

# Nord-Bo Nyt

## INDVIELSE AF CAFÉ BRYGGEN

en forrygende dag med mange gæster

Så kom OL på programmet igen  
Se billeder fra dagen

## LIVET EFTER NORD-BO

Hvordan går det med Frederik og Rasmus?

Find Henning!

Kan du finde den sødeste og blødeste  
i STU-afdelingen

Lise Nielsen fortæller brudstykker fra en  
hverdag som praktik- og jobkoordinator

Læs om Jonas vej til diagnosen  
Om en succeshistorie, som han selv benævner det

# Redaktionen

Har du materiale til redaktionen, kan du kontakte redaktionsansvarlig Camilla le Dous i STU-afdelingen.

☎ 25 76 28 40

✉ cd@nordbo.dk

**K**ære læsere af Nord-Bo Nyt,

Kære læsere af Nord-Bo Nyt,

Nord-Bo Nyt nr. 37 er nu færdigt og vi er godt inde i december måned, og juleferien nærmer sig med raske skridt. Jeg synes altid, der er travlhed op til en ferie, der er mange ting, som skal vinges af. Men ferie kommer vel altid belejligt, i hvert fald for nogle af os. Andre nyder, at hverdagen er som den plejer og at dagsstrukturen ikke brydes af en ferie. – jeg håber dog alle får en god ferie – om man er til det ene eller det andet.

Her i efteråret har jeg været en smule nervøs, om vi nu også fik lavet et hel blad inden juleferien, da det var meget sparsomt, hvad vi havde modtaget af indslag fra de forskellige afdelinger. Det har været tydeligt, at der har været travlhed på hele Autiscenter Nord-Bo og at andre ting har været i fokus.

Der kom dog heldigvis flere dejlige indslag til inden deadline og nok til, at vi kunne få lavet et rigtig fint blad, med masser af spændende læsestof. Forsidebilledet på dette nummer er fra årets OL med deltagelse af samtlige afdelinger fra Nord-Bo, en jo ellers årlig tilbagevendende begivenhed, som jo blev aflyst i 2020 grundet Corona – dejligt at det kunne lade sig gøre igen i år.

Jeg vil også gerne takke alle, som har bidraget med skønne skønne artikler, min kollega Mads, som altid står klar med en hjælpende hånd, når det kommer til teknik og computere, til Sila, som endnu engang har sat bladet sammen – jeg ved du også har haft meget at se til.

Skynd dig at dykke ned i bladet og se de flotte billeder, læs de gode artikler og nyd julen!

God ferie!



*Med venlig hilsen  
Camilla le Dous, redaktionsansvarlig*



**REDAKTION**  
**Chefredaktør: Camilla le Dous**  
**Layout: Sila Thiel**  
**Tak til "Journalisterne" for de fine bidrag**

# Nyt fra forstanderen

Forstander Jesper Schmith ønsker alle en god jul



Kære læsere,

Så er det for alvor blevet vinter med en december, der blev skudt i gang med en rigtig snestorm. Mange blev udfordret med at komme hjem fra arbejde og endnu flere blev udfordret med at komme til arbejde og aktiviteter dagen efter, men heldigvis, er der mig bekendt ingen som har været mere udsat for ulykker på biler eller egen krop. Tålmodigheden blev sat på prøve for mange, og jeg troede, at mine tre timer i bil fra De Gule Værksteder i Aabybro til Nørresundby var lang tid, men det er i den grad blevet trumfet af en 7 ½ times biltur hjem til Bælum fra en af kollegaerne i STU-afdelingen!

Dagen efter, havde vi meget forfald af såvel STU-elever, borgere i De Gule Værksteder og personale, men det blev en anderledes og hyggelig dag for de som kom frem (4 elever ud af 70 i STU) og der blev lavet anderledes planer. Mange kolleger måtte blive hjemme, men grundet Corona perioden har vi lært, at det er muligt at arbejde hjemme med mange opgaver (dog ikke i alle funktioner) og det hjælper i sådanne situationer.

Siden sommernummeret har der været gang i etableringsfasen af STU-afdelingen i deres nye lokalteter på Lindholm Brygge. Flytningen af inventar, indretning af nye lokaler trak tænder ud op med sommerferien, hvor den almindelig dagligdag også skulle fortsættes med alt det indebærer. Det lykkedes at få det hele til at blive indrettet således STU-elevernes dagligdag kunne starte op, i rammer, som kunne tilgodese den kvalitet vi ønsker – tak til alle STU-elever og personale for den indsats. På Skansevej er administrationen, Viden & Udvikling samt Momentum også faldet til i rammerne og nu er det jo næsten som om, at de altid har været sådan.

Viceforstander Lasse Irming Andreasen har nu været ansat i 7 måneder og er ved at kende hele organisationens mange facetter og Lasse også nu også begyndt at sige "vi" og "os" når der tales om Autismecenter Nord-Bo:) Én af mange opgaver Lasse har stået med har været, (udover at være en aktiv del af flytte processen), er i samarbejde med

Socialtilsyn Nord, omkring anmeldt tilsyn af Boafdelingen. Processen er gået som efter en snor og hele Boafdelingen er re-godkendt med flotte kvalitetsscoringer på de syv kriterier der måles på ved et tilsyn – godt arbejde af Lasse og ikke mindst af alle kollegaer og ledelsen i Boafdelingens fire afdelinger.

Corona fortsætter desværre med at udfordre os alle privat og professionelt. Jeg er nok ikke den eneste, som naivt har troet, at med mange % vaccinerede, vil vi ikke blive udfordret i denne vinter, men desværre er det ikke sådan, det er gået. Vi har også på Autismecenter Nord-Bo i dette efterår haft en del smittede og heldigvis mest med milde forløb, men det har alligevel forårsaget udfordringer, bl.a. aflysning af vores personalejulefrokost, den traditionssrige julefest i De Gule Værksteder og i skrivende stund er det svært at vide om vi kommer til at aflyse eller lave online fællesjuleafslutning d. 17/12? Aflysningerne er foretaget grundet risiko for at måtte lukke afdelingerne grundet personalemangel, og det vil vi ikke risikere.

