

## EUFAMI-gene- ralforsamling

> SIDE 7

## Psykiatritop- møde 2009

> SIDE 14

## En psykiatri i verdensklasse

> SIDE 15

## Håb, humor og helbred

Brenderup Højskole 2009

> SIDE 8-9

## Sæt psykiatrien på valgplakaten

Vi fortsætter serien med portrætter af kandidater til regions- og byrådsvalgene i november 2009

> SIDE 12-13



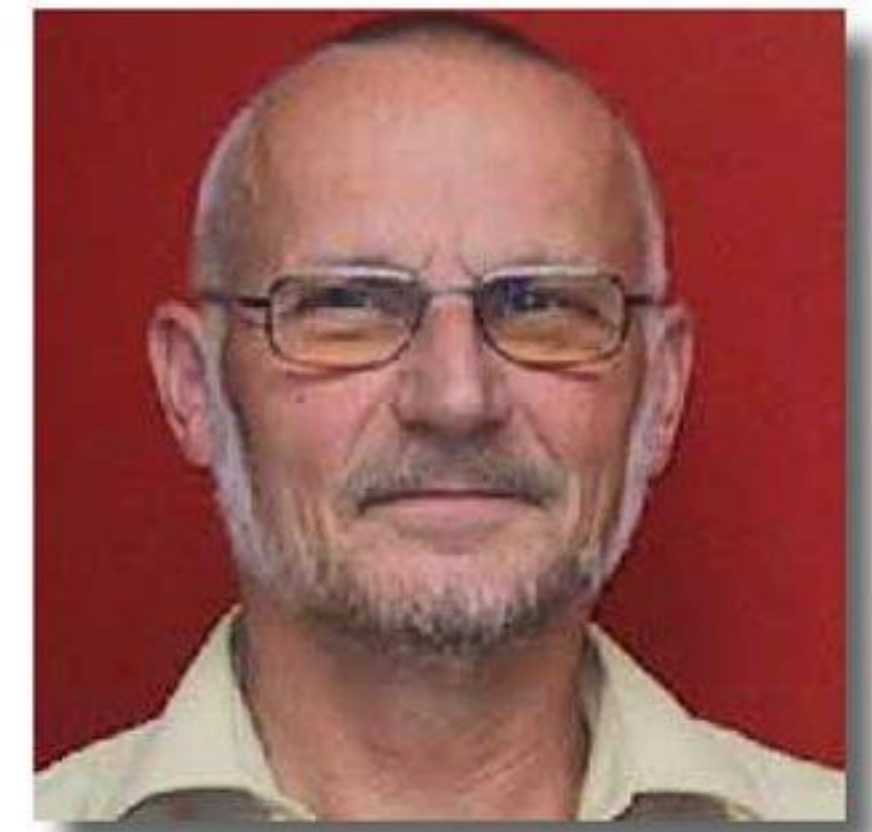
Meld dig ind i Landsforeningen SIND og hjælp os med at hjælpe andre. For kun 200 kr. om året kan du være med. Ring 35 24 07 50.

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



# Håb, humor og helbred

## Sankthansaften på Brenderup Højskole 2009



Af Finn Graa Jakobsen  
Landsformand

Jeg var inviteret til at holde båletalen sankthansaften på SINDs Sommerhøjskole på Brenderup.

En sjov/uhygge skik med disse aftner, med bål og afbrænding af heksen. Så vidt jeg ved blev den sidste såkaldte heks brændt helt tilbage i 1690erne.

Det er enestående at opleve den begejstring, dette initiativ med sommerhøjskolen, har udløst hos de, der har haft fornøjelsen at være med.

Jeg bringer på dette sted et par klip fra min tale i bålet skær ved midsommerfesten på Brenderup Højskole 2009.

Netop i disse dage oplever vi politikere, der spiller kloge på psykiatriområdet.

Ministeren for sundhed og forebyggelse ønsker at indføre "ambulant tvang" eller tvungen opfølgning, som det også kaldes.

SIND genkender modellen. Vi ser nu igen et forslag, som for fem år siden blev afvist af flertallet i Folketinget.

Den løsning som ministeren har "opfundet" for at hjælpe ca. 100 personer, som hospitalspsykiatrien ikke har ressourcer til at hjælpe, udstiller kun hans manglende forståelse for hvad han arbejder med/er minister for.

Jeg kommer til at tænke på Piet Hein, som har skrevet:

*Der er stor lighed mellem at ha løst et  
problem og slet ikke ha fattet det*

SIND vil også i denne sag kæmpe for sindslidendes ret til en værdig og ordentlig behandling – indenfor eller udenfor sygehusene.

### Håb

SIND håber – ja her kommer håbet ind i billedet – på fortsat udvikling på behandlingsområdet.

Håber på mere forståelse for de behandlingskrav vi stiller. Ikke kun krav til den medicinske behandling og det der foregår inden for sygehusenes døre.

Endnu mere har vi nogle store og – synes vi – yderst relevante krav til den medmenneskelige behandling, vi kræver efter udskrivning.

Netop fordi vi har disse krav og ønsker til fremtiden, arbejder vi målrettet med påvirkning af beslutningstagere m.fl.

Som bekendt er der valg til kommuner og regioner 17. november 2009.

Derfor har SIND udarbejdet en folder/et hæfte, med idéer og ønsker til nuværende og kommende politikere i kommuner og regioner.

SIND har bl.a. på denne måde tænkt sig at påvirke og motivere til at ansvarlige politikere tager stilling, og forholder sig til de sindslidende og deres pårørende.

Piet Hein skriver – og jeg citerer ham igen:

*Kun idioter kan undvære deres medmenneskers hjerne*

Derfor har vi i SIND – som gode medmennesker – skrevet en folder til nogle personer, som vi ikke anser for idioter.

Det er vort håb, at de rette personer bliver valgt, og får indflydelse.

Mere end halvdelen af vælgerne er – direkte eller indirekte – berørt af psykiske problemer.

Skal vi ikke beslutte, at vi alle stemmer på én der vil gøre noget særligt for psykiatrien?

Det vil for alvor kunne flytte stemmer!

Til trods for at flertallet af vælgerne og kandidaterne er berørt af psykisk sygdom – og til trods for, at ansvaret for psykiatrien er fordelt mellem netop regionsrådene og byrådene – fylder psykiatrien traditionelt stor set intet i valgkampen.

Derfor: Vær med til at sætte fokus på psykiatrien i valgkampen – og ved valget.

### Humor

Uden humor (måske også lidt galgenhumor) var vi ikke nået så langt som vi er. Og uden humor var I nok heller ikke der i livet hvor I er nu.

Af og til må vi i SIND finde en grimasse der kan passe.

Forleden offentliggjorde Ankestyrelsen statistikken "Førtidspensioner: Årsstatistik 2008."

Her skrives bl.a., at 48 % af alle de der blev tilkendt førtidspension i 2008 lider af en psykisk sygdom.

80 % af de, der fik tilkendt en førtidspension i aldersgruppen 20-29 år havde en psykisk lidelse.

Denne statistik fik formanden for Folketingets Arbejdsmarkedsudvalg, Knud Kristensen fra de konservative på banen.

Som I kan læse andet steds i dette blad, har denne "forstandige" politiker sin helt egen løsning på problemet.

Når jeg nævner Ankestyrelsens årsstatistik, så lige en ting mere.

Samme statistik har straks fået forslaget om at gøre alle førtidspensioner midlertidige, til at poppe op igen.

SIND afviser forslaget – som vi har gjort det de øvrige gange, det har været fremsat.

Vi ønsker i stedet forebyggelse og rehabiliteringsydelse, der skal være en midlertidig ydelse som man kan få i længere tid, indtil situationen er stabiliseret.

SIND opfordrer regeringen til at indstille deres usmægtige klapjagt på førtidspensionisterne!

### Helbred

Det er noget hver enkelt deltager gør noget ved, i en intens uge sammen med andre.

Fylder rygsækken op med idéer og tanker – som kun kan gavne helbredet – også når man vender mættet og "lidt" træt hjem.

Man skaber sig selv nogle forventninger, når man melder sig til en sådan højskoleuge. Det er spændende om forventningerne bliver indfriet – eller meget bedre hvis de bliver overtruffet.

Jeg håber, at holdet også i 2009 fik forventningerne indfriet.

Jeg har fundet et lille sætning hos Møllehave, som jeg vil slutte med: *Man skulle ikke tro jorden var rund – når tilværelsen er så kantet.*

**04 Læserbreve**

Arne Mejlhede indvier os i hvordan det er at være speciallæge i psykiatri og opleve, at socialforvaltningerne gang på gang tilsidesætter ens faglige vurdering. Peter efterlyser en reaktion fra SIND i sagen om 180 ulovlige tilfælde af tvang mod hans datter. Landsformanden svarer Peter.

**05 Presseklip**

Unge psykisk syge er selv skyld i det – siger K-politiker. Evalgelist meldt for kvaksalveri. Stigning i antallet af afviste i Børne- og Ungdomspsykiatrien. Dette er blot nogle af klippene i dette nummer.

**06 SIND siden sidst**

Ambulant tvang og midlertidige førtidspensioner er to af de gamle travere, der er trukket af stalden igen i sommervarmen. SIND har igen taget afstand fra forslagene, og opfordrer til anstændig behandling af sindslidende. Sundheds- og forebyggelsesministeren har svaret SIND, at han ikke vil give erstatning for psykiske bivirkninger. Han mener nemlig, at man kan få depression af ikke at have malaria!

**07 Høringssvar**

Loft over egenbetaling for madservice, ændrede regler for bistandsværger og vejledning om frit sygehusvalg. Dette er nogle af de nye regler, SIND har afgivet høringssvar på.

**07 EUFAMI-generalforsamling 2009**

Den europæiske pårørendeorganisation har afholdt genralforsamling i Bled, Slovenien. SIND var repræsenteret.

**08 Sommerhøjskole**

Traditionen tro bringer vi tekst og billeder fra årets sommerhøjskole på Brenderup Højskole.

**10 SIND Ungdom**

**10 Psykiatriforeningernes Fællesråd**

21 psykiatriforeninger i Region Hovedstaden er gået sammen i paraplyorganisationen "Psykiatriforeningernes Fællesråd" – en succes for samarbejde og indflydelse.

**11 Nye regler om gæld til det offentlige**

Har du gæld til det offentlige, så kan du måske få gælden eftergivet.

**11 Man skal kende et samfund...**

Anonym læser skriver om sine oplevelser med psykiatrien. At være pårørende er hendes indgangsvinkel til SIND. Hendes mand Thomas begik selvmord under indlæggelse.

**12 Regions- og byrådsvalg 2009**

I serien med portrætter af kandidater til regions- og byrådsvalgene i november 2009 stifter vi i dette nr. bekendskab med Mikkel Warming (Ø/Københavns Kommune), Kristian Kirk Mailand (B/Region Hovedstaden), Niels Callesøe (F/Region Midtjylland) og Poul Nødgaard (O/Ringsted Kommune).

**14 Psykiatritopmøde 2009**

Poul Nyrup Rasmussen og Det Sociale Netværk indkalder til psykiatritopmøde den 3. oktober på Frederiksberg Gymnasium.

**14 At være psykisk syg i Kenya**

Antropologistuderende Elisabeth Søndergaard er på vej til Kenya for at studere hvordan det er at være psykisk syg i et land med en så anderledes kultur end vores.

**15 En psykiatri i verdensklasse**

Kirsten Hove indfører os i Danske Regioners vision for fremtidens psykiatri. Visionerne er gode, men der er også svagheder og mangler.

**16 Bøger**

I dette nummer anmeldes "Mod på livet trods sygdom" af Jonna Deibjerg, "Tillykke med din krise" af Finn Nørbygaard, "Følelsesmæssig intelligens i coaching" af Steve Neale m.fl. og "Psykologi med sjæl" af Jean Hardy. Vi bringer også en omtale af bogen "Psykose hos unge" af Merete Nordentoft m.fl.



**17 Poesi**

Vi bringer digte af Nanne Nebbegård, Else Høst og Jette Rass.

**18 Lokal-nyt**

Vi bringer hele fire sider med tilbud og arrangementer fra kreds- og lokalforeningerne. Både allerede afholdte og kommende.

**20 'Butik'**

SIND udgiver en række publikationer. Vi sælger også merchandice. Disse udgivelser m.m. er omtalt på side 20. I dette nummer af bladet sætter vi fokus på vores nye hvervefolder.

**21 Mellem Medlemmer**

**21 SINDs legater**

SIND har mulighed for at støtte enkeltpersoner. Her kan du læse hvem der kan søge – og hvordan det foregår.

**22 Adresser**

Oversigten over kreds- og lokalformænd, udvalgsformænd m.m. er flyttet til siderne 22-23.

**23 Støt SIND**

Denne gang med en særlig opfordring til at skaffe SIND så mange gaver, at vi kan bevare godkendelsen efter ligningslovens § 8 A.

**24 Klummen**

Lars Strange skriver om hvordan det er, at deltage i højskoleopholdet på Brenderup.



## Skriv til os ...

Skriv til SIND bladet. Fortæl om emner og arrangementer, eller kom med din mening i et læserbrev. SIND bladet modtager også gerne ris og ros.

### Skrivevejledning

Skriv gerne en overskrift og en lille indledning om emnet. Dernæst kommer historien og en lille afslutning. Du må meget gerne sende billeder, både digitalt og papir, samt billedtekst. Husk faktuelle oplysninger som navne, dato, sted. Send tekst i word, og billeder som jpg-filer.

Vi får flere bidrag end vi kan bringe. Redaktionen forbeholder sig ret til at forkorte bidrag.

### Hvordan får jeg det med?

Der er tre måder at aflevere et bidrag til SIND bladet: Pr. e-mail, med alm. post, eller ved at ringe til redaktionen.

Ring på tlf. 35 24 07 50

**SIND bladets redaktion**  
**Landsforeningen SIND**  
**Jernbane Allé 45, 3. sal**  
**2720 Vanløse**  
**redaktionen@sind.dk**



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

I henhold til foreningens vedtægter er det redaktionsudvalget og SIND bladets redaktion, der fastlægger bladets journalistiske linie.

# Tak

til alle, der har bidraget  
til dette nummer af  
SIND bladet./

- redaktionen

## Læserbreve – skriv din mening til SIND bladet

SIND bladet modtager gerne læserbreve, der vedrører landsforeningen SINDs arbejde. Redaktionen forbeholder sig ret til at forkorte indlæg, hvis det skønnes nødvendigt.

## Socialforvaltningens behandling af psykisk syge

Af Arne Mejlhede, speciallæge i psykiatri, Hobro

Jeg tror, at de fleste, der læser til socialrådgiver, har den bedste intention om at behandle klienterne godt.

Vi har i mange år ment, at vi havde et velfærdssamfund i Danmark. Efterhånden er det blevet sådan, at psykisk syge jages rundt i systemet. Selv svært psykotiske patienter bliver presset ud i arbejdsprøvning i utide. De kan slet ikke klare det. De dør endog med at klare at få et brev fra socialforvaltningen.

Når det med hiv og sving lykkes at få en svært belastet patient igennem en uddannelse, og vedkommende måske ikke kan klare fuldtidsjob, kan der jo være tale om enten fleksjob eller pension. Det burde være en selvfølge, at der var god overens-

stemmelse imellem den lægelige behandling og de sociale tiltag.

Det er efterhånden blevet sværere og sværere at deltage i dette.

For nylig har jeg haft en sag, hvor socialrådgiveren vil bestemme den psykiatriske behandling af patienten – støttet af psykiatrisk speciallægekonsulent, som aldrig har set patienten.

Dette på trods af patientens ønske – og med henvisning til, at patienten kan komme på kontanthjælp, hvis ikke hun makker ret.

Dette er en utiltalende formynderisk holdning at have over for patienten, men det ser vi desværre ofte.

Hvis socialforvaltningen ikke er tilfreds med den statusattest eller speciallægeerklæring, de har fået fra en læge, indhenter de blot en ny – måske også en tredje for at have forskellige at vælge imellem.

Socialforvaltningen og kommunens lægekonsulenter er tilsyneladende ligeglade med, hvad der sker med patienten på længere sigt; men for os behandlende læger er det skammeligt at se på.

Det koster samfundet mange penge, og det koster patienterne mange lidelser.

Her er et punkt, hvor Landsforeningen SIND godt kunne gøre en ekstra indsats./

## 180 overgreb mod 14-årig

– Psykiatere brød loven i 180 tilfælde, hvorfor hører vi ikke fra SIND?

Af Peter

Som far til den pige, som har været udsat for 180 ulovlige tvangsfikseringer, kan det undre mig, at SIND, der har været med til at underkende fikseringerne i patientklagenævnet, ikke kommer med en officiel udtalelse. Jeg savner at foreningens formand kommer med en udtalelse omkring at en psykiatrisk afdeling i den grad kan tilsidesætte gældende lovgivning.

Denne sag er jo kun kommet frem fordi vi hele tiden har ment, at de overtrådte psykiatriloven. Vi kan frygte at dette ikke er enkeltstående og tænker på alle de stakkels mennesker som måske dagligt bliver udsat for en eller anden form for tvang på grund af psykiatriens magtesløshed og manglende evne til at prøve andre/alternative behandlingsformer.

Foreningen "Bedre Psykiatri" har været på banen, forskellige folketingspolitikere har udtalt sig – men ikke Landsforeningen SIND, som i hverdagen kæmper for de sindslidendes rettigheder.

Jeg mener, at denne sag burde stå højt på alle psykiatriske foreningers dagsorden.

Jeg kan kun vente med glæde på at foreningen SIND tager bladet fra munden og "tør" komme med en udtalelse./

Forkortet af red.

Såvel indlæg som svar kan læses i deres fulde længde på [www.sind.dk](http://www.sind.dk) under menu-punktet Chat/debat.

### Svar

180 ulovlige tvangsfikseringer af en patient, er helt utåleligt!

Det er rigtigt, at der ikke i dagspressen har været refereret citater fra Landsforeningen SIND, men det betyder ikke, at vi sidder en sag som denne overhørig.

SIND har i det psykiatriske patientklagenævn medvirket til at underkende de konkrete tilfælde, og sagen vil indgå i vores videre arbejde med at få reduceret brugen af tvang. Vi tror på, at anvendelsen af tvang kan begrænses.

Det har SIND i årevis sagt til de ansvarlige politikere, og det vil vi blive ved med at fremføre.

I SIND bladet fra april 2008 er der et referat af SINDs møde med Europarådets Torturkomité, hvor vi bl.a. gjorde opmærksom på, at Danmark efter vores opfattelse ikke gør tilstrækkeligt for at nedbringe tvangsanvendelsen.

SINDs synlighed i den offentlige debat om konkrete sager skal ikke kun ses som tilbageholdenhed når det drejer sig om konkrete patientforløb, som vi er blevet bekendt med via vores repræsentanter i de psykiatriske patientklagenævn, men også i meget høj grad som et resultat af vores begrænsede mulighed for at "trænge igennem" til journalisterne.

Jeg kan dog love dig, at det ikke vil afholde os fra at prøve at sætte vores præg på debatten!

Finn Graa Jakobsen, Landsformand/

Forkortet af red.

## Forskning

### Genetiske årsager til skizofreni fundet

Ifølge en pressemeddelelse fra Region Hovedstadens Psykiatri har man i det største studie af skizofreni nogensinde fundet mutationer i den menneskelige arvemasse, der øger risikoen for at udvikle skizofreni.

Studiet omfatter mere end 50.000 patienter og kontrolpersoner fra fjorten lande i Europa (inkl. Danmark), og der er påvist sammenhæng mellem medfødte mutationer i tre forskellige områder af arvemassen.

Det ene af områderne er knyttet til immunforsvaret. En anden mutation findes på et kromosom tæt ved det gen, der regulerer hukommelsen og intelligensen. Den sidste mutation findes i et gen, der er involveret i hjernens udvikling.

Mutationerne forklarer en meget stor del af det samlede antal sygdomstilfælde med skizofreni.

Læs mere på [www.nature.com/](http://www.nature.com/)

## Aftale om regionernes økonomi for 2010

### Psykiatrien igen henvist til satspuljen

Regeringen og Danske Regioner har indgået aftale om regionernes økonomi for 2010. Med aftalen tilføjes sundhedsvæsenet ekstra 2,1 mia. kr. – men det rækker overhovedet ikke til at indfri ambitionerne. De 300 millioner kr. er øremærket til de ekstra operationer, som følge af genindførelsen af behandlingsgarantien 1. juli.

