

NØRBYGÅRD NYT

-om menneskelige netværk

Nr. 3, 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
Jørgen Kristoffersen
Allan Havnstrup
Bendt Thøgersen
Annemarie Christensen
Jan Nielsen
Konny Tønder
Henning Pedersen
Ulrik Nielsen, kasserer

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

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

NETVÆRKS-KONSULENT:

Konny Tønder: 40 40 19 44
email: sinkt@vibamt.dk

PÅRØRENDE-KONSULENT:

Nina Vogsen: 87 27 24 00
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

Nørbygård fejrede 25 års jubilæum

Fredag den 9. september 2005 var en god og festlig dag for alle med tilknytning til Nørbygård. I flot solskinsvejr fejrede vi Nørbygårds 25 års jubilæum med masser af glade mennesker. I alt ca. 200 personer havde valgt at prioritere at deltage i jubilæumsreceptionen.

Der var officielle taler, sang og musik, mad og drikke, frugt og soft ice og masser af kaffe.

Beboere og medarbejdere havde op til dagen ydet en stor ekstra indsats for at få arrangementet forberedt og afviklet.

Tak for de mange flotte gaver – herunder 2 gaver fra Nørbygårdforeningen: Et hjul i granit med verdenshjørnerne og en terrassevarmer.

Tak til alle, der bidrog til en festlig dag. Det var overvældende med de mange menne-

sker, institutioner og organisationer, der havde tænkt på os netop denne dag. – Vi har valgt at medtage en billedkavalkade om jubilæumsreceptionen – se forsiden og midtersiderne...

Erik Jeppesen

Forsinket Nørbygård Nyt

Redaktionen vil tage ansvar for og gøre opmærksom på, at dette nr. af Nørbygård Nyt udsendes ca. 4 uger senere, end det normalt ville være blevet. Dette skyldes, at vi på denne måde kunne nå at få billedkavalkade med fra Nørbygårds 25 års jubilæumsreception i september. Vi håber, der er forståelse for dette.

Redaktionen

INDHOLD:

Nørbygårds jubilæum: . 3
Nørbygårdforeningens sommertur 2005: 5-6
Skt. Hans aften: 6
Hvis jeg drikker mere, dør jeg: 7-11
Kloge kinesiske ord: .. 11
Billed-collage: 12-13

Tak fra en moster og onkel: 14
Lokal-Nyt: 16
Oplevelser fra kanoturen 2005: 17-19
Aktivitets-tilbud: 21-22



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



Kai N. Christensen
projektleder & socialrådgiver

Ønsker du at vide mere,
så kontakt os gerne på tlf.

87 27 24 00

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: 87 27 24 00

Nørbygårdforeningens sommertur 2005

Nørbygårdforeningens sommertur gik i år til »Skovgården« i Middelfart i uge 28 med deltagelse af 94 personer. Vi har til dette nr. af Nørbygård Nyt modtaget flg. beskrivelser fra turen (Red):

Vores sommertur til »Skovgården« ved Middelfart startede med høj solskin og godt humør. (Der er altid godt humør, når vi mødes).

Turen til Fyn gik hurtigt og gnidningsløst, og vi ankom før end beregnet. Undervejs havde vi ophold på en rastepads, hvor vi drak kaffe og sodavand – og spiste kage.

Ved ankomsten mødte der os et dejligt stort grønt område med separat græsareal til teltentusiastene, og teltene kom forbavsende hurtigt op at stå – kaffen blev lige så hurtigt lavet og flaget hejst. Andre fandt sovepladsen inden døre. – Vi var klar til at tage hul på en uges ferie...

Som sagt et stort område med plads til fodboldspil, petanque- og vikingespil. Der var en dejlig gårdhave og bålplads – og vandet var også lige inden for rækkevidde.

Der var ingen slikbutik i nærheden, så sommerferieudvalget havde oprettet en kiosk, som var åben 2-3 gange om dagen. Der kunne købes

is, slik og cigaretter. Og „slikmutter“ var til at lokke med, hvis nogen trængte til en ekstra is... Dem blev der jo om-sat rigtig mange af, da vi var 42 børn og 52 voksne med på turen. TAK til dig, Else Marie, og dine medhjælpere, fordi I gad betjene os.

På stedet var der gynger, sandkasse og en rutschebane, der ikke var samlet samt en temmelig farlig „hest“ til at ride på, som skulle graves ned i jorden.