Tak til alle for forståelsen for disse nødvendige aflysninger og jeg vil sammen med øvrige gøre, hvad vi kan for at erstatte nogle af aflysningerne med andre arrangementer til sommer – og jeg vil garantere for at INTET kommer til at blive i samarbejde med Scheelsminde grundet den behandling vi har fået efter vores aflysning af julefrokosten!

Afslutningsvis vil jeg ønske kollegaer, der i denne halvårsperiode har haft 5 og 10 års jubilæer tillykke og en tak for jeres engagement i alle årene – jeg ser frem til flere års samarbejde fremover.

**5års jubilarer:** Anna Marie Løgtved Lynggaard, Bo afd. C, Ann Hornum, Viden & Udvikling, Karin Wognsbæk, STU-afdelingen og Søren Damholdt Jensen, Momentum.

**10års jubilarer:** Annette Møller, Viden & Udvikling, Helle Kortegaard Iversen og Tanja Splid Svendsen fra Boafdeling A, Lars Henrik Olesen (Lasse) og Pia Berg fra, DGV, Lotte Støve Guldager Pedersen, Boafdeling C og Susanne Kristensen, Administrationen.

# Mikkel udtaget

til Special Olympics World Winter Games



**M**ikkel G. Lassen havde den glædelig nyhed at kunne fortælle, at han er udtaget til landsholdet i floorball, hvor han skal til Rusland og repræsentere de danske farver. Mikkels hverdag er efter nyheden selvfølgelig præget af træning og andre forberedelser. Mikkel er tilknyttet et af vores bostede, og har arbejde på De Gule Værksteder i Aabybro, hvor han arbejder i vores store køkken.

Autismecenter Nord-Bo vil selvfølgelig anerkende denne udtagelse til landsholdet. Forstander Jesper Schmidt har overrakt en anerkendelse, i form af sponsorstøtte til en floorballstav.

Mikkel var til den første landsholdssamling 3. sep. 2021. Vi ønsker Mikkel alt muligt held og lykke.

## Om Parasport

Parasport Danmark har udtaget truppen til Special Olympics World Winter Games 2023, der foregår i russiske Kazan januar 2023. Stævnet er verdens største vintersportsstævne for mennesker med udviklingshandicap. Danmark stiller bl.a. op med et floorballhold, der er sammensat af spillere fra Special Olympics-hold over hele landet.

Mikkel G. Lassen er med på det olympiske landshold. Der venter dem en oplevelse af de helt store, når de skal til vinter OL, sammen med 2.000 atleter fra 108 lande sætter kursen mod Kazan. Kazan er beliggende i det sydvestlige Rusland, Kazan en by med en tusindårig historie beliggende ved krydsfeltet mellem Europa og Asien. World Winter Games vil trække støtte fra den lokale regering i Kazan, statsregeringen i Tatarstan og den føderale regering i Rusland. "I Kazan får atleter fra Special Olympics chancen for at stå på verdensscenen, og være en inspiration for mennesker med alle evner", sagde Nyasha Derera, formand for Global Athlete Congress og medlem af Special Olympics International Board of Directors. "World Winter Games er en chance for at råbe fra bjergtoppene, at vi alle er mere ens, end vi er forskellige", tilføjede den zimbawiske kort- og langdistanceløber.



Den danske trænerduoen Carsten Nystrup og Alex Dahl Jensen har været nødt til at udtage den endelige trup ud fra andre kriterier end normalt, da den hjemlige turnering har været suspenderet som følge af coronanedlukningen. I stedet er der lagt vægt på at udtage en trup med mange debutanter, der repræsenterer forskellige klubber og landsdele.

## Om Special Olympics

- Special Olympics er idræt for personer med udviklingshandicap eller generelle indlæringsproblemer, der i hverdagen er afhængig af særlige pædagogiske støtteforanstaltninger.
- Special Olympics-organisationen blev stiftet af Kennedy-familien i 1968, og tæller i dag over fem millioner idrætsudøvere verden over.
- Parasport Danmark repræsenterer organisationen i Danmark og arbejder for at give personer med udviklingshandicap mulighed for at dyrke idræt i en forening, og herigennem udvikle både sociale og sportslige færdigheder.

Læs mere på [www.specialolympics.dk](http://www.specialolympics.dk)

*Henrik Christens, vejleder, De Gule Værksteder*

# Grand Opening

Café Bryggen



Grand Opening af Café Bryggen gik af stabeln med et brag af en åbningsfest. Der manglede ikke noget, der var officiel åbning med klipning af den røde snor, forstander Jesper Schmith var på talerstolen, der var god musik, lækker mad og masse af glade mennesker



STU-afdelingen har arbejdet hårdt for at kunne nå frem til denne dag, og de glædede sig til at kunne byde alle velkomne i cafeén til mad, drikke og kreative produktioner. Nu kan I nyde billederne af en rigtig god dag i STU-afdelingen på Lindholm Brygge i Nørresundby.

Tusind tak fordi I kiggede forbi. Det kan på det kraftigste anbefales, at ligge vejen forbi, og nyde en god kop kaffe eller cacao, og måske ovenikøbet blive fristet af de mange fine varer der sælges, som er produceret af elever fra STU-afdelingen på Lindholm Brygge.



# Grand Opening

Café Bryggen



# Grand Opening

Café Bryggen



# Biograftur

Kandis for livet



**M**andag d. 27. september gik turen til biografen i Kennedy arkaden. Vi var syv personer fra Boafdelingen på Peter Løthsvej. Målet var sat, vi skulle se filmen "Kandis for livet."

Filmen omhandlede de dedikerede fans, som er omkring Kandis og forsangeren Kandis Johnny.

Vi var overrasket over, hvor vilde de fans var, og, hvor meget Kandis fyldte i deres liv.

Det var spændene at følge Johnny, når han fx gik rundt på festpladsen før og efter en koncert og snakkede med sine fans.

