Magasinet MIDT om Region Midtjylland til dig og din familie | TAG BLADET MED HJEM

regionmidtjylland midt

MAGASINET

Nr. 9 | Efterår 2014

De frivillige får fem stjerner for deres indsats i Region Midtjylland.

Læs temaet side 10-23

Gaia i rollen som en af

de frivillige

i Region Midtjylland

Akuthjælp
– lige ved hånden

AKUTHJÆLPEN ER ALTID LIGE VED HÅNDEN...

når det gælder skadestue/akutmodtagelse, lægevagt, psykiatrisk hjælp, tandlægevagt, kiropraktorvagt, Giftlinjen, apotek og egen læge.

Gratis app giver dig én samlet indgang til akuthjælp i hele Danmark

App'en giver dig overblikket, så du hurtigt og nemt kan finde den behandler, du har brug for. Om du skal bruge den ene eller den anden, eller om du eventuelt skal ringe, inden du tager af sted, kan du se ved at trykke på det enkelte behandlingssted.

Akuthjælp-app'en holder dig altid ajour med korrekte telefonnumre, adresser og åbningstider, så du ikke går forgæves. Desuden viser den vej ved hjælp af et kort, så du kan se, hvor langt du har til nærmeste behandler.

Læs mere på www.regioner.dk/akutapp

Hent akuthjælp-app'en her
Scan QR-koden eller
SMS "hentapp akuthjælp" til 1272

Region Hovedstaden
REGION NORDJYLLAND – i gode hænder
midt regionmidtjylland
REGION SJÆLLAND – vi er til for dig
Region Syddanmark

En hårfin balance

I Danmark har vi en lang og god tradition for frivilligt arbejde. En undersøgelse fra 2013 viser, at godt 1,9 millioner danskere bruger en del af deres tid på frivilligt arbejde. Det kan være i den lokale idrætsforening, i grundejerforeningen, i en politisk organisation eller i kirken. Men det kan også være inden for nogle af de områder, Region Midtjylland beskæftiger sig med, nemlig sundheds-, psykiatri- og socialområdet. Vi er glade for den frivillige indsats, der bliver lagt her hos os i Region Midtjylland. Samtidig er vi meget opmærksomme på, at frivilligt arbejde i en offentlig organisation er en hårfin balance. Frivillige hverken kan, må eller skal erstatte det professionelle arbejde, vores dygtige medarbejdere udfører. Derfor er jeg glad for, at regionsrådet sidste år vedtog en række principper for det frivillige arbejde i Region Midtjylland. Principperne sikrer nemlig, at de frivillige bliver brugt på den rigtige måde – nemlig som et supplement til den professionelle pleje og omsorg.

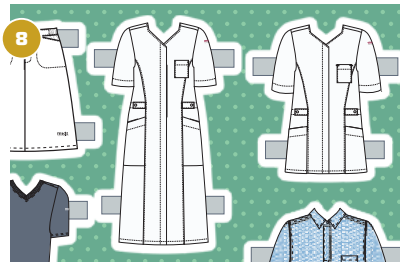
Læs temaet, side 10-23

Bent Hansen, formand for Regionsrådet i Region Midtjylland.

TEMA:
FRIVILLIGHED

Læs side 10-23

4 Hjælp med Digital Post
8 Nye uniformer på vej
10 Tema: Frivillighed
24 Tag med regionen på indkøb
26 Fra rod til rollemodel
32 Hvad påvirker unges uddannelsesvalg?
34 Kærligheden kan kurere alt
41 Quiz dig klogere på regionen
42 På kryds og tværs



Magasinet Midt udgives af Region Midtjylland.
Findes hos lægen, på hospitalet, i venteværelser, på apoteket og på www.magasinetmidt.rm.dk

Region Midtjylland, Koncern Kommunikation, Skottenborg 26, Postboks 21, 8800 Viborg | Tlf. 7841 0000 | www.magasinetmidt.rm.dk | magasinetmidt@rm.dk | Redaktion: Kommunikationschef Birgitte Thingholm (ansv.), journalist Anne Domino (red.), kommunikationskonsulent Rikke Ellekilde, grafiker Birte Randeris, grafiker Sine Claudell. Forsidefoto: Nicky Bonne | Se www.magasinetmidt.rm.dk for yderligere information | Produktion: Grafisk Service. Tryk: Rosendahls | ISSN: 1902-2743 | Oplag: ca. 30.000 | Eftertryk tilladt med tydelig kildeangivelse. Næste nummer udkommer december 2014.

Gi' mormor og sønnike et nap – med det digitale

De ældste og de yngste midtjyder hænger i bremsen, når det handler om at tilmelde sig Digital Post.

Tekst: Anne Domino

Mere end halvdelen (56,1%) af borgerne i Region Midtjylland mellem 25 og 74 år har nu tilmeldt sig Digital Post. De kan dermed modtage Digital Post fra det offentlige – f.eks. breve fra sygehuset, kommunen og Skat.

Fra den 1. november 2014 skal alle danskere kunne modtage post digitalt fra det offentlige, med mindre de har grund til at blive fritaget.

Regioner og kommuner arbejder derfor på højtryk for at få danskerne til at logge sig ind på www.borger.dk og tilmelde sig Digital Post.

De mest ivrige for at tilmelde sig Digital Post her i Region Midtjylland er de 55-64-årige (66,9%) skarpt forfulgt af midtjyske borgere i alderen 45-64.

– Det går rigtig godt, men vi kan se, at det halter lidt med tilmeldingen inden for nogle bestemte aldersgrupper, siger kontorchef Kasper Kolind, som har ansvar for Region Midtjyllands kampagne.

– De unge mellem 15-24 år og de ældre over 75 halter lidt bagefter, når det gælder om at have tilmeldt sig Digital Post, fortæller han.

Ældre og unge

Digitaliseringsstyrelsen opgør uge for uge antallet af borgere, der har tilmeldt sig Digital Post. Statistikken for Region Midtjylland viser, at blandt de 15-24-årige midtjyder har 42,2 procent tilmeldt sig Digital Post. I den anden ende af aldersspektret har 32,4 procent af de 75-84-årige, 14 procent af de 85-94-årige og knap 7 procent af de mere end 95-årige tilmeldt sig.

– Det er forventet, at den ældre del af befolkningen tøver med at melde sig til, og det er da også de ældre der fylder mest i statistikken over borgere, der er blevet fritaget fra at skulle modtage post digitalt fra det offentlige, siger Kasper Kolind.

Indtil videre er 4,3 procent af borgerne i Region Midtjylland blevet fritaget for at modtage Digital Post, og midtjyder over 75 år fylder mest i den statistik.

– Til gengæld har vi grund til at tro, at de forholdsvis mange unge under 24 år, som endnu ikke er meldt til, blot hænger lidt i bremsen, fordi deres liv og tanker er fyldt op med alle mulige andre ting end lige det at kunne modtage post fra det offentlige. Ofte er det jo først, når man begynder at få børn, at man får brug for det offentlige. For eksempel i forbindelse med en fødsel eller pasning i daginstitution. Men det er lige så vigtigt for de unge at tilmelde sig Digital Post. For eksempel fordi de fremover vil få meddelelser om SU og boligstøtte som Digital Post.

Den Digitale Hotline

Få hjælp til Digital Post
på 7020 0000

Telefonen er åben:
Mandag – torsdag kl. 9-21
Fredag kl. 9-17
Søndag kl. 17-21

Se film om Digital Post på www.digital.rm.dk eller på regionens facebookside

Hjælp hinanden

Region Midtjylland lancerer i efteråret i samarbejde med ni kommuner en kampagne, der opfordrer os alle til at hjælpe hinanden med Digital Post. Og statistisk set skal der altså især gives en hjælpende hånd til de ældre og til de helt unge.

– Måske skal man lige minde sin søn eller datter om, at der er noget, der hedder Digital Post. Og måske skal man lige hjælpe farmor eller morfar med at tilmelde sig. Hvis vi alle sammen giver et nap med det digitale, så skal vi nok nå i mål, siger Kasper Kolind.

Får du brug for hjælp til at hjælpe, så har Region Midtjylland og kommunerne oprettet en hotline, hvor du kan få hjælp til Digital Post. Her kan du også få vejledning om, hvordan du bliver fritaget.

Statistikken, der er brugt i denne artikel, er fra uge 34.

Digital Post

Den 1. november 2014 træder loven om Digital Post i kraft. Det betyder, at alle borgere over 15 år, som kan, skal modtage post digitalt fra det offentlige. Dem, der ikke kan det, kan blive fritaget.

Digital Post fra det offentlige kan læses på borger.dk eller e-Boks.

Man kan bede om at få besked på både sms og e-mail, når man har modtaget ny Digital Post fra det offentlige.

Det langsigtede mål er, at 80 procent af den skriftlige kommunikation mellem det offentlige og borgerne skal foregå digitalt i 2015.

Knap 2,5 mio. borgere – eller 53 pct. af danskere over 15 år – er tilmeldt Digital Post.

Lidt over 250.000 borgere, svarende til 5,4 pct. af befolkningen over 15 år, er indtil videre blevet fritaget fra Digital Post.

Digitaliseringsstyrelsen og KL forventer, at op mod 20 pct. af befolkningen vil blive fritaget.

Det er godt at få det bedre,
men det er bedre at få det godt.