Stedets opsynsmand var et kvikt hoved, som godt kunne se, at vi havde mange handy-mænd iblandt os. Han spurgte, om nogen ville gøre ham den tjeneste at samle tingene. Det blev så gjort med megen snakken frem og tilbage – og mange interesserede børn så til.

Man kan måske sige, ...at for mange kokke fordærver maden.

Der blev indkøbt badebassiner og vandrutschebane til morskab for både store og små. Selvfølgelig var der gang i vandkampe – nogle blev så våde, at de nær havde tabt „bovserne.“

Mange tog dagligt (eller flere gange dagligt) turen gennem skoven til vandet; enten for at bade eller for at fange krabber. (De blev dog sat ud igen). Fiskeriet med hjemme-

lavet fiskestang med en sten som bundprop var til stor morskab for både børn og krabber. Krabberne bed gerne på „krogen,“ da maddingen var fuldfede rejer.

Om mandagen var der arrangeret ture til Odense Zoo eller shopping i byen. Vi, der var på shopping, blev hele tiden mindet om bysbarnet H. C. Andersens 200 års fødselsdag – han optrådte endda som blinklys: En rød stående H.C. og en grøn gående H. C.

Vi var også på museet og besøgte huset, hvor han har boet. Det var bl. A. sjovt at se denne „firkantede“ mands papirklip. Og udenfor vistest brudstykker over H. C. Andersens mest kendte eventyr.

Dagen efter var der drive-dase-dag: Nogle cyklede en tur, andre badede og bedrev omtalte „fiskeri.“ Vikingespil og petanque blev spillet meget til drilleri og sjov for deltagerne. Og har man 2 mål, 1 bold og børn - og barnlige sjæle – spiller man også fodbold.

Mange var på planlagt vandretur i området om aftenen med guide på.

Besøg af TV Midt/Vest
Onsdag fik vi besøg af TV Midt/Vest på opfordring af brugere af Nørbygårdforeningen. Man ønskede at vise for-

eningens gode initiativ til samvær mellem tidligere brugere af Nørbygård og pårørende frem. Vise det positive sociale samvær, som disse ferier giver – weekendture indbefattet. Der var også interviews med både brugere og pårørende.

Vi havde en meget stor fodboldkamp den dag – måske håbede nogle af os at komme i fjernsynet, så eventuelle talentspejdere kunne få øje på vores talent.

Mangen skønjomfru fik lagt en ekstra gang mascara...

Filmholdet tog ikke af sted igen før kl. 20 – måske tiltrukket af vores grillaften, som køkkenholdet havde planlagt hele eftermiddagen. Vi fik bøffer, pølser, salat og hvad, der dertil ellers hører.

Sanne og Jens var så fornuftige at holde fødselsdag denne dag – det medførte lagkage til kaffen.

H.P. og Camilla underholdt med harmonika og sang. Emma og vennerne gav også et nummer.

Torsdag bød igen på udflugt – henholdsvis til Midtfyns Tivoli og Egeskov Slot. Vel hjemme igen spiste vi middag med efterfølgende amerikansk lotteri for børnene.

Fredag var sidste dag med nedtagning af legeting – sidste badedag o.s.v.

Vi spiste traditionen tro festmiddag – flæskesteg og is! Bingo – bankospil var dernæst på programmet med succes. Blot var der et par herrer, der ikke syntes, det var så morsomt – de vandt intet!

Tidligt lørdag morgen spiste vi morgenmad, pakkede sammen og ryddede op. Ned-

tagning af flag – og så var det hjemtur. – Busserne var forsinkede, hvilket afstedkom is fra formanden...

En rigtig god ferie med masser af godt socialt samvær. Det var dejligt at se, hvor godt børnene havde det sam-

men trods stor aldersforskel: 2 – 14 år. Det var også et bevis på tryghed os alle imellem...

Jeg tror, alle mener det, når jeg siger: „Tak til hinanden for en god ferie...“

Hilsen Anne Grete



Igen i år blev der afholdt Sct. Hans aften på Nørbygård den 23. juni med deltagelse af mange lokale besøgende. Traditionen tro blev aftenen arrangeret i et samarbejde mellem Borgerforeningen i Hanstholm og Nørbygård.

Vejret var med os i år, hvilket gjorde, at både bålet kunne antændes (modsat sidste år) og de udendørs aktiviteter/ opvisninger kunne gennemføres. Billederne herfra er leveret af Mogens Poetzsch,

Nykøbing.

