

NØRBYGÅRD NYT

-om menneskelige netværk

Nr. 3, 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
Jan Danielsen
Henning Attermann
Knud Sørensen
Mogens Poetzh
Bendt Thøgersen
Niels Madsen
Erik Jensen
Konny Tønder
Niels Chr. Poulsen
Ulrik Nielsen, kasserer
Henning Korsbakke

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:
10. november 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
Gunvor 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

Adventshygge

på Nørbygård lørdag den 2. december 2006 kl. 14.00

Igen i år vil vi invitere til adventshygge på Nørbygård. Det er et af vores traditionsrige arrangementer, hvor især

tidligere beboere, pårørende og børn hygger sig med hinanden og sammen med Nørbygårds beboere, deres

pårørende og medarbejdere. Nørbygård vil være vært og vil gerne have

Programmet vil forme sig således:

- Kl. 14.00 Gløgg og æbleskiver – kaffe.
Kl. 15.00 Hanstholm Musikskoles sangkor synger og underholder.
Kl. 16.00 Genbrugsbutikken på Molevej vil være åben en time. – Lav en god julehandel!
Kl. 17.30 Aftensmad – flæsketeg og ris a l'amande – og ” skrub af kaffe”.

Arrangementet forventes at afslutte kl. 20,00.
Vi skal også synge et par adventssange og salmer.

**Velkommen til en hyggelig dag på
Nørbygård.**

Tilmelding

senest
fredag
den 24.

november 2006

på tlf.:

87 27 24 00.

P.S.: HUSK opfølgings- og børnedag samme dag kl. 10,00 til kl. 14,00.

*Med venlig hilsen
Erik Jeppesen, Nørbygård.*

INDHOLD:

Adventshygge:	3
Barnets røst:	4
At arbejde for et ædru liv:	5-6
Ribe-turen:	7-9
Børnedag:	10
Sct. Hans:	11
Lokal-Nyt:	12-13
Mit første år:	14-16

Opfølgings- og børnedage:	17
Citat-side:	18
Pårørende- og familiekurser:	20
Aktivitets-tilbud:	21-22



Barnets røst ...

Misbrugere får lov

Fra Sara Krogsgaard Mikkelson på 14 år, hvis far er i behandling på Nørbygård for sin alkoholafhængighed, har medarbejderne i Børneprojektet modtaget følgende skrivelse, som er brugt som stil i skolen.

Der gøres opmærksom på, at der er givet tilladelse til, at stilen trykkes her i Nørbygård Nyt (red.)

Efter min mening skulle det være tilladt at få en misbruger i familien fjernet fra hjemmet. I hvert fald hvis der er børn i hjemmet. Jeg mener, at børn SKAL have lov til at have en god opvækst uden at være blandet ind i en voksens misbrug.

Hvis de er blevet vant til, at deres far, mor eller måske begge to – hvilket er endnu værre – f.eks. drikker, og at det er en måde at løse problemer på, kan det lettere være den måde, de selv kommer til at forsøge at løse problemer på, når de engang bliver voksne.

Jeg mener, det er uretfærdigt for børnene, hvis en familie har et familiemedlem, der er misbruger. Man kan selvfølgelig få ham / hende indlagt et eller andet behandlingssted – men kun hvis vedkommende selv vil. Han / hun kan også bare smutte hjem og fortsætte sit misbrug, selv om der er nogle børn derhjemme, der bare ønsker at have det godt, og at

de kan have en god stemning og en normal hverdag.

Jeg har mest denne holdning, at personen SKAL kunne tvinges til at komme et andet sted hen at være, hvis vedkommende har børn. For børn fortjener ALT godt!

Det er noget andet, hvis man er et par, der ikke har børn; for i sådan en situation kan kæresten jo selv vælge, hvad han / hun vil. Der gælder ikke det samme for børn. Børn kan jo ikke bare skride, når det bliver for meget for dem. De kan tage et andet sted hen og være hos nogen, de kender. Men de kommer jo hjem igen, fordi det er deres sted, og det er dér, de hører til og sér, de skal have lov til at føle sig trygge i deres liv som børn.

Børn i sådan en familie fortjener ikke at blive blandet ind i sådan nogle problemer.

Jeg mener, man kommer til at tage ansvar for alt for mange ting som barn, og man føler lettere, at det er ens egen skyld, - og det er det OVERHOVEDET ikke. Børn har deres valg. Jeg mener, børn burde kunne vælge ikke at være sammen med en forælder i sådan et misbrug. Det betyder ikke, at forældre slet ikke skal bestemme over deres børn længere, - det skal de selvfølgelig; for det har et barn jo også brug for.