#### Småpenge til psykiatrien

Med en national strategi for psykiatrien på vej fra Sundhedsstyrelsen og Danske Regioners visionspapirer om en psykiatri i verdensklasse (se artiklen på side 15), kunne man forvente et betydeligt løft til psykiatrien, der har været udsultet i mange år.

Udgifterne til det somatiske område er steget med 30 procent siden 2001. I samme periode er udgifterne til psykiatrien kun steget med fem procent.

Desværre spejder man forgæves efter pengene i den indgåede aftale. I stedet henvises psykiatrien igen til en andenrangsbehandling med finansiering over satspuljen. Dette til trods for at satspuljepartierne flere gange har lovet hinanden og psykiatrien, at det skulle være slut med denne forskelsbehandling.

Der afsættes 250 mio. kr. til forbedring af de fysiske rammer på de psykiatriske afdelinger – herunder til udbygning af antallet af enestuer. De 50 mio. kr. øremærkes til anlægsudgifter i retspsykiatrien.

Tilbage er udelukkende et løfte om, at regeringen vil søge tilslutning til, at indsatsen i psykiatrien skal videreføres, når den i efteråret indleder forhandlingerne om satspuljen for 2010.

SIND mener at denne forskelsbehandling er uværdig og i strid med tidligere indgåede aftaler./

## Evangelist anmeldt for kvaksalveri

### Bragte to i livsfare

Sundhedsstyrelsen har, ifølge DR Nyhederne, anmeldt den kristne organisation Evangelist til politiet for kvaksalveri.

Sundhedsstyrelsen mener, at to personer er blevet bragt i livsfare, fordi Evangelist har taget medicin fra dem.

“De har fjernet livsvigtig medicin fra folk og derved bragt deres helbred i fare, siger Anne Mette Dons, der er leder af tilsynsafdelingen i Sundhedsstyrelsen, til DR Nyheder. Hun betegner sagen som meget alvorlig.

En af sagerne drejer sig ifølge DR Nyhederne om en 27-årig kvinde, der lider af paranoid skizofreni og borderline. Kvinden har tidligere fortalt til DRs 21 Søndag hvordan hun – efter at Evangelist havde taget hendes anti-psykotiske medicin fra hende – stillede sig ud foran et tog.

Kvinden udtaler til DR Nyheder, at hun er lettet over politianmeldelsen./

## Unge psykisk syge på førtidspension

K-politiker: De er selv skyld i det

Ankestyrelsen har offentliggjort statistikken “Førtidspensioner: Årsstatistik 2008.”

48 % af alle de der blev tilkendt førtidspension i 2008 lider af en psykisk sygdom. 80 % af de, der fik tilkendt en førtidspension i aldersgruppen 20-29 år havde en psykisk lidelse.

Disse tal siger noget om “temperaturen” på arbejdsmarkedet for unge psykisk sårbare anno 2008. Det ser ikke just lyst ud.

#### Knud Kristensen har svaret

Formanden for Folketingets Arbejdsmarkedsudvalg, Knud Kristensen (K) [ikke at forveksle med nærværende blads vikarierende redaktør!] har sin helt egen – og mildt sagt alternative – forklaring.

Til Altinget | Social udtaler han, at den eneste årsag til, at unge mennesker kommer på offentlig forsørgelse er, at de har misrøgtet deres helbred.

Han opfordrer forældrene til at tage en alvorlig snak med de unge mennesker om deres levevis og deres forbrug af euforiserende stoffer. Sådan!//

## Flere unge afvises

Børne- og ungdomspsykiatrien afviser flere end tidligere – er det et resultat af udredningsgarantien?

Her på siden kunne vi i april 2009 oplyse, at ventelisterne i børne- og ungdomspsykiatrien falder. Nu viser det sig, at en del af forklaringen kan være, at flere henvisninger end tidligere afvises.

Ministeren for sundhed og forebyggelse har besvaret Sundhedsudvalgets spørgsmål 478. Det fremgår af besvarelsen, at antallet af afviste henviste er steget signifikant i fire regioner. Kun Region Syddanmark kan melde om en uændret andel afviste.

Ministeren oplyser endvidere, at en del af de afviste “vender tilbage” (til et andet tilbud eller med en uddybet henvisning).

Dette giver anledning til en overvejelse vedrørende udredningsgarantien. Det er jo ikke patientens (eller forældrenes) skyld, at der er fejl i den første henvisning. Er det så rimeligt, at udredningsgarantien suspenderes medens fejlen repareres? Det mener SIND ikke.

Der må stilles krav om, at ingen afvises på grund af fejl i henvisningen./

## Psykisk syge får erstatning i USA, men ikke i Danmark

### Erstatning for bivirkninger af Zyprexa

30.000 amerikanere har fået udbetalt erstatning for bivirkninger af Zyprexa. De har i gennemsnit fået kr. 200.000 i erstatning fra producenten Eli Lilly, der har indgået en række forlig med sagsøgere. Ifølge Politiken har man udbetalt mindst syv milliarder kroner.

Zyprexa er ifølge Politiken det tredjemest solgte lægemiddel i Danmark. Alligevel har der i perioden 2003-09 kun været 18 klager over bivirkninger ved Zyprexa til Patientforsikringen.

Kun to af de 18 har fået tilkendt erstatning. To sager er endnu ikke afgjort.

Såvel de amerikanske som de danske klager vedrører overvægt, der kan føre til diabetes.

#### Forskellige traditioner

Amerikanerne har en helt anden tradition for retssager om bivirkninger ved lægemidler. Det kan ifølge formand for Dansk Psykiatrisk Selskab, Anders Fink-Jensen være en af forklaringerne på den store forskel.

#### Ingen grund til bekymring

Oplysningerne om de mange sager i USA får ikke Lægemiddelstyrelsen til

at mistænke Zyprexa for at være farlig. Overlæge Doris Stenver fra Lægemiddelstyrelsen siger til Politiken, at styrelsen vurderer medicin på baggrund af indberettede bivirkninger i Danmark og resten af Europa.

Anders Fink-Jensen siger til Politiken, at det er rigtigt, at patienter, der får Zyprexa, risikerer at tage på og udvikle diabetes. Derfor skal man måle og veje patienterne undervejs, og tilbyde dem at skifte til et andet præparat, hvis de tager for meget på.

Selvom der formentlig ikke er nogen, der ønsker sig amerikanske tilstande med million-søgsmål, der af og til gennemføres på tvivlsomt grundlag, så tyder tallene på, at der kan være grund til at se på de danske regler.

#### Manglende viden om muligheden

Der er også noget der tyder på, at danskerne ikke er tilstrækkeligt opmærksomme på, at de har mulighed for at få erstatning for bivirkninger af medicinen.

Læs mere på [www.patientforsikringen.dk/](http://www.patientforsikringen.dk/)

## Ambulant tvang

I ministeriet for sundhed og forebyggelse pusler man i som-mervarmen med et forslag, der skal gøre det muligt at anvende tvang, uden at patienterne er indlagt

Af Finn Graa Jakobsen, landsformand

En melding fra juni 2009: "Hvis en psykisk syg ikke møder op på det distriktspsykiatriske center for at få sin medicin, skal politiet hente vedkommende og køre borgeren til et hospital, hvor han vil blive tvangsmedicineret."

For tre år siden fremkom den daværende indenrigs- og sundhedsminister Lars Løkke Rasmussen også med dette ganske indgribende forslag.

Efter en lang og til tider hidsig debat endte forslaget heldigvis i papirkurven.

Folketinget enedes om, at der ved revision af Psykiatriloven i 1998, var besluttet "værktøjer", som endnu ikke var benyttet i et omfang, som kunne bevise eller modbevise behovet for sundhedsministerens meget markante lovudspil.

### Udskrivningsaftaler og koordinationsplaner

Værktøjerne er bl.a. de såkaldte udskrivningsaftaler og koordinationsplaner. De er opfølgingsredskaber til brug for de patienter, som man antager efter udskrivning ikke selv søger den behandling, der er nødvendig for patientens helbred. Medvirker patienten, taler man om en udskrivningsaftale. Nægter patienten at medvirke, taler man om en koordinationsplan.

Vi kan i dag konstatere, at det endnu ikke er blevet gængs at bruge disse to udskrivningsmuligheder. Sundhedsstyrelsen vurderer, at der bør indgås ca. 1.000 udskrivningsaftaler/koordinationsplaner på årsplan. Det reelle tal var i 2007 207 aftaler/planer.

Ministeriet har i et brev til regionerne i juli 2008 indskærpet pligten til at anvende disse redskaber.

### Lovforslaget genfremsættes

Alligevel har den nuværende minister for sundhed og forebyggelse Jakob Axel Nielsen, allerede bebudet, at han agter at genfremsætte forslaget om den ambulante tvang.

SIND mener, at genfremsættelse af forslaget, kun udstiller, at behandlingssystemet har spillet fallit.

SIND har år efter år indtrængende bedt om flere ressourcer til psykiatrien.

SIND er år efter år blevet mødt med oplysninger om alle de millioner der er brugt på mursten m.m.

Det er menneskelige ressourcer vi har brug for. Det er psykiatere, psykologer og øvrigt personale vi har brug for.

### Vi har brug for sammenhæng i behandlingen

I 2005 skrev SIND: "Det er SINDs klare mening, at der er behov for en retsgaranteret forpligtelse til at yde opfølgning og tilbud, såvel i distriktspsykiatrien som i socialforvaltningen, dette er afgørende for at forebygge den sociale deroute og manglende behandling efter udskrivningen."

De mange millioner kroner, der ifølge statsrevisorerne er blevet betalt for meget til privathospitalerne siden 2006, kunne SIND godt have ønsket sig anvendt til en massiv ressourceudbygning af psykiatrien.

SIND vil igen stille krav om en psykiatri med 24 timers tilgængelighed.

SIND vil igen stille krav om at udskrivningsaftaler og koordinationsplaner tages i brug – til alle, der har brug for det.

SIND ønsker effektive opsøgende psykoseteams i alle regioner. Ikke at dette er et universalmiddel, men en måde at forsøge at tackle problemerne på.

Opsøgende psykoseteams har vist deres store værdi i Region Syddanmark – hvilket også tydeligt er udtalt af regionsrådsformand Carl Holst (V) i avisdebatten.

SIND opfordrer ministeren for sundhed og forebyggelse til at tage kontakt til Region Syddanmark, og lytte til erfaringerne herfra. Han kunne så passende reagere på baggrund af erfaringerne – i stedet for at føre signalpolitik og genfremsætte et gammelt lovforslag, som hans egne embedsmænd selv kalder kontroversielt fordi det bryder med princippet om, at en patient kun kan udsættes for tvang, når vedkommende er sindsyg./

## Førtidspension – nu igen

Også på pensionsområdet pusler regeringen med genbrug

Af Finn Graa Jakobsen og Knud Kristensen

Som nævnt på side fem har Ankestyrelsen offentliggjort årsstatistikken for tildeling af førtidspensioner i 2008.

Dette har straks fået forslaget om at gøre alle førtidspensioner midlertidige til at poppe op igen. Formanden for arbejdsmarkedsudvalget, Knud Kristensen (K) har – udover den absurde og oprørende udtalelse, der er citeret på side fem – foreslået, at man indfører tvungen revurdering af alle førtidspensioner hvert tredje år.

SIND afviser forslaget – som vi har gjort det de øvrige gange, det har været fremsat. Vi ønsker i stedet forebyggelse og en rehabiliteringsydelse, der skal være en midlertidig ydelse som man kan få i længere tid, indtil situationen er stabiliseret.

### Sikkert forsørgelsesgrundlag

Et sikkert forsørgelsesgrundlag er af afgørende betydning, hvis unge psy-

kisk syge skal komme sig så meget, at de har mulighed for at klare sig på arbejdsmarkedet.

### Hvilende pension

Hvis regeringen vil gøre noget for at få førtidspensionister ud på arbejdsmarkedet, kan man passende gøre noget aktivt for at formidle de job med løntilskud, som førtidspensionister har ret til, men som de i praksis meget sjældent får tilbudt.

Samtidig kan man udvide den mulighed, som førtidspensionister efter den gamle ordning har for at gøre pensionen hvilende, til også at gælde førtidspensionister efter den ordning, der har været gældende siden 1. januar 2003.

Vi opfordrer regeringen til at indstille deres usmagelige klappagt på førtidspensionisterne./

## Erstatning for bivirkninger

Minister tror, at man kan få depression af ikke at have malaria!

I sidste nummer af SIND-bladet kunne vi oplyse, at folketingets sundhedsudvalg havde bedt sundheds- og forebyggelsesministeren om at forholde sig til SINDs kritik af, at man ikke kan få erstatning for psykiske bivirkninger af medicin, mens man kan få erstatning for fysiske bivirkninger.

Ministeren har nu svaret udvalget – og SIND. Svaret er nedslående læsning.

Ministeren afviser at ændre loven. Det gør han med henvisning til, at man vurderer, at det vil være vanskeligt at fastslå, om skader af rent psykisk karakter er forårsaget af anvendelsen af et lægemiddel eller følger af grundsygdommen.

Denne begrundelse er mildest talt himmelråbende.

Vi rejste sagen på baggrund af oplysninger om, at mellem 6 og 8 procent af alle patienter, der får lægemidlet Sifrol, udvikler ludomani.

Sifrol anvendes til behandling af Parkinsons sygdom. Sundhedsministeren må med andre ord være af den opfattelse, at Parkinsons sygdom kan medføre ludomani!

Det er ligeledes velkendt at lægemidlet Lariam, der anvendes for at

forebygge malaria, kan have den bivirkning, at personen udvikler depression og/eller angst. Her er der med andre ord slet ingen grundsygdom – medmindre ministeren vil betragte ikke-malaria som en sygdom.

Ministerens begrundelse holder ikke!

Ministeren henviser til tungtvejende grunde. Mon ikke disse tungtvejende grunde er økonomiske?!





SINDs høringssvar er vigtige. De udtrykker landsfor- eningens holdning til aktuel- le politiske spørgsmål.

SINDs høringssvar offent- liggøres i deres fulde længde på hjemmesiden [www.sind.dk](http://www.sind.dk), hvor et link på forsiden viser vej.

Interesserede læsere uden internetadgang kan rekvirere høringssvarene ved telefo- nisk henvendelse til sekreta- riatet på 35 24 07 50.

Her i bladet offentliggør vi et meget kort resume af svarene./

## 22. maj 2009 til DH\*

*Høring om loft over egenbetaling af madservice.*

Høringen vedrører en bekendt- gørelse, som er en udmøntning af et tidligere lovforslag. Med vedtagel- sen af lovforslaget er der indført et prisloft på 3.000 kr. pr. måned over modtagerens egenbetaling for mad- service efter lov om social service § 83 i plejebolig og plejehjem, tilbud

efter servicelovens §§ 107 og 108 og lignende boligenheder, hvortil der er knyttet omsorgs- og servicefunkti- oner med tilhørende personale.

Lovændringen gælder ikke for personer, der bor i eget hjem og modtager hjælp fra den kommunale dagpleje.

Således bliver det borgerens bo- pæl, der afgør, om der er loft over egenbetalingen, hvilket ikke er ri- meligt.

Dette kritiserer såvel DH som SIND.

## 10. juni 2009 til DH\*

*Høring over udkast til bekendtgø- relse om retssikkerhed og admi- nistration på det sociale område samt forretningsorden for Anke- styrelsen.*

SIND havde ikke umiddelbart be- mærkninger til det fremsendte, men vi gjorde opmærksom på, at det kan være et problem, at det alene er an- kechefen, der afgør om en klage skal behandles (om den er principiel eller af generel betydning).



Foto: [www.colourbox.com](http://www.colourbox.com)

## 10. juni 2009 til DH\*

*Høring – ændret forretningsorden for Ankestyrelsens Beskæftigelses- udvalg.*

I forbindelse med denne høring havde SIND samme bemærkninger som til høringen om forretningsor- den for Ankestyrelsen.

## 22. juni 2009 til Justitsministeriet

*Høring over Justitsministeriets udkast til revideret bekendtgørelse om bistandsværger.*

SIND konstaterede, at ændringer- ne hovedsagelig er af administrativ karakter.

Der indføres en række forbedrede muligheder for dækning af udgif- terne (fx til rejse og ophold). Dette bifalder SIND.

SIND tilslutter sig, at der indhen- tes oplysninger om bistandsværger i Det Centrale Kriminalregister.

Ligeledes kan SIND tilslutte sig, at der indføres, at der gives oriente- ring hvis der sker indskrænkning af bistandsværgens ret til forbindelse med den han/hun er værge for.

SIND mangler præcision af men- neskelig livssyn og samarbejdsevner.

Det er vigtigt for SIND, at man ved beskikkelse af bistandsværger også forholder sig til, at der kan etableres den nødvendige tillid mellem den tiltalte og bistandsværgeren.

## 25. juni 2009 til DH\*

*Høring vedr. vejledning om udvi- det frit sygehusvalg.*

Denne vejledning drejer sig kun om genindførelsen af behandlings- retten.

Vejledningen retter sig ikke mod voksne psykiatriske patienter, men

gælder for psykisk syge børn og unge under 19 år – med de begræns- ninger der følger af bekendtgørelsen.

SIND foreslår, at spørgsmålet om afvisning af henvisninger bør ind- arbejdes i afsnittet om beregning af ventetider.

Det bør præciseres, at ventetiden ved afviste henvisninger bør bereg- nes fra den dato, hvor den første henvisning blev modtaget.

Gør man ikke det, vil modtager- hospitalet kunne spekulere i at på- beråbe sig formelle fejl og mangler i henvisningen.

SIND gør opmærksom på, at be- handlingsgarantien i børne- og ung- domspsykiatrien er to måneder til undersøgelsen sættes i værk plus to måneder fra udredningen er afsluttet til behandlingen igangsættes. For so- matisk syge er den samlede ventetid kun en måned i alt fra henvisnings- tidspunktet til behandlingsstart.

Dette er diskrimination på grund af sygdommens art.

\*: DH = Danske Handicaporgani- sationer./

# EUFAMI-generalforsamling 2009 i Bled, Slovenien

## – den europæiske pårørendeorganisation har afholdt generalforsamling

Af Knud Kristensen, SINDs repræsentant i EUFAMI

27.-28. juni samledes repræsen- tanter for 28 europæiske lande og 48 pårørendeorganisationer til ge- neralforsamling i den lille hygge- lige alpeby Bled i det nordvestlige Slovenien.

Bled er kendt som en turistmag- net, hvor mange danskere har væ- ret på ferie – i den jugoslaviske tid såvel som nu hvor området er en del af EU-landet Slovenien.

De smukke rammer til trods, var det alvorlige emner, der var på dagsordenen.

Foruden erklæringer om selv- mordsforebyggelse og udvikling af de psykiatriske behandlingstilbud, diskuteredes temaer for de kom- mende års fælles indsats i pårø- rendearbejdet i Europa.

SIND repræsenterer – sammen med BEDRE PSYKIATRI – Danmark i EUFAMI.

### Prioriterede punkter

EUFAMI prioriterer:

- at arbejde for at fjerne stigmatiseringen
- at fremme menneskerettighe- derne for sindslidende og deres pårørende
- at arbejde for større lighed i lov- givningen vedrørende psykisk sundhed i Europa
- at fremhæve eksempler på god praksis i arbejdet med psykisk sygdom

### Strategi 2011

Frem til 2011 vil EUFAMI arbejde med fire hovedområder:

- Repræsentere de sindslidendes familier
- Styrke medlemsforeningerne
- Udvikling af bedste praksis
- Beskyttelse af sindslidendes og deres pårørendes menneskeret- tigheder

### Repræsentere de sindslidendes familier

EUFAMI har i øjeblikket 48 med- lemsorganisationer i 28 europæi- ske lande.

Det er planen at inkludere flere medlemsorganisationer og flere lande.

Det er endvidere hensigten at gennemføre en kampagne for bedre økonomiske vilkår for psy- kiatrien i Europa.

EUFAMI arbejder på at styrke pårørendearbejdet i EU og i andre internationale organisationer – som fx WHO.

### Styrke medlemsforeningerne

EUFAMI vil styrke medlemsfor- eningerne ved at fremme udveks- lingen af erfaringer og informatio- ner medlemsforeningerne imel- lem, og ved at støtte de enkelte foreninger.

### Udvikling af bedste praksis

EUFAMI vil fremme indsamling – og distribution – af viden om best practice i Europa.