Mange havde hjulpet til med forberedelserne til aftenen – både før og under arrangementet. D.v.s. med opstilling af telt, fabrikation af heks, opstilling af borde m.v., uddeling af sangblad, servering af kaffe og æbleskiver, salg af sodavand og ikke mindst at fungere som bål-vagt.

Tak fra Nørbygård for hjælp til afvikling af denne Sct. Hans aften.



Til dette nr. af Nørbygård Nyt har Per Koldenborg, der er i behandling på Nørbygård for sin alkoholafhængighed, sagt ja til medvirke i et interview omkring sit liv.

Han er nu i behandling for 4. gang og har i dag en holdning, hvor hans mål er total afholdenhed i forhold til brugen af alkohol fremover. (Red.)

Hvis jeg drikker mere, dør jeg...

Jeg er i dag 45 år gammel, bor alene og har 2 voksne sønner. Jeg har 3 søskende – min ene søster har nu begået selvmord.

Oprindeligt kommer jeg fra Køge, men har de sidste par år boet i Viborg, hvor jeg har en lejlighed. Jeg er uden arbejde og venter lige nu på afgørelsen af min pensionsansøgning.

Hele mit liv har alkohol fyldt på én eller anden måde.

Jeg kommer fra et hjem, hvor min far drak, og der var ofte vold i hjemmet. Både fysisk og psykisk vold. Når jeg tænker tilbage, så havde jeg det ikke godt i mit hjem. Jeg lærte tidligt selv at drikke, og jeg har drukket, siden jeg var 12-13 år. Mit første møde med en alkoholkonsulent var, da jeg var 16 år gammel.

Jeg var 14 år gammel, da jeg gik ud af skolen og kom i lære som konditor – jeg var der i ½ år.

I 1975 kom jeg i lære som skorstensfejer men var også dér i kun 1 ½ år – det var en arbejdsplads med dårlige kollegaer og dårligt arbejdsmiljø

– der var meget hierarki, og jeg blev moppet meget, så jeg sprang fra lærepladsen.

Det lykkedes mig senere at finde en ny læreplads, og det var som at komme i himlen. Egentligt var jeg stadig kun en stor knægt, og min nye mester var en rigtig god mand, som jeg kom til at holde meget af. Jeg blev behandlet godt og blev faktisk optaget som en søn af familien.

Jeg gjorde min uddannelse færdig dér og blev i firmaet i 5 år, indtil mester døde. Når jeg tænker tilbage, så var de år hos ham de bedste år, jeg kan huske, fra min barndoms- og ungdomstid.

Jeg fortsatte i firmaet som mestersvend, jeg drak mine øl – og vi arbejdede hårdt. I dag vil jeg kalde det arbejdsnarkomani – jeg har altid arbejdet meget... Jeg var med til at bygge firmaer, udfærdige tekniske tegninger til kommunen, at forhandle med Greve kommune ang. godkendelse af bygningstilladelser o.s.v. Vi var et velanset og respekteret firma, og der var konstant

møder med forretningsforbindelser, der skulle passes. Tiden og livsstilen var, at der ved disse møder altid var alkohol på bordet – man var pæn i tøjet, og en forretningsaftale eller bygningstilladelse blev altid forhandlet hjem med alkohol, cognac og guldøl på bordet. Det hørte med til livsstilen, at der skulle drikkes. Ikke på den måde, at jeg dinglede rundt og var fuld, men dagligt drak jeg et kvantum, som jeg fungerede på. Jeg syntes ikke dengang, det var et problem.

Når jeg tænker over det i dag, blev grundlaget for min alkoholafhængighed allerede lagt dengang – hvis ikke før.

Efter nogle år startede jeg eget firma op med 4 svende og 1 lærling. Firmaet havde jeg i 6 år, - jeg blev gift, og sammen fik vi 2 drenge. P.g.a. utroskab fra min kones side valgte jeg skilsmisse, og jeg stod nu som enlig far med 2 små drenge, hvor den yngste var 3. mdr.

Jeg har nu gang i 2 firmaer og begynder samtidigt som frivillig brandmand. Jeg er nu oppe på at drikke omkring 15 øl dagligt, men fungerer stadigvæk. Hjemmesituationen klarede jeg ved hjælp af min mor og søster, der hjalp med at passe drengene.

