

Psykiatriplanerne Varm luft eller?

> SIDE 8

Drømme er vidunderlige

> SIDE 11

Psykiaritop- møde 2009

> SIDE 15

Gud i grænseland

Hører Gud hjemme i psykiatrien – eller skal han uden for døren?

> SIDE 9

Sæt psykiatrien på valgplakaten

Vi slutter serien om regions- og byrådsvalgene i november 2009

> SIDE 12-13

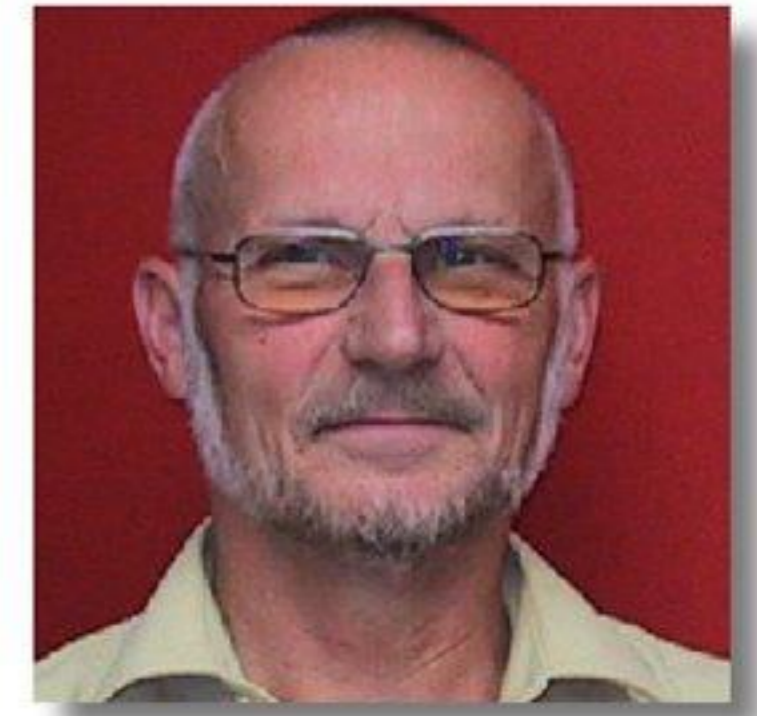


Meld dig ind i Landsforeningen SIND og hjælp os med at hjælpe andre. For kun 200 kr. om året kan du være med. Ring 35 24 07 50.

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

Nu er det ved at være alvor

Valget 2009 nærmer sig



Af Finn Graa Jakobsen
Landsformand

I SIND-bladets leder august omtalte jeg SINDs nye valgpløje.

Jeg opfordrede kraftigt til brug af pjecen, deltagelse i valgmøder o.m.a. Som jeg skrev: Mere end halvdelen af vælgerne er – direkte eller indirekte – berørt af psykiske problemer.

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

Udviklingen siden sidst har ikke gjort min opfordring mindre nødvendig. Snarere tværtimod!

Regionerne er nu i gang med budgetlægningen, og de første meget ubehagelige meldinger er kommet til vor kendskab.

Vi ser de fleste steder en budgetlægning, som betyder kraftige – nogle steder meget kraftige – nedskæringer i psykiatrien.

Alene de psykiatriske afdelinger i Region Hovedstaden skal spare 56 millioner kroner næste år.

Det strider direkte mod den erklærede politik om at sikre en "psykiatri i verdensklasse."

Vibeke Storm Rasmussen (S), formand for regionsrådet og politisk chef for sygehusene i Region Hovedstaden, udtaler: »Vi kan ikke være det bekendt over for patienterne. Men vi har simpelthen ikke penge nok til at sikre dem de vilkår, de har brug for.«

Region Hovedstaden lægger blandt andet op til nedlæggelse af sengepladser – og dette selv om både regeringen, Danske Regioner og lægerne flere gange har erklæret, at smertegrænsen for antal sengepladser er nået.

Ligeledes rumles der med planer om nedlæggelse af psykiatriske skadestuer.

Det fremgår af SINDs handleplaner, at SIND vil arbejde for, at psykiatrien bliver så tilgængelig som muligt. Herunder at der er adgang til ikke visiterede psykiatriske skadestuer, at der er opsøgende psykoseteams og socialpsykiatriske akuttilbud.

Det er kun én af SINDs 27 handleplaner. Som billedet tegner sig lige nu, bliver gennemførelsen af vore handleplaner en kamp fra hushjørne til hushjørne.

SIND er gået aktivt ind i den kommende regionale og kommunale valgkamp. Vi ønsker de nye kommunalbestyrelser og regionsråd bemandet med personer som har sympati og forståelse for psykiatrien.

MEN – kære SIND medlem – er dette nok?

Regeringen har lagt økonomiansvaret for socialpsykiatrien fuldt og helt på kommunalbestyrelserne. Samtidig har man lagt ansvaret for hospitalspsykiatrien helt og fuldt på regionsrådene.

Flotte ord – men også ansvarsforflygtigelse! For hvor er økonomien?

SIND er lige blevet præsenteret for Sundhedsstyrelsens nye nationale strategi for psykiatrien.

Her strømmer siderne over med gode forslag, idéer, og henstillinger. Der skal f.eks. være adgang til døgnåbne uvisiterede psykiatriske skadestuer – direkte imod tendensen i Region Midtjylland og Region Nordjylland. Hvad har man så tænkt sig at gøre ved dette?

Ligeledes skrives: Der bør opretholdes solid og faglig bæredygtig indlæggelseskapacitet – akut såvel som planlagt.

Aftalen om regionernes økonomi for 2010 tilfører ikke just de nødvendige summer.

Vi præsenteres igen for en psykiatri, som henvises til at søge de meget nødvendige økonomiske midler ved de kommende forhandlinger om satspuljen for 2010.

Det korte og det lange er:

SIND skal kæmpe for at det bliver psykiatriens forkæmpere der får plads i de nye kommunalbestyrelser og regionsråd.

Men – forude venter et folketingsvalg. Det er her SIND for alvor skal på banen.

Der skal ryddes op og skiftes ud i holdninger dybt ind i Folketinget.

SIND er med i den kamp der skal føres op til kommunal- og regionsvalgene. SIND er parat til den kamp der skal føres op til et Folketingsvalg – måtte dette snart ske.

SIND er partipolitisk uafhængig, men vi vil aktivt arbejde for, at der i alle kommunalbestyrelser, i alle regionsråd – og i folketinget vælges så mange personer som muligt, der kan og vil være med til at sikre psykiatrien de nødvendige betingelser. Der er plads til forbedringer i alle partier og på alle lister.

God valgkamp!//



SIND-bladet
38. årgang
ISSN 1603-7057

Udgiver

Landsforeningen SIND
Jernbane Allé 45, 3.
2720 Vanløse
Tlf.: 35 24 07 50
Fax: 35 36 11 36
landsforeningen@sind.dk
www.sind.dk
Mandag-torsdag kl. 10-15
Fredag kl. 10-14

Redaktion

Finn Graa Jakobsen (ansvarshavende), Knud Kristensen (redaktør), Jesper Steen Andersen, Lars Christensen, Lennart Karlin.

redaktionen@sind.dk
Indhold fra SIND-bladet må gerne citeres med kildeangivelse, jf. op-havsretslovens bestemmelser om citatret. Bladet påtager sig intet ansvar for indsendt materiale.

Udgivelsesplan

SIND-bladet udkommer i alle lige måneder (februar, april, juni, august, oktober og december). Indleveringsfrist for alt stof og annoncer er den 2. i måneden forud for udgivelsesmåneden. Vi modtager gerne materiale i god tid inden deadline.

Annoncer

Lennart Karlin
leka@webspeed.dk

Forsidefoto

Colourbox.com

Oplag

8.000



Tryk

KLS Grafisk Hus A/S

Materiale til bladet

Læserbreve og forslag til stof kan indsendes elektronisk (redaktionen@sind.dk) eller med post til landsforeningens sekretariat (mærket redaktionen). Medsend gerne billeder og/eller illustrationer.

Redaktionen forbeholder sig ret til at forkorte/redigere i tilsendt materiale. Man kan optræde anonymt, men reaktionen skal kende din identitet.

Vi modtager betydeligt mere materiale, end vi kan anvende i bladet. Ikke anvendt materiale returneres kun, hvis dette er aftalt på forhånd.

Tekst modtages helst i word-format. Digitale billeder modtages helst i jpg-format.

Aftal optagelse

Da vi – som nævnt – modtager langt mere stof end vi har plads til, anbefales det, at der i god tid træffes aftale med reaktionen, hvis der planlægges indsendelse af indlæg til bladet.

Skrivevejledning

Skriv gerne en overskrift og en lille indledning om emnet. Dernæst kommer historien og en lille afslutning.

Hvis du medsender billeder og illustrationer, så husk at angive faktuelle oplysninger om navne, dato, sted m.m. Angiv også fotografens navn, hvis dette skal nævnes.

Abonnement

Kr. 280 årligt.

Medlemsskab af SIND

Person: kr. 200 årligt inkl. abonnement på SINDbladet.
Firmaer, institutioner m.v.: kr. 800 årligt inkl. abonnement på SINDbladet

Girokonto

540-3944

Pressekontakt

Landsformand, Finn Graa Jakobsen 20 44 50 16/graa.jakobsen@mail.dk
Landsnæstformand, Knud Kristensen 86 17 63 98/kk@sind.dk.

Lokale pressetalsmænd kan findes på hjemmeside www.sind.dk.



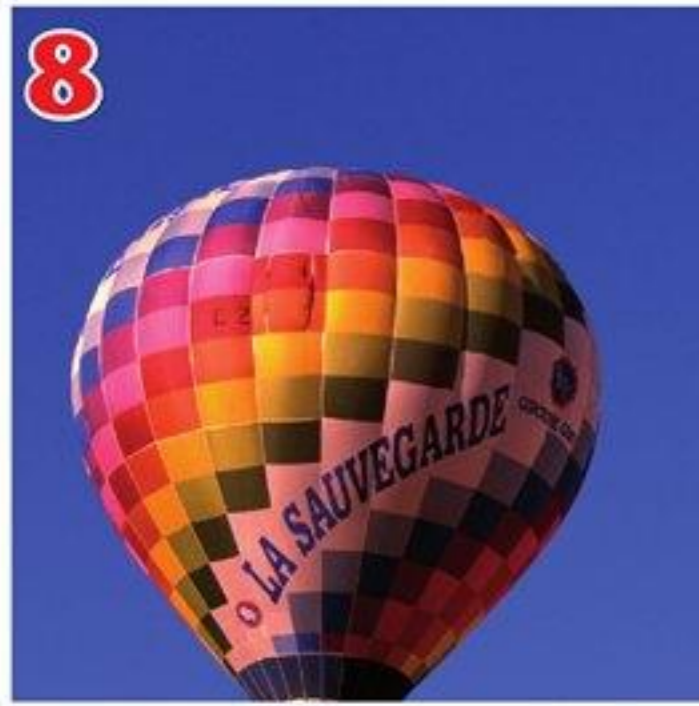
Protector for Landsforeningen SIND

Hendes Kongelige Højhed Kronprinsesse Mary.

Landsforeningen SIND arbejder for sundhedsfremme gennem trivsel, forebyggelse og recovery

Tak!

Redaktionen siger tak til alle, der har bidraget til dette nummer af SIND-bladet.



Dette nummer

- 04** **Læserbreve**
Lars Erik Brix-Thomsen fortæller om dårlige oplevelser med kopimedicin. Kirsten Graa Jakobsen gør status et år efter hun slap benzodiazepinerne. Christian Jørgensen bidrager med egne erfaringer til den aktuelle debat om førtidspension. Endelig har Anne Mette Hjarnø og Niels la Cour nogle kommentarer i anledning af landsformandens indlæg om ambulans tvang i sidste nummer af SIND-bladet.
- 05** **Presseklip**
Blodprøve kan afsløre depression. Små piger lever skjult med autisme. Nedsættelser i statsforvaltningerne giver endnu længere sagsbehandlingstider. Arbejdsmarkedskommissionens betænkning er på gaden. Den indeholder forslag til ændring af førtidspensionen. Fra LAP medlemsblad har vi klippet en gammel nyhed om mere i folkepension til førtidspensionister. Sundhedsministeren svarer Özlem Cekic (SF) om tvang i psykiatrien.
- 06** **SIND siden sidst**
Røde Kors og SIND i samarbejde om udviklingsprojekt om gruppeforløb for børn og unge i traumatiserede flygtningefamilier. BEDRE PSYKIATRI, LAP og SIND i fælles henvendelse til Danske Regioner om ambulans tvang. Erstatning for psykiske bivirkninger – andet afsnit i føjetonen. Niels Clausen har en beretning om, at det betaler sig at gøre vrøvl.
- 07** **Hørings svar**
Høring over udkast til Sundhedsstyrelsens anbefalinger om fysisk aktivitet i psykiatrien.
- 07** **Læserundersøgelse om SIND-bladets format og indhold**
- 07** **Skizofreni-test af fostre**
Man kan nu undersøge fostre for anlæg for skizofreni og andre psykisk sygdomme – SIND er bekymret.
- 08** **Vi har en plan**
Psykiatrien overgår Egon Olsen i kunsten at have en plan. Knud Kristensen stiller spørgsmålet: "Er de mange flotte planer for psykiatrien bare varm luft?"
- 09** **Gud i grænseland**
Hører Gud hjemme i psykiatrien, eller skal han parkeres uden for døren? Religionseksperter advarer mod at lukke Gud ind i behandlingen! Thorsten Asbjørn Lauritsen og Peter Borberg tager os med på en tur til psykiatriens grænseland.
- 10** **SIND Ungdom**
Omtaler denne gang pårørendegrupper til unge pårørende, og fortæller hvordan det gik, da Nordisk

- Film inviterede SIND Ungdom til forpremiere på filmen "Vanvittig Forelsket".
- 11** **Drømme er vidunderlige**
– men virkeligheden er bedre
Af Laila Pedersen.
- 12** **Regions- og byrådsvalg 2009**
Vi slutter vores serie om psykiatrien og valgkampen med at sætte fokus på Børge Wagner (C), der er kandidat til byrådet i Odense Kommune. Der er også blevet plads til tre bidrag, som vi har modtaget som et resultat af vores lille kampagne.
- 14** **Et lille kapitel af Sofies historie**
Erik Christoffersen giver et indblik i hvor galt det kan gå, når en anbragt og et behandlingssted ikke kan med hinanden.
- 14** **Skriveværksted**
Knud Kappelgaard giver anvisninger på, hvordan man etablerer skriveværksted.
- 15** **En ny start**
Programmet for psykiaritopmødet den 3. oktober. Danmarks første topmøde for psykisk sårbare og pårørende.
- 15** **Kommunale handicapråd**
I forbindelse med kommunalvalgene i november, skal der udpeges nye kommunale handicapråd.
- 16** **Bøger**
I dette nummer anmeldes Arnhild Lauvengs "I morgen var jeg altid en løve" og Erik Bjeragers "Det ender godt – Johannes Møllehave om døden". Desuden omtales en række nyudgivelser.
- 17** **Poesi**
To stærke digte om livet med psykisk sygdom og døden.
- 18** **Lokal-nyt**
En række oplysninger om lokale aktiviteter – kommende eller afholdte. Flere steder markeres Sindets Dag. Der er også flere valgarrangementer på vej.
- 20** **Unge og misbrug**
Erik Christoffersen fortæller om et flot arrangement i Hjørring.
- 20** **'Butik'**
Denne gang sætter vi fokus på 3. udgave af Håndbog for psykiatribrugere og pårørende, der er på vej med SIND som medudgiver.
- 21** **Mellem Medlemmer**

Faste rubrikker

- 02** Leder
- 03** Indhold
- 04** Læserbreve
- 05** Presseklip
- 06** SIND siden sidst
- 07** Hørings svar
- 10** SIND Ungdom
- 16** Bøger
- 17** Poesi
- 18** SIND lokalnyt
- 20** "Butik"
SINDs udgivelser og merchandice.
- 22** De Gule Sider
Kreds- og lokalformænd
SINDs udvalgsformænd
SIND-nettets koordinatorer
SINDs rådgivninger
- 23** Støt SIND
Meld dig ind i SIND
- 24** Klummen
Jesper Steen Andersen om at være valgtilforordnet
- 24** Humør-sriben
"Efterårskuller"

Kopimedisin

Dårlige oplevelser med kopipræparater

Af Lars Erik Brix-Thomsen

Jeg lider af socialfobi/angst. Jeg startede med Eflexor depot (5 mdr.), og fik det gradvist meget bedre. Jeg kunne pludselig foretage mig en masse ting, som jeg ikke havde kunnet i ca. 20 år.

Efter et stykke tid fik jeg så udleveret kopiudgaven Krka. Efter 2½ mdr. på det gik det meget tilbage. Jeg kunne pludselig ikke længere de ting, som jeg kunne på det originale præparat. Jeg fik derfor lægen til at skrive på recepten at jeg skal have Eflexor.

Problemet er så bare at det koster næsten 1.900 kr. for 3 mdr., og at min økonomi desværre ikke er gearret til så stor en udgift. Derfor er der nu to gange blevet søgt om støtte hos lægemiddelstyrelsen. Begge gange har jeg

fået afslag, med den begrundelse at man ikke mener, at det billige præparat er blevet afprøvet godt nok.

Det er lidt sørgeligt, at man ser sådan på det, men sådan er det nu engang.

Jeg mener helt bestemt at der skal skabes noget mere fokus på problemstillingen, fordi jeg er langt fra den eneste, der ikke kan tåle de her synonyme præparater.

Jeg kan, for øvrigt, henvise til flg.: http://www.dpsnet.dk/fileadmin/webfiler/PDF/Andet/Fup_og_fakta_om_kopimedisin_-_dps.doc.pdf

Jeg slap benzodiazepinerne

Et år senere

Af Kirsten Graa Jakobsen

I augustnummeret 2008 havde jeg et indlæg, hvor jeg fortalte om mine oplevelser da jeg stoppede med mit 30 år lange forbrug af Benzodiazepiner.

Nu et år efter, synes jeg, det er tid at gøre status.

Efter jeg skrev indlægget, fik jeg den positive oplevelse, at høre Benzorådgiver Kirsten Midtgård en aften i Skørping. Den aften blev jeg klar over, at min langvarige periode med diarree var en kendt bivirkning. Det varede ca ½ år og gav noget vægttab, men balancen er i orden nu.