Men ikke at ville bo med en misbruger, mener jeg helt bestemt burde være deres valg;

for det valg kan jo også have kæmpe betydning i børnenes fremtid, som unge og voksne. Derfor mener jeg faktisk, det er for dårligt, at et familiemedlem, der har et misbrug, ikke kan blive tvunget til at være et andet sted. Så kan personen jo komme hjem, når vedkommende har mere styr på sit alkohol- eller stofmisbrug, for hele familiens skyld og især for børnenes.

Hvis et barn har en far / mor, der er misbruger, kan den forælder, der har problemet, være meget barnlig. Den kan sige de mest mærkelige ting til et barn, spørge barnet om mærkelige ting, som barnet slet ikke skulle tage stilling selv. Det er faktisk lige før, rollerne kan blive byttet om, når den voksne bliver så barnlig, at barnet kommer til at tage den voksnes rolle. Det er jo at vende det hele på hovedet, for et barn skal jo have lov til at være barn. Jeg mener, det er misbrugerens eget valg, men ikke hvis misbrugeren har børn – for lige det stykke synes jeg, er børnenes valg.

I øjeblikket er man blevet meget bedre til at se børn i sådan nogle familiesituationer. Man er blevet bedre til at se børnenes behov, og man snakker meget mere med dem om tingene. Så måske går min mening i opfyldelse...

Hvem ved?

Til dette nr. af Nørbygård Nyt har Ruth Klausen, der er i behandling for sin alkoholafhængighed, sagt ja til at blive interviewet om, hvordan det har været for hende at være i behandling. (Red.)

At arbejde for et ædru liv – det kommer ikke af sig selv...

Hvem er Ruth, og hvad fik dig til at søge i behandling?

Jeg er 61 år gammel og kommer fra Bording ved Ikast, har 2 voksne døtre og en voksen søn, er enke og har drukket for meget siden ca. midt i '80-erne.

Jeg kom i behandling første gang i 1994, hvor jeg deltog i et 14-dages kursus i dagbehandling, og jeg fik da også her en erkendelse af, at jeg er alkoholiker og skulle være i antabusbehandling. Og længere var den faktisk ikke. Det gjorde, at jeg i årene i perioder var i antabusbehandling, og i andre periode drak jeg igen.

Det er sådan, at jeg blev sygemeldt fra mit arbejde den 12. februar. Jeg havde det rigtig skidt – var stresset, døjede med mavebesvær og en svær bronchitis, og jeg fik konstateret alt for høje levertal. Jeg drak ca. en halv flaske snaps dagligt – brugte faktisk alkohol som medicin.

På et tidspunkt fik jeg brev fra min arbejdsgiver om et møde den 23. marts, og jeg var godt klar over, at jeg havde problemer med at klare mit arbejde, og at jeg drak for

meget. Så jeg bestemte med mig selv, at jeg ville stoppe på arbejdsmarkedet og valgte derfor at sige mit arbejde op og gå på efterløn.

Når jeg drikker, drikker jeg derhjemme – alene. Det gjorde jeg også i månederne efter min sygemelding, og en dag kom min datter på besøg, da jeg sad og drak. Hun blev så vred, da jeg sagde til hende, at jeg efterhånden var ligeglad med det hele – så vred, at hun kastede pungen i gulvet, hældte snapsen ud og sagde, hun ville ringe til min søster.

Hun var så vred, at hun fik mig "råbt op" – så jeg næsten blev ædru. I hvert fald våg-

nede jeg op. Og da de efterfølgende viste mig brochuren om Nørbygård, som jeg havde hørt om fra Orla, udbrød jeg: "...det er jo dér, jeg skal hen!"

Så man kan sige, at min familie sparkede til mig, så jeg selv besluttede at ville i behandling. Og den 2. maj i år blev jeg så indskrevet her – og det har jeg aldrig fortrudt.

Du har nu været i behandling i 4 mdr. På hvilken måde har det hjulpet dig?

Jeg har fået øje på konsekvenserne af mit misbrug og har i dag besluttet at være total afholdende med hensyn til alkohol. Jeg har fået øje på, at



mit advarselstegn for tilbagefald er ” Benægtelse.” Min egen overskrift på advarselstegnet kalder jeg ” bekymring og løgne,” for det er sådan, at når jeg bliver stresset, er ked af det og tavs, lyver overfor mig selv og lader som ingenting, så har jeg gang i det gamle mønster, som går forud for, at jeg drikker. Så jeg har lært, at jeg skal reagere og bede om hjælp, når jeg oplever dette mønster inden jeg drikker. Og at jeg derved løser problemerne på en anden måde end ved at drikke. Det er svært at arbejde med forandringer, men jeg vil det...