Dengang var der ikke så meget hjælp at hente som enlig far, - det var med til at gøre, at jeg udover mit arbejde i årene 1979 – 81 var initiativtager og medstifter af en fædregruppe og foreningen FAR. På trods af mit daglige

drikkeri var der aldrig henvendelser desangående hverken fra børnehaven eller kommunen. Jeg selv oplevede også, at både familien og arbejdslivet gik fint...

Jeg vil her gøre opmærksom på, at jeg aldrig har drukket skjult – det har altid forgået åbenlyst lige så vel, som jeg aldrig lagde skjul på, at jeg havde mine lagre rundt omkring.

I 1982 starter jeg uddannelsen som røgdykker og falckredder. Det er min oplevelse, at der her sker en radikal ændring på, hvad jeg bruger alkohol til. Hvor det tidligere har været en livsstil at drikke, hvor jeg fik energi, begynder jeg nu at bruge alkohol som selvmedicinering.

Som brandmand og falckredder bliver man udsat for mange traumatiske oplevelser – men der var ingen krisehjælp til os. Vi overlevede psykisk ved at gemme os bag en skal, hvor vi udadtil efter endt arbejde brugte at blære os over for hinanden og prale om, hvor „dygtige,“ vi var – alt imens der var kaos indeni – og jeg drak.

Efter 6 år knækker jeg psykisk og bliver indlagt på »Fjorden« første gang. Efterfølgende afvikler jeg det ene firma og fortsætter arbejdet i det andet. Jeg er sygemeldt i en periode og vælger da at opsøge Lænken, som jeg gør brug af 2 gange om ugen. Jeg vælger at stoppe som skorstensfejer og tager arbejde på

Georg Jensens Pibefabrik, hvor det er forbudt at drikke i arbejdstiden. Dette kunne jeg jo ikke overholde, - jeg drak øl i pauserne, og en dag fik jeg et stille vink om, at »det var svært som min madpakke lugtede af øl«, og at man gerne så, at jeg fandt et andet arbejde. Det gjorde jeg så.

Sidst i 80'erne kommer så første advarsel: Spiserøret springer, og jeg indlægges til operation – og overlever. Det er klart første advarsel om en fysisk konsekvens af mit misbrug. Men jeg ignorerer den og arbejder igen videre som skorstensfejer i 2 år – med daglig druk.

Jeg bliver nu udsat for en arbejdsulykke, hvor jeg falder 18 m ned. Næsten alt, hvad



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



der kan slåes i stykker i mig, bliver slået i stykker – jeg indlægges på hospital og en hård tid følger nu, hvor jeg lænkes til en kørestol og gennem et år må tage stærk smertestilende medicin – efterfølgende genoptræning i 1993.

Jeg drak hårdt, mens jeg sad lænket til kørestolen, - andre kom hjem og drak sammen med mig. Jeg bad endda drenge om at hente øl hjem til mig.

Jeg har ikke haft et reelt arbejde siden. Jeg kom i en praktik som pedel, men jeg måtte ophøre med det p.g.a. smerter. Igen bruger jeg alkohol som selvmedicinering – og er i den grad fløv over ikke at kunne arbejde. Jeg var kendt som en mand med store armbevægelser og penge, hvor jeg levede et »overklas-

seliv«, jeg havde råd til at drikke og jeg havde eget firma og rejste meget til udlandet på ferier. I dag kan jeg se, at jeg førte mig frem, og at det var et sindssygt liv at føre.

Da jeg ikke kan arbejde længere, opgiver jeg det hele: lejlighed – børn – bil. Og jeg drikker og drikker og drikker.

Og her kommer 2. advarsel: Spiserøret springer 3 steder – og igen hospitalsindlæggelse, hvor jeg lå i respirator – det var frygteligt, men jeg overlevede.

I 1997 valgte jeg for første gang at gå i behandling – jeg var ikke motiveret for at stoppe med at drikke, men valgte at tage behandlingen som en 3 mdr's rekreationsophold. Det var inden for Blå Kors, hvor jeg efterfølgende havde job som pedel men blev

fyret efter ½ år, fordi jeg drak.

Jeg forsøgte herefter at ned-sætte mit forbrug – og møder nu Vibeke, som jeg flyttede sammen med. Jeg oplever, at vi havde et ægte kærlighedsforhold, men jeg går igen ned med flaget, da hun tager sit eget liv. Dette sker kort tid efter, at min søster begik selvmord, - og det gør, at jeg her oplever min 2. opgivelse, hvor jeg bare drikker og vil væk. Jeg rejser til Tyrkiet og garderer mig med piller og alkohol for at gøre en ende på det hele – det lykkedes (kan jeg se i dag) heldigvis ikke.