Så til alt det positive

Min livslange socialangst er forsvundet. Jeg har med stor glæde deltaget

i mange familiesammenkomster – noget jeg før frygtede, selvom det var de nærmeste. Jeg har været til SINDs landsmøde og på SINDs sommerhøjskole – ja og nu har jeg for første gang i over 10 år meldt mig på et aftenskoledkursus.

Jeg er så glad, så det ikke kan beskrives. Jeg vil anbefale dig, der læser dette, at stoppe op og få hjælp, hvis du også har problemet med langvarigt forbrug af disse skadelige stoffer.

Søg hjælp hos din læge og kontakt Benzorådgivningen – der er lys og håb forude./

Se yderligere på : www.benzo.dk

Førtidspension

Den aktuelle debat om psykiatri og førtidspension

Af Christian Jørgensen, Sorø

I forbindelse med den aktuelle debat om psykiatri og førtidspension vil jeg gerne fremhæve mig selv som eksempel på en forhenværende psykiatrisk patient, der har fået det godt igen netop i kraft af den sociale indsats, der ofte mangler, når man ofte passivt parkerer patienter på pension. Desværre også ofte meget unge mennesker.

Med mig selv som eksempel vil jeg gerne fremhæve, at det har været vigtigt og nyttigt for mig at gøre min uddannelse færdig og blive hjulpet til mit nuværende skånejob i Kulturministeriet. Kun derved er det lykkedes mig igen at blive rask og igen velfungerende, omgivet af flinke mennesker

og indgående i nogle rationelle sammenhænge.

Hvis man skal generalisere, så er det altså fortsat vigtigt med en social indsats over for de mange psykiatriske patienter, der alt for ofte overlades til sig selv og således ensomme har for vane at skabe deres egen virkelighed omkring sig./

Svar

Tak for dit bidrag til debatten. Dit eksempel understreger SINDs pointe: Det handler ikke om hvilket forsørgelsesgrundlag man har – det handler om at have en meningsfuld tilværelse.

Det kan man fx have som førtidspensionist med skånejob.

Byd de skizofrene velkommen!

Af Egon Gad Johansen)

Jeg læser i dag i Kristeligt Dagblad, at man nu kan teste fostre for skizofrene arveanlæg. Det betyder, at man vil være i stand til at sortere en skizofren fra ved abort.

De reaktioner, der har været på den opdagelse, synes for mig som om, de maler "fanden på væggen."

Forskningen kan måske også betyde bedre mediciner, eller føre til forskning der vil medføre det – fx også færre bivirkninger.

Fra Cullbergs psykiatri ved jeg, at der er 40 % chance for, at en enægget tvilling, der er skizofren, får en skizofren søskende.

Så der er 40 % der er arveligt og 60 % der er miljøbettinget, hvis altså de tal stemmer.

Imidlertid ved vi alle, at lægerne altid har ment, at der både var arvelige og miljømæssige faktorer, og det nye er så, at man kan konstatere det hos fosteret.

Når abort er frivilligt, så kan enhver mor og far vælge frit, om de vil have et barn med gener for skizofren, eller de ikke vil.

Det betyder at mange skizofrene kan vælge det fra, hvis de ikke magter et sådant barn, og den der vil vælge det til, vil kunne give det en virkelig god velkomst.

En god begyndelse til at reducere, den miljømæssige risiko, der er for udbrud af skizofreni kan være at sige:

DU ER ØNSKET. – OG BYDE DEN SKIZOFRENE VELKOMMEN./

Ambulant tvang

Af Anne Mette Hjarnø og Niels la Cour

I SIND-bladet nr. 4 afviser landsformand Finn Graa Jakobsen sundhedsministerens genfremsættelse af et forslag om mulighed for at bruge tvang over for psykisk syge, der ikke er indlagt.

Det psykiatriske set uprofessionelt virkende og af spekulation i at spare

sengepladser smagende forslag, får af landsformanden en hård medfart.

Men landsformanden mangler – for os at se – en løsning med hensyn til den meget syge restgruppe, der endog i forhold til udskrivningsaftaler, koordinationsplaner og opsøgende psykoseteams ofte er uden for terapeutisk rækkevidde.

For vores retssamfund er det ganske vist grundlæggende, at man kun kan udsættes for tvang, når man er sindssyg. Spørgsmålet er bare om en patient, der ophører med at tage medicin kan være syg nok til at berettiget tvangsmæssig genindlæggelse som præventiv foranstaltning?

Vi vil derfor opfordre SIND til at støtte tanken om at overførsel fra lukket til åben afdeling kan ske på prøve, og at prøvetiden kan forlænges til også at gælde efter udskrivelsen.

Vi opfordrer til at give dette forslag en anvendelig form./
Forkortet af red.

Blodprøver kan afsløre depression

I fremtiden vil lægen måske kunne få hjælp fra en blodprøve, når der skal stilles en diagnose. For blodet afslører psykiske lidelser.

Det har Wiktor Mazin, DTU Fysik påvist i ph.d.-afhandlingen "Exploring the biological basis of affective disorders."

Ifølge DTU Avisen skyldes en lang række sygdomme, at bestemte gener enten er mere eller mindre aktive. Hvis der viser sig at være et mønster i aktiviteten hos personer med en bestemt sygdom, som afviger markant fra raske, kan dette mønster bruges til at diagnosticere sygdommen.

Mazin har i sin forskning påvist, at det er muligt at identificere psykiske sygdomme på baggrund af en såkaldt genekspressionsanalyse af en blodprøve.

En genekspressionsanalyse siger noget om, hvor aktive generne i en celleprøve er. Man taler også om hvor meget generne udtrykkes – på engelsk gene expression.

Man ved endnu ikke, om sygdomme opstår på grund af fejl i genekspressionen, eller om sygdomme forårsager ændringer i genekspressionen./

Små piger lever i skjul med autisme

Mange småpiger lever med autisme. Man har bare ikke opdaget dem. Det viser sig i stedet i puberteten som spiseforstyrrelse eller andre psykiske lidelser.

Ifølge dr.dk/Sundhed lider langt flere piger af autisme eller Aspergers Syndrom end man hidtil har antaget. De bliver bare ikke opdaget fordi de ikke skaber problemer. De er de stille piger, der reagerer indad.

De vender deres frustration og smerte indad. De bliver ikke forstået, og så vokser deres lidelser, indtil de i puberteten får spiseforstyrrelser, skærer i sig selv eller får en anden psykisk lidelse.

Hvis man undersøger dem for autisme, så vil de ofte have det siger Tony Attwood til dr.dk/Sundhed. Tony Attwood er psykolog og en af verdens førende forskere indenfor autisme og Aspergers Syndrom./

Nedskæringer i statsforvaltningerne

Danske Handicaporganisationer (DH) har rettet henvendelse til indenrigs- og socialminister Karen Ellemann for at protestere imod de påtænkte nedskæringer i statsforvaltningerne.

DH er dybt bekymret ved udsigten til endnu længere ventetider i bl.a. De Sociale Nævn.

Den gennemsnitlige sagsbehandlingstid er i forvejen opgjort til 14,9 uger i de sociale nævn – med store regionale forskelle. I forvejen har de personer der klager ofte været igennem lange sagsbehandlingstider i kommunerne. Samlet set er der ofte meget lange perioder, hvor borgeren befinder sig i et tomrum, siger DH.

DH mener, at der er tale om urimelige regionale forskelle, og at den gennemsnitlige sagsbehandlingstid i forvejen er for lang./

Tvang i psykiatrien

Sundhedsministeren udtaler til Politiken, at vi i Danmark bruger bælte, hvor andre lande medicinere patienterne meget kraftigt.

Özlem Sara Cekic (SF) har gennem sundhedsudvalget bedt ministeren redegøre for, hvilken dokumentation ministeren bygger denne udtalelse på.

I sit svar til sundhedsudvalget (Svar på Spørgsmål 616) indrømmer ministeren nu, at der ikke er dokumentation for denne påstand.

Ministeren siger det ikke direkte, men nøjes med at oplyse, at spørgsmålet indgår i en undersøgelse om anvendelse af tvang i andre lande, som Sundhedsstyrelsen arbejder med.

Formålet med den igangværende undersøgelse er afdække andre landes lovgivning og praksis omkring anvendelse af tvang.

Der er med andre ord ingen dokumentation, men det kommer der – måske!//

Mere i folkepension til førtidspensionister

Fra vores medlem Jørgen Christoffersen, har vi fået en henvisning til LAP medlemsblad nr. 2, 2009, hvor han har fundet en oplysning som er ny for ham.

Vi iler med at citere fra LAP's medlemsblad, og komme med en tilføjelse:

»Hvis man er på førtidspension, kan man lave en pensionsopsparing. Man indbetaler selv 1/3 og staten giver de sidste 2/3. På den måde vil overgangen til folkepension ikke blive helt så svær.

Beløbet bliver trukket over pensionen. Man kan ringe til pensionskontoret der, hvor man nu bor, og tale med egen sagsbehandler om det. Her er de behjælpelige med at ordne det praktiske.«

Ordningen kaldes Den Supplerende Arbejdsmarkedspension for Førtidspensionister (SAP) og opsparingen kan administreres af ATP, en pensionskasse eller et livsforsikringselskab.

Man indbetaler indtil man går på folkepension (eller indtil man vælger at stoppe indbetalingerne). Fra man går på folkepension udbetales et månedligt beløb resten af livet.

Egetbidraget og statens tilskud er skattefrit, men man bliver beskattet af udbetalingen til sin tid.

Der kan opspares kr. 144 + 289 (statens andel) = 433 om måneden i 2009.

Læs mere om ordningen i "Håndbog for psykiatribrugere og pårørende – kend dine rettigheder" 3. udgave, der udkommer i oktober 2009./

Førtidspension og fleksjob skal ændres

Forstadium til førtidspensionen, og mennesker i fleksjob skal lokkes til at arbejde mere

Arbejdsmarkedskommissionen foreslår et forstadium til førtidspensionen, og mennesker i fleksjob skal lokkes til at arbejde mere, oplyser Altinget | Social.

Førtidspension

Personer, der kunne tænkes at blive arbejdsduelige igen, skal ikke direkte på førtidspension, men tilbydes et udviklingsforløb, der kan ende med, at de kommer helt eller delvist tilbage på arbejdsmarkedet – eller senere tilkendes førtidspension.

Personer, som helt sikkert ikke bliver arbejdsduelige igen, får førtidspension som hidtil.

Personer i udviklingsforløb beholder den ydelse, de fik før udviklingsforløbet startede. Fik man sygedagpenge, beholder man dette beløb, fik man kontanthjælp, beholder man dette beløb.

Man er dog garanteret mindst det, der svarer til kontanthjælpssatsen for voksne (uden modregning for formue eller ægtefælles indtægt).

Et udviklingsforløb kan vare op til fem år. Hvis man ved periodens udløb stadig vurderes at have mulighed for tilbagevenden til arbejdsmarkedet, kan man visiteres til et nyt udviklingsforløb.

Hvilende førtidspension

Det foreslås, at alle førtidspensionister, der har lyst til at tage arbejde, garanteres, at de kan komme tilbage på førtidspension, hvis det ikke lykkes at få fodfæste på arbejdsmarkedet igen.

Fleksjob

Kommissionen foreslår at ændre tilskudsordningen til fleksjobordningen, så personer på ordningen får et større økonomisk incitament til at arbejde så meget som muligt.

Det foreslås at arbejdsgiveren fremover får et løntilskud svarende til dagpengesatsen (mod i dag 1/2 eller 2/3 af lønnen – uanset lønnens størrelse). Det foreslås endvidere, at løntilskuddet sættes ned i takt med at arbejdstiden går op – dog på en sådan måde, at den samlede løn vil stige, når arbejdstiden stiger.

Skånejob

Kommissionen har intet forslag om en øget pligt for kommunerne til at tilbyde pensionister skånejob.

Ingen reformer nu

Regeringen har som bekendt skudt alle forslag fra kommissionen i sænk allerede inden de blev offentliggjort./ www.amkom.dk/endelig-rapport.aspx



Røde Kors og SIND gennemfører sammen projekt friRum

– Et udviklingsprojekt om rådgivende gruppeforløb for børn og unge i traumatiserede flygtningefamilier

Dansk Røde Kors og SINDs Pårørenderådgivning har fået 1,5 mio. kr. til et fælles projekt for børn af flygtninge-/indvandrefamilier med PTSD (Post Traumatisk Stress Disorder).

Det skønnes at 25-30 % af de flygtninge, der kommer til Danmark er traumatiserede grundet krigsoplevelser, fængsling, tortur m.v.

Projektet forventes at kunne forebygge de psykosociale problemer som børn af traumatiserede flygtninge er i markant risiko for at blive ramt af. Det gælder ensomhed, isolation, opståen af primær PTSD, koncentrationsbesvær og dårlige præsentationer i uddannelsessystemet.

Projektet gennemføres fra efteråret 2009 til juli 2011.

Projektet bygger på en kobling af SINDs erfaringer og metoder i pårørende-grupper for børn og unge og Dansk Røde Kors' erfaringer med psykouduktionsforløb for udsatte flygtningebørn.

Baseret på de respektive erfaringer gennemføres gruppeforløb for 6-8 børn. Grupperne gennemføres med så lille aldersspredning som muligt.

Før et barn/en ung starter i et gruppeforløb, foretages en tolket forsamtale med forældrene i familiens hjem.

Projektet er det første resultat af et samarbejde mellem SIND og Dansk Røde Kors, Asylafdelingen.

Det er indbygget i projektet, at de to organisationer skal lære af hinanden.

Dansk Røde Kors ønsker at lære noget om gennemførelse af pårørende-grupper for børn og unge mens SINDs Pårørenderådgivning ønsker at lære noget om at arbejde med flygtninge-/indvandre-familier – herunder især pårørende til sindslidende.

Projektet gennemføres i Århus/Region Midtjylland og København/Region Hovedstaden.

Projektet ledes overordnet af Dansk Røde Kors og hvad angår den århusianske del fra SINDs Pårørenderådgivning i Århus.

Grupperne vil blive gennemført af to gruppeledere (én fra hver af organisationerne). Bl.a. derved sikres det, at de to organisationer lærer af hinanden.

Projektet ledes af en styregruppe bestående af repræsentanter for de to organisationer og eksterne ressourcepersoner.

I projektet vil der blive udarbejdet informationsmateriale til målgruppen, og projektets erfaringer vil blive formidlet til alle interesserede./

Dansk Røde Kors  
Asylafdeling

Det betaler sig at gøre vrøvl

Af Niels Clausen, Lokalformand i Køge Bugt

Besparelsesforslag har de sidste to somer skabt uro og angst hos brugerne af væresteder og aktivitetscenter i kommunen.

Brugerne har samlet underskrifter ind til støtte og bevarelse af institutionerne.

De er blevet mødt med velvilje og imødekommenhed. De har mødt stor forståelse hos borgerne.

Brugerne har fundet nogle ressourcer frem, som de slet ikke troede, at de havde. De har haft mod til at stå offentligt frem i medierne. De har skrevet læserbreve, været i avisen med billede, skrevet til borgmesteren m.m.

Undertegnede har taget kampen op mod forslagene med høringssvar samt debatindlæg i Dagbladet.

Mine argumenter omkring de personlige konsekvenser for brugerne er blevet hørt og forstået af politikerne. Nogle var hurtigt ude og sige fra. Andre var lidt for længe om det. Men resultatet er, at et bredt politisk flertal i Køge siger nej til nedskæringer på området.

Et stort skulderklap til brugerne for deres indsats, engagement og opbakning. Det er ikke svært at kæmpe, når man ved hvor meget det betyder for så mange. Og slet ikke når det betaler sig at gøre vrøvl./
Forkortet af red.

Ambulant tvang

BEDRE PSYKIATRI, LAP OG SIND retter henvendelse til Danske Regioner

De tre landsforeninger Bedre Psykiatri, LAP og SIND kæmper hver især for at overbevise folketingets partier om, at gennemførelse af lov om tvungen opfølgning (ambulant tvang) er en rigtig dårlig idé.

I fællesskab har vi rettet henvendelse til Danske Regioners social- og psykiatriudvalg for at gøre opmærksom på vores holdninger. Det har vi gjort fordi, formanden for Danske Regioner Bent Hansen i pressen er citeret for at gå ind for forslaget.

I henvendelsen til Danske Regioner gør vi opmærksom på, at vi er dybt bekymrede for, om der kan skabes et flertal i Folketinget for forslaget.

Vi opfordrer Social- og psykiatriudvalget til, at Danske Regioner fastholder sin hidtidige modstand mod forslaget.

Vi gør opmærksom på, at forslaget om ambulant tvang bryder med princippet om, at man kun kan blive udsat for tvangsbehandling, når man er syg og tvangsindlagt.

Vi gør opmærksom på, at lovgivningen allerede i dag indeholder en række muligheder, som ikke bliver udnyttet på tilstrækkelig vis. Det gælder fx udskrivningsaftalerne.

Vi gør endvidere opmærksom på, at der ikke er brug for mere tvang i Danmark. Vi har brug for en indsats for reduktion af tvangen./

Erstatning for psykiske bivirkninger

SIND skriver til ministeren igen

I sidste nummer af SIND-bladet omtalte vi hvordan sundheds- og forebyggelsesministeren i et svar til SIND forsøgte at bortforklare, at der sker en reel forskelsbehandling af psykiske og somatiske lidelser i forbindelse med erstatning for bivirkninger af medicin.

SIND har skrevet til ministeren for at bede ham genoverveje sit svar.

Ministeren anførte i sit første svar til SIND, at det er vanskeligt at fastslå, om skader af psykisk karakter er forårsaget af anvendelsen af lægemidlet, eller følger af grundsygdommen.

SIND gør ministeren opmærksom på, at der i nogle tilfælde slet ikke er tale om en grundsygdom som skaden kan henføres til.

Det er fx tilfældet i forbindelse med lægemidlet Lariam, der anvendes for at forebygge malaria.

Lariam kan have den bivirkning, at personen udvikler depression og/eller angst.

Lariam indtages af personer, der ikke fejler noget – andet end at de ønsker at forebygge malaria. Derfor kan den udviklede angst eller depression ikke tilskrives nogen grundsygdom.

I Landsforeningen SIND kan vi kun betragte denne forskellige adgang til erstatning for medicinskader som det, det netop er: Forskelsbehandling.

