

LAP

MEDLEMSBLAD

Landsforeningen Af nuværende og tidligere Psykiatribrugere

ÅRGANG 26

nr. **2**
2024

*25-års jubilæums-
landsmøde*

LÆS MERE SIDE 8

Fru Christoffs univers

LÆS MERE SIDE 20



Endelig sker der noget i psykiatrien og i LAP

Anette Pedersen, Thomas Andersen og Lene Kristiansen
Forretningsudvalget

Vi har ventet i årevis på en langsigtet og grundig 10-års plan. Nu er den her, og LAP følger udviklingen i Det Nationale Psykiatri Råd, hvor det lykkedes os at få en plads.

LAP bliver ofte glemt af det politiske system, der mener, at hvis SIND, Bedre Psykiatri og Psykiatrifonden er inddraget, så har man hørt patienternes vinkel! Så må LAP gøre opmærksom på, at vi er den eneste forening hvor alle er psykiatribrugere, uanset hvilke diagnoser vi kommer med.

Selvom vores forening er 25 år er vores eksistensberettigelse stadig høj-aktuel. I medierne hører vi historier om, at der er 2 års ventetid på at blive udredt og modtage psykiatrisk behandling. Dem, der har 20.000 kr. kan få hjælp på det private marked.

I LAP går vi ind for lighed i sundhed. Derfor er vi glade for sammenlægningen af Region Hovedstaden og Region Sjælland, så de tyndt befolkede områder får bedre hjælp.

Andre store spørgsmål som er på spil er:

Skal psykiatrien lægges ind under somatikken?

Skal behandlings- og socialpsykiatrien lægges sammen?

Svarene på begge spørgsmål er umiddelbart ”nej” herfra.

Når det gælder 10-års planen har LAP fulgt Sundhedsstyrelsens nye tiltag om ”mindre indgribende tvangsformer”. Vores høringssvar kan læses på LAP’s hjemmeside. Konklusionen er, at vi gerne ser, at der arbejdes med forebyggelse af tvang i stedet for at bruge kreativiteten på nye former for tvang.

LAP deltog på årets Psykiatri Topmøde 28. september 2024, hvor vi fik lov til at komme på scenen og fortælle om vores syn på 10-års planen. Det er godt at blive taget alvorligt, så det er vi glade for.

Tre fra LAP og vores konsulent Jakob var forleden til foretræde i Folketingets Sundhedsudvalg for at argumentere for, at vores finanslovsbevilling skal hæves fra 4 til 6 mio. kr. Hvis dette ikke lykkes, har det alligevel været relevant at gøre politikerne opmærksomme på hvem vi er, og hvad vi kæmper for.

I Landsledelsen har det været svært at arbejde med det politiske, da der har været uro. Personsager har fyldt alt for meget. Både fra udefrakommende personer og internt i gruppen.

Derfor sidder vi for anden gang siden Landsmødet 2024 med et nyvalgt Forretningsudvalg, som forhåbentligt kan samle Landsledelsen. Vi vil gøre vores bedste for at gøre LAP handlekraftig, synlig og et godt sted at være. ■



VIL DU VÆRE MED TIL AT GØRE LAP-BLADET ENDNU BEDRE?

LAP-BLADET EFTERLYSER TEKSTER FRA
LAP'S MEDLEMMER! LAP-BLADET ER ET BLAD
FOR OG AF PSYKIATRIBRUGERNE OG INDENFOR
DENNE RAMME ER DER RIGTIG GOD PLADS:

- Har du spændende nyt fra dit lokalområde eller fra din arbejdsgruppe?
- Har du været til et inspirerende eller spændende møde om psykiatri?
- Har du hørt om nye behandlingsformer?

Send din tekst til LAP-Bladet på lap@lap.dk kun fantasien sætter grænser.

Skriv gerne, hvis du har brug for hjælp fra redaktionen til opsætning af artikel eller indlæg.





06

Højskoleophold på Skærgården-Hjemturen

6



09

25-års jubilæums-
landsmøde



14

Trofast LAP-medlem
har deltaget i idræts-
festival 26 år i træk



16

Sommerlejr



18

Kystlejren

28

Bisættelse af
Catharina

Indhold

SOMMER - EFTERÅR 2024

Endelig sker der noget i psykiatrien og i LAP	2
Højskoleophold på Skærgården-Hjemturen	6
25-års jubilæums-landsmøde	9
Noget I bør vide... om udtræning af psykofarmaka	12
Trofast LAP-medlem har deltaget i idrætsfestival 26 år i træk	14
Sommerlejr	16
Kystlejren	18
Fru Christoffs univers:	20
Citatsiden	22
Poesiens & kunstens side	23
Lokalforeninger	24
Regionale foreninger	24
Liste over kollektive medlemmer i LAP	25
LAP 25-års jubilæum	26
Folkemødet	27
Bisættelse af Catharina	28
Krogs Krog: Midt i en krisetid	30

MEDLEMSBLADET LAP:

Landsforeningen Af nuværende og tidligere Psykiatridrugere

ADRESSE:

Medlemsbladet LAP
Store Glasvej 49, 5000 Odense C
Tlf: 6619 4511

ANSVARSHAVENDE OVERFOR PRESSELOVEN:

Hanne Wiingaard, Tlf. 2163 7314

KORREKTUR:

Jakob B. Petersen og
Inger-Liss Christoffersen

LAYOUT: Nordhav Højager

TRYK: COOL GRAY

TEKNISK ANSVARLIG:

Hanne Wiingaard
E-mail: wiingaard@lap.dk.

OPLAG: 2.000 eksemplarer

Indlæg bedes indsendt til
LAP pr. e-mail: lap@lap.dk.

DEADLINE TIL NÆSTE NR. ER:

1. november 2024.

REDAKTIONEN:

Hanne Wiingaard, Inger-Liss Christoffersen,
Tom Jul Pedersen, Michael P. Krog og Nils Holmquist

FORSIDEFOTO:

Tom Jul Pedersen

ISSN MEDLEMSBLADET LAP

ISSN 2794-6797 (Online)
ISSN 1600-8685 (Trykt udg.)

Navngivne indlæg udtrykker ikke nødvendigvis
LAP's holdninger.

Alle indlæg, der optages til bladet, bliver også lagt
ud på LAP's hjemmeside www.lap.dk

Artikler der indsendes, forbeholder redaktionen
sig ret til at redigere i.

Højskoleophold på Skærgården

Hjemturen



Tekst og foto: Tina Hesselbjerg

Det var dagen hvor jeg startede med den vanlige kop morgenkaffe i Hus D på Skærgården ved Herning. Stod i køkkenet. Havde lige tændt for elkedlen, hvorefter dampen med dets bittesmå vanddråber stod op under de ovenstående skabe. Tankerne fløj af sted. I dag er den sidste dag på mit højskoleophold, hvor jeg nu havde været i 13 uger.

Dagen forinden havde jeg sagt farvel på min helt egen måde, idet jeg havde fremført et one-man-show med Power-Point på et kæmpestort fjernsyn i højskolens kantine. Teksterne stod, stykvis, således at man ikke kunne se den forrige tekst eller den næste tekst. Dertil musik fra min medbragte højttaler, hvorved et musikstykke – instrumentalt - fra Titanic havde lydt i dette store rum. Der var omtrent 50 mennesker, som befandt sig der' denne dejlige aftenstund. Jeg havde skrevet et digt, som trådte frem på skærmen ved hjælp af min computer, der var tilknyttet dertil. Sætning på sætning blev læst op af mig selv efter at starten af musiknummeret havde lydt. Jeg havde, forinden, øvet og øvet. Jeg var bevidst om at der var nogle enkelte følelsesmæssige fælder. Havde nemlig sat mig for at jeg ikke ville stå der og tude under fremførelsen.

Det hele endte godt. Der var ro på kroppen, dog, da jeg skulle stå og gøre det tekniske klar, da rystede mine hænder gevaldigt. Men det glæder mig at, jeg kunne tage opgaven på mig som en

mand og fik stående applaus og bukkede derefter, som det sig hør og bør.

Mit digt kommer her og jeg vil lade det tale for sig selv:

Jeg er opfindsom
og på grådens rand
på samme tid
Jeg vil takke alle.
Var på vej til at flytte ind
i Hus D
til evig tid.
Enden er nu nær.
Jeg skal rigtigt hjem.
Hjem til en ny begyndelse.
Dog
dejligt at få lov til
at have gode oplevelser
med jer alle.
Mine oplevelser
lever videre
i mig
som gode minder
ingen kan tage fra mig.
Der er blandet gods:
Synsindtryk
Lytte indtryk
Gode melodier og sange
Gode smagsoplevelser
Følelser
Gode grin
God kemi
Kram
Dansende bevægelser
af forskellig karakter.
Min ny erhvervede viden
og inspiration
Min ændrede tilgang
til ting og sager

skal bringe mig videre
i livet.