Jeg indlægges igen på »Fjorden«, der henviser mig til behandling på Ringgården i Middelfart i 2001. Jeg er nu klar over, at der skal ske en ændring i mit drikkemønster, og jeg går i behandling med

målet og ønsket om at lære at drikke normalt / kontrolleret og at begrænse drikkeriet til »kun fredag til søndag«.

Jeg gennemførte behandlingen – men selv her drak jeg i det skjulte, hvilket dog aldrig blev opdaget. Og på min udskrivningsdato derfra kom så 3. advarsel: Den første af 3 hjerneblødninger.

Igen hospitalsindlæggelser med igen efterfølgende druk. Fra den tid er der perioder, som er væk, og som jeg ikke kan huske.

I påsken i 2002 kom jeg igen i behandling – denne gang på Tjele.

Børnene var nu flyttet hjemmefra, og jeg havde efterhånden et ønske om at ville være ædru. Økonomisk blev det aftalt, at kommunen vil hjælpe mig med 2/3 af udgiften, og jeg selv betalte den sidste 1/3 del. Jeg gik nu i behandling for både min alkohol- og pilleafhængighed. Jeg gennemførte behandlingen, flyttede ind i halvvejs-huset og arbejdede som chauffør.

Jeg var glad for at være der, men røg uklar med souschefen, hvorfor jeg rejste derfra.

Jeg gik i gang med videre vaktuddannelse og tog PC-kørekort. Jeg bestod med fine karakterer og fik efterfølgende nogle afløserjobs.

I starten gik jeg til AA-møder 4 til 5 gange om ugen for at fastholde min ædruelighed, men jeg begyndte at svige AA-møderne ved at bilde mig selv ind, at jeg ikke havde brug for AA. For... »jeg gør jo noget godt for mig selv lige nu«. – Der tog jeg fejl, og en dag begyndte jeg



at drikke igen...

I efteråret 2004 får jeg nu igen en hjerneblødning og en blodprop i hjertet med 8 dages mellemrum. Og igen falder jeg tilbage til druk og piller (benzodiazepiner) efter udskrivningen fra hospitalet. Men denne gang når jeg selv frem til, at nu skal det være slut – og jeg føler en motivation til at ville leve et ædru liv. Så da jeg ser brochuren fra Nørbygård, søger jeg ind i

behandlingen, - og jeg kommer på Nørbygård i januar 2005. Jeg har aldrig været mere flov, end da jeg afleverede mine mønter ved AA-mødet i Viborg, inden jeg gik i behandling på Nørbygård – mønter fra 2 års ædruelighed. Men samtidigt motiveret i f.t. at arbejde for et rusfrit og ædru liv fremover.

Hvilke tanker gør du dig for fremtiden?

Jeg bor nu i Midtvejshuset efter at have gennemgået behandlingsmodulerne på Nørbygård. Jeg har nu været ædru i 8 måneder, og jeg har det godt med det.

Jeg synes, jeg har opnået en større accept af min afhængighed; jeg har fundet mine advarselstegn for tilbagefald i min måde at håndtere vanskelige situationer på, - og jeg har fået talt om min sorg og har fået arbejdet »forsinket« med eftervirkningerne af traumatiske oplevelser i f.m. redningsarbejdet. (Det er her, jeg altid har følt, at jeg ikke gjorde nok...)

Jeg har i dag et godt forhold til mine børn, der nu er voksne. Der er stor geografisk afstand imellem os, men det er sådan, at jeg ofte taler med dem. Og de kender mig så godt, at de kan høre – også i telefonen – hvis jeg ikke har det godt. Herudover er jeg blevet farfar – og jeg vil gerne se mit barnebarn vokse op.

Jeg har som tidligere nævnt en lejlighed i Viborg – og den ligger lige midt i misbrugsmiljøet i Viborg. Jeg har derfor et ønske og en plan om at flytte – jeg venter lige nu på afgørelsen af min pensionsansøgning, hvor jeg håber, den bliver bevilget. Mit mål er herefter at flytte til egnen her sideløbende med, at jeg har et ønske om nogle timers arbejde her i byen indenfor vagt og sikkerhedsområdet. Ud fra dét, jeg foreløbig har fået undersøgt, skulle der være mulighed for, at det kan lade sig gøre.