Hvad vil du gøre anderledes i dit liv?

Jeg er lige nu i modul 5, og jeg synes, jeg er blevet bevidst om mange ting – ikke kun om alkohol men også om mig selv. I dag kan jeg se, at jeg før havde en holdning (ubevidst) om, at jeg altid skulle passe på andre og hjælpe dem, jeg påtog mig mange ting og arbejdede over evne, jeg skulle være altfavnende – og det gjorde altså, at jeg ”glemte” mig selv, som igen gjorde, at jeg drak.

I dag arbejder jeg med at få nye ting og nye handlemåder ind i mit liv, eks.vis

- *At leve et godt liv uden alkohol.*
- *At passe på mig selv og give udtryk for, når jeg har det svært.*
- *At sørge for ikke at blive stresset.*
- *At arbejde i genbrugsbutik som frivillig.*
- *At deltage i EDB/Internetkursus.*

Jeg er lige nu i en fase i behandlingen, hvor jeg er hjemme nogle dage ind imellem for at planlægge min hverdag derhjemme efter udskrivningen fra min behandling.

Det er sådan, at min mands og mine venner egentligt var hans venner, arbejdskolleger m.v. og efter hans død trak de sig, og jeg har aldrig opsøgt dem. Så det er vigtigt for mig at få nye ædru venner ind i mit liv.

I den forbindelse ønsker jeg kontakt til selvhjælpsgruppen i Oasen, Ikast samt kontakt til Nørbygårdforeningen, og her traf jeg for nylig Anne Grethe, der har været i behandling for flere år siden, og hun sagde: ” Jeg er i en lige så stor risiko for tilbagefald, som I nye i behandlingen er...” Det gav mig tanken: ”...hovsa, det er ikke bare lige at tage hjem!” Det hjalp mig, at hun sagde det, og det gør, at jeg tænker, jeg skal blive ved med at arbejde for at være ædru i mit liv – det kommer ikke af sig selv!

Jeg har faktisk også valgt at melde mig ind i Seniorklubben, hvor jeg både vil gå til motion samt møde andre mennesker, der ikke er alkoholikere. Jeg vil også her

kunne deltage i udflugter, der arrangeres i klubben og derved få nogle gode oplevelser sammen med andre.

Hvordan har det hjulpet din familie, at du er gået i behandling?

De er så glade, og de er faktisk også stolte af mig.

Mine to døtre har deltaget i en pårørendeweekend sammen med mig, og de har her lært, at de ikke længere skal passe på mig – det skal jeg selv gøre. Fra nu af er det mit ansvar at tage vare på mit liv, og det vil jeg gøre. Og derved kan de holde fri. Så det har været rigtig godt både for dem og mig, at de var med. Og jeg er i dag dybt taknemmelig for, at de hjalp mig med at komme i behandling.

Hvornår forventer du at rejse hjem?

Det er endnu lidt usikkert. Men det er sådan, at jeg i hvert fald tager september måned med, da jeg den 2. oktober skal have ½-års mønt i AA. Og den vil jeg gerne ha’ i Hanstholm...

***Tak for snakken, Ruth,
og rigtig go’ vind videre
frem i dit ædru liv
Inga Pedersen.***





Oplevelser fra Nørbygårdforeningens SOMMERTUR TIL RIBE

Nørbygårdforeningen havde i år i uge 29 arrangeret som-mertur til "Degnetofte," Vester Vedsted ved Ribe. Fra en deltager har vi modtaget flg. beskrivelse – tak for det. Der skal oplyses, at der faktisk er indkommet flere indlæg, og p.g.a. det store materiale har vi fra redaktionens side tilladt os at afkorte beskrivelsen lidt. (Red.)

Højdepunkter i ugen der GAK!

Ankomst og indkvartering

Klokken ca. 15,30 nåede vi frem til lejren. Solen skin-

nede, og det var dejligt varmt. Vi kunne vælge mellem at bo inde eller ude i telt. Ca. 12 familier valgte at slå telt op, her iblandt Jens, der valgte at slå sig ned sammen med en myrefamilie. Det varede dog ikke længe, inden de havde

invaderet hele teltet. Det blev dog Jens for meget. Op med teltpløkkerne, ud med myrerne og i gang igen med opbygningen andet steds.

Den første nat viste sig at være kold. Alle campisterne klagede over at have frosset. Én af dem var Lene – mor og familie. Lenes store datter valgte dog at tage kampen op med kulden. Men Lene havde taget sin beslutning: Hun pakkede habenguttet og rykkede indenfor.