Dette arbejde vil især ske gen- nem medlemsforeningerne.

### Beskyttelse af sindslidendes og deres pårørendes menneskerettigheder

EUFAMI vil arbejde for, at alle menneskerettigheder kommer til at gælde for sindslidende og deres pårørende.

I den kommende periode, vil der blive sat fokus på børn af sindslidende.

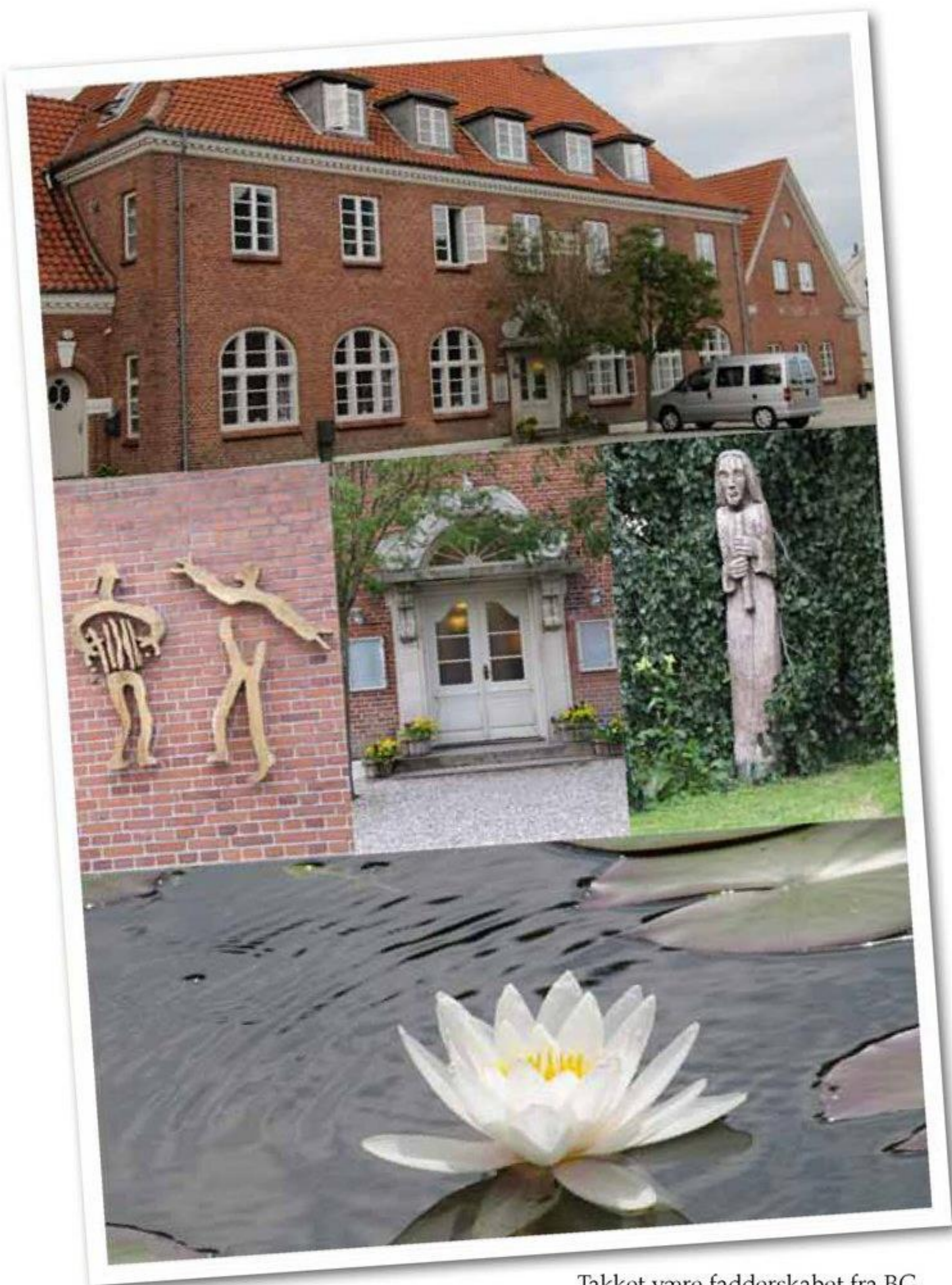
EUFAMI arbejder for at opnå ac- cept af, at adgang til bedst mulig behandling er en del af de grund- liggende menneskerettigheder. Læs mere på hjemmesiden [www.eufami.org/](http://www.eufami.org/)



# Brenderup Højskole 2009

## Håb, humor og helbred

Af Jens Ibsen og Aase Kvolbæk



Sol, sol og atter sol – var hvad deltagerne blev mødt med hver dag i uge 26 på SIND's tredje sommerhøjskole i Brenderup – en enkelt byge blev det dog til nemlig en times stille regn, medens vi ventede på bussen ved Egeskov Slot.

Det var vores tredje år som medarrangører af højskoleopholdet. Vi var spændte på, om ugen ville blive ligeså god som de foregående år. Vore forventninger blev til fulde indfriet. I ugens løb har forskellige oplægsholdere, lærere fra højskolen, samt ikke mindst 54 dejlige SIND kursister bidraget til at denne uge blev helt fantastisk og livgivende.

Takket være fadderskabet fra BG Fonden kunne vi igen i år tilbyde sommerkurset til favorabel pris for SINDs medlemmer. En uge hvor deltagerne fik mulighed for personlig udfoldelse gennem faglig fordybelse og bred almendannende undervisning på højskolen samt det allervigtigste, det sociale samvær.

I år var titlen for ugens højskole 'Håb, humor og helbred'. I ugens løb var der bl.a. oplæg om: 'Skal vi synge?' ved Jon Hollesen, en koncert v/Erik Lange, højskolelærer og kursusleder, 'Beskæftigelse giver det mening?' og Musikværksted ved Anders Dahl, båltales ved SIND's landsformand Finn Graa Jakobsen, billeder fra Cuba

ved Erik Lange, foredrag v/Poul Nystrup Rasmussen, blandt meget andet SIND-Ambassadør.

### Værkstedsfag

De gennemgående værkstedsfag var: Lær at sige fra, Prospect, Friluftsliv, Skriveværksted, og Smykkeværksted.

Endelig var der arrangeret afrikansk dans, en udflugt til Egeskov Slot, og derudover blev der vandret og cyklet til Varbjerg Strand.

Her følger en kort beskrivelse af værkstedsfagene:

**'Lær at sige fra' v/Erik Lange:** Ved hjælp af forskellige øvelser og med forskellige forståelsesmodeller fik kursisterne trænet evnen til at vurdere, hvad de vil acceptere, samt træning i at sige fra på en venlig men bestemt måde.

**Prospect v/Jens Ibsen, SIND:** Prospect er et samtaleværksted. Gennem samtalen blev der arbejdet med en gensidig udveksling af erfaringer med det at leve med en psykisk sygdom. Mange fik udtrykt deres opfattelser og hørt andres – man fik nye vinkler på sine opfattelser med hjem.

**Friluftsliv v/Peter Mogensen, højskolelærer:** Ugen bød på en dejlig gåtur i skoven, hvor vi på bedste spejdermaner fik fremstillet varm kakao, på et trangia kogesæt. Der var også forskellige lege og konkurrencer. En dag var der klatring på skolens klatrevæg på programmet. En enkelt nåede toppen – og én nåede (pga. dårlig ryg) kun halvvejs – godt gået de herrer! Sidste dag i friluftsliv blev der bagt pandekager ved bålstedet i skolens helt unikke 'trolde' have.

**Skriveværksted v/Rie Rasmussen, højskolelærer:** I skriveværkstedet blev der arbejdet med skriveøvelser i forskellige stilarter. Der blev arbejdet uden computer, blot med pen og papir. Til ferniseringen i smykkeværkste-

det fremviste skriveværkstedet nogle helt fantastiske digte.

**Smykkeværksted v/Joan Sørensen, højskolelærer:** Kursisterne arbejdede med perler, pailletter, ståltråd m.m. og fik fremstillet de smukkeste halskæder, armbånd, øreringe og brocher. Smykkeværkstedet sluttede med en rigtig flot fernisering, hvor også skriveværkstedet viste deres vidunderlige digte og endags malerværkstedet fremviste de mest fantastiske malerier. Helt utroligt hvad kursisterne kunne nå, at male på en enkelt formiddag.

### Godt og vigtigt at Nystrup er blevet SINDs ambassadør

### Foredrag

På foredragssiden havde vi inviteret tre oplægsholdere. Et lille indtryk af hvert af de tre oplæg:

**Første foredrag 'Skal vi synge?' v/Jon Hollesen, cand.mag. i musikvidenskab og dramaturgi samt sangpædagog, sanger, dirigent og højskolelærer:** Det var med nogen spænding, vi så frem til at starte ugen med en introduktion til sang "Skal vi synge?" Men enhver usikkerhed blev gjort til skamme Jon Hollesen løftede os alle ud af vor tilbageholdenhed og manglende tro på vore sanglige evner – vi sang både festligt og kraftigt – højt og dybt – enstemmigt og flerstemmigt – blandet kor og kanon. Vi kunne ikke have fået en bedre start på ugen.

**Andet oplæg 'Beskæftigelse giver det mening?' v/Anders Dahl tidligere leder af SIND Daghøjskole Aalborg.** Anders arbejder nu som konsulent indenfor 'det rummelige arbejdsmarked i Huset Venture'. Det blev en meget positiv oplevelse. Alle





de forskellige vinkler på begrebet arbejde/beskæftigelse blev endevendt med megen deltagelse fra salen.

Det tredje og sidste foredrag var et foredrag v/Poul Nyrup Rasmussen.

Med megen forventning så vi frem til Nyrups foredrag. Poul Nyrup Rasmussen leverede et blændende indlæg på Mental Health Europe-konferencen i Aalborg i august sidste år. Nyrup gjorde det om muligt endnu bedre her i Brenderup. Indholdet var måske ikke så nyt, (for os der havde hørt ham i Aalborg) men engagementet, kontakten til forsamlingen og den personlige beretning om tabet af datteren Signe, gjorde indlægget helt fantastisk og vidner om en stærk indlevelse i det psykisk sårbare sind fra Nyrups side. Det er godt og vigtigt at Nyrup er blevet SINDs ambassadør.

#### Båltale sankthansaften

Landsformand i SIND, Finn Graa Jakobsen, holdt sædvanen tro båltalen den 23. juni. Det var en tale med aktuelle emner: SINDs modstand mod "ambulant tvang." Et langt afsnit om håb, humor og helbred inspireret af højskoleopholdets overskrift. I forbindelse med humor var der nok lidt megen galgenhumor i forhold til psykiatrien. Finn var også glad for at helbred viste sig at være noget ganske andet end hvide kitler, men derimod livsudfoldelse. Vi lagde med stor glæde mærke til, at Finn omtalte Sommerhøjskolen som en blivende SIND aktivitet

#### Hygge og samvær

Selvom der var meget på programmet, var der også tid til hygge, og næsten alle fristunder blev brugt ude i det pragtfulde vejr. Skolen har en dejlig gård, hvor der er blevet drukket mange kopper kaffe, samt diskuteret både stort og småt. Haven blev også brugt flittigt både under de dejlige gamle

træer og på græsset, hvor der blev solbadet. De 200 meter hen til 'Brenderups indkøbsmekka' Dagli' Brugsen er blevet gået rigtig mange gange, når der skulle provianteres til lidt ekstra hygge. En 5-6 hesteinteresserede deltagere fik en eftermiddag arrangeret en tur til en nærliggende rideskole.

### *Sol, sol og atter sol – var hvad deltagerne blev mødt med – plus en enkelt byge*

#### Festen

Vi sluttede varen tro ugen af med en fest fredag aften, hvor vi fik dejlig mad, danseundervisning og musik. I løbet af aftenen var der mange gode indlæg, guitar, flutte taler og sang. Danseundervisningen bestod bl.a. i en instruktion i at føre (at give og modtage signaler). Oplevelsen af at der ikke sker noget, hvis der ikke er en der fører, blev meget præcist anskueliggjort. Efter en indholdsrig uge er vi nu hjemme i vante omgivelser fyldte med ny energi og gode minder.

#### Lars-turbo-digital

Lars Christensen (Lars-turbo-digital) kræver sin helt egen omtale. Lars var med overalt både med sit videokamera og sit mere almindelige digitale kamera. Sommerhøjskolen var nærmest on line via Facebook, – på siden "SIND Sommerhøjskole 2009". Et stort og flot stykke arbejde, som vi med glæde kan kigge på.

Igen i år uddelte vi evalueringsskemaer, som vi indtil videre blot har skimmet. Men vi kan med glæde se, at de fleste har oplevet ugen som endog meget positiv. Nu bliver evalueringsskemaerne sammenskrevet, og vi vil



allerede nu begynde at tænke på planlægningen af næste års sommerhøjskole – året hvor SIND også kan fejre 50 års jubilæum.

#### Tak til BG Fonden for støtte

#### Tak!

Til slut vil vi sige en stor tak til personalet i Sinds sekretariatet, SINDs Forretningsudvalg, Højskolens personale og ikke mindst tak til deltagerne. Uden deltagerne entusiasme og evne til at 'alle er med', ville det ikke være muligt at skabe den gode stemning og det gode fællesskab, som har været kendetegnet for hele ugens forløb

Vi glæder os rigtig meget til at gå i gang med forberedelserne til næste års sommerkursus i 2010./

#### Fakta

Sommerhøjskolen er udviklet i samarbejde mellem SIND og Brenderup Højskole. BG Fonden har givet støtte til gennemførelsen.

Brenderup Højskole [www.brenderup-hojskole.dk](http://www.brenderup-hojskole.dk)

SINDs arrangører har igen i år været Aase Kvolbæk, [kvoller@stofanet.dk](mailto:kvoller@stofanet.dk) og Jens Ibsen, [jens.ib@stofanet.dk](mailto:jens.ib@stofanet.dk).

Se og læse mere på [www.sind.dk](http://www.sind.dk).

Som nævnt i artiklen, kan man i år også fornøje sig med at se og læse om opholdet på Facebook. <http://www.facebook.com/group.php?gid=78691762155>.

Alle fotos på disse sider er taget af Aase Kvolbæk eller Jens Ibsen.

Se også lederen side 2 og klummen på bagsiden./

I de tidligere numre af SIND Bladet i år har vi skrevet lidt om, at vi gerne ville donere nogle penge til ungegrupper, der arbejder for at forbedre de sociale vilkår for unge psykisk syge.

Stoppestedet i Odense og Kildevældet i Gladsaxe har nu lavet projektbeskrivelser på det, de gerne vil bruge pengene til.

### Stoppestedet

Stoppestedet har valgt, at pengene bl.a. skal gå til en "madklub." Mange unge med psykiske problemer eller sindslidelser har desværre problemer med deres vægt, så formålet er, at gøre de unge bevidste om en bedre livsstil.

For at opnå dette, er det vigtigt, at gøre dem bevidste om sundhed, daglig økonomi omkring indkøb, motion og køgefærdigheder. Stoppestedet vil, med hjælp fra frivillige unge, som er tilknyttet "madklubben", give de unge færdigheder til at lette deres hverdag, og gøre den mere overskuelig.

De unge vil blive guidet i, hvor man køber billigst ind, hvordan man laver mad i dagligdagen og organiserer indkøb. Det vil give de unge brugere nogle redskaber til en bedre livsstil. Vi har erfaret, at rigtig mange af de unge ikke laver mad selv, enten fordi de ikke kan, eller fordi de mangler motivation og fællesskab.

Alt dette vil på længere sigt give dem en bedre livsstil og sociale kompetencer, som de vil kunne gøre brug af.

### Kildevældet

Kildevældet har valgt, at pengene foreløbig skal gå til to forskellige arrangementer – nemlig en tur til Lalandia og en kanotur.

Formålet med Lalandia-turen er at styrke og udvide sammenholdet blandt de unge i Kildevældet. Det kan, for nogen unge, være svært, at tage af sted på weekend med andre og forlade sin trygge base, da man her er sammen hele tiden og ikke kan tage hjem, hvis man får det dårligt.

Ved at være sammen en hel weekend, kan man lære nogle andre sider af sig selv – og de andre unge – at kende. Det vil give en større indsigt i eget – og andres – liv. Derved får man udvidet sine sociale kompetencer, og



## SIND Ungdom

Af Lotte, SIND Ungdom, Stoppestedet og Kildevældet

kan bruge disse i andre sammenhænge.

I Kildevældet vil vi gerne være mere sammen i sjove og udviklende aktiviteter, da dette styrker vores fællesskabsfølelse.

Det er ikke alle unge der har råd til at tage på ferie.

Derfor vil vi gerne give tilbuddet om en Lalandia-tur. Det at komme lidt væk hjemmefra sammen med venner, er afstressende – og man får mere overskud i hverdagen.

Formålet med Kildevældets kanotur er, at give de unge en mulighed for at udbygge deres sociale netværk igennem aktivitet.

*unge sindslidende kan føle sig isoleret i samfundet*

Mange unge sindslidende kan føle sig isoleret i samfundet. Derfor vil vi gerne lave et arrangement, der er netværksskabende og giver oplevelser og indhold – sammen med andre unge i hverdagen. Dette gøres ved at lave et åbent arrangement – for at skabe netværk og bryde med eventuel isolation. De unge opnår en fællesskabsfølelse og nye venskaber. Derved får de unge en oplevelse af større selvværd og mod på livet.

Kanoturen er første etape af to arrangementer, idet tætte relationer ikke skabes på én gang. Efter et stykke tid vil der blive holdt en fest i Kildevældet. Dette for at skabe en sammenhæng for de unge.

### Støtte fra SIND Ungdom

SIND Ungdom støtter de ovenstående projekter. Netop det at fremme en bedre livsstil og et bedre socialt netværk for unge med psykiske problemer og sindslidelser er et af vores hovedformål.

Et andet af vores hovedformål er at skaffe bedre muligheder for unge pårørende, og i den sammenhæng har vi søgt midler til et pårørendeprojekt hos forskellige fonde og legater. Vi har også modtaget en del penge, så nu skal der arbejdes på at få nogle gode vilkår for de unge pårørende./

## Psykiatriforeningernes Fællesråd

### – en succes for samarbejde og indflydelse

Af Kirsten Elise Hove, formand for Psykiatriforeningernes Fællesråd i Region Hovedstaden

Det er faktisk lykket for os som psykiatribrugere og pårørende at skabe en markant forøget indflydelse siden vi i april 2006 oprettede Psykiatriforeningernes Fællesråd i Region Hovedstaden.

Vi er 21 foreninger fra SIND, LAP, Bedre Psykiatri, Angst-, Depressions-, Autisme- og OCD-foreningen, Landsforeningen for efterladte efter selvmord, Pårørende til Spiseforstyrrede og Trix Norden.

Netværket mellem os som frivillige inden for psykiatrien er i sig selv meget værdifuldt. Det styrker foreningernes aktiviteter og arbejde, fordi vi hver har forskelligt at byde på af erfaringer, ideer og kompetencer. Også den indbyrdes dialog er vigtig og givtig.

### PsykInfo

Fællesrådet arbejder for oprettelsen af et PsykInfo Center i Region Hovedstaden.

Vores oplæg er et PsykInfo Center, som både er et videnskabeligt og et

folkeligt informationscenter, der tilbyder vidensdeling om sindslidelser, behandling, sociale forhold og aktivitets-tilbud for, om og med mennesker med sindslidelser og deres pårørende.

Regionsrådet vil nu etablere et PsykInfo Center i samarbejde med kommunerne og Fællesrådet og har afsat 2,5 mio. kr. og kommunerne 2,5 mio. kr.

### Dialog på politisk niveau

Dialogforum Psykiatri er helt nyt med 8 fra Fællesrådet og 6 fra Regionsrådet og 2 årlige møder.

Der er også oprettet et Dialogforum Sundhed for de somatiske patienter og Dialogforum Handicap for botilbud til handicappede.

### Dialog på ledelsesniveau

Her deltager Fællesrådets bestyrelse og ledelsen af Region Hovedstadens Psykiatri, dvs. psykiatridirektør, 2 vice-direktører, sekretariats- og kommunikationschefen og den ansvarlige for

kontakten til bruger- og pårørendeorganisationerne.