Jeg kan stadig få tanken om at opgive og begynde at drikke – eks.vis oplevede jeg det sidst, da afgørelsen på min pensionsansøgning blev udskudt – i sådanne situationer føler jeg mig let overset.

Jeg øver mig nu i at bede om hjælp, - at tælle til ti - og at lytte til andre.

For at fastholde min æruelighed fremover vil jeg be-

nytte AA, Nørbygårdforeningens lokalgruppe i Thisted og de tilbud, Nørbygård har i form af opfølgningsdage.

Jeg véd, at hvis jeg drikker igen – så dør jeg. Og jeg vil livet...

Tak for samtalen, Per, - og held og lykke med det gode liv videre frem.

Inga Pedersen

Kloge kinesiske ord



Man kan:

købe et hus - men ikke trivsel,

købe en seng - men ikke søvn,

købe et ur - men ikke tid,

købe en bog - men ikke viden,

købe en position - men ikke respekt,

betale en læge - men ikke helbred,

købe en sjæl - men ikke et liv...



Ukendt forfatter





Tak til Nørbygård fra en moster & onkel

Efter at have deltaget i en Pårørende- og familieweekend på Nørbygård har en moster og onkel til en beboer i behandling skrevet følgende digt, som efter aftale trykkes her i Nørbygård Nyt:

En weekend har vi nu været blandt fremmede folk
Med Nina og andre som guide og tolk.
Gennem latter og gråd
vi nu hinanden kender,
har flyttes vores grænser
og følt os blandt venner.

Vi har spist og drukket
og er blevet lidt runde
uden dog at flytte vores fokus
fra det sunde.

En del nye ord har vi også lært,
ham Gorski gjorde det nu noget svært.
At kommunikere er mange ting
og læres først helt, når vi kommer i sving;
men afhængige er vi jo af de dele
så tak, Nørbygård, for alt det hele...

Moster og Onkel



Opfølgningsdage

på Nørbygård i 2005

- for tidligere beboere og pårørende til tidligere beboere.

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. 87 27 24 00

Hvis du vil vide mere, så kontakt os gerne:

Anne-Mette Dieckmann, Nina Vognsen, Konny Tønder

Thistedgruppen

Nu, hvor sommeren går på hæld, vil jeg lige skrive et par ord om, hvordan det går i Thistedgruppen.

De sidste måneder har vi været 10 – 12 personer til vores møder den første tirsdag i måneden. Den 3. tirsdag i måneden er vi 4 – 8 personer til møderne.

Derfor fik jeg den tanke at gøre reklame for Nørbygårdforeningen på selve stedet – nemlig på Nørbygård. Så i forbindelse med vores grillaften den 2. august 2005 tog jeg ud på Nørbygård til morgenmødet og fortalte om arrangementet.

Det blev til, at vi til vores grillaften var 23 personer – vejret var så nogenlunde kold, men ingen regn. Og aftenen forløb som de foregående grillaftener, der nu for 4. gang har været afholdt hjemme hos os. (Signa og Per).

Jeg håber meget, at vi fremover vil være flere sammen ved vore møder i Thisted.

Mange hilsner fra Thistedgruppen

Per Vestergaard.

Skivegruppen

Sommeren går hurtigt – pludseligt er det mere mørkt, end man ønsker. Men sensommer er jo også ok. Vi i Skivegruppen håber, at I alle har haft en god sommer.

Her hos os har nogle været på sommerlejr – andre har lavet noget andet...

I Skivegruppen har vi været ude for at gøre Skive til en „Renere By.“

Vi kan her gøre opmærksom på, at Skive kommune opfordrede alle foreninger til at gøre en indsats desangående en lørdag fra kl. 9 – 12.

Skives indbyggertal er ca. 30.000 – og der tilmeldte sig 500 personer. Vi var 13, der deltog fra Nørbygårdforeningen.

Lokal PFT-møder igen i Skive:

Vi prøver at starte lokale PFT-møder op igen i Skive – når bladet udkommer er det første møde afviklet – nemlig

den 22. august kl. 19 – 21. Adressen, vi afholder disse møder i, er Thinggade 11 B, hvor vi holder til i Frivillighedsbutikken.

Ellers kører alt stille og roligt med et stabilt fremmøde til den 2. tirsdag i måneden.

De varmeste hilsner fra Skivegruppen

Agnete Olsen

Viborggruppen

Hermed en orientering om Nørbygårdforeningens forårs-weekend i 2006, der denne gang går til Firbjergsande på Venø.

v/ *Sonja Raahede*

Nørbygårdforeningens forårs-weekend til Firbjergsande

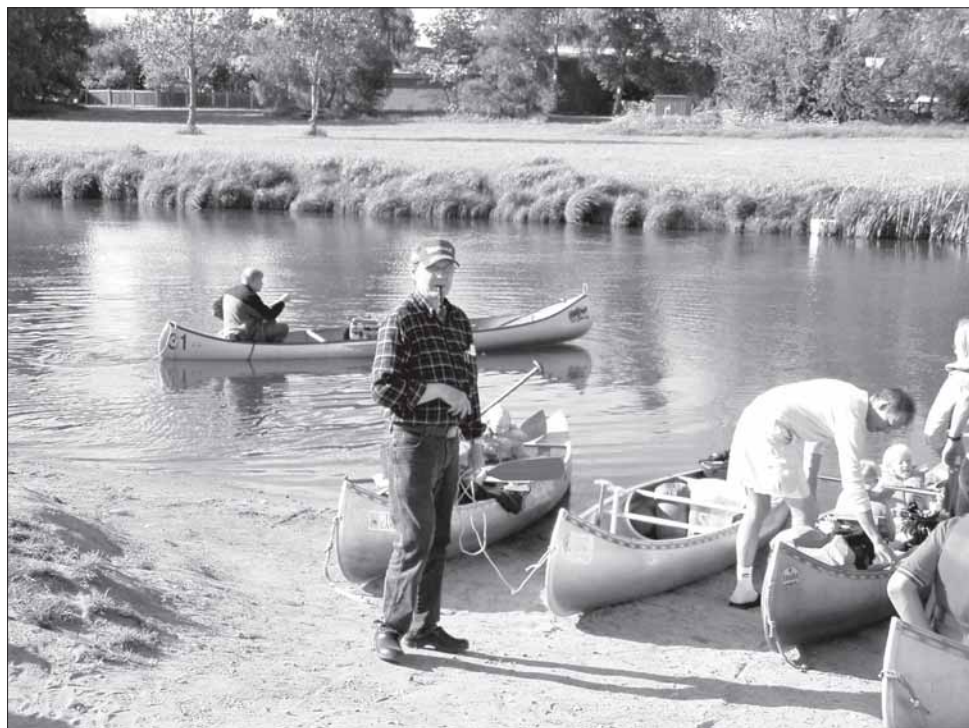
Husk at reservere datoen allerede nu:
**fra fredag den 31. marts
til søndag 2. april 2006**

Deltagerpris:

Hele weekenden:	kr. 100,-
Fredag:	kr. 25,-
Lørdag:	kr. 50,-
Søndag:	kr. 25,-

Yderligere informationer omkring turen vil blive udsendt senere.

*Med venlig hilsen
Nørbygårdforeningen
Viborggruppen*



OPLEVELSER FRA

Kanotur på Gudenåen

- arrangeret af Viborg lokalgruppe -

Ja, så blev det tid til Nørby-gårdforeningens årlige kanotur og i år var jeg så heldig og privilegeret at skulle deltage sammen med min nye store familie. Jeg havde dog mine betænkeligheder, da jeg aldrig havde prøvet det og havde et klart billede i mit hoved af, at lige så snart vi var kommet ud i vandet, ville vi tippe og ligge der blandt tasker og red-

ningsveste og svømme rundt, som en flok vildfarne ænder..... men nej.... Jeg skulle komme til at opleve en utrolig dejlig sanselig og indtryksrig weekend....

Vi startede fra Bjerringbro og havde en lille tur på en time til Kællinghøl teltplads, hvor vi skulle slå lejr fredag aften. Det var en dejlig, frodig og naturrig teltplads. Børnene

var glade og legede mens nogle byggede lejr og andre sørgede for at tænde bål og få gang i aftensmaden.

En teenagepige henvendte sig skrækslagen til sin far, med uhygge i øjnene da hun fandt ud af, at der ikke var et spejl på toilettet!!!! Ak og ve....., hvorefter faren forklarede hende, at det sad på indersiden af toiletbrættet....



den tredje hun dog alligevel ikke på ...ja hvor langt vi dog er kommet fra vores forfædrehulemændene.....

Den store underholdning fredag aften indfandt sig nede ved åen i mørket, da en flok

naturister, som var på overlevelsestur, svømmede som Gud har skabt dem over åen i det kolde vand....det vakte begejstring ikke mindst hos mændene og visse drengebørn..