Men man har vel et standpunkt, til man tager et nyt. Indeopholdet varede kun denne ene nat, så valgte selv Lene at tage kampen op med kulden...

Brus, vask og toiletbesøg foregik indenfor for alle levende væsener. Guderne må vide, hvad der gik galt. En dag, da Mogens P. skulle på toilettet, tog han fejl, da han skulle præsentere sin bedste ven for toilettet. I stedet for at tage sin bedste ven ved hånden, blev det hans næstbedste ven "mobilen. Som sædvanligt holdt han blidt og forsigtigt om den. Det skulle han ikke have gjort. For lige med ét lå mobilen på bunden af toilettet. Først troede Mogens, at den var druknet, men i lø-

bet af et par dage vendte den tilbage til livet igen, og glad var Mogens.

Lejrens udearealer

Lejren ligger omgivet af løv- og grantræer med masser af stier. Så her var rigtig lejlighed til at gå ture. Frank og Gunilla var nogle af dem, der benyttede sig af denne mulighed. De må virkelig have syntes om at vandre, eller var de mon faret vild? I hvert tilfælde var de først tilbage i lejren kl. 24,00.

Kiosken i det fri, som har åbnet mindst 1 gang om dagen, er bare et sjovt hit for såvel lille som stor og større. Is af flere slags, vingummi, Bounty, Toblerone, lakridskonfekt, slikkepinde og soda-

vand er noget af det, der kan købes i kiosken.

Torsdag efter besøg i Ribe gik såvel store som små "agurk." Det blev til vandkamp alle imellem, hvad enten de var i badetøj eller fuldt påklædt. Anettes gummisko står stadigvæk til tørring...

Bespising

Maden er bare super duper. Det afspejles tydeligt på børn og unge. Lang tid, inden klokken ringer, har de allerede stillet sig i kø, så det taler vel for sig selv.

At der for det meste er tomt bord, når alle er mætte og tilfredse, taler vel også for sig selv.



Underholdning

Det tog kun Sonja et døgn at finde ud af, at der skulle ske et eller andet spændende hver aften efter aftensmaden. Vi blev delt op i grupper og skulle på skift ugen igennem underholde de andre.

Børnene lagde ud – det var bare festligt. Tre personer skulle konkurrere mod hinanden. På bunden af et fad med vand skulle de med munden spise en hel pære for derefter med munden at finde to lakridsstykker på bunden af en skål mel. Til sidst skulle de vikle en person ind i toiletpapir.

Vinderen fik som præmie en tomat, og taberen fik en dåse cola. Og at vinderen protesterede over gevinsten er vel forståeligt nok, selv om vi andre syntes, det var morsomt.

Johanne og Majbritt dansede og sang for os, - Nykøbinggruppen bød på gæt og grimasser (Carsten gav et nummer i stepdans – verdens hurtigste stepper). Skivegruppen bød på fællessang, og Holstebrogruppen bød på kartoffel- og sækkevæddeløb.

Udflugter

Mandag var vi i Sommerland Syd.

Onsdag hed det Rømø eller Vedsted kirke.

Torsdag var der tur til Ribe med guide i by og domkirke.

Fredag tur / retur til Mandø.

Traditionen tro

Grillaften er en af de tilbagevendende traditioner her i lejren. Onsdag skulle vi rigtig grille pølser og kød. Køkkenholdet havde blandet krydde-



rier og olie. Ih, hvor vi dog bare glædede os alle sammen. Kødet blev stegt færdigt, og alle tog for sig af retterne. Mærkelige lyde og udbrud var, hvad der fulgte i kølvandet.

Krydderolien viste sig at være alt for stærk, så resten af kødet blev skyllet i vand, og dem, der havde spist af det stærkt krydrede kød, måtte resten af aftenen skylle halsen. Uha, uha, - de var ikke rare at dele værelse med den nat...

En anden tradition er bankospil. 81 pakker blev der spillet om. I nogle pakker var der vandpistoler, i andre chokolade, hårshampo, mikadospil i stor størrelse og pusleklodser. Camilla var én af dem, der var heldig af få en pusleklods. Straks åbnede hun den og skilte den ad. Og nu skulle den samles igen. Camilla startede med ” nu er den der,” – ” nej om igen,” – ”nu” – ”nej”...om igen og igen og igen...

Camilla gik på et tidspunkt

en smut, og da hun kom tilbage, var pusleklodsen samlet. Hun gentog succes en gang til, og atter måtte andre samle den. Det lykkedes hende dog i 3. forsøg at samle den selv.

