

A high-contrast, black and white photograph of a person in a white dress falling into water. The person is upside down, with their head near the top of the frame and legs pointing downwards. A massive, turbulent splash of water erupts from the point of impact, filling the upper half of the image. The background is a solid, deep black, which makes the white dress and the bright, frothy water stand out dramatically. The overall mood is one of dynamic movement and surprise.

TUBA

ÅRSMAGASIN 2017/18

“En af de største
styrker i TUBA er,
at terapeuterne
ikke opfører sig som
eksperter i vores liv.
De formår at bringe os til
en forståelse af, at vi er
eksperter i vores eget liv.
Mit terapiforløb i TUBA
har åbnet mine øjne op
for alle de ressourcer,
som jeg selv og
alle de unge, der
kommer i TUBA,
indeholder.”

MORTEN, TIDLIGERE TUBA-UNG,
I TALE VED TUBAS 20 ÅRS JUBILÆUM
DEN 3. NOVEMBER 2017

årsmagasin for **TUBA** 2017

REDAKTØR: SISSE TVEGAARD ANDERSEN

DESIGN & LAYOUT: SIGNS & WONDERS

TEKST: LAURA SANDER

OG SISSE TVEGAARD ANDERSEN

FOTO: HENRIK SØRENSEN OG LARS BECH

ANSVARSHAVENDE: HENRIK APPEL

TRYK: FREDERIKSBERG BOGTRYK

indhold

PÅ DYBT VAND SIDE 4

HJÆLPEN VIRKER SIDE 8

MORTEN SIDE 10

DU ER IKKE ALENE SIDE 12

MICHELLA SIDE 14

EFFEKTEN SKAL MÅLES SIDE 16

ÅRET DER GIK SIDE 18

TAK TIL DONORER SIDE 20

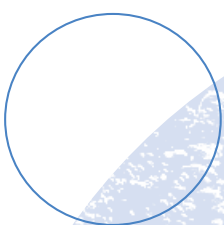
SÅDAN BRUGER VI PENGENE SIDE 21

TUBAS TILBUD SIDE 22



PÅ DYBT VAND

AF HENRIK APPEL, LANDSLEDER I TUBA



De fleste af vores unge i TUBA har været på dybere vand, end det burde være muligt for et barn i et samfund som det danske. Mange har oplevet vold, både fysisk og psykisk. Mellem forældrene, mod deres søskende og på egen krop.

Et grundvilkår for TUBAs unge er, at de har levet to parallelle liv. Ét liv under overfladen, og et andet over. På overfladen har de skullet foregive at være en normal familie. Under overfladen har de haft en hverdag, hvor den ene eller begge forældre drak alt for meget. Hvor børnene har skullet tage ansvar for de fleste af de ting, som burde være de voksnes opgave.

Hvordan får man fred med sådan en opvækst? Hvordan vender man følelsen af at være uden fast grund under fødderne, når man skal til at bygge sit voksenliv? Vi har bedt Michella og Morten, som har været gennem terapi i TUBA, om at fortælle om deres vej til et godt voksenliv efter en opvækst med alkoholmisbrugende forældre. Deres historier er voldsomme, men desværre ikke usædvanlige.

Selv om TUBA er den største hjælpeorganisation på sit område i Danmark, kan vi ofte have en fornemmelse af kun lige at have taget fat på et meget omfattende problem. Vi ville gerne hjælpe ti gange så mange børn og unge. For de er derude i bekymrende stort antal.

Af de 122.000 børn, som i dag navigerer i et liv med alkoholmisbrugende forældre, er det cirka halvdelen, der af egen kraft holder sig flydende – de klarer sig i livet på trods af et svært udgangspunkt. Resten har brug for, at vi lærer dem at svømme. De drukner i problemer, som de har fået i arv af deres forældre og bedsteforældre. Problemer, som de har svært ved at undgå selv at give videre til en ny generation.

Men der er grund til håb. Der er hjælp at få, og hjælpen virker. Det ved vi fra det omfattende dokumentationsarbejde, som TUBA foretager. Derfor skal vi kunne skalere og øge kapaciteten, så vi blandt andet kan nedbringe de lange ventelister til behandlingstilbud for børn og unge. Og vi skal presse på for at få sat handling bag de politiske visioner om tidlig indsats og behandlingsgaranti til de unge.