Metabolsk alder 74 år
som skal reduceres
i den kommende tid.

Der skal gå's

Der skal sås

Overskud

Mine frø

skal føre nyt og godt
med sig

Kærligheden og barmhjertigheden
spredes

for alle vinde

i hjemmet

og der hvor jeg

sætter min fod

Endnu engang tak.

Jeg kerer mig om jer

Far vel

Samme aften var der mange virkelig gode indslag, som ligeledes blev taget godt imod af publikum.

En højskolekammerat gav mig, i dag, en runde i sin Mazda 2 i femkanten med dytten og båttten, hvor enkelte elever fra D huset stod udenfor og vinkede, mens jeg vinkende kørte forbi dem - med armen ud i luften og med et nedrullet vindue. Derefter fik jeg et lille lift til der, hvor jeg skulle stige på min Flixbus.

Undervejs blev jeg - via telefonen - orienteret om at i mit højbed, hjemme i haven, der lå der en and på en rede og var i gang med at ruge på sine æg. Wow, tænkte jeg, det var da ganske usædvanligt. Jeg så for mig at min have, på et givent tidspunkt, ville blive fyldt med ællinger.

Sidder lige nu i bussen og skriver denne lille historie, som jeg simpelthen bare ikke kunne lade være med. Da jeg skulle finde min plads i bussen, da skulle jeg sidde ved siden af en ældre dame, der meget nødtigt flyttede sine ting fra pladsen ud mod gangen, som var tilgængelig. Hun virkede lettere fornærmet ligefrem. Jeg tilføjede på buddistisk maner, at vi jo nok skulle kunne finde ud af det sammen. Allerede der var jeg klar over at denne buskørsel ville foregå i stilhed på de to sammenhængende sæder vi nu havde placeret hver vores bagdel på.

Tænkte straks: Hun kan da ikke ødelægge min glæde ved denne dag. Jeg sad en stund og tænkte over de sidste 13 uger, der, for mig, havde været noget ganske særligt, mens jeg gloede ud i luften og lod diverse mentale billeder komme til mig. I øvrigt havde hun taget min vinduesplads!

Mærkeligt, som man pludselig på pudsige måder alligevel kommer i en god dialog med folk på - ligesom på højskolen. Ved god tålmodighed og venlighed og ikke mindst respekt, så når man langt. På højskolen fik jeg af en med-elev et godt råd: "Vær dig selv". Dette råd fik jeg da slutningen på højskoleopholdet nærmede sig - lige midt i et kram. En anden med-elev havde en tilbøjelighed til at stikke mig et smil med et glimt i øjet, når dette virkede belejligt, hvilket var med til at hjælpe mig på rette kurs. - Damen skulle af og stak mig et smil (hun skulle jo forbi mig) og det sidste kvarter, hvor hun sad i bussen, da diskede jeg op med halvdelen af min livshistorie. Så husk endelig på, at

det ikke altid er førstehåndsindtrykket der tæller.

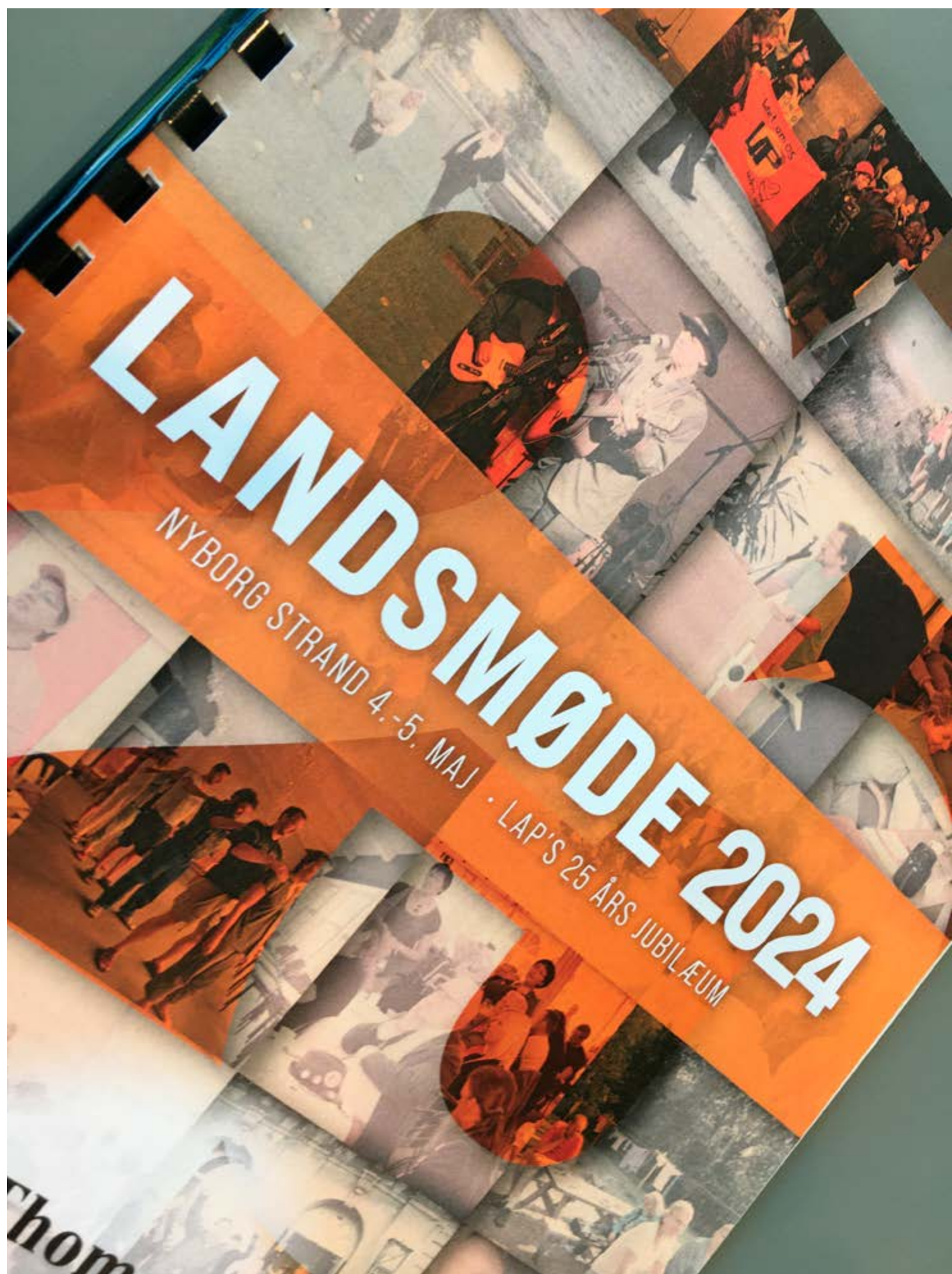
Hun var jyde og ordet københavnersnuder kom på banen, dog, vil jeg påstå, at til festen i går smeltede det hele sammen - om man så kom fra Fyn, Jylland eller Sjælland.

Jeg vil stærkt anbefale et højskoleophold som dette, der både er godt for krop og for sjæl.

I øvrigt - hvordan mon det gik med andehistorien (som ikke er nogen and). Jeg stod og så på anden fra første sal og forsøgte at tage et billede af den, med min mobiltelefon ud af det åbne vindue. Dog var der både vinduesramme og karm i vejen for at kameraet på min mobil kunne finde fokus. Den lå der på reden og kiggede skævt opad mod mig og jeg kiggede på den. Senere kunne jeg se, at den forsøgte at skaffe sig yderligere materiale der kunne skjule dens æg - i mit højbed - jeg kunne lige skimte et æg.

Senere vovede jeg mig forbi reden og kunne se at alt atter var væk. Jeg mistænker skaden for at have været et smut forbi for at tilegne sig noget mad i form af æg, desværre. Dette var afslutningen på min andehistorie.

Det er ikke alt man skal forstå: Anden ligger der i skrivende stund - igen. ■



25-års jubilæums-landsmøde



Tekst: Tom Jul Pedersen
Foto: Tom Jul Pedersen og Jette Nielsen

Landsforeningen Af nuværende og tidligere Psykiatribrugere (LAP) har i år 25-års jubilæum. Jubilæet blev markeret på foreningens landsmøde, som blev holdt i Nyborg på Fyn med en flot fotovæg, med store fotos fra de sidste mange år.

Ens øjne kunne få et gensyn med, bisidderkursus, hvor man lærer at støtte dem, der har en svær sag. Man kunne også se billeder fra medlemstræf, hvor vores medlemmer har hørt om nyt fra psykiatrien og hvad naturterapi er. Endvidere folkemødet på Bornholm, konference vi holdt på Christiansborg i København, Brugernes Bazar i Odense, hvor andre foreninger mødes, samt fra de mange tidligere landsmøder, der i mere end de sidste 10 år har været holdt i Svendborg.