Ukendt

Oktober er vaccinationstid

For at opnå en god beskyttelse mod sæson-influenza skal immunforsvaret være aktiveret og parat, når influenzasæsonen begynder i slutningen af december. Vaccination mod influenza skal derfor finde sted i perioden fra oktober til begyndelsen af december. Sundhedsstyrelsen anbefaler ældre (over 65 år) og personer med visse kroniske sygdomme at blive influenza-vaccineret og tilbyder derfor disse grupper gratis influenzavaccination. Hold øje med annoncer for influenzavaccination i ugeavisen eller kontakt din læge for at bestille tid til vaccination efter 1. oktober 2014.

Se ind i den gravide mave

Er du gravid, eller er du tæt på en, som venter sig? I en ny graviditetsguide kan du nu blive klogere på, hvad der sker uge for uge, mens maven vokser og fostret udvikler sig. Patienthåndbogen på sundhed.dk har nemlig fået en interaktiv tidslinje over graviditeten. Når du klikker dig frem i tidslinjen, vil du se en illustration, der viser fostret og moderen på det valgte tidspunkt i graviditeten. Du kan vælge, om du vil se moderens eller fostrets forløb øverst. Under tidslinjen er den valgte uge i graviditeten beskrevet i tekst, og ved siden af billedet kan du læse tips og gode råd.

Søg efter graviditetsguiden på www.sundhed.dk.

90

mio. hønseæg bliver der årligt brugt i Europa i forbindelse med fremstilling af influenzavaccine.

Find et sundheds-tilbud nær dig

Vil du holde op med at ryge? Mangler du nogen at tale med om din psykiske lidelse? Har du brug for en motionsven? Måske findes der et godt tilbud i din kommune. På Sundhed.dk finder du en liste over sundhedstilbud i hver enkelt kommune i Region Midtjylland.

Søg efter sundhedstilbud på www.sundhed.dk.

Velkommen
på Niels Bugges Kro & Hotel

- Gastronomi
- Selskaber
- Ophold
- Take Away
- Konferencer
- Picnic
- Både
- Cartoon Award
- Historiske Hoteller

NIELS BUGGE

KRO · HOTEL · ANNEKS

www.nielsbuggeskro.dk

Læs meget mere om os og vores mange tilbud

DET NORDISKE KØKKEN; HER BYDES PÅ MAD MED UDGANGSPUNKT I DEN DANSKE SÆSON.

RÅVARER OG INSPIRATION FRA SKOVEN, HEDEN, SØEN OG MARKERNE OMKRING OS. KRYDDERURTER FRA EGEN HAVE.

MED DET ÅBENLYSE OG NATURLIGE SOM TILGANG I HVER ENKELT RET. SUNDHED OG ØKOLOGI ER HØJT PRIORITERET.

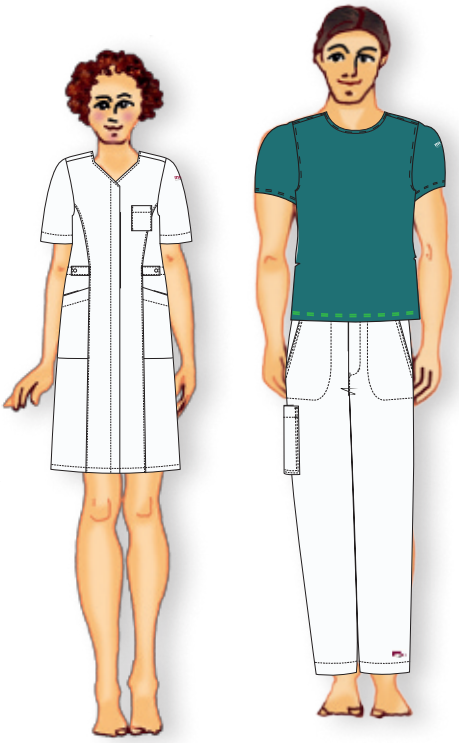
NIELS BUGGE CARTOON AWARD
VIBORG · DANMARK

Niels Bugges Kro
Ravnsbjergvej 69, Dollerup,
8800 Viborg
Tlf.: 86 63 80 11

Niels Bugges Hotel
og Restaurant SKOV
Egeskovvej 26, Hald Ege,
8800 Viborg

Tekst: Anne Domino
Illustration: Sine Claudell
Tøj designet af Kjetil Aas

Nye uniformer på vej



Fra 2016 begynder det kliniske personale i Region Midtjylland at skifte tøj. Nye kitler, busseronner, bukser og kjoler skal højne medarbejdernes komfort og arbejdsglæde.

Det skortede ikke på kreative idéer, da Region Midtjylland i begyndelsen af 2012 bad læger, sygeplejersker, SOSU-assistenter, fysioterapeuter, lægesekretærer og andet klinisk personale beskrive deres drømmeuniform.

Der blev diskuteret farver, striber, pasformer og lommer til den helt store guldmedalje, men det vigtigste for de allerfleste var nok, at uniformen så pæn ud og var rar at have på.

Efter godt to år med tegninger, testforløb og tekstiltjek er Indkøb og Medicoteknik i Region Midtjylland nu endelig klar til at sende opgaven med at sy de nye uniformer i udbud.

– Det kan lyde som rigtig lang tid, men vi udvikler den nye uniform fra bunden, og et læg hist og en spændetamp pist kan gøre den store forskel for, om tøjet sidder godt. De fleste kender det nok fra prøverummet, hvor det ene par bukser sidder perfekt, mens det andet slet ikke passer. Når vi laver tøj til flere tusinde mennesker, er det vigtigt, at tøjet har god pasform og er fleksibelt, så det kan tilpasses alle. Derfor er jeg også glad for, at vi har brugt tid på at teste tøjet grundigt, rette til og teste igen, inden det bliver sat i produktion, siger hospitalsdirektør og uniformsprojektansvarlig Thomas Pazyj fra Randers.

En kæmpe ordre

Ordren på uniformer til det kliniske personale i Region Midtjylland lyder på mange tusinde dele. Derfor går der også en rum tid, før de første dele lander i depoterne på hospitalerne og kan tages i brug.

– Vi regner med, at de første medarbejdere kan begynde at tage de nye uniformer i brug i løbet af 2016. Der bliver tale om en gradvis udskiftning, for de nuværende uniformer skal slides op, inden de bliver kasseret, forklarer Thomas Pazyj.

De nye uniformer tages derfor i brug hospital for hospital, efterhånden som de gamle bliver slidt op.

Bedre, ikke dyrere

Nogle vil måske tænke, at nye uniformer er et udtryk for fråds, og at pengene kunne bruges bedre på andre måder i sundhedsvæsnet.

Men faktisk er der penge at spare ved at udskifte de gamle uniformer og erstatte dem med et nyt, harmoniseret uniformsprogram.

I dag findes der cirka 1600 forskellige uniformsdele i Region Midtjylland, fordi sygehusene hidtil har købt uniformer ind hver for sig.

Med det nye uniformsprogram bliver udvalget harmoniseret, og antallet af forskellige dele bliver mindre. Det giver fordele, både når uniformsdelene skal købes ind, og når de skal håndteres i det daglige.

– Når man så oveni lægger, at medarbejderne forhåbentlig vil opleve større komfort i det daglige med de nye uniformer, så er der tale om ren win-win, siger Thomas Pazyj.

AF ET GODT HJERTE

Frivilligheden i Region Midtjylland har mange ansigter. Vi har vågekoner, førstehjælpere, besøgsvenner og sågar en terapihund(!). Fælles for de frivilliges indsats er, at de gør det af et godt hjerte. Derfor hylder vi i dette nummer de frivillige med fem, fede stjerner og en stor tak for indsatsen!

Tekst: Anne Domino
Foto: Nicky Bonne

Frivillighed i regionen

Frivilligt arbejde på hospitalerne og institutionerne i Region Midtjylland er et kærkomment supplement til den professionelle pleje og omsorg.

Tekst: Anne Domino

FAKTA

Hvad er frivilligt arbejde?

Center for frivilligt socialt arbejde karakteriserer frivilligt arbejde sådan her:

Indsatsen er frivillig, dvs. at den udføres uden fysisk, retlig eller økonomisk tvang.

Indsatsen er ikke lønnet.

Indsatsen udføres over for personer uden for egen familie og slægt, og indsatsen er til gavn for andre end én selv og ens familie.

Indsatsen er formelt organiseret. Det betyder, at almindelig hjælpsomhed eller spontane handlinger, fx at følge en ældre eller handicappet person over gaden, bære indkøbsposer hjem fra Brugsen og lignende, ikke kan betegnes som frivilligt arbejde.

Vågekone, førstehjælper, vejviser og terapihund. De frivillige i Region Midtjylland har mange ansigter.

På hospitalerne og institutionerne er de et kærkomment supplement til den professionelle pleje og omsorg. Men ordet supplement er vigtigt. Hospitaler og institutioner skal altid kunne fungere uden de frivillige, og den frivillige indsats må aldrig få karakter af at være en pligt eller et egentlig arbejde, siger Anders Kristensen, som blandt andet arbejder med frivillighed i Koncern HR i Region Midtjylland.

– Vi er glade for de mange frivillige, som yder en indsats i regionen, men vi er også meget opmærksomme på, at de frivillige hverken kan, må eller skal erstatte det professionelle arbejde, som eksempelvis sygeplejersker, SOSU'er og pædagoger yder.

Helt firkantet kan man sige, at det kun er de opgaver, borgerne ikke har et egentligt retskrav på, altså opgaver, der hverken kræver visitation, registrering eller faglig indsigt, som kan løses af frivillige.

Professionel eller frivillig

Regionsrådet i Region Midtjylland godkendte i 2013 en række principper og gode råd for det frivillige arbejde i regionen. Principperne sætter bl.a. rammen for, hvilke opgaver de frivillige kan løse.