Vi opfordrer derfor indtrængende ministeren til at genoverveje sit svar./

SPØRGESKEMA

Se om læserundersøgelsen til højre herfor. Har du ingen mulighed for at svare på spørgsmålene elektronisk, så kopier denne kupon – eller klip den ud og send dine svar til redaktionen

BLADETS FORMAT – foretrækker du:

- Det nuværende format – eller
 A4

ANMELDELSER

Vi bruger i dag halvanden side på bog anmeldelser og bogomtaler – er det:

- Passende
 For meget
 For lidt

POESI

Vi bruger i dag en halv side til poesi – er det:

- Passende
 For meget
 For lidt

LOKALSTOF

Vi bruger i dag 3-4 sider på omtale af lokale arrangementer – er det:

- Passende
 For meget
 For lidt

SIND-bladet
Jernbane Allé 45, 3.
2720 Vanløse./

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

SINDs høringssvar offentliggøres i deres fulde længde på hjemmesiden www.sind.dk, hvor et link på forsiden viser vej.

Interesserede læsere uden internetadgang kan rekvirere høringssvarene ved telefonisk henvendelse til sekretariatet på 35 24 07 50.

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

16. september 2009 til Sundhedsstyrelsen

Høring over udkast til Sundhedsstyrelsens anbefalinger om fysisk aktivitet i psykiatrien.

På basis af Sundhedsstyrelsens modelprojekt om fysisk aktivitet i psykiatrien, samt den videre udbredelse af projektet på 21 forskellige psykiatriske afsnit i hele landet, er det vist,

at det for små midler er muligt at integrere fysisk aktivitet i behandlingen af psykiatriske patienter, med gode resultater.

Sundhedsstyrelsen har på baggrund af ovenstående udarbejdet nogle anbefalinger som bør indgå i behandlingen af psykiatriske patienter.

Det fremgår bl.a. af udkastet:

Personalet bliver også selv mere aktivt, når afdelingen prioriterer bevægelse i hverdagen, og man kan opleve en forbedring af relationen mellem patienter og personale som følge af aktiviteterne.

Dette må siges at være yderst positivt, for begge parter.

Sundhedsstyrelsen opremser en række anbefalinger.

SIND vil fremhæve betydningen af:

- Inddragelse af patienterne i planlægning af den fysiske aktivitet.
- Plejepersonalet er fysisk aktive sammen med patienterne.
- Integration af fysisk aktivitet i afdelingens personalepolitik: fysisk aktivitet kan udgøre et attraktivt rekrutterings- og fastholdelseelement og kan anvendes for at til-



Foto: www.colourbox.com

trække personale med interesser og kompetencer på området.

SIND har i sit høringssvar bakket op om Sundhedsstyrelsens anbefalinger.

SIND ser det både som et stort plus for patienterne og som et plus i samvirket mellem patienter og personale.

Det er også værd at bemærke, at anbefalingerne kan gennemføres for små midler.

Et hensyn som desværre betyder rigtig meget i dagens psykiatri!/
/

SIND-bladet i nyt format?

Hvad mener læserne?

SIND-bladet udkommer i dag i det såkaldte tabloid-format.

Der har været stillet forslag om, at vi går tilbage til A4-formatet.

Bladudvalget har undersøgt mulighederne, og vi har fundet ud af, at vi vil kunne skifte format til A4 og udkomme med 36 sider i en kraftigere papirkvalitet til en lavere pris end den vi nu betaler for 24 sider i tabloid-format.

Bladudvalget har besluttet at spørge jer læsere.

På hjemmesiden www.sind.dk har vi derfor etableret en afstemning, som vi opfordrer alle vores læsere til at tage del i. Har du ikke adgang til Internet, så udfyld kuponen på side 6 og send den til redaktionen.

Bladets format

Først og fremmest ønsker vi at høre din mening om bladets format.

Foretrækker du det nuværende format – eller vil du hellere have et blad i A4-format?

Bladets indhold

Hvad mener du om bladets indhold.

Her har vi tre spørgsmål, som vi gerne vil høre din mening om.

Anmeldelser

Bladet bruger i dag halvanden side på boganmeldelser og bogomtaler.

Synes du dette er passende, for meget eller for lidt?

Poesi

Bladet bruger i dag en halv side på **poesi**.

Synes du dette er passende, for meget eller for lidt?

Lokalstof

Bladet bruger i dag tre-fire sider på at **omtale lokale arrangementer** (planlagte og/eller gennemførte).

Synes du dette er passende, for meget eller for lidt?

Vi håber du bidrager

Selv om vi ved, at vi aldrig kan gøre alle læsere tilfredst, så håber vi, at du vil bruge tid på at klikke ind på vores hjemmeside for at give din mening tilkende.

Andre meninger

Har du meninger om bladets udformning og indhold, som ikke har med de nævnte punkter at gøre, så hører vi naturligvis gerne fra dig.

Vi ved godt, at vi ikke kan gøre alle læsere tilfredse, men vi vil meget gerne gøre vores bedste.

Har du en mening, så ser vi frem til at høre fra dig.

SIDSTE FRIST ER 15. NOVEMBER./

Skizofreni-test af fostre

Man kan nu undersøge fostre for anlæg for skizofreni og andre psykiske sygdomme – SIND er bekymret

Som omtalt i SIND-bladet nr. 4, august 2009, har man fundet mutationer i den menneskelige arvemasse, der øger risikoen for at udvikle skizofreni.

Dermed er det blevet muligt at undersøge fostre for anlæg for skizofreni.

Er det godt eller skidt?

Både godt og skidt

I SIND hilser vi – i princippet – al forskning i årsagerne til udviklingen af sindslidelser velkommen.

Vi er dog ikke udeelt begejstrede ved udsigten til genetisk test af fostre, kombineret med forudsigelse af en teoretisk risiko for udvikling af forskellige psykiske sygdomme.

Det gode først

I tilfælde hvor psykisk syge ønsker at få børn, men afstår herfra, fordi de er bange for eventuelt at give sygdommen videre til deres barn, giver det god mening, hvis man tillader forældrene at få undersøgt fostret.

Men!

Når dette er sagt, så er der en række betænkeligheder.

Først og fremmest er det vigtigt at slå fast, at analysen kun siger noget om, at den pågældende er i risiko for at udvikle fx skizofreni. Den siger ikke noget om hvorvidt den pågældende rent faktisk vil udvikle sygdommen.

Mange psykiske sygdomme – som fx skizofreni – forklares ved den såkaldte stress-sårbarheds model. Det betyder, at man genetisk skal være disponeret for sygdommen, og så skal der være en udløsende faktor.

Den genetiske fosteranalyse siger – af gode grunde – kun noget om sårbarhedens tilstedeværelse.

Mange raske vil blive sorteret fra

Hvis man forestiller sig, at fosterdiagnostikken gennemføres, vil et antal gravide vælge abort fordi de får oplyst, at

fosteret er disponeret for fx skizofreni. Dermed vil et stort antal mennesker, der aldrig ville udvikle skizofreni, blive sorteret fra allerede på fosterstadiet.

Racehygiejne?

Bortset fra at ordet racehygiejne er forkert (fordi dette intet har med race at gøre), så giver muligheden for frasortering af fostre med genetisk disposition for forskellige sygdomme grund til etiske overvejelser.

Vil vi acceptere et samfund, hvor alle fejldisponerede fostre frasorteres? Er det i orden, at vi satser på perfekte, lyshårede, blåøjede og høje personer – mens alle andre sorteres fra?

Er skizofreni lig med et dårligt liv?

Mange nulevende med skizofreni – og deres pårørende – har allerede stillet sig det naturlige spørgsmål: "Er livet med skizofreni et værdigt liv?"

Der gives ikke noget entydigt svar på dette spørgsmål. For nogle er svaret nej, for andre det modsatte.

På side 17 bringer vi to digte, der viser forskellen. Anette ønsker at englens snart kalder på hendes mor. Benny stiller det relevante spørgsmål: "Hvem skal bestemme om et liv med skizofreni kun er skidt?"

Forældrenes dilemma

Vælger et forældrepar, hvor analysen viser, at der er risiko for udvikling af fx skizofreni at føde barnet, og udvikler barnet sygdommen, så har vi givet forældrene skylden for sygdommen – de kunne jo have valgt en abort!/
/



Foto: www.colourbox.com

Vi har en plan

Er de mange flotte planer for psykiatrien bare varm luft – eller er der lys forude?

Knud Kristensen tager temperaturen

De mange planer

Efter at have levet i skyggen af de mange nationale planer på sundhedsvæsenets somatiske område (fx på kræft og hjerte-kar-området), er der i første halvår af 2009 gået hul på 'bylden' på psykiatri-området.

Mange har barslet med flotte planer og visioner for psykiatrien.

Danske Regioner åbnede ballet, da de under stor bevågenhed lancerede regionernes vision for fremtidens psykiatri: "En psykiatri i verdensklasse" i Landstingssalen på Christiansborg den 23. marts 2009 (omtalt i SIND-bladet nr. 4, s. 15).

I hurtig rækkefølge fulgte så planer fra SF, Socialdemokraterne og Landsforeningen BEDRE PSYKIATRI.

20. august ramte så Sundhedsstyrelsens nationale strategi for psykiatrien forsiderne. Denne plan skal bl.a. læses i sammenhæng med Sundhedsstyrelsens samtidigt offentliggjorte rapport om den akutte indsats i psykiatrien.

Gode og brugbare visioner

Efter at have gennemlæst de mange planer, sidder man tilbage med meget blandede følelser.

På den ene side er det svært at tro, at der nu endelig kommer til at ske noget. På den anden side er det umuligt ikke at blive begejstret, når man vender siderne og genfinder en lang række af de ønsker og krav, som vi fra SIND har fremført gennem årene.

Danske Regioner lægger ganske vist ud med otte visioner, der ved første øjekast kan ligne den varme luft, der fylder ballonen på denne side. Giver man sig tid til at læse videre, så viser det sig, at det er langt mere end bare varm luft. Lad mig nævne et par udvalgte eksempler:

Psykoedukation til alle patienter og pårørende

Under vision 1 "Øget viden om og forståelse for psykisk sygdom", Initiativ 2 "Regional informationsstrategi" står der fx at psykiatrien skal tilbyde uddannelse til alle patienter og pårørende.

Opsøgende teams (OP-teams og OPUS-teams)

Under Vision 2 "Forebygge psykisk sygdom", Initiativ 4 "Sekundær fore-

byggelse" og initiativ 5 "Tertiær forebyggelse" står der, at der bør etableres OPUS-teams (opsøgende psykose-teams til unge) i alle regioner og i hele regionen og at der i forhold til patienter med ringe sygdomserkendelse, og som er svære at fastholde i behandlingen skal etableres og udbygges opsøgende aktiviteter (OP-teams).

Dette er bare et par illustrative eksempler på konkrete forslag, der er i overensstemmelse med vores ønsker og krav.

Sundhedsstyrelsens Nationale Strategi for Psykiatri

Også Sundhedsstyrelsens strategi er fyldt med flotte visioner og konkrete handlingsforslag, som vi fuldt ud kan tilslutte os. Igen vil jeg nævne et par eksempler.

Ligestilling

Sundhedsstyrelsen starter med at sige, at psykiatriske patienter skal sikres en behandling med samme servicemål, muligheder, respekt og rettigheder som somatiske patienter. Altså en ligestilling med de øvrige patienter.

Dette er et af de helt grundlæggende krav, som vi har stillet gennem årene.

Åbne skadestuer – også for børn og unge
Sundhedsstyrelsen siger, at der skal være let adgang til akutte psykiatriske tilbud døgnet rundt for patienter i alle aldre. Det siges (i rapporten om den akutte indsats i psykiatrien) at uanset om man planlægger med visiterede skadestuer, så skal det sikres, at alle psykisk syge – kendte såvel som ukendte – som henvender sig i skadestuen eller den akutte modtagelse skal modtages og i fornødent omfang diagnosticeres og behandles.

Tilstrækkelig sengekapalet

Det fastslås ligeledes, at patienter hurtigt og let skal kunne indlægges, hvis der er behov for det, og at de skal kunne være indlagt så længe, som der er behov, og med mulighed for gradvis udslusning.

Men kan det nu også passe?

Som nævnt er det svært at være uenig i de mange flotte planer, men lader de sig gennemføre?

Desværre er der en række ting, der tyder på, at det – til trods for de gode intentioner – bliver en kamp op ad bakke.

Hvor er sammenhængen?

Først og fremmest er det vigtigt at notere sig, at Danske Regioner og Sundhedsstyrelsen kun beskæftiger sig med den del af psykiatrien, der foregår i sundhedsvæsenet.

En meget stor del af behandlingen af psykisk sygdom foregår i socialt regi – enten i den regionale socialpsykiatri eller/og i kommunalt regi.

SF beskæftiger sig i deres forslag til politik for området med begge områder og Bedre Psykiatri foreslår oprettelse af et ministerium for psykiatri – ellers er der ikke rigtigt noget bud på den sociale indsats, eller på hvordan indsatsen skal koordineres på tværs af sektorerne.

Hvor er pengene?

Når det kommer til stykket, så lader intet af det planlagte sig gøre uden penge – og hvor er de?

Ved fremlæggelsen af Danske Regioners plan for en psykiatri i verdensklasse gjorde Bent Hansen opmærksom på, at psykiatrien har et alvorligt efterslæb i forhold til somatikken.

I perioden fra 2000 til 2008 er bevilningerne til det somatiske sundhedsvæsen steget fra 42 mia. kr. til 56 mia. kr. (33,2 %). I samme periode er bevilningerne til psykiatrien steget fra 5,6 mia. kr. til 6 mia. kr. (7,7 %).

For bare at hente dette efterslæb hjem, skal der tilføres psykiatrien 1,4 mia. kr. pr. år – i 2008-niveau.

Danske regioner anfører, at der bør tilføres området 1,5-2 mia. kr. om året over de kommende fire til fem år.

I forbindelse med lanceringen af Danske Regioners udspil udtalte sundheds- og forebyggelsesminister Jakob Axel Nielsen til Berlingske Tidende: "Vi skylder noget her. Vi har kørt målet efter at forbedre indsatsen på kræftområdet og begynder nu at se gode resultater. Nu gælder det

psykiatrien." Ministeren sagde, at han ville skaffe pengene gennem de årlige økonomiaftaler med regionerne eller via satspuljemidlerne.

Aftalen om regionernes økonomi 2010

Ved denne aftales indgåelse blev der tilført sundhedsvæsenet 2,1 mia. kr.

Af de 2,1 mia. kr. blev der afsat 300 mio. kr. til psykiatrien (250 mio. kr. til bygningsforbedringer og 50 mio. kr. til anlægsudgifter i retspsykiatrien).

Ministeren må have glemt sit udsagn om at han skylder noget her – og Bent Hansen må have glemt at minde ham om det.

Satspuljen – hvad med den

Nå men satspuljeforhandlingerne – så må det være her, at pengene skal hentes.

I forbindelse med indgåelse af aftale om satspuljen på sundhedsområdet 2009-2012 blev der i alt fordelt 1,4 mia. kr. fordelt over de fire år. Det er i gennemsnit knap 342 mio. kr. om året og dækker foruden psykiatrien også mennesker med handicap og særligt udsatte grupper.

Nu kender jeg endnu ikke satspuljens størrelse, men det er hævet over enhver tvivl, at der ikke er nogen som helst mulighed for at skaffe den fornødne finansiering ad den vej.

Nedskæringer og besparelser

Samtidig med lanceringen af de mange flotte planer, arbejdes der i regionerne med budgetterne for 2010. Her lægges der op vil yderligere besparelser flere steder.

Værst ser det ud i Region Hovedstaden, hvor der planlægges store besparelser med sengelukninger på Sct. Hans og i Helsingør.

På den baggrund er der nok mere varm luft end kolde realiteter i planerne.

Om det er formodningen om det manglende guld, der har fået Sundhedsstyrelsen til at nøjes med grønne skove på forsiden af den nationale strategi for psykiatri, skal jeg lade være usagt.

Indtil videre må vi trøste os med, at varm luft er ganske nyttigt, hvis man er den lykkelige ejer af en luftballon./

Gud i grænseland

Hører Gud hjemme i psykiatrien, eller skal han parkeres uden for døren?
Religionseksperter advarer mod at lukke Gud ind i behandlingen!

Af Thorsten Asbjørn Lauritsen og Peter Borberg

Tro og religion vinder i disse år i stigende grad ind i sundhedsvæsenet. I USA har man i mange år været optaget af sammenhængen mellem tro og sygdom, og i Danmark kaster forskere sig i dag med stor ildhu over forholdet. Også i psykiatrien.

En af dem, der herhjemme taler for, at tro og eksistentielle spørgsmål skal tages alvorligt i psykiatrien er Jørgen Due Madsen.

– Troen kan afgjort være en ressource. Det gælder for mennesker med angst og depression, men også for mennesker med psykoser, siger psykiater Jørgen Due Madsen, der efter 15 år som psykiater i det offentlige system har taget initiativ til oprettelsen af det nye Center for Psykiatri og Eksistens. Her vil menneskers tro og religiøsitet blive mødt med viden og lydhørhed. Ambitionen er, at centret skal kunne bidrage med forskning og viden om forholdet mellem tro og psykisk sygdom.

– Tro og religiøsitet er en urkraft i mennesket på linje med seksualiteten. Det rummer både kreativitet og destruktion, men sjældent spørger behandlere ind til menneskers religiøsitet, hvilket sikkert skyldes lige dele uvidenhed, tabu og blufærdighed. Generelt har behandlere lettere ved at tale om seksualiteten end om det religiøse, siger Jørgen Due Madsen.

Han understreger, at det på ingen måder handler om at pådutte andre en tro:

– Jeg er ikke missionær. Og jeg mener ikke, at religion i sig selv kan helbrede psykisk syge. Men jeg ser et behov for, at vi åbent kan tale om troen i psykiatrien – vel at mærke fagligt og velbegrunderet.

Jørgen Due Madsen har gennem sine mange år i psykiatrien oplevet patienter, som kommer med alt lige fra en kærlig og støttende Gud, til patienter, der er fyldt op af forestillinger om djævelen eller den vrede Gud.

– Lige meget hvad, skal vi turde gå på opdagelse i den dimension og om muligt hjælpe mennesker til at komme ud af en eventuel forvredet eller usund religiøsitet, så den i stedet kan fungere som en støtte. Man kan sammenligne med seksualiteten – hvis den er usund eller forvredet, skal den

jo ikke forkastes, men hjælpes ind på det gode spor, siger han.

