

# NØRBYGÅRD NYT

-om menneskelige netværk

Nr. 1, 2005, 16. 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  
Bente Pedersen  
Johnny Larsen  
Bendt Thøgersen  
Sanne Rasmussen  
Henning Pedersen  
Kai N. Christensen

### REDAKTION:

Inga Pedersen (ansvarsh.)  
*sinip@vibamt.dk*

### SATS & TRYK:

ThyboGrafen/Hanstholm Bogtrykkeri

**OPLAG:** 1000 eksemplarer

**GIRO NR.:** 4 10 36 53

### ADRESSE:

Nørbyvej 4, 7730 Hanstholm  
*noerbygaardforeningen@vibamt.dk*  
*www.noerbygaardforeningen.dk*

### NØRBYGÅRD NYT

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

Deadline for indlæg til næste  
nummer af Nørbygård Nyt:  
**4. maj 2005**

## 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: 97 96 19 44  
Telefax: 97 96 19 08  
Beboere: 97 96 17 20

### NETVÆRKS-KONSULENT:

Kai Christensen: 40 40 19 44

### PÅRØRENDE-KONSULENT:

Nina Vognsen: 97 96 19 44  
*email: sinnv@vibamt.dk*

### ADRESSE:

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



**Viborg Amt**

# Indbydelse til generalforsamling Nørbygårdforeningen

Tiden er igen inde til at gøre status i vor forening. Alle i Nørbygårdforeningen indbydes til generalforsamling på Nørbygård:

**Fredag den 29. april 2005, 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 2004.
6. Valg af bestyrelsen
7. Valg af revisorer.
8. Indkomne forslag.
9. Eventuelt.

*-fortsættes næste side-*

## INDHOLD:

Indbydelse til generalforsamling ...:	3-4
Nørbygårdforeningens profil: .....	5
Nørbygårds årsredegørelse: .....	6-8
Farvel (digt): .....	9
25 års jubilæum: .....	10

Nyt projekt: .....	11
Midtvejshuset: .....	12
Weekend-folder: ....	13-16
Lokal-Nyt: .....	17
Sommertur: .....	18
At komme ud: .....	20-21
Aktivitets-tilbud: ....	21-22



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. 9796 1944, senest fredag den 23. april 2005.

### Mulighed for overnatning.

Da mange af foreningens medlemmer kommer langvejs fra, vil der være mulighed for

overnatning i de bedst tænkelige rammer. Medbring sovepose eller lignende. Husk tilmelding til eventuel overnatning, ligeledes senest den 23. april 2005.

*Velmødt til en god  
generalforsamling på Nørbygård.*

**Bestyrelsen.**

## Nørbygård får egen hjemmeside

Mens dette skrives, er Nørbygårds egen hjemmeside endnu i støbeskeen, men når det læses, forventes det, at hjemmesiden er søsat.

Den rummer allerede fra starten en masse oplysninger om Nørbygård, f.eks. beskrives behandlingstilbud, mål og værdigrundlag. Der er brochurer til download, ligesom man

kan finde status- og udviklingsplaner. Man kan læse om optagelsesprocedure og økonomi, og der er en mail- og telefonnøgle. Siden udbygges også med nyttige links.

Adressen benytter de nye muligheder for danske tegn: [www.nørbygård.dk](http://www.nørbygård.dk)

*Webmaster*

## 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 støttemedlem
- blive frivillig medarbejder  
... så kontakt os!

Årligt medlemskontingent: kr. 50,-.  
Gavebidrag indbetales på gironr. 4103653  
Foreningsadresse:  
Nørbyvej 4, 7730 Hanstholm.  
Telefon: 97 96 19 44

# Nørbygårdforeningens profil

## Data

<b>Navn:</b>	Nørbygårdforeningen
<b>Adresse:</b>	Nørbyvej 4, 7730 Hanstholm, tlf. 9796 1944.
<b>Homepage:</b>	<a href="http://www.noerbygaardforeningen.dk">www.noerbygaardforeningen.dk</a>
<b>E-mail:</b>	<a href="mailto:noerbygaardforeningen@vibamt.dk">noerbygaardforeningen@vibamt.dk</a>
<b>Geografisk område:</b>	Hovedsageligt Viborg amt, men med medlemmer i hele landet.
<b>Antal medlemmer:</b>	ca. 319
<b>Målgruppe:</b>	Brugere/tidligere brugere af Nørbygård, familie, pårørende og andre berørt af misbrug af rusmidler.
<b>Formål:</b>	At lave aktiviteter, der fremmer livskvaliteten i et alkoholfrit og rusfrit miljø.
<b>Bestyrelse:</b>	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. Der 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. I samarbejde med Nørbygårds netværkskonsulent udbydes kurser for frivillige medarbejdere, 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 2004

## **Familie-lejr:**

75 personer, heraf 24 børn, deltog i den traditionsrige familielejr, som i 2004 gik til Møn. 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.

