

Nyhedsbrev fra Ørbæklund.

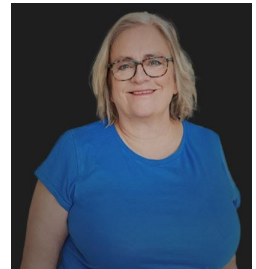


Billeder fra sidste Sundhedsdag den 18. september 2023

Sundhed & Fællesskaber

Så blev det oktober og der er nogen, som ser frem til efterårsferien i uge 42. I værestedet vil vi byde ind med muligheder for udflugter, hvor vi hver morgen kl. 9:30 mødes i Kreativ for at planlægge dagen. Inden det skal vi deltage i Sundhed og Fællesskabsugen, som for vores vedkommende i år vil byde på foredrag og gåture.

Den 9. oktober, går vi en tur i Brande by kl. 9:30 og kl. 10:30 i cafe Laicos kommer Bente Jacobsen og fortæller sin personlige historie om angst—essens og hvad angst handler om.



Den 10. oktober starter dagen allerede kl. 7:15 for de morgenfriske, som køres til Herning for at følges med Patrick ud af Herning kl. 8:00.

Der vil i løbet af dagen være mulighed for at blive kørt til to opsamlingssteder, hvor man kan gå med på en 3 eller 5 kilometers tur. Turen slutter på Brande torv forventeligt kl. 16:00.

Kl. 18:00 er det foredrag og fællesspisning med Patrick Cakirli. Tilmeldingsfristen er overskredet.

Den 11. oktober starter vi igen tidligt. Turen handler i dag om at følge Patrick ud af Brande og videre på sin march. Vi går fra Ørbæklund til Brande Torv kl. 7:15, hvor der tilbydes gratis rundstykker kl. 7:30. Turen går mod Grindsted. Det vil være muligt at blive hentet, når man synes der er gået langt nok.



Fra turen i 2022

Møllemarken:

Som I sikkert tidligere har hørt, så har vi fået en fantastisk mulighed for, i samarbejde med Sind, at anvende Møllemarken og området der hører til. En naturperle, som giver hos mulighed for, at arbejde med fx læringsforløb i naturen. Det kun er fantasien, der kan sætte grænser for de mange potentialer, som det kan give os. Der er nedsat en arbejdsgruppe og en styregruppe omkring projektet Møllemarken, som forventes at ske i tæt samarbejde med Professionshøjskolen, Absalon, som har til opgave at sikre evidens omkring projektet.

Arbejds- og styregruppen har afholdt det første møde, som foregik på selve området ved og omkring Møllemarken. Der var brainstorm på, hvad vi kan se af muligheder ift. for til at bruge stedet. De mange ideer arbejdes der videre med. Vi kan allerede nu anvende stedet, forstået på den måde, at alle som måtte være interesseret kan køre ud og se stedet og nyde området. Når de endelige rammer og aftaler er på plads vil I alle blive orienteret.



Sundheds- og Omsorgsudvalget indbyder til dialog- møde med beboere, brugere, pårørende og perso- nale på Ørkæklund

Onsdag den 25. oktober 2023

kl. 16.30-18.30

i Café Laicos

Vi serverer et let traktament kl. 17.30

HUSK tilmelding!

Grundet vi pt ingen Bruger- & Aktivitetsråd har, indkalder Linda ikke til et forberedelsesmøde i forhold til eventuelle emner, der ønskes drøftes med politikerne, men derimod bliver der udsendt en mail, hvori man kan komme med emner til dagen.

**Kom frisk og mød bla. Psykiatri- & Handicapche-
fen og Arbejdsmarkeds-, Psykiatri- & Handicap-
udvalget**



**Ulla Wern-
berg-
Møller**



**Birthe
Sørensen**



**Mustafa
Arslan**



**Kirsten
York
Helms**



**Bruno
Ostenfeldt
Jensen**

Sidst frist for tilmelding fredag den 20. oktober

Nyt fra Centerleder Linda Engelbreth:

Pressemeddelelse: Banebrydende forskning viser stor effekt for psykisk sårbare mennesker. Når mennesker med psykiske udfordringer i psykiatrien, i socialpsykiatrien eller på arbejdspladser bliver mødt af såkaldte peers, der selv har haft psykisk sygdom tæt inde på livet, så kommer de sig hurtigere og bedre efter sygdommen.

Det viser et netop afsluttet dansk forskningsprojekt, hvor psykisk sårbare hjælper andre psykisk sårbare. Resultaterne har vist så positive og på verdensplan banebrydende resultater, at forskerne bag slår fast, at den måde at arbejde med psykisk sårbare skal indføres i socialpsykiatrien i Danmark.

Det drejer sig om forskningsprojektet 'Vejen til hverdagslivet', som har kørt i regi af Peer-Partnerskabet, der er stiftet af foreningen [Det Sociale Netværk](#) og [SIND - Landsforeningen for psykisk sundhed](#). Forskningen har modtaget 11 mio. kroner i støtte fra [VILLUM FONDEN & VELUX FONDEN](#) FONDEN og er gennemført af @CORE, [Region Hovedstadens Psykiatri](#). Forskningen har inkluderet 296 deltagere i [Københavns Kommune](#), [Fredericia Kommune](#), [Helsingør Kommune](#), [Rødovre Kommune](#) og [Gladsaxe Kommune](#). Resultaterne er ved at blive forberedt til publicering.

Forskningsprojektet er det eneste nyere studie på verdensplan, der gennem et lodtrækningsforsøg har undersøgt effekten af peer-støtte udenfor den etablerede psykiatri, og giver ny viden om potentialet for peer-støtte i civilsamfundet. Og resultaterne er meget bemærkelsesværdige.

"Sættes effekten i relation til indsatsens omfang, er Forskningsenhedens vurdering, at det er en væsentlig og hurtig effekt, som 'Vejen til hverdagslivet' har vist. Forskningsresultaterne skal ses i lyset af, at effekten er skabt for mennesker, som har betydelige psykiske og sociale udfordringer, hvilket øger værdien af effekten," siger Lene Falgaard Epløv, overlæge, ph.d., der har ledet forskningsindsatsen hos CORE.

Team 2:

Der starter ny social- og sundhedselev den 11. oktober. Tag godt imod Kristina. Nærmere information om hende i næste nyhedsbrev.

Ungegruppen:

Vi er startet op igen efter en længere pause. Conny fra Værestedet er blevet en del af ungegruppen. Vi havde en kort præsentationsrunde og der blev lavet en plan frem til uge 47.

UNGEGRUPPE UGE 40-47		HVER MANDAG KL. 18-21
Uge		Conny og Melissa
40		
41	Aflyst på grund af sundhedsuge	
42	Aflyst grundet efterårsferie	
43	Dialogmøde med politikere Evt. hygge sammen bagefter med spil eller mad 16:30-19:30 Lave græskar	Conny
44		Melissa
45	Minigolf i Lalandia	Conny
46	Go cart Bage kage	Melissa
47	Spille spil	Conny



Næste Værestedsmøde afholdes i Kreativ den 13. oktober kl. 10:00.



Dagsorden:

- Valg af referent og ordstyrer.
- Hvordan går det i værestedet?
- Planlægning af udflugter for de næste 4 uger.
- Er der punkter til Dialogmødet den 25. oktober?
- Hvad skal der ske i forbindelse med Halloween?
- Skal der prøves kræfter med padel den 7. november i Hedensted?
(Arrangeret af landsforeningen af væresteder)
- Skal vi besøge Møllemarken og Garland i uge 42?
- Hvilke forslag / ønsker er der til Aktivitetskalenderen for vinteren?
- Evt.

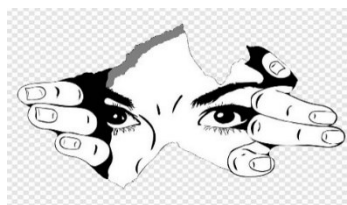
Fællesmadlavning i oktober:

- | | |
|----------|----------------------------------------|
| 10/10-23 | Aflyst, grundet foredrag med Patrick . |
| 17/10-23 | Aflyst, grundet ferie. |
| 24/10-23 | Butter chicken med ris. |
| 31/10-23 | Vikingegryde over bål, hvis muligt. |



Åben Rådgivning:

Har du brug for støtte til at mestre hverdagen? Vejledning til at komme i kontakt med forskellige myndigheder og instanser, hjælp til læsning af breve og e-Boks. Så er der hjælp at hente i Åben Rådgivning. Hver tirsdag og torsdag kl. 14:30-16:00. Du har også mulighed for at henvende dig telefonisk i samme tidsrum på Tlf. 99603703 / 99603706.



