

**Patient & Støtteforeningen**



**DAMGAARD**

**MEDLEMSBLAD**



April 2007

nummer 39

Årgang 14

## Nyt fra redaktionen

Selvom der, i skrivende stund, kommer lidt hvidt ud af himlen, skulle det være ganske vist. Foråret er kommet.

Det er tiden for fornyelse af dit medlemskab også. Eller tiden for at blive medlem af Patient og Støtteforeningen Damgaard.

Der er i dette nummer indlagt indbetalingskort, du kan benytte, hvis du fortsat ønsker at være medlem eller, hvis du endnu ikke er medlem. Du kan også benytte dig af "netbank".

Reg. nr. 9024

Konto nr. 024 56 51066

I begge tilfælde skal du huske at opgive tydeligt navn og adresse, således, at du også fremover vil modtage medlemsbladet.

Prisen for et helt års medlemskab er så billig, at alle kan deltage. **Kun 240 kr.** Omregnet i alkoholisk tankegang - 4 bajere om måneden.

Næste nummer forventes at udkomme juni/juli måned.

Deadline for indlæg hertil er 15. juni.

*Redaktionen*

## Læs inde i bladet:

Global opvarmning ..... side 3  
Ny Centerleder ..... side 4  
Underholdning ..... side 5  
Den Spidse Vinkel ..... side 8  
Værd at læse ..... side 10

## Flytning

Er du flyttet siden sidst, eller skal du flytte, vil det være en god ide at melde flytning til foreningen.

Forudsat, at du fortsat vil modtage medlemsbladet, naturligvis.

På alle landets posthuse kan man gratis få postkort, med porto, til dette formål.

Ny adresse og indlæg sendes til nedstående adresse eller e-mail.

## Patient og Støtteforeningen

**"DAMGAARD"**

**Jørgen Horskjærs Vej 7**

**9430 Vadum**

**Tlf. 98 27 22 70**

**www.stfdam.dk**

**E-mail: info@stfdam.dk**

# GLOBAL OPVARMNING

**DEN GLOBALE OPVARMNING** skal stå model til meget.

Kigger man på klimastatistikken, vil man kunne se, at gennemsnits-temperaturen i januar over 30 år, fra 1961-1990 ligger på 0° C.

Hvis man sammenligner med en anden 30-årig periode - de seneste 30 år - fra 1976-2005 for januar, ses der en tydelig forskel.

Her ligger gennemsnittet på 0,8° C. Det giver en forskel på netop +0,8° C.

Det lyder umiddelbart ikke af meget, men de 0,8 graders stigning har haft store konsekvenser for de fleste - om ikke for alle.

Er man under 30 år, kan man dårligt huske hvornår det sidst var rigtig vinter.

Dengang sneen nåede op i 1. sals højde og der var hvid jul hvert eneste år.

Det var tider dengang, men nu om dage skal vi være heldige hvis vi, som i år, får en uge med snevejr. Og så er det i øvrigt forsvundet ugen efter, afløst af 10 - 15 graders varme.

Nå, det er vist ikke helt rigtigt, det hele.

Men vi kan ikke komme uden om, at årstiderne har flyttet sig i tidens løb.

Sommeren kommer ikke altid om

sommeren, men først i august og september måned.

Dette har også fået betydning for, hvornår vi holder sommerferie. Skolernes sommerferie er ligeledes blevet rykket.

**Og hvad** har alt dette vrøvl så med vores forening og Damgaard at gøre.

Jo, vi er jo nødt til at følge trop med resten af samfundet. Det kan ikke gå, at vi halter bagud. Vi skal være med helt fremme.

**Derfor** har bestyrelsen besluttet at flytter **SOMMERFESTEN 2007**, til august måned.

Dette er naturligvis ikke nogen garanti for godt vejr. Men statistikkerne (bl.a. Jarnvig og Tanev) taler herfor. Så hvorfor ikke tro på dem.

Årets sommerfest bliver derfor afholdt:

**lørdag, den 18. august**

i "Parken" på Damgaard.

Så notér denne nye dato i kalenderen.

Samme dag afholdes generalforsamling, umiddelbart før festen starter.

Indbydelse og program følger i næste nummer af medlemsbladet.

Vi håber du kan komme, og medbringer din familie, til denne storslåede fest.