## **Weekendture:**

Der blev afholdt weekendtur nr. 26 og 27 i 2004 med henholdsvis ca. 90 og 50 deltagere. Det var rigtig gode ture med mange børn og i det hele taget en stor aldersspredning.

## **Fælles-aktiviteter:**

Også i 2004 var der stor adventsfest på Nørbygård for foreningens medlemmer.



Omkring 100 personer var mødt op og oplevede den levende musik, den hyggelige atmosfære og det store fællesskab. Viborggruppens kanotur og fisketur samlede ca. 55 deltagende børn og voksne.

## **Nørbygård Nyt:**

4 gange årligt udsendes medlemsbladet Nørbygård-Nyt. Her fortælles om foreningens aktiviteter og nyt fra lokal-grupper 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 2004 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 2004:**

Den budgetterede omsætning for 2004 lød på kr. 257.500. Årets omsætning blev på kr. 239.172,97 og gav et underskud på kr. 32.821,64 som overføres til år 2005.

### **Nørbygårdforeningens hjemmeside:**

Informationer er tilgængelig på Nørbygårdforeningens hjemmeside:  
noerbygaardforeningen.dk.

### **Genbrugsbutik:**

Nørbygårdforeningen 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 startede en ny type efterbehandlingsgrupper, lokal-PFT, som i sit koncept ligger i naturlig forlængelse af behandlingen på Nørbygård. Disse grupper er fortsat i 2004. Der var ved udgangen af 2004 3 aktive grupper. Desuden 3 aktive selvhjælpsgrupper for pårørende.

### **Medlemmer:**

I 2004 var antallet af medlemmer ca. 319 personer/ husstande.

### **Lokal-grupper:**

Der findes 4 lokal-grupper, som på forskellig vis har fungeret godt i 2004. Der har også i år været en stor aktivitet på tværs af grupperne - til styrkelse af netværket.

### **Thisted-lokalgruppe:**

2004 har været et år med god trivsel i Thisted lokalgruppe. Mødeaftner 1. og 3. tirsdag i måneden. Vi har fortsat lagt vægt på, hvordan vi tager imod nye medlemmer. Signa og Per lagde have og grill til en hyggelig sommeraften med spisning. Den 1. tirsdag i måneden er der almindelig lokal-gruppeaften. Desuden mødes vi også den 3. tirsdag i måneden. Starter kl. 17.30 med PFT-møde og kl. 18.30 er der mad. Det har fungeret godt nu i 1 1/2 år og det vil fortsætte. Vi vil også prøve at komme mere "ud af huset". Vi er i gennemsnit 20 personer til gruppens arrangementer. I efteråret arrangerede vi en dejlig weekendtur til Vorupør med ca. 50 deltagere.

### **Nykøbing-lokalgruppe:**

Nykøbing-gruppen samles den 1. og 3. mandag i hver måned, hvor medlemmerne laver mad og kaffe som bliver indtaget i hyggeligt samvær. Det er også blevet til 2 bowling-aftner i Jesperhus og grillaften hos et af medlemmerne. Derudover har gruppen deltaget i 2 weekendture, hvoraf den ene gik til Venø og den anden til Vorupør. Dertil kommer Nørbygårdforeningens sommerferietur til Møn, hvor gruppen var med. Gruppen bruger nu misbrugscentrets lokaler, Ringvejen 46 A+B, Nykøbing.

### **Skive-lokalgruppe:**

Mødested: Alkoholambulatoriet, Resenvej 17, 7800 Skive, 12 gange om året, den





2. tirsdag i hver måned. Vi mødes til socialt arbejde, støtte og omsorg til de mennesker, der har haft et misbrug (alkohol, piller m.v.). Disse mennesker har lige så meget brug for hjælp og samtale, som de, der endnu ikke har erkendt det. Der er altid pænt fremmøde, 15 - 25 i snit. Gruppen har i 2004 haft en interessant historisk byvandring.

Vi i Skive-gruppen har mistet Jens Kronborg, han gjorde et stort stykke arbejde i Nørbygårdforeningen, bl.a. sørgede han for, at vi kunne låne lokale i Frivillighedsbutikken, Thinggade 11 B, 7800 Skive, til møde ang. PFT (Planlægning af Forebyggelse af Tilbagefald). Disse aftner forsøger vi at holde i hævd.

Ellers har der været:

1) Forårstur til Venø  
2) Sommerferietur til Møn, Liselund

3) Efterårsweekendtur til Vesterhavsgården, Vorupør.

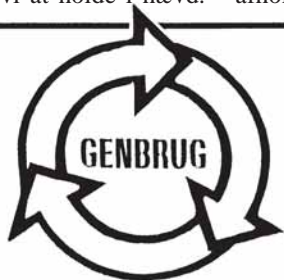
Dette er for alle medlemmer m/familie. I Januar 2004 var 100 personer fra forskellige foreninger til en fin aften i Skivehallen, som tak for indsats og engagement i frivilligt socialt arbejde.