– Det er en hårfin balance at sikre, at de frivillige kun bliver brugt til det, de kan og må. Jeg har senest fået en forespørgsel fra en afdeling, som havde fået en henvendelse fra en tidligere ansat, som i sin pensionisttilværelse gerne ville hjælpe til på frivillig basis. I det konkrete tilfælde kom vi for tæt på at lade en frivillig løse en professionel indsats, og det kan hverken det fastansatte personale eller den frivillige være tjent med, fortæller Anders Kristensen.

De bløde værdier

Til gengæld er der god brug for de frivillige, når det handler om de mere bløde opgaver. For eksempel at gå i kiosken, læse en avis højt eller måske bare tale med en patient på et sygehus eller en borger på en institution.

– For en patient, der er indlagt længe på et sygehus og enten ikke har pårørende eller har pårørende, som kommer langvejs fra, så kan en snak med en frivillig gøre en kæmpe forskel. Det giver noget ekstra liv, fordi en frivillig kan tilbyde noget helt andet end en professionel, der også har andre patienter at passe, siger Anders Kristensen, der i øvrigt selv har haft stor fornøjelse af den frivillige indsats.

– Forleden var jeg på Regionshospitalet Randers og havde svært ved at finde rundt. Jeg fik hjælp af en meget venlig mand fra Røde Kors, som drog med mig tværs gennem sygehuset og frem til mit bestemmelsessted. Det var en rar og hyggelig oplevelse.

Det med småt

Principperne for frivilligt arbejde i Region Midtjylland indeholder i øvrigt også et afsnit om de juridiske forhold i forhold til at være frivillig i det offentlige.

Afsnittet handler blandt andet om tavshedspligt, om hvordan en frivillig er forsikret og om, at der skal indhentes børneattest (en straffeattest, som indeholder oplysninger om visse seksualforbrydelser begået mod børn under 15 år, red.), hvis en frivillig skal arbejde med børn og unge.

Læs mere om frivillige i Region Midtjylland på www.frivillig.rm.dk

Vågekonen

Døden er noget naturligt, og opgaven som vågekone på Hospice Djursland giver Poul Erik Sørensen indhold i livet.

Tekst: Marianne Brink
Foto: Nicky Bonne

Det har traditionelt været kvinderne, der sad ved dødslejet. Deraf navnet »vågekone«, men flere mænd er kommet til, og 65-årige Poul Erik Sørensen fra Risskov har ikke noget imod det lidt feminine navn. For det er, hvad han er; frivillig vågekone. Det har han været i to år, siden han gik på efterløn, og han føler, at det giver ham en mening i livet at bruge en del af sin tid på andre.

– Jeg har altid været den, der sad ved familiemedlemmers dødsleje, og for mig er døden noget naturligt. Døden er ikke smuk. Den er bare uundgåelig, og jeg er ikke bange for den, så da jeg for nogle år siden besøgte en nær venninde på et hospice, forhørte jeg mig om ordningen, siger han.

På Hospice Djursland er der syv vågekoner, og det kan være i meget forskellige intervaller, de bliver indkaldt. Nogle gange er der måneder i mellem, andre gange sker det med korte mellemrum. Men uanset hyppigheden, så er det vigtigt, at man lægger det fra sig, når man går ud fra sygestuen.

– Du bliver ikke venner med den døende. Det er slet ikke meningen, og man skal være i stand til ligesom at rense sindet, når man går derfra. Ellers bliver det for hårdt, siger Poul Erik Sørensen.

Der findes intet kursus for vågekoner, men der er klare regler for, at de ikke må deltage i sygeplejen. Vågekonen er der for den døende og de pårørende. Ofte skal man bare lytte. Andre gange stille spørgsmål eller fortælle.

– Det er meget forskelligt, hvad der er behov for, men hvis en døende er bange for at lægge sig til at sove, så kan jeg sagtens snakke i tre timer, hvis de trænger til det. Men jeg er også god til at holde mund, siger han og fortæller, at det ikke er døden, den døende ønsker at tale om. Det er livet.

– Døden er de afklaret med, når de kommer på hospice. De vil langt hellere tale om de mennesker og oplevelser, der har været vigtige i deres liv.

Hvert eneste dødsfald er en oplevelse. Ikke nødvendigvis en god oplevelse, men skal Poul Erik Sørensen beskrive, hvad der får ham til at sidde ved forskellige dødslejer, så er det, når en patient falder til ro.

– Nogle er urolige og bange for døden, men når jeg sætter mig og siger, at jeg er lige her, så falder de til ro. Det må siges at være en god oplevelse. Så gør jeg en forskel, siger han.

Terapihunden

Anne Bjerre Lauridsen bruger hunden Gaia, når hun besøger patienter på blandt andet Hammel Neurocenter.

Tekst: Marianne Brink
Foto: Nicky Bonne

Den islandske fårehund, Gaia, er altid med, når 41-årige Anne Bjerre Lauridsen fra Lyngå ved Hadsten nogle gange om ugen tager på besøg på det lokale ældrecenter eller hos patienter på Hammel Neurocenter. For det er altså mest Gaia, beboerne glæder sig til at se, indrømmer hun.

– Der var en gammel mand på et plejecenter, som intet sprog havde, men efter et stykke tid kunne han tale til Gaia. Jeg oplever også demente, der ikke kan huske mig fra gang til gang, men hunden kan de altid huske navnet på, siger Anne Bjerre Lauridsen.

Det er Trygfonden, der har et korps af godkendte hunde med ejere, som bliver sendt ud til de ældre. I bedømmelsen bliver der set på hundens psyke, om den bliver forskrækket ved uforudsete lyde som for eksempel en krykke, der falder, og om den kan lide at omgås andre mennesker. Men det kræver ikke egentlig træning for at være besøgsven med hund.

I første omgang blev Gaia godkendt som besøgshund på plejecentre, men siden har den og Anne Bjerre Lauridsen på forsøgsbasis besøgt patienterne på Hammel Neurocenter, hvor hunden har indgået i træningen af mennesker med for eksempel hjerneskader efter blodpropper. Det sker også som en del af Trygfondens projekt. Her træner patienterne sammen med hunden, og det er erfaringen, at det styrker motivationen til at gentage øvelserne, når der er en hund med i spillet.

– Det vil sige, at Gaia mest er en klappehund, når vi er på plejecentret, mens den indgår i terapien på neurocentret. Her er et virkeligt stort behov for hunde, siger hun.

Det var lidt tilfældigt, at Anne Bjerre Lauridsen opdagede, at Trygfonden søgte hunde og ejere til projektet, men da hun først havde set annoncen, var hun ikke i tvivl om, at hun ville melde sig.

– Jeg lider af ekstremt invaliderende hybermobile led med mange smerter til følge, og kan derfor ikke passe et arbejde, men her var noget, som jeg – og Gaia – kunne bruges til, siger hun.

Vejviseren

73-årige Jenny Skjøt bruger en formiddag om ugen på at vise folk rundt på Regionshospitalet Randers.

Tekst: Marianne Brink
Foto: Nicky Bonne

Igennem et langt liv har Jenny Skjøt fra Hald nord for Randers været vant til at omgive sig med mange mennesker. Hendes mand var uddeler i Hald, og hun har hjulpet til i butikken, så det var ikke nemt for hende at slippe den sociale kontakt, da de stoppede.

Derfor havde hun længe overvejet at melde sig til frivilligt arbejde, og da hun så i avisen, at sygehuset søgte frivillige vejvisere, var hun sikker på at have fundet sit kald.

– Jeg havde overvejet at stå i en genbrugsbutik, men lad dem om at stå i butik, som ikke har prøvet det før. Jeg ville meget hellere dette, siger hun.

De seneste fem år har hun hver tirsdag formiddag trukket i en letgenkendelig rød vest eller jakke, så besøgende på Regionshospitalet Randers ikke er i tvivl om, at her er der hjælp at hente.

– Det er en opgave, der giver meget igen. Det er hyggeligt at snakke med folk, og ofte er de så taknemmelige over at få lidt hjælp, at det næsten er for meget. For det er virkelig svært at finde rundt her, siger Jenny Skjøt.

Hendes og de 19 andre vejviseres opgave består i at vise besøgende til de rette afdelinger, måske bestille en taxa til en patient eller løbe ærinder.

– Oftest henvender de sig selv, men vi opsøger også dem, der ser lidt søgende ud. Forleden var jeg i kiosken for at handle for en ældre dame, der havde lidt svært ved at gå, siger hun.

For at blive frivillig vejviser har Jenny Skjøt gennemgået et førstehjælpskursus og et kursus i psykisk førstehjælp. Derudover skal man bare bruge sin egen hjælpsomhed.

– Jeg er meget glad for det, og jeg har tænkt mig at blive ved lige så længe, som jeg kan, fastslår hun.

I sagens natur er opgaven ulønnet, men vejviserne får hvert år en udflugt, en julefrokost og en julegave af sygehuset. På den måde kommer de også til at kende de vejvisere, der er på arbejde de andre af ugens dage.

Besøgsvennen

Fag og fritid smelter sammen for 43-årige Kirsten Jensen, der har fundet sit kald blandt ældre psykisk syge og demente.

Tekst: Marianne Brink
Foto: Nicky Bonne

Livets veje kan være så kringlede og krogede, at det kan være svært at forudsige, hvor de leder hen. Sådan var det også for Kirsten Jensen fra Gjersing, der egentlig arbejdede på et slagteri til det lukkede, og hun skulle finde på noget nyt at tage sig til. Valget faldt på en uddannelse som social- og sundhedsmedarbejder i ældreplejen, og hun havde fundet sin helt rigtige hylde.