TUBA er i gang med at handle, og vi kan godt være vores indsats bekendt. Men vi stiller os alligevel ikke tilfreds, så længe der stadig er børn og unge i Danmark, der ikke får den hjælp de behøver til at komme videre i livet og bryde arven.

Vi skal være til stede der, hvor nøden er størst. Det er nemlig særlig svært for børn og unge at rejse længere strækninger for at få hjælp. Her ved indgangen til 2018 glæder jeg mig derfor over, at TUBA står foran at åbne en ny afdeling på Ærø, hvor mange unge har brug for hjælp. Med ønsket om et 2018, hvor vi rækker ud til mange flere – og helst alle – udsatte børn og unge i Danmark.





91 procent har oplevet forbedret eller meget forbedret forhold til sig selv. (1247 svar)

91%

92 procent siger, at de er blevet bedre eller meget bedre til at håndtere deres problemer (1244 svar)

92%

73%

96%

The infographic consists of two overlapping circles. The top circle is dark blue and contains the text '73%'. The bottom circle is light blue and contains the text '96%'. Both percentages are in large, white, sans-serif font. Below each percentage is a block of text in a smaller, white, sans-serif font. The overall design is clean and modern.

73 procent oplyser, at deres evne til at gå på arbejde, i skole eller på uddannelse er blevet forbedre eller meget forbedret (916 svar)

96%

96 procent mener, at de i TUBA har fået den hjælp, de havde brug for (1246 svar).

HJÆLPEN VIRKER!

A man with a beard and a light blue t-shirt is underwater. He is looking upwards with his right hand raised, palm facing forward. The water is dark blue with many bubbles and light rays filtering through from above.

MORTEN:

Hvis noget var
ubehageligt,
så kom
panseret
op.

MORTEN ER IKKE ALENE

20 % af de unge i TUBA oplyser, at begge deres forældre drikker eller har drukket for meget.

17 % af de unge i TUBA har selv børn, når de kontakter TUBA.

45 % af de unge i TUBA svarer ja til, at der var fysisk vold eller trusler om vold i hjemmet.

Den 3. november står Morten på en lille scene i Skuespilhuset i København og går i stå midt i en sætning. Det er ikke en let tale, han har gang i. Det er en tale om hans eget liv, og om, hvorfor det for nogle år siden var fuldstændig usandsynligt, at han en dag skulle stå ved TUBAs 20 års jubilæum og fortælle fremmede mennesker om noget, der har gjort rigtig ondt. I mange år havde han nemlig bygget et solidt panser, der kom op, hver eneste gang noget var svært.

Indtil Morten var fem år gammel, boede han med sine forældre og sin storebror. Morten kan ikke selv huske det, men hans bror har fortalt, at han måtte lukke dørene, når hans far tæskede hans mor for at beskytte sig selv og lillebror.

Da forældrene blev skilt, flyttede drengene med deres mor. Så gik det op for Morten, at noget ikke var helt, som det skulle være.

- Når vi kom hjem fra skole, så sad hun der i sofaen med hvidvin hver eneste dag. Jeg kan ikke huske, at der var dage, hvor hun ikke var fuld. Men det var ikke noget, vi protesterede ret meget over, det var bare sådan, det var.

Når hans mor var i godt humør, kunne de lokke hende til det meste.

- Så fik vi nyt legetøj eller kæledyr. Vi har både haft dansemus og skildpadder og fugle. Hver gang gik det galt, for der var ikke nogen, der passede dem. Jeg kan huske, at jeg på et tidspunkt kiggede ind til de der dansemus, og så lå den ene sådan halvdød og var blevet gnavet i, og den anden var også på vej til at dø. Det var så ulækkert, fortæller Morten.

Som 9-årig flyttede Morten hjem til sin far. Her var der lidt mere styr på tingene, men faren skjulte også et alkoholmisbrug:

- Hver dag på vej hjem fra arbejde købte han snaps. Han havde sådan en rute, hvor han besøgte forskellige butikker og det blev altid pakket ind som gave, så ingen skulle tro, at de var til ham. Men hele vores bryggers var fyldt med snapsflasker.

