

## Så kan der trænes

Håndværkerne er færdige, så man må gerne gå om og prøve de nye træningsmaskiner omme bag ved garagen i Norgesgade 17.

Det har været et stort arbejde, især at søge penge fra Tryg Fonden, hente tilbud ind og få tilladelser i hus. Det store arbejde har Maria Simonsen stået i spidsen for.

I efteråret 2020 blev der første gang snakket om udendørs træningsmaskiner ved Den Blå Cafe og muligheden for at søge penge fra TrygFonden, og Maria gik i gang med at undersøge mulighederne.

- Jeg synes, det har været et spændende projekt at gå i gang med, siger Maria, men det overraskede mig, hvor omfattende det var, men der var jo ikke noget at miste ved at søge, så jeg gik bare i gang. Og da jeg så fik at vide, at TrygFonden ville give pengene, så var der jubel hele vejen rundt, og jeg fik blod på tanden til at sætte projektet i gang, siger Maria.

Nu hvor maskinerne er installeret, er Maria rigtig godt tilfreds.

- Det blev lidt senere end forventet, så alle har været utålmodige. Nu kan jeg mærke, at vi ser frem til at begynde og bruge maskinerne.

Alle har bakket op om Marias arbejde: Medarbejdere, ledelse, kommunen og politikerne.

- Jeg har lært, at der er fuld opbakning, når brugerne har ideer, også til store projekter. Og jeg har lært, at man kan mere end man tror. Især har jeg oplevet stor anerkendelse fra kommunen og politikerne, fordi det er os brugere på Den Blå Cafe, der selv har taget initiativet og fået det i hus.

Alle har mulighed for at benytte maskinerne allerede nu. Der hænger en seddel på hver maskine, hvor man kan læse hvilken muskelgruppe, man kan styrke, og ved hjælp af tegninger kan man se, hvordan man gør. Der er seks maskiner, og på to af dem, er der to øvelser tilknyttet.

Efter sommerferien indvier vi træningsbanen, og senere kommer der et hold i aktivitetsplanen.





## Fællesmøde d. 20/6 2022

### Heidi:

Lige obs. på at man ikke må ryge på fortovet foran vores sted, man skal over på den modsatte side, ved Fakta. Indtil de er færdige med træningsområdet, må man også ryge ved dagcenterets køkkendør.

### Lommeaskebæger:

Når der skal ryges ved fortovet, så findes der nogle lommeaskebægere, som man evt. kunne få noget logo/tekst på. Vi kunne evt. købe nogen ind lige som med sokkerne, og så gik der lidt overskud til cafeen. Ved køb af 200 stk. så vil vi have et overskud på 1700,- uden logo er det billigere. Det går desværre i mod vores røgfrie sted, som er bestemt oppe fra.

Men man kan evt. selv købe dem i Normal, Matas, apoteket og sikkert også tankstationer.

### Siden sidst:

Der er kommet gang i byggeriet af vores udendørs træningsområde! ☺

Vi har fået sat skuffer i to af skabene i køkkenet og den "gamle" have er også ved at blive gået efter og bliver rigtig fin.

Vores skulptur har været stillet væk, indtil ledelsen har vidste hvordan den skulle sættes op. Den kommer op igen på en natursten. Det er en skulptur vi har fået ved indvielsen af værestedet i nr. 15.

Vi bliver ca. 80 til jubilæet på fredag, og teltet kommer 14.30 torsdag, har man tid, vil vi meget gerne have hjælp til at sætte op. Der er bestilt borde, det bliver stå-borde, men man kan også sætte sig ind i cafeen eller på terrassen

Vi har også haft gang i vores egen udgave af Ikast-løbet, vi var ca. 30 deltagende og havde en rigtig god dag.

### Økonomi:

Indtægt: knap 60.000,-

Udgift på 70.000,-

Men vi mangler nogle indtægter som ikke er ført ind endnu.

Da der er nogle ting som betales på årsbasis, så kan det godt se lidt voldsomt ud lige nu, men det jævner sig ud efterhånden. Det er dog noget vi vil holde øje med.

### Udflugter:

Der er ferie i juli, så de faste udflugter har vi ikke, men forslag til ture vi spontant kan tage på, kan vi godt snakke om.

*Graceland ved Randers, der er kommet et nyt museum om Johnny Cash*

*Ree Park*

*Givskud zoo*

*Masser af gåture*

*Udendørs spil med kongespil, stige-golf, krolf mm.*

D. 6 juli kl. 10 skal vi ud og spille golf! Der vil efterfølgende være frokost i deres restaurant, vi har også mulighed for kunne leje nogle golfbiler, hvis man er dårligt gående. Der er ophængt et opslag hvor man kan tilmelde sig, så skynd dig at få meldt dig til. Turen vil være gratis, da det er resten af vores gavekort fra Landsforeningen af Væresteder.



## Socialpsykiatrisk Center Nord

### **Overnatningstur:**

Status er, at sokkerne sælger rigtig godt, så vi forventer, at egenbetalingen bliver lille. I næste uge vil vi kigge lidt mere på at få booket overnatning mm.

Turen vil være d. 8-9 september.

