

NØRBYGÅRD NYT

-om menneskelige netværk

Nr. 1, 2006, 17. årg.



ET BLAD TIL INSPIRATION OG DEBAT

- for alle med tilknytning til Nørbygårdforeningen og Nørbygård

NØRBYGÅRDFORENINGEN

er en støtteforening
for Nørbygård
og dermed de mennesker,
der bruger vore tilbud.



BESTYRELSE:

Ove Raahede, formand
Pia Adelsten, næstformand
Erik Jeppesen, kasserer
Torben Jensen
Knud Sørensen
Jørgen Kristoffersen
Bendt Thøgersen
Tove Nees Kynde
Aksel K. Hedegaard
Konny Tønder
Henning Pedersen
Ulrik Nielsen, kasserer

REDAKTION:

Inga Pedersen (ansvarsh.)
sinip@vibamt.dk

SATS & TRYK:

ThyboGrafen/Hanstholm Bogtrykkeri

OPLAG: 750 eksemplarer

GIRO NR.: 4 10 36 53

ADRESSE:

Nørbyvej 4, 7730 Hanstholm
noerbygaardforeningen@vibamt.dk

NØRBYGÅRD NYT

udkommer 4 gange årligt
til foreningens medlemmer,
andre sociale institutioner,
frivillige organisationer,
netværksgrupper,
øvrige samarbejdspartnere m.fl.

Deadline for indlæg til næste
nummer af Nørbygård Nyt:
17. maj 2006

NØRBYGÅRD

er en selvejende institution,
oprettet i 1980 i samarbejde med
KFUM's Sociale Arbejde
i Danmark og med drifts-
overenskomst med
Viborg Amt.



NØRBYGÅRDS BESTYRELSE:

Hans Korsgaard, formand
Bent Møller Jensen, næstformand
Gynvor Nicolajsen
Svend Åge Pedersen
Finn Andersen
Bente Bang
Janni Jensen

TELEFONER:

Kontoret: 87 27 24 00
Telefax: 87 27 24 27
Beboere: 97 96 17 20

NETVÆRKS-KONSULENT:

Konny Tønder: 8727 2418 - 4040 1944
email: sinkt@vibamt.dk

PÅRØRENDE-KONSULENT:

Nina Vognsen: 8727 2400 - 8727 2409
email: sinnv@vibamt.dk

PROJEKTLEDER/BØRN:

Kai Christensen: 87 27 24 00
email: sinknc@vibamt.dk

ADRESSE:

Nørbygård, Nørbyvej 4
7730 Hanstholm
E-mail adr.:
noerbygaard@vibamt.dk
Hjemmeside:
www.noerbygaardcentret.dk



Viborg Amt

Indbydelse til GENERALFORSAMLING i Nørbygårdforeningen

Tiden er igen inde til at gøre status i vor forening.
Alle i Nørbygårdforeningen indbydes til generalforsamling på Nørbygård:
Fredag den 5. maj 2006, kl. 18.00

Dagsorden:

1. Velkomst - godkendelse af generalforsamlingen.
2. Valg af dirigent og stemmetællere.
3. Godkendelse af bestyrelsens beretning.
4. Beretning fra lokalgrupper, ad hoc udvalg m.v.
5. Godkendelse af regnskab for 2005.
6. Valg af bestyrelsen
7. Valg af revisorer.
8. Indkomne forslag.
9. Eventuelt.

Indkomne forslag skal være skriftlige og modtaget senest 8 dage før generalforsamlingen. Eventuelle forslag fremsendes til formanden: **Ove Raahede, Højlundparken 78, 7600 Struer.**

Tilmelding

Nørbygårdforeningen vil være vært med et måltid mad kl. 18.00. Af hensyn til køkkenfolkene, bedes man tilmelde sig på tlf. 8727 2400, **senest fredag den 28. april 2006.**

Velmødt til en god generalforsamling på Nørbygård.

Bestyrelsen.

INDHOLD:

Generalforsamling:	3
Profil:	4
Årsredegørelse:	5-7
Sommertur:	8
Midtvejshuset:	9-11
Psykisk balance:	12
Sidste udkald:	13-16
Lokal-Nyt:	17-18
Kanotur:	18

Opfølgings- og børnedage:	19
Til vennerne:	20-22
Pårørende- og familiekurser:	23
Lev med omtanke:	24
Aktivitets-tilbud:	25-26



Nørbygårdforeningens profil

Data

Navn:	Nørbygårdforeningen
Adresse:	Nørbyvej 4, 7730 Hanstholm, tlf. 8727 2400.
Hjemmeside:	www.noerbygaardcentret.dk
E-mail:	noerbygaardforeningen@vibamt.dk
Geografisk område:	Hovedsageligt Viborg amt, men med medlemmer i hele landet.
Antal medlemmer:	ca. 250
Målgruppe:	Brugere/tidligere brugere af Nørbygård, familie, pårørende og andre berørt af misbrug af rusmidler.
Formål:	At lave aktiviteter, der fremmer livskvaliteten i et alkohol-frit og rusfrit miljø.
Bestyrelse:	Op til 11 personer, formand Ove Raahede, Viborg

Historie

Nørbygårdforeningen er stiftet den 6. december 1989 - inspireret af socialrådgiver Ulla Habermanns tanker og bog fra 1987: »Det 3. netværk«. Der sættes fokus på dette »frivillige netværk«. Nørbygårdforeningen startede samtidig med et netværksprojekt på Nørbygård i 1990-91. Hensigten med dette projekt var at opbygge netværk rundt i Viborg amt for at støtte den enkelte bruger efter udskrivning fra Nørbygård og hjemvenden til det »almindelige« pulserende liv.

Lokalt engagement

Nørbygårdforeningen har siden starten bygget meget på lokale aktiviteter og lokalt engagement i byerne: Viborg, Skive, Nykøbing og Thisted. De fleste aktive medlemmer er selv tidligere brugere af Nørbygård, eller er pårørende. Lokal-grupperne har en høj grad af kompetence og planlægger selv deres aktiviteter. Desuden skabes der aktiviteter på tværs af geografien.

Netværk og »base« for aktiviteter

Nørbygårdforeningen er i sig selv et netværk for mange mennesker med plads til flere... Derudover er Nørbygårdforeningen

og lokal-grupperne »base« for deltagelse i andre aktiviteter udenfor foreningen. Det er rart og givende at have nogen at dele oplevelse, erfaringer, tanker og følelser med.

Familieaktiviteter og selvhjælpsgrupper

Nørbygårdforeningen henvender sig til hele familien. Søgningen til aktiviteterne er stigende, ligesom der hele tiden kommer nye aktiviteter til. Der er sociale aktiviteter for hele familien, såvel som for enlige. Desuden har foreningen forskellige tilbud om deltagelse i seriøse selvhjælpsgrupper for at støtte hinanden i et godt rusfrit liv.

Frivilligt socialt arbejde

Der udføres utrolig meget frivilligt socialt arbejde i Nørbygårdforeningen. Nørbygårds netværkskonsulent er dog tilknyttet foreningen og kan give støtte og vejledning til de frivillige medarbejdere. Evt. iværksætte kurser, så disse kan bibeholde deres engagement og udvikle deres kunnen i arbejdet. Et arbejde som giver meget, men som til tider også kan være hårdt.

Her er det vigtigt, at den enkelte medarbejder tager vare på sig selv og har et bagland i foreningen at søge støtte hos.

Nørbygårdforeningens årsredegørelse 2005

Familie-lejr:

90 personer, heraf 40 børn, deltog i den traditionsrige familielejr, som i 2005 gik til Fyn. Trods det store deltagerantal et meget vellykket arrangement, som virkelig har været en oplevelse for deltagerne. Lejren byggede på fællesskab. Der var udflugter, cykelture og leg i små og store grupper. En god oplevelse for børn og voksne i et ædru miljø. En stærk platform for det videre arbejde frem mod »det gode liv« og opbygning af et nyt konstruktivt netværk.

TV 2 kom på besøg og viste senere klip og interview fra lejren.