I indkaldelsen til landsmødet stod der, at hvis man ville have et punkt behandlet, skulle det indsendes inden

en vis dato. Den mulighed benyttede mange sig af.

I landsmødemappen, der var sendt ud til de ca. 80 deltagere kunne man se, at der var mange “tunge” punkter på dagsordenen. Kort fortalt var det personsager, der gik på at folk skulle smides ud af LAP-foreningen. Men en af vores dirigenter der er advokat, havde nærlæst vores vedtægter, og i dem står der, at disse punkter slet ikke kan behandles på et landsmøde. Hvis nogle skal smides ud, skal det gøres på et landsledelsesmøde, først derefter kan landsmødet bekræfte eller afvise det.

Der var flere punkter som omhandlede aktiviteter, der ville koste penge. Men forslagsstiller havde ikke beskrevet hvor, pengene skulle komme fra. Hanne Wiingaard sagde på LL-mødet dagen før, at forslagene blev vedtaget måtte vi fyre lønnet personale, eller skære i deres timetal. De fleste i LAP laver frivilligt arbejde, altså arbejder gratis, de få fast lønnede kan tælles på en hånd. Med andre ord, der kunne ikke blive en reel behandling af dem. Det hele endte med at den ny landsledelse efterfølgende skal vurdere både personsager og forslag, der har økonomisk betydning efterfølgende.

Jeg henviser til referatet fra landsmødet, som kan ses på www.lap.dk, hvis man ønsker en mere detaljeret gennemgang af, hvad der skete.

Som noget ret enestående i Danmark kan alle starte en arbejdsgruppe på foreningens landsmøde. Man skal hænge et stort stykke papir op, skrive hvad arbejdsgruppen hedder og gerne fortælle om den til interesserede.





Alle kan så skrive sig på, og få et frivilligt arbejde i LAP.

Landsmødet varede to dage, den første dag sluttede vi af med festmiddag og dejlig levende musik. Dagen efter var hovedpunktet, at der skulle vælges ny landsledelse på i alt 13 personer og suppleanter. Alle der havde lyst kunne stille op ved at skrive sig på en liste, der hang på væggen inden kl. 10 søndag.

Andetsteds i bladet kan man se de 13 Landsledelsesmedlemmer og suppleanter, som plejer at blive brugt inden næste landsmøde. Næste landsmøde kan forventes at blive afholdt i 2025. Tillykke til den gode LAP-forening med de første 25 år, - jeg vil gerne være medlem også i de næste 25 år! ■



LAP's landsledelse 2024

Øverst fra venstre mod højre: Mads Larsen, Niklas Marr Nielsen, Anette Pedersen, Lars Kristensen, Ole Nielsen, Thomas Andersen, Tom Jul Pedersen, Michella Bundgaard, Lene Kristiansen, Mette Windfeld, Cornelius Christiansen. Ikke afbilledet Sara Parisa P.F. Khanjani.



Helle Sibbersen

Ny bog

Noget I bør vide... om udtrapning af psykofarmaka

Tekst: Anders Sørensen



Forfatteren Anders Sørensen skriver selv om bogen. At trappe ud af psykofarmaka – eller psykiatrisk medicin – er ofte en sværere og mere krævende proces, end man forventer. Det gælder fx antidepressiv medicin, benzodiazepiner, antipsykotika og stemningsstabiliserende midler. Bogen er vigtig læsning for alle, der skal igennem et udtrappingsforløb, og for professionelle, der arbejder med mennesker, der er i udtrapning. Men dens nyskabende tilgang til psykofarmaka og psykisk lidelse gør også, at bogen kan læses bredere af enhver med interesse for psykisk lidelse, psykiatri og medicinfri behandling.

Anders Sørensen, psykolog, ph.d. i psykiatri og mangeårig forsker i udtrapning af psykofarmaka, åbner for ny dialog om psykofarmaka og psykisk lidelse og forklarer den nyeste forskning på en fængende måde. Han giver et forskningsbaseret indblik i, hvordan psykofarmaka virker (og ikke virker),

hvad psykisk lidelse er (og ikke er), og hvad der sker i hjernen og kroppen, når man trapper ned. Han peger på, at mange udtrapninger går galt, fordi de foregår for hurtigt – og uden at man får de nødvendige redskaber til at klare sig uden medicin som strategi.

Bogen giver konkret og brugbar vejledning i, hvordan man trapper langsomt og sikkert ud, og hvordan man undervejs i processen tackler faldgruber og abstinenser som angst, følelsesmæssige udsving og fysiske symptomer. Men en stor del af bogen handler også om et ofte overset aspekt af udtrapning, nemlig hvordan man håndterer vanskelige følelser, tankemylder og andre psykiske udfordringer i et efterfølgende medicin frit liv. Her trækker forfatteren på redskaber fra metakognitiv terapi, emotionsreguleringsterapi og traumeorienterede tilgange, som han videreudvikler til udtrappingsprocessen. ■

Noget I bør vide ...
om udtrapning af psykofarmaka

ISBN: 9788702400342
Udgave: 1
Udgivelsesdato: 12. april 2024
Sider: 298
Forfatter: Anders Sørensen
Redaktør: Agnes Ringer



Om forfatteren

Anders Sørensen, psykolog og ph.d. i psykiatri, arbejder som selvstændig psykolog, foredragsholder og forsker og har siden 2016 hjulpet mennesker med at trappe sikkert og effektivt ud af psykofarmaka. Han har udgivet en række videnskabelige artikler og forskningsformidlende og debatterende indlæg i danske og internationale aviser, og han er en hyppigt benyttet ekspert i medierne i spørgsmål om udtrapning og psykisk lidelse. Han er medlem af flere internationale og nationale netværk om udtrapning og psykiatri, og han underviser og holder jævnligt foredrag i Danmark og udlandet. Han er med i bestyrelsen i Dansk Selskab for Psykosocial Rehabilitering, Dansk Psykolog Forenings Kreds København og The Inner Compass Initiative. ■

Trofast LAP-medlem har deltaget på idrætsfestival 26 år i træk



Tekst og foto: Tom Jul Pedersen

Idrætsfestival for sindslidende foregår i Vejle, oftest i juni måned. Men inden for de sidste par år har den taget navneforandring til ”Idrætsfestival for sindet”.

Sindslidende er blevet for tungt og negativt. Der bruges nu det meget lettere og positive ord sindet. Ikke kun her, men overalt, - oftest bruges nu også ordet psykisk sårbar.

Men festivalen foregår det samme sted, på en idrætskole der ligger ude i en skøn skov uden for Vejle.

Jeg har deltaget i festivalen de sidste 26 år; kun den første gang var jeg ikke med. Faktisk var LAP ikke startet den første gang, så derfor kunne jeg ikke repræsentere vores ”farver”, som består af den orange LAP T-shirt.

På festivalen er der både hold og individuelle idrætsdiscipliner. Holdene har gennem årene bestået af volleyball, hockey, fodbold og som noget nyt i år gå-fodbold. Det er helt klart holddisciplinerne, der fylder mest, med mange kampe, stort antal deltagere og semifinaler og finaler.

Der kommer hold fra forskellige Væresteder og foreninger rundt om i landet. Oftest lejer deltagerne bus, eller har deres egen, så både idrætsudøvere og personale let kan komme frem og tilbage.

Jeg kan se det er de samme, der kommer år efter år til den udsolgte festival. Især København er godt repræsenteret. Dog ikke Århus, selvom det er Danmarks næststørste by og

samtidig ligger ret tæt på Vejle. Også i år var jeg den eneste deltager fra smilets by, som vor by gerne kaldes.