Det var også tankevækkende at høre, hvor lidt plads der var til familielivet ved siden af Kandis. Særligt når de var ude og køre på de danske landeveje.

Filmen var god og det var spændene at høre Johnny fortælle, med sine egne ord, omkring den krise han har været igennem.

Og vi hørte nogen af deres tidligere populære sange. Under sangene blev der rocket med i biografen.



Det var en rigtig god aften vi havde sammen i biografen. Vi giver filmen 4 ud af 5 kandispinde.

*Claus Max og vejleder Malene B, Peter Løthsvej*



# Brudstykker af hverdagen

fra en Praktik- og Jobkoordinators dagbog

**D**en 1. august 2010 tiltrådte jeg stillingen som praktik- og jobkoordinator ved Autismecenter Nord-Bo. Jeg havde siden oktober 2005 været ansat i dagbehandlingstilbuddet i Aabybro, og syntes denne stilling lød spændende og udfordrende.

I de 11½ år i denne stilling har jeg haft mange dejlige oplevelser. Jeg har været i kontakt med mange af de unge mennesker, der har været tilknyttet Nord-Bo i et af de mange tilbud, vi har. For at tilgodese de unge menneskers ønsker har jeg ligeledes været i kontakt med mange, mange forskellige arbejdspladser rundt omkring i hele Nordjylland.

Jeg har kigget lidt i gamle memolister for at se, hvor vi har haft praktikanter. Denne tilfældige liste er fra maj 2012. Den viser lidt om, hvor mange forskellige erhverv, vi har/har haft kontakt med i årenes løb. Der er mange flere, end de her nævnte. (Jeg kan kun sige, at det er heldigt, at jeg ikke nødvendigvis SKAL have personligt kendskab til alle erhverv.)

- DGV
- Gug anlæg og Planteskole
- DTU Hirtshals
- Nordvirk IT
- Canada Maskinstation
- Nordjysk Ridecenter
- PT-Vinduer
- Expert Aabybro
- Nord-Virk
- MacDonald
- Brunø
- Stark
- Marie Louise blomster
- Berner
- Factum Fibigerstræde
- DGV
- Kirkegården i Hjørring
- Dagrofa
- Føtex
- Nordvirk
- Kirkegårdsgartneren Nr. Sundby
- Bistro Salling
- Aabybro VVS
- Skoda Nr. Sundby



**En dag i februar 2011** Jeg har været i Hasseris for at hente en elev, der skal lære at tage bus for at komme i praktik. Jeg parkerede min lille Aygo i indkørslen på hans vej. Vi fulgtes ad til bussen og kørte med den til City Syd. Jeg forklarede den unge, at han kunne bruge BILKA-skiltet som pejlemærke. "Når du ser det, trykker du på "STOP" og står af, når bussen holder." Alt gik fint. Jeg fulgte ham til praktikstedet "Styr på Dyr" og gik tilbage til Hobrovej for at tage bussen tilbage til Hasseris.

Nu var det spændende, om jeg kunne komme ud ad indkørslen, for det var meget, meget sne. Det blev mange ture frem og tilbage for at forcere sne-masserne. Flere gange måtte jeg ud at skrabe sne væk, så hjulene kunne få fat igen. Efter megen møj og besvær fik jeg bilen fri og kunne køre tilbage til Aabybro, hvor den stod på skrivebordsarbejde resten af dagen. Jeg tænkte ved mig selv: "Da jeg søgte stillingen i maj måned, tænkte jeg overhovedet ikke på, at der kan blive vinter med sne og glatte veje."

**Senere i februar 2011** En elev skulle køres til praktik i Ideon (Økologisk bageri inde midt i Hammer Bakker) Jeg var noget spændt på at køre derind, da der stadig er meget sne. Vi tog den tid, det måtte tage og talte hyggeligt sammen undervejs. Det var så smukt med de sneklædte træer og buske – selv vejen var helt hvid og ikke brun som inde i byen. Vi så flere dyr, der stod stille og iagttog os. Det føltes næsten som at køre inde midt i et julekort. Og vi nåede helskindet frem.

# Brudstykker af hverdagen

fra en Praktik- og Jobkoordinators dagbog



Hammer Bakker.

**November 2012** I dag var jeg virkelig langt ude på landet – nogle vil nok sige, at det er derude, hvor grisene går med nummerplade. Der var trælst efterårsvej med regn og kulde. Heldigvis kom jeg frem til maskinstationen, hvor jeg skulle til opfølgning på et forløb. Efter en tur rundt i mudder og fugtigt vej fandt jeg både praktikant og praktikvært i laden, hvor de netop var kørt ind med den kæmpestore traktor, de havde været i marken med.

Igen tænkte jeg: "Det er sørme godt, at jeg ikke selv skal udføre alle de opgaver, som praktikanterne skal udføre." Jeg ville nødigt skulle manøvre med sådan et monstrum. Jeg blev budt på kaffe og brød og fik hurtigt varmen i den hyggelige frokoststue, hvor vi fik en god snak om forløbet.

**December 2012** Et spændende opfølgingsbesøg på Vendsyssel Teater i dag. Den unge mand, der er i praktik hos teatrets regissør, har fået nogle gode oplevelser med at hjælpe med at opsætte en børneforestilling, der skal opføres efter jul. Det er så fantastisk at se, hvor kreative de med at fremstille alle mulige rekvisitter. Jeg tror, jeg vil op og se den færdige forestilling sammen med drengene. (2 af mine børnebørn)

**November 2017** Forleden mødte jeg tilfældigvis en tidligere STU-elev, da jeg parkerede i Føtex. Han var i praktik i bageriet fra september 2013 til februar 2014.

Da han var færdig i STU, fortsatte han i praktik under jobcenteret. Efter en lang praktik blev han ansat i flexjob. Dejligt at møde en tidligere praktikant, der har succes på arbejdsmarkedet. Og bageriet kvitterede med en friskbagt kage til mig. UHM!