Weekendture:

Der blev afholdt weekendtur nr. 27 og 28 i 2005 med henholdsvis ca. 55 og 50 deltagere. Det var rigtig gode ture med mange børn og i det hele taget en stor aldersspredning.

Fælles-aktiviteter:

Også i 2005 var der stor adventsfest på Nørbygård for foreningens medlemmer. 132 personer var mødt op og oplevede kormusik, den hyggelige atmosfære og det store fællesskab. I Viborg gruppen har der været afholdt kanotur og fisketur, som samlede rigtig mange deltagere både børn og voksne.

Nørbygård Nyt:

4 gange årligt udsendes medlemsbladet Nørbygård Nyt. Her fortælles om foreningens aktiviteter og nyt fra lokalgrupper og Nørbygård. Livshistorier skildres, holdninger fremføres og meninger brydes.

Låner-depot for medlemmerne:

I 1999 blev der oprettet et depot. Det indeholder telte, liggeunderlag, bestik m.m. I 2005 er tingene mest blevet brugt ved de større arrangementer, men helt små grupper af medlemmer er også meget velkomne til at låne noget udstyr til gavn for gode oplevelser og fællesskab.

Økonomi i 2005:

Den budgetterede omsætning for 2005 lød på kr. 270.500,-

Genbrugsbutik:

Nørbygårdforening driver sammen med Røde Kors en genbrugsbutik i Hanstholm. Det foregår i et virkelig godt samarbejde, hvor 20-30 frivillige yder en rigtig flot indsats.

Selvhjælpsgrupper:

I 2003 starter en ny type efterbehandlingsgrupper, lokal PFT, som i sit koncept ligger i naturlig forlængelse af behandlingen på Nørbygård.



Disse grupper er fortsat i 2004 og 2005. Der er pt 4 aktive grupper. Desuden 3 aktive selvhjælpsgrupper for pårørende.

Medlemmer:

I 2005 var antallet af medlemmer ca. 250 personer/husstande.

Lokal-grupper: Der findes 4 lokal-grupper, som på forskellig vis har fungeret godt i 2005. Der har også i år været en stor aktivitet på tværs af grupperne - til styrkelse af netværket.

Thisted-lokalgruppe:

Vi har haft et rigtig godt år i lokalgruppen med pænt fremmøde til vores aktiviteter.

Det er en gruppe bestående af »gamle« som holder fast i nogle traditioner og der har været mange nye i løbet af året, som også har været med til at sætte deres præg på gruppen.

Vi holder møde to gange om måneden. Den første tirsdag i måneden spiser vi sammen og skiftes til at lave madden. Nøgleordene for disse aftner er hygge og socialt samvær. Det er også her, der informeres/debatteres emner der vedrører Nørbygård-foreningen.

Traditionen tro holdt vi grillaften hos Per og Signa, havde bowlingaften og Ole og Pia stod for julemiddagen.

Den tredje tirsdag i måneden holder vi PFT-møde. Mødet varer en time og her taler vi om alt der evt. kan true vores ædruelighed. Vi har haft en meget stabil gruppe hele året med en stamme på 5 personer og vi er blevet gode til at bruge disse aftener til at hjælpe os selv og støtte hinanden i processen i at forblive ædru. Disse møder er for folk, der har været i behandling på



Nørbygård. Efter mødet spiser vi sammen og der er åbent for pårørende.

På bestyrelsesmøder i løbet af året, har vi haft punktet »Hvordan bliver vi bedre til at tage i mod nye medlemmer i lokalgrupperne«, samt evaluering af punktet. Vi har således inspireret hinanden på tværs af lokalgrupperne. Dette har medvirket en god tilgang af nye medlemmer, som tilkendegiver at befinde

sig godt i gruppen.

Den fjerde tirsdag i oktober var vi to fra lokalgruppen som deltog i et informationsmøde på Nørbygård. Her fortalte vi om alle aktiviteterne i lokalgrupperne med udgangspunkt i Thisted lokalgruppe.

Nykøbing-lokalgruppe:

Nykøbing-gruppen samles den 1. og 3. mandag i hver måned, hvor medlemmerne på skift laver mad og kaffe

som bliver indtaget i hyggeligt samvær. I 2005 er vi vokset en del fra 12-15 til 20-25 personer til vores møder. Vi har nedsat en gruppe til at arrangere nogle aktiviteter og ture, da her skete for lidt i gruppen. En del af os var med på weekendtur til Kildeborg i foråret. Og så var vi med på en hyggelig og skøn sommertur på Fyn. Det er også blevet til 2 bowlingaftner. Desuden har vi selv arrangeret og afholdt en weekendtur til Bakkevæld i efteråret, der gik rigtig godt.

Vi har nu fået en PFT-gruppe til at køre, som mødes den sidste mandag i måneden.

I december afholdt vi et julearrangement, hvor vi bl.a. var en tur på Hjerl Hede. En dejlig dag hvor vi også fik en masse lækker mad, spillede pakkespil og et meget kreativt lotterispil! Tænk at nogen kan få os til at betale for at få lov til at vinde en opvask!! Gruppen mødes stadig i misbrugscentrets lokaler, Ringvejen 46 A+B, Nykøbing.

Skive-lokalgruppe:

Mødested: Alkoholambulatoriet, Resenvej 17, 7800 Skive, 11 gange om året, den 2. tirsdag i hver måned.

Vi hygger os sammen, får et godt måltid mad og drikker kaffe, imens vi taler sammen om godt og skidt. Vi prøver at hjælpe hinanden på bedste vis med støtte og omsorg mellem men-nesker der har haft et misbrug af alkohol, piller, stoffer m.v.

Der er et pænt fremmøde, ca. 20 personer i gennemsnit pr. aften.

Af sociale tiltag har vi været med til at gøre »Skive til en renere by«. I efteråret havde vi en bowlingaften. Vores tradition med en grill-aften i Aksel Poulsens sommerhus blev desværre ikke til noget i år.

Nogle af os har også deltaget i forårstur til Kildeborg, sommerferietur til Skovgården og efterårstur på Bakkevæld.

PFT-gruppen (Planlægning af Forebyggelse af Tilbagefald) er igen startet op. Dog efter en ny model, som vi vil fortsætte med, da den er mere realistisk og seriøs. Det foregår stadig i Frivillighedsbutikken, Thinggade 11 B, 7800 Skive. Mandag i ulige uger kl 19 - 21.

Så mød op I nye hjemkommere.

Viborg-lokalgruppe:

Gruppen mødes hver onsdag i ulige uger i De Frivilliges hus, Vesterbrogade 1, 8800 Viborg kl. 18. Kl. 18.30 er der fællesspisning i Medborgerhuset. Efter spisningen har vi møder i PFT gruppen og i pårørendegruppen fra kl. 19 til 20.30. Herefter er der socialt samvær over kaffen. Der deltager ca. 25 voksne og børn. Vi har i 2005 herudover, til vore møder, haft besøg af



alkoholmisbrugere, der er i dagbehandling på Blåkærgård, og dette fortsætter også i 2006.

Udover de faste møder har gruppen i 2005 arrangeret en kanotur på Gudenåen med deltagelse af 49 personer. Samt en familiefisketur til Hee hvor der deltog 21 personer.

Da vi i Viborg er så heldige at have en »bussemand med bus« så tog vi lige en tur til Ikast, hvor vi var på besøg i Oasen, og bagefter var vi til »Bøf + Bovling«. Der deltog 20 personer. Til gruppens faste tur i Viborg-revyen var der 22 personer der fik en sjov og hyggelig oplevelse. Som afslutning på sæsonen var der 28 personer der fik en nervepirrende, spændende og hyggelig aften ved vores juleafslutning med æbleskiver, gløgg og pakkespil.

*Konny Tønder,
Netværkskonsulent*

www.noerbygaardcentret.dk

I 2005 valgte vi også at prioritere at bruge ressourcer på etablering af en hjemmeside om Nørbygård. På hjemmesiden findes der masser af information om Nørbygård, ligesom brochure, diverse skemaer og Nørbygård Nyt kan downloades. Mange er fremkommet med positive tilkendegivelser om hjemmesiden.

Nørbygårdforeningens Sommertur 2006 til Lejren »Degnetofte« Ribe

Fra lørdag den 15. juli til og med lørdag den 22. juli 2006
(UGE 29)

Reserver datoerne allerede nu og deltag i
Nørbygårdforeningens sommertur til Ribe

Adresse:

Degnetofte, Vester Vedsted,
6760 Ribe.
Tlf. 75 44 55 55.
Hjemmeside: www.degnetofte.dk

Deltagerpris:

kr. 900,- for voksne og
kr. 350,- for børn til og med 16 år.

Tilmelding senest onsdag den 1. juni 2006 til Nørbygård på tlf. 87 27 24 00.
I tilfælde af afbud efter den 1. juli '06 er der ingen tilbagebetaling.
Girokort for indbetaling sendes ud den 9. juni,
og beløbet skal indbetales senest den 24. juni '06.

Vedr. tilmelding angives om man ønsker at sove i telt under opholdet.
Reservering af telte kan ske ved:
Arne Christensen på tlf.: 26 53 92 56 efter kl. 18 – 20.

Deltagerantal er max. 85 personer,
så tilmelding foregår efter princippet først til mølle...
Program, afgangstider m.v. følger senere.

Arrangør: Nørbygårdforeningen.

Hilsen Ferieudvalget v/ Sonja Raahede.

Degnetofte



Midtvejshuset – 1 år.....

Af Ib Hjorth afdelingspædagog

Nørbygårds efterbehandlingsbotilbud – Midtvejshuset – har nu været i drift i et år.

10 beboere er af deres hjemkommuner blevet bevilget ophold i huset, heraf er de 6 efter afsluttet behandlingsforløb udskrevet til eget hjem. De resterende 4 beboere er fortsat indskrevet og følger hver deres individuelle behandlingsforløb. Som eksempel på et individuelt forløb er en af beboerne efter et længerevarende ophold nu i udslusning i eget hjem - kombineret med periodevis ophold og behandling i Midtvejshuset.

Der vil i 2006 fortsat være fokus på individuelt tilpassede behandlingstilbud. Samtidigt er det målet, at der i 2006 etableres gruppeundervisning / terapi for husets beboere, hvor specifikke men fælles problemstillinger kan behandles, fx social angst.

Interessen for ophold i huset er støt stigende, og i skrivende stund er der venteliste på 3 - 4 personer.

Hvad er det vi gør i Midtvejshuset.....

Der er eksisterende og værdifulde oplysninger i hhv. brochurmateriale, Nørbygårds beskrivelse af efterbehand-

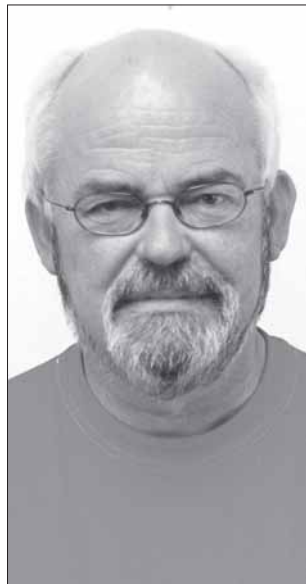
lingsbotilbud, i Nørbygård Nyt (jubilæumsudgaven sep. 2005 side 9-11) og på Nørbygårds hjemmeside www.noerbygaardcentret.dk

Denne artikel er ikke en repetition af disse oplysninger, som jeg i øvrigt vil anbefale interesserede at læse. Jeg går et lag længere ned for at beskrive, hvordan tilgangen er til de problemstillinger, jeg møder i min dagligdag i Midtvejshuset.

Alle Midtvejshusets beboere er misbrugere, de har alle gennemgået en primærbehandling for deres misbrug. Grundlaget i Midtvejshusets behandling er derfor tilbagefaldsforebyggelse med udgangspunkt i advarselstegn og et personligt »kørekort«. Et videnskabeligt anerkendt metodegrundlag udviklet af Gorski & Miller.

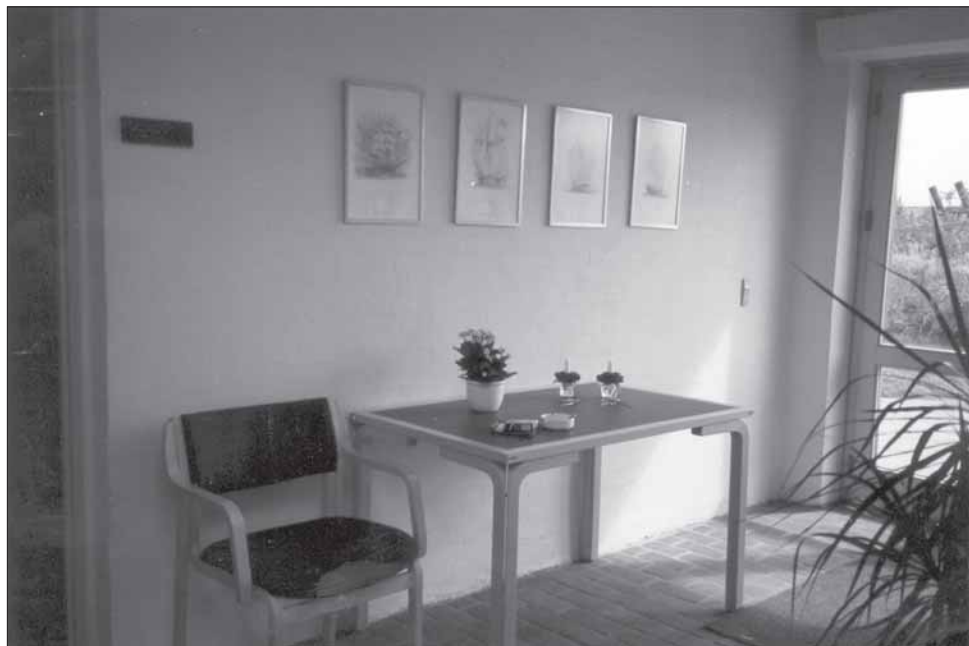
Beboerne er fælles om at være misbrugere, men de bagvedliggende problemstillinger – personlige og socialfaglige, er højst forskellige og må derfor også tackles forskelligt.

Inden jeg går ind i forklaring af metoder, har jeg lyst til at fortælle en historie. De læsere, der kender mig eller har hørt min livshistorie, erinder måske, at jeg i min fortid har været trafikflyver og flyveinstruktør. Da jeg for mange år siden var i gang med uddannelsen til pilot, havde



jeg bl.a. en SAS kaptajn som instruktør. Denne SAS kaptajn havde en meget enkel tilgang til begrebet navigation. Han sagde: Det eneste du skal tænke på er – Hvor er du? Hvor skal du hen? og Hvad skal du gøre for at komme derhen? Der blev stille nogle få sekunder, hvorpå han fortsatte: Det gælder i øvrigt i alle livets forhold. Tankevækkende – og et interessant styreredskab, som jeg helt bevidst gør brug af i hverdagen.

Tilbage til beboernes personlige og socialfaglige problemstillinger. Ved indskrivning i Midtvejshuset udarbej-



der beboeren en personlig handleplan. Handleplanen er delt i to afsnit: Livsstil (personlige problemstillinger) og levestil (socialfaglige problemstillinger).

Beboerens behandlingsforløb har udgangspunkt i handleplanen. Ved gennemgang og opfølgning af handleplanens punkter vedrørende livsstil (personlige problemstillinger), skimmes beboeren

psykisk, fysisk og socialt (Hvor er du?). Hvad er det beboeren gerne vil – hvad er målet? (Hvor skal du hen?). Derpå afdækkes muligheder, begrænsninger, metode og adfærdseksperimenter (Hvad skal du gøre for at komme derhen?).

Metodegrundlaget er videnskabeligt anerkendte kognitive modeller og metoder (kognitiv terapi) udviklet af Aaron T. Beck m.fl. samt socialpædagogiske tiltag. Ved gennemgang og opfølgning af handleplanens punkter vedrørende levestil (socialfaglige problemstillinger) er tilgangen til problemløsning påvirket af lovgivningens muligheder og begrænsninger, arbejdsmarkedsmuligheder, boligsituation, beboerens økonomiske forhold

mm. Skabelonen er den samme: Status (Hvor er du?). Hvad er det beboeren gerne vil - muligheder og mål (Hvor skal du hen?). Tiltag og handling (Hvad skal du gøre for at komme derhen?). Omdrejningspunkterne i beboernes socialfaglige problemstillinger er: 1) beskæftigelse / indhold i hverdagen. 2) en gennemskuelig økonomi. 3) en acceptabel bolig der passer til økonomien.

Internt og eksternt samarbejde.....

Det interne samarbejde med Nørbygård og Nørbygårdforeningen er et vigtigt element i beboernes hverdag. For beboerne i Midtvejshuset kan der med Nørbygård aftales beskæftigelse i praktisk arbejde, værkstedshold, ude-



hold, kreativt værksted mm. Deltagelse i gruppeterapi, individuelle samtaler, herunder bearbejdelse af sorg. Deltagelse i børnegruppe for beboernes børn. Der kan aftales pårørende- og parsamtaler med familierapeut. Beboerne kan tillige deltage i mødeaktiviteter og sociale arrangementer, hvoraf en del af aktiviteterne er obligatoriske.

I tillæg til ovennævnte

tilskyndes beboerne til deltagelse i Nørbygårdforeningens efterbehandlings aktiviteter på Nørbygård, i lokalgrupperne og foreningens ferie- og weekendarrangementer.

Det eksterne samarbejde for Midtvejshusets beboere har i det forløbne år bestået af et godt og frugtbart samarbejde med 10 kommuner i Viborg og Ringkøbing Amt. Som led i beboernes behand-

ling har der i samme periode været iværksat praktikforløb, arbejdspraktik, uddannelse og erhvervsafklaring, i samarbejde med 9 engagerede praktiksteder, private virksomheder, offentlige institutioner og uddannelsessteder.

Hvad kræves der for at komme ind som beboer.....

Det kan siges meget kort – ærlighed og viljen til at forandre sit liv.

Hertil kommer at ansøgere skal have gennemgået en primær behandling for misbrug og have en bevilling af ophold fra sin hjemkommune (SEL § 93 botilbud).

Midtvejshuset er en del af Nørbygård.

Vi kan kontaktes direkte på:

Telefon: 87 27 24 23

Mobil: 20 26 23 23

Fax: 97 96 01 76

Mail: sinihj@vibamt.dk

Børneprojektet på Nørbygård

- det påvirker børn at vokse op i en familie med alkoholmisbrug

- ◆ samtaler med børnene
- ◆ grupper tilpasset børnenes alder m.v.
- ◆ forskellige aktiviteter sammen med andre børn, unge og evt. forældre



Hanne Andersen
pædagog & gestaltterapeut

Ønsker du at vide mere,
så kontakt os gerne på tlf.
87 27 24 00



Kai N. Christensen
projektleder & socialrådgiver



»Det må være et vanskeligt tilfælde ... Han ser glad ud«

Symptomer på psykisk balance

1. en tendens til at tænke og handle spontant frem for af frygt, grundet tidligere erfaringer.
2. en udpræget evne til at nyde hvert øjeblik.
3. en manglende interesse i at dømmе sig selv.
4. en manglende interesse i at dømmе andre.
5. en manglende interesse for konflikter
6. en manglende interesse for at forklare andres handlinger.
7. tab af evnen til at bekymre sig (dette er et meget alvorligt symptom)
8. hyppige, overvældende tilfælde af tilfredshed.
9. en tilfredsstillende fornemmelse af sammenhørighed med andre mennesker og nærhed til naturen.
10. hyppige tilfælde af smil, der kommer indefra.
11. forøget følsomhed for kærlighed fra andre såvel som stærk trang til at gengælde den.
12. en forøget tendens til at lade ting ske snarere end at sørge for, at de sker.

Advarsel: Hvis du har alle disse symptomer, eller de fleste af dem, skal du vide, at tilstanden af harmoni er så udviklet, at den ikke kan behandles.

Citat: Jeff Rockwell i B. Siegels »Kærlighed og Healing«.

I dette nr. af Nørbygård Nyt har vi valgt at trykke artiklen "Sidste udkald," som er et interview med Henning Korsbakke og Anne – og udfærdiget af Eigil Jørgensen, redaktør på bladet Social Debat. Interviewet har været bragt i Social Debat 2005 / 4 – og vi har retfærdigvis fået aftale med Eigil Jørgensen og familien Korsbakke om, at interviewet trykkes i Nørbygård Nyt. (Red.)

Sidste udkald

For Henning Korsbakke var et behandlingsophold på Nørbygård sidste udkald, hvis han ville redde livet og sit ægteskab. Nu skulle der gøres noget.

Henning Korsbakke havde været alkoholiker i mere end 20 år, da han i begyndelsen af 2005 fik tilbudt et ophold på Nørbygård:

- Jeg har gennem årene adskillige gange været i ambulantly behandling, men det er hver gang endt med tilbagefald, og nu stod jeg så i begyndelsen af året med et nyt tilbagefald. Jeg var efterhånden kommet op på en flaske vodka om dagen. Det tog for alvor fart i vinterferien, og efter ferien kunne jeg ikke få hold på det igen, så jeg mødte op på arbejde med en halv flaske vodka i tasken.

- Da jeg nåede frokosttid den dag, kunne jeg bare ikke mere, så jeg var nødt til at sige, at jeg ikke kunne fortsætte på arbejde den dag. Jeg blev så fyret, fordi jeg i forvejen havde fået alle de advarsler, jeg kunne tilkomme.

- Så tog jeg hjem via et værtshus, for nu havde jeg jo mistet mit arbejde, og så kunne det hele være lige me-

get. Hjemme drak jeg videre, og det fortsatte næste dag, indtil Anne kom hjem fra arbejde. Så tog jeg på afrusning i Holstebro, og da jeg var blevet klar i hovedet, ringede jeg til min alkoholrådgiver i Ringkøbing Amt og sagde, at nu skulle der altså gøres noget.

- Ringkøbing Amt gav mig valget mellem Behandlingscenter Tjele og Nørbygård. Jeg valgte Nørbygård, fordi de arbejder mere individuelt og giver deres klienter nogle mere personlige redskaber. Jeg synes, det er den stærke side ved Nørbygård, at der ikke er tale om "massebehandling" med et sæt leve-regler, der er ens for alle.

De snakkede bare løs

Det var med en lille smule sommerfugle i maven, Henning Korsbakke begav sig til Nørbygård:

- Selvfølgelig var jeg da nervøs for at komme derop. Det tror jeg, alle mennesker ville være. Men det gik hurtigt over. Jeg blev placeret i en boenhed, hvor der boede fem andre, og allerede samme aften følte jeg det, som om jeg havde fået en ny familie.

- For det første var de alle

sammen alkoholikere, og den åbenhed og ærlighed, jeg blev mødt med, var ikke noget, jeg var vant til. Selvom jeg har været misbruger, har alkohol altid været tabu. Det var ikke noget, man snakkede om. Men der sad de bare og snakkede løs om det. Det gav en masse åbenhed og en rigtig god stemning.

Jeg var jo heldig

Den første uge brugte Henning Korsbakke til at falde til og lære de andre at kende:

- Jeg startede i det, der hedder Modul 1, som handler om at acceptere og erkende sit misbrug. Det er én lang læggen kortene på bordet. Man lægger simpelthen alt det skidt, man har lavet gennem tiden, frem.

- Det er svært, men når først man oplever, at andre også gør det, er det lettere selv at gøre det samme bagefter. Der er altid nogen, der kan fortælle om ting, der er lige så slemme, som det man selv har lavet.

- Derefter gennemførte jeg hele programmet og sluttede så af med tre uger i Modul 5, som er en slags buffer, hvor nogle har brug for at være utrolig længe og andre i kortere tid. Hvis der f.eks. er nogle, der står uden hjem, familie, kontakter og arbejde, så er der masser af ting, der skal genoprettes, før de er klar til

at komme ud. Men jeg var jo så heldig, at jeg stadigvæk havde Anne og familien og huset at vende tilbage til.

- Så der var et lys for enden af tunnelen. Det betød utrolig meget, at jeg havde noget at vende tilbage til, og at Anne ikke gav op.