Farlig kurs

Forsøget på at trække Gud med ind i den psykiatriske behandling fremkalder stor bekymring hos psykiater Peter Treufeldt, der er centerchef ved Psykiatrisk Center Nordsjælland.

Jeg er meget betænkelig ved at blande tro og behandling

– Jeg er meget betænkelig ved, at sammenblande tro og behandling. Psykiatrien er lægevidenskabelig. Det betyder, at der skal være bevis for, at den iværksatte behandling virker. Den tryghed har patienten brug for. Og den slags evidensbaseret viden kan man selv sagt ikke opnå med troen, pointerer Peter Treufeldt.

I hans region er der set flere grelle eksempler på, at tro og psykiatrisk behandling er blevet sammenblandet. Blandt andet historien om den meget medieomtalte kristne sekt, Evangelist, der fratog psykisk syge medlemmer livsvigtig medicin mod til gengæld at helbrede dem via eksorcisme. Tilsvarende har Peter Treufeldt haft en sag, hvor en læge mente, at en psykisk syg kunne have gavn af djævluddrivelse.

– Den form for sammenblanding af religion og psykiatrisk behandling kan have fatale konsekvenser for den psykisk syge, understreger Peter Treufeldt.

Han anerkender, at religion for visse mennesker kan have engavnlig funktion, når de befinder sig i en krisesituation. Men han understreger i samme åndedrag, at religionen for andre kan afføde negative forestillinger.

– Det er ikke behandlerens opgave at gå ind på den religiøse kurs. Vi skal på ingen måde påvirke et menneskes religiøsitet. Står vi som behandlere overfor et menneske med en stærk religiøs baggrund, skal vi naturligvis lade det indgå i en helhedsbetragtning, men det er ikke et forhold vi skal blande os i.

Barnetro er ikke nok

Også i religionsforskningen får tendensen til sammenblanding alarmklokkerne til at ringe.

– Jeg har stor faglig skepsis, når psykologer og neurologer trækker religionen med ind i behandlingssystemet. Vi ser – særligt i USA, hvor der bedrives megen sundhedsforskning med religiøst indhold – at forskere og behandlere trækker deres egen barnetro med. Det går ikke, siger Armin Geertz, professor i religionsvidenskab ved Aarhus Universitet og ridser problemstillingen op med et ordsprog hentet fra Max Müller, grundlæggeren af religionsfaget, som havde lånt det af Goethe:

– “He who knows one, knows none” – altså, dén, der kender kun én religion, kender ingen. Når en dansk behandler med for eksempel et kristent udgangspunkt møder en patient med muslimsk eller buddhistisk baggrund, så vil vedkommende typisk ikke have den fornødne indsigt i patientens religiøsitet. Og enhver religiøs indblanding vil derfor være betænkelig, siger han.

Armin Geertz ser dog intet problem i, at behandlere spørger til patientens trosliv, der må blot ikke blive tale om religiøs behandling. Religion er nemlig ikke nødvendigvis godt for helbredet, pointerer religionsprofessoren og giver et illustrativt billede.

– Religion er som atomkraft. Det er hverken godt eller skidt. Virkningen afhænger af, hvordan det bruges./

Skizofreni ligner åndebesættelse

Religionsvidenskabelige studier viser, at mennesker, der lider af skizofreni har oplevelser, som minder om, hvad man kender fra religiøse åndebesættelser

fMRI-skanninger af hjernen viser, at man normalt skelner mellem egen og andres tale. Hos den skizofrene blandes disse ting sammen. På nuværende tidspunkt ved man ikke, hvorvidt det samme gælder for åndebesættelse.

Armin Geertz, professor i religionsvidenskab, Aarhus Universitet

Uden Gud havde jeg ikke klaret det

Marie Møller Knudsen har hele sit liv været kristen. Da hun blev ramt af depression og svære psykoser var hun dybt frustreret, men havde hun smidt Gud ud, var hun helt alene

For 13 år siden ramlede Maria Møller Knudsens liv sammen. Hun blev på grund af en skade i sit kæbeparti tvunget til at droppe sin uddannelse. Bægeret flød over. Først i form af en depression. Siden svære psykoser.

– Jeg kunne ikke sove om natten. De vildeste mareridt dukkede op, og jeg kunne ikke slippe dem – de fortsatte op ad dagen. Jeg havde hallucinationer, hvor jeg kunne se, høre og lugte ting, der ikke var der, fortæller Maria Møller Knudsen, der i dag er 39 år og bor i Århus med sin mand.

Efter seks år ind og ud af psykiatriske afdelinger og hospitaler – hele tiden med Gud ved sin side – har hun siden 2007 været rask og fuldstændig symptomfri.

– For mig var troen dét, som hjalp mig igennem min sygdom. Uden den havde jeg ikke klaret det, siger Maria Møller Knudsen og erkender samtidig, at hun kæmpede svære kampe med Gud undervejs.

– Jeg troede jo på, at Gud var almægtig og gjorde mennesker raske. Derfor var det dybt frustrerende, at der ikke skete noget, når jeg bad til ham eller læste i Bibelen, fortæller hun. Maria Møller Knudsen var på et tidspunkt parat til at droppe Gud, men hun gjorde det aldrig.

– Så havde jeg været fuldstændig alene. Og jeg havde en følelse af, at Gud led med mig, at min sygdom også gjorde ondt på ham.

Maria Møller Knudsen, der lever som foredragsholder og har skrevet bogen “Kristen og psykisk syg”, har indimellem oplevet behandlere, der ikke tog hendes tro alvorligt, ja nogle mente endda, at hendes stærke tro var en del af hendes sygdom.

– Det var selvfølgelig en frygtelig melding. Troen var jo mit eneste anker. Jeg ønsker, at min bog kan bidrage til, at der skabes større forståelse for troen i behandlerværelset, slutter hun./

Pårørendegrupper Vanvittig Forelsket

For dig mellem 18 og 30 år, som har en nær relation til en sindslidende

Nordisk Film inviterede SIND Ungdom til forpremiere på Morten Gieses film »Vanvittig Forelsket«

At være barn af, søskende til, kæreste med eller nær ven af en sindslidende kan være svært at takle og stå alene med. På den ene eller anden måde har det, eller vil det få, betydning for dig og dit liv.

I pårørendegruppen har du mulighed for at tage hånd om din situation ved at snakke med andre i samme båd og få sparring af en psykolog og en coach. Målet er, at du får hjælp til selvhjælp. Deltagelse er gratis.

Hvad vil du få ud af det?

- Du bliver klædt på til at støtte dig selv og afklare din rolle i forhold til din sindslidende pårørende.
- Du får mulighed for at dele tanker, følelser, udfordringer, erfaringer og løsningsforslag med andre, som også er pårørende til en sindslidende.
- Du får professionel psykologisk rådgivning og løsningsorienteret coaching af gruppelederne.

Hvordan foregår det?

En pårørendegruppe er et trygt forum, hvor der er anonymitet og tavshedspligt, og hvor du i dit eget tempo kan åbne og snakke om tingene.

Gruppen vil have 6-8 deltagere, og vi mødes 12 gange indenfor en periode på cirka 1 år.

De to gruppeledere skaber rammerne for, at møderne bliver udbytterige og forløber på en respektfuld og konstruktiv måde.

Gruppelederne vil komme med oplæg og indspil om forskellige emner, og du vil kunne få råd og sparring i forhold til dine personlige spørgsmål, problemer eller udfordringer.

Samtidig er udgangspunktet, at I som deltagere har meget at give hinanden. Derfor skaber gruppelederne mulighed for et dynamisk samspil mellem jer deltagere via samtaler, feedback og øvelser i den samlede gruppe og i mindre grupper.

Hvad snakker vi om?

Som deltager i pårørendegruppen er det dig og dine behov, der er i centrum. Du vil derfor i høj grad være med til at bestemme, hvilke emner vi tager op.

Emnerne kan fx være:

- Hvad kendetegner forskellige sindslidelser, og hvilke konsekvenser kan de have?
- Hvordan påvirker det dig at have en relation til en sindslidende, og hvad kan du gøre for at støtte dig selv?

- Hvad stiller du op med eventuelle "forbudte" tanker og følelser, samt skyld, afmagt og sorg?
- Hvordan håndterer du dine eventuelle ønsker om at hjælpe den sindslidende, og hvor går dine og den sindslidendes grænser?
- Giver det dig noget at være pårørende til en sindslidende?

Gruppeledere

Thomas Grønberg

Coach, proceskonsulent og cand.mag.
Sabine Daugaard Christiansen
Psykolog.

Tid og sted

Der køres i alt 4 pårørendegrupper i perioden 2009-2012.

Den første gruppe startes i oktober 2009, og vi mødes på en fast ugedag kl. 16:30-18:30 i Fonden Birke-Bo's lokaler på Vesterbrogade 72, 1620 København V.

Information og tilmelding

Kontakt Lasse, SIND Ungdom på tlf. 29 24 21 26 eller send en e-mail til ungdom@sind.dk

Der er tilmeldingsfrist til den første pårørendegruppe den 1. november 2009.

Pårørendegrupperne er et projekt, som er iværksat af SIND Ungdom og støttes af Bikubenfonden i en 3-årig periode.

Projektet gennemføres i samarbejde med Fonden Birke-Bo, som er et privat behandlingstilbud til familier og unge med psykiske og sociale problemer./



SIND Ungdom

Af Karen Thomsen, Fyn og Lasse, SIND Ungdom

Foto: www.colourbox.com

Det var en glædelig overraskelse, da Nordisk Film tilbød Landsforeningen SIND en gratis forpremiere på filmen "Vanvittig Forelsket" i København, Århus, Odense og Ålborg d. 22/6 - 09. SIND Ungdom påtog sig opgaven

at lave et socialt arrangement ud fra denne mulighed. Det blev til et arrangement i Odense i samarbejde med Stoppestedets ungegruppe og et i København.

Odense

På et aftenmøde i ungegruppen viste der sig at være en overordentlig stor interesse for at tage imod tilbuddet, og der faldt mange rosende ord til Nordisk Film for dette initiativ.

Vi gik herefter i gang med at drøfte, hvem der skulle inviteres. Ungegruppen har ca. 50 brugere og en del frivillige, så de kunne ikke fylde biografens salen, da vi ville kunne få over 100 billetter. Vi blev enige om at invitere de unge fra Bo- og beskæftigelsestilbudet Rømersvej, Aktivitetshuset, Odense og SINDs Lille Skole for Voksne.

Peter påtog sig at lave en plakat til os på baggrund af presse materialet fra Nordisk Film, så vi kunne reklamere for vores forpremiere.

Da dagen oprandt, var vi meget spændt på, hvor mange der ville komme. Ikke alene var det ferietid og buldrende torden udenfor, men der var også en meget spændende og temmelig afgørende etape af Tour de France i TV. Men vi kunne have sparet os vores bekymringer. Biografens salen var rigtig pænt besat.

Filmen var god, især på grund af utrolig gode skuespilpræstationer, dejlige billeder fra København og en autentisk dialog og der var flere ting i filmen som ville have været spændende at vende med instruktøren.

Jeg har efterfølgende spurgt flere fra SIND Ungdom om deres mening, og de havde alle kun rosende ord til filmen.

Så en stor TAK herfra til Nordisk Film for jeres initiativ, og til SIND Ungdom for at formidle budskabet videre, og vi skal hilse og sige, at vi gerne en anden gang stiller op til en forpremiere. Det vil være en stor støtte i vort arbejde, samt en rigtig god oplevelse. Yderligere har vi haft en meget nyttig intern proces med at få arrangementet op at stå.

København

SIND Ungdom fik stillet 125 billetter gratis til rådighed, og gik straks i gang med at kontakte de tilbud til unge som vi kendte til. Stort set alle bakkede op om idéen og på selve dagen dukkede mellem 60-70 op i Palads Bio for at se en alvorlig og barsk, men samtidig god, ungdomsfilm.

Efter filmen stillede vores samarbejdspartner Cafe Lille Fortun deres cafe til rådighed for spisning, cafehygge og en snak om SIND Ungdom.

Arrangementet blev en succes, og vi fik skabt flere kontakter i SIND Ungdom regi og havde vi haft tiden, kunne vi have fyldt salen tre gange, da listen af steder vi ikke nåede at kontakte stadig er lang, men dette bekræfter blot behovet for et samlende organ for ungdomspsykiatrien.

Blandt de deltagende i arrangementet var:

Ungegrupper fra Ballerup, Herlev, Næstved og Gladsaxe socialpsykiatri.

Botilbudene Parkvænget i Glostrup, Nybrogård i Gladsaxe og Thorupgården på Nørrebro.

Idrætsforeningen IF Limone i Lyngby, og Cafe Lille Fortun.

Desværre viste Københavns kredsen igen ikke interesse for at deltage, og det ærgrer os naturligvis og det var ikke kun arrangørerne som savnede dem - der blev stillet spørgsmål fra flere af de andre deltagende!!



Drømme er vidunderlige

– men virkeligheden er bedre

Af Laila Pedersen

Virkeligheden har i hvert tilfælde to former, hvori dette skrift tager sit udgangspunkt. Den ene er opfattelsen af virkeligheden og den anden er selve virkeligheden.

Jeg er virkelig, du som læser er virkelig – og vores virkelighed er din og min virkelighed lige nu. Jeg skriver og du læser, hvad jeg skriver.

Virkeliggørelse af drømme

Jeg begyndte for 9 år siden, at virkeliggøre mine drømme. Det lyder umiddelbart positivt, men det er nok et spørgsmål om fortolkning af denne sætning.

Jeg havde vidunderlige og monstrøse drømme, som ved hjælp af mit åbne sind spredte sig som en kræftknude i min psyke.

Jeg erkendte min dødelighed og var angst derved

Jeg erkendte min dødelighed og var angst derved. Jeg døde. Eller mit sind døde. Nok var jeg fuld af fantastiske drømme og agerede også derefter, men jeg, mit jeg, min psyke, min personlighed eller hvad du vil kalde det, døde. Jeg døde.

Mit sind var på deroute og det gik stærkt. Jeg flød ind og ud ad forskellige verdener og opfattelser af virkeligheden og endte et sted, hvor virkeligheden virkelig var og som også var mig meget barmhjertig. Men hvad er virkeligheden i sig selv?

Findes virkeligheden?

Findes den overhovedet? Ja, det gør den, er min påstand, for når virkeligheden ophører, så er det, at det bliver kaos og anarki. Når opfattelsen af virkeligheden går hen og bliver ensom og indelukket, når ens virkelighedsopfattelse er som en enspænder, bliver man derefter. En enspænder.

Et blødt sind har netop behov for kant og stringens for at kunne overleve sig selv og leve et værdigt liv, hvis man vil vælge at leve og tage livet på sig.

Jeg var mine drømme

Jeg var grænseløs og flød i et med mine drømme og var dem, levede dem og åndede kun for dem. Jeg var ingenting, ingen fast form og dog var

jeg i alt og var i et med altet. En form for nirvanask tilstand.

Jeg var grænseløs

Men en pøde har også sin antipode og jeg måtte beklageligvis erkende, at mine drømme, ikke overgik virkeligheden eller var virkelighedsløse, men var del af en virkelighed, der blot ikke virkede! Søren Kierkegaard var død og var ikke genopstået i en anden form, hvad enten det var en mand jeg begærede, et solstråle der belejligt strejfede min kind eller det tordenvejr, som rasede på min 18 års fødselsdag.

Når virkeligheden ikke virker

Regine Olsen var også død og var heller ikke genopstået i min krop og var mig. Når ens virkelighed ikke virker eller er nytteløs, så må man erkende det og gå andre veje med sig selv.

Nok havde mine drømme eller fantasier overtaget mig og fået et fast greb i min psyke, og den viste mig den verden jeg ønskede at se, men med tiden måtte jeg bekende overfor mig selv, at det netop ikke virkede eller duede ude i det virkelige liv.

Jeg ville ikke være en enspænder med en sær virkelighedsopfattelse. Jeg ville ikke være alene. Jeg ville for alt i verden ikke være alene. Men det var jeg og det blev jeg ved med at være mange år.

Det jeg frygtede allermest var og blev min virkelighed, hvor mine drømme og fantasier blev indgangsporten til dette absurde mareridt jeg endte i og vedblev at være i 7 år frem i mine unge 20'ere.

Frygten

Mine tanker overtog min krop og lod min krop agere efter hvad jeg frygtede allermest. Jeg frygtede allermest at blive set af alle og så overtog frygten mine øjne og lod mig se, at jeg blev set af alle.

Jeg frygtede jeg var gennemsigtig og følte derefter at alle kunne se lige igennem mig.

Min største frygt var at jeg var tom indeni og jeg følte tomhed. Jeg frygtede, at jeg ville gå sært og kantet på gaden, så alle mennesker ville lægge mærke til mig og min sære gangart og det skete.

Jeg erkendte ikke min frygt, jeg var den. Jeg var min egen frygt. Jeg var mit eget livs værste mareridt.

Jeg var min egen frygt

Den konstante angst for alt og for alle var ulidelig og jeg måtte hver dag gribe til midler, der lige kunne tage toppen af mareridtet.

Jeg flød ind og ud af mennesker og smeltede sammen med dem. Mærkede deres lidelser og smerte og kunne til sidst knap nok holde ud at være i min krop og i mit sind. Den nirvanaske drømmende tilstand var blevet til mit livs helvede. Og det hele foregik i mit hoved.

Langsomt med årene måtte jeg lære at leve. Jeg måtte lære at anerkende, at jeg havde et følelsesliv og at mine tanker ikke var alt.

Jeg måtte lære at kende mine følelser og gik hele følelsesregistret igennem mange gange i løbet af de syv år.

At tackle tankerne

Jeg måtte lære at tackle mine tanker og anerkende, at de ikke var roden til alt godt eller dårligt for den sags skyld.

At jeg også havde et følelsesliv. I tre år brækkede jeg mig bogstaveligt talt over mig selv.

Jeg var begyndt at kunne mærke mig selv igen, som menneske, og var stille begyndt min rejse til en sundere psyke og et bedre liv og ville da være perfekt. Men perfekt i mit hoved.

Når jeg filosoferede over livet eller reflekterede over mig selv og jeg tilfredst syntes jeg havde fundet svaret, kom der en kritisk indre stemme og modsvarede det jeg lige havde konkluderet.