Sidste tradition er gallamiddagen. Den består af god gammeldaws julemad med flæskesteg med BRUNE KARTOFLER, rødkål samt surt og sødt.

Slutning

En uge er omme, ferien er slut, og lørdag er det hjemrejse dag.

En uge med sol og op til 33 o og 1 nat med regn. Bedre ferievejr kan man vel ikke tænke sig.

At i alt en vellykket uge med masser af oplevelser, masser af hyggeligt samvær, morsomme stunder og indfald – og en utrolig god styring fra ledelsens side.

*Tak for denne gang
og tak for i år.
På gensyn næste år...
Conni A.*



Børnedag på Nørbygård



Med i dette nr. af Nørbygård Nyt er medtaget en billedkavalkade fra børnedagen i foråret, nærmere betegnet fra påsken.

Der var i dagens anledning arrangeret "orienteringsløb" for børnene på Nørbygårds matrikelnummer med opgaven om at finde påskeharen. Børnene havde masser af "gå på mod," spurtede af sted, og jubelen var stor, da haren blev fundet.

Som billederne viser, sluttede arrangementet på Molevej med hygge, sjov og fælles spising af chokoladerne.

Hanne og Kai



» Hygge & sjov «



Sct. Hans fest på Nørbygård

op og varmede sig ved kaffen og de lune æbleskiver.

Tak til de mange hænder, der hjalp til under forberedelserne og de praktiske opgaver i løbet af aftenen.

Nørbygård

Igen i år fejredes der den 23. juni Sct. Hans fest på Nørbygård. Aftenen var arrangeret af Hanstholm Borgerforening og Nørbygård, som i år havde hyret "West for Wrist" til at stå for det musiske indslag. Båltalen blev holdt af borgmester og formand for sammenlægningsudvalget Erik Hove Olesen, Thisted, - og som billederne viser, var der børneunderholdning og trylleri ved Skipper Skæg.

Endnu engang var det en festlig aften, hvor flere hundrede lokale borgere mødte



Lokal-Nyt

Thisted-gruppen

Hermed sender jeg nyt om Thisted gruppen til Nørbygård nyt!

Hej jeg hedder Per og er alkoholiker, - det er mig som skal sende indbydelser ud til møder, der bliver afholdt i Thisted. Selv om alle ved, at der er møde den første og tredje tirsdag i hver måned, så udsender jeg et brev om, at der er møde, og hvem der laver mad samt tilmelding med telefon nummer. Det kan ske, at alle ikke får et brev. Det kan være, jeg har glemt jer, eller jeg ikke har jeres adresse. Derfor, hvis I ønsker at deltage, kan i ringe til Pia (kontaktperson) 97 92 05 37.

Vi har haft grillaften i

august måned hjemme hos os (Signa og Per), - det var femte år, så det er ved at blive en tradition, men lad os nu se. Vi var (kun) 16 den aften i lyn og torden.

Husk at møderne den første tirsdag i måneden er for hele familien, det vil sige ægtefælle, samleverske og børn.

Pas nu godt på jer selv, indtil vi ses igen.

Husk, det er vigtigt, at du taler ud fra dig selv, og om dig selv.

Med kammeratlig hilsen
Per

Nykøbing – gruppen

Der er lige nogle rettelser og informationer, der skal medsendes i Nørbygård Nyt ved-

rørende tilmelding til spisning i Nykøbinggruppen.

Det skal fremover ske til Kent L. Christensen på tlf. 21 27 08 48.

Herudover har vi startet en selvhjælpsgruppe for pårørende til misbrugere, som har møde den sidste mandag i hver måned kl. 18,30 – 20. på adressen Ringvejen 46 A+B, 7900 Nykøbing.

Med venlig hilsen
Kent L. Christensen,
Nykøbing Mors

Skive-gruppen

Sommeren går på hæld.

Vi har hver især holdt ferie på vores måde – nogle var med på sommerlejr – andre sammen med familie og ven-

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



ner. Men vi håber, alle har haft en god sommer.

Her er der ikke sket meget, men vi fortsætter vores PFT-møder sidste mandag i måneden i ulige uger samme sted.

Vores sammenhold i Nørbygårdforeningsregi – Resenvej 17 den 2. tirsdag i måneden er stadigvæk gode, såvel som alvorsaftener med stabilt fremmøde. Men der måtte gerne komme flere – især til PFT-møderne. Hvor er de henne, de, der bliver udskrevet med netværk til Skivegruppen?

Vi tænker på jer...