**December 2019** I dag har jeg været i praktik i en børnehave. Altså det vil sige, at jeg har været med en elev i praktik i en børnehave. Eleven har haft meget svært ved at tale med andre - specielt med personer, hun ikke kender. Børnene var ligeglade – de talte til hende, som om de har kendt hende længe. Og så svarede hun da bare børnene, når de spurgte hende om noget. Og sikke en dejlig oplevelse at se hende sidde med 5-6 børn omkring sig og læse historie for dem.

**Januar 2020** I dag var jeg på besøg hos en økologisk landmand i mit nabolag. Jeg kender manden og ved, at det vil være et godt praktiksted for den elev, jeg havde med. Besøget gik fint. Jeg var igen glad for, at jeg ikke skal være med i praktikken. Jeg er ikke den store dyreven, og de 2 store tyre, der brølede højt i stalden, da vi var på rundvisning, virkede noget skræmmende på mig. Bonden "beroligede" mig med, at de kun er utilfredse, når der kommer personer, de ikke kender.

**Marts 2021** Jeg har i dag været til overleveringsmøde hos den økologiske landmand. Min praktikant er nu færdig med STU-forløbet hos os. Under corona-nedlukning blev forløbet sat på pause, så derfor har det været et langt forløb. Hun fortsætter i det gode praktikforløb under jobcenter. Hun stortrives på stedet og har i forløbet lært rigtig mange ting om landbrug. Hun kører rundt med fodermaskine i stalden og kører på traktor, når hun skal se til kvierne på nabogården. Hun er vild med at passe kalvene – jeg kan godt se, de er søde, men jeg har ikke behov for at klappe dem. Godt, praktikanten gerne vil, for det er vigtigt for dyrene at blive kælet for. Ellers bliver de vilde, når de skal på engen og græsse.

*Lise Nielsen, Praktik- og jobkoordinator*

# En dag i Zoo

med STU-afdelingen på tur



Jeg var i Aalborg Zoo den 30. september sammen med Autismecenter Nord-Bo, da vi kom ind i parken, så vi en påfugl gå frit rundt.

Vi så isbjørnene og der var faktisk kommet vand igen inde hos dem. En af isbjørneungerne legede med et dæk. Måske var den anden unge også i vandet?



En af elefanterne tog en anden elefants mad og de kom op at skændes. Det var første gang jeg så og hørte elefanterne lave lyde. De knurrede af hinanden, og det var alle tre hunner. Janne og jeg gik hen og så pingvinerne blive fodret af Laura, en dyrepasser som Janne kender. Vi så en pingvinunge og jeg snakkede med Laura omkring pingvinracerne.



Det var kun tigerne der var indenfor, løverne gemte sig udenfor, vi så kun et glimt af hanløven.

For første gang så jeg også noget, jeg aldrig havde set før... girafferne blev lukket ud, og imens skulle vi være stille og vente bag en låge. Lågen larmede, da den blev åbnet og lukket. Der var tre unger, tror jeg.

Det begyndte at regne meget, så Janne og jeg søgte i læ under en overdækning sammen med de andre elever og voksne fra Autismecenter Nord-Bo.



Vi spiste også madpakker i Zoo sammen med de andre. Der var mange mennesker i zoo den dag, og vejret var meget dårligt, men det var alligevel en rigtig god tur.

Da jeg kom tilbage til Nord-Bo, lavede jeg puslespillet færdigt.

*Mickey Martin Bendiksen Paulsen, STU-afdelingen*

# OL på programmet igen

## OL i efteråret

Torsdag den 16. september blev Autismecenter Nord-Bo Olympiade afholdt. Den var længe ventet, da den som rigtig meget andet, havde været aflyst året forinden grundet Covid19. Ønsket med Olympiaden er, at samle hele Autismecenter Nord-Bo til et fælles sportsarrangement, for at dyrke idræt og dyrke de forskellige relationer på tværs af afdelingerne.



Det var med store forventninger og glæde, at alle de ivrige deltagere ankom til fodboldbanerne ved Nørresundby Idrætscenter, hvor Jesper Schmith efterfølgende bød velkommen, og ønskede alle en god Olympiade. Alle deltagende havde forud for dagen valgt den disciplin, som man gerne ville dyste i, disciplinerne var følgende; Du kan vælge en af følgende discipliner:

- Fodbold, holdene blev dannet på tværs af afdelinger og køn, og bestod af 4 mand/kvinder. Kampenes varighed var af 2 x 5 min. Turnering (opbygget som Champions League - gruppekampe og bagefter knock-out kampe.) Medalje til 1., 2. og 3. pladskampe.
- Svømning, der blev dystet i tre enkeltmands discipliner (50m/100m/400m) og en stafet med hold af tre, hvor hver person svømmede 100m. Der var egen bane til hver disciplin, og man kunne vælge crawl eller brystsvømning. Medalje til 1., 2. og 3. pladser.

- Minigolf, turneringen bestod af en individuel turnering og en holdturnering. Der blev spillet 18 huller og det gjaldt selvfølgelig om, at spille banen i færrest mulige slag. Holdturneringen blev afgjort ved, at lægge samtlige scores sammen pr. hold og tage gennemsnittet. Der blev spillet på hold sammen med 2-3 andre. Medalje til 1. 2. og 3. plads i individuel turnering og holdturnering.

- Hockey, holdene var blandede hold på tværs af afdelinger og med deltagende personale på hvert hold. Hvert hold bestod af fire aktive spillere på banen samt et antal udskifttere.

- Dart, turneringen var en individuel turnering, som blev spillet sammen med 2-3 andre. Der var 10 runder i et spil. Højeste pointscore i hvert spil gik videre til næste spil. Medalje til 1., 2. og 3. plads

Efter end frokost stod det på tovtrækning, der blev dystet mellem afdelinger – og igen i år, var det vandrerpokalen, der blev dystet om. - Se lige de skønne stemningsbilleder fra dagen.