*Bestyrelsen*

**Dagli' Brugsen**

Lendum - 98 74 30 01

Frisk, billig og lige i nærheden

## NY CENTERLEDER

Pr. 1. april tiltrådte Per Alstrup som leder på Minnesota Center Damgaard. Han fortæller her kort:

”Jeg er socialpædagog og familiefar og har været i programmet siden 1990.”

”Jeg har fortrinsvist været beskæftiget med behandlingsarbejde, siden jeg blev ædru.”

”Det har været på mange forskellige fronter, det er såvel på metode som fra ambulansetil døgntil behandling og såvel i privat som i offentlig regi.”

”Jeg søgte stillingen på Damgaard fordi jeg er meget glad for at arbejde på døgntil-

stitution, desuden har Damgaard et godt ry.”

”Jeg syntes det er for tidligt at sige noget om fremtid og eventuelt ændringer, ikke andet end alting forandres !!”

Et længere interview følger i næste nummer.

OE



## ANONYM TELEFONRÅDGIVNING

Har du eller en du holder af problemer med alkohol eller medicin ?

Ensom - Modløs  
- Magtesløs



Tirs. - Tors. - Søn.  
Kl. 16.00 - 22.00

Patient og Støtteforeningen  
"DAMGAARD"

Tlf. 98 27 22 70

www.stfdam.dk

## UNDERHOLDNING

Endelig er sommeren på vej - og sommeren betyder revy-tid.

Oversat til Damgaardsk betyder det "Sommerfest er også revyfest!". Det har været tradition på støtteforeningens sommerfest siden år 2000.

Så det er altså 8. gang vi snupper os en lille en til at for-døje svinet med; indeholdende satire, selvironi, lagkagekomik pinligt ædru alkoholikere der fører sig frem på en noget ubil-lig baggrund.

Kort sagt: "Det Dam-gaardske Teaterselskab holder aldrig ferie."

Det er desværre en sandhed med nogle få modifikationer, for selvfølgelig holder nogen af Teaterselskabets medlem-

mer sommerferie, og deltager derfor ikke i sommerrevyen.

Men intet er skidt uden at det er godt for noget.

Det betyder nemlig, at der er plads til nye talenter på "Store Scene" i Det Dam-gaardske Parkanlæg.

Og hvem ved - måske er det netop dig, der er det nye lysende talent, med en stor fremtid i Det Damgaardske Teaterselskabs kommende produktioner. Alle kan være med, bare lysten er til stede.

"Jamen jeg bor jo så langt væk, så jeg kan ikke komme og øve!"

Dårlig undskyldning.

Sommerrevyen er sammen-sat af enkeltnumre på en sådan måde, at bare vi har to øvedage

## LIVET BEHØVER IKKE GØRE ONDT

Psyko-terapeut

**Ole Eriksen**

Individuel- og parterapi  
Misbrugsrådgivning  
Foredrag - Undervisning



Tlf. 51 35 97 12

9430 VADUM

Konsultation efter aftale - også aften og lørdag



sammen, så skal vi nok få det til at fungere. Resten øver du dig derhjemme i forvejen.

Så har du bare mulighed for at støde til senest torsdag aften – i yderste nødsfald fredag – og du ellers kan dine ting, så er betingelserne opfyldt.



## UDLEJNING

### Trådløse mikrofoner

Skal din lokale forening have fest, lave dillefant eller andet, hvor I skal bruge mikrofoner, kan I leje disse hos Patient og Støtteforeningen Damgaard.

Vi har 8 sæt trådløse mikrofoner, som vi lejer ud til en fornuftig pris.

De kan lejes samlet eller delt, alt afhængig af formålet.

Ring og forhør på tlf.:

**98 27 22 70 - 51 35 97 12**

Men hvad er det så for tekster vi skal optræde med?

De fleste skriver vi selv, andre låner vi fra det store danske repertoire af revytekster.

Fælles for det hele er dog, at det handler om misbrug på en måde så det ikke støder sammen med vores fælles grundholdning – vi er samlet for at behandle og forebygge tilbagefald, og så i øvrigt grine af, hvor åndsvagt vi tidligere har opført os.

Det betyder, at det ikke bare er aktører til selve forestillingen vi har brug for – vi har også brug for nye talenter til at skrive teksterne – så har du en ide eller en færdig tekst, så lad os høre fra dig.

Sammensætningen af teksterne i revyen er viser og småsketches.