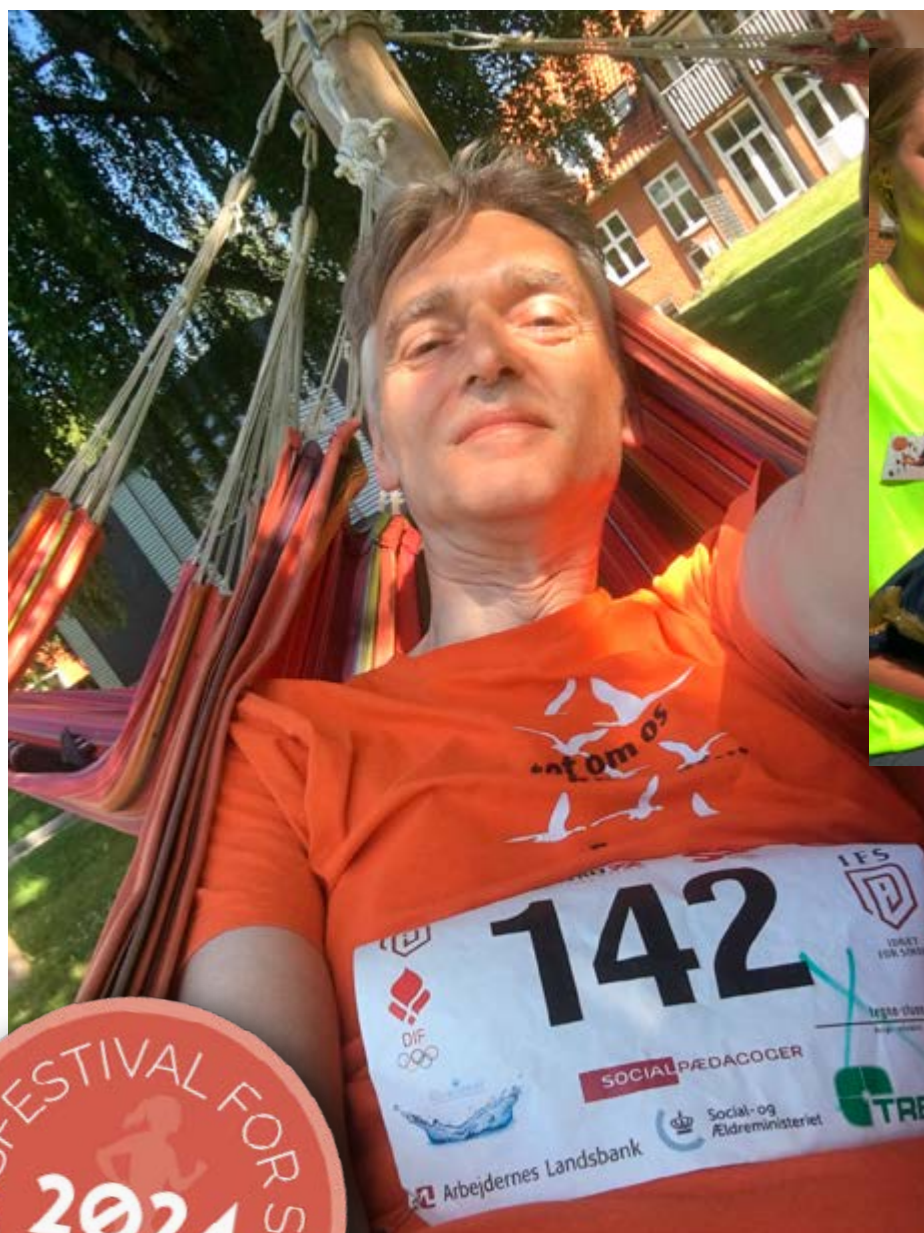
Grunden er, at de Væresteder der er for psykisk sårbare ikke længere ønsker at bruge personalekræfter på idrætten. Når Værestedet ikke reklamerer for det og sørger for tilmelding og transport, så er jeg igen og igen den eneste der kommer. Jeg er også min egen ”støtteperson”.

Før i tiden var der mange individuelle atletikdiscipliner, højdespring, længdespring, 1500 meter løb, 100 meter løb, kuglestød og crossløb. I de seneste år, har man slået dem sammen til tre-kamp eller du-atlon. Det sidste er to discipliner, det første af de tre er svømning, cykling og løb. De skal alle tre gennemføres i træk i bedste tid.

Medaljer vandt jeg de første 15-16 år i træk, netop fordi der var så mange atletikdiscipliner. Sidst jeg vandt en bronzemedalje var i 2019 i krolf, der er en blanding af golf og kroket. Her gælder det om, at skyde kuglen i hullerne i færrest slag.

Min bedste placering i år var en 5 plads i cross, som er løb i skoven på en utrolig kuperet rute. Det går meget stejlt ned af bakke til at begynde med og ender i en utrolig stejl stigning, som de fleste må gå op ad. Målstregen er på atletikstadion. Jeg førte faktisk løbet, da det gik nedad hele tiden, fordi jeg er sprintertypen. Jeg gik derimod ned, da det til sidst gik op ad bakke.

Det hele varer tre dage, på dag to er der festmiddag med levende dansemusik.



Europa-mesterskaberne i fodbold havde inspireret desserten. Lagkagerens glasur var med de forskellige landes flag og jeg tog flere stykker med vores eget Dannebrog flag på. Jeg var blevet placeret sammen med BIFOS, det står for Brønderslev Idræts Forening for Sindslidende, der kommer fra Nordjylland.

Den sidste dag blev der delt medaljer ud, både i kvinde- og manderækken, traditionen tro var der flest mænd med også i år.

Hvis man vil med til næste år, skal tilmeldingen ske på DAI (Dansk Arbejder Idrætsforbund) hjemmeside i starten af januar. Det koster over kr. 1000 at være med, de skal dog først betales senere. Datoen er 1.- 3. juli 2025, måske ses vi på idræts højskole i Vejle til næste år. Med et LAP fodboldhold for første gang nogen sinde! Eller et hold, der deltager i 3-kamp, hvor der må være tre forskellige deltagere, een til hver idrætsdisciplin. Jeg vælger løb. Så mangler vi een til svømning og cykling. Jeg håber vi kan stille et hold og måske vinde medaljer og ære til LAP! ■



Årets højdepunkt:

LAP's Sommerlejr 2024 på Brenderup Højskole



Tekst og foto: Lene Kristiansen
Deltager på Sommerlejren

Det er efterhånden blevet en tradition, at lapperne mødes på den skønne og mangfoldige Brenderup Højskole ved Middelfart. En arbejdsgruppe har i løbet af året planlagt, hvad opholdet skal indeholde. I år havde LAP fået en bevilling fra TrygFonden til at gennemføre ugen, og det er vi meget taknemmelige for.

Lappernes utrolige alsidighed

Det særlige ved Sommerlejren er, at det er vores egne medlemmer, der står for indholdet i løbet af ugen. Det vil sige planlægning af foredrag, udflugter og arbejdende værksteder. Det eneste Højskolen står for er måltider og rengøring. Så der er lagt godt op til at lapperne kan holde ferie, slappe af, fordybe sig, debattere, få nye oplevelser og være sociale, musikalske og kreative. Med andre ord: Alt det, der gør os godt både i krop og sjæl. Der er ingen krav om, hvor meget man skal deltage i aktiviteterne, så det er nysgerrigheden og lysten til at være aktiv, der afgør om man vil inspireres sammen med andre eller om man bare har lyst til at slappe af i det gode samvær.

Aktiviteter og værksteder

Som tidligere år var der ”værksteder” som krea-værksted og skrivegruppe. Noget nyt i år var, at man også kunne prøve sig af med teater-sport (improvisation). Dagene startede med Mindfulness og morgensang for de morgenfriske. Og dagene kunne afsluttes med bål og snobrød.

Massage

Et andet nyt tiltag i år, var at man kunne få massage af en massør med speciale i lymfesystemet. Det var efterspurgt blandt deltagerne og en god oplevelse, hvor man kunne få plejet sine skavanker og få vejledning i hvordan man selv kan forbedre det kropslige system.

Foredrag om at være indlagt i psykiatrien

Michelle og Astrid fortalte ud fra egen erfaring, hvordan det var at være ung og indlagt på psykiatrisk afdeling pga. spiseforstyrrelse. Det var rystende at høre, hvordan de havde været udsat for forskellige former for tvang som børn og som ung. Det var også rørende at høre fra disse unge kvinder, at de også har en enorm styrke og selvindsigt.

Lattercoach

Lattercoaching går ud på, at få teknikker til at få mere god latter ind i kroppen. For sjov og gode grin er godt for os, og man kan arbejde med det, selvom man egentlig ikke synes, at der er noget at grine af. ”Fake-it-until-you-make-it” virker også her. Mange af os psykiatribrugere har jo i forvejen erfaring med at ”tage en maske på”, når det forventes af os, selvom vi er kede af, det indvendigt. Så alle kan være med uanset hvor man ligger på humor-barometeret.

Teatersport

Som en ny aktivitet i år, kunne man afprøve teatersport. Det handler om at give sig selv lov til at improvisere og være spontan med krop og ord.



Det kan være svært for mange at ”slippe kontrollen”, og her var meget inspiration at hente. Det var sjovt at opleve denne side af hinanden, når man kun har kendt den seriøse side af personen.

Tur til Svendborg og Ribe

I Svendborg kunne man besøge et museum om den folkekære TV-serie ”Badehotellet” med efterfølgende by-vandring.

Heldagsturen gik til Ribe i år, hvor man kunne se Domkirken, museer og den hyggelige Gamle By. Der var også et mindre loppemarked langs åen med gamle og nye sager, kunsthåndværk og kulinariske specialiteter.

Aktuel politisk debat

Sommerhøjskolen er en tilbagevendende mulighed for at debattere, hvordan vi kan være med til at forbedre vilkårene for psykiatribrugere. Nogle har debatteret dette i årtier. Men man kan sagtens være med som ny, for vi har alle gode og dårlige personlige oplevelser tæt inde på livet, der kan være med til at give vores budskaber tyngde og autenticitet. I år debatterede vi bl.a. behovet for lokale væresteder og medlemsrekruttering. For os fra landsledelsen, som ofte har mulighed for at udtale os politisk, er debatter med medlemmerne et vigtigt realitets-tjek i forhold til ”hvad der rører sig” i samfundet. Højskolen er derfor en perfekt ramme for at nye medlemmer, der måske ikke ville tilmelde sig til et decideret politisk arrangement, får erfaring i at ytre sig. Måske kunne nogen få lyst til at stille op til landsledelsen? Hermed en opfordring til alle.