Vi startede i 2007 og holder 3 møder årligt, hvor vi bl.a. drøfter PsykInfo, bruger-, patient- og pårørendepolitik, psykiatriplan, virksomhedsplaner, sundhedsaftaler, Fællesrådets projekt "Udskrivningsguide", patientinformation generelt og psykoedukation som et åbent tilbud for alle patienter og pårørende. Vi er med i "Komite for Patientrettigheder og Tvang", "Referencegruppe for Psykiatrisk Rehabilitering" samt "Kvalitetsforum".

### Dialog på lokalt niveau

Vi har et dialogforum på hvert af de 16 psykiatriske centre i regionen inklusiv på de børne- og ungdomspsykiatriske centre, det retspsykiatriske og det psykoterapeutiske center.

I de lokale dialogcentre deltager 3-5 medlemmer fra Fællesrådet, 2-3 brugere og pårørende tilknyttet centret samt centrets ledelse.

Fællesrådet har i alt 54 medlemmer i disse fora, hvor mange emner tages op – f.eks. indsatsen for at forebygge selvmord og reducere brug af tvang, aktiviteter under indlæggelse, herunder cafe og kiosk samt specialisering, omstruktureringer og nybyggeri på de enkelte centre.

### Fælles temadage og offentlige debatarrangementer.

Psykiatrien og Fællesrådet har arrangeret temadage for alle medlemmer af de lokale dialogfora om "Bruger-, patient- og pårørendepolitik" og "Rehabilitering af psykisk syge".

Psykiatrien og Fællesrådet har offentlige psykiatrirangementer om "Recovery", "Fremtidens psykiatri", "Psykoedukation" og "Samarbejdet omkring psykisk syge". Næste arrangement er den 8. oktober, hvor "Angst" er temaet./

Læs mere på hjemmesiden: [www.psykiatriforening.dk](http://www.psykiatriforening.dk)

## Gæld til det offentlige?

Ny regler om eftergivelse af gæld til det offentlige for socialt udsatte grupper

Har du gæld til det offentlige og har du i mindst 3 år over en fireårig periode modtaget:

- kontanthjælp
- starthjælp
- tilbud efter lov om aktiv beskæftigelsesindsats
- introduktionsydelse, eller
- arbejdsløshedsdagpenge og er kommet:
- i arbejde
- i fleksjob
- under uddannelse, eller
- under revalidering

kan du søge om at få eftergivet din gæld til det offentlige.

Hvis du opfylder betingelserne vil du kunne få din gæld til det offentlige eftergivet over fire år med et fast beløb hver måned.

Det er en betingelse, at du bliver ved med at være i job, fleksjob, under uddannelse eller revalidering.

Eftergivelsen vil blive stillet i bero, hvis du begynder at modtage kontanthjælp igen. Hvis du modtager kontanthjælp i mere end 12 måneder, vil eftergivelsen bortfalde.

Der er gæld til det offentlige, som ikke kan eftergives.

- Det er gæld, der:
- er opstået på baggrund af strafbare eller erstatningspådragende handlinger og/eller
  - opstået som følge af, at du på baggrund af fejlagtige oplysninger til det offentlige, har modtaget ydelser, som du ikke var berettiget til

### Hvordan søger du?

Du skal udfylde et ansøgningsskema, som skal sendes til SKAT Inddrivelsescentret. De vil behandle din ansøgning.

Skemaet kan du finde på [www.skat.dk](http://www.skat.dk) – Borger – Blanketter – Øvrige blanketter – Blanket nr. 49.098.

Du kan også ringe på 72 22 18 18 og få tilsendt et skema.

### Vejledning

Din sagsbehandler kan altid vejlede dig.

### Andre muligheder

Den nye ordning betyder ikke, at de almindelige regler om gældssanering er afskaffet.

Dem kan du læse mere om i "Håndbog for psykiatribrugere og pårørende – Kend dine rettigheder". Se om håndbogen på [www.de9.dk/](http://www.de9.dk/)

# Man skal kende et samfund ...

## At være pårørende er min indgangsvinkel til SIND

Af anonym læser (forfatterens identitet er redaktionen bekendt)

Jeg kan i høj grad støtte, at man i SIND arbejder på at vægte menneskelige værdier højere end økonomiske tiltag. Det er der hårdt brug for. Ligeledes kan jeg kun tilslutte mig, at inddragelse af de pårørende er uhyre vigtig, når man behandler psykisk syge. Man skal efter min mening samarbejde med de pårørende. Det er en fundamental nødvendighed for at gøre det bedste for den syge.

For at belyse ovenstående, vil jeg fortælle om mine personlige erfaringer med psykiatrien i Danmark. Samtidig vil jeg tage afsæt i et konkret sygdomsforløb, nemlig min mands. Af etiske grunde vil jeg kalde ham Thomas.

Thomas havde en god uddannelse og et godt job, som han passede i mere end 25 år.

Sommeren 2004 blev Thomas alvorligt syg og indlagt på en psykiatrisk afdeling.

### *Thomas havde en god uddannelse og et godt job*

Denne indlæggelse blev lang. Thomas reagerede ikke på behandlingen, han forblev syg. Han blev udskrevet for at overgå til distriktspsykiatriens regi – stadig meget dårlig.

Herefter fulgte en lang periode af mareridtsagtig karakter:

En uendelig række af indlæggelser frem og tilbage mellem hjem og hospital, hvor Thomas ofte selv ønskede hospitalsindlæggelserne af angst for at skade sig selv. Thomas blev voldsomt fysisk urolig, personligheden blev ændret, og han blev meget ressourcekrævende.

Vi tryglede hospitalet om at passe på Thomas, give ham den omsorg og pleje, der skulle til, for at han kunne få blot en lille smule stabilitet og ro omkring sin situation, men Thomas blev udskrevet gang på gang til distriktspsykiatrien, i alt for dårlig tilstand.

Distriktspsykiatrien var slet ikke gearret til at passe så sygt et menneske,

selvom der både blev stillet bostøtte, hjemmebehandler og akutteam til rådighed. Det var langt fra nok og slet ikke det, vi havde brug for.

Vi som familie kunne heller ikke magte pasningen af Thomas. Vi efterlyste aflastningspladser indenfor psykiatrien, dette fandtes ikke, og m.h.t. plejehjem kunne man i distriktspsykiatrien ikke forstille sig Thomas nogen af stederne. Der var intet relevant tilbud til os.

Thomas begik selvmord en vintermorgen. Da var der gået 2 ½ år siden indlæggelsen i 2004.

Det, der gik galt i forløbet – set fra min synsvinkel – var, at man vægtede økonomiske hensyn i højere grad end menneskelige hensyn. Man havde en patient, som havde en bestemt diagnose. Her ville man så behandle ifølge den specialiststandard, man plejede at behandle ud fra. Problemet var bare, at patienten ikke blev rask. Han fik det ikke bedre. Tværtimod blev han mere og mere syg. Denne patient blev alt for dyr at have indlagt, og da man tilmed også var ved at løbe tør for behandlingstilbud, begyndte hele den absurde trafik med indlæggelser og udskrivelser fra hospitalet.

Inden for psykiatrien er der mennesker der er så syge, at sygdommen enten kan trække ud i årevis, eller der ikke er mulighed for helbredelse. Alt er forsøgt m.h.t. medicinsk behandling og andre tiltag. Man er løbet tør for behandlingsmuligheder.

Disse patienter som ofte er meget urolige, ude af stand til at bo for sig selv og hvor familien ikke længere magter opgaven, er der alt for få tilbud til i psykiatriens verden. Distriktspsykiatrien er heller ikke klædt på til at passe disse patienter.

Tidligere passede man og drog omsorg for patienterne på hospitalet – ofte i årevis og ikke problemløst, men nedlæggelsen af sengepladser har umuliggjort dette. Det er en meget stor forringelse for en del af de allermest syge patienter, da hospitalet ofte er det eneste sted, hvor man er i stand til at løfte opgaven. Som tingene fungerer nu bliver patienten desværre kastebold mellem to systemer, nemlig

hospitalet og distriktspsykiatrien, og det er ikke acceptabelt.

Et andet alvorligt problem er, at det desværre er min erfaring, at man som pårørende ikke bliver hørt, eller at ens tilkendegivelser ikke bliver formidlet videre i systemet. Tilmed er kommunikationen mellem distriktspsykiatri og hospitalsafdeling meget mangelfuld, og det kan blive en næsten håbløs opgave, at blive hørt. Dette er en katastrofe for den syge, da vi som pårørende er dem der kender patienterne og ved hvem de var, da de var raske. Og vi er dem, der skal være tovholdere i den forfærdelige mangel på koordination, som systemet desværre også fremviser. For trods et meget langt forløb, sker det desværre, at man i det psykiatriske system stadig ikke kender patienterne og ikke kan huske fra gang til gang, hvad der er sket tidligere. Dette er selvfølgelig ikke værdigt for de syge.

Et langt bedre og respektfuldt samarbejde med de pårørende på et tidligt tidspunkt er bestemt nødvendigt, og en langt bedre koordination de forskellige instanser imellem er også af stor vigtighed. Ellers kommer man til at efterlade både de syge og de pårørende i et gabende tomrum, hvor det udelukkende er systemet, der afgør, hvilke behov patienterne og deres pårørende har.

### *Thomas begik selvmord en vintermorgen*

Man skal kende et samfund på den måde, det behandler sine svageste, lyder et citat.

Vores møde med det psykiatriske system blev ikke godt. Thomas gennemgik helvede på jord rent sygdomsmæssigt. Han og vi oplevede tilmed et system i et samfund, hvis svigt, afmagt samt mangel på relevante tilbud og omsorg, vi ikke havde forestillet os.

Forløbet var, ikke bare for Thomas, men også for os som familie – umenneskeligt./

# Kristian Kirk Mailand

# Mikkel Warming

# B

Kandidat til  
regionsrådet i  
Region  
Hovedstaden

Kandidat til  
borgerrepræsentationen  
Københavns  
Kommune



Der er ikke noget "quick-fix" på de udfordringer som psykiatrien i Danmark står overfor. Men der er meget at lære fra internationale erfaringer og ved at tage udgangspunkt i, at al behandling skal have til hensigt, at patienterne skal komme sig (recovery) og opleve forbedret livsduelighed. Psykiatrien dækker et mangeartet spektrum af lidelser og på flere områder halter viden og grundlaget for den behandling, der tilbydes. Derfor bør vi arbejde mod at etablere kompetencecentre i tilknytning til de specialiserede behandlingstilbud, således at disse kan supervisere og rådgive praktiserende læger og speciallæger.

## Der er ikke noget 'quick-fix'

Psykiatrien har i mange år været underprioriteret i sammenligning med somatikken. Og det selvom ca. 20 pct. af danskerne på et tidspunkt i livet får en psykisk sygdom.

Det synes jeg ikke er rimeligt. Psykisk sygdom rammer særligt hårdt blandt samfundets svageste, der ikke har ressourcer til at påvirke den politiske dagorden.

Der er nogle helt markante faresignaler.

Danmark har fået megen international kritik for at anvende for meget tvang i psykiatrien. I Region Hovedstaden har jeg sat fokus på problematikken.

Tilsvarende har rapporter og undersøgelser vist, at den voldsomme brug af psykofarmaka sættes i stedet for anden behandling og hjælp.

Det kan ikke alene forklares med psykiatriens rammebetingelser, men er også et signal om, at den psykiatriske behandling i Danmark helt grundlæggende mangler vidensfundament, erfaringsudveksling og en mere forskningsorienteret tilgang.

*Når en person rammes af psykisk sygdom, rammer det også de pårørende*

## Netværk

Når en person rammes af psykisk sygdom, rammer det også de pårørende, som ofte ikke ved, hvordan de skal tackle sygdommen. Manglende viden om psykisk sygdom reducerer de pårørendes muligheder for at bidrage positivt til behandling og rehabilitering. Derfor skal patienter og deres pårørende sikres psykoedukation. Jeg er i øvrigt glad for, at vi i Region Hovedstaden har bedt kommunerne være særligt opmærksomme på børn af psykisk syge. De bliver alt for ofte glemt.

## Børn af psykisk syge bliver alt for ofte glemt

I det hele taget er der brug for et bedre og mere sømløst samarbejde mellem praktiserende læger, kommunerne og det psykiatriske behandlingssystem. I den henseende skal vi fortsat prioritere de opsøgende teams.

Flere internationale erfaringer viser, at f.eks. patienter med skizofreni ofte har svært ved at opsøge den behandling og sociale støtte de har brug for. Opsøgende psykiatriske teams modvirker disse huller i den "traditionelle" tilgang og fastholder flere patienter i behandling. Der er også dokumentation for at hjemløshed på den måde mindskes./

## Opsøgende teams skal fortsat prioriteres



Det er ikke skattelettelser vi har brug for. Jeg vil i stedet arbejde for, at der bliver gjort noget ved den stigende fattigdom, der også rammer psykisk syge. Det er forfærdeligt, men man kan faktisk få lov til at ligge og dø på gaden i København, hvor flere end 30.000 lever under fattigdomsgrænsen i et år eller mere.

Vi har brug for en velfærdspolitik og en jobpolitik.

En af de helt store udfordringer er, at psykisk syge, der ikke magter at møde op til samtaler eller aktivering, ryger ud af deres forsørgelse, fordi der ikke er sammenhæng i indsatsen.

## Recovery

Der skal gøres en indsats for at fremme recoverytankegangen i arbejdet med sindslidende. Recovery skal ikke bare være en overskrift i aviser og tidsskrifter – tankegangen skal ind i hverdagen i arbejdet. Også gerne ind på hospitalerne og i sundhedsvæsenet i øvrigt. Også de sindslidende og deres pårørende skal have recoverytankegangen ind under huden.

## Nedtrapning af medicinforbruget

Det er vigtigt at gøre en indsats for at nedbringe mængden af medicin i behandlingen af sindslidende.

Medicin er ofte nødvendig, men det er vigtigt, at der ikke gives mere medicin end nødvendigt. Jeg henviser i den forbindelse til det forsøg, vi for tiden gennemfører på Ringbo, hvor vi vil nedbringe mængden af medicin.

Jeg vil arbejde for, at der på tværs af kommune og region arbejdes med nedtrapning af medicinforbruget.

## Personalet

På personalesiden skal det igangværende arbejde med kompetenceud-



vikling fortsættes og udbygges. Også medarbejderne skal have recoverytankegangen ind under huden.

Jeg vil arbejde for mere tid til arbejdet med brugerne. Dokumentationsarbejdet fylder i dag for meget.

Den dokumentation der er relevant, og hvor vi kan se formålet, skal naturligvis fortsættes, men den dokumentation, der ikke tjener andet formål end at kontrollere, den bør afskaffes.

Jeg vil arbejde for mere tillid til medarbejderne. Vi skal som udgangspunkt stole på hinanden.

Medarbejderne skal også klædes bedre på til at håndtere dagligdagens dilemmaer – som fx dilemmaet mellem pligten til at undgå omsorgssvigt og pligten til at respektere den enkelte brugers selvbestemmelsesret.

Der findes ingen nemme løsninger.

## Samarbejde med regionerne

De patienter der udskrives fra de psykiatriske afdelinger, er mere syge end tidligere. Det stiller større krav til kommunerne – men budgetterne følger ikke med.

Her vil etablering af såkaldte halvvejshuse kunne være med til at lette overgangen. Sådanne huse kan etableres i samarbejde mellem regionerne og kommunerne (udenfor København evt. flere kommuner i fællesskab).

## Københavns særstatus

København har en række særlige udfordringer. 15-20 % af landets sindslidende bor eller opholder sig i København. Det stiller nogle særlige krav til kommunen, og vi har et efterslæb.

Ikke mindst de mange utidsvarende boliger i mega-institutioner er et problem, der skal løses. Vi starter med ombygning og modernisering af Sundbygaard, men det er en stor opgave, og der skal massive investeringer til. Folketinget er her nødt til at se på anlægsloft og serviceloft. Vi kan ikke løse opgaverne alene.

## Ud af mørket

Psykiatrien er på vej ud af mørket. Vi har set de første solstråler, men det er en kamp op ad bakken.

Jeg vil arbejde for, at vi også får fokus på det positive og de resultater, vi har nået. Psykiatrien fortjener et bedre image./

# Niels Callesøe Poul Nødgaard



Kandidat til  
regionsrådet i  
Region  
Midtjylland

Jeg føler en stærk, personlig forpligtelse til at støtte de svage i samfundet. Dette afspejler sig både i mit valg af parti, SF, og i mit valg af fokusområder. Mit fokus er på bæredygtige, fælles og forsvarlige løsninger, til gavn for alle. Det er mit inderlige håb, at jeg gennem mit politiske arbejde kan gøre en forskel, især for de udsatte der har særligt svært ved at hjælpe sig selv. En beskrivelse der desværre passer lidt for godt på den gruppe af sindslidende, der ikke er plads til indenfor de nuværende rammer.

## Mangel på fokus på psykiatri

I min optik er det allerstørste problem for psykiatrien manglen på fokus fra politisk hold. Det er meget tydeligt at efterhånden som den borgerlige "enhver er sig selv nærmest"-doktrin har vundet indpas, er det blevet sværere og sværere for de, der ikke er direkte berørt, at forstå hvorfor de skal bekymre sig om psykiatriens brugere og vilkår. De deraf direkte følgende nedskæringer og nedprioriteringer udgør det absolut største konkrete problem – senest tydeligt eksemplificeret ved placeringen af retspsykiatriske patienter på almenpsykiatriske afdelinger på afdeling N, Århus Universitetshospital, Risskov. Et direkte resultat af et krav om besparelser.

*SIND-medlemmer bør stemme til venstre for midten*

## Jeg vil kæmpe imod nedskæringer

Jeg kan og vil gøre en målrettet indsats for at sætte psykiatrien på dagsordenen i regionsrådet. Særligt vil jeg kæmpe for at undgå yderligere nedskæringer og for at sørge for tidssvarende og rimelige vilkår for både brugere, pårørende og ansatte. Ganske som i somatikken bliver de ansatte i psykiatrien alt for ofte glemt, hvilket fører til forringelser og uværdige forhold for alle involverede. Det er meget vigtigt for mig, at der findes en god balance mellem hensynet til brugere og ansatte, således at unødigt belastning af begge grupper kan undgås.

Frugten af en sådan indsats, i form af både bedre behandling og bedre fastholdelse af medarbejdere, vil uden tvivl langt overstige den nødvendige omkostning.

## Kommunikation mellem region og kommuner

Kommunikation imellem region og kommuner er essentiel, ikke blot i forhold til psykiatrien men på alle relevante områder. Jeg følger derfor kommunalpolitik med stor interesse.

Jeg samarbejder med kommunalpolitikere om både valgkamp og politikudvikling – og lytter med største seriøsitet til deres bekymringer om hvad nedskæringerne i hospitalspsykiatrien vil betyde for belastningen af lokalpsykiatrien.

## SIND-medlemmer bør stemme SF

Medlemmer af SIND bør absolut stemme til venstre for midten. Dette ses tydeligt af de forringelser i vilkårene for psykiatrien, som den borgerlige regering har medført. Medlemmer af SIND bør stemme SF, fordi vi går ind for en fordelingspolitik, der tilgodeser de svage i samfundet – og vi stemmer derefter.

Medlemmer af SIND bør stemme personligt på mig, fordi forholdene i psykiatrien er en del af mit hjerteblod – og en af mine vigtigste mærkesager.

Jeg er meget taknemmelig for, at SIND-bladet har givet mig denne mulighed til at nå ud til nogle af de der er interesserede i psykiatrien. Det er en fornøjelse at kunne berette, at vi stadig er nogle, der ser en anden udvej end nedskæringer, og en anden løsning end øget brug af medicinering og tvang. Vi skal gøre det endnu bedre! /



Kandidat til  
byrådet  
Ringsted  
Kommune



I perioden 1990 – 2006 var jeg medlem af henholdsvis Ringsted Byråd og Folketinget for Dansk Folkeparti.

Mange sagsområder har haft min store interesse. Et af områderne har været det sociale, hvor jeg helt efter eget ønske har været medlem af Socialudvalget og Børne- og Ungeudvalget i Ringsted Kommune.

## Mange har det vanskeligt socialt

Hvorfor så det? Jo, fra mine tidlige barndoms- og ungdomsår i det nordjyske så jeg med egne øjne, hvor vanskeligt stillet mange mennesker var, bl.a. rent socialt.

I dag er det heldigvis ikke længere helt tabu at tale om psykiske sygdomme.