Vejret var skønt og vi gik til ro, mens regnen piblede ligeså stille ned og vi lå trygt i teltene.

Næste morgen var det tid til den store tur til Langå. Vi spiste morgenmad og hjalp hinanden af sted i kanoerne, udi den skønneste dag, jeg længe har oplevet. Solen skinnede hele dagen fra en skyfri himmel og vi kunne sidde i badetøj og nyde duftene, friheden og bortset fra naturens sagte hvisken, en beroligende stilhed for både krop og sjæl.... (dog ind i mellem afbrudt af en frisk fællessang i kanoerne hist og pist).

Vi gjorde holdt i Ulstrup, hvor vi fik frokost og der var tid for børnene til at lege sammen. Derefter kom der endnu et par timers roning, til vi befandt os på Langå camping.



Da vi ankom, faldt der lidt (for mange) velsignet regn, som var med til at køle os ned, hvilket var tiltrængt efter ca. fem timer på åen med rigelig sol og varme. Vi slog lejr og børnene boltrede sig i vandet og på legepladsen, alt imens vi hjalp hinanden med aftensmaden i det grønne. Senere på aftenen, (nogle af os var dog gået i seng af ren udmattelse) sad dem der havde mest energi, på dette tidspunkt nok mest børnene, omkring bålet og hyggede sig.

Næste dag, efter et langt og hyggeligt morgenbord, gik turen så til Fladbro, hvor vi desværre måtte skilles og sige tak for denne gang.

Det var en weekend rig med oplevelser, og selvom den var lidt hård ved musklerne her og der (hårdere for nogen end for andre!!!!) - så ser vi tilbage på den med glæde og en kæmpe følelse af fællesskab og samhørighed. En hel



weekend med 49 voksne og børn - og den eneste konflikt der var, var ti minutter før ankomsten til Fladbro, hvor vi måtte redde en sikkerhedsvest i land!!! Det synes jeg er flot klaret, og vi har allerede talt om, at vi helt sikkert vil med igen til næste år og så længe, som tilbuddet findes.

Og mine betænkeligheder.... tja de var væk efter blot to minutter på åen, det var en oplevelse vi stadig taler om, og som jeg bestemt ikke ville have været foruden.

Vi ses til næste år!!!

Anette Kjør





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 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.: 87 27 24 00

Pårørendekurserne afvikles på Nørbygård

Har du spørgsmål dertil, kontakt venligst:

Nina Vognsen eller Inger Marie Feilan

Tlf. 87 27 24 00



NØRBYGÅRDCENTRET
Nørbyvej 4
7730 Hanstholm

**Livet er
et stort
lærred.
Du har
fået
masser
af pensler
i hånden.
BRUG DEM!**

(Ulla Dahlerup)

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

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.
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.: 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.

Aktivitets-tilbud

NØRBYGÅRDFORENINGEN

Nørbygårdforeningens forårsweekendtur

2006

Sæt X i kalenderen allerede nu

d. 31/3 – 2/4 '06

til Nørbygårdforeningens
forårsweekendtur

Sted:

Firbjergsande, Venø.

Yderligere informationer

om turen kommer senere.

Arr.:

Nørbygårdforeningen
Viborggruppen

NØRBYGÅRD

Selvhjælpsgrupper for pårørende:

Viborg:

Adresse: Trekronervej 10, Viborg.

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

Selvhjælpsgr. starter kl. 18 - 19,30.

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.*

87 27 24 00

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

E-mailadresse: sinnv@vibamt.dk

Nørbygård

inviterer til

ADVENTSHYGGE

for alle nuværende og tidl. beboere
samt pårørende.

Lørdag

den 3. dec. 2005 kl. 14

Ud over fælles adventshygge
med gløgg og æbleskiver
vil Nørbygård være vært
med middag kl. 18.

Tilmelding:

Senest fredag 25. nov. '05
på tlf.

87 27 24 00

OPFØLGNINGSDAGE

2005

for tidligere beboere

og

pårørende

til tidligere beboere

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.

87 27 24 00

Hvis du vil vide mere,

så kontakt os gerne:

Anne-Mette Dieckmann

Nina Vognsen

Konny Tønder

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, Trekronervej 10, 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.noerbygaardforeningen.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 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 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

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. 87 27 24 00

Fax. 87 27 24 27

E-mail: noerbygaard@vibamt.dk

Centerleder: Erik Jeppesen