Jeg gik ud og brækkede mig. Jeg brækkede mig over mig selv og hvor dum jeg lige havde været. Det brugte jeg tre år på.

Når man ingen grænser har, skal man lære at sætte dem

Når man ingen grænser har skal man lære at sætte dem. Når man in-

gen grænser sætter vil alle træde ligegyldigt på en og ikke nære respekt.

Der er intet mere respektindgydende end et menneske, der kender sig selv, sætter sine grænser.

Og det var jeg ikke. Jeg havde ingen selvrespekt og kunne derfor ikke sætte grænser. Mine tanker er, at da min psyke fik et knæk og diagnosen skizofreni blev til min dagsorden, og fordi jeg min virkelighedsopfattelse, som var fjern og sær, blev trukket væk under mig, så følte jeg mig som ingen eller ingenting og kunne derfor umuligt nære respekt for mig selv.

Jeg havde jo levet på en løgn i alle disse år og hvis noget er grumt er det ikke blot denne erkendelse, men også følgerne af den, nemlig manglen på selvtillid og respekt for sig selv.

En krise

Jeg måtte lære at blive menneske. Et mere rundt eller helt menneske. Jeg var hverken alt eller intet, men netop det midt i mellem, et menneske.

Som en af mine yndlingsfilosoffer; Aristoteles engang sagde, så er midelvejen den bedste. Alt med måde.

Man er hverken gal eller genial, man er hverken fantastisk eller komplet uduelig, man er begge dele, og det er begge dele, der gør en menneskelig og gør, at man får lov og mulighed for at kunne leve et godt liv.

Jeg gik ud i livet og mærkede efter

Jeg måtte sande, at mine mange læsninger af teoretiske værker ikke duede eller ikke ville virke for mig, hvis ikke jeg gik ud i livet og mærkede efter.

Jeg måtte ud og prøve livet af og måtte sande, at mine tanker aldrig ville kunne bære frugt, hvis ikke de blev afprøvet ude i virkeligheden blandt og med andre mennesker.

Det er befriende at leve

I dag er det for mig befriende at leve og jeg vil slutte af med mit yndlingscitat af endnu en af mine yndlingsfilosoffer, nemlig den tyske filosof Martin Heidegger, som engang blev spurgt: "Hvad er virkelighed?" Og han svarer: "Virkelighed? Det er det, der virker."

Tak for opmærksomheden og gå ud og grib fat i virkeligheden./



Psykiatrien på valgplakaten

Valgene til regions- og byråd den 17. november 2009

Børge Wagner

Kandidat til byrådet i Odense Kommune



I foråret udgav SIND brochuren "Sæt psykiatrien på valgplakaten" – et inspirationshæfte til brug ved valgene til regions- og byråd den 17. november 2009.

Formålet med udgivelsen var at opfordre alle, der er i berøring med psykiatrien (hvilket er mindst 50 % af vælgerne), til at stemme på en kandidat, der vil gøre noget særligt for psykiatrien.

Gør vi alle det, vil det for alvor kunne flytte stemmer!

Her i bladet har vi i de seneste numre sat fokus på en række kandidater, som vi har fået anbefalet som nogle, der vil psykiatrien det godt.

Vi har dækket alle de i Folketinget repræsenterede partier (undtagen Liberal Alliance) og vi har dækket alle regioner (enten med en kandidat til regionsrådet eller med en kandidat til et byråd). Vi slutter af med Børge Wagner (C), der er kandidat til byrådet i Odense Kommune.

Nu er det så ved at være alvor

Nu er det så ved at være alvor – som landsformanden gør opmærksom på i lederen i dette nummer. Når bladet kommer på gaden, vil valgkampen være i gang.

Vi håber, at I alle vil gøre en særlig indsats.

Som det bl.a. fremgår af siderne med lokalnyt, er der flere SIND-kredse, der er involveret som medarrangører af vælgermøder.

Nogle af vores tillidsfolk er blevet inviteret til at komme med indlæg på vælgermøder, og mange er blevet inviteret (eller har selv inviteret sig) til møder med kandidater, hvor man har haft mulighed for at drøfte psykiatriens trange vilkår.

Mange af de af vores medlemmer, der selv er medlem af et politisk parti, har taget initiativ til at sørge for, at de

lokale partiafdelinger og kandidaterne har fået et eksemplar af vores folder – med en venlig opfordring til at lade sig inspirere.

Andre medlemmer planlægger at gå til vælgermøder, hvor de dels vil tage vores valgfolder med til uddelelse, dels vil stille kritiske spørgsmål til politikerne vedrørende den manglende sammenhæng mellem de mange flotte løfter og den barske virkelighed ude i de kommunale og regionale psykiatrier.

Vi håber, at der vil blive serveret masser af valgflæsk

Vi håber, at der vil blive serveret masser af valgflæsk, som vi nok skal vide at holde politikerne op på, når valget er overstået.

Andre medlemmer vil skrive læserbreve i de lokale medier, hvor de vil gøre opmærksom på, at vi altså udgør over 50 % af vælgerkorpset, og at det er på tide, at der bliver lyttet til os. Mange vil krydre deres indlæg med fokus på konkrete lokale igangværende nedskæringer og sparerunder.

Når dagen så oprinder, så husk at stemme på én, der vil gøre noget særligt for psykiatrien.

SIND er partipolitisk uafhængig, men der er – med formandens ord i lederen – plads til forbedringer i alle partier og på alle lister./



Jeg stiller op igen efter 12 år i Odense byråd, fordi jeg tror på, at jeg stadig kan yde en indsats, først og fremmest i det udvalg, hvor jeg har siddet i alle tre perioder, nemlig Ældre- og Handicapudvalget.

Jeg har selv valgt at sidde der, fordi det er vigtigt for mig at arbejde med områder i lokalpolitik, der handler om mennesker

Jeg har selv valgt at sidde der, fordi det er vigtigt for mig at arbejde med områder i lokalpolitik, der handler om mennesker, og hvor jeg føler, at jeg kan gøre en indsats for at forbedre vilkårene for vore svageste medborgere – både vore ældre og de fysisk- og psykisk handicappede. Jeg tror nemlig på, at det danske samfund skal være så stærkt, at det kan holde de svage oppe, men ikke så stærkt, at det kvæler dem, der kan selv. Det betyder både frihed under ansvar, men også hjælp til dem, der har behov.

Jeg tror på, at det danske samfund skal være så stærkt, at det kan holde de svage oppe, men ikke så stærkt, at det kvæler dem, der kan selv



Jeg ved ikke, hvad de største udfordringer for psykiatrien er i dag – her er læger klogere end politikere – men vi oplever et stort behov for at skabe gode forhold for unge psykisk syge/handicappede, både hvad angår egne boliger og den rette hjælp.

Jeg arbejder for at forbedre vilkårene for de psykisk syge og deres pårørende

Jeg arbejder for at forbedre vilkårene for de psykisk syge og deres pårørende ved at gøre, hvad der muligt i det udvalg, hvor jeg sidder inden for de økonomiske muligheder, der gives.

Det synes som indkørfasen mellem region og kommune er blevet urimelig lang, men det lysner dog.

Som lokalpolitiker er der ikke de store muligheder for at afhjælpe eksisterende kommunikationsproblemer mellem region og kommune, men vi bakker meget op om forvaltningens bestræbelser på embedsmandsplan.

Jeg gør hvad der er muligt i det udvalg, hvor jeg sidder inden for de økonomiske muligheder, der giver

Hvorfor SIND-medlemmer bør stemme på mig

Jeg håber, at jeg personligt har gjort mig fortjent til vælgerne tillid gennem mit arbejde i byrådet og Ældre- og Handicapudvalget i 12 år, og Det konservative Partis medmenneskelige politik håber jeg berettiger os til bred støtte fra medlemmerne af SIND.

Jeg håber, at jeg personligt har gjort mig fortjent til vælgerne tillid

Vi har modtaget...



Vi bringer her de bidrag til valgkampen, som vi har modtaget. Det er altså ikke fordi SIND har opgivet den partipolitiske uafhængighed, men dette er hvad vi har fået fra kandidaterne rundt om i landet.

En synlig psykiatri

Patienter og pårørende i fokus

Af Bente Gertz Hansen, nr. tre på Socialdemokraternes liste, Region Syddanmark

Jeg er uddannet folkeskolelærer, ansat på en teknisk erhvervsskole, hvor jeg bl.a. er uddannelses- og erhvervsvejleder.

Jeg er medlem af regionsrådet i regionen Syddanmark, hvor jeg er formand for det særlige udvalg for psykiatri, socialområdet og specialundervisning. Jeg er samtidig formand for kontaktforum for psykiatrien, hvor brugerorganisationer er repræsenteret.

I amternes tid var jeg socialudvalgsformand i Vejle amt, hvor vi ikke havde et egentligt psykiatriudvalg, men hvor jeg pga. min udvalgsformandspost var en del af et fællesudvalg, der beskæftigede sig med psykiatriområdet.

Min interesse for psykiatrien stammer fra min barn- og ungdom. Jeg er født i Middelfart og oplevede som pårørende til en patient det store statshospital med flersengsstuerne. Forholdene gjorde et uudsletteligt indtryk på mig.

Dialog er og har været et nøgleord for mig i mit politiske virke. Jeg er der-

for meget glad for, at vi fik oprettet dialogforum for psykiatrien, idet der her er mulighed for at høre fra de, der har psykiatrien tæt inde på livet, hvordan den virker på godt og ondt. Kun gennem dialog sker der en udvikling. Som behandlingsform i psykiatrien er dialogen også ved at vinde indpas igennem Laplandsmodellen – en metode, der efter min mening tager patienten meget seriøst.

Jeg stiller op til regionsrådet igen, fordi jeg gerne vil være med til implementeringen af den psykiatriplan, vi har vedtaget, og som vi kalder for "Fremtidens Psykiatri". En plan, hvor vi gennem lokalpsykiatriske centre kommer helt ud i de enkelte kommuner – meget tæt på borgerne

Jeg vil desuden gerne være med til at arbejde for, at ventelister på børne- og ungespsykiatrien nedbringes og at der er fokus på de traumatiserede flygtninge. Jeg vil desuden gerne være med til at gøre psykiatrien i regionen til en attraktiv arbejdsplads, der kan tiltrække det nødvendige personale./



Bente Gertz Hansen



Thomas Jensen

NOVEMBER Psykiatri eller trylleri?

To svære ord, med hver sin betydning – og dog!

Af Thomas Jensen, byråds kandidat for Socialdemokraterne, Fredericia

Nogle kommunalpolitikere har den opfattelse, at de der før var år om at komme sig, med et trylleslag efter man selv har hjemtaget de syge fra diverse specialistfællesskaber, er raske inden to måneder. I hvert tilfælde så raske, at de kan behandles af distriktspsykiatrien i stedet for under trygge rammer på en institution.

Regionerne har bygget og drevet disse oaser for syge rundt om i landet, og de ligger ikke altid indenfor ens egen kommune grænse. Der er brug for en samlet plan for alle kommuner om fastsættelse af satser for behandlingen - evt. en udligningsordning mellem staten og KL, så det ikke er økonomi, der skal afgøre et behandlingsforløb.

Behandlingen af vore syge medborgere er en stor udfordring

Ingen kassetænkning

Et værdigt liv?

Politik i øjenhøjde

Af Lise Thorsen, nr. tre på Socialdemokraternes liste, København

Jeg har med interesse læst jeres inspirationshæfte "Sæt psykiatrien på valgplakaten".

Fokus på Sundbygaard

Jeg har som medlem af den socialdemokratiske gruppe på Københavns rådhus, og som valgt på Amager, igen flere år arbejdet en del med forholdene på Sundbygaard.

Forholdene for de psykisk syge ligger mig meget på sinde, og derfor prøver jeg i mit valgmateriale at gøre opmærksom på, at der er store problemer på området./

PSYKISK SYGE HAR KRAV PÅ:

- ▶ Sund kost
- ▶ Motion
- ▶ Rolige og trygge omgivelser
- ▶ Styr på medicin og behandling

Det vil jeg arbejde for

LISE THORSEN
NR. 3 PÅ SOCIALDEMOKRATERNES
LISTE TIL KOMMUNALVALGET
Stem personligt



Som ny kandidat må man orientere sig for at kunne deltage i debatten på en sober og ordentlig måde. For mit eget vedkommende har jeg meldt mig til en arbejdsgruppe nedsat på Christiansborg. Jeg ønsker at få forkromet mit overblik, snakke med andre som har arbejdet med psykiatri gennem mange år – og generelt blive klogere på et svært og ekspanderende emne.

Jeg har også samarbejde med region Syddanmarks kandidat Bente Gertz (S), som har siddet i regionsrådet i foreløbigt fire år. Bente har spillet – og spiller stadig – en stor rolle i opbygningen af regionens indsats på psykiatrifronten. Jeg håber på sigt, at kunne videreføre denne indsats på kommunalt plan.

En ting er sikker. Jeg vil forsøge at løfte opgaven bedst muligt for den syge, og de pårørende, som ofte bliver glemt i bestræbelserne på at helbrede og lindre./

Et lille kapitel af Sofies historie

Af Erik Christoffersen

Nå man som retspsykiatrisk patient falder så godt til på et hospital, så man foretrækker hospitalsmiljøet frem for at komme "hjem," kan det være et klart tegn på rigtig dårlig trivsel på og tilpasning til det sted, man kom fra.

Sofie er en pige på 21 år med en behandlingsdom og diagnosen borderline

Sofie er en pige på 21 år med en behandlingsdom. Hun har diagnosen borderline, og hun har i mere end et år boet på en behandlingsinstitution i Jylland.

Utryghed ved behandlingsstedet

Hvis der overhovedet har været tale om behandling, så må man konstatere, at noget af det mest synlige, der er kommet ud af behandlingen er, at Sofies utryghed og angst for stedets leder er taget meget til.

Det vil være de fleste bekendt, at personer med diagnosen borderline let kommer op i det røde felt. Det er selvfølgelig også sket for Sofie, men stik mod alle forventninger forblev de pædagogiske værktøjer, som man må formode, at boenheden både var i besiddelse af og i stand til at bruge, ikke taget i brug.

I stedet for en pædagogisk indsats, blev Sofie truet med politianmeldelse

I stedet for en pædagogisk indsats på et tidspunkt, hvor Sofie var ulykkelig af kærestesorg og erklærede, at hun ville til København for at tale med kæresten, fik hun at vide, at hvis hun forlod stedet, ville hun blive politianmeldt.

Hun forlod stedet. Politiet fangede hende, og Sofie endte på et psykiatrisk hospital. Hun kom efter indlæg-



Foto: Erik Christoffersen

gelsen tilbage til boenheden, men det kom ikke til at gå godt.

Nogen tid senere ønskede Sofie at blive indlagt på psykiatrisk hospital med den begrundelse, at hun ønskede at få ro i sjælen, men boenheden kunne ikke imødekomme hendes ønske.

Kort tid efter, dvs. lige før påskeferien, ønskede boenheden, at Sofie skulle indlægges på psykiatrisk hospital, og det blev hun.

Undertegnede, bistandsværg for Sofie, og hendes mor kom til boenheden for at få en samtale med ledelsen. I samtalen deltog desuden en støtte- og kontaktperson for Sofie. Samtalen blev meget hurtigt både skinger og anstrengt, idet lederen kaldte opklarende spørgsmål for mudderkastning.

Nyt bosted

Efter en kort indlæggelse på psykiatrisk hospital, blev det i overensstemmelse med hospitalet, kriminalforsorgen og repræsentanter for den anbringende myndighed besluttet at tage Sofies angst for at komme tilbage til boenheden til efterretning.

Sofie fik tilladelse til midlertidigt at bo hos sin mor, medens man ledte efter et egnet bosted. Der havde trekvart år tidligere været indledt forhandlinger med en anden behandlingsinstitution i Jylland, og det ser nu ud til, at Sofie om få måneder kan blive optaget der.

Flere malerier blev det til, og vindueskarmen var fyldt med forårsblomster fra hospitalets have

Kreativitet

Allerede inden indlæggelsen havde Sofie forberedt sig godt, for i sin bagage havde hun medbragt skriveværk-

tøj, papir, pensler og akrylmaling. Hendes sygestue fik hun pyntet vældig op, flere malerier blev det til, og digtsamlinger fra tidligere tid blev sat op på en flot dekoreret baggrund, og en stor kollage, bygget op af udklip

fra forskellige magasiner, blev sat op. Fra hospitalets side blev det påpeget, at der ikke måtte være billeder af bare damer, og da der var nogle stykker af dem i kollagen, satte Sofie en lap papir med påskriften ingen adgang over de bare damer. Hele vindueskarmen på sygestuen var pyntet med buketter af forårsblomster, som Sofie havde plukket i hospitalets have.

Der er rigtig mange kapitler i Sofies liv, der kan beskrives, men en gennemgående person i alle kapitlerne er Sofies mor, der udstråler den ultimative kærlighed, der udgår fra forældre til børn. Når alt kommer til alt, er det den største ressource i Sofies liv.

Sofies mor udstråler den ultimative kærlighed fra forældre til børn

Omgivelsernes betydning

Det har været fantastisk at se den kreativitet, som Sofie i de rolige hospitalsomgivelser har udfoldet. Det viser i al sin tydelighed, at der i de rette omgivelser er muligheder i Sofie, og forhåbentlig kan hun på en institution, der er parat til at arbejde med at udvikle hendes potentiale og lære hende nogle strategier, få lært at klare sig i samfundet med selvrespekten og værdigheden intakt.

Man må hele tiden gøre sig klart, at det er et tydeligt tegn på utilpassethed og dårlig trivsel, når mennesker ønsker at gemme sig i et hospitalsmiljø.

Hospitalet fortjener ros for den gode behandling Sofie har fået i trygge omgivelser.

Navnet Sofie er fiktivt, men redaktionen er bekendt med pigens rigtige navn./



Skriveværksted

Af Knud Kappelgaard

Værkstedsskrivning er i bred forstand livskreativt, fordi der satses på følelsesmæssig intelligens og ikke kun på intellektuelle færdigheder som i forfatterskoler.

En del kendte forfattere har i deres livsforløb haft psykoset at profitere af i deres forfatterskaber.

Poesien eller fortællingen kan have en forvandlende kraft, hvad også eventyr og myter viser.

Vores egen Grundtvig er et eksempel på, hvordan talent og vision udmønter sig konkret i livskreativitet, nemlig højskolen.