Sol, sommer og slush-ice

Vi var velsignede med det flotteste og varmeste sommervejr hele ugen. Godt at der var lejet en slush-ice maskine, så alle fik nok væske. Også energi-depoterne blev fyldt op med vitaminer og gode minder, som vil holde os kørende hele vinteren igennem. ■



LAP Sommerlejr
Med støtte fra
TrygFonden



Kystlejren 2024

Tekst og foto: Hanne Carlsen



En kølig fredag blev jeg ringet op om, at Kystlejrens arbejdsgruppen ville aflyse, fordi de ikke kunne leve med at skulle være politibetjente over for hinanden. Den startede lørdag. Det var blevet bestemt at alle chauffører tager en pusteprøve, så al snak om spirituskørsel kan forstumme og LAP ikke får en kæmperegning, hvis nogen af de dyre lejebiler forulykker grundet spirituskørsel.

Jeg har ikke de forbehold om at bede chauffører puste og arbejdede derfor for, at Kystlejren 2024 i LAP's 25-års jubilæumsår blev til noget.

15 forventningsfulde mennesker dukkede op på det nye sted i Thorsminde, hvor vi boede på havnen. Byen er bag klitterne. Romantisk. Beskyttet. Brugt af kuttere og lystsejlere.

Mågerne flyver rundt her, det udenørs spabad er opvarmet og selv i

gråvejr er det lækkert at dykke ned i vandet. Der var fire udflugter.

Masser af mad og godt selskab.

Deltagerne på lejren fik set sand-skulpturer, Kaj Munk museet, Vedersø Kirke, og et museum for isens betydning for fiskeriet og isskulpturer. Vi fik også set en bunker, religiøs kunst – ja, det var alsidigt. En debat nu og da blev det også til om LAP's organisering.

Jeg nød turene i klitterne. Vi fløj med drage og fik blæst sjælen igennem i den stride vestenvind. Vandet teede sig, mildt og venligt en dag, og dagen efter var vandet nået helt op til klitterne. Hvilken vildskab!

Festen var uforglemmelig, med helstegt pattegris.

Og fremførelse af ting og sager af LAP-medlemmerne. Sjovt. Jeg gør det gerne igen! ■





Fru Christoffs univers

Personlig klumme af Inger-Liss Christoffersen

Tekst og foto: Inger-Liss Christoffersen

I sidste nr. af LAP-Bladet lød min overskrift: Et nyt år truer – eller måske bliver alting godt igen?

Desværre kom det første til at passe for mig. I slutningen af februar blev jeg opereret for cancer – jeg havde selv haft en mistanke et stykke tid, men alligevel var det noget af et chok, at professoren på Gentofte Hospital fortalte at det var galt, men opdaget i tide.

Jeg blev straks sat i gang med en ”kræftpakke” som det hedder, der gik helt efter bogen – jeg kan ikke klage, men kun rose professoren og hans stab for vellykket behandling. Efterfølgende fik jeg en forebyggende behandling i 4 måneder, som jeg selv afsluttede – efter aftale med Herlev Hospital. Så mange bivirkninger kunne jeg ikke holde til.

Jeg kom til en aftale med onkologen i Herlev den 30. august. Havde

heldigvis min gode ven Freddie med til samtalen, som endte i, at jeg sagde ja til at afprøve et andet antihormon, men hvis det også gav store bivirkninger, skulle jeg stoppe og så blot komme til afsluttede besøg den 8. oktober.

Nu ser jeg frem til at få forlænget livet med en hel del år og måske gode oplevelser også selvom de nye piller ikke duer.

Det siger sig selv at dette indgreb gik ud over mine kræfter, energi og oplevelser. Jeg håber at jeg snart kommer til Langeland for at se Davids sommerhus i Humble og igen at få oplevelser med mine venner og veninder.

Lidt festligt skal der snart ske

Meget snart skal jeg til barnedåb hos min nevø og gudbarn Niclas, for 3. pige er ankommet og skal hedde Lova. Sjovt at alle pigernes navne begynder med L og at de har 2 mellemnavne. Det skyldes nok at mor Madeleine er svensk, og det er vist kutyme i Sverige med 3 navne. Vanskeligt for mig at huske dem alle, så det bliver Lilli, Laura og Lova.

Microsoft gik ned igen!

For et par måneder siden gik Microsoft som bekendt ned i hele verden – ikke kun private pc'er – jeg anede ikke at firmaet havde så mange aktiviteter både i lufthavne, til vands og i private firmaer. At jeg lige blev ramt af nedbrud, så jeg ingen mail havde, ikke kunne skrive i Word eller komme til mine fotos i 14 dage – ja, den kvikke læser af blad nr. 1.24 vil vide at min pc også gik ned i januar måned. Dengang kunne jeg få hjælp af en supporter – dvs. det blev 2 stk. - og det gjorde det let at komme over problemet. Men ak! Den service er lukket helt ned og erstattet med en robotdame som gerne ville hjælpe, men til slut da jeg ville tale med en fra support, forsvandt hun lige så stille. Jeg så ingen anden udvej end at nulstille pc'en så den blev som da jeg købte min Lenovo.



Alt andet skulle jeg selv lægge ind igen – fik dog god hjælp af en genbo her i foreningen. Det tog flere dage, men endelig var jeg igen registreret som Microsoft-bruger. Da jeg bruger Windows 11, den seneste opdatering, var det vigtigt at kunne være på Microsoft. Da One Drive, altså ”skyen” heller ikke kunne findes var det en kamp. Jeg har kun hørt om et enkelt par som også var blevet lukket ned – de gik til Elgiganten hvor deres pc blev ordnet, det kostede vist noget. Sjovt nok var dette ikke noget som medierne interesserede sig for at komme ud med – nok fordi mange stadig bruger Windows 10, hvor der ingen problemer var. Men vent bare, inden længe forlanger Microsoft at man skal bruge Windows 11. Så må de vist stramme op et vist sted, for ellers vil folk købe af andre udbydere, selvom der ikke er mange alternativer.

Diverse

Ind i mellem cancerbehandlingen skulle et nyt tandsæt/implantat sættes på plads, for i februar måtte jeg have en større tandoperation, som beskrevet i sidste Fru Christoff, og dette måtte vente til jeg var kommet oven på operationen på Gentofte. Det blev en dyr omgang, som kommunen kun støttede med en tredjedel af det fulde beløb hvilket næsten ruinerede min kassekredit. Nå, men det er jo kun penge, som min søn plejer at sige!

Ida, min søde kat, havde i maj haft 3 steder i pelsen, som hun konstant slikkede på – jeg måtte til dyrlægen – og det hjalp med min gode ven Freddie mig med. Ida skulle jo ind i transportkassen og det er noget jeg ikke kan klare alene. Hun udviser enorme kræfter når hun tvinges derind, men Freddie tog hende blot i nakkeskindet og vupti så var hun inde og døren lukket. Hos dyrlægen fik vi at vide, at hun havde

været oppe at slås for nogle uger siden og der nu var betændelse. Så fik hun en smertestillende sprøjte og en til med antibiotika. En æske med piller til fortsættelse af kuren skulle gives morgen og aften i 6 dage – det var en kamp at få det til at ske. Men det endte lykkeligt med at Ida blev rask.

Haven har ikke været pæn i år på grund af manglende energi og at min havemand har en alvorlig syg kone, min bedste veninde. Jeg kalder det en vild have og håber at næste år bliver det bedre.

Højdepunkter

Søndag den 9. juni kl. 20 var David og jeg til Rod Steward koncert i Royal Arena, billetter var bestilt oktober sidste år. Man kan tænke hvad man vil om det royale sted, jeg siger kun at det var en kamp på linje med at bestige Mount Everest, for mig at komme op igennem beton trapperne til Level 3, sektion 314, række 13, plads 381. Billetpris 755,- kr. Nå, men da først Rod kom på scenen glemte jeg, at jeg nærmest var ved at dåne på vej op. Det var en stor musisk og scenisk oplevelse, som stadig sidder gemt i mig. Selvom han lignede en lille prik fra vores plads – der var store skærme, hvor man kunne se hvad der foregik – og lyden var helt okay. Han kan altså stadig noget den gamle dreng.

Håber TV har optaget koncerten, så jeg kan gense det hele hjemme i stuen på et tidspunkt.