*Akutbehandling inden for psykiatrien burde være en selvfølge i et land som Danmark*

Jeg har altid haft vanskeligt ved at forstå eller acceptere, at de mange, der er ramt af en psykisk lidelse, skal vente meget længe på kvalificeret hjælp. Det skal man f.eks. ikke, hvis man brækker et ben. Akutbehandling inden for psykiatrien burde være en selvfølge i et land som Danmark.

## Hurtig indsats

Det væsentligste må være så hurtigt som overhovedet muligt at få den psykisk syge gjort rask, til eget bedste, men også til hjælp for de evt. pårørende.

Ved hurtig behandling kan den psykisk syge måske komme i arbejde



igen, evt. skal der kunne tilbydes skånejob.

Det er svært at være psykisk syg, både for den ramte og for de pårørende. Derfor er det så vigtigt at forebygge, bl.a. ved at samfundet i høj grad har løbende kontakt med den syge, så der sker en målrettet behandling.

*Det er svært at være psykisk syg, både for den ramte og for de pårørende*

## Samarbejde mellem region og kommuner

I 2006 var jeg som formand for Folketingets kommunalvalg med til at gennemføre den omfattende kommunalreform, som betød en række ændringer i hele den offentlige sektor, bl.a. er ansvaret for indsatsen for de sindslidende blevet såvel et kommunalt som et regionsmæssigt anliggende.

De to myndigheder skal arbejde tæt sammen, og i de situationer, hvor dette ikke sker optimalt, må der handles hurtigt og effektivt.

I mit kommende arbejde i Ringsted Byråd vil jeg bestræbe mig på, at ikke alene psykiatriområdet bliver tilgodeset, men også de mange andre sociale områder, hvor vores medborgere har et berettiget krav på støtte og hjælp.

Det er godt at bo i et land, hvor det er muligt på en række områder at opfylde borgernes forventninger på velfærdsområdet. Danmark har overordnet set en sund økonomi, men med det øgede pres på f.eks. arbejdsmarkedet, vil behovet for hjælp inden for det psykiatriske område være stigende. Og derfor bør man f.eks. udbygge samarbejdet mellem anerkendte private og offentlige hjælpeinstanser, så bl.a. ventelister på behandling nedbringes – og allerhelst helt afskaffes.

Hvis alle gode kræfter sættes ind, kan Danmark i den kommende tid komme et godt stykke videre på det psykiatriske område.

For mit vedkommende vil jeg gøre en helhjertet indsats, både kommunalt og med at gøre Regering og Folketing mere lydøre. /



Første møde i Det Sociale Netværk  
Foto: Dorte Nielsen

# Psykiatritopmøde 2009

Topmøde den 3. oktober 2009 markerer, at psykiatريفoreninger går sammen for at skabe en samlende dagsorden, der kan sætte psykisk sårbare og deres pårørende højere på den politiske dagsorden

Af Knud Kristensen

Med Poul Nyrup Rasmussen i spidsen inviterer Det Sociale Netværk sindslidende og pårørende samt andre interesserede til et landsdækkende psykiatritopmøde.

“Psykiatritopmøde 2009” holdes på Frederiksberg Gymnasium lørdag den 3. oktober 2009 kl. 11-17.

Topmødet vil også være startskud til ugen omkring World Mental Health Day (den 10. oktober).

Alle er velkomne til topmødet. Der vil være gratis adgang.

Det nye virtuelle mødested for psykisk sårbare og deres pårørende (se

hosstående faktaboks) vil ligeledes blive lanceret på topmødet.

Første møde om psykiatritopmødet blev afholdt den 20. maj 2009 – se fotoet herover. Der vil senere komme mere information om topmødet og den nye hjemmeside.

## En samlende dagsorden

Der er brug for at skabe en samlende dagsorden, der kan sætte psykisk sårbare og deres pårørende højere på den politiske dagsorden. Målet med Psykiatritopmøde 2009 er, at skabe en bred tilgang og samling om et visionspapir og fælles erklæring, der fastslår over

for politikerne, at psykiatrimrådet skal prioriteres langt højere end hidtil.

## Sæt kryds i kalenderen

Det bliver en meget spændende dag – så sæt kryds i kalenderen allerede nu.

SIND deltager naturligvis i stærkeste opstilling i psykiatritopmødet. Der vil være brug for frivillige, så måske er det noget for dig?

Nærmere oplysninger følger. Næste nummer af SIND bladet udkommer først umiddelbart inden topmødet, så følg med på [www.sind.dk](http://www.sind.dk). Følg også med på hjemmesiden [www.psykisk-saarbar.dk/](http://www.psykisk-saarbar.dk/)

## Hvordan er det at være psykisk syg i Kenya?

Af Antropologistuderende Elisabeth Søndergaard

Forskning viser, at størsteparten af de psykisk syge i Kenya aldrig modtager behandling fra det offentlige sundhedssystem.

Dette faktum er uden tvivl tæt forbundet med en stærk begrænset adgang til offentlige sundhedsydelser for store dele af den kenyanske befolkning – dels pga. store afstande mellem klinikkerne og dels pga. få økonomiske midler hos den gennemsnitlige kenyanske familie, som ikke har råd til at betale for konsultation og medicin.

Praktiske årsager er dog langt fra tilstrækkelige til at forklare den manglende behandling. En helt essentiel grund skal findes i befolkningens forståelse af psykisk sygdom.

I Kenya er det en udbredt kulturel opfattelse, at psykiske sygdomme ikke er biologisk betingede og derfor heller ikke kan behandles med biomedicinske metoder. Derimod forklares psykisk sygdom gennem overnaturlige fænomener, som en straf for synder eller som et resultat af forhekning, og derfor opsøges korresponderende behandling – fx ved at besøge healere eller religiøse ledere.

Jeg skal i efteråret 2009 udføre et fire måneder langt feltarbejde i Nyanza, som er en lille landsby i vest Kenya.

Jeg skal på tæt hold følge 5 familier, der har det tilfælles, at de har et psykisk sygt familiemedlem. Derudover vil jeg gennem en måned have min faste gang på den psykiatriske afdeling ved Kisumu distrikthospital, der er områdets største hospital.

Jeg er meget interesseret i at undersøge, hvordan den syge selv oplever sin situation, og hvordan den personlige oplevelse påvirkes af den psykisk syges sociale relationer. I et samfund hvor symptomer på psykisk sygdom bl.a. forstås som religiøse oplevelser, betragter individet da sig selv som sygt? Er psykisk sygdom noget, der holdes hemmeligt eller måske nærmere det modsatte? Hvordan håndteres psykisk sygdom i familier, hvor ressourcerne er knappe, og hvor alle, på en mere direkte måde end vi er vant til herhjemme, er nødt til at bidrage til fællesskabet. Kort sagt, hvordan er det at være psykisk syg i Kenya?

Opholdet er en del af min uddannelse. Mine oplevelser og mange interviews vil udgøre fundamentet for mit speciale. Jeg håber, at mine resultater fra Kenya vil kunne være med til at sætte det danske sundhedssystem i perspektiv og udfordre forståelsen af psykisk sygdom herhjemme./

## Det Sociale Netværk

Det Sociale Netværk er et nyt uformelt samarbejde mellem psykiatريفoreninger.

Netværket er etableret med SIND-ambassadør Poul Nyrup Rasmussen som initiativtager og samlingspunkt.

Netværket afholdt sit første møde den 20. maj 2009.

Deltagerne i det første møde var:

- Landsforeningen SIND
- PS Landsforening – Pårørende til Spiseforstyrrede
- Landsforeningen Bedre Psykiatri
- Psykiatrifonden
- Depressionsforeningen
- Livslinien
- Fountain House
- Landsforeningen af nuværende og tidligere psykiatribrugere – LAP
- Ældresagen

Netværket er åbent for yderligere deltagere.

## Virtuelt mødested

Netværket vil etablere et virtuelt fælles rum for psykisk sårbare og deres pårørende.

Dette mødested vil blive etableret på [www.psykisksaarbar.dk](http://www.psykisksaarbar.dk). Mødestedet vil blive præsenteret under psykiatritopmødet 2009.

## Topmøde

Netværket står endvidere bag psykiatritopmødet den 3. oktober 2009.

[www.detsocialenetvaerk.dk/](http://www.detsocialenetvaerk.dk/)

# En psykiatri i verdensklasse

Om Danske Regioners vision for fremtidens psykiatri

Af Kirsten Elise Hove

Regeringen vil udarbejde en handlingsplan på psykiatrimrådet og drøfte planen med satspuljepartierne i efteråret.

Der fremgår af aftalen om regionernes økonomi for 2010 af 3. juni 2009. Udgangspunktet skal være Sundhedsstyrelsens nationale strategi for psykiatri, der kommer til efteråret og Danske Regioners vision for en "Psykiatri i verdensklasse".

Visionerne og initiativerne er gode, men svagheden er mangel på klare målsætninger for god psykiatrisk behandling, mangel på vurdering af kapacitetsbehovet og mangel på konkrete forslag til forbedring og udbygning af psykiatrien. Der mangler tal for, hvad det ville koste at realisere en sådan vision. Den helhedsorienterede rehabilitering med inddragelse af uddannelse, arbejde, indkomst, bolig, familie og netværk – og dermed kommunernes rolle – er stort set fraværende i Danske Regioners visioner og initiativer. Det er altså ikke den ambitiøse nationale psykiatriplan, som vi har behov for, men måske et skridt på vejen. Vi i SIND skal være godt klædt på, for at vi kan få en national psykiatriplan, der batter.

## Vi er nået langt – men ikke langt nok – mener Danske Regioner

Mennesker med en svær psykisk sygdom kan leve en tilværelse tæt på det normale med den rette behandling tidligt i sygdomsforløbet. Men mens økonomien til de somatiske hospitaler er steget med 33% siden år 2000, er økonomien til psykiatrien kun steget med 7%. Satspuljemidlerne til psykiatrien har ligget konstant på kun 150 mill. kr. Behandlingskapaciteten følger ikke den stigende efterspørgsel. Der mangler milliarder.

## Vi vil øge danskernes viden om og forståelse for psykisk sygdom

Regionerne vil sørge for, at alle danskere i fremtiden får et basalt kendskab til symptomer på og årsager til psykisk sygdom. De skal kende til de rettigheder og muligheder, man har som psykisk syg. Målet er, at befolkningen får et mere nuanceret og reali-

stisk kendskab til psykiatriens opgaver og behandlingsmetoder. Tabuer og fordomme skal nedbrydes.

**Initiativ 1 og 2:** National kommunikationsstrategi skal fremme viden om psykiske sygdomme i et ikke-stigmatiserende sprogbrug. Fællesregional kampagne- og oplysningsenhed skal samarbejde med bruger- og pårørendeforeninger, PsykInfo, faglige selskaber, Sundhedsstyrelsen, Psykiatrifonden og Videnscenter for socialpsykiatri. En regional informationsstrategi skal styrke generel og sygdomsspecifik patientuddannelse med fokus på egenomsorg, egenbehandling og mestring af egen sygdom.

## Vi vil være bedre til at forebygge

Det er dokumenteret, at tidlig udredning og intensiv behandling kan mindske risikoen for langvarigt behandlingsforløb, tvangsindlæggelse og udvikling af kronisk sygdom.

**Initiativ 3, 4 og 5:** Primær forebyggende indsats skal målrettes befolkningsgrupper med høj risiko for psykisk sygdom f.eks. børn i familier med psykisk syge eller socialt udsatte familier. Mental- og personundersøgelse af alle unge 15-18 årige, der har begået grov personfarlig kriminalitet. Privatpraktiserende læger skal uddannes i behandling af psykisk syge patienter. Regionerne skal iværksætte behandling tidligt i et sygdomsforløb gennem klinikker i hver region for personer med angst, depression og spiseforstyrrelser og etablere dækkende OPUS-teams og PSP-samarbejde (Politi- Social- Psykiatri). For patienter, der er svære at fastholde i behandling og med ringe sygdomserkendelse, skal regionerne etablere og udbygge opsøgende psykoseteams og udarbejde udskrivningsaftaler.

## Vi vil behandle alle med behov for psykiatrisk hjælp

Regionerne skal behandle alle mennesker med en psykisk sygdom, men selv om behandlingskapaciteten er

fordoblet over 10 år, er behandlingskapaciteten presset, fordi kapaciteten ikke er fulgt med den stigende efterspørgsel.

**Initiativ 6 og 7:** Regionerne vil udvikle Shared-care modeller og udbygge specialiseret sengekapaцитet til retspsykiatriske patienter (50 rest-psykiatriske senge), til personer med spiseforstyrrelse, udviklingshæmmede med psykisk sygdom (Oligofreni) og gerontopsykiatriske patienter. Der skal etableres nye botilbud med tilbud om psykiatrisk – og misbrugbehandling samt pleje og omsorg (Halfway-Houses).

## Vi vil helbrede flere

Mange psykiatriske patienter kan blive helt eller delvis raske. Regionerne vil forebygge, diagnosticere og behandle efter metoder, hvis virkning, der findes videnskabelig bevis for. Dette kaldes evidensbaseret psykiatri.

**Initiativ 8, 9 og 10:** Regionerne vil udarbejde en national strategi for forskning i psykisk sygdomme – specifikt i de store psykiatriske "folkesygdomme". De vil indføre forløbsprogrammer for alle store sygdomsgrupper med klare retningslinier for med hvad og hvornår den praktiserende læge, speciallægen, kommunen o.a. skal på banen i et psykiatrisk behandlingsforløb. At alle patienter skal have én udrednings- og behandlingsplan, der følger patienten uanset hvor i systemet, patienten befinder sig. Der skal være rammer for efterbehandling.

## Vi vil gøre psykiatrien mere tilgængelig

Regionerne vil gøre psykiatrien tilgængelig – fysisk som med akut modtagelse, opsøgende og udgående tilbud i eget hjem samt med rådgivning og information døgnet rundt.

**Initiativ 11 og 12:** Psykiatrien skal kunne nås døgnet rundt pr. telefon, e-mail, sms med vejledning og hjælp og der skal investeres i lokalpsykiatriens byggeri.

## Vi vil mindske overdødeligheden blandt mennesker med psykisk sygdom

Mennesker med psykisk sygdom har en langt hyppigere forekomst af livstilsygdomme, selvmord og en overdødelighed. Sundhedsfremme, sund kost og motion og begrænsning af alkohol og tobak og fokus på somatiske sygdomme blandt borgere med psykisk sygdom skal fremmes. Den skarpe adskillelse mellem den somatiske og den psykiatriske behandling er en barriere, der skal overvindes.

**Initiativ 13, 14 og 15:** Regionerne vil gøre sundhedsfremme og forebyggelse til en integreret del af den psykiatriske behandling. Personalets kompetence til at vurdere patientens fysiske sundhedstilstand og risikovurderinger blandt indlagte patienter og efterbehandling for nyudskrevne patienter for at forebygge selvmord skal udbygges.

## Vi vil have den nødvendige teknologi og velfungerende fysiske rammer

Neuropsykiatrien og ny nuanceret viden om samspil mellem krop, nervesystem og psyke indebærer et stigende behov for anvendelse af moderne teknologi inden for psykiatrien. Samtidig må psykiatriens fysiske rammer prioriteres højere.

**Initiativ 16, 17 og 18:** Regionerne vil gennemføre nybyggeri og renovering så der er enestuer til alle, plads til daglig og fysisk udfoldelse og adgang til udearealer, samt gode lokalpsykiatriske faciliteter. Styrke udredning og behandling gennem øget brug af scanningsudstyr, laboratoriefaciliteter og udstyr til telepsykiatri.

## Vi vil have hænder nok og bruge dem bedst muligt

Regionerne vurderer at psykiatriens største udfordringer er at rekruttere og fastholde tilstrækkeligt mange, gode medarbejdere.

**Initiativ 19, 20 og 21:** Regionerne vil gennemføre systematisk efter- og videreuddannelse af alle medarbejdergrupper, kombinere forsknings- og praksisstillinger, gennemfør en national rekrutterings- og brandingstrategi, talentprogrammer og lederuddannelse på højt niveau, samt inddrage nye faggrupper og fremme opgaveglidning mellem faggrupper./

## Fakta

Danske Regioner offentliggjorde i marts 2009 rapporterne "En psykiatri i verdensklasse – regionernes visioner for fremtidens psykiatri" (ISBN 978-87-7723-603-7) og "En psykiatri i verdensklasse – på vej dertil" (ISBN 978-87-7723-601-3).

Begge rapporter kan hentes i pdf-format fra [www.regioner.dk](http://www.regioner.dk).

Der er et link på forsiden./

### Jean Hardy Psykologi med sjæl

– psykosyntese og udvikling  
Anmeldelse af Jesper Sten Andersen



*Jean Hardy: Psykologi med sjæl – psykosyntese og udvikling*  
Oversat af Per Bondesen  
Hæftet, 292 sider, kr. 280.  
ISBN: 978-88-87722-03-2  
Struktur 2008

Psykosyntesen blev grundlagt af den italienske psykiater Roberto Assagioli.

Bogen afdækker psykosyntesens rødder på en meget systematisk og grundig måde. Mit problem med bogen er, at den stritter i alle retninger. Både i retning af Freud og Jung og i retning af mystik og okkultisme. Jeg mener faktisk ikke, det er en god idé at læse bogen, hvis man lader sig påvirke af den mystiske side af psykosyntesen og for alvor får smag for det mystiske og okkulte. Man skal passe på, at man ikke tager skade på sin sjæl.

Man kan godt være højt begavet og en intellektuel kapacitet uden at være i stand til at skelne godt fra ondt. Og det, der er karakteristisk for syntese mellem videnskab og mystik, at der ikke tages afstand fra det onde.

Bogen kan være til gavn for den, der søger kundskab om psykosyntesens rødder, men den giver ikke megen oplysning og psykosyntesen som behandlingsform. Man fornemmer gennem hele bogen en meget stor respekt for den videnskabelige behandlings-tradition, men det oplyses også, at psykosyntesen går tilbage til esoterisk viden og så må man spørge, om det kan forenes med videnskabelig tankegang. Det mener jeg ikke. Når psykosyntesen har mystiske og esoteriske rødder, så er det det samme som at sige, at den ikke er videnskabelig.

Det er ikke tilrådeligt for den almindelige læser at læse en sådan bog – for den psykisk syge kan den være begyndelsen til at blive af mystisk og skadelig litteratur, da den peger i den retning.

For den kritiske læser, der beskæftiger sig med tilbudene på det religiøse supermarked, kan den være god at få forstand af, og den er glimrende skrevet./

Forkortet af redaktionen.

### Steve Neale m.fl. Følelsesmæssig intelligens i coaching

– vejen til forbedret performance for leder, coach og individ  
Anmeldelse af Bo Steen Jensen



*Steve Neale, Stephen Neale, Lisa Spencer Arnell, Liz Wilson: Følelsesmæssig intelligens i coaching – vejen til forbedret performance for leder, coach og individ*  
Oversat af Else Warberg  
Indbundet, 300 sider, kr. 460.  
ISBN: 978-87-7664-332-4  
Børsen 2009

Der er dukket en spændende og på mange måder kontroversiel bog op på dansk i dette forår. Næmlig forfattertrioen Stephen Neale, Lisa Spencer-Arnell og Liz Wilson: Følelsesmæssig Intelligens i Coaching.

Vil allerede her udtrykke min ros til oversætteren Else Warberg for det fornemme flydende klare dansk, der bære hendes oversættelse.

Bogen er på mange måder kontroversiel i sit budskab. Men kontroversiel på en positiv måde, idet den inddrager det i coaching ofte oversete element der hedder den coachedes følelsesspekter.

Netop bogens påpegning af forskellen i det limbiske systems 100-sporrede motorvej i hjernen i modsætning

til den rationelle hjernes cykelsti, er meget væsentlig at få frem i lyset.

Ikke mindst netop nu hvor Rehabiliteringsbegrebet er kommet op i forbindelse med psykosocial træning af psykiatribrugere. Derfor burde denne bog være obligatorisk for alle der arbejder med såvel rehabilitering som kognitiv terapi. Bogen er også primært skrevet til fagfolk og behandlere, men grundet dens opbygning kan den også være en stor inspirationskilde som grundlag for selvarbejde med livskvalitets omlægninger.

Netop bogens respekt for og forståelse af vanens følelsestryghed, giver redskaber til at forstå hvorfor megen kognitiv og rehabiliterende træning ikke medføre de menneskelige kvantespring der forventes. Med nederlagsoplevelse som resultat.