Total familieløsning

For Henning Korsbakke betød det meget, at Nørbygård også var et tilbud til hans familie:

- Det er jo en total familieløsning, de tilbyder. Vi har også haft vores børn med på Nørbygård. De kører et børneprojekt deroppe, som vores børn på 7, 10 og 12 år også har været med i. Og de havde meget ud af at tale med behandlerne.

- Det er godt for børnene at samles i en gruppe, hvor alle er børn af misbrugere. Dvs. at det lige pludselig ikke længere er forbudt at snakke om misbrug. De får med andre ord mulighed for at tale åbent om de ting, der går dem på. For i gruppen er der altid nogen, der har oplevet noget tilsvarende.

- Dermed forsvinder følelsen af at være alene i verden. Vores børn udtrykker selv, at de har det godt på Nørbygård, er glade for at være deroppe og gerne vil med derop igen. De har jo også fået nye venner.

De har fået nye sko

For Anne Korsbakke blev det i begyndelsen en hård tid, da Henning tog til Nørbygård;

- Det gik faktisk helt ad Pommern til med mig herhjemme. Henning havde mi-

stet sit arbejde, og jeg kunne slet ikke overskue det hele. For vi havde overhovedet ikke nået at få planlagt noget som helst heller ikke mht. børnepasning. Det var naturligvis medvirkende til, at det koksede helt og aldeles for mig. - Da Henning havde været deroppe i en måneds tid, begyndte vi i parterapi. Jeg havde allerede inden for den første uge været oppe at besøge ham og havde siddet og hygget mig sammen med de andre, som var vældig rare, og nu kom jeg så i kontakt med behandlerne.

- Jeg synes jo egentlig i begyndelsen, at det nok ikke lige var mig. Det var ligesom tilstrækkeligt at sende ham i terapi. Men jeg skulle jo også til at indstille mig på en anden tilværelse. Noget af det første, jeg hørte på en familiedag på Nørbygård var en af behandlerne, som sagde om beboerne: Nu skal de så lære at danse på en anden måde. Så kommer de jo hjem igen, og de har fået nye sko på, men du går stadigvæk rundt og sjosker i dine gamle sko. Så jokker I hinanden over tæerne.

- Den bemærkning ramte faktisk plet hos mig. Jeg indså, at jeg nok også blev nødt til at gøre et eller andet ved mig selv. Så jeg har haft meget glæde af, at der også blev taget fat på min situation. Det har egentlig hjulpet mig utrolig meget.

Sidste udkald

Henning Korsbakke er helt på det rene med, at opholdet på Nørbygård var sidste udkald,

før det var gået rigtig galt:

- Hvis ikke jeg var gået i behandling, så var der næppe gået ret lang tid, før Anne havde smidt håndklædet i ringen. Og så var jeg såmænd nok død af druk. Nu har jeg i stedet fået et andet livssyn og større glæde ved livet. Nørbygård har kort sagt betydet et bedre liv for os.

Anne Korsbakke er helt enig:

- Det har helt klart reddet vores ægteskab. Hvis ikke vi havde været i parterapi deroppe, så havde vi ikke været et par nu, for det havde jeg ikke kunnet magte. Så det har betydet utrolig meget for mig, at Henning har været deroppe. Selvfølgelig er han stadigvæk den dejlige Henning, jeg lærte at kende, men han har forandret sig. Til en lidt mere positiv Henning, og det er godt.

Ikke lutter lagkage

- Nu skal det ikke lyde, som om det er lutter lagkage at være i behandling på Nørbygård. Jeg synes, det er en meget hård proces, ud fra hvad Henning fortæller. Og det har da også været en hård proces for

mig. Man skal arbejde meget og hårdt med sig selv. Men når man først er kommet i gang, så synes jeg faktisk, at det hjælper hurtigt.

Også Henning Korsbakke har respekt for den indsats, der skal gøres:

- Selvfølgelig er det hårdt arbejde. Man er træt, når man går i sin seng om aftenen. Man bliver næsten nødt til at gå i seng kl. 22 hver aften for at kunne holde til at køre da-



gens program igennem næste dag. Så stramt er det. Man skal helst have i hvert fald 6-7 timers søvn for at kunne klare det.

Det er jo ikke slut ...

- Det er jo ikke slut, når man bliver udskrevet fra Nørbygård, fortæller Henning Korsbakke:

- Bagefter er man stadig tilknyttet Nørbygård i en seks måneders udslusnings-

periode, hvor der er opfølgning den første lørdag i hver måned. Og hvis man ikke dukker op til opfølgningerne, er der én fra Nørbygård, der ringer for at høre, hvordan det hænger sammen, og hvordan det går med én.

- Man laver et program for, hvad man skal, når man tager derfra, og der er nogle efterbehandlingstilbud, som man skal deltage i. Anne og jeg er da også stadigvæk i par-

terapi en gang imellem.

- Vi er tilknyttet Nørbygårdforeningens gruppe i Skive, hvor jeg hver anden uge går til ”PFT”, dvs. planlægning og forebyggelse af tilbagefald. Der har vi også en selvhjælpsgruppe, vi selv har stiftet. Vi mødes fem personer hver 14. dag for at tale om alt, hvad vi har behov for at tale om. Det har en vis betydning, fordi jeg sommetider har et stort behov for at snakke, og det er ikke altid, Anne kan rumme alt det, jeg gerne vil tale om. Derfor har jeg et behov for at gå andre steder hen og få luftet ud.

- De uger, hvor jeg ikke er af sted til Skive, bruger jeg AA, så jeg kommer af sted til noget mindst én gang om ugen. Det er i høj grad med til at holde mig ædru. For det er en ren viljesag, når jeg ikke får antabus eller lignende.

Det gav lidt vabler

Efter nogle måneder fik Anne Korsbakke en anden slags problem med at få Henning hjem igen:

- Jeg var faktisk lidt panisk over at få ham hjem. For det første var jeg jo nærmest blevet single igen. Og så havde jeg jo gået i tre måneder og fået min egen rytme. Hver dag gjorde jeg tingene i en bestemt rækkefølge og på en bestemt måde, og så kommer han pludselig og vil til at blande sig i det hele. Det var faktisk svært at få ham hjem igen. For godt nok havde vi mentalt fået nye sko på begge to, men de var endnu ikke gået til. Så det gav lidt vabler til at begynde med.

- Men nu synes jeg, det går vældig fint. Og jeg føler ikke længere som i begyndelsen, at han går i vejen for mig.

Det kunne alle have gavn af

På Nørbygaard udviklede Henning Korsbakke en ny adfærd:

- Man får en anden adfærd, end man havde før. Jeg brugte alkohol til at koble af. Jeg havde dengang et arbejde, som jeg tog med hjem i fritiden. Når jeg kom hjem, brugte jeg et par timer på at lave aftensmad og spise. Derefter gik jeg ind til min computer og arbejdede videre, indtil vi skulle i seng.

- Og når jeg så ikke kunne klare det længere, så drak jeg mig plakatfuld for at komme væk fra det hele. For så var hjernen i hvert fald tømt ud.

Jeg var simpelthen ikke i stand til at tale om noget som helst af det, der foregår inden i mig, uanset om jeg var vred eller ked af det. At kunne tale om sine følelser var et lukket land for mig.

- Det er jeg opdraget til, at man ikke taler om. Så det er noget, der ligger helt tilbage i min barndom – en adfærd, som jeg har indlært, og som i virkeligheden er dybt uhensigtsmæssig. Den adfærd har jeg arbejdet meget med på Nørbygård. Jeg har arbejdet med at kunne åbne mig for andre og fortælle, hvad der sker inden i mig.

- Det er svært. Og jeg vil da i grunden sige, at det sikkert ikke kun er alkoholikere, der har gavn af, at komme en tur på Nørbygård. Det tror jeg da, at alle mennesker kunne have gavn af.