Jeg var også en tur i biografen med en veninde, hvor vi så One Time med den 86-årige Anthony Hopkins, som Nicolas Winton. En sandfærdig historie fra 2. verdenskrig (1938-39), hvor nogle frivillige sørgede for at få bragt en masse jødiske børn fra Tjekkosllovakiet i pleje i England. En rørende og oplysende film med flotte karakterroller.

En gave fra god veninde

Jeg fik en fin rengøringsgave af Ingerlise, hun synes jeg skulle forkæles lidt efter alt det jeg havde udstået. Det var dejligt at få støvsuget og vasket gulve i hele huset, ja badeværelset fik også en omgang og samtidig en god snak.

Nu vil jeg slutte af for denne gang - jeg er klar over at det ikke alt sammen er lystigt, men det er jo mig der oplever det og fortæller om det – dog er ikke hele mit privatliv optrevet.

Hav det godt derude, håber I har haft en god sommer – nu venter efterår og vinter og inden vi ved af det starter endnu et nyt år. Om det bliver godt eller skidt ved vi heldigvis ikke. ■

Kærligst
Inger-Liss



Citatsiden

Redigeret af: Inger-Liss Christoffersen

10 UDVALGTE CITATER FRA
REITZELS CITATBOG - TIL AT
BLIVE KLOG AF, TÆNKSOMME
OG SJOVE.

KVINDER

Når kvinder taler om stofskifte, mener de en ny kjole.

Peter Ustinow

BERØMMELSE

En berømmethed er et menneske, der hele livet igennem har arbejdet hårdt for at blive kendt, og som bærer solbriller for at ingen skal kende ham.

FredAllen

PENGE

Den sikreste måde at fordoble sine penge på er, at folde sedlerne sammen en gang og putte dem i lommen.

Frank McKinney Hubbard

DIKTATUR

Diktaturets bedste våben er hemmeligholdelse. Demokratiets bedste våben er åbenhed.

Edward Tefler

AVISER

Den redaktionelle det af en avis er det stof, der står mellem annoncerne.

Lord Thomson of Fleet

FJERNSYN

Dansk TV-underholdning ligner ofte Resteniler til plejehjemets sidste beboere.

Michael Blædel

FILM

Jeg må indrømme en ting om biograferne i dag: Der er som regel mere affald på lærredet, end der er på gulvet.

Bette Davis

KARI-KATUR

Karikaturtegnere er folk, der af-fyrer tilsigtede strejfskud.

Ralph Boller

BIBLIOTEKER

Bøgerne demonstrerer klogskab og viser uden undtagelse alle ryggen.

Hanns-Hermann Kersten

DANMARK

Når jeg sammenligner med, hvad mine kolleger udsættes for i udlandet, så synes jeg, vi bor 10 numre fra Paradiset.

Margrethe II af Danmark





Vittighed og tekst: Nils Holmquist

Poesiens & kunstens side

FØNIXHJERTE

I et euforisk øjeblik
glemte jeg min sårbarhed
og sagde ”jeg elsker dig”.
Du svarede ”jeg holder også rigtig meget af dig”.
Mit hjerte brændte sammen og blev til aske.
Men fordi det var dig, er det nu en Fønix.

Digt af Introverta Hansen

Junkie-nyt

Foreningen af danske heroin-misbrugere har lagt sag an mod brødbranchen og dansk bagerlaug. Misbrugerne påpeger at man er gået et nålestik for langt i stigmatiseringen af junkier. Det er produktet kammerjunkere, der får dem til at føle sig udsat. Når man kan blive sammenlignet med en kammerjunker, henviser det til at man er passiv modtager af et så sløvende stof, at man ligger på et kammer. Andre kan endda tro at man har sovekammerøjne. Heroin-misbrugerne siger, at de ikke vil grupperes med nogen, der ligger på deres flade i et kammer. De er skam på hårdt arbejde hver dag, lyder det fra foreningen.



Maleri: Lene Astrup

Lokalforeninger

LAP ÅRHUS:

v/Lise Jul Pedersen
Telefon 53 58 20 14, jp@stenogtage.dk og
Tom Jul Pedersen
Telefon 29 88 45 32, tomjulpedersen@gmail.com

LAP VESTSJÆLLAND:

Forperson Valentina Djurhuus
Telefon 22 55 10 46, v.djurhuus@gmail.com

LAP ROSKILDE OG OMEGN:

Midlertidig kontaktperson: Hanne Wiingaard
Telefon 21 63 73 14, wiingaard@lap.dk

LAP KØGE OG OMEGN:

v/Tina Møllegaard Hesselbjerg
t.hesselbjerg@gmail.com
www.lapkoege.dk

LAP NÆSTVED OG OMEGN:

v/Hanne Wiingaard, Pilevej 4, 4683 Rønnede
Telefon 21 63 73 14, wiingaard@lap.dk

LAP KØBENHAVN/FREDERIKSBERG:

Formand Cornelius Christiansen,
Telefon 30 62 37 59, kontor@lap-kbh.dk
www.lap-kbh.dk

LAP GULDBORGSUND:

Formand Jacob Helwig Nielsen
Telefon 25 88 25 66, jacob@helwig74.dk

LAP RANDERS:

Formand Anette Rousing
Telefon 27 33 57 13, lapranders@gmail.com

LAP AALBORG:

Kontakt: Signe Seiersen
Tlf.: 50 59 38 14, signe.s@mail1.stofanet.dk

LAP SVENDBORG OG OMEGN:

Formand Lars Kristensen
Telefon: 29 84 04 07, lars@ljk.one

Regionale foreninger

LAP REGION HOVEDSTADEN

LAP REGION SJÆLLAND:

Hanne Wiingaard
Telefon 21 63 73 14, wiingaard@lap.dk

LAP REGION NORDJYLLAND:

Signe Seiersen
Telefon 50 59 38 14, signe.s@mail1.stofanet.dk

LAP REGION MIDTJYLLAND:

Tom Jul Pedersen
Telefon 29 88 45 32, tomjulpedersen@gmail.com

LAP REGION SYDDANMARK:

Lars Kristensen
Telefon: 29 84 04 07, lars@lap.dk

Liste over kollektive medlemmer i LAP

Atriumfonden	4862 Guldborg	Multihuset Kasernevej	4300 Holbæk
Bofællesskabet Kirsten Marie	2800 Kgs. Lyngby	NABO-Center Amager	2300 København S
Botilbudet Skovsbovej	5700 Svendborg	Netværkstedet Thorvaldsen	1871 Frederiksberg C
Brugerrådet f/Socialpsyk.Jammerbugt Kommune	9440 Åbybro	PH - Aktiv	8600 Silkeborg
BUPS – Brugerudviklingsprojekt for Psykisk syge & Sårbare	2820 Gentofte	Samværs- og Aktivitetshuset Pinta	2720 Vanløse
Café Aroma	5700 Svendborg	Sind klubben i Hillerød	3400 Hillerød
Café Utopia	7500 Holstebro	Polaris Center Herning	7400 Herning
Center Nørrebro	2500 Valby	Socialpsykiatrien, Botilbud	4640 Faxe
CSD Odense	5000 Odense C	Socialpsykiatrisk Center	4330 Hvalsø
Den Gule Dør	4600 Køge	Socialpsykiatrisk Center Rosengaarden	6900 Skjern
Det Gule Hus / Askovgaarden	2200 København N	Stoppestedet	5000 Odense C
Folkets Hus	4840 Nørre Alslev	Støttecentret	6950 Ringkøbing
Gallohuset	8000 Århus C	Støttecentret	6920 Videbæk
Haslekollegiet	8210 Århus V	Sundbygård	2300 København S
Huset i Overgade	9800 Hjørring	Sølvagergård	4293 Dianalund
Ildrætsforeningen Kæmperne	2300 København S	Tusindfryd	6880 Tarm
Lyspunktet	4500 Nykøbing Sj	Værestedet Perronen	4800 Nykøbing F
Mamma Mia	2400 København NV	Værestedet Væksthuset	8700 Horsens
Mandagsklubben i Vejlbj Vest	8240 Risskov		

- Jeg er nuværende eller tidligere psykiatribruget og ønsker medlemskab af LAP: 125 kr. årligt
- Jeg er nuværende eller tidligere psykiatribruget og ønsker medlemskab af LAP, jeg er på kontanthjælp/hjemløs: 50 kr. årligt
- Vi er psykiatribrugere og ønsker kollektivt medlemskab af LAP for vores forening/værested/institution m. v. [kontakt sekretariatet]
- Jeg er ikke psykiatribruget, men ønsker abonnement på Medlemsbladet LAP: 175 kr. årligt
- Vi ønsker abonnement på Medlemsbladet LAP til vores institution/forening: 300 kr. årligt
- Individuelt støttemedlemskab: 200 kr. årligt
- Kollektivt støttemedlemskab: 600 kr. årligt

Du er velkommen til straks at indbetale dit medlemskab/abonnement på LAP's konto i Danske Bank: Reg. : 3574, konto: 30 01 88 89 27 eller via MobilePay til nr. 66 88 55 [LAP Landsforeningen] - husk at skrive afsender på din betaling. Ellers vil du ved indsendelse af denne indmeldelsesblanket modtage et indbetalingskort.