Som repræsentant for psykiatribrugere kan jeg kun takke Børsens Forlag for formidlingen af denne bog på dansk. Og håbe at så mange som muligt gør sig bekendt med dens teorier og metodik./

### Finn Nørbygaard: Tillykke med din krise!

– en komiker bag facaden  
Anmeldelse af Jesper Sten Andersen

*Finn Nørbygaard: Tillykke med din krise – en komiker bag facaden*  
I samarbejde med Heidi Vesterberg  
Hæftet, 158 sider, kr. 249.  
ISBN: 978-87-638-0696-1  
Høst 2007

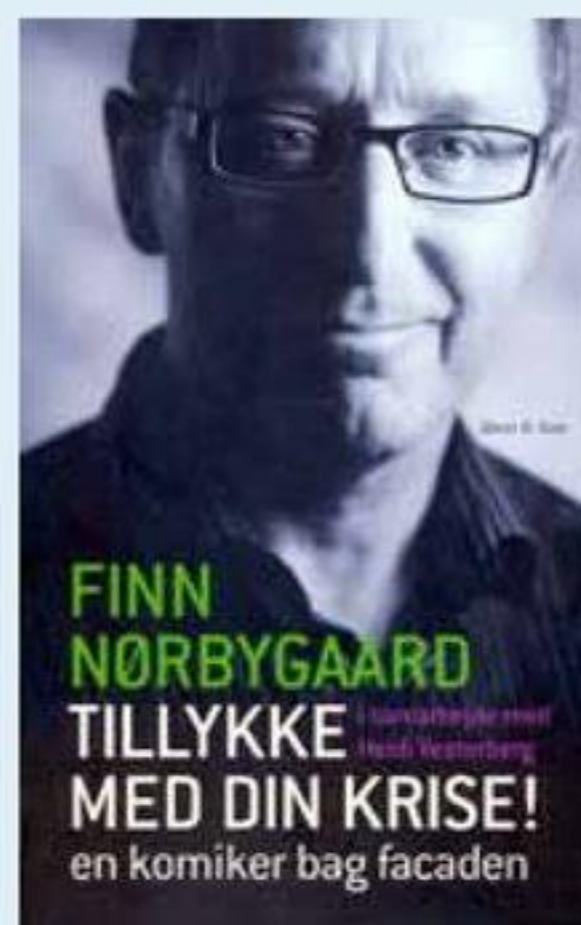
Bogen begynder med at fortælle om, hvordan Finn Nørbygaard fik et sammenbrud på grund af alt for stort arbejdspress. Hertil siger Finn Nørbygaard: En krise er en lejlighed til at rette op på sit liv og en chance for udvikling."

Finn Nørbygaard fortolkede sin krise sådan: Det er kroppen, der siger: "Hej du! Der er noget galt her, og nu får du chancen til at ændre det." Finn Nørbygaard har utvivlsomt ret, når han siger, at kroppen sender

os nogle værdifulde signaler. Han siger endvidere: "Mange af os har en kappet forbindelse mellem krop og hoved." Det kan han have ret i, og det er risikofyldt for sundheden. Han siger: "Manden kan lyve, men det kan kroppen ikke." Man skal nu ikke gøre kroppens signaler til en ufejlbarlig sandhed, mener jeg. Når den overvægtige krop skriger efter mere mad, så bør man ikke give efter. Når alkoholikerens krop skriger efter alkohol, så bør man ikke adlyde.

Bogen beskriver Finn Nørbygaards vej fra folkeskolen til berømmelse. Finn Nørbygaard siger: "Den største fare ved berømmelsen er, når man selv begynder at tro på billedet af sig selv som en »stjerne«."

Bibelen er den selvhjælpsbog, der findes, mener Finn Nørbygaard. Vil man virkelig lære noget om personlig



udvikling, skal man bare læse den. Han meldte sig dog ud af folkekirken som 20 årig efter sin fars død. Jeg var færdig med Gud og folkekirken.

Om afslutningen af sit ægteskab siger Finn Nørbygaard: "I slutningen af 2004 gik jeg ind til min kone og sagde de ord, vi havde kredset om så længe: Jeg vil skilles."

"Det er godt at kunne være alene. Det er sådan vi mærker os selv bedst" siger Finn Nørbygaard.

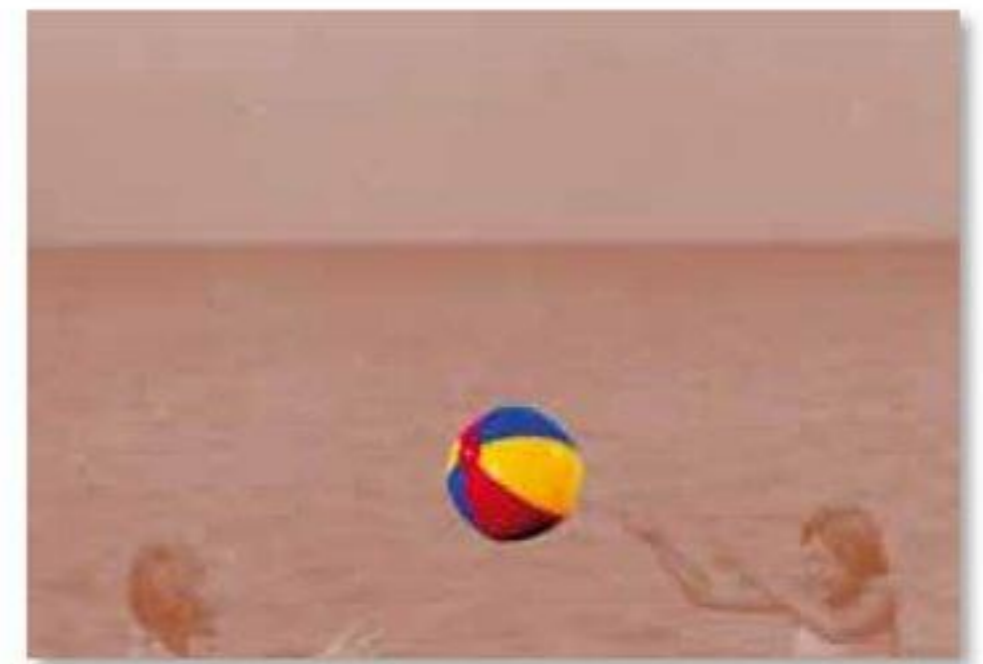
Bogen er velfortalt og interessant. Den giver et godt indblik i Finn Nørbygaards liv. Man følger forvandling fra komiker til terapeut. Det levede liv taler stærkt og man kan tage ved lære deraf./

Forkortet af redaktionen



# Poesi

## Når det virkelig gælder



Tænk hvis verden var som her  
alle vore dage  
så skænkede vi ikke sne  
den tanke, det kan gøre folk svage  
Her er sol her er vand  
her er livets evige sand  
selv bolden den er der  
som solen vi kender her  
*Nanne Nebbegård, Brønshøj*

## Til psykiateren

Hvorfor  
er du vred når du bliver spurgt  
jeg slår i en dyne det er noget værre lort  
din magt er stor  
det er ikke kun noget jeg tror  
chefen han pakker dig ind i vat  
han er et konfliktsky lille skvat  
lønnen den kommer i stride strømme  
det er held for ham og ikke kun drømme  
medicin er der nok af det gives lidt længe  
på de stakkels patienter det bliver ved at hænge  
vanedannende Alopam i årevis jeg fik  
du er ligeglad selvom det bliver frarådet for dig det gik  
Leponex har bivirkninger der skræmmer en del  
mon jeg nogensinde bliver menneske og hel  
måske er du bange for at andre tager over  
bare rolig der er en del i dette Land som sover  
*Else Høst*

## Retten til et liv

En rose så jeg skyde  
op gennem asfalten,  
der havde slået en revne.  
Den ville frem,  
den havde torne,  
de banede vejen  
til et ganske særligt menneske.  
De flænsede først en sjæl  
Men hjertet forblev intakt.  
Helt rødt og bankende.  
Alle de tomme, stumme  
og kolde følelser,  
Blev til en kridhvid rose,  
med kronblade  
der foldede sig ud.  
Og smuk som ingen anden blomst,  
står den nu i en solstråle,  
i den mørke asfalt  
Undrende fodgængere  
ser på denne rose...  
Nyder den smukke blomst.  
Ved ikke...  
Som jeg...  
At der hvor asfalten revner,  
er der flere rødder,  
til flere roser...  
Flere sjæle der flænses,  
Flere sind med bankende hjerter...  
Ganske særlige mennesker!  
*Jette Rass*

## Merete Nordentoft m.fl.

### Psykose hos unge

– Symptomer, behandling og fremtid



Omtale af Knud Kristensen

*Merete Nordentoft, Marianne Melau, Tina Iversen og Sanne Kjær (red.): Psykose hos unge – symptomer, behandling og fremtid*  
Hæftet, 270 sider, kr. 190 (ekskl. forsendelse).

ISBN: 978-87-90420-68-0  
Psykiatrifondens Forlag 2009

OPUS startede i 1998 som et pilot- og forskningsprojekt. Nu er det ved at blive bredt ud over hele landet som et behandlingstilbud til alle unge med psykose/skizofreni.

OPUS betragter sygdommen som en fælles udfordring for den syge, de pårørende og de professionelle. Bl.a. derfor arbejder de sammen om behandlingen.

I forbindelse med OPUS' 10 års jubilæum offentliggjorde Psykiatrifon-

dens Forlag denne bog. Bogen er redigeret af Merete Nordentoft, Marianne Melau, Tina Iversen og Sanne Kjær, og den er skrevet af en tværfaglig forfattergruppe med tilknytning til OPUS.

Bogen giver overblik over de psykotiske tilstande og deres symptomer, og den beskriver grundigt veldokumenterede behandlingsmetoder.

De er i OPUS samlet i en tidlig og intensiv specialindsats – målrettet unge.

Bogen er holdt i et lettilgængeligt sprog, og den beskriver de enkelte elementer i behandlingen, og den giver mange eksempler, råd og vejninger.

Bogen henvender sig både til læger, ansatte i socialpsykiatrien, socialrådgivere og andre fagfolk – samt ikke mindst patienter og pårørende./

## Jonna Deibjerg

### Mod på livet trods sygdom

– find gode veje til større livskvalitet ved alvorlig sygdom – smerte og træthed

Anmeldelse af Jesper Sten Andersen

*Jonna Deibjerg: Mod på livet trods sygdom – find gode veje til større livskvalitet ved alvorlig sygdom – smerte og træthed.*  
Hæftet 120 sider, kr. 149.  
ISBN: 978-87-91822-68-1  
Siesta 2008

Der er tale om en overskuelig lille bog, der er skrevet med stor indføling i de syges livssituation. Midt i smerten ønsker Jonna Deibjerg at indgyde håb og mod på tilværelsen. Hun skriver: "At erkende sin sygdom er ikke det samme som at sætte sig uvirksom hen og jamre over sin tilstand. Nu er jeg syg, det er der ikke noget at gøre ved. Det er en anderledes konstruktiv vurdering, der skal tages."

Men det er nu ikke alt, som Jonna Deibjerg skriver, som jeg er enig i. Hun skriver: "Mange har haft stor glæde af at gå til yoga, hvor de efter lette smidiggørende legemsøvelser

ligger til afslapning og lærer lidt åndedrætsøvelser, som afspænder kroppen og resulterer i indre ro."

Der er tale om en totalt ukritisk holdning til yoga, der fører ind i en mellemtilstand mellem vågen tilstand og drøm, idet kroppen fastspændes i forskellige yogastillinger og skaber et indre univers, der på længere sigt ødelægger realitetssansen og åndedræts teknikker ødelægger det naturlige åndedræt ved at manipulere med det.

Der er mange gode ord om besøgsvenner og patientforeninger, psykologer og læger men også åbenhed over for alternativ behandlere som zoneterapi, akupunktur og biopati. Det falder mig for brystet. Jonna Deibjerg er ukritisk overfor alt for meget.

En velment bog med gode råd til den syge./

Forkortet af redaktionen.

## Ballerup-egnen

### Arrangementer i efteråret

#### Hvad gør kommunerne for psykisk syge?

Torsdag den 20. august 2009 kl. 19-21, Tapeten, Magleparken 5, 2750 Ballerup.

Lokalforeningen arrangerer offentligt møde med afdelingschef Kenneth Engstrøm, Herlev Kommune, der fortæller om, hvad kommunens nye handicapstrategi betyder for psykisk syge, samt om, hvad kommunen i praksis gør, og med afdelingsleder Connie Hartz, Ballerup Kommune, der fortæller om psykosocial rehabilitering, samt om Støberiet. Jacob Larsen, leder for støtte- og kontaktpersoner i Ballerup Kommune, orienterer om den side af arbejdet.

#### Handicappedes forhold i Herlev Kommune

Lørdag den 26. september 2009 kl. 10-16, Medborgerhuset, Herlevgårdsvej 18-20, 2730 Herlev.

DH-Herlev arrangerer temadag for alle borgere for at synliggøre handicappedes forhold og Handicaprådet i Herlev Kommune. Lokalforeningen medvirker med en stand og korte indlæg om foreningen. Kl. 11 fortæller Holger Kallehauge fra DH om FN's handicapkonvention. Kl. 12.15 spiller et band fra Center for Autisme. Kl. 14.00: Kenneth Engstrøm, præsenterer kommunens handicapstrategi. Kl. 14.30: Handicaprådet. Kl. 15.15: Smil til dit handicap v/ ADHD'er og dramapædagog Mogens Radmer. Caféen er åben.

#### Sindets Dag markeres på Psykiatrisk Center Ballerup

Lørdag den 10. oktober 2009 kl. 13-16, Psykiatrisk Center Ballerup, auditoriet ved kantinen, Ballerup Boulevard 2, 2750 Ballerup.

Sindets Dag markeres med følgende program:

13.00: Velkomst ved centerchef Jan Toftholm Andersen

13.15: Overlæge ph.d. Lene Eplov, leder af projektenheden for psykiatrisk rehabilitering: Mental sundhed og rehabilitering

14.00: Kaffe

14.30: Aase Aaholm Jepsen, formand Sind Ballerup-Herlev

14.40: Hanne Colding, formand Sind Gladsaxe

14.50: Lise Nonbroe, Sind Ballerup-Herlev: Udstødt af samfundet

15.10: Centerchef Jan Toftholm Andersen: Psykiatrisk Center Ballerups arbejde

15.45: Spørgsmål og afrunding

Relevante foreninger kan præsentere sig ved stande.

Centeret og Sind-afdelingerne i Ballerup-Herlev og Gladsaxe står i fællesskab for arrangementet, der er åbent for alle i Centerets optageområde, som omfatter kommunerne Ballerup, Egedal, Furesø, Gladsaxe og Herlev.

Spørgsmål kan rettes til formanden for Ballerup-Herlev, Aase Aaholm Jepsen, tlf: 44 97 45 23, eller til sekretæren på fagot16@sol.dk/

## Edvard Munch og Danmark

### Største Munch-udstilling i Danmark i næsten 10 år

Fra den 4. september og tre måneder frem viser Ordrupgaard den storstilede særudstilling Edvard Munch og Danmark. Gennem mere end 100 malerier, grafiske værker og fotografier af den norske kunstner fortæller udstillingen historien om Edvard Munch (1863-1944) og Danmark i de første år af 1900-tallet.

Udstillingen stiller skarpt på Munchs venskaber med danske kunstnere og digtere som J.F. Wilumsen og Emanuel Goldstein og ser nærmere på Munchs ophold i København i hans kriseår – fra hans ophold i det idylliske Tårnbæk til han lader sig indlægge syv måneder på en nerveklini på Frederiksberg./



## SIND-Frederiksberg

### EDB-undervisning | Slank med SIND

#### EDB-undervisning hos SIND

Der undervises i emner som tekstbehandling (øvede/fortsættelse), brug af e-mail, vedhæftninger til e-mail, Internet (brug af, søgning på, Explorer, Firefox m.m.), Hotmail, billedbehandling/redigering af billeder, videoredigering, musikredigering.

Der kan også undervises efter individuelle ønsker.

Der er tre hold.

**Tid:** Tirsdag og torsdag 08:30-14:00. Start 1. september – slut ca. i slutningen af maj 2010.

**Tilmelding:** Jesper Steen Andersen, 25 15 88 62, sindfrederiksberg@db-mail.dk – eller SIND 35 34 00 80 (personlig henvendelse evt. fredag 14-17)/

#### Slank med SIND

SIND-Frederiksberg tilbyder – i samarbejde med FOF – kostvejledning for sindslidende på Frederiksberg.

Hvis medicinering giver dig problemer med vægten, eller du af andre årsager har brug for kostvejledning, kan du komme på kursus med 10 mødegange. Teori, praksis og vejledning.

**Kursusleder:** Kostvejleder Diana Hjerbæk Gjellesbøll. Der arbejdes på et lille hold (6 personer).

**Sted:** L.I. Brandes Allé, Frb.

**Tid:** Torsdag 17:00-19:45. **Start:** 17./09.

**Pris:** Gratis, men der skal betales for madvarer (kr. 50 pr. gang).

**Tilmelding:** Jesper Steen Andersen, 25 15 88 62/

## SIND-Rødovre – Sommerforedrag

Rødovregård, Kirkesvinget 1, Rødovre – kl. 19:00

#### 10. august: Haven

Det Biovidenskabelige Fakultet, en unik perle. Ved Seniorgartner Kim Greiner.

#### 17. august: Mig og Mofte

Mig og Mofte synger og fortæller om Otto Brandenburg og Bjarne Liller.

#### 24. august: Irling og Friis

Musikalsk underholdning.

#### 31. august: Mit liv i politiet

Niels Kjølner har været kriminalbetjent i Rødovre-Hvidovre politi. Han havde bl.a. den berømte Lundin-sag.

#### 7. september: Zimbabwe og Sydafrika ... Helt Vildt

Ved Ruth Christoffersen.

#### 14. september CARE

En af verdens største humanitære organisationer. CARE sender en repræsentant – personens navn er en overraskelse.

*Dette foredrag foregår i Hestestalden.*

*De øvrige i Kostalden.*

#### 21. september Byvandring – Vesterbro

Foredrag ved Lisa Elsbøll om en spændende bydel i København./

#### SIND-Rødovre, SIND-Vestegnen og OPUS Team

Torsdag den 27. august kl. 17-19 fortæller OPUS Team, Psykiatrisk Center Glostrup om det opsøgende arbejde og skizofreni.

**Sted:** Psykiatrisk Center Glostrup, Nordre Ringvej 29-67, bygning P 90.

Alle er velkomne./

## SIND-Halsnæs

### Bustur til ZOO – torsdag den 27. august 2009

Den 27. august arrangerer vi en bustur til ZOO.

Afgang fra Gimle, Søndergade 78, Hundested kl. 10:00 og fra Anemonen, Skovfogedlodden 15, Frederiksværk kl. 10:40.

Hjemkomst senest kl. 17:00.

**Pris:** Medlemmer af SIND kr. 50. Ikke-medlemmer kr. 100. Børn kommer gratis med. Betalingen dækker bustransport og indgangen til ZOO.

**Frist:** Sidste tilmeldingsdato er den 20. august. Tilmeldinger modtages efter først til mølle princippet. Er du for sent ude, kan du risikere ikke at komme med.

Bestyrelsen forbeholder sig ret til at aflyse turen hvis der er for få tilmeldinger. I så fald vil de betalte gebyrer naturligvis blive tilbagebetalt.

Tilmelding og aftale om betaling kan ske til:

Anita Schneiber, 61 70 30 46, anigro@hund.dk

Inger Østergaard, 47 72 34 05, poul.fenker@webspeed.dk, eller

Kim Kjelgaard, 40 23 10 69, km.kjelgaard@gmail.com

*Dette er et 100 % SIND-initiativ. Der vil derfor kun være frivillige fra SIND tilstede under turen./*

## Kend dine rettigheder

30. september 19-21:30, Sønderborghus, Løngang 1

Ellen Margrethe Basse og Knud Kristensen – forfattere til "Håndbog for psykiatribrugere og pårørende – kend dine rettigheder" fortæller om psykiatribrugernes og de pårørendes rettigheder.

Bogen er en håndbog for alle, der har berøring med psykiatrien. Den er udgivet af DE9 – Foreninger for pårørende til psykisk syge og PsykInfo Forlaget.

Ellen Margrethe Basse er medlem af styregruppen for SINDs Pårørenderådgivning. Knud Kristensen er formand for DE9 og næstformand i Landsforeningen SIND.