– Det skulle jeg have gjort for længe siden. Det er så givende, at det næsten er løn i sig selv, siger hun.

Allerede i praktiktiden stod det klart for Kirsten Jensen, at hun havde så meget at give, og at her var så mange, der ville modtage og give tilbage igen, at hun startede som besøgsven for en kørestolsbruger.

– Det har udviklet sig til et rigtigt venskab, så selvom jeg ikke kommer der som besøgsven længere, så kommer jeg der som en ven, siger Kirsten Jensen.

Efter hun har fået fast arbejde i hjemmeplejen, så er hendes frivillige kræfter blevet flyttet til Tangkær Bomiljø, hvor hun hver anden onsdag besøger den skærmede afdeling med psykisk syge ældre. Der har ikke været et egentlig kursus for de frivillige, som skal sætte dem i stand til at tackle patienterne, men de er blevet informeret om retningslinjer for tavshedspligt og deslige.

– Og i begyndelsen var der altid fast personale til stede, men nu kører vi det selv. Vi spiller kort med beboerne eller finder på andre ting at lave, siger hun.

På Tangkær Bomiljø findes der også en afdeling for personer med Huntingtons sygdom. En lidelse, der viser sig hos folk i alderen fra 30-55 år, og som udarter sig med ufrivillige bevægelser, personlighedsforandringer og depressioner som nogle af symptomerne.

Denne afdeling er Kirsten Jensen blevet tilknyttet, så hun en gang om måneden er med på afdelingens udflugter. For eksempel ture til Den Gamle By i Aarhus eller en Bakken Bears-basketballkamp.

– De ringer til mig, hvis de står og mangler frivillige. For hver ekstra frivillig, der tager med, betyder det jo, at også en ekstra beboer kan komme på udflugt. Så det kan man jo ikke sige nej til. Jeg elsker det, jeg laver, og jeg elsker det, det giver mig igen, siger hun.

★★★★★

112-førstehjælperen

Richard Pedersen smider alt, hvad han har i hænderne, når han får en sms med en adresse. Så er der brug for hjertestarteren.

Tekst: Marianne Brink
Foto: Nicky Bonne

Lysten til at gøre noget for andre har altid været der, så udover at fungere som frivillig brandmand på Fur, har 53-årige Richard Pedersen også meldt sig som 112-førstehjælper.

Altså at være den, der bliver kaldt på, når alarmen 112 lyder, og der er mistanke om et hjertestop på øen. De er i alt 14 112-førstehjælpere på Fur, og når de modtager en sms med en adresse, så ved de, at der er brug for hjertestarteren. 112-førstehjælperne kan naturligvis ikke møde frem, hvis de sidder i festligt lag eller lignende, derfor sikrer man sig også, at der altid er nogle, der er klar til at tage af sted, ved at have et korps på 14.

– Hvis vi står overfor en person, der har fået hjertestop, så er det godt at være nogle stykker. Det er meget hårdt at give hjertemassage, og det fungerer bedre, hvis der hele tiden kommer friske kræfter til, siger Richard Pedersen.

Sammen med de 13 andre har han fået et udvidet hjertestarterkursus. Det sætter dem i stand til at give den nødvendige førstehjælp, indtil fagfolkene når frem. Og de første fire minutter er de vigtigste, men Richard Pedersen pointerer, at de kun må give hjertemassage, hvis der er mistanke om hjertestop. 112-førstehjælperne skal holde sig fra alt andet som blødninger og at stille diagnose, da de ikke er professionelle med en sundhedsfaglig uddannelse.

– Sådan er det, men det er lidt ærgerligt, for jeg ville ønske, at vi kunne hjælpe endnu mere, siger han.

For at være en del af førstehjælper-korpset på Fur skal man bo og helst arbejde på øen. Det er et lille samfund, hvor alle kender alle, og Richard Pedersen erkender da også, at det kan være hårdt at komme ud til kendte ansigter, når alarmen lyder.

– For det meste er det heldigvis falsk alarm, hvor en person har fået et ildebefindende, men vi har da også været i situationer, der ikke gik så godt. Det er svært, men så meget desto skønnere er det, når man så er med til at redde et liv. Det er derfor, jeg gør det, og heller ikke overvejer at stoppe. Det er godt at gøre en forskel, siger han.

Region Midtjylland bruger cirka

32 MIO.

handsker om året

Tag med regionen på

INDKØB

Region Midtjylland køber årligt varer og tjenesteydelser for 7 mia. kroner. Medarbejderne i Indkøb og Medicoteknik styrer indkøbsvognen og sørger for, at sygehuse og institutioner har de rigtige varer på hylderne til de helt rigtige priser. Samtidig sørger Indkøb og Medicoteknik for, at indkøbene lever op til regionens indkøbspolitik, der blandt andet indeholder afsnit om brugerinvolvering, bæredygtighed og fairtrade. Tag med på indkøb af handsker her på siderne.

1

Ordren på handsker er så stor, at den skal sendes i udbud. Regionen er interesseret i at købe handsker af god kvalitet på den økonomisk mest fordelagtige måde. Dog ikke på bekostning af miljømæssig og social ansvarlighed.

2

De leverandører, som lever op til de krav, regionen stiller til handsker, kan sende vareprøver.

3

En brugergruppe bestående af nogle af de medarbejdere, som skal bruge handskerne til dagligt, tester vareprøverne.

4

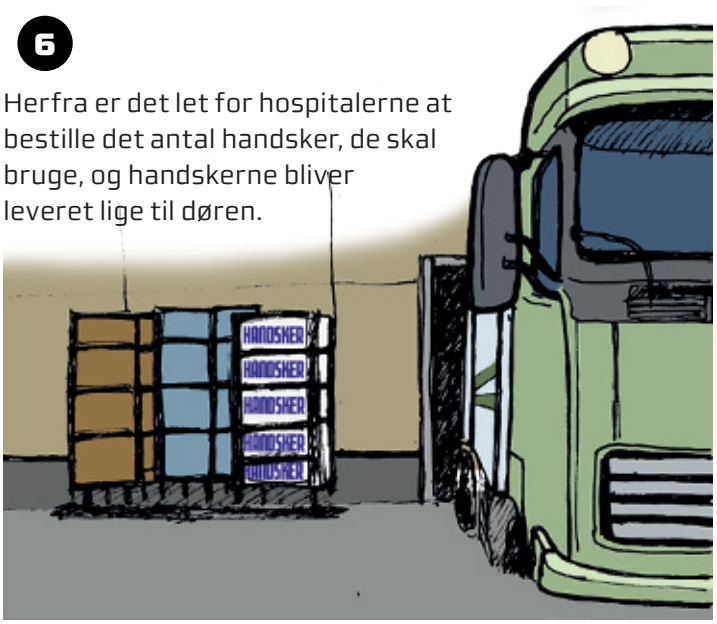
Indkøb og Medicoteknik indgår en aftale med den leverandør, der kan levere det bedste produkt set ud fra en samlet vurdering af pris og brugergruppens vurdering.

5

Handskerne fra den valgte leverandør bliver købt ind og lagt på hylden på regionens fælles lager.

6

Herfra er det let for hospitalerne at bestille det antal handsker, de skal bruge, og handskerne bliver leveret lige til døren.



FRA ROD TIL ROLLEMODEL

Som 16-årig blev Johnny dømt for tyveri og brandstiftelse og anbragt på Grenen i Glesborg – i dag er han selvstændig med eget transportfirma.

Tekst: Anne Domino
Foto: Nicky Bonne

Fire unge mænd drøner rundt på to scootere i Grenaa en aften i 2003. Forinden har de gasset hinanden godt og grundigt op med øl og amfetamin, og nu skal der ske noget. De finder en bil, klipper benzinslangen over på den, sætter ild til den og stikker af.

I løbet af de næste timer stikker drengene ild til en traktor, en motorcykel og nogle biler på en p-plads ved det lokale hotel. De kører også en tur omkring havnen, hvor de sætter ild til et par af de biler og kassevogne, der holder i kø for at komme med næste færge.

Da lyden af sirener fra brandvæsen og politi kommer for tæt på, beslutter de sig for at køre hjem. De sidder og fejrer aftenens hærgen med et par streger amfetamin, da politiet banker på.

– Jeg var helt væk den aften, husker Johnny Andersen, som var en af de fire.

– Men jeg ved, at jeg blev anholdt, varetægtsfængslet og kørt til Aarhus Arresthus. Og jeg fortalte politiet alt. Om ildspåsættelserne den aften, men også om cykeltyverier og indbrud. Det var nok til, at de kunne opretholde varetægtsfængslingen af mig, så et par dage senere blev jeg overført til en sikret institution på Sjælland, hvor jeg sad i otte måneder, indtil jeg fik min dom, fortæller Johnny.

Blakket fortid

Som han sidder der i jeans, moderigtig hættetrøje, lyst strithår og markante, sorte briller, så kunne han godt minde om en ung, måske lidt nørdet, ingeniørstuderende.

Men Johnny har ikke rygsækken fuld af formler og regler for aritmetik. Den er i stedet fyldt med minder om en kaotisk barndom med druk og svigt, en skolegang præget af de forkerte venner, stofmisbrug, cykeltyverier, indbrud og ophold på institutioner, der kun i korte perioder satte Johnny på ret kurs.