Indmeldelse kan også foregå på www.lap.dk

INDMELDELSBLANKET

NAVN:

ADRESSE:

FØDSELSDATO OG ÅR:

POSTNR. OG BY:

KOMMUNE:

REGION:

EVT. TLF:

EVT. EMAIL:



Landsforeningen Af nuværende og tidligere Psykiatribrugere
Store Glasvej 49 · 5000 Odense C · Tlf: 66 19 45 11

LAP 25-års jubilæum

Melodi: "Hvem kan sejle foruden vind"

Tekst: Henrik Mølsøe og Jakob Juel Hansen

Hvem kan sejle foruden vind
Hvem kan ro uden årer
Hvem kan skilles fra vennen sin
Uden at fælde en tårer

Vi vil synge om LAP hvor ven
Vi en stemme vil kræve
Vil ej tie og tabe den
Hvort sammenhold er en gave

Vi er mennesker på lige fod
hver vi har vore kampe
Giver hverandre lidt ekstra mod
I mørket et lys en lampe

I Lap vi stræber med liv og lyst
tror på vilkår er lige
Et sted hvor sagen den ej er tyst
Sindets fordomme vige

fællesskabet vi søger tit
Ved bålet vi stimler Sammen
Snakker om livet og dit og mit
Med sang, musik og krammen.

LAP du trækker det hele op
I år du høster din ære
Femogtyve er mange år
Hurra for din indsats du kære

Vi kan sejle foruden vind
Vi kan ro uden årer
Jeg vil ej skilles fra vennen min
Uden at fælde en tåre

I LAP vi kæmper acceptens dyst!



Store Glasvej 49, 5000 Odense C



POST

Sendes ufrankeret
Modtageren
betaler portoen

**LANDSFORENINGEN AF NUVÆRENDE OG
TIDLIGERE PSYKIATRIBRUGERE**

+++ 15714 +++

7993 Sydjylland-Fyn USF B

Folkemødet



Tekst og foto: Tom Jul Pedersen

Traditionen tro var folkemødet på Bornholm igen i den ret lille by Allinge, der ligger på nordspidsen af Bornholm. Det hele breder sig dog langt uden for byen da strandene omkring den også tages i brug. I år var der rekord mange events, som det hedder nu til dags. Hele 3.300 events var der på Folkemødet i år. Mange tror at folkemøde er politisk, da det er det TV-kanalerne fokuserer på. Det er det mindste af det hele. Det politiske svarer til lillefingeren på en hånd. De andre fingre er alt lige fra fagforeninger, aviser, Politiforbundet, Journalist Forbundet, Dansk Håndbold Forening, Diabetesforeningen og nogle der vil have forbudt religiøse omskæringer af små drenge. Det hele er inddelt i sektioner, så man nemmere kan finde det man interesserer sig for. Ved hovedscenen finder man alle de politiske partier. De politiske partier har ret til at tale på hovedscenen, og det er ofte det man ser i TV. På det der hedder kæmpestranden er der "ånd og sjæl".

Denne brede titel omfatter ofte foreninger, der hjælper sindslidende. Det er blandt andre OCD-foreningen, forkortelsen på de tre bogstaver står for tvangstanker, som betyder at man er styret af handlinger, der invaliderer ens tilværelse. Man skal hele tiden tjekke om døren er låst eller vaske hænder 50 gange om dagen. TUBA var der også i år, den forkortelse står for børn der nu er voksne, men de er vokset op med alkoholiserede forældre. Head-Space have også et telt, og her må der igen en oversættelse til. Head-Space hjælper unge mennesker, der har mentale problemer. Vor tidligere statsminister Poul Nyrup har valgt at bruge sin energi på dem. Poul Nyrup trak fulde huse, når han deltog i deres debatter. Vores egen LAP forening plejer også at være der, men i år havde vi sparet teltet væk. Det er ret dyrt at leje, tilmed skal man også betale for gulv, strøm, borde og stole, selv pladsen foran teltet skal der betales for, hvis man vil benytte den.

LAP deltog i en debat, der foregik i Enhedslistens telt, hvor vi debatterede fremtidens psykiatri. Jeg havde LAP's plads, tilmed var jeg flankeret af to kvinder, en læge samt en fra en anden forening. De to kvinder var meget livlige og engagerede, det var en fornøjelse at stå sammen med dem. Den time det varede fløj afsted, jeg viste dog ikke, at det hele blev live-streamet og man kunne se det på Enhedslistens webside. Helle Sibbersen fra vores Landsledelse, fortalte mig senere at hun havde set det live, og at jeg gjorde det godt. Jeg siger mange tak for rosen og for info om at det kom ud, så alle havde mulighed for at se det. Hvis du vil se det, kan du glæde til det kommer

på LAP's webside, da det er optaget til vores eget LAP-TV.

Hvis man skulle få lyst til at deltage til næste år foregår det i dagene 12.-14. juni 2025.

Man skal dog ikke lide af berøringsangst, da man står som sild i en tønde i busserne til og fra Allinge. Man kommer også til at gå meget, på brosten, i sand, i regn og i år også i bagende sol. Konstant bombarderet med sanseindtryk og må drible uden om mennesker i det uendelige, når man går fra et arrangement til et andet. For at gøre ondt værre havde busselskabet Kombardo solgt alt for mange billetter, da vi skulle hjem fra folkemødet om søndagen. Det betød, at der var forvirring om hvordan vi skulle komme med bus fra Ystad i Sverige til København. Der holdt ingen busser på havnen! Det viste sig de holdt nogle hundrede meter længere henne. Det var private busser og ikke Kombardos egne busser. Det var nogle de havde lejet til de tusinde-vis, der skulle hjem. Som buschaufføren sagde til os: "De har solgt for mange billetter".

Selve logistikken brød sammen, hvor holdt bussen? Hvilken en skulle man med? Da vi kom til Københavns lufthavn kunne passagererne kun gå ud af midter-døren, da fordøren var blokeret af tasker og kufferter. Det hele resulterede i, at vi kom en time senere til København og vi måtte tage et senere tog til Jylland. Mod normalt 8 timer fra Bornholm, varede det hele 12 timer før vi var i Århus.

Der er således meget at tænke på, hvis man vil til Solskinsøen til næste år og få en masse gode oplevelser, og blive klogere på politik og menneskets ånd og sjæl!

Bisættelse af Catharina



Tekst og foto: Tina Hesselbjerg

Lige nu sidder jeg i en Flixbus på vej hjem igen fra Århus med retning mod København. Har pt. to sæder, som jeg kan have mig selv og alle mine pakkelliker på. Tænk hvis nu man fik brug for et kamera og ligeså en pc. Jeg sidder og kører baglæns, ved et bord, og har dermed alle mine medpassagerer foran mig, Face to face.

I dag den 30. maj fandt bisættelsen sted i Skjoldholm Kirke ved Brabrand i Århus. Måske lidt usædvanligt at stå op klokken 3 om natten, men da højtideligheden fandt sted klokken 11, da var dette en nødvendighed. Vi, Iben og jeg, kom dog i meget god tid, men hellere lidt for tidligt end lidt for sent.

Kenneth, der er søn til Catharina, havde meddelt mig ret tidligt at hans mor var sovet ind. Altid trist at miste en forælder. Ligeledes en trist besked at få for mig, da hun jo var en del af vores skrivehold, som opstod i 2023 på LAP-Sommerlejr. En bårebuket kom på banen fra skriveholdet. I det hele taget var der mange blomster, der prydede gulvet foran kisten.

Et professionelt team fik sat stemningen

Bedemand, kirketjener og præst var således til stede. Ja – hvad skulle vi dog gøre uden hver af disse personligheder. Til selve højtideligheden begyndte folk stille og roligt at ankomme til kirken en halv time før. Kenneth fik hilst på

alle de deltagere, der viste sig til denne bisættelse af hans mor. Klokken 11.00 kunne man høre orgelets toner og derfra gik det som vanen byder. Gode melodier og sange fik vi fornøjelsen af at synge. Præsten fortalte om personligheden Catharina – et digt blev læst op – og melodien Maleika genlød i det store rum mens minderne kom til mig om Catharina, der jo gentagne gange havde sunget denne sang på LAP-Sommerlejr.

Til slut blev kisten båret ud til rustvognen, der holdt lige udenfor døren. Dette forbliver – af mig - husket med både lyd og med gode billeder på nethinden. Når man kigger inde fra kirken og ud igennem døren, ses en masse grønt, som umiddelbart ligner en lille lund i dette særlige moment. Kisten var nu at se bagerst i rustvognen, mens bagsmækken fortsat var åben. Solen skinnede kraftigt og kisten lyste op mens fuglene begyndte at synge hver deres sang. Ellers var der stilhed og alle kiggede og mindedes denne prægtige kvinde, der nu blev sagt farvel til, inden hun skulle ud på sin sidste rejse.