# OL på programmet igen

OL i efteråret



# Livet efter Nord-Bo

## Interview med Frederik og Rasmus

**D**a jeg i andet ærinde var i Superbrugsen i Støvring, mødte jeg Rasmus, som er tidligere STU'er på Nord-Bo. Som STU-elev kom Rasmus i praktik i Superbrugsen. Han startede i praktik d. 4. maj 2017 og fortsatte i praktik et par dage om ugen, til hans STU var færdig i juli 2019. Efter endt STU, fortsatte Rasmus i praktik under jobcenter, og han fik bevilget job med løntilskud fra august 2019.

Jeg spurgte Rasmus, om han ville deltage i et interview til serien "Livet efter Nord-Bo." Det ville han gerne, og han spurgte, om jeg også havde spurgt Frederik. Det havde jeg ikke, men jeg fik ideen til et dobbeltinterview, da Rasmus og Frederik er gode venner Rasmus var helt med på den, og jeg fik nummeret til Frederik, så jeg kunne skrive og spørge ham. Alt dette blev aftalt den 12. november, og den 16. mødtes jeg med de to venner i Café Bryggen. De har begge været i STU på Lindholm Brygge, så vi startede med en rundvisning i stueetagen, da der er sket mange forandringer, siden de forlod stedet i henholdsvis 2018 og 2019.

Jeg fornemmede hurtigt, at de to venner er meget sammen i fritiden. Jeg spurgte, hvor længe de har kendt hinanden. De fortalte, at de lærte hinanden at kende i 2013, da de begge var tilknyttet aflastningsstedet Nøddehuset.

Vi ridsede også lige Frederiks forløb op. I første år af hans STU var han i et lille praktikforløb hos Aalborg Hundehotel. Han har også været i praktik på Skalborg Kro og Hasseris Bageri. Lige inden STU var færdig, kom Frederik i praktik i fakta i Svenstrup. Her faldt han hurtigt til, og ville gerne fortsætte under Jobcentret efter STU. Han fortsatte i praktik, og i efteråret 2019 blev han ansat i flexjob i fakta. Det var derfor to unge mænd i arbejdstøj, der var på besøg.

Frederik kom for øvrigt kørende i egen bil. De fortalte, at de ofte kører tur sammen. Næsten hver lørdag kører de en tur – ofte for se på kirker. Frederik er meget interesseret i kirker – specielt "de kullede" Det er kirker uden tårn – mange har i stedet en klokkestabel. Ofte har de en tredje ven med. De kalder sig selv "DE 3 TOSSER", for når de sidder sammen i bilen, kan de fyre mange skøre ting af, som ikke tåler at komme ud i offentligheden.



De to venner fandt hurtigt den hyggelige sofa på 1. sal og mindedes mange gode timer sammen på Lindholm Brygge.

Deres lørdagsture ender ofte med, at de hygger sig med TAKE-AWAY hos Rasmus' forældre i Støvring. Rasmus bor for øvrigt på Kummerovsvej i Nørresundby. Frederik bor på Godsbanen.

De er begge meget tilfredse med at bo for sig selv, men de besøger ofte deres forældre i weekenden. Begge to er også meget glade for deres job. De synes, det er sjovt at gå på arbejde, og deres kolleger er altid gode til at hjælpe dem. Rasmus arbejder 4 dage om ugen med at sætte tørvarer op. Han hjælper også med frostvarer. Frederik arbejder alle 5 hverdage. Fra kl. 8-10 er hans opgave at tjekke datoer og mærke priser ned i PÅLÆG, MÆLK og OST. Han står også for kassationer – de kasserede varer skal scannes, inden de smides ud. Kl. 10-13 er Frederik ved kassen. Det kan være hårdt at sidde ved kassen. De fleste kunder er søde og rare, men sommetider er der nogle, der brokker sig og skælder ud. Det kan Frederik ikke lide – han afreagerer ved at gå ud i bagbutikken og råbe, så han kan falde til ro og betjene de næste kunder med et smil.

12. marts 2020 står for Frederik som den værste dag i fakta. Det var jo dagen efter, at Mette Frederiksen lukke Danmark ned op opfordrede os til IKKE at hamstre. Det var så lige det, mange danskere gjorde. I Frederiks fakta kom kunderne væltende ind kl. 8, og de tømte næsten hylderne og fyldte i hele butikken, så personalet slet ikke kunne udføre deres almindelige opgaver. "En skrækkelig dag," sagde Frederik. - Vi sluttede besøget af med en rundtur på 1. og 2. sal.

*Lise Nielsen, Job- og Praktikkoordinator*

# Træarbejde i træværkstedet

## De Gule Værksteder

**F**ang som arbejder på DGV har lavet et par fine modeller, en guillotine samt en galge. Fang er blevet inspireret af bla. at læse bøger samt spille spil. Nu var chancen for at kunne lave dem i små træmodeller = øve arbejdes færdigheder i træværkstedet. De står nu i vindueskarmen hos Fang.

Fang har fundet lidt historie og fakta om guillotine samt en galge:

### Guillotine

Før den franske revolution var lignede maskiner brugt i mange europæiske nationer.

Ofte brugt til henrettelse af overklassen.

I 1789 var en fransk læge (Joseph Loeche Guillotin) var med til at gennemføre en lov, der havde til formål, at alle henrettelser skulle udføres med maskiner. Dette betød at det ikke længere var overklassen der skulle henrettes med halshugning.

Den første skulle være blevet bygget på Place de Geve den 25. april 1792.

Til at starte med blev den kaldt Louissette eller Louison efter opfinderen Antoine Louis, men senere blev det til Guillotine og blandt "underklassen" blev den kaldt "The Windows".

Under den franske revolution var den symbol på frygt. Den dræbte tusindvis af mennesker, inklusive King Louis XVI og Marie-Antoinette.

Guillotine blev brugt ind i det 20. århundrede. Dødsstraf blev ulovligt gjort i Frankrig i sep. 1981



### Galgen

Romans galger var et kryds. En anden form for galger er fundet på Montfallen i nærheden af Paris, den var firkantet.

Den traditionelle brug af galger, der står den dømte på en platform og rebet hænger fra en crossbeam, når den dømte falder brækker vedkommende haken og dør.