*Mange varme hilsner
fra Skive-gruppen
v/ Agnete Olsen*

Holstebro – gruppen

Som nystartet gruppe er det altid en fordel at have sit bagland i orden. Vi er derfor meget taknemmelige for den støtte vi har fået af Ove og Sonja Raahede, Konny og Kaj i opstartsfasen og håber selvfølgeligt på et nært samarbejde

med de andre grupper og med Nørbygård i fremtiden.

Da vi startede Holstebro gruppen op i maj, havde vi håbet på at der blev en fast gruppe på omkring 15-18 personer i opstartsfasen. Disse forhåbninger er til fulde blevet opfyldt med en deltagelse på 18-23 personer. Vi har i skrivende stund haft 2 sociale "hygge" aftner med spisning og masser af snak og kommen hinanden ved. Vi er ved at ha lært hinanden godt at kende og snakken går fra vi kommer til dørene bliver lukket.

Vi er så heldige at ha' fået lokaler midt i gågaden i Holstebro hos "Åben rådgivning", hvor vi har råderum over et lille køkken, et mødelokale med plads til ca. 10 personer, et mindre møde lokale og et dejligt stort lokale hvor vi kan samles ca. 30-35 personer til spisning, hvis vi klemmer os lidt sammen.

Folkene hos åben rådgivning er særdeles hjælpsomme og sørger for at der er tallerkner, glas og bestik nok til de folk der dukker op. Udoover det kan det nævnes at rygning er "et krav" for at kunne låne lokalene.

Vi har også startet vores PFT gruppe op hvor vi til det første møde var 8 personer, både "nye og gamle" nørbygård'ere, men alle sammen med det ønske at blive

klogere på os selv, vores advarselstegn og arbejde med at forebygge mod tilbagefald.

Samme aften havde vi også opstart af vores pårørende-gruppe hvor der mødte 4 op, hvad de snakkede om ved jeg ikke, men de udtalte at de havde haft en god aften.

Vi har indtil videre lavet en plan for møder frem til og med december, hvor vi mødes til sociale aftner den 3. tirsdag i hver måned med spisning kl. 18.30 (åbent fra 17.00) og PFT/pårørende gruppe den 1. mandag hver måned kl. 19-21. I oktober har vi planlagt en bowlingtur og i december julehygge.

Hvis nogle af medlemmerne fra de øvrige grupper eller andre interesserede har lyst til at deltage i vores arrangementer, er de velkomne til at ringe til undertegnede på 97 86 15 82 eller skrive en mail på h.korsbakke@post.cybercity.dk der skal dog gøres opmærksom på at der er tilmelding til spisning torsdagen før mødet.

Sidst men ikke mindst vil jeg gerne sige tak til alle dem der er med til at støtte op om gruppen og deltagerne for at være med til at skabe det gode miljø og den gode stemning der altid er i gruppen.

*Med venlig hilsen
Henning Korsbakke
Holstebro – gruppen*



Mit første år efter Nørbygård

Et år er gået, siden jeg blev udskrevet fra Nørbygård. Og jeg flyttede til Nykøbing for at begynde på et nyt liv som ædre alkoholiker.

Jeg voksede op i et alkoholisk hjem, hvor min far drak, og hvor tørre tærsk stod på dagsordenen. Især min mor måtte stå for tur, når han kom fuld hjem. Men vi børn undgik heller ikke hans vrede, og især jeg måtte tage imod, når mine søskende havde lavet noget, de ikke måtte. For jeg var den ældste ud af en søskendeflok på 4 – jeg havde 2 brødre og 1 søster.

Begge mine brødre er også alkoholikere lige som jeg er, så alkohol har altid faldet mig naturligt, da det altid har været der i min opvækst.

Jeg var 16 – 18 år, da jeg begyndte at drikke. I starten kun i weekenderne, men efter et par år blev det til hver dag, og samtidigt måtte jeg også kæmpe med mit temperament, der blev værre, jo mere jeg drak. Arbejds-mæssigt passede jeg mit arbejde, men når jeg havde fri, mødtes jeg med vennerne, og så gik vi til den...

Vi havde det princip, at når vi kørte rundt og drak øl, så kørte dén, der følte sig mindst fuld, hjem. Så jeg har kørt

mange gange, hvor jeg nok skulle have ladet være.

Jeg har bl. a. arbejdet som montør, bager, skovarbejder, pædagogmedhjælper og som fodermester. Især min tid som fodermester, hvor jeg var i 13 år, og hvor jeg både var med til barnedåb, bryllup, sølvbryllup og familiefester, var jeg blevet en del af familien, hvor jeg blev betragtet som en storebror og søn. De år var nok de bedste i mit liv – men også dér tænkte jeg kun på at få noget at drikke, når jeg havde fri.