På samme måde burde livskreativiteten indføres i behandlingsinstitutionen, så det ikke ender i et vi-dem forhold i udelukkende medicinsk behandling, men lader alle udfolde deres kreative potentiale.

Det er ikke nytænkning, men hviler i en tidligere tradition for 150 år siden i USA, hvor det var muligt at gennemføre.

Hvorfor så ikke også i nutiden?

Ord på følelser – skriveprocessen

Konkret kan skriveprocessen starte i et hyggeligt rum med fyrfadsllys og i en gruppe på 6-8 personer.

Indledningsvis kan man synge en sang eller læse et digt op.

Så kan man lave et associationsdigt ved at lade en skriveblok vandre rundt om bordet, hvor hver enkelt skriver en linje eller to uden at tænke på rim.

Når arket er fyldt, vælger hver enkelt 3-4 ord fra associationsdigtet og skriver alene en tekst, der skal rumme de valgte ord.

Når alle er færdige med at skrive, læser alle det skrevne højt for hinanden, uden at nogen må komme med negativ kritik. Det er vigtigt! Men man må stille spørgsmål eller give ros.

Hvis der er tid tilbage, må hver enkelt skrive et digt.

Gruppenleder bør nok helst have voksenpædagogisk erfaring./

Knud Kappelgaard har udgivet bogen "Kreativitet og psykisk lidelse", der også handler om skriveværkstedet. Bogen kan gratis rekvireres hos SIND. Porto kr. 28 opkræves.



Danmarks første topmøde for psykisk sårbare og pårørende

En ny start

Psykiatritopmøde lørdag den 3. oktober 2009 – topmødet hvor psykisk sårbare og pårørende er i centrum

Tid og sted

Lørdag den 3. oktober 2009 fra kl. 10 til 17 på Frederiksberg Gymnasium, Falkoner Plads 2, 2000 Frederiksberg.

Nyt fokus

Angst æder sjæle – uvidenhed ligeså. Vi vil tabue og fordomme til livs. Psykisk sygdom og sårbarhed er ikke en livstidssygdom. Man kan godt komme sig – og mange flere kan få et arbejde. Vi vil forebygge og skabe nye rettigheder – og en ny stolthed hos plejepersonale og alle dem, der hjælper.

Vi vil ændre holdningerne i samfundet. Stoppe udstødning, isolation og stigmatisering – alle skal med. Der kan også blive et godt liv for psykisk sårbare.

Vi kan og skal indrette os bedre i vores samfund.

Program

- 09:00 **Den røde løber er rullet ud.** Kom i god tid – vi bliver mange
- 10:00 **Topmødet åbner** – velkommen til alle. Jacob Haugaard er konferencier og journalist Martin Krasnik stiller spørgsmål dagen igennem
- 10:15 **Anisette Koppel** – en særlig velkomst
- 10:30 **Nyt fokus – vi kan forandre.** Formand for Det Sociale Netværk, Poul Nyrup Rasmussen

- 11:00 **Hvor skal vi hen? Det gode liv – også for psykisk sårbare.** Forsker Christian Bjørnskov
 - 11:15 **Og virkeligheden?** Lise Jul, LAP og pårørende Dorte Nielsen, PS Landsforening
 - 12:00 **Nikolaj Kirk og Mikkel Maarbjerger fra kirk+maarbjerger,** koger, braiserer og steger i en god sags tjeneste
 - 13:00 **De barske kendsgøinger: Det kommer ikke af sig selv.** Knud Kristensen, SIND
 - 13:15 **Er danskerne klar?** Thorstein Theilgaard, Bedre Psykiatri
 - 13:30 **Billedspor – Sjælens Teater**
 - 14:15 **Arbejdsgrupper – ordet til psykisk sårbare og pårørende.** Se arbejdsgrupperne på www.detsocialenetværk.dk
 - 15:30 **Debat i plenarsalen: "Vi kan godt gøre det bedre."** Hvad siger politikerne?
 - 16:30 **Jacob Haugaard runder af**
 - 16:35 **Fællessang**
 - 16:45 **På gensyn!** Poul Nyrup Rasmussen
- SIND er medarrangør, så vi håber på at se så mange SIND-medlemmer som muligt.
- Mange kredse og lokalforeninger arrangerer bustransport. Kontakt kredsen eller lokalforeningen for at høre nærmere.
- Se mere på hjemmesiden: www.detsocialenetværk.dk/

I forbindelse med kommunalvalgene i november 2009, skal der udpeges nye kommunale handicapråd

Af Knud Kristensen

De kommunale handicapråds første valgperiode går på hæld, og det er tid til at gøre status og se fremad.

Siden 2006 har det været lovpligtigt for kommunerne at have et handicapråd (en række kommuner havde allerede forinden handicapråd etableret på frivilligt grundlag).

Handicaprådenes opgaver

Handicaprådene skal bl.a. besvare høringer fra kommunalbestyrelsen om alle initiativer, som har betydning for mennesker med handicap. Kommunalbestyrelsen er forpligtet til at høre handicaprådet, når et initiativ har betydning for mennesker med handicap. Det kan fx være initiativer på social- og sundhedsområdet. Herudover skal handicaprådet rådgive kommunalbestyrelsen i handicappolitiske spørgsmål, og de kan behandle alle lokalpolitiske spørgsmål, som vedrører mennesker med handicap.

Psykiatri

Det er forskelligt fra kommune til kommune hvorledes dialogen vedrørende psykiatrien er organiseret.

I nogle kommuner er handicaprådene centrale i dialogen, mens man i andre kommuner har etableret særlige dialogfora til diskussion af psykiatriens forhold.

Efter loven er det klart, at handicaprådene skal involveres, når psykiatrien diskuteres. Dette følger af, at det nu – med FN's Handikapkonvention – er anerkendt, at psykisk syge skal betragtes om handicappede.

Handicaprådenes sammensætning

Handicaprådene sammensættes af 3-7 medlemmer fra handicaporganisationerne efter indstilling fra DH (Danske Handicaporganisationer) og 3-7 medlemmer, der repræsenterer kommunalbestyrelsen.

Kommunalbestyrelsen kan beslutte, at lokale organisationer uden for DH kan være repræsenteret i handicaprådet blandt de 3-7 medlemmer fra handicaporganisationerne. DH er dog sikret flertallet af medlemmerne fra organisationerne.

SIND og handicaprådene

SIND er én af 32 medlemmer af DH. Sammen med ADHD-foreningen, Landsforeningen Autisme og LEV er vi med til at varetage 'psykiatriens' interesser i DH.

Da der er 32 medlemsforeninger i DH, er det langt fra sikkert, at der er

en repræsentant fra SIND i alle de lokale handicapråd.

Omvendt skal de SIND-repræsentanter der er i rådene varetage samtlige DH-medlemmernes interesser (fra Stomiforeningen over Osteoporoseforeningen til Dansk Blindesamfund).

Udfordringen

I forhold til Handicaprådene er der to store udfordringer for os i SIND:

For det første skal vi være med til at sikre, at psykiatriens interesser varetages bedst muligt – uanset om DH har udpeget et SIND-medlem til handicaprådet eller ej.

For det andet skal vi være med til at sikre, at handicaprådene bliver inddraget i diskussionen af psykiatriens forhold i alle kommunerne.

Sidstnævnte bør ikke længer være et problem, da Danmark nu har ratificeret FN's Handikapkonvention.

Førstnævnte er et stort problem, da nogle lokale DH-udpegede medlemmer af handicaprådene fortsat ser sig som repræsentant for 'deres eget' handicap alene. Det gælder både SIND-medlemmer og andre.

Vores "konkollegaer"

I nogle kommuner oplever vi, at vores kollegaer/konkurrenter fra Bedre Psykiatri banker på rådhusenes døre for at blive repræsenteret i handicaprådene uden om DH.

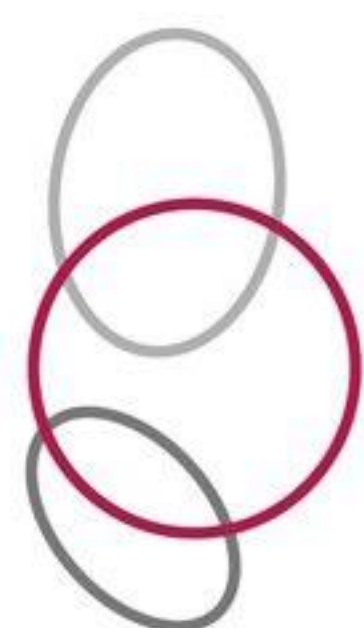
Dette er meget forståeligt, men er samtidig en stor udfordring for SIND og DH.

Vi kan forstå, at Bedre Psykiatri ønsker direkte indflydelse – især der hvor SIND ikke er repræsenteret i handicaprådene.

På den anden side er Bedre Psykiatri's offensiv med til at udhule enhedsrepræsentationen i handicaporganisationerne. Hvis Bedre Psykiatri får held til at opnå direkte repræsentation i handicaprådene uden om DH, så er SIND tvunget til at gå samme vej – og så er DH's rolle som enhedsorganisation truet.

Hvad gør vi?

I SIND satser vi på to strategier: På den ene side arbejder vi på at styrke DH's indsats for psykiatrien. På den anden side vil vi række hånden ud til Bedre Psykiatri og andre psykiatريفoreninger for at involvere dem i den fælles indsats gennem DH./



Det Sociale Netværk

Arnhild Lauveng I morgen var jeg altid en løve

Anmeldelse af Malene Kingo Kristensen

Arnhild Lauveng: I morgen var jeg altid en løve.

Hæftet 155 sider, kr. 249
ISBN 978-87-500-3987-7
Akademisk Forlag 2008

"I morgen var jeg altid en løve" er en personlig beretning om et usædvanligt liv. Arnhild Lauveng var igennem ti år indlagt på forskellige psykiatriske afdelinger som selvskadende skizofren patient. I dag arbejder hun som psykolog, uddannet ved Oslo Universitet og hun beskriver sig selv som "tidligere skizofren".

Igennem sine indlæggelser gjorde Lauveng sig mange erfaringer med hvad det vil sige at være psykiatrisk patient i "systemet". Hun oplevede at blive misforstået og overset, hun oplevede tvang og overgreb, men hun oplevede også at blive mødt og anerkendt som det menneske, hun var. Nogle af disse erfaringer gives videre til læseren ved hjælp af rørende beskrivelser, analyser og klar eftertænkning. Det er erfaringer, som både behandlere, brugere og pårørende kan have fordel af at gøre sig overvejelser omkring.

Lauveng er bl.a. af den overbevisning, at symptomer ofte er "logiske" udtryk for de problemer, som det en-



kelte menneske har. Hun påpeger, at mange har en tendens til at antage, at en patient med skizofreni hører stemmer fordi hun har skizofreni, og så ikke bruge længere tid på at overveje mulige andre forklaringer.

I stedet argumenterer Lauveng for at man skal huske, at symptomer også kan være med til at fortælle vigtige ting om patienten og de systemer, som patienten er en del af. Stemmerne, hvad de siger og hvornår de dukker op, kan være med til at give et indblik i, hvordan patienten har det – og det kan give anledning til overvejelser om, hvad der kan gøres for at patienten kan komme af med sine symptomer.

"I morgen var jeg altid en løve" er en bog om at huske, at psykiatriske patienter er ligeværdige mennesker, og at der selv under en psykose, findes et "menneske bag".

Det er en bog om respekt og begrænsninger i et system, som ikke altid er lige fleksibelt. Og ikke mindst, er det en bog om at bevare håbet./

Erik Bjerager Det Ender Godt

Johannes Møllehave om døden

Anmeldelse af Jesper Steen Andersen

*Erik Bjerager:
Det ender godt
– Johannes Møllehave
om døden.*

Hæftet 245 sider, kr. 249
ISBN 978-87-7467-032-2
Kristligt Dagblads
Forlag 2009

Bogen bygger på interview, som Erik Bjerager, ansvarshavende chefredaktør for Kristeligt Dagblad, har lavet med Johannes Møllehave.

Bogen omhandler døden, og Johannes Møllehave har det tæt inde på livet, da han har haft to blodpropper indenfor kort tid, og så er hans kone Herdis Møllehave død.

Når man læser disse interviews, får man det indtryk, at Johannes Møl-

lehave er en utroligt belæst og vidende person. Det er ikke nok, at han har læst utroligt meget – han øser hele tiden af sin viden. Fx får man at vide, at Johannes Møllehave har et ganske særligt forhold til Island, som han har besøgt flere gange, og Herdis Møllehave døde dagen før, de skulle have taget flyet til Island.

I bogen bliver Johannes Møllehave spurgt om, hvordan hans egen begravelse skal være, og vi får en gennemtænkt redegørelse for, hvilke salmer, der skal anvendes og hvilke skriftsteder, der skal prædikes over.

Til sidst i bogen kommer det frem, at Johannes Møllehave tror på alles frelse.

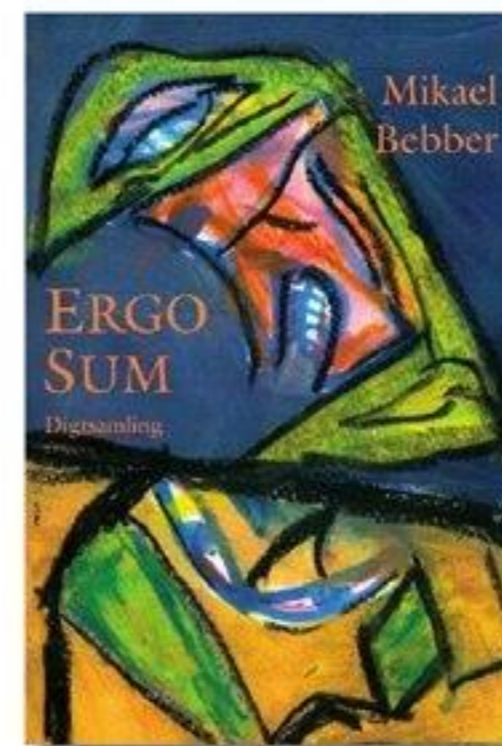
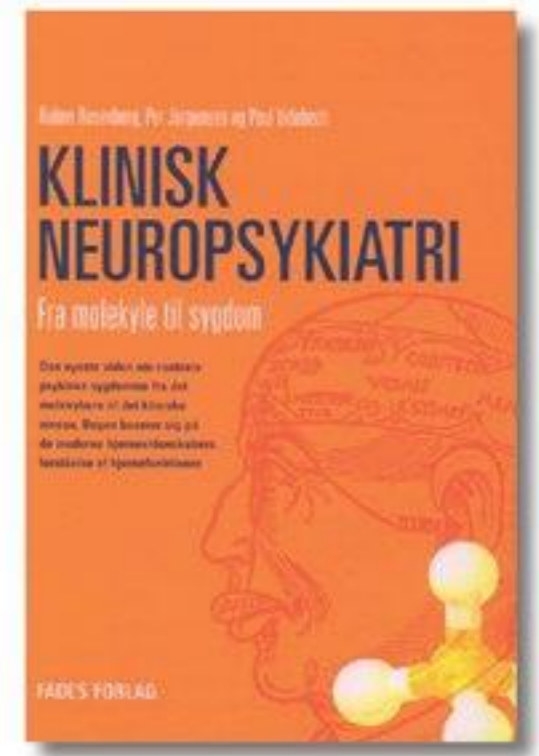
fortsættes side 17 ->

*Raben Rosenberg, Per Jørgensen og Poul Videbech (red.):
Klinisk Neuropsykologi – Fra molekyle til sygdom
Indbundet, 380 sider, kr. 299
ISBN 978-87-7749-414-7
FADL's Forlag, 2009*

En systematisk gennemgang af psykiske lidelser baseret på moderne videnskabelig forståelse af hjernefunktioner. Fra det molekylære til det kliniske niveau.

Bogen er på et rimeligt højt fagligt niveau, men bør kunne finde bred anvendelse. De mange illustrationer hjælper læserne på vej.

Mange patienter og pårørende kunne have interesse i en relativ dybtgående beskrivelse af de store sygdomme./



Mikael Bebbler:

Ergo Sum

Limryg, 72 sider, kr. 175 (medlemspris kr. 155)

ISBN 978-87-9026-483-3

Forlaget Gallo, 2009

Denne digtsamling, som er Mikael Baggers første, byder på veloplagt leg med ordene og forfatteren kommer vidt omkring. Til tider er tonen tænksom og filosofisk, mens den andre steder er humoristisk og munter – ikke sjældent begge dele på én gang.

Her er digte om kærligheden, både lyse og mørke, og naturen er et tilbagendende motiv./

Susanne Broeng (red.):

Fokus på relationer – Psykiatri i praksis

Hæftet, 239 sider, kr. 298

ISBN 978-87-412-5215-5

Hans Reitzels Forlag, 2009

Bogen tager udgangspunkt i relationens betydning for al menneskelig udvikling, dens potentiale, når det drejer sig om psykisk sygdom og om, hvordan man udvikler sin egen relationskompetencer som professionel.

Bogen henvender sig til studerende og fagfolk inden for det sociale, psykologiske, sundhedsfaglige og pædagogiske område./



Palle Hansen:

Et værdigt liv – Erindringer

264 sider, kr. 279

ISBN 978-87-02-07430-7

Gyldendal, 2009

Palle Hansen bliver født i 1950 med muskelsvind, og hans barndom er præget af hospitalsindlæggelser, af opvæksten med en mor, der er alvorligt sindslidende samt af farens tragiske død i 1957.

I Et værdigt liv beskriver Palle Hansen livet som handicappet i en tid, hvor fysiske handicaps i familien var en skam, og hvor muligheden for psykologsamtaler ikke kom på tale./

Lotte Rubæk:

Selvskadens psykologi

289 sider, kr. 268

ISBN 978-87-7706-571-2

Dansk Psykologisk Forlag, 2009

Den første danske bog om selvbeskadigelse, der på et dybere teoretisk plan beskriver de psykologiske mekanismer bag adfærden. Det er bogens ærinde at udbrede en tilbunds-gående forståelse for den selvskadende person, og den måde hun agerer i verden på.

Bogen henvender sig til alle, der arbejder med børn, unge eller voksne, der undertiden gør skade på sig selv, samt til studerende./



... fortsat fra side 16

Det er en ubibelsk tankegang, men det lader Johannes Møllehave sig øjensynligt ikke anfægte af. Det er ikke nok, at det står på papir, mener han. Gud er kærlighed, siger han.

Personligt mener jeg, at man ikke skal lave om på, hvad bibelen siger, men lade det stå og udlægge teksten.

At jeg er uenig med Johannes Møllehave på dette punkt, skal ikke forklejne bogens lødighed og værdi.

Det er en virkelig spændende bog, som jeg gerne vil anbefale.

Døden er et meget alvorligt emne, men bogen er på ingen måde tungsin-dig eller svær at læse. Den er meget velskrevet og berigende at læse.

Døden er jo en uundgåelig endestation her i livet, og det er godt at lære at forholde sig til døden. Johannes Møllehave har som præst haft døden inde på livet ved begravelsessamtaler og ved at kende unge og gamle, der er døde.

Det er således en bog, der går i dybden. Johannes Møllehave er jo meget skattet som forfatter, og jeg har læst, at bogen allerede er trykt i 17.000 eksemplarer, hvilket i sig selv er en anbefaling. Jeg vil anbefale alle at købe bogen./



Det er godt at vi blev født før aborten den blev fri

Det er godt, at vi blev født, før aborten den blev fri.
Hvis man har en diagnose, som hedder skizofreni.

Hvem skal bestemme, om et liv med skizofreni, kun er skidt.
Det er det ikke, kan jeg beskrive, sort på hvidt.

Skrøbelige, sårbare, emotionelle!
Det' sgu os, der er de mest kreative, og gør de største forskelle!

Nogen skizofrene lider ganske hårdt,
trods de på hånden, sidder med de FINESTE kort!

Hvis man må fravælge skizofreni,
vil mange mennesker, sådan set, miste en person de godt ka' li'. Det er ikke harmoni!

Hvis du har en skizofreni succes historie så tag at kom frem
Vi har brug for at høre om de gode historier fra hende og ham.

Selv om vi er mange der har været selvmordskandidater,
lever vi og kæmper videre, som tapre soldater.

Benny Karlin

Jeg tror det er på tide, at englenerne kalder på dig

Hver dag på sengen med cigaretten i hånden
Næsten for udmattet til at føre den op til munden
Tankerne vrirler og stemmerne går ind
Og forvirrer dit i forvejen forpinte sind

Jeg kan ikke fjerne din sygdom ej heller din ulykke
Kun se at den nedbryder dig stykke for stykke
Jeg elsker dig højt og guderne skal vide
Jeg er træt, jeg er ødelagt, af at se dig lide

Du reagerer ikke længere på trøstende ord
Dit blik er tomt, min stakkels mor
År som skulle have været fyldt med glæde
Var hårde ved dig og fik dig kun til at græde

Jeg ville gerne have chancen for at spole tiden tilbage
Og opleve dit væsen på de gode dage
Få chancen for at vokse op hos min dejlige mor
Jeg er voksen nu, men sorgen er endnu kæmpe stor.

De håb og drømme der endnu fylder dit hjerte
Om venskab, børnebørn og et liv uden smerte
Din sygdom har taget alt hvad du var
Minder og billeder er alt hvad du har.

Du har en styrke og en vilje du ikke aner at du har
Du har overlevet ting de færreste ville kunne klar'
Du har elsket dine børn som en mor nu skal
Der er ingen der bebrejder dig, sygdommen var ikke dit valg.

Jeg tror det er på tide at englenerne kalder på dig
Tag bare med, en dag kommer også jeg
Du lever ikke mere, det er kun dit hjerte der banker
Vi ses i himlen. Du er altid i mine tanker

Skrevet af Anette Timm d. 2-7-2009
Med ønsket om, at min mor snart får fred

Fra vores helt egen verden

SIND søger informationsmedarbejder, der kan indgå i redaktionen af SIND-bladet

Vi søger en udadvendt og serviceminded person med en relevant uddannelse – eventuelt journalistisk – og erfaring fra lignende arbejde.

Du skal have et godt kendskab til arbejdsgangene i pressen – både den skrevne og den elektroniske. Et veludviklet netværk er af stor værdi.

Som informationsmedarbejder vil du have det overordnede daglige ansvar for alle foreningens informationsaktiviteter på landsplan.

Du skal selv udforme eller redigere en stor del af indholdet til vores informationsmaterialer, og du skal kunne udforme nyheder og pressemeddelelser.

Du skal bl.a. indgå i redaktionen af SIND-bladet, der udkommer seks gange årligt.

Vi tilbyder en løn svarende til det offentlige overenskomst med din faglige organisation.

Ansættelse sker som udgangspunkt på fuld tid. Arbejdstiden kan tilrettelægges fleksibelt.

Møder i udvalg kan finde sted uden for normal arbejdstid – fx i weekends.

Hent stillingsopslaget på vores hjemmeside. www.sind.dk

Ansøgningsfristen er 1. november 2009. Tiltrædelse snarest muligt. Vi venter dog gerne på den rette./

PsyInfo, Region Midtjylland – Temaaftener efteråret 2009

PsyInfo, Region Midtjylland afholder i efteråret en række temaaftener.

Temaerne er: Psykisk syg med anden etnisk baggrund (Århus 19/10), Skizofreni (Skanderborg 20/10), Unge og depression (Århus 5/11), "Min angst og depression – og hvordan jeg kommer igennem" m. Asger Baunsbak-Jensen (Struer 10/11), Angst (Hedensted 24/11) og Selvmord (Århus 2/12).

Adgang for alle. Alle temaaftenerne begynder kl. 19.30. I Struer dog kl. 19.00.

Entré er 40 kr. Alle skal have/købe billet, og billetsalg starter en uge før hvert enkelt arrangement. Gratis entré den 10. november i Struer.

Billetbestilling på tlf: 77 89 32 34. Hverdage kl. 12.00-15.00.

Yderligere oplysninger på www.psykinfo.dk/

Psykiatrien på valg i Region Hovedstaden

Psykiatريفoreningernes Fællesråd sætter psykiatrien på valg

Tid: 3. november kl. 19-22

Sted: Valby Kulturhus, Salen på 5. etage Valgårdsvej 4, 2500 Valby.

Arr.: Psykiatريفoreningernes Fællesråd (SIND, LAP, Bedre Psykiatri, Angst-, Depressions-, OCD-, ADHD- og Autismeforeningerne, Pårørende til Spiseforstyrrede, Landsforeningen for efterladte efter selvmord og TRIK-Norden)

Psykiatrien er på valg den 17. november – både til Regionsråd og byråd i regionens 26 kommuner. Du stiller kritiske spørgsmål til politikere fra alle partier, der skal vide, at 42 % af alle vælgere er bruger af psykiatrien eller pårørende. Vi ønsker kvalitet og tilgængelighed til behandling, terapi, bolig, uddannelse, arbejde, økonomi og et meningsfuldt liv for os alle./

Lighed mellem bananer og rusmidler?

Henrik Rindom fortæller, hvad rusmidler gør ved hjernen

Tid: 20. oktober kl. 19-21

Sted: Vallensbæk Skole, Idræts Alle 5, 2625 Vallensbæk

Arr.: SIND-Vestegnen og Vallensbæk kommune

Psykiater og rusmiddelskonsulent Henrik Rindom fortæller, hvad rusmidler gør ved hjernen på celleplan

med eksempler fra virkelighedens verden.

Det er misbrug, vi skal af med – ikke misbrugereren.

For SIND-medlemmer, elever i folkeskolen, ungdomsskolen, klubber, forældre, lærere og klubmedarbejdere – ja alle, der arbejder med unge./

PsyInfo, Region Sjælland – Arrangementer efteråret 2009

PsyInfo, Region Sjælland afholder i efteråret en række arrangementer. Alle arrangementer er gratis. Tilmelding er nødvendig hos PsyInfo på tlf. 54 84 56 23 eller e-mail: psykinfo@regionsjaelland.dk. Læs mere om arrangementerne på www.regionsjaelland.dk/psykinfo

Temaerne er: Koncernt mod angst (Roskilde 10/10), Kunst og psyke – hvad gør kunsten ved mig som menneske (Næstved 10/10), Sex og psykisk sygdom (Vordingborg 20/10), ADHD – opmærksomhedsforstyrrelser hos voksne (Slagelse 27/10), Selvskade – når børn og unge skader sig selv (Roskilde 16/11), Pårørende i psykiatrien – en aften med Poul Nyrup Rasmussen (Holbæk 16/11), Arbejde og psykisk skrøbelighed (Næstved 25/11) og Tro og psyke – når livet gør ondt (Roskilde 10/12)./

Sindets dag Halsnæs Lokalforening

Tirsdag den 6. oktober, Anemonen i Frederiksværk

Traditionen tro markerer SIND Halsnæs Lokalforening Sindets dag.

I år sker det tirsdag den 6. oktober i Socialpsykiatriens lokaler Anemonen, Skovfogedlodden 15, 3300 Frederiksværk.

I den forbindelse vil det glæde os at se dig, nogle af dine nærmeste eller/og andre interesserede til vores brunch-arrangement, der finder sted i tidsrummet kl. 10-14.

Brunchen koster ca. kr. 25.

Lokalsindprisen overrækkes kl. 12.

I år har vi haft flere kandidater end nogensinde før til denne pris, så det bliver ekstra spændende at se, hvem som får prisen.

Prisen uddeles til en person/personer, som gennem deres virke har udmærket sig ved at leve op til SINDs formål: "At skabe forståelse og tolerance for sindslidende og deres pårørende. SIND arbejder for trivsel, forebyggelse og helbredelse.

Sidste år fik journalist Lennart Fisker prisen./

Koncert med Dodo And The Dodos

Torsdag den 8. oktober kl. 19, "Magasinet" Odense

Som led i Sindets Dag afholder SIND og PIO, Psyk-Info Odense koncert i "Magasinet" Odense torsdag, den 8. oktober kl.19.

De fleste kender Dodo And The Dodos og ved derfor, at de er et formidabelt liveband, der garanterer topunderholdning hele aftenen.

Som opvarmning til selve koncerten spiller Båldhead fra Århus, som er et fantastisk brugerband, der kan sætte gang i en god aften.

Koncerten henvender sig til alle brugere, deres venner og familie samt ansatte indenfor psykiatrien.

Billetpris: 100,- kr.

Billetter kan købes hos:

PIO Psyk-Info Odense

Klaregade 34-36

5000 Odense C

Tlf. 66 13 27 00

www.odense.dk/PIO/



Foto: Pressefoto af Dodo And The Dodos fra Showbiz.dk

Sindets dag i Århus

Lørdag den 10. oktober, Bruuns Galleri, kl. 11-14

De senere år har sindets dag i Århus været markeret samlet af Region Midtjylland, Århus Kommune og psykiatritilbud og frivillige organisationer i Århus.

Det sker ikke i år. I stedet har SIND Århus Kredsforening og DE9 – Foreninger for pårørende til psykisk syge i Midtjylland taget initiativ til et of-

fentligt arrangement på torvet på plan et i Bruuns Galleri.

Der vil være velkomst ved Kim Rattenborg, formand for SINDs kredsbestyrelse og åbning af arrangementet ved Borgmester Nicolai Vammen.

Herudover vil der være underholdning ved Søren og Signe og mulighed for at tale med frivillige fra organisationerne./

Mindfulness – opmærksomhed og nærvær

Mandag den 23. november, Sønderborg Bibliotek, kl. 16-19

Tid: 23. november kl. 16-19

Sted: Sønderborg Bibliotek, Kongevej 19, Sønderborg

Arr.: SIND Sønderborg

Tilmelding: Senest den 13. november på tlf. 74 67 35 54 eller sind@bbsyd.dk

Forplejning: Der betales kr. 40 ved ankomst til mødet.

Mindfulness – opmærksomhed og nærvær. Ved autoriseret psykolog Else Hellesøe med privat praksis i Odense. Er uddannet i Mindfulness-træning i Danmark og England.

Sammenholdt med ny viden og erfaringer om meditations virkning på vores mentale tilstand, er der i de

seneste år udviklet en ny form for psykologisk træning, som på engelsk kaldes Mindfulness. Mindfulness er en træning i at være opmærksom på nuet – uden at vurdere dette.

Træning i opmærksomt nærvær har vist sig virksomt ved mange forskellige tilstande som stress, angst, smerter og depressioner.

Oplægget er dels en introduktion til metoden, små øvelser og meditationer, dels baggrundviden og forskningsresultater af effekt. Et træningsforløb strækker sig over længere tid, så på mødet er der kun tale om smagsprøver./

Sundhed i Skive

Sindhuset i Skive sætter fokus på sundhed

Af Hanne Madsen, Sindhuset i Skive

Som noget nyt i Sindhuset i Skive forsøger vi at sætte fokus på sundhed. Derfor er der startet et gymnastikhold hver mandag. Gymnastikken foregår i haven såfremt vejret tillader det, ellers trækker vi indenfor.

Sommeren er i Skive blevet nydt med flere udendørsarrangementer, bl.a. holdt SIND i Nykøbing Mors to spilledage for os, hvor vi spillede kongespil, sequence og andre brætspil.

Det hele foregik i haven. Der blev serveret en lækker frokost begge gange.

I haven i Skive spilles der også kongespil. I drivhuset dyrker andre agurker, som i år lykkedes godt.

Høstfesten blev holdt med maner. Folk mødte op med godt humør hvilket resulterede i at festen forlængedes hos en af deltagerne.

Nu håber vi mange har lyst til at deltage i vor arrangement til Kildeborg i november./



Besparelser 'sparet' væk

SIND Nordjylland var med til at redde musikterapien fra sparekniven

På baggrund af oplysninger om at musikterapien i psykiatrien i Region Nordjylland skulle spares væk, reagerede Jens Ibsen, formand for SIND – Nordjylland og Aalborg prompte.

Jens skrev et brev til medlemmerne af regionsrådet, hvori han protesterede mod planerne og argumenterede for, at der skal være en bred vifte af tilbud i behandlingen af psykiske lidelser. Medicinen kan ikke stå alene, argumenterede han.

Da budgetaftalen for Region Nordjylland 2010 var på plads modtog Jens en e-mail fra Regionsrådsformand Ulla Astman, der kunne meddele, at SINDs henvendelse var til god nytte for politikerne, der havde besluttet at fjerne spareforslaget.

Selvom det desværre langt fra altid går så nemt, så er dette et eksempel på, at hurtig og saglig indsats på det rette tidspunkt, kan være med til at flytte meninger./



Når du repræsenterer DH

- en introduktion til DH'erne i råd, nævn, udvalg og bestyrelser

Når du repræsenterer DH

Ny pjece til SIND-medlemmer der repræsenterer Danske Handicaporganisationer (DH) i råd, nævn, udvalg og bestyrelser

Som nævnt i artiklen om kommunale handicapråd på side 15, kan det være en udfordring, når man som aktiv i én af de 32 medlemsorganisationer skal repræsentere DH.

Rollen som DH-repræsentant er anderledes end hos den enkelte medlemsorganisation. Som DH-repræsentant er man nødt til at have et vist kendskab til DH og interessepolitisk arbejde.

Denne pjece fortæller om, hvilke forventninger og krav der stilles til dig, når du i DH-regi skal arbejde for at forbedre vilkårene for mennesker med handicap. Der fortælles også om den hjælp som DH tilbyder dig.

Pjecen kan rekvireres hos DH's sekretariat, tlf. 36 75 17 77, e-mail: dh@handicap.dk.

Den kan også hentes som pdf-fil på hjemmesiden www.handicap.dk/

Unge og misbrug

SIND, De Frivilliges Samvirke, Forsamlingsbygningen samt elever og lærere fra 10. klasser i Hjørring satte fokus på misbrug

Af Erik Christoffersen, Hjørring Lokalforening

Rusmidlerne flourer i vores samfund som aldrig før – og derfor også blandt unge. Vores formål var at sætte fokus på rusmidlerne og deres skadelige virkninger. Eleverne fra 10. klasse tog problemerne med rusmidler i nærområdet op i samfundsorienteringstimerne, og de deltog i nedenstående tre arrangementer i Forsamlingsbygningen og en høring i Hjørrings største teatersal. Alle arrangementer var offentlige og gratis.

Line Risberg

Line Risberg fortalte om sine oplevelser under og efter sit ecstacymisbrug, hendes første oplevelse på stoffer, og de følgende 12 måneder, hvor hun gradvist fik det dårligere. Pludselig var hun på vej til at tage sit eget liv. Hun redegjorde for, hvordan stofmisbruget drastisk forandrede de næste 12 år af hendes liv, og fortsat vil præge hende resten af livet. Nu, otte år efter at hun er kommet ud af sit misbrug, dukker der stadig nye bivirkninger op. På ganske få år er priserne på stoffer dalet så meget, at stoffer nu er tilgængelige for enhver.

Henrik Rindum

Speciallæge med interesse for misbrug og misbrugere, Henrik Rindum, talte om hvad det er, rusmidler gør ved hjernen på celleplan og perspektiverede denne viden med eksempler fra virkelighedens verden og med kurver og statistikker fra videnskabelige undersøgelser. Han nævnte også, at menneskeheden bruger tilsammen flere penge på rusmidler, som ødelægger os fysisk og psykisk, end på uddannelse.

Vi bør derfor kollektivt drage omsorg for en tilstrækkelig forebyggende indsats og den nødvendige professionelle hjælp til misbrugere. Han afsluttede sit foredrag med ordene: "Vi skal af med misbruget, ikke med misbrugeren".



Ole Michelsen taler til forsamlingen. Foto Erik Christoffersen

Ole Michelsen

Ole Michelsen, som er bedst kendt for DRs filmmagasin Bogart og fra bogen "Den dansende dæmon", fortalte åbent om sit tidligere alkoholmisbrug og om, hvordan han fik dæmonen på is. Druk er i Danmark et begreb, som nærmest hører til i underholdningsbranchen, og Ole Michelsen tog i sit foredrag et opgør med denne holdning med en påvisning af, at vi ikke behøver at finde os i drikkeriet, og at det er muligt at plante en sund holdning til alkohol og påvirke ungdommen til at leve harmonisk med de våde varer. Han nævnte, at 40 % af de børn, der vokser op med alkoholiserede forældre, selv får drikkeproblemer, og at et tidligt alkoholmisbrug ofte medfører et tidligt misbrug af andre rusmidler.

Paneldebat

Ugens sidste arrangement var en paneldebat om emnet misbrug.

I panelet sad Hjørrings borgmester Finn Olesen, Thomas Mark som repræsentant for Børne- og undervisningsudvalget, og Michael Elkjær som repræsentant for politiet, samt folketingsmedlemmerne Marianne Jelved, Birgit Josefsen og Karl Bornhøft.