### Viborg-lokalgruppe:

Gruppen mødes hver onsdag i ulige uger, på adressen Trekronervej 10, 8800 Viborg. Vi starter med et "P.F.T" møde for tidligere misbrugere, og vores pårørende gruppe mødes ligeledes. Disse møder afholdes fra kl. 18.00 - 19.30.

Herefter samles vi alle til fællesspisning og social samvær. Der deltager ca. 25 voksne og enkelte børn pr. gang. Udover de faste møder har gruppen i 2004 arrangeret en kanotur på Gudenåen med deltagelse af 17 personer samt en familie-fisketur til Hee Familiepark hvor der deltog 35 prsoner. 10 personer var en tur i "Viborg-revyen", 20 personer var til bowling og i december var der juleafslutning og pakkespil med 40 personer. Mellem jul og nytår var der lokal-PFT med 6 deltagere. I gruppens weekendtur til Venø var der deltagelse på ca. 90 børn og voksne.

*Kai N. Christensen.*



### Åbningstider:

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

TØJ - SKO - MØBLER  
TING OG SAGER

*Byens billigste priser...*

**MOLEVEJ 28 - HANSTHOLM**  
**TLF. 97 96 28 58**

## - HJÆLP OS AT HJÆLPE -

Overskuddet går ubeskåret til humanitært og socialt arbejde

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



Hanstholm Afd.

Nørbygårdforeningen



- en del af KFUMs sociale arbejde i Danmark



# Farvel

*Det er så svært at sige farvel til en gammel ven,  
men tiden den er kommet, inden du slår mig ihjel.  
Du blændede mig med kys fra dine våde læber,  
imens du tog mine børn, min familie, mine venner.  
Jeg troede, du gav mig glæde, når livet det var trist;  
du fik mig til at græde, kaste op - dø til sidst.  
Du er blot en bedrager, en løgner, en dræber;  
jeg håber aldrig mere at kysse dine læber.  
Ja, livet kan være trist og grå og skidesvært,  
men det er mit liv, og jeg vil lære at have det kært.  
Så jeg må sige farvel til dig - øl, vin og gammel sprut...  
Farvel inden det lykkes dig mit liv at tage til slut.*

*En ny ven har jeg nemlig fundet på Nørbygård i Thy,  
som hjælper mig med at blive stærk, så jeg kan leve på ny.  
Vi kæmper side om side, og lykkes skal det nok  
trods vrede, angst og ubehag, så vil han mig det godt.  
Min nye ven er omsorg og selvtillid og tro;  
i min nye vens arme fornemmer jeg at gro:  
at holde af mig selv, at finde livets ro.  
Han giver mig ædruelighed, hvis jeg vil tage imod  
og tro og håb og kærlighed, så jeg kan råde bod  
på alt det kaos, jeg har skabt  
den gang, jeg på dig troede...*

*Så tak, min nye ven, og styrk mig frem i livet,  
så jeg kan favne om min selvrespekt og dem, jeg har taget for givet.  
Hold mig fast på min nye vej og slip mig ikke igen;  
bevis nu for mig, at det er Mig,  
der er min vigtige ven.*

*Anette Kjær - 2004.*

# Nørbygård fejrer 25 års jubilæum

Nørbygård kan til efteråret fejre 25 års jubilæum. Den første beboer blev indskrevet i august 1980, og siden har hundredevis af mennesker haft et ophold på Nørbygård.

Det, synes vi, skal fejres, så derfor har vi planlagt at markere Nørbygårds 25 års jubilæum med en reception:

**Fredag den 9. september 2005  
kl. 11,30 - 15,00.**

*Alle er velkomne - og det gælder også tidligere beboere og pårørende. For uden jer havde der ikke været nogen god grund til at fejre 25 års jubilæum!*



*Erik Jeppesen  
centerleder.*

## Opfølgningsdage på Nørbygård i 2005

- for tidligere beboere og pårørende til tidligere beboere.

lørdag d. 2. april 2005, kl. 10.00 - 16.00

lørdag d. 7. maj 2005, kl. 10.00 - 16.00

lørdag d. 4. juni 2005, kl. 10.00 - 16.00

lørdag d. 6. august 2005, kl. 10.00 - 16.00

lørdag d. 3. september 2005, kl. 10.00 - 16.00

lørdag d. 1. oktober 2005, kl. 10.00 - 16.00

lørdag d. 5. november 2005, kl. 10.00 - 16.00

lørdag d. 3. december 2005, kl. 10.00 - 14.00

**HUSK - Tilmelding senest 1 uge før på tlf. 97 96 19 44**

**Hvis du vil vide mere, så kontakt os gerne:**

**Anne-Mette Dieckmann, Nina Vognsen, Kai N. Christensen**

# Nyt projekt på Nørbygård

## Børn & Unge på Nørbygård

På Nørbygård er vi allerede godt igang med projektet: "Børn i familier med alkoholmisbrug". Projektet er støttet af Sundhedsministeriet og løber frem til 2008.

Vi ønsker at få kontakt med alle Nørbygårds brugeres børn og unge under 18 år.