– Min mor vidste godt, at jeg stjal, men hun sagde bare, at hun håbede, at det ikke blev opdaget. Jeg gik vel i 7. eller 8. klasse, da jeg prøvede amfetamin for første gang. Det var en kammerat, der havde noget, jeg skulle prøve. I begyndelsen blev jeg bare i godt humør, men senere blev jeg aggressiv, og de skulle være fire om at holde mig. Og jeg er jo egentlig ikke ret stor, siger Johnny og kaster et sigende blik ned over sig selv.

Glidebanen var på den måde tidligt sat i stilling, og den endte først, da politiet bankede på den aften i 2003.

Strikse regler

Johnnys dom for brandstiftelse, tyverier og indbrud lød på ungdomssanktion på Region Midtjyllands dengang helt nyåbnede, sikrede døgninstitution Grenen på Djursland.

– Jeg var den allerførste, der flyttede ind, og det var lige før jul. Jeg havde mødt mange af de ansatte på andre institutioner op gennem min barndom, så jeg kendte mange af dem på forhånd. På den måde var det godt og trygt. Men modsat var det også hårdt, for jeg skulle jo lige vænne mig til Grenens trinmodel og til at blive holdt i meget kort snor.

På Grenen skal beboerne gøre sig fortjent til forskellige rettigheder. De starter groft sagt fra et tillidstrin på nul og arbejder sig frem mod eksempelvis at få lov til at tale med en anden beboer, uden at der er voksne til stede eller gå alene ud for at ryge. På tillidstrin 3, som er det højeste, kan man få lov at gå i ekstern skole, for eksempel på Teknisk Skole.

– Det var meget strikse regler i forhold til, hvad jeg havde været vant til. I dag har jeg forstået, at det er nødt til at være sådan, for der er jo en grund til, at man sidder på et sted som Grenen. Men dengang var det hårdt. Det første, de gjorde, var at tage det hjemmebesøg i julen og nytåret fra mig, som jeg ellers var blevet lovet. Og så kom der en ansat ind til mig på mit værelse og sagde, at jeg skulle skrive en stil om, hvordan mit liv havde været. Det gad jeg ikke, for jeg syntes ikke, det ragede nogen. De forsøgte at få mig til at skrive stilen i en

hel uge, hvor jeg bare sad inde på værelset, før jeg gav mig og skrev en kort stil, husker Johnny.

Pædagog-allergi

Opholdet på Grenen bød på flere konflikter mellem Johnny og de ansatte. Som bonden i eventyret om Lille Claus og Store Claus ikke tåler synet af degnen – sådan tåler Johnny ikke pædagoger.

– Jeg kan slet ikke tage, når en person kommer hen og siger til mig: »Nu skal du sætte dig ned og tage det roligt«, siger Johnny og løfter i sin stemmeføring lidt af sløret for det temperament, der gemmer sig bag hans ellers rolige ydre.

– Der skal tales direkte fra posen til mig. Det skal ind med en skovl, før jeg forstår det. Jeg gider ikke alt det der fis. Sådan tror jeg, der er mange af dem som sidder eller har siddet på Grenen, der har det, mener Johnny.

Stillesiddende skolegang er heller ikke noget for Johnny. I stedet blev han sat i gang på værkstedet og senere udstyret med en motorsav, så han kunne rydde op i skoven. Og efterhånden gik det op for ham, at det betaler sig at opføre sig ordentligt. Ikke bare på Grenen, men også udenfor.

– Jeg fandt ud af, at ude i den virkelige verden, der går det ikke, at man tænder af over for andre og råber og skriger. Det dur ikke. Jeg blev bedre til at styre mit temperament og falde til ro.

Den sidste periode på Grenen tilbragte Johnny delvist på havet på en fiskekutter. To-tre uger ude – en uge »hjemme« på Grenen.

– Jeg valgte faktisk at blive på Grenen lidt længere end jeg egentlig skulle, fordi det gik ret godt. Men til sidst skulle jeg jo ud...

Ude igen

Beboerne på Grenen bliver ikke bare sendt ud i det blå, når de bliver lukket ud. De bliver udstyret med en kontaktperson det første halve år, så de kan få hjælp og støtte til at skabe sig en normal hverdag uden for institutionens faste rammer.

– Problemet var bare, at jeg begyndte at tage ting og sager igen, da jeg kom ud. Jeg stoppede også med at fiske og røg på kontanthjælp. Stofferne gjorde, at jeg bedre kunne overskue hverdagen, og de var jo ret billige dengang. Grenaa bliver også kaldt »Den Hvide By«, og man kunne købe et gram amfetamin for 100 kroner. Købte man mere blev det endnu billigere.

Glidebanen var igen sat i stilling, men så skete der noget:

– Jeg begyndte at se min gamle barndomsveninde lidt. Hun er ældre end mig

Ungdomssanktion

En 2-årig struktureret, kontrolleret socialpædagogisk dom til behandling for 15-17-årige, der har begået grovere personfarlig kriminalitet eller anden alvorlig kriminalitet, men som er for unge til almindeligt fængsel.

– 33, og jeg er 26, men jeg blev forelsket og var villig til at gøre alt for, at vi skulle finde sammen. Hun bad mig holde op med at tage stoffer og holde op med at drikke øl hver dag. Samtidig kunne jeg jo godt se, at det var et helt forkert mønster, jeg var på vej ud i. Det er ikke noget liv, når man hele tiden render og ser sig over skulderen og bliver nervøs, når man ser en politibil. I dag er jeg gift med min barndomsveninde, jeg har ikke rørt stoffer i seks år, og jeg kommer aldrig til det igen. De er så ødelæggende. Jeg kan stadig få hjertebanken, som er en bivirkning, når man har taget stoffer. Engang imellem har jeg svært ved at tale – det er som om, ordene kommer helt forkert ud, og det er også en bivirkning. De smadrer dig simpelthen, lyder advarslen fra Johnny.

Rollemodel

Advarslen tager han med sig, når han engang imellem kører et smut forbi Grenen – sådan bare for at sige hej.

– Det er hyggeligt at komme derud. Men de har det altså for nemt, dem, der bor der nu. De kan jo få lov at stå og svine personalet til. Men hvis personalet siger et ord forkert til dem, så bliver der lavet en indberetning. Det er da urimeligt, for når du sidder der på Grenen som ung, så er det fordi, du har lavet noget, du ikke skulle.

På Grenen er Johnny i dag blevet lidt af en rollemodel. Han er stoffri, ude af kriminalitet og har i to år drevet sit eget transportfirma. Noget, der virker helt eksotisk på de unge, der er på Grenen i dag.

– En dag, jeg var på besøg og kom ud på værkstedet, så var der en af de ansatte, der sagde: »Vi har lige stået og snakket om dig, Johnny. Ham her, han vil bare ud og lave kriminalitet, når han kommer ud herfra. Jeg har fortalt ham om dig, men han synes, at det er nemmere at være kriminel.« Jeg snakkede lidt med fyren den dag, og da jeg kom på besøg et par måneder senere, så kom han og stak mig hånden og sagde: »Jeg har fundet ud af, hvad jeg vil, når jeg kommer ud. Jeg vil ud og have en uddannelse, hvor jeg kan bruge mine hænder, og så vil jeg være ligesom dig.«

Indhentet af fortiden

Fortiden dukker ind imellem – ret ubelejligt – op i Johnnys liv. For eksempel er hans svigerfar en af de bilejere, der fik sin bil brændt af den aften i 2003.

– Den første gang, jeg gik op ad indkørslen for at møde mine svigerforældre, kom han ud og råbte: »Væk! Du skal ikke være her!«. Og så var jeg jo nødt til at smutte igen. Men da min svigermor og min kæreste havde talt lidt med ham, så blev jeg inviteret over igen nogle dage efter. Vi fik en øl sammen i garagen og fik snakket om det, der var sket dengang. Siden da har vi haft et godt forhold. I dag er han faktisk lige så meget min far, som han er min svigerfar.

Straffen fra samfundet – og svigerfar – er udstået, men Johnny har stadig et økonomisk mellemværende med en række forsikringsselskaber, som kræver erstatning for de biler, han var med til at ødelægge.

Regningen er på knap en halv million kroner. Og selv om Johnny knokler med sit transportfirma, så har det lange udsigter, før han har så mange penge på kontoen.

– Firmaet kører rundt, og jeg kan leve af det, men så mange penge er der altså heller ikke i det.

Alligevel er han stolt over, at han er i stand til overhovedet at drive et firma.

– Tænk, sådan en som mig, der aldrig har hørt efter i skolen. Nu sidder jeg med moms og skat og CVR-nummer og sådan noget.

Den egentlige livsdrøm – drømmen om at blive ansat på Grenen eller et lignende sted – for at hjælpe unge på ret kurs, er definitivt lagt på hylden.

– I dag skal man være uddannet pædagog for at være sådan et sted, og det bliver jeg aldrig. Aldrig nogensinde, lyder det med eftertryk.

– Men det er ærgerligt, for de kunne garanteret godt bruge sådan en som mig. Jeg ved jo, hvad det handler om.

En venlig modtagelse, hyggelige omgivelser og styr på tingene. Et godt førstehåndsindtryk er altid vigtigt – også til en konference, et kursus eller et foredrag. Når deltagerne føler sig velkomne og i gode hænder, slapper de af og kan få det optimale ud af arrangementet.

Hos Montra Hotels byder vi alle dine gæster hjerteligt velkomne, som var de gæster i vores eget hjem! Vi planlægger dit arrangement professionelt ned til den mindste detalje, og kan skræddersy hvert eneste arrangement efter netop dine behov, så du får en inspirerende oplevelse med unikke fordele til den bedste pris – altid serveret med varme, venlighed og gæstfrihed, for hos os er moments of happiness ikke bare noget, vi siger – det er en vane...