De sidste år, inden jeg kom i behandling, gik det mere og mere ned ad bakke for mig. Jeg mistede alt: Bil, familie, venner og jeg havde gæld til både bank og kreditorer, og til sidst havde jeg ingen steder at bo. Jeg havde kun det tøj, jeg gik i... Jeg sov hos mine druk-kammerater, men det gik ikke i længden, så jeg byggede mig en jordhule, hvor jeg så sov og spiste.

Jeg fandt spiselige ting i skoven og satte snarer op. Så engang imellem stod den på fasan og hare.

Jeg var så langt nede, som man kunne komme.

Da jeg endeligt fandt ud af, at jeg havde et alkohol-

problem, var da jeg var ude at køre med dem, jeg plejede at drikke sammen med. Jeg skulle ud og træde af på naturens vegne, og mens jeg stod dér, ville de lave sjov med mig. Så slog det klik for mig – jeg smed en fyldt øl efter dem og ramte ham, der kørte, på siden af hovedet... Da indså jeg, at jeg havde brug for hjælp.

Jeg gik til min sagsbehandler og fortalte hende, at jeg havde et alkoholproblem og godt ville i behandling.

Den 2. februar 2003 startede jeg i behandling på Nørbygård.

Jeg var på Nørbygård i 18 måneder. Jeg havde det vanskeligt i starten – jeg var bange for at åbne mig, så det tog ½ år, inden jeg fik mig åbnet, og det kan jeg takke Inger Marie for. For hun spurgte en dag i vores mandagsmodul om, hvornår jeg havde tænkt mig at sige noget...

Først troede jeg, at hun tog fis på mig, men hun mente det alvorligt, hvorpå jeg svarede: ”Om 14 dage,” – og så glemte jeg alt om det indtil en mandag morgen, hvor der på morgensamlingen blev sagt, at fra i dag vil Kent til at sige noget, – og det har jeg så gjort siden.

Behandlingsmæssigt var det noget af en udfordring at komme i behandling, for jeg var tvunget til at være ærlig omkring mit misbrug. Jeg fandt ret hurtigt ud af, at det blev jeg nødt til, hvis jeg ville

have noget ud af min behandling.

Det var tit hårdt at skulle fortælle om de ting, man havde forvoldt andre, mens man drak, men man lærte at tage ansvar for de handlinger, man havde forvoldt andre.

Mens jeg var på Nørbygård, fik jeg også chancen for at komme med ud i de forskellige lokalgrupper. Jeg var med både i Viborg, Skive og Thisted – men Nykøbing var jeg aldrig med i; det kom senere.

Mens jeg var i behandling, var jeg med på en

sommerferietur med Nørbygårdforeningen til Møn og weekendtur til Vesterhavsgården i Vorupøre samt weekendtur til Kildeborg. Og arbejdsmæssigt fik jeg chancen for at tage grundforløbet til møbelpolstrer på Skive Tekniske Skole, hvor jeg skulle bo på skolehjemmet i 20 uger. Og da jeg så kom på skole, valgte jeg at være ærlig om mit alkoholproblem.

Det førte til, at der opstod stor respekt omkring mig, og samtidigt blev jeg opfordret til at fortælle om mit alkoholmisbrug. Det førte igen til, at jeg holdt 2 foredrag om at

være alkoholiker, og om hvad det har betydet for mig at komme i behandling samt hvilke konsekvenser, det har haft for mig og mine omgivelser.

Især dem, jeg var på hold sammen med, har været fulde af beundring over, at jeg turde stå frem og fortælle om mit misbrug og de konsekvenser, det har haft for mine omgivelser og mig selv.

Hver torsdag tog jeg op til Nørbygård til PFT, selv om jeg ikke behøvede det. Men alligevel valgte jeg at gøre det, fordi jeg mente, at det var vigtigt at vise, at man godt kan gå på skole og samtidigt kan komme og give nogle gode indtryk fra livet uden for Nørbygård... og samtidigt vise, at det kan lade sig gøre, hvis man tror på det.

Så en stor tak til personalet på Nørbygård!

Efter at jeg er flyttet til Nykøbing, er der sket meget. For Nykøbing og Nykøbinggruppen var ikke med i mine overvejelser, da jeg skulle finde ud af, hvor jeg ville bo, når jeg blev udskrivet fra Nørbygård. At jeg så senere skulle få så meget med det at gøre, gør jo, at man skulle tro, at skæbnen har haft en finger med i spillet, for Nykøbing kom ret ind i billedet, da jeg efter endt skoleophold fik lov at tage 10 uger ekstra på skolen.