Samtidig blev forholdet til hans mor værre. Når telefonen ringede, og hun var i røret, gik et helt fast mønster i gang.

- Først på måneden, når hun havde fået penge, så lovede hun alt muligt, så efterhånden som pengene slap op, så var det stik modsat. Så var det hele noget lort, og det hele var lige meget, og nu kunne hun lægge sig ned på togskinnerne og dø, og så smækkede hun røret på.

Morten gjorde det, han havde lært sig selv. Han lukkede ned for følelserne. Og det blev han ved med gennem teenageårene og da han mødte sin nuværende kone, kort efter han var flyttet hjemmefra.

- Hver gang vi havde en diskussion, blev hun arrig over, at jeg bare lukkede af. Det var jo det, jeg altid havde gjort. Hvis noget var ubehageligt, så kom panseret bare op. Det kunne hun ikke trænge igennem, forklarer han.

Men indeni ulmede vreden. Den kom ofte frem, når han var i byen med vennerne. Som den dag, han fik serveret en burger med ost, selv om han havde bestilt en uden.

- Det væltede bare min verden. Jeg sparkede burgeren ud over hele gaden, råbte og skreg, og endte med at få bank af tre rockere, fordi jeg råbte af dem. Og det var faktisk først der, at jeg kunne mærke, hvorfor jeg var så vred, fortæller Morten, der gik direkte hjem og tog et opgør med sine forældre.

Det hjalp lidt, men da han fik børn, blev det tydeligt, at han stadig havde brug for hjælp. Han kontaktede TUBA og kom efter to lange år i gruppeterapi.

- De rykkede rigtig meget at komme i TUBA og se, at jeg ikke er alene og jeg er ikke forkert. Der er nogen, der har det nøjagtigt som mig. Det var sådan en rar fornemmelse. Jeg havde haft den der følelse af at være forkert hele tiden.

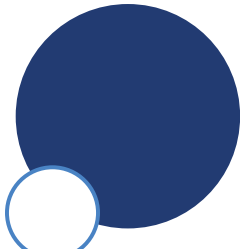
Mens Morten gik i terapi, døde hans mor. Det første, Morten følte, da han fik det at vide, var lettelse. Og samtidig kunne han fornemme, at han var blevet i stand til at passe på sig selv.

- Det er jo ikke sådan, at nu er jeg kørt igennem TUBA-maskinen, og så er jeg et helt menneske, som fungerer perfekt. Det er nogle ting, som jeg skal blive ved med at arbejde med. Før kunne jeg godt tage et gevaldigt dyk langt ned under overfladen og skulle kæmpe mig op igen. Sådan er det ikke mere. Når jeg pletter i, er jeg hurtig til at se, hvad der skete, og hvad jeg skal gøre for at komme på rette spor igen.



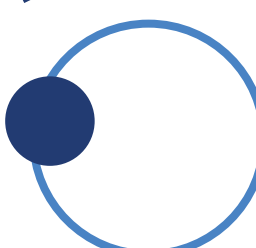
1837

NYHENVENDELSER I 2017



3198

UNGE I TERAPI I 2017





1476

HAR FÅET ONLINE
RÅDGIVNING PÅ TUBA.DK



1472

HAR DELTAGET
I DROP-IN MØDER

MICHELLA:

Det var
mærkeligt
at sidde på
et værtshus
med min
far

MICHELLA ER IKKE ALENE

76,5 % af de unge i TUBA er kvinder.

38 % af de unge i TUBA er over 24 år,
når de opsøger hjælp i TUBA.

6 % af de unge i TUBA mener selv,
de har et problematisk forhold til
rusmidler.

Michella var et ønskebarn. Hendes mor og far var unge, men havde været kærester længe, da de fik hende. Men da Michella var to år, opdagede hendes mor, at huslejen på deres hus ikke var betalt. Hendes far havde brugt pengene til øl på den lokale bodega. Hendes forældre blev skilt, og Michella flyttede med sin mor. De næste mange år var kontakten med hendes far ikke særlig stabil.

- Der var aldrig rigtig nogle faste aftaler. Nogle gange var jeg det sidste barn i børnehaven, fordi min far ikke kom og hentede mig. Så måtte min mormor træde til, fortæller hun.

Når hun var hos sin far, var det hyggeligt.