Vi ved, at det påvirker børnene, når der er alkoholmisbrug i familien.

### Ikke barnets skyld

Dette vil vi gerne fortælle børnene og de unge. Det er ikke barnet eller den unges skyld, at far eller mor drikker....

### Barnets historie

Det er vigtigt, at barnet eller den unge får sat ord på sine oplevelser af at vokse op i en familie med alkoholmisbrug.

### Mødes med andre

Det er ligeledes vigtigt, at barnet eller den unge møder andre, som er i en lignende situation.

Dette og meget mere vil vi sikre kan foregå, mens den voksne er i behandling på Nørbygård.

Allerede nu har vi kontakt med mange børn/ unge og deres forældre i form af samtaler. Desuden vil vi også fremover lave aktiviteter på tværs lignende aktivitetsdagen i uge 7.

### Aktivitetsdag for børn, unge og deres forældre på Nørbygård

Mandag den 14. februar blev der afholdt aktivitetsdag for børn, unge og deres forældre. Der deltog 6 beboere, 1 voksen pårørende, 10 børn i alderen fra 2 år til 14 år.

Dagen startede med at alle tog til Vigsø Bugt Feriecenter for at bade. Der blev badet, leget og grinet hele formiddagen. Derefter gik turen hjem til Nørbygård, hvor der blev spist frokost i de forskellige afdelinger. Eftermiddagen startede kl. 13.00, hvor der var arrangeret skattejagt rundt om legepladsen på Nørbygård.

Der blev kåret en vinder, hvorefter alle fik en lille præmie. Herefter gik børn og voksne over på Molevej 17, hvor der blev malet flotte malerier, lavet grise og hvaler, som fik en tur i ovnen.

Vi sluttede dagen af sammen i pejsestuen med varme boller og pølsehorn.

### Grupper

Det næste vi planlægger er at kunne tilbyde børn/ unge deltagelse i grupper, der passer til deres alder m.v.

Vi ser frem til at møde rigtig mange børn, unge og deres forældre fremover.

*Hilsen*

*Hanne Andersen,  
projektmedarbejder  
& Kai N. Christensen,  
projektleder*





# Midtvejshuset

## - Nørbygårds nye efterbehandlingsbotilbud!

Som nævnt i det tidligere nr. af Nørbygård Nyt er det lykkedes Nørbygård at få goodwill til at oprette et nyt efterbehandlingsbotilbud på Mølevej 32, Hanstholm - kaldet Midtvejshuset.

Midtvejshuset er indrettet i en 210 m<sup>2</sup> stor to-plans villa med gode faciliteter og med 4 gode enkeltværelser. Og det er glædeligt at konstatere, at Midtvejshuset allerede i løbet af februar måned er blevet fyldt op med 4 logerende, så der nu er liv i huset.

Til huset er knyttet en fuldtids pædagogisk stilling i hvilken Ib Hjort, Thisted, er blevet ansat med virkning fra 1. februar '05.

Tillykke med ansættelsen, Ib, - vi glæder os til samarbejdet i tiden fremover.

*Medarbejderteamet,  
Nørbygård.*

*Små ting er små ting  
men troskab i små ting  
er en stor ting*

# Nørbygårdforeningen

indbyder hermed til:



FORÅRS -WEEKENDTUR

til

# KILDEBORG

FRA FREDAG DEN 8. april 2005  
TIL SØNDAG DEN 10. april 2005

# FORÅRS- WEEKENDTUR til KILDEBORG

**FRA FREDAG DEN 8. april 2005  
TIL SØNDAG DEN 10. april 2005.**

*For beboere, tidligere beboere, samtlige medlemmer og brugere af Nørbygårdforeningen samt ledsagere og børn.*

- Mødetid:** Ankomst og indkvartering  
mellem kl. 15.00 - 17.00
- Mødested:** Kildeborg, Kildeborgvej 6, Vile, Roslev.  
Tlf. 97 73 17 69.
- Afrejse:** Søndag den 10. april efter frokost  
og oprydning.
- Deltagerpris:** Hele weekenden kr. 100,-  
Fredag kr. 25,-  
Lørdag kr. 50,-  
Søndag kr. 25,-
- Tilmelding:** Senest søndag den 3. april til Nørbygård,  
tlf. 97 96 19 44 eller til lokalgruppen i Skive  
til Knud på tlf. 97 53 12 07
- Praktisk:** Husk at medbringe sengetøj, håndklæder,  
badetøj m.v. - Og så lige det gode humør.

# Program

## **Fredag den 8. april 2005.**

- Kl. 15 - 17 : Ankomst og indkvartering.
- Kl. 18,00: Aftensmad, hvor Nørbygård vil være vært.  
Herefter hygge og socialt samvær.

## **Lørdag den 9. april 2005.**

- Kl. 08,00 Morgenmad
- Kl. 10,00 Til fri afbenyttelse.
- Kl. 12,00 Frokost.
- Eftermiddag Badeland.
- Kl. 18,30 Gallamiddag  
(ingen krav til påklædning eller udseende)
- Aften: Underholdning + natmad.