Da valgte jeg Nykøbing, for byen ligger centralt mellem Skive og Thisted, og dét har jeg ikke fortrudt et eneste sekund, for jeg har fået mange venner, som jeg tager ud og



hjælper med forskellige ting, når de har brug for hjælp. Og vi er nogle stykker, der har startet en kortklub, hvor vi spiller vest i vinterhalvåret. Derudover går jeg til AA samt deltager i Nykøbinggruppen den 1. og 3. mandag i måneden og i Skive den 1. tirsdag i måneden. Herudover har vi PFT-møde den sidste mandag i måneden.

Lige efter at jeg flyttede til Nykøbing kom jeg ind i ferieudvalget, der var med til at planlægge vores sommerferietur i Nørbygårdforeningen til Ribe, som foregik i uge 29. Det har både været spændende og lærerigt, og så skulle vi have ny "formand" i Nykøbinggruppen, hvor jeg blev valgt som suppleant. Men efter en tid trak "forman-

den" sig, hvorefter jeg så fik den plads i Nykøbinggruppen.

I min fritid polstrer jeg møbler og stole for folk, men det er ikke hver weekend, jeg gør det. Det er, når jeg har lyst til det, for det må ikke gå hen og blive en pligt, for så bliver det ikke en glæde og fornøjelse – og det skulle det helst være...

Idet år, jeg har boet i Nykøbing, har jeg fået min søster og gudsøn tilbage. De har besøgt mig et par gange nu. Så hvis man venter og viser, at man godt kan holde sig ædru, så kommer familien også lidt efter lidt. Men det ta'r tid.

Arbejdsomt er jeg nu ved Toyota her i Nykøbing. Jeg er der i 4 timer om dagen, da jeg går og venter på at skulle til en undersøgelse i Viborg med mine fødder og

ben. Jeg er spændt på at høre, hvad de finder ud af, for jeg er blevet lovet fast arbejde ved Toyota, når jeg kan klare at arbejde fuldtids som klargøringsmand. Jeg har på nuværende tidspunkt ansvaret for udstillingen og demobilerne samt kundebilerne, så jeg har megen kontakt med kunderne, hvor jeg bl.a. rådgiver dem omkring bitleje. Og som chefen siger: "Du har et godt kundetække, og du er behagelig at omgås, og så er du altid glad og hjælpsom..."

Det var lidt af det, der er sket for mig, siden jeg tog hjem fra Nørbygård for et år siden.

*Med venlig hilsen
Kent L. Christensen,
Nykøbing Mors*

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. 75,-.
Gavebidrag indbetales på gironr. 4103653
Foreningsadresse:
Nørbyvej 4, 7730 Hanstholm.
Telefon: 87 27 24 00

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

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. 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

**Kærlighed er at gøre det
godt for hinanden
Jeanne Moreau**

**Kvinden er rævesmilet
i Herrens blik
Kaj Munk**

**Kvinder holder meget af
simple ting
- mænd for eksempel
Anonym**

**Venskab er så værdifuldt
- og så sjældent
Liv Ullmann**



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



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 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



NØRBYGÅRDCENTRET
Nørbyvej 4
7730 Hanstholm

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 Kent L. Christensen, tlf. 21 27 08 48
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:
Niels V. Madsen, tlf: 97 53 60 19.
Lokal PFT-møde: Sidste mandag i mdr. 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.

Holstebro

Vi mødes 3. tirsdag i hver måned på
Adr. Åben Rådgivningens lokaler, Nørregade 30, 1.sal, Holstebro.
Tid: Vi åbner kl. 17 med fælles spisning kl. 18,30.
Lokal PFT møde & pårørendegruppe 1. mandag i mdr. kl. 19-21.
Kontaktperson:
Henning Korsbakke på tlf. 97 86 15 82

Aktivitets-tilbud

NØRBYGÅRDFORENINGEN

Depot:

For udlån af lejrudstyr,
service m.m.

Kontakt:

Arne Christensen
på tlf.: 26 53 92 56.

Adventshygge på Nørbygård

Alle nuværende og tidligere beboere
samt foreningens medlemmer inviteres
til adventshygge på Nørbygård

lørdag d. 2. dec. '06

Arrangementet starter
kl. 14
og afsluttes med middag
kl. 17,30

*Se opslag
forrest i bladet.*

Husk tilmelding:

senest
fredag d. 24. nov.
på tlf.:

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

Nykøbing:

Adresse: Ringvejen 46 A+B, 7900 Nykøbing.
Tid: Sidste mandag i mdr. kl. 18,30-20.

*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. 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.

Herudover: Holstebro lokal-gruppe, Nørregade 30, 1. sal, 7500 Holstebro.

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