### **Tyveri i værestedet:**

Der er desværre forsvundet ting, og vi havde en snak om, hvad vi kunne gøre. Det er megatræls, når ting forsvinder, men vi vil se tiden an.

**Det er også vigtigt at sige at vi ikke må gå og mistænke hinanden, der skal ikke være noget snakken i kroene.**

### **Sofia i værestedet:**

Sofia vil være i værestedet på fuld tid fra d. 1/7 og et år frem. Hvad der sker om et år, ved vi ikke endnu, men vi vil nyde det og krydse fingre for at det kan fortsætte sådan, da det giver mulighed for flere aktiviteter og mere personale i dagtimerne.

#### Forslag til nye/flere aktiviteter:

Tirsdag, torsdag og fredag er der et ønske om, at gåturene kunne flyttes til.

Svømning

Lave frokost en fast dag, ud over fredag, som er mere let; sandwich, pastasalat mm.

### **Træningsområde:**

De er snart færdige, så der vil også komme en aktivitet med træning. Mette vil godt byde ind på at stå for det som aktivitet i samarbejde med Maria. Maskinerne er sat i en cirkel, så det kunne give mening med noget cirkeltræning.

### **Sommerferie:**

Leo har ferie i uge 28-29

Sofia har ferie uge 28-29-30

Mette har ferie uge 31-32-33

Der vil også komme et opslag op, hvor det står på.

### **Børn i cafeen:**

Hvis man er følsom over for lyde, er det godt med nogle strategier, man kan gøre brug af i det tidsrum, man synes, det er belastende?

Der er blandt andet mulighed for at trække sig ned i stuen, hvor der så ofte er mere roligt. Og der kan også ofte være et lokale ledigt ovenpå.

### **Evt.:**

Krolf er vi ikke rigtig kommet i gang med, men vi håber snart at få banen klar. Hold øje med opslag.

Hunde: Ikke alle er glade for hunde, derfor skal de også være i snor, når de er her. Hundeejere skal lige være opmærksom på, hvem der helst vil være fri for kontakt med hunde.

Det er dejligt, at der er mange at snakke med og at folk er åbne. God stemning oplever vi.

Næste fællesmøde er mandag d. 8. august kl 13.00 i Norgesgade 17. Alle er velkomne.

# Golfarrangement



- På Ikast golfklub på Remmevej
- Onsdag d. 6. juli fra kl. 10
- Vi starter på udslagsbanen med lidt undervisning af en professionel golftræner og hvor der også bliver mulighed for at slå nogle bolde inden.
- Vi spiller en runde på en "Pay and Play" som har 9 huller (gode præmier at gå efter)
- Det hele afsluttes i golfklubbens restaurant "Kant"  
<https://www.restaurantkant.dk/menukort/>
- Da vi har et gavekort til klubben, vil hele arrangementet være uden egenbetaling.
- Golfudstyr vil være tilgængelig, så det skal man ikke selv tænke på.
- Man har mulighed komme til spisning uden at spille golf, men vi håber at de fleste har lyst til at prøve dette finurlige spil. Er man gangbesværret og ikke kan gå en lille runde, er der mulighed for at vi kan leje golfbil.
- Fælles transport herfra

Tilmelding senest mandag d. 4. juli på opslag i værestedet.

## 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 eller hjælp til hvordan du takler sin hverdag lige nu? Så er der hjælp at hente i Åben Rådgivning.

Der sidder en medarbejder fra værestedet Den Blå Cafe klar med råd og vejledning, og du kan henvende dig til medarbejderen i værestedet hver mandag og onsdag kl. 10.00 - 11.30  
Socialpsykiatrisk Center Nord, Norgesgade 17, Ikast. Du har også mulighed for at henvende dig telefonisk i samme tidsrum på Tlf. 2480 1055

## Fra jubilæet

I anledning af Den Blå Cafes jubilæum holdt centerets leder, Claus en tale, hvor han blandt andet fortalte om, hvordan det hele begyndte.

”Historien fortæller, at der var to medarbejdere og to borgere – ud over det var der både indsats- og metodefrihed – med andre ord de to medarbejdere havde frit slag til, hvem de ville inddrage i tilbuddet, og hvad de brugte tiden på.

Sådan fungerer det ikke helt længere, selvom vi efter min mening har et supergodt samarbejde hele vejen rundt, og vi sammen finder den bedst mulige vej!

Siden kom der flere borgere i Det døgndækkede bofællesskab og dermed flere medarbejdere.

Værestedet den Blå Cafe kom i lidt mere faste rammer, og der blev efterhånden en fast kerne af både borgere og medarbejdere.

Bostøtten blev etableret og udviklet hen af vejen!

Hvis væggene kunne tale, ville der kunne fortælles mange gode historier om sjove, skæve og seje mennesker der igennem årene har haft stedet her som sin base, sin sikre havn, sin arbejdsplads og sin tryghed.



Der ville kunne fortælles om mange sjove, svære og givende samtaler om rigtig svære og udfordrende ting.

Der er altså noget at fejre, selvom det på grund af coronaen er blevet et jubilæum på 26 år.

Vi kan nemlig godt lide fester her på stedet, og selvfølgelig skal vi fejre jubilæet, selvom det er et lidt skævt tal!

Tillykke til Socialpsykiatrisk Center Nord og tillykke til os alle!”