Fra sidste års sommerrevy kan jeg fx nævne de to frustrerede og alkoholiserede husmødre, der til melodi af Mabel (Boom-Boom) sang Skål, Skål og skide være med manden og alt det pjat –

Og Parcelhusejeren der var blevet afhængig af Polyfilla. Et



misbrug der i forhold til økonomisk forfald ikke stod tilbage for alkoholismen.

Og så var der den perfekte Poul Reichardt "Look-A-Like" (Man kunne faktisk ikke se forskel), der var blevet dus med flaskens indhold i stedet for himlens fugle.

Der var Den fordrukne tjener, der elsker sit job og endelig rocksangeren, der fuld som selve paven og skæv som Elton John lægger sit misbrug i hænderne på personalet på

Damgaarden.

Hvilke nye figurer vi skal føje til dette i forvejen store persongalleri kan kun sommer-



festen vise – men har du fået lyst til at være med så kontakt mig på min mailadresse:

[yngverasmussen@oncable.dk](mailto:yngverasmussen@oncable.dk)

Vi ses til august. Godt forår.

*Kærlig hilsen*

*-Yngve*

# Vangen El-service

Aut. El-Installatør

Søren Keller

Øksnebjergvej 23 Vangen

9900 Frederikshavn

Tlf. 96211001

IKKE BEDST.  
BARE BILLIGST!





## "DEN SPIDSE VINKEL"

Hej, jeg hedder Valdemar, jeg er alkoholiker.

Her to dage før jul 2006, havde jeg en oplevelse, som skulle have været en god oplevelse, men som endte med at blive til noget, jeg godt kunne have været foruden.

Jeg havde besøgt min gamle mor på plejehjemmet, og kl 1930 var jeg på vej hjem i min lille bil. Jeg havde lige tændt en cigaret, og det kørte bare derud af.

Et par hundrede meter efter plejehjemmet er der på vejen en S-kurve, og da jeg kørte ind i det første sving, stod det pludselig en betjent på vejen, og jeg blev, med stor iver, vinket ind til siden.

Lige i det øjeblik besluttede Kong Alkohol sig til at lege lidt med min lille forstand.

Betjenten var pludselig 4 meter høj, og da jeg havde fået bilen i hold, meddelte kæmpen mig, at han ville se mit kørekort. Efter megen fumlen med cigaretten, og afsøgning af mine lommer, fandt jeg kortet og gav ham det.

Nu meddelte kæmperøsten mig, at dette var en alkohol-kontrol, og at jeg skulle blæse i alkometret, Nu rodede Kong Alkohol rigtig rundt inde i mit hoved; jeg svedte og var forvirret, og jeg så allerede mig selv på bagsædet af en politibil på vej til kachotten.

Nå, men jeg fik pustet og kæmpen fik sit apparat. " Det kan ikke passe" sagde han så, "vi skal lige prøve en gang til", og mens han klargjorde apparatet, dukkede alle forti-

dens synder op i hovedet på mig.

Hvad var det her? - Et anfald af dårlig samvittighed med tilbagevirkende kraft -

Jeg fik pustet igen, og kæmpen stak hovedet ind i bilen til mig, og lyste ivrigt for at lede efter et eller andet. Så trak han sig tilbage, og kikkede på det fine 0 på apparatet. "Kør" sagde han, og det gjorde jeg.

Da jeg kom ud af sidste kurve i S`et, var alting normalt, ja, det var nærmest som om det ikke var sket.

Og her kommer tanken!

Skal jeg blive ved med at finde mig i Kong Alkohols luner resten af mit liv?

*Valdemar*

## HJÆLP

Vi har brug for nogle flittige hænder der vil hjælpe med at gøre "Parken" klar til den store fest, der kommer til at foregå lørdag, den 18. august 2007.

Vi har bl.a. brug for nogle **scenearbejdere, køkkenmedhjælpere**", **"kagebagere"** og nogle til forefaldende arbejde i forbindelse med sommerfesten.

Har du lyst til at give en hånd med til ovenstående hører vi gerne fra dig snarest, så vi kan planlægge tiden.

Ring eller skriv til:

**Patient og Støtteforeningen Damgaard**

**Jørgen Horskjærs Vej 7**

**9430 Vadum**

**Tlf. 98 27 22 70**

**E-mail: [info@stfdam.dk](mailto:info@stfdam.dk)**

# Værd at læse

Der er efterhånden udgivet flere titler, hvor kendte danske (mandlige) alkoholikere, beskriver deres vej ud af et massivt alkoholmisbrug og vejen ind i et ædru liv.