Indtil 1832 stod den dømte på en platform, og en vægt ville hive en op og kvælningen ville dræbe den dømte.

Indtil 1868 var hængning en offentlig begivenhed, der efter blev det gennemført uden tilskuere, indtil 1965 hvor man afskaffede det.

*Henrik Christensen, vejleder - De Gule Værksteder*



# Succes - Mit Liv

## Vejen til diagnosen

Det hele startede en tidlig morgen, hvor jeg skulle i skole, men jeg gad ikke. Jeg sagde, at jeg havde det dårligt og ikke ville af sted. Jeg var ikke syg og måtte finde på en grund. En undskyldning, men hvad var det galt? Jeg vidste det engeligt ikke selv. Jeg vidste bare, at jeg ikke havde overskud til endnu en lang dag i skole. Jeg græd i bilen og kunne ikke tage mig sammen til at stige ud af bilen, da vi endelig var på parkeringspladsen ved skolen og måtte køre hjem igen. Jeg havde det svært med at spise morgenmad, hvilket ikke hjalp meget på mit dårlige humør. Jeg manglede energi og overskud. Jeg begyndte at græde, når jeg skulle sove uden at vide hvorfor. Der vidste jeg, at der var noget galt.

Det endte med at jeg ikke kunne mere og måtte gå ud af skolen i midten af 6. klasse. Da mine forældre var på arbejde og mine søskende var i skole, måtte jeg være alene hjemme. I starten var det fedt at have så meget tid alene, men stilheden blev hurtigt trist og grå. Det blev en ond cirkel. Jeg fik det dårligt af at være alene. Jeg begyndte at kede mig, så jeg måtte finde på noget at lave, så jeg ikke bare sad med sorte tanker. Klaveret i stuen blev pludselig interessant og var sjovt at spille på, når jeg ikke havde andet at lave. Jeg kunne ikke spille, men lærte mig selv ret hurtigt og blev opslugt af musik.

Jeg følte mig tit ensom, men min mor var der altid for mig. Hun kunne godt mærke, at der var noget galt, men kunne ikke hjælpe. Ville gerne, men vidste ikke hvordan.

Dagene gik langsomt og jeg fik det dårligere for hver dag, der gik uden at vide hvorfor. Hver dag føltes som de andre, lange og triste. Mit had til rugbrød gjorde, at jeg lærte at lave mad til mig selv, når jeg var alene hjemme. Det var smart nok og gjorde, at jeg kunne hjælpe min mor med aftensmaden, hvilket var en nem måde at have lidt tid sammen med hende.

Jeg blev træt af at være så meget alene hjemme, så jeg kom med min mors kæreste Jacob på arbejde. Han havde et bilværksted, hvor jeg kom med tidligt hver morgen. Han viste ikke mange følelser og var



svær at forstå. På en eller anden måde så jeg op til ham. Jeg ville gerne have ham til at kunne lide mig. Føle at jeg var god nok. Han var ikke min far, men følte stadig et specielt forhold mellem os. Jeg sad på et kontor og spillede computer hele dagen. Når det blev for kedeligt, kunne jeg tegne og blev ret god til det. Hver fredag fik jeg lov til at hente en frokost pizza inde i byen. Det var også fedt i starten, men blev hurtigt ensformligt, og jeg fik det igen dårligere og dårligere.

Jeg savnede mine venner fra skolen utroligt meget og følte mig ensom. Jeg startede i ungdomsklubben igen efter at være droppet ud samtidigt med skolen. Jeg kunne stadig ikke gå i skole, men prøvede at komme i klubben, så tit jeg kunne, da det fik tankerne skubbet væk. Det var dejligt at se mine venner igen og møde nogle nye, selvom det var meget svært. Jeg brugte klubben som distraktion, men havde det stadig dårligt.

Det var ved at blive vinter og snart min fødselsdag. Normalt ville jeg glæde mig, men det var ikke det samme mere. Jul var heller ikke noget at glæde sig til mere. Fødselsdag og gaver betød ikke så meget mere. Faktisk ville jeg inderst inde slet ikke holde fødselsdag. Det virkede ligegyldigt.

Jeg var flyttet ind på et nyt kontor på værkstedet. Jeg var begyndt at føle mig ualmindeligt ensom igen og manglede nogen at snakke med. Jeg fandt en at skrive med inde på et chatroom, som jeg hurtigt blev venner med. Hun var super flink, og ikke som de andre piger jeg kendte.



# Succes - Mit Liv

## Vejen til diagnosen

Hun var som mig. Jeg fandt ud af, at hun også havde det dårligt og havde haft det dårligt længe. Det var dejligt at have en at skrive med, som følte det samme som mig. Jeg var ikke alene.

Det blev jul og jeg havde fødselsdag. Jeg kan ikke huske meget fra dagen. Det var en kold aften og vi skulle ud og spise på restaurant. Normalt ville det være hyggeligt og sjovt, men af en eller anden grund var det svært for mig. Jeg brød sammen under maden og måtte løbe op på toilettet for at græde. Da jeg havde kæmpet mig igennem maden, og vi skulle til at hjem igen græd jeg stadigvæk. Min mor satte sig over til mig for at trøste mig, men det endte med at hun selv lå og græd. Det gik op for mig hvor meget jeg holder af hende. Hvor meget jeg elsker hende. Hvorfor kunne jeg ikke klare en simpel tur på restaurant? Jeg forstod det ikke. Der var noget helt galt.

Min mor kunne godt se at der skulle gøres noget, så jeg blev sendt til psykolog. Jeg skulle fortælle, hvordan jeg følte. Hvordan jeg havde det. Det var utrolig svært, og der blev grædt en del. Jeg syntes det var dumt og spild af tid. Som om de ikke forstod mig, men jeg gav det et forsøg og gik med til alt det de sagde. Eller næsten alt. Jeg satte grænsen, da en dame bad mig udtrykke mine følelser og tanker gennem at lege med dukker.