Man dør af det

Henning Korsbakke tilslutter sig helt Nørbygårds filosofi om, at man skal holde sig fra alkohol resten af livet:

- Den filosofi kan jeg sagtens gøre til min. Når jeg havde været i ambulans behandling, holdt jeg mig ædru i halvandet år. Når jeg begyndte at drikke igen, var det fordi jeg skulle være social og være med i et selskab. Det gik også fint den første aften, hvor jeg nøjedes med en flaske rødvin. Men næste dag drak jeg igen en flaske vodka.

- Når man først har været afhængig, så er man afhængig resten af livet. Og hvis man ikke bliver fuldstændig afholdende, så dør man simpelthen af det.

Bliv medlem af NØRBYGÅRDFORENINGEN

Nørbygårdforeningen

er en forening for:

- tidligere og nuværende brugere af Nørbygård
- pårørende
- frivillige medarbejdere
- støttemedlemmer
- andre interesserede

Vi laver aktiviteter,

som er med til at

- øge livskvaliteten
- skabe fællesskab
- opbygge socialt netværk
- forbedre situationen omkring udskrivning

- forebygge nye institutionsophold
Vi mødes f.eks. til hyggeaftener, diskussioner, udflugter og weekend-ture.

Har du lyst til at

- få yderligere oplysninger
- høre om aktiviteter, hvor du bor
- blive støtte medlem
- blive frivillig medarbejder
... så kontakt os!

Årligt medlemskontingent: kr. 50,-.
Gavebidrag indbetales på gironr. 4103653
Foreningsadresse:
Nørbyvej 4, 7730 Hanstholm.
Telefon: 87 27 24 00

Netværkskonsulent Konny Tønder. Tlf. & e-mail se side 2.

Nykøbinggruppen

I Nykøbing går det rigtig godt. Vi er, som alle sikkert ved, samlet 2 gange i måneden. Vi er som regel 20-25 pers. Jeg syntes, det er fantastisk, at vi kan samle så mange mennesker. Vi får lidt godt at spise, og ellers er der socialt samvær. Jeg har indtrykket af, at Konny (Nørbygård) gerne vil have, at der foregår andet end det sociale samvær, som vi foretrækker. Der er flere, der syntes, at der bliver lagt pres på os.

Vi mener i gruppen, at det skal være et sted, hvor vi kan slappe af i venners lag. Hvis der er nogen, der har nogle problemer, de gerne vil have vendt sammen med en eller anden, så har det også kunnet lade sig gøre.

Jeg kan tydeligt huske, da vi startede her i Nykøbing. Det var i Toftegade. Da var vi vel omkring en 10-12 stykker på en god aften, men det blev hurtigt anderledes, så vi måtte finde andre lokaler.

Det var dejligt at komme væk fra det lille køkken.

Det er forhåbentligt slut nu med at flytte rundt; for jeg syntes, vi har det godt på alkoambulatoriet.

Siden sidste Nørbygård Nyt har vi fået en PFT gruppe i gang. Jeg håber, den vil blive en succes. Der har vist kun været et møde, men et eller andet sted skal man jo begynde. Man er blevet enige om, at der skal være et møde om måneden, og det skal være

på en af de andre mandage, hvor der ikke er normal mødeaften. Vi vil ikke have både PFT og "hyggeaften" samme dag.

Det var vist alt fra Nykøbing i denne omgang, men vi vender frygtelige tilbage.

Mvh. Mogens Poetzsch.

Skivegruppen

Så har vi igen taget hul på et nyt og ubrugt år.

I skivegruppen går det stille og roligt med et godt fremmøde. Det svinger ikke meget i antal – 18 til 20 personer i snit.

Vores tirsdagsmøder den 2. tirsdag i hver måned er en social aften, hvor vi hver især taler om dét, der brænder på her og nu. Nogle synes måske, den er for social.

Men så er vi kommet godt

fra start med vores PFT møder i Frivillighedsbutikken i Thinggade 11B hver anden mandag i ulige uger. Der kommer nye til, men vi håber, der vil komme endnu flere, når de er kommet hjem fra behandling.

Vi har et godt indhold i vores møder. Der er altid et emne, hvilket er meget givende.

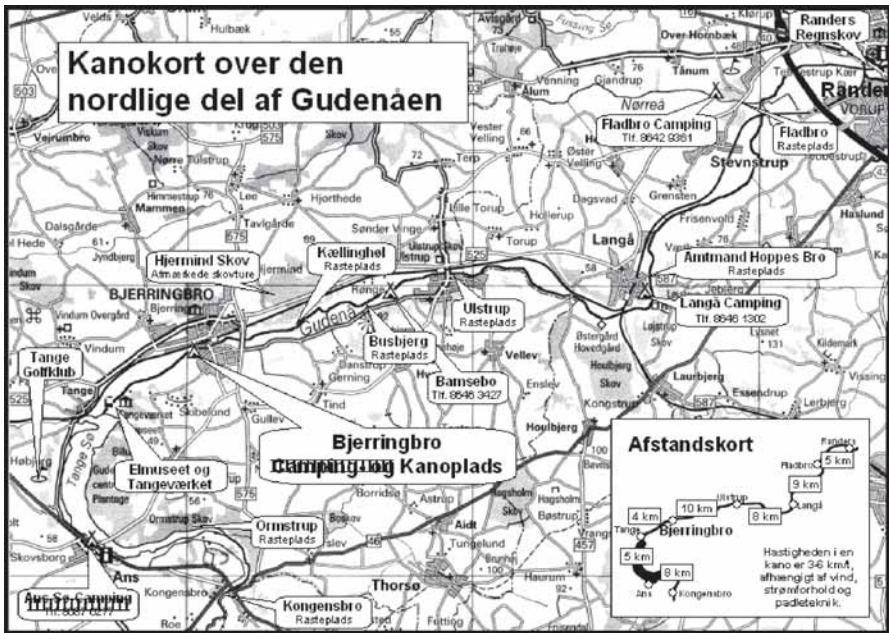
Til slut vil vi lige fra Skivegruppen minde jer om, at Nørbygårdforeningens week-endtur til efteråret går til Kildeborg den 22. 23. & 24. september. Men der kommer nærmere besked.

Dette var alt fra os lige nu. Pas godt på jer selv.

Mange hilsner og varme tanker fra

*Skivegruppen
v/ Agnete Olsen*





Kanotur på Gudenå den 19.-20. & 21. maj 2006

Viborggruppen afholder igen en kanotur på Gudenåen.

Kom og vær med til en sjov og hyggelig weekend.

Vi mødes:

Fredag den 19. maj kl. 17 senest.

Mødested: Bjerringbro Camping (det sædvanlige sted).

Afslutning på turen: Søndag kl. 13 – 14 v/ Fladbro.

Overnatning: Fredag på Kjællinghøl Teltplads, lørdag / søndag på Langå Camping.

Pris for hele turen: Voksne kr. 200,- børn kr. 75,-

Telte, soveposer og liggeunderlag kan lånes ved Nørbygårdforeningen.

Kontakt Arne Christensen på tlf. 26 53 92 56 mellem kl.18,00 – 20,00.

Tilmelding til Peder S. Jensen på tlf.: 87 25 80 18 (bedst mellem kl. 17.00-19,00)

Eller til Nørbygård på tlf.: 87 27 24 00.

Sidste frist for tilmelding er den 30. april 2006.

*Med venlig hilsen
Viborggruppen*

OPFØLGNINGSDAGE & BØRNEDAGE på Nørbygård i 2006

Siden maj 2005 har opfølgningssdagene på Nørbygård også været for børn.

Nørbygård inviterer således

- ◆ tidligere beboere
- ◆ beboere i modul 5
- ◆ pårørende
- ◆ voksne børn
- ◆ børn (ca. 6-17 år)

til Nørbygård på nedenstående datoer og tidspunkter.

lørdag d. 1. april 2006, kl. 10.00 - 16.00

lørdag d. 6. maj 2006, kl. 10.00 - 16.00

lørdag d. 3. juni 2006 kl. 10.00 - 16.00

lørdag d. 1. juli 2006, kl. 10.00 - 16.00

lørdag d. 2. september 2006, kl. 10.00 - 16.00

lørdag d. 7. oktober 2006, kl. 10.00 - 16.00

lørdag d. 4. november 2006, kl. 10.00 - 16.00

lørdag d. 2. december 2006 kl. 10.00 - 14.00.