Senest:

Allan Olsen: "Et andet liv."  
Torben Billes bog om Michael Falch: "Ud af mørket. En bog om og med Michael Falch."  
Niels "Noller" Olsen: "Det er muligt!: Rundt om et misbrug."

Dejligt at se, at kendte mennesker står frem og derved skaber mere åbenhed og synlighed omkring sygdommen alkoholisme. Men hvor gemmer de kendte kvindelige alkoholikere sig? Tør de endnu ikke stå frem? Vi må have mange historier til gode fra den kant.

Skuespilleren **Gyda Hansen** er en af de kvinder, som i bogen: "Smil din klovn!" har turdet beskrive sit eget massive alko-

holmisbrug samt sin vej ud af alkoholtågerne med hjælp fra AA.

I sin seneste bog, der dog ikke er helt ny, men som er en af de bøger, der har gjort stærkest indtryk på mig:

**"Vi ses om lidt", Lindhardt og Ringhof, 2003**, skriver hun om de voksne børn i familier med misbrugsproblemer. "Voksne børn har lært, at de ikke må vise deres følelser. De spiller roller for at skjule at de ikke føler sig gode nok. Kernen i de fleste misbrug er et såret indre barn." I dagbogsoptegnelser, tanker, drømme og beretninger om mennesker hun har kendt, fortæller Gyda Hansen om vigtigheden af at lære at tage vare på sit indre barn. Om vigtigheden af at lære sine sande følelser at kende og være tro mod dem. Gyda Hansen er overbevist om, at alkoholisme er genetisk bestemt, men at der også er andre faktorer til stede. Den vigtigste er et såret og svigtet indre barn. Et udskældt, ikke-

værdsat barn, som lærte at indordne sig og undertrykke sig selv og sine følelser. Derfor er det nødvendigt, at alle disse voksne, udsatte og skadede børn lærer deres indre sårede barn at kende, og lærer at drage omsorg for det. Der er mange fine iagttagelser i bogen, og det hele er godt og smukt formuleret. Der findes ikke så mange bøger om "de voksne børn". De sårede børn, der er blevet voksne og som er ekstremt udsatte for at udvikle deres egen afhængighed, hvad enten det drejer sig om misbrug af alkohol, narko, mad, arbejde, motion, magt eller andet. I bogen nævner Gyda Hansen, at alkoholisme i høj grad drejer sig om frygten for ikke at være god nok. Alkoholismen er et symptom på, at man har en adfærd, som skal ændres. Vi alkoholikere er kær-

lighedshungrende mennesker, som ikke er i stand til at give os selv omsorg. Hvis vi som børn ikke har oplevet at blive accepteret for vores egen skyld, men altid kun hvis vi var artige og søde, så fortsætter vi hele livet igennem med at tilpasse os for at blive elsket af andre. Vi hviler aldrig i os selv og er konstant bange for at blive afvist.

Virkeligheden er rå i denne bog, hvor livet leves i beskidte lejligheder med tomme flasker, fyldte askebægre og alt for mange bajere og alt for meget brændevin. Man kan næsten lugte fortvivlelsen, "men det er skammen og skylden, der følger dig længst", siger Gyda Hansen.

Denne bog har gjort et uudsletteligt indtryk på mig, som selv er alkoholiker og voksent barn, og jeg tror på, at bogen kan bruges som igangsætter og opmuntring til fortsat udvikling og opbygning af et bedre selv-værd hos mange af os. Jeg håber rigtigt mange vil læse bogen og få et lige så stort udbytte af den som jeg har fået.

Kærlig hilsen  
Tove.



**HØKEREN**  
Østkystvejen 342, Voersaa  
9300 Sæby  
tlf. 98460010  
voersaa@adslhome.dk  
Åbent hver dag 7,30 – 21,00

# KOM IND ELLER RING 98420666

og få en snak med en af vore  
12 dygtige medarbejdere.  
De står klar til at yde en god service



Tove



Lindy



Peter



Ann-  
Katrine



Lasse



Susanne



Henriette



Hanne



Henning



Jonna



Heintz



Dorte

Kik ind eller ring 98 42 06 66 og få en snak

**Engsig**

Danmarksgade 53 • Frederikshavn  
Tlf. 98 42 06 66 • [www.engsig.dk](http://www.engsig.dk)  
E-mail: [engsig@engsig.dk](mailto:engsig@engsig.dk)

Alt til kontoret • erhverv og privat