- Så fik jeg lov til at spise lørdagsslik om søndagen, og måtte få resten med i madpakken dagen efter. Han elskede også at komme med og se mig spille håndboldkamp. Men der var også skuffelser. For eksempel den gang vi skulle have været til min kusines konfirmation. Jeg havde glædet mig, for det var sjældent, at jeg så den del af familien, men så aflyste han det på dagen, og så skulle vi bare sidde og spille Playstation, mens han røg joints.

Som teenager begyndte Michella at gøre oprør. Hun havde fået en søster og følte sig overset.

- Jeg blev sur og vred og stoppede med at lave mine lektier. Jeg begyndte at pjække rigtig meget. Det gik også ud over min mor. Jeg kaldte hende grimme ting, kastede med ting, smækkede med dørene og råbte af min søster. I dag tænker jeg, at det var et forsøg på at sige, at der skete et eller andet i mig, som jeg ikke vidste, hvad var, men der var ikke nogen, der prøvede at finde ud af, hvad der lå bag min opførsel. Der var kun en, der på en eller anden måde forstod det. Det var far.

Hvis hun ville være sammen med sin far, måtte hun ned på den lokale bodega. .

- I starten var det hyggeligt, alle var søde, og jeg kunne godt få lov til at drikke en cola. Men da jeg blev ældre, og min far fandt ud af, at jeg var begyndt at gå til fester, og så skulle vi have øl. Jeg begyndte at hive mine venner med derned. Det var underligt at side på et værtshus med min far alene. Det var nemmere for mig at acceptere – og fortælle om – hvis jeg havde en af mine venner med.

Efter studentereksamen tog hun til Østrig for at arbejde som skiguide. Hendes far fik lov til at låne hendes lejlighed, mens hun var væk. Hun håbede, at det kunne skabe noget stabilitet i hans liv. At han måske kunne blive en rigtig far, hvis hun hjalp ham lidt på vej.

- Han huskede at betale husleje den første måned og glemte det så de næste tre-fire måneder, så jeg kom hjem til en gæld på 16.000 kroner. Jeg betalte regningen. Jeg vidste godt, jeg ikke kunne få pengene ud af ham, og jeg vidste ikke, hvordan jeg skulle konfrontere ham, uden at han ville hidse sig op.

Michella startede på CBS. Nu skulle hun vise hele verden, at hun kunne klare sig godt. 12-tallene hobede sig op på karakterbeviset, hun fik et godt studiejob i Socialministeriet. På overfladen var hun altid glad, og havde overskud til alting. Men efter et par år ramlede det hele.

- Jeg kunne ikke stå op om morgenen, kunne ikke se en mening med det, jeg lavede. Jeg havde et superfedt job, men jeg følte, at jeg var 0 værd, forklarer Michella, der samtidig måtte indse, at hun havde udviklet et hashmisbrug, som hun måtte i behandling for.

- Til at starte med brugte jeg det som koncentrationsmiddel, så jeg kunne fokusere på studiet, men så blev det værre og værre. Jeg vidste godt, at der var en grund til, at jeg røg.

Det gik op for hende, at hun måtte tale med sin far. Hun skrev en lang besked til ham på Facebook, hvor hun gjorde det klart, at hun ikke ville besøge ham på værtshuset mere. Hvis han ville se hende, måtte det ske et andet sted.

- Han reagerede slet ikke, som jeg havde håbet. Og jeg kunne mærke, at jeg ikke fik det bedre af at have skrevet de her ting. Så kontaktede jeg TUBA. Jeg kom ind i en rigtig god gruppe, hvor der hurtigt var en sindssyg tillid. Vi sad 9 mennesker med 9 forskellige historier, men med de samme udfordringer og de samme svigt.

I dag er Michella helt ude af sit misbrug. Hun har mere selvværd, tør sætte grænser og vise, hvem hun er.

- Jeg har altid troet, at hvis jeg ikke kæmpede lige så hårdt som min mor og gjorde det hele lige så godt som hende, så endte jeg som min far. Der var ligesom ikke noget i midten. Men nu har jeg lært, at jeg også godt kan ende som Michella.

”Forløbet i
TUBA har betydet,
at jeg er i live,
at jeg lever et
normalt liv uden store
psykiske problemer
og at jeg kan håndtere
svære situationer.”

