over i bunken med andre blade, som jeg ville læse grundigere, når jeg fik tid.

Når bunken blev faretruende høj, smed jeg den nederste halvdel til genbrug – ofte uden at have fået tid til den grundigere læsning.

De aktives blad

Så en dag meldte jeg mig under fanerne og blev aktiv i SIND. Jeg blev formand for Pårørendeudvalget.

For at kunne vælges til denne post, skulle jeg være personligt medlem af SIND – så det blev jeg også.

Nu blev mit forhold til SIND bladet et helt andet. Ikke kun fordi der nu ikke kom fem, men hele seks eksemplarer af bladet hver gang. Heller ikke fordi mit navn nu pludselig optrådte i bladet i listen over udvalgsformændene.

Nej det der virkelig betød en ændring af mit forhold til bladet var, at det blev et arbejdsredskab for mig.

Gennem bladet kunne jeg holde mig ajour med det, der skete i landsforeningen rundt omkring i kredse og lokalforeningerne. Jeg konstaterede også, at flere personer optrådte jævnlige i bladet. Der var formanden, der hver gang tittede frem på side 3 (fotograferet foran en væg af samme farve, som min stuevæg havde en gang midt i halvferdserne – mon han bor så-dan?). På denne plads var det tit Jesper Sten Andersen der boltrede sig. Altid med positive budskaber – ofte med afsæt i bøgernes bog.

Nu var det sjældent, at bladet røg ud uden at blive læst fra ende til anden.

Redaktørens blad

De seneste fire dage har mit forhold til bladet taget en ny og uventet drejning. Som formand for PR-udvalget og medlem af redaktionen, måtte jeg over hals og hoved påtage mig at færdiggøre bladet fordi vores redaktør Sophie måtte sygemelde sig.

Hjemme foran min trofaste iMac skulle jeg pludselig til at forholde mig til hvor mange anslag, der er i en artikel. Bagsideklummen fx må max. fylde 5.000 anslag (og det er altså word count-characters-with spaces!).

Omme bag ved kulissen fandt jeg ud af, at billedet af Finn ikke er skudt hjemme i privaten, men er taget under landsmødet i 2006.

Den skrifttype der bliver brugt til brødteksten, hvad pokker er det for en? Nå ja det er selvfølgelig Palatino Light 10,5 punkt med 13 punkts skydning. Men hvorfor mon de har valgt at knibe bogstaverne 5 % horisontalt – det må være for at klemme flere anslag ind på siden.

Pokkers også, men der mangler altså stof. Der må skrives og skaffes – og hvor var det nu lige at Sophie sagde, at hun havde lagt de digte?

Det der ser så let ud i dagslys, det virker helt anderledes kl. 2 om natten,



når deadline hos trykkeriet er kl. 8 næste morgen.

Hvorfor f.... var det også lige, at du skulle sige ja til den opgave? Ja bladet skal jo ud. Der er nye medlemmer, der skal mindes om, at de er medlem af en forening, hvis formål de støtter. Der er frivillige tillidsfolk, der skal orienteres om hvad vi laver rundt om i landet.

Meningsdannende

Skulle der være en enkelt politiker eller to, der lader sig påvirke af vores holdninger, så er det jo også godt.

Så kære læser smid ikke dette blad ud. Det har kostet blod, sved, tårer og ikke mindst nattesøvn./

Ændringer vedrørende abonnement: Ring venligst til Landsforeningen SINDs sekretariat på telefon 35 24 07 50

Post Danmark

PP

Magasinpost UMM
ID-nr. 42545

Humørstriben

Af Benny Karlin

