

# Ny mentorordning



*28-årige Karina Bach Jeppesen er glad for at have fået en mentor. Hun er blevet mere udadvendt, glade – ja, i det hele taget fået mere appetit på livet.*

## Unge har større tillid til andre i samme båd

I Vejle guider en gruppe unge med psykisk sygdom hinanden til en bedre tilværelse gennem en ny mentorordning. Projektet hedder peer-to-peer og betyder oversat „bruger-til-bruger-støtte“, da begge får gevinst ved ordningen.

– Det er svært at leve med en psykisk sygdom, og du har brug for al den hjælp, du kan få, og den vil jeg gerne være med til at give, siger 31-årige Remy Vang, som er mentor i projektet og selv har haft psykisk sygdom tæt inde på livet. Omvendt får han også selv noget ud af at være mentor:

– Jeg bliver i godt humør og får energi ud af at være noget for andre. Og så kan jeg være med til at trække min „peer“ op. Fordi jeg selv har været, hvor hun er i dag.

Det bekræfter Karina Bach Jeppesen, som er 28 år. Hun har selv stor tillid til sin mentor, som hedder Anne – faktisk mere tillid til Anne end til en traditionel behandler. Fordi mentoren kender hendes situation: – Det virker mere ægte og troværdigt, når mentoren selv har prøvet at være et sted, hvor livet gør ondt. Hun kender følelsen, så jeg behøver ikke forklare, hvordan jeg har det. Samtidig kan min mentor også være med til at motivere mig. Fordi jeg ved, at hun har været igennem det samme som mig. Hun er kommet ud på den anden side. Så kan jeg også!

### Træner sociale færdigheder

Når hun er sammen med sin mentor, udfordrer hun alt det,

som er svært, og som tidligere isolerede hende, fx det at være blandt mange og nye mennesker. De øver ved at gå ture i byen sammen, på indkøb, på cafe – sådan som alle andre unge gør. De udfordrer også hendes mange fobier. Karina er fx højdeskræk og frygter i den grad tandlægestolen.

Og Karina er kommet langt. Faktisk så langt at hun har talt med sin psykiater om at trappe ned i den medicin, hun får. Hun er også blevet mere udadvendt og glad. Sådan helt „Ole Henriksen-glad“ siger Karina. Hun fortsætter sit parløb med sin mentor et par måneder endnu, og Karina planlægger på sigt selv at blive mentor for en anden ung med psykisk sygdom. ▶


### Frivilligrådet

Formand: Anita Fogh, FrivilligCenter Give,  
tlf. 75 73 43 36 / 41 63 11 60.

Næstformand: Yasser Rady, Humanitære foreninger  
Sekretær: Birger Kruse, Vejle Kommune tlf. 21 77 18 11.

## Kortere sygdomsforløb

Lene Hoffensetz, der er projektleder i Vejle Kommune, ser store perspektiver i projektet: – Erfaringerne fra lignende projekter i udlandet viser, at begge parter får det bedre. Ordningen mindsker antallet af indlæggelser og afkorter sygdomsforløbet, fortæller hun.

I Vejle Kommune har projektet kørt siden november 2013, og de første 14 peers og 14 mentorer er løbende blevet matchet siden august 2014. Mentorerne har i december 14 afsluttet deres undervisning i projektet og fortsætter deres samvær med peers hen i foråret. Et nyt hold peers og mentorer er ved at blive rekrutteret, og planen er, at de skal matches og i gang med deres samarbejde i løbet af februar og marts 2015. Ud fra nuværende tilbagemeldinger fra både peers og mentorer tegner projektet til også at blive en succes i Vejle. 

### Vil du vide mere?

Projektet kører indtil udgangen af 2016. Hvis du vil vide mere om projektet – eller har lyst til at melde dig som mentor eller få en mentor, så kontakt projektleder Lene Hoffensetz på telefon 29 13 14 60.

## Et samarbejde mellem socialpsykiatrien og Psykiatrifonden

Projektet hedder „Peer-to-Peer“ og er et samarbejde mellem Psykiatrifonden og socialpsykiatrien i Vejle Kommune. Projektet finansieres af Socialministeriet som et 3-årigt forsøgsprojekt, hvor mentor og peer laver en aftale på et halvt år ad gangen.

Som en del af projektet bliver mentorer uddannet og klædt godt på, så de kan bruge deres egen historie og give håbet videre til andre unge.

## Lido Cafeen

### – øvested for mentorordningen

Deltagerne træner også deres sociale færdigheder gennem cafebesøg. Det kan virke overvældende at komme ud blandt andre for mange psykisk sårbare. Derfor mødes projektdeltagerne et par gange om ugen i Lido Cafeen i Vejle til kaffe, hygge og socialt samvær med hinanden.



## Kunstdag – Jane Muus

**Onsdag 4. marts kl. 16.30**

Jane Muus var en meget produktiv grafiker og illustratør. Som digteren Dan Türell holdt hun af hverdagen. Kunsthistoriker Trine Grøne fortæller om Jane Muus og hendes kunstneriske praksis gennem næsten 70 år og viser en dokumentarfilm undervejs.

**Pris:** 50 kr. Medlemmer af Kunstmuseets vennekreds: Gratis.

**Sted:** Foredraget foregår på Kunstmuseet.

## Kunsthørelse med Anette Harboe Flensburg

**Onsdag 18. marts kl. 15.30**

Anette Harboe Flensburgs arbejde tager udgangspunkt i en traditionel genre: hun maler interiører. Stemningsfulde rum,

som på én gang virker både konstruerede og realistiske. Hendes værker er baseret på fotografiske forlæg, som forskydes og manipuleres gennem eksempelvis lysindfald og skala. På den måde bliver Harboe Flensburgs malerier til vinduer mod en uvirkelig virkelighed, som udfordrer vores rumlige forståelse.

**Pris:** 100 kr. Medlemmer af Kunstmuseets vennekreds eller af Engelsholm

Højskoles forening: 50 kr.

**Sted:** Rosborg Gymnasium, Vestre Engvej 61, 7100 Vejle

## GRATIS OMVISNING PÅ KUNSTMUSEET

**Søndag 29. marts kl. 14**  
Et værks betydning: Med udgangspunkt i ét enkelt værk har inspektør valgt at fortælle og perspektivere kunstens udtryk.

FrivilligCenter Vejle: Anders Hareskov Andersen, Lisbeth Hansen, FrivilligCenter Egtved: Kent Jensen, Villy Nielsen, FrivilligCenter Jelling: Nis Bruun, Gudrun Møller, FrivilligCenter Børkop: Torben Madsen, Inge Hansen, FrivilligCenter Give: Anita Fogh, Karin Tingsager, Handicaporganisationer: Susanne Clausen og Kari Overhalen, Patientforeninger: Birthe Bjerg, Suppleant: Lisa Fürstenberg, Ældregrupper: Erik Dam, Jørgen Rønnemoes, Børn og Unge: Lotte Dich Pedersen, Humanitære foreninger: Yasser Rady, Bjarne Sørensen, Væresteder: Bettina Sørensen, Per Kragh.