## **Søndag den 10. april 2005.**

- Kl. 8,00 Morgenmad - herefter frit slaw.
- Kl. 12,00 Frokost, evaluering og oprydning  
med tak for denne gang.

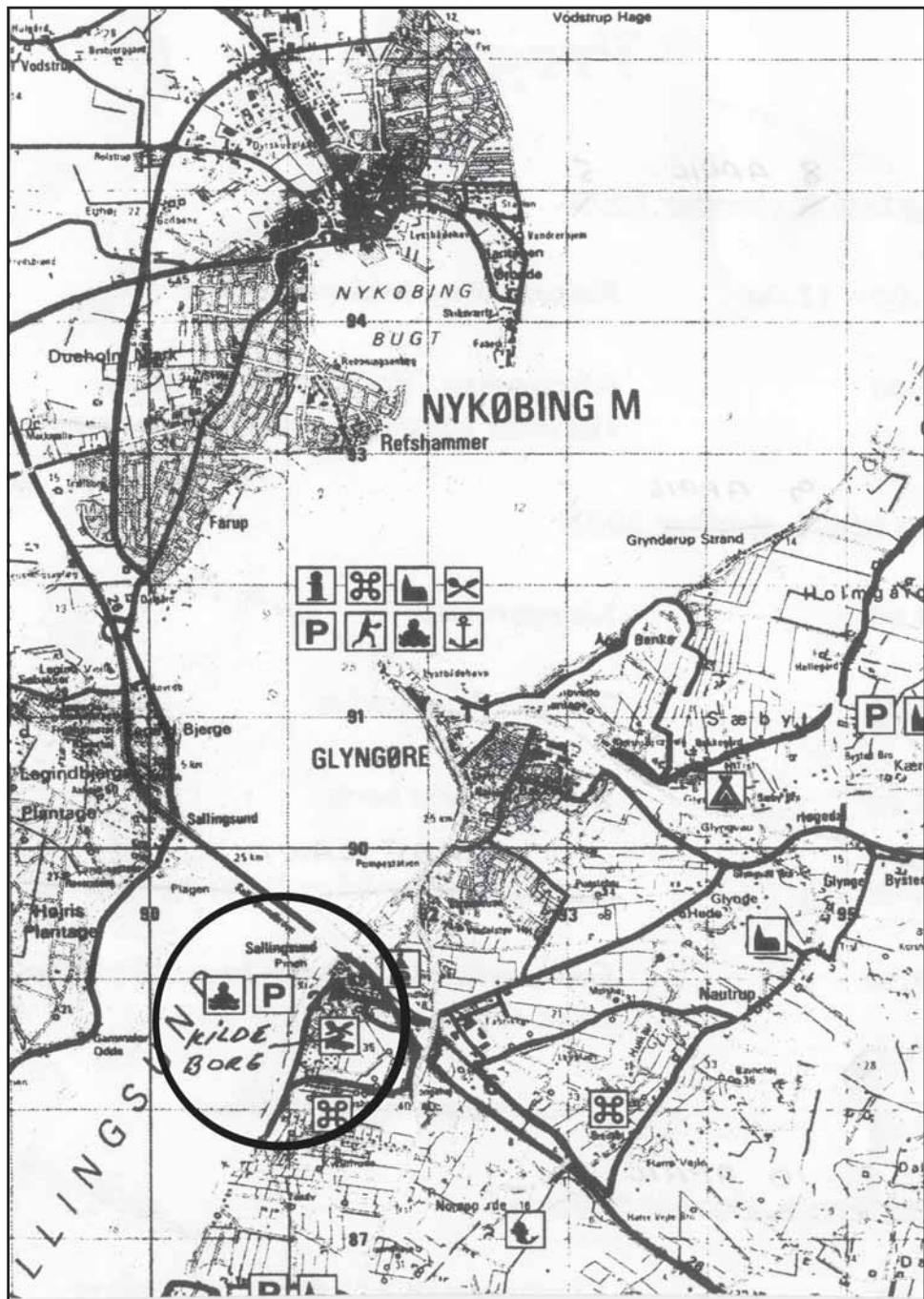
---

***Arr. Skive lokalgruppe.***

---

*Hvis du benytter bustransport: Der er forbindelse til / fra Skive - Thisted med VAFT rute 40, og Thisted / Hanstholm rute 23.  
Bussen stopper ved Glyngøre Camping. Herfra er der ca. 1½ km til Kildeborg.  
VAFT X-bus rute 926 kører til Nykøbing Mors Rutebilstation.  
Aftal evt. afhentning med Knud på tlf. 97 53 12 07.*





# Lokal-Nyt

## Nykøbinggruppen

Lige et par ord her fra os i Nykøbinggruppen.

Siden sidst har vi skiftet til andre lokaler. Vi holder nu til i MisbrugsCentrets lokaler (Alkoholambulatoriet).

Adressen er Ringvejen 46 A+B, Nykøbing.