Efter noget tid fandt de frem til at jeg har Asperger Syndrom. Det tog en del tid at forstå. Der var meget at tænke over og mit hoved var konstant fyldt med alt muligt. Jeg fik medicin, men det viste sig bare at have en masse bivirkninger, og fungerede slet ikke på mig. Hvad skulle jeg gøre nu?

Efter at have fået svar på lidt af de mange spørgsmål jeg gik rundt med, fik jeg det en smule bedre. Jeg måtte komme ovenpå igen. Jeg ville gerne tilbage i skole igen, men var stadig ikke klar, så jeg fik hjemmeundervisning i dansk og matematik indtil, at jeg kunne flytte ind i et lille lokale på min gamle skole, men jeg var stadig ikke klar til at gå i normal skole med de andre.

Jeg var på vej opad igen. Jeg begyndte på en ny skole, i en speciel klasse med 4 andre drenge. Det var dejligt at få nogle nye venner. Jeg fik det langsomt bedre, men var stadig meget deprimeret. Jeg har været så langt nede at jeg overvejede selvmord.

Min nye hverdag startede med, at jeg stod tidligt op for at komme med en minibus til skole. Musik hjalp mig igennem dagene, og jeg begyndte at finde nye interesser, som at læse og spille trommer og guitar.

Jeg tog ikke skolen ret seriøst og lærte ikke ret meget. Det gik op for mig, hvor meget jeg er gået glip af ved ikke at gå i skole. Jeg var bagud i det fleste fag, men klarede mig igennem 9. klasse på den nye skole. Jeg havde fået det bedre, og havde ikke længere så svært ved at være social. Jeg havde ikke troet, at jeg nogensinde ville nå hertil. Jeg var kommet op af det sorte hul. Jeg havde nu overskud nok til at syntes, at skolen var noget lort, og at jeg ikke lærte nok. Jeg ville have mere.

Jeg satte mig ind i bilen ved siden af min mor og var på vej til efterskole. Det var et stort skridt i mit liv. Det var ikke til at tro, at mig som før ikke kunne holde min egen fødselsdag, nu skulle flytte hjemmefra og bo sammen med en masse andre unge i et helt år.

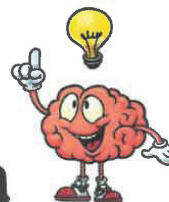
Det var meget at overskue i starten med så mange mennesker på en gang. Jeg var meget usikker og vidste ikke helt, hvordan jeg skulle opføre mig, men jeg fandt hurtigt nogle gode venner og blev mere sikker i at være mig selv. At være social var ikke længere et problem. Jeg har altid været den stille type, men føler mig mere "normal" nu.

**Føler mig som alle de andre. At jeg er god nok. Jeg var ved at give op, men jeg er glad for at jeg holdt ved. Jeg er kommet ovenpå igen.**

*Jonas Sørensen, Kummerowsvej*

# Hjernevrideren

Leg med ord



## Hjernevrideren

Navnene på ti amerikanske præsidenter kan findes i dette diagram på lodrette, vandrette og diagonale linjer. Kan du finde dem?

**Carter**

**Clinton**

**Ford**

**Johnson**

**Kennedy**

**Lincoln**

**Nixon**

**Reagan**

**Roosevelt**


**Washington**









W	Y	V	D	B	K	G	D	J	R
N	A	G	A	E	R	Y	R	O	E
B	Z	S	K	F	D	C	O	H	T
J	D	H	H	E	L	S	F	N	R
C	H	F	N	I	E	H	B	S	A
K	V	N	N	V	N	F	C	O	C
B	E	T	E	J	I	G	T	N	G
K	O	L	V	F	X	Z	T	W	J
N	T	G	C	J	O	V	G	O	C
W	N	L	O	C	N	I	L	Z	N

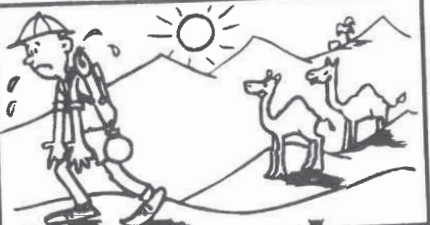
# Kryds & tværs









Leg med ord

## Kryds & tværs



	↓	LIGEDAN SYLTET GRØN- SAG	VAR MED	DREN- GENAVN
	1			
ELEN- DIG			GRINTE	2
SY			TRÆL	
				
EFTER D		KRØLLE BLØD- TUD		
RODE				
BANK			FÅR BRYST	
RØG				
			LØB! GÅR I VANDET	3
LAV- VANDE	4			GEN- NEM- STEGT
STØJ				
				
			PIGE- NAVN	
TANKER BAJER		5		
				



FÅ AT VIDE		PIGE- NAVN	1	MONO- POL
←				
				
→				
KROP	JORD- ART			2
SNO				
		AN- BRAGT FUGL		
→			3	VANDT
STED- ORD				
		SLUTTE		
→				
		HØRE- ORGA- NER	4	FOR- LIGES
				
KVISTE	5			
				
		BANDE- ORD		

# Julehyggedag

STU-afdelingen gir den gas...



Torsdag den 25. november afholdt STU-afdelingen julehyggedag, og der var rigtig mange aktiviteter på programmet. Eksempelvis pyntejuletræer, lave julepynt, småkagepyntning og nissejagt - høj julestemning!



# Julehyggedag

STU-afdelingen gir den gas...



# Terrasseindvielse

## Krydderi på hverdagen

Endnu en flot terrasse så dagens lys i sommers, og det skulle selvfølgelig fejres. Boafdelingen i Aabybro, så sit snit til at krydre hverdagen med en lille hyggelig begivenhed.

Det var en solbeskinnet dag, den sidste onsdag i juni måned 2021 i Aabybro, nærmere bestemt på adressen Østergade 109. Det var heldigt - for der var planlagt indvielse af den nyopførte terrasse på bagsiden af huset.