Vi glæder os til at byde jer velkommen!

MONTRA HOTEL SABRO KRO · MONTRA ODDER PARKHOTEL · MONTRA SKAGA HOTEL · MONTRA HOTEL HANSTHOLM

MONTRA HOTELS
★★★★
MONTRA.DK/KONFERENCE

midt
regionmidtjylland

Klar til Digital Post?

Fra 1. november 2041 skal alle personer over 15 år kunne modtage Digital Post fra det offentlige. Du kan tilmelde dig på www.borger.dk eller www.e-boks.dk.

Hvis du ikke selv har tilmeldt dig eller ikke er blevet fritaget, bliver du automatisk tilmeldt Digital Post 1. november 2014.

Brug for hjælp?

Du kan få hjælp til Digital Post og få mere at vide om fritagelse

- hos den digitale hotline på **7020 0000**
- hos borgerservice og biblioteker
- på www.borger.dk

borger.dk

DIGITAL POST

Læs mere på www.digital.rm.dk

Hvad påvirker unges uddannelsesvalg

Flere unge midt- og vestjyder gennemfører en ungdomsuddannelse – til gavn for både den unge og samfundet.

Tekst: Marianne Gregersen
Foto: Nicky Bonne

Stadig flere unge tager en ungdomsuddannelse. I Region Midtjylland gennemførte 88 procent i 2013 en ungdomsuddannelse mod 87 procent i 2012, mens 57 procent afsluttede en videregående uddannelse mod 55 procent året før.

Målene er henholdsvis 95 og 60 procent, og Region Midtjylland arbejder på at nå de magiske tal.

Gymnasierne er attraktive

Statistikken viser, at flest piger går i gang med en gymnasial ungdomsuddannelse. I 2012 var andelen 79 procent på landsplan, mens den var 68 for drengenes vedkommende.

– Pigerne har størst succes med at opnå en ungdomsuddannelse, specielt på et gymnasium. Der er væsentligt flere piger, det lykkes for, og de bruger studenterhuen til at frigøre sig fra deres opvækstmiljø i mere udtalt grad end drengene. Det betyder, at der bor flest unge kvinder i uddannelsesbyerne og flest unge mænd i landkommunerne, siger Torben Pilegaard Jensen, der er forskningsleder ved KORA, det nationale institut for Kommuners og Regioners Analyse og Forskning.

Han kårer de gymnasiale uddannelser som den store vinder, der lokker flest unge til. De er attraktive både for unge i byerne og på landet.

Uddannelse er arvelig

De unges sociale baggrund spiller en stor rolle for deres valg af ungdomsuddannelse, og for om de gennemfører den, viser alle undersøgelser. Også det resultat, eleverne forlader folkeskolen med, betyder meget for, om de gennemfører en ungdomsuddannelse og bagefter fortsætter på en videregående uddannelse.

Børn af forældre, som selv har en god uddannelsesmæssig ballast, får i større udstrækning en ungdomsuddannelse fra et gymnasium. Men en del unge med en mindre god social baggrund klarer sig trods sværere odds også godt i folkeskolen og kommer igennem en ungdomsuddannelse.

– Det centrale er, hvilke forventninger de bliver mødt med lige fra børnehaveklassen til 9. klasse og videre på ungdomsuddannelsen. Forventninger handler om anerkendelse, og en dårlig social baggrund bør ikke bremse de professionelles forventninger til den unge, pointerer Torben Pilegaard Jensen.

Unge fra landet bider sig fast

Unge, der bor i storbyer, dropper oftere ud af deres ungdomsuddannelse end andre unge. Det skyldes, at de i højere grad vælger om. Omvendt bider unge på landet sig fast i deres ungdomsuddannelse og stopper først efter sidste eksamen.

– Det hænger sammen med, at udbuddet af uddannelser er mindre, og derfor har de begrænsede alternativer til den ungdomsuddannelse, de har valgt i første omgang, forklarer Torben Pilegaard Jensen.

Forskningslederen anbefaler, at de unge nøje overvejer, hvilken ungdomsuddannelse de springer på. Han mener, at alt for mange de senere år har valgt en gymnasial ungdomsuddannelse, fordi den bliver betragtet som det sikre valg.

Husk erhvervsuddannelserne

Han er fortaler for, at flere vælger erhvervsuddannelserne, fordi en faglig uddannelse også baner vej til spændende videregående uddannelser til eksempelvis installatør, finansøkonom og ingeniør.

– Desværre ved hverken de unge, deres forældre eller vejlederne nok om det. Men vi er inde i et paradigmeskift. Hvis vi skal klare os internationalt, skal vi sikre, at produktions-arbejdspladser, kreative arbejdsplader og videnarbejdspladser følges ad, mener Torben Pilegaard Jensen.

Lokale jobmuligheder

Torben Pilegaard mener, at de danske regioner, deriblandt Region Midtjylland, har en vigtig rolle at spille i forhold til ungdomsuddannelserne. De har ansvaret for at skabe vækst og jobmuligheder og sikre et kvalificeret udbud af arbejdskraft til virksomhederne.

– Hvis en stor del af de unge tager en gymnasial uddannelse, giver det mindre arbejdskraft til produktionsvirksomhederne. Regionen kan dog stimulere til mere samarbejde mellem gymnasierne og virksomhederne, så de unge får øjnene op for jobmulighederne i det lokale erhvervsliv. Dermed kan der være perspektiv i at vende tilbage, når de er færdige med deres uddannelse, fremhæver Torben Pilegaard Jensen.

FAKTA

I 2013 tilmeldte 92 procent af grundskolens afgangselever sig umiddelbart efter en ungdomsuddannelse.

20 procent tilmeldte sig en erhvervsfaglig uddannelse – af dem ventes 76 procent at gennemføre.

72 procent tilmeldte sig en gymnasial uddannelse – heraf ventes 88 procent at gennemføre.

Andelen af de 25-34 årige i Region Midtjylland med mindst en ungdomsuddannelse var 77 procent i 2012.

Andelen af 16-29-årige på offentlig forsørgelse (ud over SU og barselsdagpenge) var 12 procent i 2013.

KÆRLIGHEDEN KAN KURERE ALT

Trods tunge diagnoser og mange indlæggelser på psykiatrisk hospital har Helle og Flemming netop fejret kobberbryllup og er begyndt at spare op til sølvbrylluppet.

Flemming om sin diagnose:

– Jeg blev diagnosticeret som skizofren for 25 år siden. Nu er diagnosen ændret til depression og angst. Jeg tror, de tog fejl dengang, eller at de siden er blevet klogere og bedre til at diagnosticere. Men uanset hvad vi kalder min sygdom, så tror jeg, at jeg har haft den hele livet. Før diagnosen gik jeg blot for at være sur, når jeg var deprimeret. Min sociale angst er sværere at forklare. Egentlig er jeg ikke bange for noget, men jeg har en social angst, som pludselig kan dukke op, hvis vi for eksempel skal handle ind i et supermarked, hvor der er mange mennesker.
– Jeg har også fået fortalt, at jeg er bange for at have det godt, at være lykkelig – for den slags kan jo hurtigt forsvinde, uanset om man er syg eller ej.
Flemming blev førtidspensioneret i 1997.

Tekst: Benny Lauridsen
Foto: Nicky Bonne

Da Helle Nielsen blev indlagt på det psykiatriske afsnit på Regionshospitalet Herning i 1999 anede hun ikke, at det skulle blive begyndelsen på en livslang kærlighedsaffære. Men det var altså her – på den psykiatriske afdeling – hun mødte sin kommende ægtemand for allerførste gang:

– Jeg var i en af mine perioder af mit liv, hvor jeg ikke havde det godt med min skizofreni. Men da jeg kom ind på afdelingen blev det starten på en ny og bedre tilværelse. Det var der, jeg så Flemming for første gang. Han sad bedøvet af medicin i en gyngestol. Under indlæggelsen var vi nogle stykker, der begyndte at gå i biografen sammen. Vi fik lokket Flemming med. Vi begyndte at snakke sammen, og efterhånden blev jeg gladere og gladere for den mand, der var så meget anderledes end nogle af de mænd, jeg tidligere havde været sammen med. Så jeg tog modet til mig, da han, dagen før han skulle udskrives, ville hente flødeboller for at fejre det med os på afdelingen. Jeg sagde det lige ud: »Jeg er faldet for dig!.« Jeg kunne bare ikke stå for hans eventyrligt dejlige humor og lune smil.

Flemming Nielsen, der blev diagnosticeret med skizofreni for 25 år siden, husker godt den tid, Helle var indlagt på afdelingen. Han fortæller:

– Vi andre troede, hun var i gang med en helt anden. Det var hun så ikke. Jeg havde da kigget efter hende og tænkt mit, men jeg blev overrasket, da hun sådan stod og bankede på ind til mig og mit liv. Siden har vi været sammen, og det bliver vi ved med at være.

Sort på samme tid

Statistikken for ægteskabers holdbarhed frem til kobberbrylluppet er ikke opløftende læsning. Tæt på en fjerdedel af alle ægtepar er skilt inden. Når man så kaster et par tunge psykiatriske diagnoser oven i kærligheden, så vil holdbarheden for Flemming og Helles parforhold og ægteskab ikke se for godt ud – set med omverdenens øjne.

– Der var ikke mange, der troede, vores kærlighed kunne bære et forhold ret langt dengang. Min søster bad mig bl.a. om at tage det meget stille og roligt. Jeg tror ikke, hun – eller nogen anden – troede på, vi ville nå frem til et kobberbryllup sammen. Ikke sådan nogen som os. Det har taget sin tid, inden folk har accepteret fuldt ud, at vi holder sammen og bliver ved med det, fortæller Flemming.