Her holder vi vores møder, og der kommer 10-15 personer hver gang. I december holdt vi 2 møder. Det ene var med pakkespil og æbleskiver med gløgg, som Kai kom med. Tak for det.

Det andet var om eftermiddagen og aften med kaffe og spil. Og så med julemiddag og det hele.

Og nu er vi så startet med det nye år med ca. samme antal. Men vi kan godt være flere...

*Mange hilsner til jer alle fra os i Nykøbing.*

*Og god påske.  
Jørgen juhl.*

## Skivegruppen

Et nyt og ubrugt år står foran os - og det vil vi prøve at få

*Når din samvittighed fordømmer dig, og du intuitivt vil flygte, da er øjeblikket inde til at sadle om*

det bedste ud af.

Her i vores lille stabile Tirsdags-gruppe går det stille og roligt. Vi har pænt fremmøde - ca. 20 i snit. Vi udveksler erfaringer, griner og kommenterer på godt og ondt.

Vi har haft julehygge - og ellers ser vi frem til at skulle arrangere weekendturen her i foråret til Kildeborg.

Sæt X i kalenderen - se annoncen i bladet.

Vores lokale P.F.T.-møder i Frivillighedsbutikken, Thinggade 11 B, der er hveranden mandag i lige uger, lader vi stå i bero, da der er ringe tilslutning. Men de kan tages op igen, hvis det er ønskeligt.

I stedet vil vi foreslå at mødes den anden tirsdag i måneden kl. 17,30 på Resenvej 17. (Det er samme dag, som der er fællesspisning).

Det var alt fra os - pas på jer selv.

*De varmeste hilsner til alle*

*fra Skivegruppen  
v/ Agnete Olsen.*

## Viborggruppen

Kanotur på Gudenåen fra fredag den 27.5 til søndag den 29.5.

Vi mødes enten i Bjerringbro senest kl. 18 eller på Kællinghøl Teltplads, hvor vi skal overnatte. Besked herom kommer senere.

Vi har bestemt, at vi i år slutter i Fladbro; vi vil være der ca. kl. 13.

Prisen for denne weekend + kanoleje og overnatning er det latterlige beløb af 150,- kr. for voksne og 75,- kr. for børn.

Der er tilmelding senest fredag den 29. april ved generalforsamlingen på Nørbygård eller til undertegnede på tlf. 87 25 80 18. Bedst mellem kl. 16 - 19.

*Med hilsen fra  
Viborggruppen  
v/ Peder S. Jensen.*



# Nørbygårdforeningens sommertur 2005

til:

Lejren *Skovgården*  
Middelfart.

*Sæt X i  
kalenderen  
allerede nu*



*og deltag i Nørbygårdforeningens sommertur til Middelfart fra lørdag den 9. juli til og med lørdag den 16. juli 2005 (uge 28).*

Adressen er: Skovgården, Karlskovvej 35, Vejlbyskov, 5500 Middelfart.

**Deltagerpris: kr. 700,- for voksne og halv pris for børn til og med 16 år.**

Tilmelding senest onsdag den 1. juni 2005 til Nørbygård på tlf. 97 96 19 44.

I tilfælde af afbud efter den 1. juli 2005 er der ingen tilbagebetaling.

Girokort for indbetaling sendes ud den 6. juni 2005,

og beløbet skal indbetales senest den 24. juni 2005.

Deltagerantal er max. 100 personer, så tilmelding foregår efter princippet først til mølle...

Program, afgangstider m.v. følger senere.

**Arrangør:**  
**Nørbygårdforeningen**

*Hilsen fra ferieudvalget  
v/ Sonja Raahede.*





# 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 2004:

*Fredag - lørdag - søndag den 15. - 16. - 17. april 2005.*

*Fredag - lørdag - søndag den 20. - 21. - 22. maj 2005.*

*Fredag - lørdag - søndag den 1. - 2. - 3. juli 2005.*

*Fredag - lørdag - søndag den 26. - 27. - 28. august 2005.*

*Fredag - lørdag - søndag den 14. - 15. - 16. oktober 2005.*

*Fredag - lørdag - søndag den 25. - 26. - 27. november 2005.*

**Tilmelding senest en uge før på tlf.: 97 96 19 44**

Pårørendekurserne afvikles på Nørbygård

Har du spørgsmål dertil, kontakt venligst:

**Nina Vognsen eller Inger Marie Feilan**

**Tlf. 97 96 19 44**



**NØRBYGÅRDSENTRET**

Nørbyvej 4

7730 Hanstholm

# At komme hel ud på den anden side ...

**Til Kirsten, som i 2004 var indskrevet på Nørbygård til behandling for sin alkoholafhængighed, har vi givet denne overskrift og har bedt hende beskrive, hvordan det er at komme hjem efter endt behandling. Hun skriver således ( Red.):**

Den 24. marts 2004 blev jeg indskrevet på Nørbygård i Hanstholm.