Der kom en meget livlig og konstruktiv debat i gang med rigtig mange spørgsmål både fra de unge og fra de voksne, hvoraf mange havde tilknytning til lokalområdet. I debatten var repræsentanten for politiet den eneste, der brugte ordet straf.

Efter afslutning på de fire arrangementer i uge 40 arbejdede eleverne fra 10. klasse med deres indtryk, og deres arbejde blev til et skuespil/musical, som de opførte i Forsamlingsbygningen for rigtig mange skoleklasser i Hjørring.

Der var et utroligt godt samarbejde mellem alle de involverede parter, der gjorde det muligt at gennemføre hele programmet. På den økonomiske front bidrog SIND med midler fra Socialministeriet til humanitært samarbejde med andre frivillige organisationer, De Frivilliges Samvirke bidrog også med penge, og Hjørring Kommune bidrog med gratis lokaler.

Et godt samarbejde mellem skole, politikere, tidligere misbrugere, politiet, speciallæge og SIND viser sig at være en god og frugtbar konstruktion med samfundsmæssig virkning i bred forstand./

Håndbog for psykiatribrugere og pårørende

– Kend dine rettigheder

Af Ellen Margrethe Basse & Knud Kristensen

3. reviderede udgave af bestsellerene Håndbog for psykiatribrugere og pårørende – Kend dine rettigheder er nu på gaden.

Bogen – der i 1. og 2. udgave allerede er udkommet i mere end 6.600 eksemplarer – er skrevet af Ellen Margrethe Basse, der er medlem af styregruppen for SINDs Pårørenderådgivning og Knud Kristensen, der er landsnæstformand i SIND.

Bogens 3. udgave er vokset fra 566 til 652 sider men sælges – som andenudgaven – for kr. 100 inkl. moms.

Bogen udgives af DE9 og SIND i samarbejde med PsykInfo Forlaget.

SIND-ambassadør Poul Nyrup Rasmussen udtaler i forbindelse med udgivelsen: "Jo bedre man kender sine rettigheder, jo større er chancen for at få den hjælp, so man har krav på."

Læs mere om bogen og/eller køb den på www.de9.dk.



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

Medicinhængighed – information og rådgivning om sove- og nervemedicin

FOLDERE

Hvervefoldere

Lokalfoldere

BØGER

Håndbog for psykiatribrugere og pårørende – Kend dine rettigheder 100,00¹⁾

"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) 65,00²⁾

Poloshirt, SIND-blå m. rødt logo (Str. XXXL – XXXXXL) 75,00²⁾

Lighter, elektronisk, opfyldelig.

Hvid m. rødt logo og webadr. 8,00

Rygpose, sort m. rødt logo 20,00

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

¹⁾ Købes hos PsykInfo Forlaget 77 89 32 30 eller på www.de9.dk

²⁾ Kreds- og lokalforeninger kan rekvirere poloshirts til udvalg. Trøjerne betales efterhånden som de sælges.



LANDSFORENINGEN SIND
FREDERIKSBORG KREDSFORENING

BEDRE PSYKIATRI
- LANDSFORENINGEN FOR PÅRØRENDE

Sætter fokus på psykiatrien

Ved vælgermøde

Mandag den 12. oktober 2009 kl. 19-22
Kulturhuset Kedelhuset
Fredensvej 12 B (bag Hillerød Bibliotek)

Vi er ca. 1,5 mio. danskere, der er i berøring med psykiatrien – enten som pårørende eller bruger – og tallet er stigende.

Hør politikere fra:

Folketinget	Özlem Cecik (SF), Anne Marie Geisler (R)
Region Hovedstaden	Hanne Andersen (S), Kirsten Lee (R), Miriam Weiss (S)
Frederikssund Kommune	Tine Tving Stauning (S)
Helsingør Kommune	Ib Kirkegaard (DF)
Hillerød Kommune	Bente Claudi (C)
Rudersdal Kommune	Birgit Tystrup (V) – opstiller også til regionsrådet

Svare På:

*Hvordan imødegås den stigende anvendelse af tvang
Psykiatrivevilling fra Satspuljemidler til Finanslov
Hvordan løses behovet for flere psykiatere og sengepladser
Forskellige former for boliger og væresteder i kommunerne
En koordinerende psykiatrisk sagsbehandler i kommunerne*

Gratis adgang – Kaffe, øl og vand kan købes

Foredrag om afhængighed af sove- og nervemedicin

18. november 2009 kl. 19-21:30, Rødovregård,
Kirkesvninget 1, 2610 Rødovre

Koordinator i Benzorådgivningen Kirsten Midtgaard fortæller om arbejdet med de mange mennesker, der lider under bivirkningerne og abstinenserne af sove- og nervemedicin (benzodiazepiner), og om hvordan man kan komme ud af afhængigheden.

Der vil efterfølgende være mulighed for debat om emnet. Alle er velkomne. Med venlig hilsen Benzorådgivningen og Lokalforeningen Sind-Rødovre



Fakta

BenzoRådgivningen startede som et projekt i SIND i samarbejde med psykiater Jens Frydlund, SIND Vestsjællands kreds og et par frivillige medarbejdere med brugererfaring.

BenzoRådgivningen er i dag et veletableret tilbud om information og rådgivning til borgere, pårørende, sundhedspersonale og andre interesserede.

BenzoRådgivningens arbejde er støttet af Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse samt kommunale § 18 midler til frivilligt socialt arbejde fra de kommuner, der har BenzoRådgivning.

Telefon 70 26 25 10. Læs om åbningstider med mere på rådgivningens hjemmeside: www.benzo.dk/

Brand

Sind-huset Nykøbing Mors brændt

8. maj 2009 var en rigtig trist dag for alle. Via telefonopkald og sms fik mange hurtigt besked og mødte op nede ved huset, men det var et sørgeligt syn der mødte dem.

Værestedet stod i flammer. Det halve af vores hus stod ikke til at redde. Ikke fordi det hele var brændt, men også fordi det var røgskadet.

Heldigvis for os, var kommunen hurtig, og allerede tirsdag var vi midlertidigt installeret et nyt sted.

Her har vi så været frem til midt i september.

Det har været en stor opgave med forsikring, genopbygning og nu senest alle indkøbene. Det var alt, som skulle genanskaffes.

Vi er stadig ikke færdige – men alt tager jo tid.

Jeg vil gerne takke alle, som har haft deres tanker hos os i denne svære tid.

En stor tak skal også lyde til brugerne af huset, som alle har været utrolig tålmodige og hjælpsomme både under og efter branden. Tak til kommunen, som hurtigt fandt et midlertidigt sted til os.

Kom og se vores nye sted, som stadig er på adressen, Skovvej 5.

Betina

Mellem Medlemmer

Kæreste søges

Lille meget rund kvinde på 50 år søger kæreste.

Du er rar, helst slank. Jeg er sød og omgængelig.

Er til Jazz, klassisk musik, museumsbesøg, litteratur (højtlesning), svømmehal og gåture.

Bor i nærheden af Ballerup.

Billetmrk. 1/2177

Postkasse

Mand søger kvinde/ven/kæreste 30-45 år

Jeg er 41 år og bor i egen lejlighed i Tilst v. Århus med min dejlige hund Tikko. Jeg er manio depressiv, men synes selv, at jeg er velfungerende og normal.

Af interesser kan nævnes spinning – det er en sport. Jeg rejser meget gerne to gange om året. Sidde og hygge foran TV, men også lave god mad.

Jeg er førtidspensionist og har et beskyttet job.

Er du lidt som mig, så kontakt mig.

Billetmrk. 1/2178

Giv 20 % til SIND

Hos mangebaekke.dk kan du støtte velgørenhed, helt uden det koster dig ekstra. Vores varer sælges til samme pris som i butikkerne, men vi giver 20 % af hele dit køb incl. moms til et velgørende formål. Dette er et helt nyt forretningskoncept og vi er meget stolte af, at vi i samarbejde med nogle af de største velgørende organisationer i Danmark, nu kombinerer salg af gaveartikler og brugskunst med muligheden for at gøre en forskel.

Du bestemmer

Det er dit valg hvilken af vores organisationer der skal have 20 % af pengene fra dit køb. Så køber du dine gaver eller en smuk ting til dit hjem hos os, kan du samtidig donere 20 % af prisen til SIND

Se mere på www.mangebaekke.dk





SINDs kreds- og lokalformænd

Bornholm

Bente Falk-Hansen
56 97 43 88
falk-hansen@live.dk

Fyn

Karen Thomsen
24 44 78 63
karen.v.thomsen@gmail.com

Aalborg

Jens Ibsen
23 27 00 34
jens.ib@stofanet.dk

Køge Bugt

Niels Clausen
22 14 50 38
nielsclausen@mail.dk

Fredericia

Lis Bjelbo
75 92 64 09
bjelbo@mail.dk

Frederiksberg

Jesper Steen Andersen
25 15 88 62
sindfrederiksberg@dbmail.com

Hovedstadens Omegn

Kirsten Elise Hove
23 26 03 10
kehove@gmail.com

Frederikshavn

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

Roskilde

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

Kolding

Bodil Kristensen
75 53 59 78

Frederiksborg

Hanne Molander
49 14 70 79
hannemolander@mail.dk

Ballerup-egnen

Aase Aaholm Jepsen
44 97 45 23

Hjørring

Erik Christoffersen
98 98 62 42/29 26 20 53
erikchristof@has.dk

Storstrøm

Mogens Nielsen
55 44 42 40
bimoni@mail.dk

Vestsjælland

Ingelise Svendsen
22 99 89 56
is42@os.dk

Frederikssund-Egedal

Peter Schjerlund
60 22 67 37
pschjerlund@hotmail.com

Gladsaxe

Hanne Colding
44 44 00 14
colding@dadlnet.dk

Mariagerfjord

Karen Brøndum Nielsen
98 57 34 07
lbn@fiskars.dk

Næstved

Jørgen Risager
55 72 89 18
risrasch@stofanet.dk

Ringsted-Sorø

Kristian Sørensen
20 95 45 89
krisen@privat.dk

Gribskov

Inger Hansen
48 30 04 89
inger.hansen@youmail.dk

Lyngby-Taarbæk

Jytte Christiansen
45 88 00 98/23 70 45 83
jyttechr@privat.dk

Mors

Jens Toft
97 75 19 59
jenslarsen@toft.mail.dk

Sønderjylland

Christine Nielsen
74 67 35 54
sind@bbsyd.dk

Viborg

Birgitte Larsen
3511 71 43
fjendbo.admin@gmail.com

Halsnæs

Kim Kjølgaard
40 23 10 69
km.kjolgaard@gmail.com

Rødovre

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

Thy

Ib Hansen
21 45 19 56
ibshamrock@hansen.mail.dk

Aabenraa

Else Bruun-Petersen
74 62 64 84
siki@get2net.dk

Skive

Inger Marie Nedergaard
97 53 52 26
im.k@mail.dk

Helsingør

Anne-Lise Bernitt
49 21 88 22

Vestegnen

Jørgen Christoffersen
43 64 52 95
uni-crystals@mail.dk

Ribe

Joan Sallberg
75 12 25 10
sallberg@esenet.dk

Sønderjylland Nord

Hedvig Carøe Andersen
74 83 25 75
bent@tneb.dk

Århus

Kim Rattenborg
86 10 91 16
sindaarhus@os.dk

Hillerød-Allerød

Hans Jultved
24 41 23 06
huset@sind.dk

København

Ellinor Palm Pedersen
33 13 02 39
palm@net.telenor.dk

Ringkøbing

Mirza Kristensen
75 47 17 43
mirza.kristensen@gmail.com

Tønder

Anne E. Hvidberg Jørgensen
74 72 08 26
annehvidberg@mail.dk

Randers

Trine Juel
86 40 54 89
trine.juel@elromail.dk

Rudersdal

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

Nordjylland

Jens Ibsen
23 27 00 34
jens.ib@stofanet.dk

Roskilde

Arne Ramskov Hansen
46 36 23 72
arneramskov@webspeed.dk

Vejle

Ib Scheiding
58 37 01 37
schibber@aab-net.dk

Silkeborg

Susan Steen
86 81 04 34
susansteen@mail.dk



SIND-nettets koordinatører

AALBORG

Kirsten Midtgaard
50 50 45 09
km@sind.dk

FREDERIKSHAVN

Jette Christensen
98 42 88 36
cjteddk@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 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

Pårørendeuudvalget

Knud Kristensen
86 17 63 98
kk@sind.dk

Organisationsudvalget

Ingelise Svendsen
22 99 89 56
is42@os.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, indgang 65, 8240 Risskov
mandag-torsdag 13-17, fredag 12-14
1. mandag i hver md. 13-20

Juridisk rådgivning

Skovagervej 2, indgang 65, 8240 Risskov
1. mandag i hver md. 15-20

Åben gruppe

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

Telefonrådgivning

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

Randers

Pårørenderådgivning
hver mandag kl. 14-18
Rådgivning for alle
sidste mandag i måneden kl. 18-20
(undtagen juli og december)
Sundhedscentret (den gl. arbejdsformidling)
Vestervold 4, 8900 Randers

Silkeborg

Pårørenderådgivning sidste onsdag
i hver måned 16-20
(undtagen juli og december)
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)
Frivilligcenter Odder (Pakhuset), Bane-
gårdsgade 5, 8300 Odder

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
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



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 lokalforening-

gerne 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-informatørerne.

Frivillige tilbydes oplæring og løbende støtte.

Støt os økonomisk

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

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

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

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

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.

Betänk SIND i dit testamente

Ønsker du at betænke SIND i dit testamente, så kontakt din advokat.

Husk at man godt kan betænke mere end én organisation.

Kontakt sekretariatet

Hvis du påtænker at give os et gavebeløb, eller eventuelt betænke SIND i dit testamente, så kontakt sekretariatet for yderligere informationer.

Landsforeningen bistår gerne med henvisning til advokat, hvis det ønskes.

Se også www.sind.dk/

Meld dig ind i SIND

Du kan hjælpe SIND på flere måder. Én af måderne er ved at melde 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.

Jo flere vi er, des mere bliver der lyttet til os.

Jo flere vi er, des flere penge får vi til at arbejde for sagen med.

Vi ved, at mange melder sig ind i SIND når (og fordi) de har brug for vores hjælp. Fx i forbindelse med at man selv – eller ens nærmeste bliver ramt af en sindslidelse og/eller man føler, at man får en dårlig behandling af "systemet".

Når behovet for hjælp klinger af, vælger mange at undlade at forny medlemskabet. Man tænker måske også, at de 200 kr. som kontingent er, ikke betyder ret meget for SIND.

**Vi har brug for hvert et medlem og hver en krone, så bliv og forbliv medlem
Sammen er vi stærke!**

Valgtilforordnet

Af Jesper Steen Andersen



Selv om man er gået hen og blevet psykisk syg, kan man godt gøre en indsats for samfundet. Den behøver ikke at være stor – en lille indsats har også ret. Når man melder sig ind i et politisk parti, er en af de ting, man bliver spurgt om, om man vil være valgtilforordnet.

Jeg har jeg meldt mig til og jeg fik brev fra kommunen, hvor jeg skulle krydse af, hvilke dage jeg kunne. Jeg kunne kun to tirsdage, hvoraf jeg blev indkaldt til den ene. Vi skulle så mødes på Rådhuset kl. 9.15 hvor vi var samlet en hel flok med forskellig baggrund og fik en PowerPoint præsentation af hvordan vi skulle gribe det an.

Jeg var glad for at være på et hold, hvor der var en kvindelig embedsmand fra kommunen. Hun var meget sød og venlig, høj og med mørkt krøllet hår. Foruden hende var der en kvinde på 72 år ved navn Lis. Så vi var tre, der skulle rundt på Plejehjemmet Ingeborg i stueetagen. Vi kørte derud i taxa og blev venligt modtaget af plejehjemmets leder. Derefter gik vi ud i grupper.

Der var mange, der tog godt imod os. Lis tog sig af valget til Europaparlamentet, hvor vælgerne skulle forholde sig til, hvilket parti, de ønskede at stemme på, og der var også mulighed for at stemme på en af kandidaterne på det valgte partis liste, fordi vi havde en fortegnelse over de personer, der var på de enkelte lister. Det er jo et lidt specielt valg, da hele Danmark er én stor valgkreds. Vælgerne skal vælge i alt 13 medlemmer til parlamentet i Bruxelles.

Der var en ældre dame, der mente, at kongen skulle være en mand

Jeg tog mig af valget om tronfølge-loven. Stemmesedlen var ganske enkelt lavet idet det var muligt at sætte kryds ved ja eller ved nej. Mange af de ældre mente, at naturligvis skulle mænd og kvinder have mulighed for at vælge på lige vilkår. Naturligvis skal

der være ligestilling, men der var også en ældre dame, der mente, at kongen skulle være en mand, og derfor stemte nej. Selv om der jo nok fra politisk hold var lagt op til, at man skulle stemme ja, så var hun jo i sin gode ret til at stemme nej.

Vi brugte lang tid på at finde de ældre. Der var nemlig dans på tredje sal som en aktivitet for de ældre og rigtig mange af dem, vi havde på vores liste, var med til denne aktivitet. Da de så kom tilbage fra dansen, kunne vi fortsætte valghandlingen. Det betød, at der gik en del tid – og før vi så os om var det middagstid.

Så desværre kom vi til at forstyrre de gamle midt i maden. Vi gjorde det så godt vi kunne, men vi var nok de sidste til at forlade plejehjemmet. Vi tog igen en taxi og kørte tilbage til rådhuset.

Da vi havde brugt så lang tid, fik vi dobbelt betaling. Diæten var på 375 kroner og vi fik så 750 kroner. Det var med en god fornemmelse, at vi forlod rådhuset – fordi vi havde gjort en samfundsnyttig tjeneste.



Hvis nogen af jer, der læser denne klumme, kunne tænke sig at være valgtilforordnet, kan jeg anbefale det. Det er sliddet værd.

Det er sliddet værd. Jeg kan anbefale det

Mange psykisk syge vil måske mene, at det ikke er ulejligheden værd at være medlem af et politisk parti. Jeg har det på den måde, at jeg er glad for at være det og kommer f.eks. i udenrigsminister Per Stig Møllers debatkreds. Her er der mulighed for at stille spørgsmål til Per Stig Møller og få et direkte svar. Det er værdifuldt./

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