Helle nikker genkendende til erindringerne fra dengang og fortæller stolt i dag, at parret er begyndt at spare sammen til sølvbryllup. Heller ikke i hendes sind er der nogen tvivl om, at de to holder sammen resten af vejen – selv om det har været tæt på at bryde sammen i 2007, hvor Flemming for første gang fik elektrochock – ECT-behandling.

– Havde han ikke fået det, ville vi nok ikke have nået frem til kobberbrylluppet, siger Helle og indrømmer gerne, at det ind i mellem har været endog meget hårdt under Flemmings mange og lange indlæggelser.

– Jeg føler mig sårbar, når han er indlagt. For tre år siden gik jeg også næsten helt ned på det. Men jeg har lært, jeg skal holde mig selv i gang, være aktiv, når han er

indlagt. Selvfølgelig føler jeg mig ensom imens – men en tændt radio hjælper, og så taler vi en del i telefon sammen, når jeg da ikke besøger ham på afdelingen.

Dengang for tre år siden, var det første gang, de oplevede begge at være nede på samme tid.

– Jeg fik mobilteam, som det hedder, når man ikke er helt syg nok til at blive indlagt. Så var der en sygeplejerske, som kom hjem til mig. I den periode fik jeg også mere støtte fra min kommunale støtteperson. Det var en hård periode, fortæller hun.

Kærlighed, tillid og accept

Selv om sygdom og indlæggelser måske ikke er det sjoveste i tilværelsen, så er det noget, Helle og Flemming har vænnet sig til. På en måde er det måske også en del af det, der binder dem sammen. Men begge understreger dog, at det blot er en lille del af deres kærlighed til hinanden.

Med det underfundige lune, der hele tiden præger Flemming, fortæller han om nogle af de dele af parforholdet, han vist slet ikke kan undvære længere:

– Hun laver god mad. Hun har også en god humor, når det passer hende. Vi kan snakke om alt. Engang sad vi f.eks. og talte sammen i otte timer hen over en flaske med danskvand. Det er stort – måske især for os, fordi vi for syv måneder siden stoppede med at drikke alkohol. Tidligere har vi nok drukket for meget – men ædruelighed-en har ikke ændret ved, at vi faktisk stadig fungerer fint sammen og har det rigtig godt med hinanden. ▶

Helle om sin diagnose:

– Jeg ved ikke, om skizofreni er den rigtige diagnose, men det er den, jeg har fået. Det kommer sig af, at jeg en gang imellem kan få en voldsom og skræmmende følelse af at falde ned gennem et rør i jorden – langt, langt ned i den anden ende af tunnelen. Det startede for tyve år siden – og skyldes måske, at jeg dengang røg hash dagligt. Jeg var nok disponeret for sygdommen i forvejen, og så er det ikke smart at ryge hash. Men i mine teenageår var jeg meget genert, ængstelig og sortseende. Det hjalp hashen mig med at komme uden om – indtil angsten dukkede op. Så jeg valgte at holde op med at ryge hash, men sygdommen havde bidt sig fast, fortæller Helle, der blev førtidspensioneret i 1999 og har en søn på 27.

– Der var én, der engang havde en bemærkning, da jeg fortalte, jeg var og er lykkelig. Vedkommende sagde, at lykken blot er en forbigående farce. Det synes jeg ikke. For mig er det en bevægelse, som to mennesker kan skabe sammen, når de begge vil have parforholdet til at udvikle sig i den rigtige retning. Og dét vil vi begge – også selv om vi er psykisk syge. Vi skaber vores liv – vores lykke – sammen. Det bliver vi ved med – på vores egen måde, fortæller Helle Nielsen.

– Helle har også tålmodighed i forhold til mig. Hun er der, når jeg er indlagt, og hun er der, når jeg bliver udskrevet fra en af de indlæggelser, som der har været en del af – og som har varet helt op til tre måneder ad gangen.

Helle er tydeligvis glad for Flemmings ord og skynder sig at tilføje:

– Ellers kræver Flemming nu ikke tålmodighed. Egentlig har jeg altid ledt efter en at leve sammen med. Jeg fandt så Flemming – som også har tålmodighed. Han er nem at leve sammen med. Vi bygger vores forhold på kærlighed, tillid og gensidig accept, men det er jo en løbende proces, som kræver hårdt arbejde fra os begge.

Flemming er enig – og synes rent faktisk at deres kærlighed påvirker deres livssituation og sygdomsforløb langt mere i en positiv retning, end man umiddelbart skulle tro:

– Når jeg er indlagt, ved hun, at jeg er i trygge hænder. Hun kender stedet og har selv været indlagt. Hun ved, at personalet hjælper mig – og at det virker. I hvert fald for en tid. Så skal jeg ind og tunes op igen, siger han og fortæller videre:

– I dag går der længere og længere mellem mine indlæggelser. Tidligere var jeg ofte indlagt flere gange årligt – det er vel blevet til op mod 25 indlæggelser siden 89. Nu har jeg så været indlagt igen i sommer. Men det er første gang siden 2011.

Helle nikker genkendende, for også hun kan konstatere, at hun har fået det bedre og bedre.

– Vi er begge blevet mere stabile – også i vores sygdomme. Så jeg tror altså, at kærligheden kan kurere alt...

Depression og stress er ikke et tegn på svaghed. Det er et tegn på, at du har forsøgt at være stærk alt for længe.

Stor tilfredshed i psykiatrien

Et stort flertal af de psykiatriske patienter er godt tilfredse med behandlingen i psykiatrien i Region Midtjylland. Det viser de landsdækkende undersøgelser af patienter og pårørendes oplevelse af psykiatrien. Relationen til personalet er noget af det, både patienter og pårørende udtrykker størst tilfredshed over.

Klogere på psykiatri

Stemmehøring, ADHD, depression og skizofreni er bare nogle af de emner, PsykInfo Midt tager op på en lang række temaaftener i efterår og vinter. Har du lyst til at lære mere om de enkelte diagnoser, så kig efter et PsykInfo arrangement i nærheden af dig på www.psykinfomidt.dk.

Ring for råd om spise-forstyrrelser

Center for Spiseforstyrrelser tilbyder råd og vejledning til dig, der lider af en spiseforstyrrelse eller kender en med spiseforstyrrelser på Rådgivningslinjen for Spiseforstyrrelser. Rådgivningen er anonym, så du kan ringe uden at blive registreret med navn og adresse. Rådgivningslinjen besvares af erfarne sygeplejersker, som er ansat ved Center for Spiseforstyrrelser.
Telefonen er åben tirsdag og torsdag 15.00-16.30 og fredag 08.30-10.00. Læs mere på www.spiseforstyrrelser.net

14
mia. kroner

Så meget skønnes depressioner at koste Danmark i tabt arbejdsevne, sygemeldinger og pensioneringer.

250 mio. kroner svarer til, hvad vi totalt bruger på jordforurening i syv-otte år. Dem kan vi ikke bare sende til Høfde 42, for de skal bruges på de mange forureninger, der åbenlyst er til fare for borgerne eller grundvandet.

Poul Erik Christensen, formand for regionens rådgivende udvalg for regional udvikling, om regionsrådets beslutning om at udskyde en dyr oprensning af forureningen til 2019. Og så håbe, at staten til den tid vil betale.

Svenskere så på midtjysk innovation

3.-4. september var Region Midtjylland vært for 39 gæster fra 16 svenske regioner. Besøget var led i et fælles projekt »Smartare regioner«. Det skal føre til en strategi, der øger innovationskraften i de enkelte svenske regioner. Svenskerne besøgte bl.a. Agro Food Park i Skejby og hørte om regionens strategiske indsats indenfor fødevarer, energi og cleantech. De var også omkring Godsbanen i Aarhus for at diskutere smart cities, cirkulær økonomi og kompetenceudvikling. Vækstforum Midtjylland skal netop selv til at udvikle en ny regional vækst- og udviklingsstrategi og så det svenske besøg som en god mulighed for at udveksle erfaringer i forhold til det kommende strategiarbejde.

Gymnasielærere skal holde på eleverne

Region Midtjylland støtter et nyt forskningsprojekt med 5,3 mio. kroner. Det sætter læreren i fokus som en leder, der støtter elevernes motivation og øger deres chancer for at få studenterhuen. Bag projektet står Skive Handelsskole, Randers Statsskole og Center for Undervisningsudvikling og Digitale Medier (CUDIM) ved Aarhus Universitet.

67

mio. kroner har den regionale kapitalcoach-ordning været med til at rejse til 24 iværksættere siden 2011. »Vi ved nu med sikkerhed, at den risikovillige kapital stadig er tilgængelig og har samtidig afklaret, at coaching af iværksætterne, så de bliver bedre til at sælge deres idé, er en afgørende faktor«, siger regionsrådsformand Bent Hansen om resultaterne.

Endnu mere samarbejde med Shanghai

Region Midtjyllands rådsformand og Shanghais 1. viceborgmester underskrev 29. august en ny samarbejdsaftale. Den har fokus på fødevare- og landbrugsområdet, men beskæftiger sig også med virksomhedssamarbejde, velfærdsteknologi, rehabilitering, uddannelse og kultur. Aftalen forventes at give nye muligheder for midtjyske virksomheder, institutioner og organisationer, hvor regionens adgang til myndighederne kan medvirke til at åbne døre.