Det var meget svært for mig i starten deroppe! Jeg havde en idé om, at det eneste, de (medarbejderne ) skulle lære mig, var at holde op med at drikke.

Al deres snak om, at jeg var i gammel adfærd, at jeg skulle lære at strukturere mine dage, at jeg skulle gå til AA o.s.v. var pjat i mine ører. Men som tiden gik, fik jeg dog forståelse for, at der var meget i mit liv, der skulle ændres, hvis jeg skulle undgå at begynde at drikke igen.

Jeg har blandt andet altid hadet struktur - noget som vel næsten alle aktive alkoholkere gør; men mine dage er nu rimeligt strukturerede. Og jeg har endda købt en kalender - og jeg bruger den.

Dét, der var sværest for mig at se i øjnene under mit ophold på Nørbygård, har helt sikkert været at få øje på, hvor hårdt det har været for min søster og mine 4 drenge, da

jeg drak. Det var svært at blive så "voksen," at jeg kunne klare at høre dem fortælle om deres oplevelser med mig, da jeg drak. På en pårørende-/familieweekend under behandlingen var min søster og min søn Torben på 15 år med. Det blev en fantastisk god men også hård weekend for os; men det var en god måde at få gang i at snakke åbent og ærligt om, hvordan det var engang.

Nu snakker vi alle meget åbent om det herhjemme - det er ikke længere tabu...

At det er et emne, det er naturligt for drengene at tale om nu, oplevede jeg bl.a. til en julefrokost, hvor min søn Nicolai på 7 meget højt sagde: " Mor, er du ikke træt af, at du er alkoholiker, så du ikke kan tage en bajer med de andre?"

Der blev meget stille ved bordet, og jeg kunne jo kun svare, at "jo, det var jeg, men

til gengæld havde jeg ikke tømmermænd som de andre dagen efter..."

Nicolai har også - som den eneste af drengene - sagt til mig, at han nogle gange synes, at det var bedre, da jeg drak, for dér fik han altid alle de nyeste film.

Jeg købte meget mine drenge dengang for at dække over min dårlige samvittighed, som jeg konstant gik rundt med.

Vores åbenhed omkring min alkoholisme har også gjort, at Torben på 15 turde stå frem i TV midt/vest og fortælle om, hvordan det var at have en mor, der drak. Mine to mellemste drenge er i familiepleje, men det er planen, at de snart skal hjem til mig at bo igen. Det glæder vi os meget til.

Den 17. september 2004 blev jeg udskrevet fra Nørbygård.

Jeg glædede mig rigtig meget til at komme hjem, men jeg var også nervøs over, hvordan det skulle gå. Derfor spurgte jeg, om jeg fortsat måtte komme hver mandag på Nørbygård i modul 5, hvor

*At finde sig selv er at røbe sit skjul  
og finde sig i at blie fundet,  
at råbe " her er jeg" og træde i sol  
- for før var du blindet og bundet!*

*Frit komme frem  
som en ven mellem dem,  
der troede, du var forsvundet.*

*Fra Jesper Kallesøes  
At kende sig selv...v. 4*



der er terapi. Dette sluttede jeg med at deltage i i starten af januar måned '05, og det har hjulpet mig til en blødere overgang hjemme. Det var trygt stadig at have Nørbygård lidt inde i billedet.

Hver tirsdag går jeg til AA i Holstebro. Det er en rigtig god gruppe at komme i. At høre om de andres oplevelser fra da de var aktive alkoholikere og at dele mine egne oplevelser giver mig tryghed, og jeg får ro på. Herudover mødes jeg én gang om måneden med 5 andre, der var i behandling på Nørbygård, mens jeg også var der. Vi får os "luftet," og vi råder og støtter hinanden så godt, vi nu kan.

Jeg har været til 2 opfølgingslørdage på Nørbygård, siden jeg tog hjem. Det er en god oplevelse at møde dem, jeg kender og dem, der har været i behandling før mig. Det er bare dejligt at se så mange, der fortsat er ædru på trods af, at ingen af os lever problemfrie liv.

Jeg er dybt taknemmelig for, at der findes et sted som Nørbygård. Et sted fuld af ildsjæle, der orkede at tage kampen op med mig og hjælpe mig til at finde mig selv igen.

Realistisk set ved jeg godt, jeg aldrig kommer til at drikke igen, men jeg er ikke kommet så langt, at jeg kan forestille mig hele livet uden alkohol. Men i over et år nu har jeg hver morgen kunnet sige til mig selv: I dag vil jeg ikke drikke... og det vil jeg også sige i morgen!

*Kirsten, Struer.*

# 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

## 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.

## Viborg

Vi mødes i gruppen onsdage i ulige uger.

Adr.: Trekronervej 10, 8800 Viborg.

Tlf.: 86 61 15 96.

Tid: Vi åbner kl. 18.

Der er fælles spisning kl. 19,30

Husk tilmelding til fælles spisning

senest mandagen før.

Kontaktperson:

Ove Raahede tlf. 97 85 49 57.

Lokal PFT møde kl. 18 - 19,30.