VIGTIGT

- husk tilmelding senest 1 uge før på tlf. 87 27 24 00 -

Hvis du vil vide mere, så kontakt os gerne!
Anne-Mette Dieckmann - Konny Tønder
Nina Vognsen - Hanne Andersen - Kai N. Christensen

Fra Nykøbinggruppen har Nørbygård Nyt modtaget følgende beskrivelse fra en heldagsoplevelse i dec. 2005 - Billederne er leveret af Anne Grethe Larsen. (Red.)

Til vennerne i Nørbygårdforeningen

Juleafslutning i Nykøbing gruppe

Vi startede med at mødes en 7-8 stykker til borddækning og kaffe/brygning, i Alko-ambulatoriets lokaler omkring kl. 7.30 tiden. Vi har fået nogle dejlige lokaler der.

Og så må vi ryge der.

Ved 9 tiden var der omkring 30 personer samlet ved et flot pyntet bord til fælles morgenmad og hygge, inden turen gik videre til Hjerl Hede.

Vi tog af sted ved 10 tiden, til "heden" som vi havde hørt skulle være så hyggeligt her

ved juletid.

Vi kørte i private biler, og Konny fra Nørbygård var kørende i bussen, som også næsten blev fyldt op. Turen derud tog ca. 45 min. Vejret var med os, høj solskin og en smule sne. Det var bare flot.

Billedet side 21 viser en gammel købmandsgård, som var noget af det første vi så, da vi kom indenfor på Hjerl Hede.

I butikken stod varerne tæt-pakket på hylderne. Det var varer fra forgangen tid. Der var flere ting, som jeg kunne

huske fra min barndom. Jeg er da flere gange blevet sendt til Købmanden efter Ricks kaffeerstatning. Der var også gammeldags skurepulver "Ata," tror jeg, det hed. Ude bagved stod købmandskonen og bagte klejner (vrejne unger) på et kulfyret komfur. Sådant et havde vi også i mit barndomshjem som centralt fyr til hele huset.

Desværre var der ikke åbnet alle steder, men jeg fik da set både bageri, savværk, kirke, herregård og en anden gård.





I bageriet var de godt i gang med at bage småkager og rugbrød, som man så kunne købe. Rugbrødene kostede 30 kr. Det var nogle store ovne, som også blevet fyret op med træ.

På savværket så vi, hvordan man svede store egetræer op til planker ved hjælp af en dampmaskine. Det var nogen snedigt indrettede maskiner, som både savede træet og førte det frem ved hjælp af forskellige former for gevind. Man lavede også selv sine tagpander ved at save og flække træstykker på en bestemt måde. De folk, der stod og lavede tagpanderne, sagde, at de var i hvert fald lige så holdbare som dem, man laver i dag.

Derefter var vi inde at se en

kirke med nogle flottekalkmalerier.

Herefter gik turen videre til en gård, hvor man tidligere på dagen havde slagtet en gris. Den hang lige så flot på sin stige til afkøling for senere at blive parteret og saltet. På et bord ved siden af lå der nogle af indvoldene så som hjerte, lunger, lever, nyrer og flomme. Der stod så en mand og forklarede, hvad de forskellige ting blev brugt til.

Indenfor i huset var man ved at lave medister, og der var også lavet blodpølse, som man kunne smage på, hvis man havde lyst, - jeg sprang over.

Der var også en Herregård, hvor man kunne se, hvordan de boede dengang.

Efter planen skulle vi have været der til 14.30, men vi blev enige om at køre hjem kl. 13.30. Vi havde også set det meste af det, og jeg tror, vi gik og småfrøs mere eller mindre alle sammen.

Jørgen Juhl, Anna Grethe og hendes piger Jane og Gitte var blevet hjemme på ambulatoriet for at lave kaffe, gløgg og aftensmad til os.

Ved ca. 14.15 tiden ankom vi i små hold. Vi var meget glade for den varme kaffe og gløgg med æbleskiver, så der var dømt råhygge. Konny havde gløgg og æbleskiver med fra Nørbygård. Det er en tilbagevendende tradition i julemåneden.

Ca. kl. 16 startede vi med pakkespil. Det er en festlig



forestilling, når vi farer rundt efter pakker og håber på, at vi selv har nogle pakker tilbage, når uret ringer.

Der var lotterispil, som Niels Christian havde arrangeret. Der var nogle gode og nogle mindre gode gevinster. De "mindre gode" gevinster var f.eks. afrydning efter kaffe, borddækning, afrydning efter spisning osv. Det var bare genialt fundet på. Det

frembragte megen latter.

Ved 18.30 tiden var det spisetid for 35 voksne og børn. Vi startede med den fine flæskkesteg med diverse tilbehør samt ris a la mande i forskellige udgaver på grund af smags og helbredsmæssige årsager. Ris a la manden havde Betina og Erik stået for. Det var bare alle tiders menu. Uhhmmmm.

Ved ca. 21.30 tiden var det

tid til oprydning, og der var som sædvanlig mange hjælpende hænder, så det tog ikke lang tid.

Alle var enig om, at det havde været en dejlig dag med en masse dejlige oplevelser.

*Med venlig hilsen
Johny, Anna Grethe
og Mogens
Nykøbing gruppen*

Nørbygårdforeningen



Nørbygård

- det handler om et godt liv
- også for de pårørende

Når du prøver på at kontrollere det, du ikke har magt over, mister du kontrollen over det, du har magt over.

Det menneske, som lider af medafhængighed, udvikler fysiske, psykiske og sociale symptomer under forsøget på at tilpasse sig og kompensere for den smerte det er at leve med medafhængighed.

Pårørende- og familiekurser

for beboere på Nørbygård og pårørende i 2006:

Fredag - lørdag - søndag den 7. - 8. - 9. april 2006

Fredag - lørdag - søndag den 26. - 27. - 28. maj 2006

Fredag - lørdag - søndag den 7. - 8. - 9. juli 2006

Fredag - lørdag - søndag den 8. - 9. - 10. september 2006

Fredag - lørdag - søndag den 20. - 21. - 22. oktober 2006

Fredag - lørdag - søndag den 24. - 25. - 26. november 2006.

Tilmelding senest en uge før på tlf.: 87 27 24 00

Pårørende- og familiekurserne afvikles på Nørbygård

Har du spørgsmål dertil, kontakt venligst:

Nina Vognsen

Tlf. 87 27 24 00 eller 87 27 24 09



NØRBYGÅRD CENTRET
Nørbyvej 4
7730 Hanstholm



- HJÆLP OS AT HJÆLPE -

Overskuddet går ubeskåret til
humanitært og socialt arbejde

Genbrugscentret modtager gerne
salgbart tøj og ting. - Kontakt os!

Åbningstider:

Tirsdag - fredag.....kl. 10-17

TØJ - SKO - MØBLER
TING OG SAGER

Byens billigste priser...

MOLEVEJ 28 - HANSTHOLM
TLF. 97 96 28 58



Hanstholm Afd.

Nørbygårdforeningen



- en del af KFUMs sociale
arbejde i Danmark

Lev med omtanke

»For at få pæne læber
skal du sige venlige ord.

For at få pæne øjne
skal du se det bedste
i andre mennesker.

For at få en slank figur
skal du dele din mad
med andre.

For at få et pænt hår
skal du lade et barn
stryge sine fingre
igennem det.

For at få en
naturlig værdighed
skal du tænke på,
at du aldrig er alene.

For at få pæne hænder
skal du række dem frem,
når nogen trænger
til en hjælpende hånd.«

Ukendt forfatter



Aktivitets-tilbud

Thisted

Vi mødes i gruppen den 1. og den 3. tirsdag
i måneden kl. 18,30. (Døren åbnes kl. 17)
Adr: Farverstræde 2, 7700 Thisted.
Ønskes yderligere oplysninger vedr. program,
mødested m.v. så kontakt
Pia Adelsten, tlf.: 97 92 05 37.
Lokal PFT møde 3. tirsdag i mdr. kl. 17,30-18,30.