**Sted:** Sønderborghus, Løngang 1, Sønderborg.

**Tid:** Onsdag den 30. september 2009, kl. 19:00-21:30.

**Pris:** Gratis. Kaffe/te kan købes til stedets priser.

**Tilmelding:** Til Christine Nielsen på tlf.: 74 67 35 54 eller e-mail: sind@bbsyd.dk

**Frist:** Senest den 21. september./



## Holbæk sundhedsdag 2009

Af Kim Knudsen

For andet år i træk var region Sjælland, Holbæk kommune og en lang række patientforeninger vært for en dag i sundhedens tegn. SIND kreds Vestsjælland var med på dagen med en informationsstand.

13. juni, var bymidten i Holbæk præget af sundhed i alle afskygninger. I dagens anledning var hovedgaden afspærret for kørende færdsel, for så til gengæld at danne rammen om et gigantisk sundhedsmarked, med repræsentanter fra både den somatiske sundhedssektor, såvel som psykiatrien, som var repræsenteret ved stande fra SIND og psykiatrifonden.

Dagen startede med officielle åbningstaler, først ved formand for diabetesforeningen i Holbæk og leder af initiativgruppen, bag sundhedsdagen i Holbæk, Elly Sørensen. Herefter fulgte taler af Ingelise Hansen, anden næstformand Region Sjælland, og endelig borgmester Jørn Sørensen fra Holbæk kommune, som officielt erklærede sundhedsdagen for åben.

Herefter fulgte et afvekslende program, med en blanding af underholdning. Indimellem underholdningen interviewede Sten Jørgensen på scenen repræsentanter fra de deltagende organisationer. Første på scenen var SIND kreds Vestsjælland ved kredsformand Ingelise Svendsen. I præsentationen slog hun bl.a. til lyd for en øget ligestilling i sundhedsvæsenet.

Under præsentationen af vores forening fra scenen, var der for alvor ved at samle sig interesse fra gadens lørdagshandlende publikum, om SINDs stand.

Vi fik snakket med rigtig mange folk i løbet af dagen, og Inge gjorde et rigtigt bravt job med at sælge vores forening ude på gaden, hvor der blev delt rigtig mange informationsfoldere om SIND ud. Det blev også til rigtig mange udleveringer af folderen med SIND's ønsker og mærkesager til den kommende valgkamp.

Efter 4 timers PR. var vi enig om, at dagen havde været en succes./ Forkortet af redaktionen.



## Sommerudflugt

På sommerudflugt med SIND i Rudersdal

Af John Hestehave

En bus med mere end 40 glade brugere, pårørende samt ledsagere deltog søndag, den 14. juni i årets højdepunkt: Sommerudflugten med Sind i Rudersdal til Sverige.

Udflugten startede med en dejlig brunch med svenske specialiteter i restaurant "Kulturkrogen" i nærheden af domkirken.

Udflugtsdeltagerne besøgte derefter det nærliggende KULTUREN, som er en pendant til Frilandsmuseet i Brede. Frilandsmuseet, der rummer mere end 30 gamle, flotte bygninger, blev grundlagt i 1892 og er det andet ældste åbne frilandsmuseum i verden.

Vi var så heldige, at der på museets store, udendørs område var den årlige middelalderfestival i Lund – en meget spændende oplevelse.

Efter besøget på KULTUREN og middelaldermarkedet gik vi til den nærliggende domkirke i Lund.

Vi var så heldige at kunne opleve det mere end 600 år gamle klokkespil i kirkerummet.

Efter kaffe med is i det grønne – ledsaget af dejlig livemusik med to

svenske visesangere – gik turen med bussen videre til Malmø.

Efter en pause ved den formidable og højtragende skyskraber "Turning Torso" gik turen over Øresundsbroen og hjem til Rudersdal.

En dejlig dag var til ende – og den havde kun været mulig på grund af støtte fra sponsorer, herunder Rudersdal Kommune, Hjørdis og Jørgen Peter Christiansens Familiefond og Super Best på Vasevej i Birkerød.

Tak for det.

På bestyrelsens vegne  
John Hestehave/



Foto: John Hestehave

Region Hovedstadens Psykiatri  
Psykiatريفoreningernes Fællesråd

## Angst

- at forstå og håndtere angsten

TORS DAG D. 8. OKTOBER 2009 KL. 17-20

ANGST OG ANGSTFORMER - SÅDAN GENKENDER DU ANGSTEN

MIN ANGST - SÅDAN OPLEVER JEG ANGSTEN

ANGSTEN I KUNSTEN

KOGNITIV TERAPI I BEHANDLING AF ANGST

BEHANDLING - BETYDNINGEN AF TIDLIG INDSATS

SPØRG EKSPERTERNE

VED CAFEORDE KAN DU HØRE MERE OM DE SPECIFIKKE ANGSTFORMER, OG STILLE SPØRSMÅL TIL FOLK DER LIDER ELLER HAR LIDT AF ANGST, DERES PÅRØRENDE OG DERES BEHANDLERE.

ARRANGEMENTET AFHOLDES I  
RIGSHOSPITALET'S AUDITORIUM 2  
BLEGDAMSVEJ 9, 2100 KØBENHAVN Ø

ALLE ER VELKOMNE  
TILMELDING IKKE NØDVENDIG. DER VIL BLIVE SERVERET SANDWICH.

## Mindeord

–over Karin Nielsen,  
Møllevænget

Torsdag den 11. juni sov Karin ind. Det var med sorg for alle i Sind-huset, da beskeden kom, at Karin ikke var hos os mere. Karin var vellidt af alle.

Hun kom ofte i Sind-huset. Her var hun både bruger og frivillig. Karin åbnede tit i weekenden enten lørdag eller søndag og havde fast hver anden onsdag aften. Karin var med os på udflugter og en enkelt gang på udenlandsrejse til Polen.

Karin blev også valgt ind i Lokalforeningen i SIND, hvor hun blev næstformand.

Der er blevet spillet mange spil kort sammen med Karin, og i dag er det et savn. Vi sidder stadig og tager os i, om ikke Karin snart kommer, så hun kan være med. Tusind tak for alt Karin.

Vi tænker også på jer som er tilbage. Vi ved, det er et kæmpe savn som Karin efterlader. Vi sender jer en varm tanke, børn, svigerbørn, barnebarnet Isabella, forældre og søskende. Det var alt for tidligt, at gå bort.

Ære været Karin's minde.  
På Sind-husets vegne, Betina/

## Skærlund-ophold

– Gallogården Skærlund

På Skærlund kan man enten deltage i sommerkurser i kreative fag, f. eks. maling, tegning, grafik, vævning m.v., eller leje en af lejlighederne for én eller flere uger. Undervisningen er for mennesker med psykiske sygdomme eller problemer. Men lejlighederne kan lejes af såvel psykisk syge som psykisk raske.

Skærlund er smukt beliggende med en storslået udsigt kun 9 km fra havet.

Der er 4 lejligheder på 20-68 m<sup>2</sup>. Alle lejlighederne ligger i umiddelbar forbindelse med to atelier. Der er plads til 2 i hver af de mindste lejligheder og 4-6 personer i hver af de største lejligheder. Det koster kun 500 kr. pr. uge hvis man ikke har arbejde, og 1.000 kr. pr. uge hvis man har arbejde.

For enkelte dage, f. eks. en weekend, er prisen 125 kr. pr. døgn, hvis man ikke har arbejde, og 150 kr. pr. døgn hvis man har arbejde.

Ovennævnte pris gælder kun i perioden juni-august, hvor det ikke er nødvendigt at fyre. Den øvrige del af året er prisen 200 kr. pr. døgn for alle.

Hvis du/I er interesseret i et ophold, så kontakt Skærlund på tlf.: 28 82 51 42 eller 77 89 36 75, e-mail: tine@gallerigallo.dk. www.gallo.dk/skaerlund/

## Tør du bede om hjælp?

– psykiatrien i Odder Kommune

Du indbydes til borgermøde onsdag den 23. september kl. 19 – 22 i Kirkecenteret, Kirkesti 3, 8300 Odder

### Program

19.00 – 19.10: Velkomst samt præsentation af DE9 og SINDs Pårørende-rådgivning

19.10 – 19.30: Analyse på psykiatri-området i Odder Kommune ved formand for det sociale udvalg Niels Rosenberg.

19.30 – 19.50: OK-centeret Enghaven i Søvind ved Leder Lone Lundsgård  
19.50 – 20.10 Rådgivning og dialogmøder i Odder ved pårørende og brugere.

20.30 – 20.50: Pause.

20.50 – 21.50: Paneldiskussion med oplægsholderne samt med psykiater Kirsten Larsen Regionspsykiatrien i Horsens

21.50 – 22.00: Afslutning – Tør vi nu bede om hjælp?

Ordstyrer: Jens Westergaard.

## Kildeborg

Tre dages lejr tur 13.-15. november

Sind-huset Skive håber at se så mange som muligt til lejr tur 13.-15. november

Vi mødes kl. 18.30 og indkvarterer os. Kl. 19 serveres der en let aftensmad.

Lørdag er der morgenmad kl. 8-10, frokost kl. 12-13.

Efter frokost er der mulighed for middagssøvn før der kl. 15.15 spilles:

BANKOSPIL MED 10 SPIL OG FLOTTE GEVINSTER

Samtidig drikkes der eftermiddagskaffe.

Kl. 18 spises der festmiddag, og derefter kan der danses til musik af Peter.

Kl. 01 sælges der hotdogs og salget af drikkevarer slutter. Det er forbudt at medbringe drikkevarer.

Søndag morgen serveres der morgenmad kl. 8-10, hvorefter værelserne rengøres.

Pris for hele weekenden er for medlemmer kr. 350. Andre betaler kr. 450.

Pris for festaftenen alene er kr. 185.

Tilmelding og betaling senest den 1. november. Tlf. 97 51 47 07.

### Tilskud fra lokalforeningen Skive

Lokalforeningen giver et tilskud på kr. 150 til Skives medlemmer, så egenbetalingen bliver på kr. 200./

## Ny hvervefolder

Hvervefolderen fra 2007 har nu fået en afløser.

Som sin forgænger opfordrer folderen læserne til at støtte Landsforeningen SIND.

Som noget nyt opfordrer vi nu læserne til at støtte landsforeningen økonomisk og/eller ved at yde en aktiv indsat som frivillig.

Hvervefolderen indeholder oplysninger om hvad SIND vil – og hvad SIND tilbyder.

Folderen beskriver SINDs vision, mission, mål og strategier.

Folderen beskriver også de tilbud som SIND har til sine medlemmer – fx omsorg og støtte, rådgivning og grupper, bisidderordning, undervisning, foredrag, informationmateriale og politisk indflydelse.

Vores nyeste initiativ med SIND Ungdom er også omtalt.

Folderen indeholder fotos af vores protektor og vores to ambassadører.

Folderen kan rekvireres fra sekretariatet.

Folderen fastslår på forsiden, at SIND arbejder for sundhedsfremme gennem trivsel, forebyggelse, helbredelse og recovery.

### BENYTT LEJLIGHEDEN TIL EN HVERVEKAMPAGNE!

kr.

### PJECER

Børn af psykisk syge forældre (pt. udgået/under revision)

Information til pårørende (pt. udgået/under revision)

Skizofreni

Samvær med mennesker med psykoseproblemer

Værd at vide om depression

Medicinafhængighed – information og rådgivning om sove- og nervemedicin

### FOLDERE

Hvervefoldere

Lokalfoldere

### BØGER

"Fra en anden Planet". Høst & Søn 2004.

"Skøre Sjæle". De pårørende fortæller. 60,00

### ANDET

Plakat, blå med livets træ

Roll-up stander (ikke på lager, men kan leveres)  
Ved levering kan tekst m.m. "skræddersys" 1.529,50

1 sæt plakater, 3 med forskellig tekst og 1 uden tekst

Pins 7,00

Poloshirt, SIND-blå m. rødt logo (Str. M – XXL) 65,00<sup>1)</sup>

Poloshirt, SIND-blå m. rødt logo (Str. XXXL – XXXXXL) 75,00<sup>1)</sup>

Lighter, elektronisk, opfyldelig.  
Hvid m. rødt logo og webadr. 8,00

Rygpose, sort m. rødt logo 20,00

Mulepose, mørkeblå m. rødt broderi og lomme 40,00

Kuglepen, hvid med rødt logo og webadr. 2,50

Materialet er gratis, såfremt der ikke er angivet en pris. Materialet bestilles på sekretariatet tlf. 35 24 07 50 eller pr. mail landsforeningen@sind.dk

<sup>1)</sup> Kreds- og lokalforeninger kan rekvirere poloshirts til udvalg. Trøjerne betales efterhånden som de sælges.



## Verdens selvmordsforebyggelsesdag

10. september 9:30-17, CVU Øresund, Sigurdsgade 26, Kbh. N

Der er ca. 650 selvmord i Danmark om året og formentligt ca. 10.000 selvmordsforsøg. Der har i de senere år været en tydelig stigning i antallet af unge piger der forsøger selvmord. International Association for Suicide Prevention afholder i samarbejde med WHO verdensdag for selvmordsforebyggelse.

Over hele verden afholdes arrangementer for at tydeliggøre, at selvmord stadig er et stort problem, og at det er nødvendigt, at der gøres en indsats for at forebygge selvmord.

Også i Danmark markerer vi dagen ved at sætte fokus på selvmord og selvmordsforebyggelse.

I år har vi valgt at sætte fokus på selvmordshandlinger blandt unge, specielt unge piger.

Vi vil på dagen have oplæg om, hvordan de unge er belastede, og hvad der kan gøres for at hjælpe dem.

Der vil være indlæg fra berørte, forskere, professionelle fagfolk og frivillige medarbejdere.

Verdensdagen afholdes af Psykiatrifonden, Foreningen til Undervisning og Forskning i Selvmordsforebyggelse og Livslinien.

Alle er velkomne.

Pris kr. 100.

Dagen indledes af tidligere statsminister, SIND-ambassadør Poul Nyrup Rasmussen.

Se programmet og tilmeld dig på [www.psykiatrifonden.dk](http://www.psykiatrifonden.dk).

Tilmelding kan også ske telefonisk til Psykiatrifonden på tlf.: 39 29 39 09./

## Psykiatriens image

7. september 12:30-17, Rigshospitalet, Auditorium 1

Vi er alle med til at stigmatisere – bevidst eller ubevidst. Og derfor er det svært at have med at gøre.

At stigmatisere betyder at stemple, at sætte et mærke på personer, der afviger negativt fra omgivelserne. Og sådan har samfundet det med psykisk syge i dag. Stigmatisering har store konsekvenser og er nærmest en "ekstra sygdom". Det medfører udover diskriminationen, en afstandtagen og en udelukkelse fra samfundets privilegier.

Man føler sig mindreværdig og skyldig. Og derfor skal indsatsen også rettes direkte mod patienter og pårørende. Psykiatrien har i øvrigt længe været marginaliseret i sundhedsvæsenet. Politisk vægtes psykiatrien lavt og

det medfører færre bevillinger end til det somatiske sundhedsvæsen (7-8 % i Danmark, 20% i andre lande).

Konferencen skal være med til at vække opmærksomhed og oplyse. Vi skal have ændret holdninger og vi skal få flere til at ændre adfærd og følge op! Den skal være med til at opdatere ny viden og give en mulighed for at diskutere problemerne med alle interessenter.

Arrangeret af Dansk Selskab for Distriktspsykiatri, Psykiatrifonden, Dansk Psykiatrisk Selskab og Fagligt Selskab for Psykiatriske Sygeplejersker. SIND og Bedre Psykiatri

Pris kr. 100 inkl. kaffe.

Program og tilmelding på: [www.psykiatrifonden.dk/](http://www.psykiatrifonden.dk/)

## Psykiatrisk rehabilitering

25. august 2009 9-16, Herlev Hospital, Store Auditorium

Rehabiliteringen af psykisk syge kan forbedres, idet der i Danmark indtil nu ikke har været tilstrækkelig fokus på området.

Det skal der gøres noget ved. Formålet med den rehabiliterende indsats er at hjælpe psykisk syge borgere i deres egen recovery-proces, hjælpe dem til en meningsfuld tilværelse med håndtering af sygdommen og eventuelle funktionsnedsættelser.

Alle er velkomne, fagfolk, pårørende, brugere m.fl. Kom og vær med til at sætte rehabilitering på dagsordenen i Danmark.

Pris kr. 250 inkl. frokost og kaffe.

Program og tilmelding: [www.psykiatrifonden.dk](http://www.psykiatrifonden.dk).

Alle deltagere får et gratis eksemplar af bogen "Distrikts- psykiatri" redigeret af Søren Blinkenberg

Ordstyrere: Psykiater Jes Gerlach, formand for Psykiatrifonden, og overlæge Lene Falgaard Epløv, Psykiatrisk Center Ballerup.

Blandt talerne er Erik Olsen, LAP og Kirsten Hove, SIND – der skal tale om rehabilitering set fra brugerorganisationernes synsvinkel.

Andre emner er "Hvad er psykiatrisk rehabilitering", "Rehabilitering i behandlingspsykiatrien", "Rehabilitering i socialpsykiatrien", "Sindslidende og arbejde – medarbejdere med brugererfaring" og "Stigmatisering – en hindrende faktor."/

## Mellem Medlemmer

### Selvhjælpsgruppe Esbjerg

Jeg er – sammen med Vindrosen, der er et sted med selvhjælpsgrupper – i gang med at starte en selvhjælpsgruppe for angst og depressionsramte i Esbjerg.

Derfor vil jeg gerne i kontakt med interesserede.

Gruppen er for mennesker med angst og depressive symptomer – uanset diagnoser.

Interesserede kan henvende sig til mig.

Michael Jacobsen  
Sjællandsgade 2, 2.  
6700 Esbjerg  
[michaelj1@live.dk](mailto:michaelj1@live.dk)

Vindrosen Esbjerg – De frivilliges hus  
Teglværksgade 1  
6700 Esbjerg  
[www.vindrosen-huset.dk](http://www.vindrosen-huset.dk)

### Sød ven søges

Jeg er en kristen kvinde på 62 år med et godt humør. Er lidt kraftig og ryger. Mine interesser er lidt gåture, musik og film.

Jeg bor i nærheden af Roskilde og ser helst, at du gør det samme.

Hvis dette har din interesse, så håber jeg snart at høre fra dig.

Billetmrk. 1/2176

### Mellem medlemmer

Mellem medlemmer giver dig mulighed for at komme i kontakt med andre med samme interesser.

Annoncer kan sendes til: Landsforeningen SIND, Jernbane Allé 45, 3. sal, 2720 Vanløse.

Du kan også indrykke en annonce på SINDs hjemmeside, eller du kan benytte chatfunktionen.

[landsforeningen@sind.dk](mailto:landsforeningen@sind.dk)  
[www.sind.dk/](http://www.sind.dk/)

## SINDs legater

### Sindslidendes Fond

Sindslidendes Fond yder støtte til kur og pleje for økonomisk trængende patienter på psykiatriske specialsygehuse samt psykiatriske afdelinger ved somatiske sygehuse eller psykiatriske sygehuse.

Sindslidendes Fond yder endvidere støtte til for eksempel køb af musikinstrumenter, rejser i Danmark for sindslidende, hvor der er særligt behov, sportaktiviteter og andre udviklende aktiviteter – forudsat, at en ansvarlig leder anbefaler fondens støtte til aktiviteten. Der skal være et påtrængende økonomisk behov.

Sindslidende Fond yder endvidere støtte til pårørende til sindslidende, der ikke har anden indtægt end overførselsindkomst som førtidspension, folkepension eller kontanthjælp.

Legatet uddeles en gang årligt i maj måned.

Ansøgningsskema skal indsendes til SINDs sekretariat inden 1. marts.

### Grosserer H. Christian Fich og hustru Helene Fichs legat

Grosserer H. Christian Fich og hustru Helene Fichs legat yder støtte til:

- nære pårørende til sindslidende personer, der gennem deres bistand i det daglige yder en særlig indsats for den sindslidende person, og som har behov for opmuntring herfor.
- legater til rejser og ferieophold for sindslidende og dennes nære pårørende.
- kur og pleje for økonomisk trængende sindslidende personer i

hjemmet og patienter på psykiatriske specialsygehuse samt psykiatriske afdelinger ved somatiske og psykiatriske plejehjem.

Legatet uddeles en gang årligt i december måned.

Ansøgningsskema skal indsendes til SINDs sekretariat inden 1. oktober.