## Depot:

For udlån af lejrudstyr, service m.m.

Kontakt Arne Christensen på tlf.: 26 53 92 56.

Nørbygård på tlf. 97 96 19 44.

# Aktivitets-tilbud

## NØRBYGÅRDFORENINGEN

Sæt X i kalenderen allerede nu til:

### Nørbygårdforeningens forårsweekendtur

til "Kildeborg" den 8.-10. april 2005.  
Adr.: Kildeborgvej 6, 7870 Roslev.  
Tlf.: 97 73 17 69.

Tilmelding: **senest** d. 3. april '05  
til Nørbygård på tlf. 97 96 19 44  
eller til Knud på tlf. 97 53 12 07

### Nørbygårdforeningens Generalforsamling

fredag den 29. april 2005  
på Nørbygård kl. 18,00.

Se dagsorden forrest i bladet.

Tilmelding til Nørbygård senest  
den 23. april '05 på tlf. 97 96 19 44.

### Nørbygårdforeningens Kanotur:

Weekenden den 27. - 29. maj 2005

#### Rute Bjerringbro - Fladbro.

Se under lokal nyt fra Viborg-gruppen.

#### Tilmelding **senest fredag 29. 4**

ved generalforsamlingen eller til Peder  
på tlf. 87 25 80 18 *bedst mellem kl. 16 - 19.*

**Arr. Viborg-gruppen.**

### Nørbygårdforeningens sommertur 2005

til "Skovgården" v/ Middelfart .

**Dato: uge 28: den 9. - 16. juli.**

(0-2 år: gratis) (2-16 år: kr. 350) (16 år- kr. 700)

Se opslag inde i bladet. Tilmelding:

senest d. 1. juni til Nørbygård på tlf. 97 96 19 44

### Nørbygårdforeningens Fiske- og familietur til Hee.

Søndag den 14. august 2005.

Nærmere oplysninger følger senere.

Arr. Viborg-gruppen.

## NØRBYGÅRD

### Selvhjælpsgrupper for pårørende:

#### Viborg:

Adresse: Trekronervej 10, Viborg.

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

Selvhjælpsgr. starter kl. 18 - 19,30.

#### Skive:

Adresse: Resenvej 17, Skive.

Tid: 2. tirsdag i mdr. Der åbnes kl. 16.

Selvhjælpsgr. starter kl. 19,30 - 21,00.

#### Thisted:

Adresse: Farverstræde 2, Thisted.

Tid: Hver onsdag i lige uger.

Kl. 19,00 - 21,00.

*Yderligere oplysninger fåes ved henvendelse til Nina Vognsen på tlf. 97 96 19 44 - bedst man-/ onsdag kl. 8,45-9,45 og tirsdag kl. 16-18.*

*E-mailadresse: sinnv@vibamt.dk*

## OPFØLGNINGSDAGE 2005

for tidligere beboere og pårørende til tidligere beboere

Lørdag d. 2. april, kl. 10.00 - 16.00

Lørdag d. 7. maj, kl. 10.00 - 16.00

Lørdag d. 4. juni, kl. 10.00 - 16.00

Lørdag d. 6. august, kl. 10.00 - 16.00

Lørdag d. 3. september, kl. 10.00 - 16.00

Lørdag d. 1. oktober, kl. 10.00 - 16.00

Lørdag d. 5. november, kl. 10.00 - 16.00

Lørdag d. 3. december, kl. 10.00 - 14.00

### HUSK: Tilmelding

**senest** en uge før på tlf. 97 96 19 44.

*Hvis du vil vide mere, så kontakt os gerne:*

*Anne-Mette Dieckmann, Nina Vognsen, Kai*

*N. Christensen*

## 25-års jubilæum på Nørbygård

Fredag den 9. september 2005 med

reception kl. 11,30 - 15,00. Alle er velkomne.

*Erik Jeppesen.*



# 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, Vettelsgade 2, 7900 Nykøbing Mors.  
Skive-lokalgruppe, Resenvej 17, 7800 Skive.  
Viborg lokal-gruppe, Trekronervej 10, 8800 Viborg.

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

Nørbygårdforeningen, Nørbyvej 4, 7730 Hanstholm.

Tlf. 97 96 19 44, fax. 97 96 19 08.

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

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

e-mail: [noerbygaardforeningen@vibamt.dk](mailto:noerbygaardforeningen@vibamt.dk)

KLIP UD



# NØRBYGÅRDFORENINGEN

Nørbyvej 4 . 7730 Hanstholm - tlf. 97 96 19 44

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 alkoholbehandling 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 familiesygdom, 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

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.

## Velkommen til Nørbygård!

Kontakt os og få information om vores tilbud:

## NØRBYGÅRD

Nørbyvej 4

7730 Hanstholm

Tlf. 97 96 19 44

Fax. 97 96 19 08

E-mail: [noerbygaard@vibamt.dk](mailto:noerbygaard@vibamt.dk)

Centerleder: Erik Jeppesen

---

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

---