

# NETVÆRK MED STREG UNDER ÆDRU

Et rusfrit netværk er altafgørende, når hverdagen kalder efter et ophold på behandlingscenter Nørbygård.

En gang Nørbygård, altid Nørbygård!  
Fra venstre Susanne Mariegaard,  
Torunn Nielsen, Hanne Clemmensen  
og centerleder Lene Drejer.



- Da jeg var aktiv alkoholiker, troede jeg, at ingen i verden havde det så slemt som mig. I behandlingen fandt jeg ud af, at der var andre, der tænkte, følte og havde oplevet det samme som mig. Jeg kom over følelsen af at være alene. Fællesskab giver styrke. Min kæphest er ædru netværk – ædru netværk – ædru netværk, siger Torunn Nielsen og banker taktfast i bordet med sin gaffel.

Om bordet sidder også Hanne Clemmensen og Susanne Mariegaard. De tre kvinder kender hinanden fra Nørbygård, hvor centerleder Lene Drejer i dag har inviteret på frokost og senere tirsdagskaffe. Rusfrit netværk er også en kæphest på Nørbygård, fortæller hun:

- Allerede mens man er i behandling, bliver man introduceret til Nørbygårdforeningen, der har lokale netværksgrupper, drevet af ædru alkoholikere, i fem byer. Mange misbrugere har mistet tætte sociale relationer og skal begynde forfra. Vi har også tilbud om livslang efterbehandling. Der kommer flere, som blev ædru for 15-20 år siden. Folk får fantastiske relationer her.

#### SER JO HELT NORMAL UD

De tre kvinder kommer fast i Nørbygårdforeningens netværksgruppe i Aalborg.

“

**Folk genvinder mod og tro på livet**

*Susanne:* På onsdag har vi socialaften, hvor de kommer med bussen fra Nørbygård. Vi snakker på kryds og tværs og tager som regel en runde, hvor vi fortæller, hvem vi er. Det er en god idé, for man tænker, "ham der, har han været alkoholiker? Han ser jo helt normal ud og snakker om normale ting".

*Torunn:* Idéen med Nørbygårdforeningen er at støtte op og beskytte hinandens ædruelighed og hjælpe hinanden. Vi stiller os til rådighed for de nye, så de føler sig velkomne.

*Hanne:* Det kan være svært at komme hjem efter behandling. Det hele er ret overvældende. Lige pludselig sidder man alene, hvor der før har været masser af liv. Selv om man har gode intentioner, kan man komme til at glemme Nørbygård-gruppen. Men det er vigtigt at prioritere den. Jeg kan se, at dem, der ikke har gruppen, eller et andet rusfrit netværk som AA eller NA, ofte falder i. Udover det sociale har vi PFT-aftener, hvor vi snakker om at planlægge forebyggelse af tilbagefald og tager forskellige emner op, for eksempel noget af det, vi har lært i behandlingen.

*Torunn:* Det særlige er, at vi kommer fra det samme. En, der ikke ved noget om alkoholisme, vil sige, at du bare skal anskaffe dig en rygrad. For at kunne snakke fuldstændig åbent med en anden om, hvad der går dig på, kræver det, at det er en anden ædru alkoholiker. Det er ikke bare et netværk. Det er et ædru netværk – med streg under ædru. Jeg har også glæde af AA, men der er man anonym. I Nørbygårdforeningen er der mange, der får tætte relationer og knytter venskaber.

#### TRÆDESTEN

Hele miljøet på Nørbygård er rusfrit, understreger centerleder Lene Drejer.

- For nogle er et ophold i forsorgsafdelingen en trædesten til at komme i behandling. De genvinder mod og tro på, at livet kan se anderledes ud, når de ser den udvikling, der sker med beboerne i behandling. Vi kan noget andet end ambulante behandling, men vi lægger stor vægt på at bygge bro til det ambulante, så man ikke er alene bagefter.

Det giver genklang om bordet.

*Susanne:* Da jeg var i ambulante behandling, gik jeg ned på rusmiddelcentret og sagde, hvad de ville høre, fik ros og gik så forbi Netto på vejen hjem. Jeg tog antabus, men drak alligevel – med livet som indsats. Min mand troede også, det var fryd og gammen, indtil han fandt en potte vin i vasketøjskurven.

#### BONUSFAMILIE

Efter opholdet på Nørbygård har både

# 246

mennesker har været i rusmiddelbehandling i KFUM's Sociale Arbejde i 2023

Susanne og Torunn til gengæld haft stor glæde af kommunens ambulante efterbehandlingstilbud.

Torunn: Jeg var flyttet ind, hvis jeg kunne! Jeg kom der ugentligt – det har været nødvendigt, for alt er intenst, når man kommer hjem. Så hvis der ikke havde været noget at holde fat i, havde jeg sikkert ikke klaret det.

Alle tre kvinder lever i dag alene, så et godt netværk er ekstra vigtigt.

*Hanne:* Jeg har været i adfærdsmæssigt og tankemæssigt tilbagefald på det sidste. Jeg har mistet min bror, som gik til i druk, og det triggede at se, hvordan livet kan ende. Men jeg har ikke drukket. Jeg havde mit ædru netværk. Torunn greb fat i mig og foreslog, at vi tog herop til efterbehandling. Det var et stykke tid siden, jeg havde været her, og nu kommer jeg her igen. De er min bonusfamilie. Jeg har ikke selv så meget familie, så det er guld værd.

# 52.000

har et højrisikoforbrug af andre ulovlige stoffer end hash

# 40.000

har både psykisk sygdom og misbrug

#### KILDER:

Sundhedsstyrelsen og VIVE, Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd