



Tekst: Susan Søgaard, Hjerneskadeforeningen
Foto: Kenneth Kinastowski

HOVEDKVARTERET I THISTED - HER KOMMER ENSOMHEDEN IKKE IND!

Midt i Thisted's hyggelige bymidte mødes en gruppe voksne med erhvervet hjerneskade op til fire gange om ugen i værestedet Hovedkvarteret. Indenfor venter venskab og varm kaffe; fællesskab og forståelse. Ensomhed parkeres ved døren.

De store lyse lokaler midt i Thisted summer af liv, og alligevel er her både roligt og skærmet mod støj udefra samt god plads til at bevæge sig på - selv i en meget stor kørestol. Nogle brugere morer sig højlydt med billard, anekdoter og godmodige drillerier, andre taler fortroligt og stille sammen over en kop kaffe. Og så er der dem, som sidder fordybet med en malerpensel, en iPad eller en anden syssel.

Erik på 64 år er ivrig efter at fortælle sin historie om den hjerneskade, som ændrede hans liv. Allermest fordi den ender med sætningen: "Jeg har fået et fantastisk liv". Eriks fortælling begynder med en blodprop i hjernen, som tager hans sprog og hans bevægelse og tvinger ham til at

tilbringe 4,5 måned på hospitalet i Nuuk, hvor han var bosiddende. Stille og roligt kommer han sig nok til at han i 2013 kan vende hjem til Thy, som han ellers har været væk fra i mange år på grund af rejser og job. For Erik har det haft stor betydning, at Hovedkvarteret i Thisted sidste år åbnede. Nu er der nogle at mødes med i stedet for at sidde hjemme.

Ved at bord sidder Anne Marie og Bente i gang med hver sin malerpensel. Bente maler på sten, Anne Marie på lærred. Begge har de tungen lige i munden. De siger ikke mange ord til hinanden, for koncentrationen har taget over. Alligevel fornemmer man tydeligt, at de er sammen om aktiviteten. Bente fortæller, at hun fik sin hjerneskade, da hun var i et trafikuheld som kun 10-årig, men at hun stadig i dag mærker fremskridt, både på grund af sit meget aktive liv med blandt andet spinning, yoga, ridning, svømning og ture på motorcykel, og så på grund af sine ugentlige timer i Hovedkvarteret.

– Her er en utroligt god atmosfære herne med en masse dybde i samtalerne. Man bliver altid godt mødt, og her er plads til alle. Det med at gå alene derhjemme, det bliver så trist. Så er det herligt, at man har



Liv der leves



sådan et sted at tage hen. Alenetiden er rigtig hård. Den kan jeg ellers godt være bange for, men jeg er blevet meget bedre til at nyde livet. Vi laver mange gode ting, og vores leder Anni er rigtig god til at hjælpe med struktur. Jeg får også hjælp til at få min hverdag til at hænge sammen og ideer til aftensmaden hjemme. Det kan ellers være lidt svært at tage sig sammen til at få lavet mad, fortæller Bente.



Anne Marie har flere kasketter på. Hun er både bruger af værestedet og afløser for de frivillige, som er tilknyttet Hovedkvarteret og hjælper til med at få de mange aktiviteter til at køre. De frivillige er med til blandt andet at gøre det muligt at nogle af stedets brugere kan tage på ture, mens andre bliver i lokalerne. For eksempel om onsdagen, hvor en del brugere tager i motionscenter sammen. Derudover er Anne Marie lokalformand i Hjerneskadeforeningens afdeling i Thisted/Mors, som sammen med FrivilligThy er initiativtager til Hovedkvarteret.

– Det er dejligt at være bruger her, og jeg er stolt af det, vi har skabt. Det er et fristed. Alle er positive, og Anni er god til at lade folk være, præcis som de er. Jeg tror, alle føler sig velkomne her og oplever være sammen med andre i et tæt fællesskab, hvor vi har det sjovt og lytter til hinanden. Det er en stor glæde, at vi både har et godt sted at være og mulighed for





at komme ud. Bare det at kunne tage kaffe og mad med og være sammen ude i naturen. Vi har planer om mange flere ture i fremtiden – en fisketur og en tur til Thisted Lilleby for eksempel, siger Anne Marie.

En af de aktiviteter, som Hovedkvarterets brugere har lavet uden for huset – eller rettere Hovedkvarterets kvindelige brugere – er at deltage i Ladywalk, som er en motionsevent for kvinder til fordel for Hjerteforeningen og Endometrioseforeningen.

– Dét var en skøn dag. Vi var en stor gruppe, som var ude at gå sammen, men vi havde også en ung pige med, som havde brug for kontakten til os andre, men som ikke selv kunne gå med, men så kunne hun heppe. Så



Ellen Kirk,
handicap og
psykiatrichef

”

De her borgeres sociale situation har ændret sig væsentligt på grund af deres skader. Det er derfor vigtigt, at de har mulighed for at være sammen med nogle, der har prøvet det samme. De skal have noget at stå op til og muligheden for at få brugt de ressourcer, som er til stede. Deres funktionsændringer er ikke blot en belastning for dem selv, men for alle tæt på dem. Alle de problematikker, der følger med - det påvirker livet. I Thisted har vi stort fokus på hjerneskadeområdet og på, at vi skal anerkende betydningen af sociale relationer blandt ligesindede. Vi var en af de første kommuner til at ansætte en hjerneskadekoordinator. På et tidspunkt kiggede vi på, hvor mange i Thisted/Mors vi havde, som havde været indlagt på grund af sygdom eller skade i hjernen. Der var mange flere, end vi havde drømt om. Vi er derfor obs på, at der er behov for et sted for hjerneskaderamte, som ikke kan vende tilbage til arbejdsmarkedet, så de ikke oplever, at det hele bare ender, fordi vi er ”færdige” med dem. Deres udvikling kan sagtens fortsætte. Desuden er der en sygdomsfremmede risiko forbundet med at sidde isoleret socialt, som vi også skal tage i betragtning. Hovedkvarteret er en lille oase, og det er et godt eksempel på, hvad der kan komme ud af det når kommuner og foreninger samarbejder. Det er meget, vi får, for ganske få midler, og det skal selvfølgelig fortsætte. Der er en god energi og et tæt samspil mellem kommunen og de frivillige organisationer, blandt andet Hjerneskadeforeningen. Anne Marie Lodahl er en ”vanskelig” dame. Hun ved, hvad hun vil have. Da vi ledte efter lokaler til Hovedkvarteret, var det aldrig godt nok. Så var der noget med lyset, så med lyden, så med tilgængeligheden. Det trak virkelig ud, men pludselig en dag sagde hun: Der er lokalerne!

Ellen Kirk Jensen er handicap- og psykiatrichef i Thisted Kommune. Hun deler Anni Millers vision om en ungeafdeling for cirka 18-40 årige i Hovedkvarteret.

deltog hun som hepper, men hun havde samme trøje på som os andre, så vi var ligesom ens alligevel. Vi deltog på lige fod, bare på forskellige måder, fortæller Anne Marie.

Ved bordet ved siden af Anne Marie og Bente sidder Erik og Anne Lisbeth koncentreret med hver sin iPad. De kan ikke lade være med at konkurrere både med sig selv og med hinanden. I dag står den på forskellige pusle- og ordspil, som de løser for at holde hjernen i gang – og så fordi det er sjovt at sidde med. Det er nu ikke altid, iPad'en bruges til spil. I Hovedkvarteret er der nemlig mulighed for at få hjælp til andre ting, som iPad'en kan. Nogle gange fordi der kommer besøg fra Kommunikationscentret i nærheden; andre gange fordi brugerne er gode til at lære af hinanden. Det er guld værd, for som Erik siger: – Det er svært at sidde alene derhjemme og finde ud af det med iPad'en, men når man kan det, er familie og venner pludselig ikke længere så langt væk.