### Ansøgningsskema

Ansøgningsskema skal benyttes til ovennævnte legater. Ansøgningsskema kan downloades fra SINDs hjemmeside [www.sind.dk](http://www.sind.dk) eller rekvireres hos SIND på tlf. 35 24 07 50.

### Zangger Fonden & Ellen og Aage Fausbølls Helsefond af 1975

SIND har i 2009 modtaget bevillinger fra Zangger Fonden og Ellen og Aage Fausbølls Helsefond af 1975.

Midlerne fra Zangger Fonden uddeles fortrinsvis til tilskud til ferie- eller aflastningsophold for sindslidende og pårørende. Ansøgere skal være medlem af SIND.

Legaterne uddeles løbende. Ansøgning indsendes til SINDs sekretariat.

Midlerne fra Ellen og Aage Fausbølls Helsefond af 1975 uddeles til personer, der er ramt af depression og som ikke har økonomisk mulighed for at fortsætte eller starte hos psykolog, psykoterapeut eller i anden behandling. Der uddeles 2 legater á kr. 4.000.

Legaterne uddeles i november 2009. Ansøgning skal indsendes inden 1. oktober 2009. Ansøgning indsendes til SINDs sekretariat./



## SINDs kreds- og lokalformænd

### Bornholm

Bente Falk-Hansen  
Neksøvej 1  
3720 Aakirkeby  
56 97 43 88  
falk-hansen@live.dk

### Fyn

Karen Thomsen  
Blichersvej 110  
5230 Odense M  
24 44 78 63  
karen.v.thomsen@gmail.com

### Aalborg

Jens Ibsen  
Lille Borgergade 21, 4.tv.  
9400 Nørresundby  
23 27 00 34  
jens.ib@stofanet.dk

### Køge Bugt

Niels Clausen  
Vasebækvej 30 B  
4600 Køge  
22 14 50 38  
nielsclausen@mail.dk

### Fredericia

Lis Bjelbo  
Oksevænget 10  
7000 Fredericia  
75 92 64 09  
bjelbo@mail.dk

### Frederiksberg

Jesper Steen Andersen  
Duevej 107  
2000 Frederiksberg  
25 15 88 62  
sindfrederiksberg@dbmail.com

### Hovedstadens Omegn

Kirsten Elise Hove  
Skovbrynet 7  
2880 Bagsværd  
23 26 03 10  
kehove@gmail.com

### Frederikshavn

Rita Paaske Christesen  
Teglårdvej 22, 1.th.  
9900 Frederikshavn  
98 42 79 85  
ritapaaske@webspeed.dk

### Roskilde

Leni Grundtvig Nielsen  
Gyvelvej 10 B, 2.tv.  
4000 Roskilde  
46 36 76 51  
lenigrund@webspeed.dk

### Kolding

Bodil Kristensen  
Knud Hansens Vej 3, 1.tv.  
6000 Kolding  
75 53 59 78

### Frederiksborg

Hanne Molander  
Åtoften 134  
2990 Nivå  
49 14 70 79  
hannemolander@mail.dk

### Ballerup-egnen

Aase Aaholm Jepsen  
Baltorpvej 88, 2.tv.  
2750 Ballerup  
44 97 45 23

### Hjørring

Erik Christoffersen  
Tinpottegyde 4  
9800 Hjørring  
98 98 62 42/29 26 20 53  
erikchristof@has.dk

### Storstrøm

Mogens Nielsen  
Olufsvvej 7  
4700 Næstved  
55 44 42 40  
bimoni@mail.dk

### Vestsjælland

Ingelise Svendsen  
Bregnebjergvej 1  
4500 Nykøbing Sj.  
22 99 89 56  
is42@os.dk

### Frederikssund-Egedal

Peter Schjerlund  
Færgemarken 6, 2.-4  
3600 Frederikssund  
60 22 67 37  
pschjerlund@hotmail.com

### Gladsaxe

Hanne Colding  
Haremosen 6  
2880 Bagsværd  
44 44 00 14  
colding@dadlnet.dk

### Mariagerfjord

Karen Brøndum Nielsen  
Tyttebrævej 9  
9560 Hadsund  
98 57 34 07  
lbn@fiskars.dk

### Næstved

Jørgen Risager  
Chr. Winthers Vej 8  
4700 Næstved  
55 72 89 18  
risrasch@stofanet.dk

### Ringsted-Sorø

Kristian Sørensen  
Sct. Hansgade 20, 2.tv.  
4100 Ringsted  
20 95 45 89  
krisen@privat.dk

### Gribskov

Inger Hansen  
Rosenvang 15  
3250 Gilleleje  
48 30 04 89  
inger.hansen@youmail.dk

### Lyngby-Taarbæk

Jytte Christiansen  
Bøgeparken 166  
2800 Lyngby  
45 88 00 98/23 70 45 83  
jyttechr@privat.dk

### Mors

Jens Toft  
Hesselbjergvej 35  
7900 Nykøbing M  
97 75 19 59  
jenslarsen@toft.mail.dk

### Sønderjylland

Christine Nielsen  
Hedebyvej 26  
6330 Padborg  
74 67 35 54  
sind@bbsyd.dk

### Viborg

Birgitte Larsen  
Druevej 38  
7800 Skive  
3511 32 84  
fjendbo.admin@gmail.com

### Halsnæs

Kim Kjelgaard  
Gasværksvej 45  
3390 Hundested  
40 23 10 69  
km.kjelgaard@gmail.com

### Rødovre

Kirsten Falster  
Medelbyvej 7 E, 1.  
2610 Rødovre  
36 41 49 04  
kirsten.falster@mail.dk

### Thy

Ib Hansen  
Kastet 6, st.  
7700 Thisted  
21 45 19 56  
ibshamrock@hansen.mail.dk

### Aabenraa

Else Bruun-Petersen  
Farverhus 65  
6200 Åbenrå  
74 62 64 84  
siki@get2net.dk

### Skive

Inger Marie Nedergaard  
Viborgvej 338  
7840 Højslev  
97 53 52 26  
im.k@mail.dk

### Helsingør

Anne-Lise Bernitt  
Rosenstandsvej 7  
3000 Helsingør  
49 21 88 22

### Vestegnen

Jørgen Christoffersen  
Horsbred 187  
2625 Vallensbæk  
43 64 52 95  
uni-crystals@mail.dk

### Ribe

Joan Sallberg  
Jernbanegade 44  
6700 Esbjerg  
75 12 25 10  
sallberg@esenet.dk

### Sønderjylland Nord

Hedvig Carøe Andersen  
Tårnvej 9  
6520 Toftlund  
74 83 25 75  
bent@tneb.dk

### Århus

Kim Rattenborg  
Skejby Vænge 153  
8200 Århus N  
86 10 91 16  
sindaarhus@os.dk

### Hillerød-Allerød

Hans Jultved  
Søndre Jernbanevej 16B, 5.tv.  
3400 Hillerød  
24 41 23 06  
huset@sind.dk

### København

Ellinor Palm Pedersen  
Linnésgade 6, 2.tv.  
1361 København K  
33 13 02 39  
palm@net.telenor.dk

### Ringkøbing

Mirza Kristensen  
Neesvej 57, Nees  
7570 Vemb  
75 47 17 43  
mirza.kristensen@gmail.com

### Tønder

Anne E. Hvidberg Jørgensen  
Leosalle 70  
6270 Tønder  
74 72 08 26  
annehvidberg@mail.dk

### Randers

Trine Juel  
Kærgade 211  
8940 Randers SV  
86 40 54 89  
trine.juel@elromail.dk

### Rudersdal

Lotte Trabjerg  
Enrumvej 45  
2950 Vedbæk  
45 89 38 12  
lotte.trabjerg@mail.dk

### Nordjylland

Jens Ibsen  
Lille Borgergade 21, 4.tv.  
9400 Nørresundby  
23 27 00 34  
jens.ib@stofanet.dk

### Roskilde

Arne Ramskov Hansen  
Spurvevej 7  
4000 Roskilde  
46 36 23 72  
arneramskov@webspeed.dk

### Vejle

Ib Scheiding  
Løget Høj 6 A, st. -04  
7100 Vejle  
58 37 01 37  
schibber@aab-net.dk

### Silkeborg

Susan Steen  
Funder Bygade 4 E, st.  
8600 Silkeborg  
86 81 04 34  
susansteen@mail.dk



## SINDs udvalgsformænd

### Politisk udvalg

Finn Graa Jakobsen  
20 44 50 16  
graa.jakobsen@mail.dk

### Kursus og aktivitetsudvalg

Leni Grundtvig Nielsen  
46 36 76 51  
lenigrund@webspeed.dk

### PR-udvalget

Knud Kristensen  
86 17 63 98  
kk@sind.dk

### SIND-Informatørerne

Rita Paaske Christesen  
98 42 79 85  
ritapaaske@webspeed.dk

### Brugerudvalget

Allan Claumarch  
28 14 38 48  
aclaumarch@c.dk

### Pårørendeudvalget

Knud Kristensen  
86 17 63 98  
kk@sind.dk

### Organisationsudvalget

Ingelise Svendsen  
22 99 89 56  
is42@os.dk



## SIND-nettets koordinatører

### AALBORG

Kirsten Midtgaard  
50 50 45 09  
km@sind.dk

### FREDERIKSHAVN

Jette Christensen  
98 42 88 36  
cjtededk@hotmail.com

### ODENSE

Birthe Hviid & Rhonda  
Rasmussen  
66 19 03 26  
bhv@odense.dk

### RØDOVRE

Kirsten Falster  
36 41 49 04  
kirsten.falster@mail.dk

### SVENDBORG

Birthe Juel  
26 90 80 91  
birthejuel@hotmail.com

### ALBERTSLUND-BALLERUP

Christel Lous  
20 47 97 26  
C.lous@get2net.dk

### NORDFYN

Louise Poulsen  
27 33 11 94  
jlp@morudnet.dk

### SKANDERBORG-SILKEBORG

Anni S. Graaberg  
26 17 66 74  
anni-sg@get2net.dk

### ÅRHUS

Gitte Troelsen  
21 73 04 73  
sindnetaarhus@sind.dk



## SINDs rådgivninger

### Pårørenderådgivning Århus

**Administration**  
Skovagervej 2, indgang 65  
8240 Risskov  
Tlf. kontor: 77 89 32 77  
paa@sind.dk  
www.sindpaa.dk

### Åben rådgivning

Skovagervej 2, bygn. 23, 8240 Risskov  
mandag-torsdag 13-17, fredag 12-14  
1. mandag i hver md. 13-20

### Juridisk rådgivning

Skovagervej 2, bygn. 23, 8240 Risskov  
1. mandag i hver md. 15-20

### Åben gruppe

Nørre Allé 31, 8000 Århus C  
onsdage i lige uge 17-19

### Telefonrådgivning

86 12 48 22  
mandag-torsdag 11-17, fredag 11-14,  
tillige mandag 18-20

### Telefonrådgivning Odense

Alle dage undtagen lørdag 18-22  
66 12 39 90

### Psykologisk rådgivning København

Sinds Psykologiske Rådgivning og  
Pårørendegrupper  
Slotsgade 2, 2.  
2200 København N  
Åben rådgivning: tirsdag og torsdag  
kl. 17-19  
35 36 09 04

### Benzo rådgivning

Information og rådgivning om afhængighed  
af sove-nervemedicin. [www.benzo.dk](http://www.benzo.dk)  
mandag-torsdag 18-20 onsdag 9-11  
70 26 25 10

### Rådgivning i Gladsaxe

Bestil tid 44 98 09 89 torsdag 17-18

### Åben anonym rådgivning Hillerød

Personlig eller telefonisk henvendelse  
SIND-huset, Milnersvej 13 B, 3400 Hillerød  
Tirsdage 16-18  
Torsdage 14-16  
telefonsvarer udenfor åbningstiderne  
48 26 78 88 eller mobil 40 30 65 53

### Psykologisk rådgivning Frederiksberg

Onsdag 17-18  
35 34 00 80  
Psykologisk rådgivning  
Hjørring lokalforening  
Gratis psykologisk rådgivning  
Østergade 9, Hjørring  
Hver torsdag 16-18  
23 83 11 84

### Rådgivning Roskilde

For brugere og pårørende  
46 75 59 21  
46 36 23 72

### Randers

Pårørenderådgivning den sidste mandag  
i hver måned fra kl. 18.00-20.00  
(undtagen juli og december)  
på adressen:  
Sundhedscentret (den gl. arbejdsformidling)  
Vestervold 4, 8900 Randers

### Silkeborg

Pårørenderådgivning sidste onsdag  
i hver måned 16-20  
(undtagen juli og december måned)  
Adresse:  
Mødestedet Hostrupgade 14,  
8600 Silkeborg

### Odder

Åben rådgivning for pårørende og brugere.  
Sidste mandag i hver måned 18-20  
24 77 46 41 i træffetiden – ellers henvises  
til telefonrådgivningen i Århus  
Dialogmøder for pårørende og brugere 1.  
og 3. tirsdag i hver måned 19-21 (undtagen  
juli og december)  
Mødested:  
Frivilligcenter Odder (Pakhuset), Bane-  
gårdsvej 5, 8300 Odder



## Støt Landsforeningen SIND

Mere end 50 % af danskerne er – direkte eller indirekte – berørt af psykisk sygdom. Desværre får langt fra alle den hjælp og støtte som de har brug for – og krav på.

SIND arbejder på at forbedre forholdene for psykisk syge, pårørende og de professionelle i psykiatrien.

Du kan **hjælpe os** på flere måder:

- Ved at melde din ind i SIND og betale det årlige kontingent
- Ved at abonnere på SIND-bladet
- Ved at melde dig som frivillig
- Ved at støtte os økonomisk

### Meld dig ind

Medlemmerne er vores styrke. Dels betyder antallet af medlemmer alt, når vi varetager vores fælles interesser, dels er medlemmernes kontingent en af de vigtigste økonomiske ressourcer for landsforeningen.

Kontingenter tæller dobbelt. Dels udgør de en væsentlig del af indtægterne, dels er de med til at sikre, at vi får endnu flere penge i tilskud fra tips- og lottomidlerne.

### Abonner på SIND-bladet

Vil du støtte SIND uden at melde dig ind, kan du tegne et abonnement på SIND-bladet.

### Bliv frivillig

Krumtappen i SINDs arbejde er vores mange hundrede frivillige.

Der er mange muligheder for at fungere som frivillig i SIND. I landsforeningen, kreds- og lokalforeningerne er det valgte frivillige tillidsfolk, der varetager arbejdet i bestyrelser, arbejdsgrupper, udvalg med mere. Mange af disse frivillige deltager også i det politiske arbejde i offentlige råd og nævn. SIND deltager fx aktivt i Danske Handicaporganisationer – DHs – arbejde.

Det er også vores frivillige, der – under professionel vejledning – står for arbejdet i vores rådgivninger, SIND-nettet, bisidderfunktion og i vores net af foredragsholdere – SIND-informatorerne.

Frivillige tilbydes oplæring og løbende støtte.

### Støt os økonomisk

Det økonomiske fundament for SIND er – foruden kontingenter fra medlemmerne, tips- og lottomidler, puljemidler – arv, gaver og sponsorater.

Vælger du at give en eller flere penge til Landsforeningen SIND, kan du trække beløbet fra i skat.

De første 500 kr. kan ikke trækkes fra; men overstiger de samlede penge til foreningen 500 kr., kan du i 2009 fratrage op til 14.500 kr. Ægtefæller kan hver især fratrage det nævnte beløb.

Støt Landsforeningen SIND på girokonto nr. 540-3944, via netbank-konto 9541 540 39 44 – eller via hjemmesiden.

### Kontakt sekretariatet

Hvis du påtænker at give os et gavebeløb, eller eventuelt betænke SIND i dit testamente, så kontakt sekretariatet for yderligere informationer. Se også [www.sind.dk/](http://www.sind.dk/)

### Skaf en gave, så SIND kan bevare godkendelsen efter ligningsloven

SIND er godkendt efter ligningslovens § 8 A. Det betyder, at gaver over kr. 500 til landsforeningen er fradragsberettiget for gaveren.

Der stilles en række krav for at opnå/bevare godkendelse efter ligningsloven. Bl.a. skal antallet af gavegivere overstige 100 i gennemsnit om året over en treårig periode – og det samlede gavebeløb pr. gave skal være på mindst kr. 50.

Vi opfordrer medlemmer, kreds- og lokalforeninger og andre med tilknytning til SIND til at gøre en særlig indsats for at skaffe gavegivere, så vi kan bevare godkendelsen. Vi er ikke oppe på 100, så der er brug for flere gaver.

At miste godkendelsen vil have store konsekvenser for SIND.

**Gør en ekstra indsats for SIND – skaf en gave!**

# Om at være med på Brenderup Højskole 2009



Af Lars Strange

Landsforeningen SIND har for tredje år i træk gennemført et helt unikt højskoleophold sammen med lærere fra Brenderup. Det var alle tiders uge.

Vi var 51 elever fra hele Danmark. Det var spændende at møde nye som gamle elever. Åse Kvolbæk og Jens Ibsen var igen med til at arrangere – det var dejligt.

Det nye – og gode initiativ – var, at Lars Christensen tog billeder og video for at lægge det på Facebook. Det er og bliver fremtiden. Så godt gået Lars – godt gået!

Det startede søndag den. 21. juni, hvor vi mødtes på skolen mellem 15 og 17. Vi blev mødt med åbne arme til kaffe og kage. Det var skønt at se skolen igen.

Vi spiste aftensmad klokken 18, og så var der informationsmøde og selvfølgelig mange Højskolesange. Vi var halvt nye og gamle elever, så det tog ingen tid at føle sig hjemme.

Mandag startede med sange fra Højskolesangbogen. Vi skulle vælge værksteder. Der var skrivning, Pro-

spect (en diskussionsgruppe om psykiske sygdomme), smykker, friluftsliv og lær at sige fra.

Jon Hollesen, som er konservatorieuddannet i sang, lærte os sangen Happy Days. Det var ikke sådan lige at få sunget den igennem. Nej det tog tid, masser af tid. Om aftenen sang vi også Happy Days – efter at havde været ved vandet.

Tirsdag klokken 09:30 var der en foredragsholder ved navn Anders Dahl. Foredraget handlede om arbejdsmarkedet eller fritid. Han satte disse emner til diskussion. Det var Sokratiske – en måde at observere fritid/arbejde på.

Tirsdag eftermiddag havde vi værksteder. Jeg havde skrivning. Det var vældigt godt

Sankthansaften var Finn Graa Jakobsen taler. Han gjorde det godt. Han holdt sig til årets tema, som var håb, humor og helbred. Han sagde, at vi skulle holde os meget ude og få naturlige D-vitaminer. Han opfordrede os til at holde humøret højt.

Onsdag var der værksteder efter morgenmad og morgenmøde. Eftermiddagen var fri, og om aftenen så vi cubanske billeder og blev indbudt til afrikansk dans.

## Højskolen – en bro til livet

Torsdag havde vi værksted efter morgenmad og morgenmøde.

Efter frokost tog vi til Egeskov Slot. Om aftenen fik vi dejlig aftensmad – dejligt!

Klokken 19:50 kom SIND-ambassadør Poul Nyrup Rasmussen. Han gjorde det fabelagtigt godt. Han sagde, at vi gerne må sætte x i kalenderen lørdag den 3. oktober 2009. Han fortalte endvidere om, at han er ved at oprette en hjemmeside for psykisk sårbare. Det lyder meget spændende. (se side 14 – red.)

Den sidste dag – fredag – var det slut, og vi skulle sige farvel og på gen-

syn. Det gjorde vi med en fest om aftenen med taler og musik. Klokken 21 kom en discjockey. Han lærte os trin vi kunne bruge, når vi skulle danse. Det var dejligt, at få danset, snakket og hygget

Efter tre år med en uges højskole, kan jeg huske Højskolen – en bro til livet.

Efter min bedste mening må de andre organisationer indenfor psykiatrien gerne finde sammen, så vi kan få fasttømret højskolen.

En skole der rummer mange mennesker med store forskelle. Det kan være skizofreni, depression, spiseforstyrrelse eller andre sygdomme.

Jeg vil gerne sige, at en højskole for psykisk sårbare mennesker er nødvendig. Jeg tror på, at samle kræfterne om højskolen er vejen frem.

Til sidst vil jeg sige, at Poul Nyrup Rasmussen bliver et scoop for SIND. Det kan vi være stolte af. Han fortalte følsomt om sin afdøde Signe – godt og modigt gjort Poul Nyrup Rasmussen./

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