Beretninger og digte fra bruger af værestedet, Erling Kvåle Jensen:

Hvornår begynder livet?

Gå i mørke
finde dørhåndtag
finde kontakter
gå ti skridt
åbne køleskabsdøren
man kan måske få brug for det
der kan komme en krig!

Man må være forberedt
øve sig
bære tunge byrder
bære dem længere endnu
tælle til hundrede
bære byrden lige så længe
bide tænderne sammen
tælle til ti
Det gælder om at være forberedt!



En god oplevelse

Jeg tager et glas saft og en cigaret og sætter mig ud på parkeringspladsen.

Jeg vil se solen gå på hæld. Mendes jeg sidder der, beslutter jeg, at jeg vil se solen gå ned bag en husgavl. Jeg flytter stolen efter solens stråler.

Efterhånden forsvinder de bag gavlen. Da solen er væk, begynder nogle duer at kurre. Da solskiven er helt borte og der blot er gulfarvede, gyldne skyer, begynder en hund at gø. Jeg forlader denne naturoplevelse. Går ind og sætter mig i en stol.

Tankerne begynder at forme sig:

Ved efterårsjævndøgn går solen nøjagtig op i øst. Og solen går nøjagtig ned i vest. Vinterhalvåret begynder.

Ved forårsjævndøgn går solen nøjagtig op i øst. Og solen går nøjagtig ned i vest. Sommerhalvåret begynder.

Ved midnat gælder både for efterårsjævndøgn og forårsjævndøgn, at solen i den mørke natte time står nøjagtig i nord.

Noget gammelt slutter og noget nyt begynder.

Filmen jeg gik glip af

Jeg begynder med virkeligheden.

Normalt drikker jeg ikke alkohol.

Men en sen natte time forsøgte jeg mig med et meget lille glas portvin.

Det steg mig til hovedet, nu håbede jeg, at jeg kunne sove. Jeg gik i seng, lagde hovedet på puden.

Jeg troede, jeg sov. Jeg så syner.

En film begyndte:

Den handlede om en ung mandlig, talentfuld komponiststuderende. Først summede filmen ind på to midaldrende mænd i samtale. Den ene var en kendt, berømt komponist.

Billedet skiftede.

Vi var nu i et auditorium. Man ventede på den berømte komponist. Her var også vor ven, den lovende unge mand tilstede.

Der var mørkt i lokalet.

Kun et stearinlys var tændt. Det stod i vindueskarmen, hvor også vor unge hovedperson befandt sig.

Men så skete der noget. Flammen fra stearinlyset fik fat i gardinet. Vor ven frygtede en kæmpe ildebrand. Han kæmpede. Det lykkedes ham, at få flammerne under kontrol.

Scenen skiftede:

Vi befandt os i et naturområde i solskin. En kvinde sad med et lille barn blandt nogle buske. Hun virkede tiltrækkende på vor unge ven. Men han gik tavs videre, opad en lille sti omgivet af mange solskinsnydende mennesker.

På venstre side af stien sad en ung, lidt fedladet pige på hans egen alder. Hun så indtrængende og udfordrende på ham. Han tænkte: Hun er vist ikke noget for mig. Han så ned idet han passerede forbi. Det sidste, han så, var at hun blot kikkede væk idet hun rev i en græstot.

Men så sagde hun noget:

"Vil du vatte?"

Han forstod ingenting.

Hun forklarede: "Vatte et vattæppe!"

Så så jeg ikke mere.

Kun en mængde glas. Regnede med at filmen ville vise en elskovscene.

Men, nej!

Det var mine egne glas, jeg så. Af et af dem havde jeg drukket portvin.

Det hele var en drøm!

Stemningsbilleder fra hverdagen.



Næste nyhedsbrev udkommer til November.