Denne terrasse har dermed bundet en sløjfe på, at samtlige tilbud på Autismecenter Nord-Bo, nu har en individuel eller fælles terrasse i forbindelse med tilbuddet. Det er en meget skøn fornemmelse, at alle beboere nu har den mulighed for socialt fællesskab eller et sted, hvor man kan sidde i fred og ro og samle tankerne.

Det var en hyggelig time vi havde sammen på terrassen denne dag, tiden gik godt, men vi skulle også markere, at der var indkøbt en ny gasgrill og der var opsat et nyt stakit næved terrassen. Stakittet var sat op med hjælp fra værkstedsmedarbejdere og personale fra De Gule Værksteder.

Alt sammen til formål at skabe en god og hyggelig ramme, omkring terrassen på Østergade 109. Endeligt var der også indkøbt en par keramikpotter med nogle flotte blomster, der også var med til at pryde helhedsindtrykket.

Vi var 11 personer samlet og fik en grillpølse og en sodavand. Der var også et godt gensyn med Annette S. Steffensen, der var på besøg fra barsel med en meget oplagt baby, der tog arrangementet i top humør og i vågen tilstand hele vejen i gennem.

Vores æresgæst var dog Per Gaardsdal, der var bygherre på terrasseprojektet, og har sørget for økonomien og koordination af alt det håndværksmæssige, omkring udførelsen af den meget flotte terrasse bygget af lokale håndværkere.

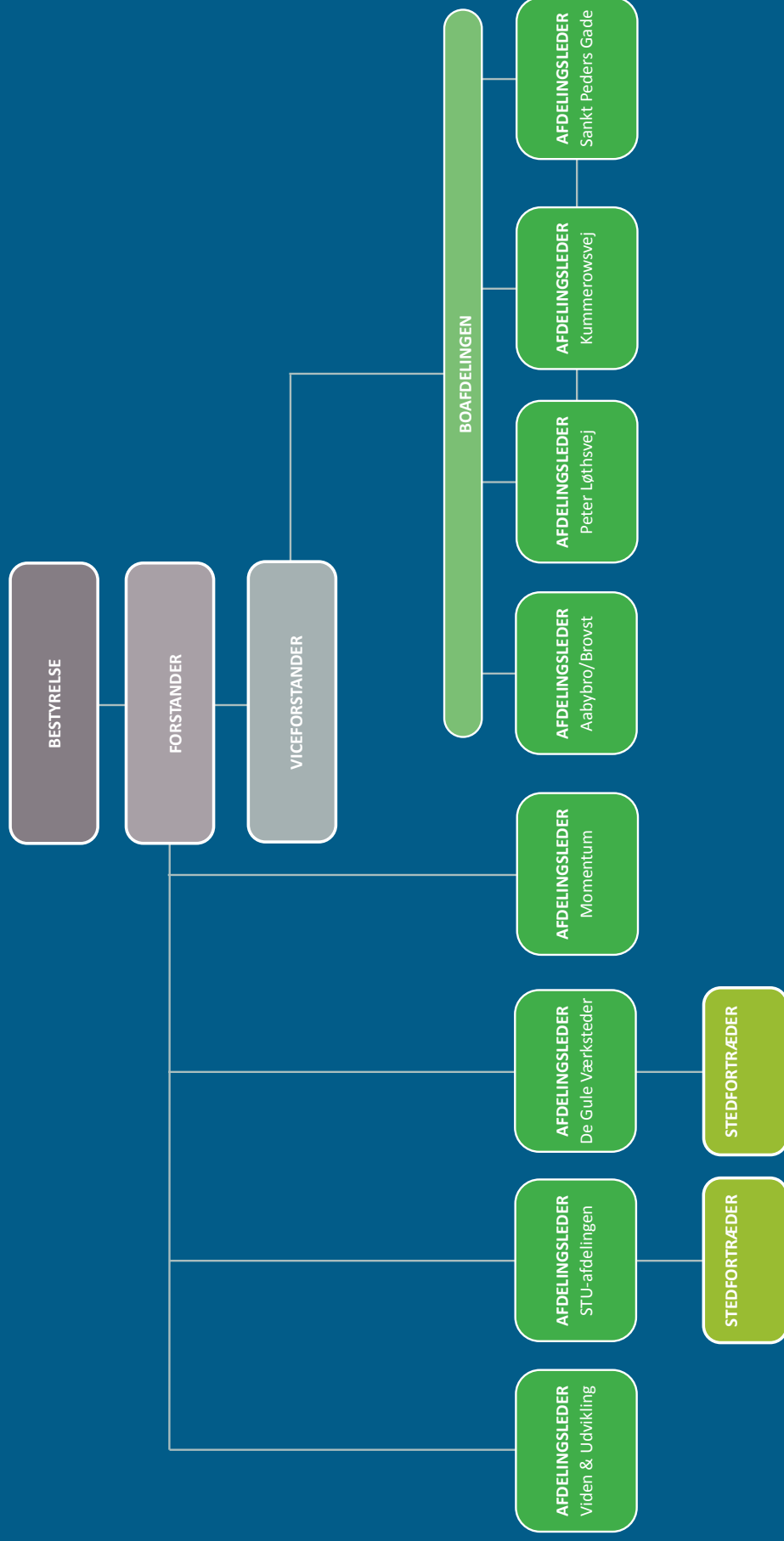


Terrassen er udført i flotte materialer, der matcher den terrasse der i øvrigt er på den anden side af bygningen på Østergade 109, i forbindelse med De Gule Værksteders Butiks Café.

Undertegnede holdte en tale, Per klippede den røde snor med sløjfe og resten klappede – ja, alt gik lige efter planen, denne solbeskinne dag i juni 2021 på Østergade 109. Tak til alle der deltog og medvirkede til den gode stemning.

*Søren Østergaard, afdelingsleder Boafdelingen  
Afd. Aabybro/Brovst*

# Ledelsesdiagram



# Nord-Bo Nyt

Hvor historier deles



Autismecenter Nord-Bo  
Lindholm Brygge 2-4 · 9400 Nørresundby · Tlf. 98 27 90 02 · [www.nordbo.dk](http://www.nordbo.dk)