QUIZ DIG KLOGERE PÅ REGION MIDTJYLLAND

Den lette

	5 point	4 point	3 point	2 point	1 point
A • Kendt midtjyde	Erhvervskvinde født 1965 i Lystrup	Forfatter til bogen »Om mus og mænd«	Deltog i under-holdningsprogrammet »Varm på is« i 2008	Tidl. administrerende direktør for Kurt Thorsen Espana	Kendt som kronvidne i sag om falske underskrifter
B • Mad & drikke	Fødevare-virksomhed grundlagt 1983	Stiftet af israeleren Jacob Evar	Opskriften lyder på vand, mel, salt og gær	Stifterens fornavn indgår i virksomhedens navn	Runde brød, der kan fyldes med kød og grønt
C • Sport	Sportsmand født 1971 i Silkeborg	Dyrker sport, som der er masser af penge i	Første dansker i Ryder Cup nogensinde	Bruger drivere og puttejern	Efternavnet er også et stort dyr
D • Kunst	Værk skabt af Alberto Giacometti	Har sin egen hymne komponeret af Pauli î Sandagerdi	Står foran det gamle rådhus i Holstebro	Sænkes ned i jorden om natten	Også kendt som Maren å æ Woun
E • Litteratur	Forfatter født 1963 i Skanderborg	Tidligere pressechef hos De Konservative	Arbejder i dag som journalist og studieværт	Kendt for romanen »Kongekabale«	Var vært i Krause på Tværs på P1

Den noget sværere

	5 point	4 point	3 point	2 point	1 point
A • Kendt midtjyde	Forfatter og journalist fra 1948	Skriver digte, børnebøger og historiske bøger	Nok mest kendt for sin behagelige radiostemme	– og et stort hvidt, krøllet hår og ditto skæg	Tidligere vært på Giro 413 og Danmarksmester
B • Mad & drikke	Virksomhed i Fasterholt ved Brande	Fremstiller et produkt helt uden kalorier	– som vi skal have halvanden liter af om dagen	Fås med blid brus og smag	Navnet betyder vand af guld
C • Sport	Fartglad herre bosiddende i Kjellerup	Kører på to hjul	– og masser af kubik	Cyklerne hedder blandt andet Ducati og Triumph	Danmarksmester i Road Racing
D • Kunst	Kunstner født i Randers 1914	Maler, skulptør, fotograf, digter, tegner og filmmager	Surrealist og dadaist	Udsmykkede blandt andet Værket i Randers	Især kendt for nøgler og stole og Dannebrogsflag
E • Litteratur	Forfatter født i Randers 1908	Kendt for trilogi om polske sukkerroearbejdere	– og for »Pramdragerne på Gudenåen«	Har sejlet og vagabonderet i hele Europa	En ægte arbejderforfatter

Svar

A: Nis Boesdal, B: Aqua d'or mineral water, C: René Prang, D: Sven Dalsgaard, E: Hilmar Wulff

Svar

A: Anna Thygesen, B: Jacobs Pita, C: Thomas Bjørn, D: Kvinde på kærre, E: Niels Krause-Kjær

REGION MIDTJYLLAND - PÅ KRYDS OG TVÆRS

						Sygdom	Mad	Under-strege	Den efterladte	Tone	Retning	Grinede		Regions-bil
					Trans-port-middel								Vokal / Ujævn	
					Atter					Retning / Ceres			1.	
					Romer-tal		Dræbte / Spids					Born-holmer / Opgave		
	▼	Vest	Filur	Helse	Overnat-nings-sted				2.		Tyskland / Uægte		Vokal / Skue	
Infor-mation					Gud / Norge					Torsk / Liter				
Kelvin		Rask / Dengang					Konso-nant		Underlag / Deci-liter					
Retning			Norge / Antal		Vokal		Retning / 2 ens			Bjerg-side / Vokal			Vokaler	
Tygge-redskab					Mick Jagger									
Liter		Udbrud / Svamp			Hovedbe-klædning / Vest				Ilt	Bil-mærke			Gram / Spise	
Spise			Pige / 50				Fred / Frosset			Nordjysk landsby	Pige / 2 ens			
Under-skud	3.				For-fatter / Vokal				Grådig / Insekt			4.		
Lever			Røg	Kon-cern				Handels-plads					Fyn	
Belgien		Ilt / Bælte	5.	Legeme	Konso-nant		Mad	Com-putere / Vest			Vokaler		Anbefalet / Holland	
Fremmed					Dyr				Skak-brikker / Spise				6.	
Red-skab			Anbe-falet		Mad			Lag			Luft			
	Meter		Ilt / Østrig		Frankrig / Cirkel		Vokal	Studie-støtte / Kelvin			Norge / Østrig		Amager / Ampere	
midt regionmidtjylland		Sund-heds-butik							Åre					

www.flemmingsørensen.dk

KODEORD: Find kodeordet ved hjælp af bogstaverne i de farvede felter.

Indsend kodeordet, navn og adresse til Magasinet MIDT, Region Midtjylland, Skottenborg 26, Postboks 21, 8800 Viborg eller til magasinetmidt@rm.dk senest den 11. november 2014. Så deltager du i lodtrækningen om et eksemplar af bogen »Midt i historierne«, som handler om naturen, kulturhistorien og kunsten i Region Midtjylland. Vi sætter tre bøger på højkant.

REGION MIDTJYLLAND – VIGTIGE NUMRE OG ADRESSER

Region Midtjylland
Skottenborg 26 · Postboks 21 · 8800 Viborg
Tlf. 7841 0000
kontakt@regionmidtjylland.dk
www.regionmidtjylland.dk

112

Ved alvorlige ulykker og livstruende situationer skal du ringe 112.

Andre skader og sygdom

Hvis du får behov for hjælp ved sygdom eller skade, skal du ringe til din egen læge eller lægevagten. Lægen vurderer, om du kan behandles hos lægen, lægevagten, i akutklinikken eller på skadestuen.

Egen læge kan kontaktes i hele åbningstiden på hverdage kl. 8-16. Nummeret til lægen står på dit sundhedskort (sygesikringsbeviset).
Lægevagten tager over hverdage fra kl. 16 til kl. 8 om morgenen samt weekend og helligdage.
Telefon: 7011 3131.

Psykiatrisk rådgivningstelefon

Tilbyder rådgivning ved akut opstået eller akut forværret psykisk sygdom. Telefonen besvares hele døgnet af erfarne psykiatriske medarbejdere. Rådgiverne yder ikke behandling.
Telefon: 7847 0470.

Sundhedsplejens telefonvagt

Tilbyder råd og vejledning til småbørnsforældre om akut opståede problemer.
Hvis du bor i Aarhus Kommune, har telefonvagten åbent fredag, lørdag, søn- og helligdage kl. 17–20. Ring på 7020 8008. Hvis du bor i en af de 18 andre kommuner i Region Midtjylland, har telefonvagten åbent hver dag kl. 17–19. Ring på 7020 8018.
Læs mere på www.sundhedsplejenstelefonvagt.dk

Patientkontoret

Tilbyder information og rådgivning om patientrettigheder, frit sygehusvalg, ventetider m.m. på telefon 7841 0444. Patientkontoret har åbent mandag-torsdag kl. 10-12.
Læs mere på www.patientkontoret.rm.dk

Tandlægevagt

Ved akut opstået tandpine eller tandskade uden for din tandlæges normale åbningstid, kan du kontakte Tandlægevagten på telefon 4051 5162. Tandlægevagten svarer fredag kl. 18-19, lørdag, søndag og helligdage kl. 10-11 samt kl. 12-13.

Kiropraktorvagten

Tilbyder hjælp til patienter med akut opståede skader i weekender og helligdage. Hver uge er to af regionens klinikker åbne i weekender og på helligdage. Tidsbestilling kan ske efter aftale med kiropraktoren på telefon 7026 0041 eller 7026 0051.
Læs mere på www.kiropraktorvagt.dk

Fysioterapivagten

Tilbyder hjælp til patienter med akut opståede skader i weekender og helligdage. Tilbuddet gælder alle borgere i Region Midtjylland, men behandlingen foregår i Aarhus Kommune. Fysioterapivagten kan kontaktes mellem kl. 9-10 på lørdage, søndage og helligdage på telefon 7070 2016.

Kørsel til og fra hospitalet

Patienter skal normalt selv sørge for at komme til og fra hospitalet i forbindelse med indlæggelse, udskrivning, ambulante undersøgelser osv.
I særlige tilfælde kan man dog få tilskud til befordringsudgifter eller blive kørt med Region Midtjyllands taxaordning. Spørgsmål om befordring eller befordringsgodtgørelse rettes til Kørselskontoret i Holstebro på telefon 7023 6248. Kontoret har åbent mandag-fredag kl. 8-14.
Læs mere på www.befordring.rm.dk

GOOD OLD OPERA DAYS

OPERAEN I MIDTEN FEJRER 10 ÅRS JUBILÆUM SOM EGNSTEATER

PREMIERE

KNUDSENS HOLSTEBRO
19. OG 20. NOV.

FERMATEN HERNING
24. OG 25. NOV.

FOLKETS HUS STRUER
26. NOV.

BAKKEHUSET IKAST
27. NOV.

2014

WWW.OPERAMIDT.COM

Operaen I MIDTEN

7030.DK

Magasinet MIDT om Region Midtjylland til dig og din familie | TAG BLADET MED HJEM

regionmidtjylland midt

MAGASINET

Nr. 9 | Efterår 2014

De frivillige får fem stjerner for deres indsats i Region Midtjylland.

Læs temaet side 10-23

Gaia i rollen som en af

de frivillige

i Region Midtjylland