Inden højtideligheden rigtig gik i gang, fik Iben og jeg forsynet os med kaffe og vand i de tilstødende lokaler, hvor vi blev mødt af ren venlighed. I toget havde vi klargjort nogle tekster, der gerne skulle leveres på den ene eller på den anden måde. Vi besluttede at læse vore tekster op her og nu. Kenneth stod og lyttede. Her vil jeg gengive hver vores tekst. ■



Tina:

Catharina var en levende personlighed, der, de gange jeg så hende, var iklædt godt humør, rød læbestift og farverige kjoler, som kan sammenlignes, hvad farver angår, med de hollandske tulipanmarker. Vi sås på LAP-Sommerlejr flere gange og kemien, synes jeg, var der straks.

Sommeren 2023 indgik vi i en skrivegruppe, hvor vi senere hen sås hjemme hos mig. Vi var 7, der overnattede i mit hjem i tre nætter. I alt fire uforglemmelige dage, hvor vi hovedsagligt sad på terrassen i min have i strålende solskinsvejr.

Æret være dit minde. ■



Iben:

Kære Catharina

Det er ikke længe, jeg har kendt dig, men vores samvær såede i mig et ønske om langt venskab og mange gode stunder – sammen.

Åh, Catharina.

Som en sommerfugl i dine kjoler, som en sol, der lyser og varmer op i dem, som har den glæde at være i dit nærvær som de to er du!

Jeg skriver i nutid, for når man er i andres tanker, er man stadig!

Sov nu godt ■



Midt i en krisetid

Verden er i krise og kloden er af lave, men livet går videre

Vi troede vist at når Corona-epidemien var ovre, så blev verden igen normal og tilbage til sådan som det var før verden gik af lave. Verdens tilstand beskrives hele tiden og alle medier taler om det. Det er som vejret, at alle taler om det, men ingen gør noget ved det. Kløge hoveder og fremtidsforskere forudså, at når Coronaen var ovre ville verden blive helt vild og næsten hysterisk glad, som i de swingende og brølende tyvere.

Alle ville ud og høre musik, danse og opleve verden på ny. Sådan blev det vist ikke. Man må unægtelig sige med et andet Storm P. - citat, at det er svært at spå – især om fremtiden. Folk er stadig bange for at gå ud og biografte, teatre og revyer bemærker at der er mere tøven og tilbageholdenhed. Det er mere stille end det var før – verden gik af lave.

Dan Turréll skrev, at man skulle være taxachauffør... Jeg blev nu journalist i stedet. Jeg vil nu hellere være milliardær. Jeg læser nemlig, at en amerikansk milliardær, som det første privatmenneske har været på vandring i rummet og set jorden ovenfra. Han udtaler begejstret: Herfra ligner jorden en perfekt verden. Så langt skal man altså væk for at se jorden i perspektiv.

I USA har de mange problemer, med uroligheder, racediskrimination, forurening, klimaforandring, økonomi, inflation, krige og valget af en ny præsident. Præsident Joe Biden måtte gå som præsidentkandidat efter en TV-debat på grund af alder og nødtvungent overlade valgkampen til vicepræsident

Kamala Harris. Donald Trump er der stadig, men det ser dog ud til at han har det sværere. Selvom han har svært ved at overholde takt og tone og en debat uden skældsord og uhøfligheder, er der jo stadig de gamle ordensregler om at man ikke må slå på en kvinde. Han beskylder i stedet demokraterne for at ville dræbe børn gennem abortlovgivningen og en by for at have så mange indvandrere som spiser hunde, katte og andre kæledyr. Han kender også den gamle tommelfingerregel om, at det bedste forsvar er et angreb. I løbet af de seneste måneder har der været to attentatforsøg mod ham, hvilket han mener er demokraternes skyld, fordi de taler så hårdt og beskylder ham for så mange mindre pæne ting. Jeg så en falsk annonce forleden med et billede fra TV-debatten, hvor de to kamphæner og -hunner gav hinanden hånden. Under billedet stod der 'Harris dræber 78-årig baby, live under tv-debat.'

Det går lidt mere stille for sig under den politiske debat i Danmark.

Dog indrømmer Statsministeren at Regeringen er mærkelig. Hun vil heller ikke længere bebrejde danskerne at de ikke vil arbejde mere. Mette Frederiksen er blevet misforstået. Alligevel vil hun ikke fortsætte med at forhøje pensionsalderen. Vicesstatsminister og forsvarsminister Troels Lund Poulsen udtaler ildevarslenende at 'vi skal ikke føde børn fordi russerne angriber os'. Det tredje hjul på giggen, Lars Løkke Rasmussen kører ufortrødent videre, som chauffør for klovnebussen - nu med sexchikane.

Statsministeren elsker Arne-pensionen, mens udenrigsministeren elsker Senior-pensionen. Forsvarsministeren elsker ikke nogen. Disse tre musketerer står ikke lige så last og brask som før. Det er ikke så meget 'alle for én' som 'alle er sig selv nærmest'.

Den sidste tid i sommerferien, før den er overstået og erstattes af den første tirsdag i oktober, hvor Folketinget åbner igen, har alligevel været travl. De fælles pressemøder har presset sig på og ligget som perler på en snor, selvom uenigheden i regeringen ikke helt kan skjules. Senest er et nyt forslag til en ny sundhedsreform lagt frem. Blandt andet skal Hovedstadsregionen og Region Sjælland lægges sammen til en helt ny og meget stor Region Øst. Jylland får lov til at passe sig selv. Der har været en del tilløb til en ny psykiatrilov og -reform. Mindst i de sidste 5 år har man talt om en 10-års reform, som stadig er på vej. Der har været lappeløsninger – men landsforeningen LAP vil ikke kalde det LAP-løsninger – som ikke rigtigt har virket. Mest fordi der ikke er fulgt nok penge med. Således er der stadig større ventelister på, blandt andet at blive diagnosticeret. Der er på trods om løfter om det modsatte – stadig flere tvangsansendelser. Det har man blandt andet *ikke* løst ved i en større handicapreform at tilføre, tillade og tilbyde endnu flere muligheder for brug af tvang. Der er omkring 2-års ventetid for at få en diagnose, og dermed andet end akuthjælp. En pige fortæller at hun også fik tilbudt at vente 2 år, før hun kunne få en diagnose.

KROGS KROG

Af Michael P. Krog



Bemærk venligst at vi i disse SOME-tider ikke går specielt efter at udstille kvindedekønet, da det første forsøg var og er en mand. Døm selv med dette foto fra Socialdemokratiets kongres i Ålborg: Kongressen havde fornemt besøg af Smaddermanden, som også havde fingeren fremme. Inspiration til ny frisure kan komme mange steder fra.

Hun hævdede sin børneopsparing og betalte 20.000 for at få sin diagnose. Således bliver der større ulighed end den, som der allerede er. Hvis man har pengene, kan man springe ventelisten over og har man ingen penge, må man vente. Som man sang i min barndom om hvor 'der bor en bager': Har Du penge så kan Du få – og har Du ingen så må Du gå. Det er ikke en velfærdsstat værdig.

Her til sidst en noget hårrejsende historie: For nogle år siden var jeg en entusiastisk redaktør som hver gang tropede op, når et væsentligt ministerium skiftede minister. Den såkaldte 'overdragelsesforretning'. Engang blev det

Henrik Dam Kristensens tur til at blive Socialminister. Han var ellers kendt som postbuddet fra Vorbasse. Der hvor professor Tribini's forgænger, professor Labri i sin tid anlagde sin 'krigshavn'. Jeg var også dengang optaget af Hans Scherfigs roman 'Det forsømte forår'. Det slog mig da jeg talte med den nye Socialminister, at han da virkelig havde en ufiks frisure, eller rettere pandehår. Han trængte til et godt råd. Derfor skrev jeg i tidsskriftet Outsideren, at Henrik Dam K. udpræget var symbolet på manden med det forsømte forhår. Sandelig om ikke, at han mindre end to uger efter fuldstændig havde skiftet frisure.

Sig så ikke noget om pressens magt. Nu er vi ved dén igen. Socialdemokratiet har set meningsmålingerne og skal for ikke at miste magten og hovedet, gøre noget nyt. Der skal skiftes stil. Første tegn er vist, at Mette Frederiksen har skiftet frisure. Den er blevet meget omtalt og meget kritiseret. Ord som 80'er look, hockey frisure for slet ikke at tale om 'svenskerhår'. Er tiden kommet til en målrettet sindelagskampagne?

Kys det nu, det satans liv, grib det, fang det før det er forbi.

Hav det nu godt og pas rigtigt godt på jer selv! ■



AFSENDER: MEDLEMSBLADET LAP, STORE GLASVEJ 49, 5000 ODENSE C



DANMARK

PP