Anne Lisbeth sidder med spil, hvor hun skal finde ord i en masse bogstaver. De kan stå lodret, vandret og diagonalt i alle retninger. I 2009 blev Anne Lisbeth ramt af hjerneblødninger i henholdsvis lillehjernen og hjernestammen. Lægerne havde først sagt, at hun ikke ville få nogle mén, men det gjorde hun. Anne Lisbeth mistede blandt andet evnen til at læse og skrive, ligesom stemmen svigtede, så andre havde svært ved at forstå hende. Med hjælp fra Kommunikationscentret kom hun langt og kan både læse, skrive og tale igen, men at træne ord er for hende i



Lokalpolitiker
Ole Christensen (A)

”

Jeg kan kun rose Hovedkvarteret, som er opstået overvejende på grund af frivillige kræfter. Da de dengang søgte Socialudvalget om penge til stedet, var vi ikke i tvivl om, at det var en kanon idé, som vi gerne ville støtte. Vi har det sådan, at når det er de frivillige, som kommer med ideer, så får vi som regel meget ud af det. Jeg er meget glad for, at vi har så mange frivillige kræfter i vores kommune. Eksempelvis Anne Marie Lodahl fra Hjerneskadeforeningen har gjort et kæmpe stykke arbejde. Hun er en ildsjæl af Guds nåde. Som medlem af Socialudvalget kan jeg sige, at Hovedkvarteret vil vi gerne beholde. Det ligger helt klart, at det er blevet et værende sted, som vi i kommunen må sørge for at støtte, så det kan lade sig gøre at fortsætte det i den ånd, det er begyndt. De mennesker, som kommer i Hovedkvarteret, har stort behov for et sted at være sammen med ligesindede.

Ole Christensen (A) er medlem af Thisted Kommunes Kommunalbestyrelse. Ole Christensen sidder i Social- og Sundhedsudvalget og er blandt andet medlem af Handicaprådet.



dag en vigtig del af hverdagen. Hun husker kun alt for godt, hvordan livet var, da sproget manglede.

De fleste af Hovedkvarterets brugere kender til at føle sig alene. Ensomhed er nemlig en hyppig følgesvend, når man bliver ramt af en hjerneskade. Ofte er det vanskeligt at få andre til at forstå, hvordan man har det – blandt andet på grund af de usynlige følger, som de fleste oplever – og det kan føre til misforståelser og ultimativt til social isolation. Derfor har mange brug for kontakt med ligesindede, og det kan man få i Hovedkvarteret, som på kort tid er gået fra at være et sted, hvor man gik hen for at have noget at lave og ikke være alene, til at være et egentligt fællesskab, hvor man kommer tæt på og bruger hinanden. Daglig leder Anni Miller siger:

– Mange af vores brugere oplever, at vi forstår dem hernede, og at de er accepterede og trygge i Hovedkvarteret. Alle har det godt sammen, og alle er faldet til. De ved, at det som de fortæller os her, det kommer ingen steder. Vi har en hel del, som godt nok har familie, men i modsætning til hvordan de kan føle sig hjemme, så er de her et sted, hvor de ikke skiller sig ud eller føler sig forkerte. Mange af de mennesker, som får en hjerneskade af den ene eller den anden grund, mister jo selvtillid, så det sprøjter.

Anni fortæller videre, at de fleste af Hovedkvarterets brugere første gang hører om tilbuddet, mens de går på Kommunikationscentret i

Thisted eller i forbindelse med et af kommunens øvrige tilbud. Der er et nært samarbejde de forskellige steder for hjerneskaderamte. Såvel Thisted's hjerneskadekoordinator som lærere fra Kommunikationscentret kommer ofte i Hovedkvarteret sammen med nye. De fortæller ikke bare om stedet, men tager de nye i hånden og går med dem hele vejen, så de ikke behøver være nervøse for at møde op alene. Derfor får Hovedkvarteret også fat i de hjerneskaderamte, som ellers er svære at få med, for eksempel dem, som næsten ikke har været uden for en dør i flere år.

Anni drømmer om, at Hovedkvarteret i en nær fremtid får mulighed for at udvide med en ungegruppe. Der er behov for, at de yngre ramte kan få mulighed for at skabe og have noget sammen.

OM HOVEDKVARTERET

Hovedkvarteret er åbent fire dage om ugen, fra mandag til torsdag. Man behøver ikke blive visiteret til tilbuddet, og man kan gå og komme frit i det tidsrum, hvor værestedet holder åbent.

Thisted Kommune bevilliger løn til den daglige leder, Anni Miller. Anni er socialpædagog og værestedets eneste ansatte, dertil er 4 frivillige, som hjælper til på skift. Hovedkvarteret ligger på Nytorv i Thisted's centrum. Der er adgang direkte fra gaden, hvor også kørestolsbrugere kan køre ind. Lokalerne er handicapvenlige.