Nykøbing

Vi mødes den 1. og 3. mandag i mdr.
kl. 18,30 på adressen:
Ringvejen 46 A+B, 7900 Nykøbing.
Tilmelding skal ske fredagen før
til Torben Jensen tlf. 97 72 27 81 eller 23 23 92 81
Lokal PFT møde sidste mandag i mdr. kl. 18,30-20.

Skive

Vi mødes den 2. tirsdag i mdr.
på: Resenvej 17, Skive.
Vi starter kl. 17,30 med
fælles spisning kl. 18,30.
Kontaktperson:
Knud Erik Sørensen tlf: 97 53 12 07.
*Lokal PFT-møde mandage i ulige uger kl. 19-21
på adr.: De Frivilliges Hus, Thinggade 11 B.*

Viborg

Vi mødes i gruppen onsdage i ulige uger.
Adr.: De Frivilliges Hus, Vesterbrogade 1, 8800 Viborg.
Tid: Vi åbner kl. 18.
Der er fælles spisning kl. 18,30 i Medborgerhuset.
Husk tilmelding til fælles spisning
senest mandagen før.
Kontaktperson:
Ove Raahede tlf. 97 85 49 57.
*Lokal PFT møde:
hv. 4. onsdag (ulige uger) kl. 19 - 20,30.*

Depot:

For udlån af lejrudstyr, service m.m.
Kontakt Arne Christensen på tlf.: 26 53 92 56.

Aktivitets-tilbud

NØRBYGÅRDFORENINGEN

Kanotur på Gudenåen

Den 19. 20. & 21. maj '06

Pris: voksne kr. 200,- børn kr. 75,-

Tilmelding: Peder S. Jensen

tlf. 87 25 80 18 ml. 17 - 19.

Se i øvrigt opslag inde i bladet.

Arr.: Viborggruppen.

Nørbygårdforeningens Sommertur

Lørdag den 15. - lørdag den 22. juli '06 (Uge 29)

Til "Degnetofte", Vester Vedsted, 6760 Ribe.

Pris:

kr. 900,- for voksne. Børn kr. 350,-

Tilmelding:

Senest 1. juni '06 på tlf.nr.: 87 27 24 00

Se i øvrigt opslag inde i bladet.

Arr.: Ferieudvalget, Nørbygårdforeningen.

Nørbygårdforeningens efterårsweekendtur 2006:

Sæt X i kalenderen allerede nu

d. 22. til 24. sep. '06

Sted: "Kildeborg."

Yderligere informationer om turen kommer senere.

Arr.: Nørbygårdforeningen, Skivegruppen.

Nørbygårdforeningens generalforsamling

På Nørbygård fredag den 5. maj 2006 kl. 18.

Dagsorden

se forrest i bladet

**Tilmelding senest fredag d. 28. april
på 87 27 24 00**

NØRBYGÅRD

Selvhjælpsgrupper for pårørende:

Viborg:

Adresse: Vesterbrogade 1, Viborg.

Tid: Onsdag i ulige uger. Der åbnes kl. 18.

Selvhjælpsgr. starter kl. 19 - 20,30.

Thisted:

Adresse: Farverstræde 2, Thisted.

Tid: Hver onsdag i lige uger.

Kl. 19,00 - 21,00.

Skive:

Adresse: Resenvej 17, Skive.

Tid: 2. tirsdag i hver mdr med mad kl. 18,30

*Yderligere oplysninger fåes ved
henvendelse til Nina Vognsen på tlf.*

87 27 24 00 eller 87 27 24 09

*- bedst man-/ onsdag kl. 8,45-9,45
og tirsdag kl. 16-18.*

E-mailadresse: sinnv@vibamt.dk

OPFØLGINGS- og BØRNEDAGE 2006

for tidligere beboere og pårørende
til tidligere beboere

lørdag d. 1. april 2006, kl. 10.00 - 16.00

lørdag d. 6. maj 2006, kl. 10.00 - 16.00

lørdag d. 3. juni 2006 kl. 10.00 - 16.00

lørdag d. 1. juli 2006, kl. 10.00 - 16.00

lørdag d. 2. september 2006, kl. 10.00 - 16.00

lørdag d. 7. oktober 2006, kl. 10.00 - 16.00

lørdag d. 4. november 2006, kl. 10.00 - 16.00

lørdag d. 2. december 2006 kl. 10.00 - 14.00.

VIGTIGT - HUSK: Tilmelding

senest en uge før på tlf.

87 27 24 00

*Hvis du vil vide mere, så kontakt os gerne:
Anne-Mette Dieckmann, Konny Tønder, Nina
Vognsen, Hanne Andersen, Kai N. Christensen*

Nørbygårdforeningen

Nørbygårdforeningen er en støtteforening for de mennesker, der modtager Nørbygårds tilbud. Et væsentligt formål er at lave aktiviteter, der fremmer livskvaliteten for foreningens medlemmer, deres pårørende og ikke mindst deres børn.

Heri ligger også et ønske om at forebygge nye institutionsophold.

Aktiviteterne afvikles i et alkoholfrit og rusfrit miljø.

Endvidere er det foreningens mål, at det frivillige sociale arbejde prioriteres højt samt at sikre foreningens uafhængighed i forbindelse med indtægtsgivende aktiviteter.

Nørbygårdforeningen har aktiviteter i hele Viborg amt, og aktiviteterne afvikles i flg. byer:

Thisted-lokalgruppe, Farverstræde 2, 7700 Thisted.

Nykøbing-lokalgruppe, Ringvejen 46A+B, 7900 Nykøbing Mors.

Skive-lokalgruppe, Resenvej 17, 7800 Skive.

Viborg lokal-gruppe, Vesterbrogade 1, 8800 Viborg.

Har du lyst til at være med - så kontakt os!

Nørbygårdforeningen, Nørbyvej 4, 7730 Hanstholm.

Tlf. 87 27 24 00, fax. 87 27 24 27.

Giro 4 10 36 53, CVR/SE-nr. 25 85 04 91.

www.noerbygaardcentret.dk

e-mail: noerbygaardforeningen@vibamt.dk

KLIP UD



NØRBYGÅRDFORENINGEN

Nørbyvej 4 . 7730 Hanstholm - tlf. 87 27 24 00

Navn: _____

Adresse: _____

Tlf.: _____

- Jeg vil gerne være medlem af Nørbygårdforeningen
- Jeg vil gerne være frivillig medarbejder
- Jeg vil gerne vide mere om Nørbygård
- Jeg vil gerne være støttemedlem af KFUM's sociale Arbejde i Danmark

NØRBYGÅRD

*- det handler om et godt liv
- også for de pårørende !*

Nørbygård er et center for alkohol-behandling i Viborg amt. Vi tilbyder døgnbehandling til mennesker, der er afhængige af alkohol og piller. Ofte er det familie og arbejdsplads, der skal bidrage til, at den afhængige får en øget erkendelse og vælger at gå i behandling.

Vi opfatter alkoholisme som en familie-sygdom, hvor hele familien påvirkes af at leve sammen med en alkoholiker. Derfor tilbyder vi samtaler og kurser til de pårørende, hvor der er fokus på medafhængighed.



Hvorfor døgnbehandling på Nørbygård?

- ◆ Fordi du ikke skal ødelægge dit liv
- ◆ Fordi du ikke skal ødelægge samlever/-ægtefælle og dine børns liv
- ◆ Fordi du skal undgå at miste din familie, dit arbejde og dine venner
- ◆ Fordi du derved kan blive en bedre arbejdskraft
- ◆ Fordi du har behov for at styrke din selvværdsfølelse

Velkommen til Nørbygård!

Kontakt os og få information om vores tilbud:

NØRBYGÅRD

Nørbyvej 4

7730 Hanstholm

Tlf. 87 27 24 00

Fax. 87 27 24 27

www.noerbygaardcentret.dk

E-mail: noerbygaard@vibamt.dk

Centerleder: Erik Jeppesen

Alkoholbehandlingen udføres af et veluddannet og engageret medarbejderteam, som har mange års erfaring i behandling af alkoholikere. Flere medarbejdere er tidligere alkoholikere og har relevant efteruddannelse.

NØRBYGÅRD - en del af KFUM's sociale arbejde i Danmark