”TUBA
har været en
kæmpe støtte for mig
og fungerer som et sted,
hvor jeg kunne få mulighed
for at trække vejret,
tilgive mig selv og
blive hjulpet til at
håndtere mine kriser
og hverdagsproblemer
anderledes.”

EFFEKTEN SKAL MÅLES

AF FAGLIG CHEF ALEX KASTRUP NIELSEN

Ovenstående er eksempler på citater fra unge, der har afsluttet et forløb i TUBA. De beskriver på deres måde det mål, TUBA har for de unge, vi arbejder med:

At lindre
de unges
belastnings-
symptomer og
øge deres trivsel
og evne til
at fungere i
hverdagen, så
de kan få et
tilfredsstillende
og meningsfuldt
liv.



2017 har bekræftet for os, at TUBAs faglige koncept er stærkt, og at vores resultater ligger i top. Vi har hjulpet over 3000 unge, og kvaliteten og effekten af hjælpen er høj. Når de unge henvender sig til TUBA, besvarer de en række validerede spørgeskemaer, som beregner deres belastninger på en række parametre: depressive symptomer, trivsel, funktionsevne i hverdagen m.m. Når de afslutter deres forløb, besvarer de unge de samme skemaer og vi kan måle, hvilke forandringer der er sket for dem. Mængden af forandringer kan beskrives via effekt size, som er en statistisk metode til at måle graden af forskel på en før-og-efter-måling for en større gruppe. En effekt size størrelse vurderes således:

0.2 = lav effekt

0.5 = middel effekt

0.8 = høj effekt

Hvis vi ser på TUBAs effekt size på eksempelvis de unges belastninger i forhold til depressive symptomer (Major Depression Inventory) for 909 unge, får vi følgende:

Før-score: 24.18

Efter-score: 14.46

På MDI-skalaen er en score på 18 cutoff for, om de depressive symptomer er af et sådant omfang, at de bør behandles. En score på 29 markerer grænsen for moderate til alvorlige depressive symptomer.

Den gennemsnitlige før belastning for de pågældende 909 unge er 24.18, altså langt over cutoff. Belastningsscoren efter behandling er faldet til et gennemsnit på 14.46, langt under cutoff. Når man tager højde for variationen i før scorene, får man en effekt size på 0.89, hvilket svarer til over høj effekt.

Nu er det jo sådan, at ikke alle af de pågældende 909 unge var belastet af depressive symptomer målt som en score på 18 og derved ved behandlingsstart. Hvis man nøjes med at se på forskellen af behandlingseffekt på de unge, der var belastet af en MDI score på 18 og derved, får man følgende regnestykke for de 625 unge, det drejer sig om:

Før score: 29.90

Efter score: 16.55

Effekt size = 1.72

Som man kan se, er behandlingseffekten for denne afgrænsede gruppe endnu større. Gennemsnitligt er gruppen gået fra moderat/alvorlige depressive symptomer (29.90) til under cutoff (16.55). Målt på effekt size er denne næsten fordoblet til 1.72.

Dette er et eksempel på, hvordan man også kan måle effekt af behandlingsarbejde.

I international forskning peges der for psykoterapeutisk arbejde på en gennemsnitlig effekt size på 0.8 som standard (dette svarer til, at omkring 80 % af klienterne har det bedre efter behandling end før). Ud fra dette ligger TUBA over standard. Vi savner imidlertid danske behandlingssteder, som vi kan sammenligne os med i forhold til effekt. I TUBA tror vi på, at ved at måle effekt på flere forskellige parametre og sammenligne sig med andre kan man udvikle hele behandlingssektoren til bedre praksis til gavn for dem, vi forsøger at hjælpe.

På trods af TUBAs stærke faglige koncept og gode resultater drømmer vi om hele tiden at gøre det bedre endnu.

Vi er ståltsatte på hele tiden at udvikle os, så vi kan hjælpe endnu flere unge – og hjælpe dem endnu bedre. Det er målet i 2018!



DET SKAL FEJRES, NÅR NOGET NYTTER

I 2017 rundede TUBA 20 år, og det blev fejret med jubilæumsreceptioner i TUBAs afdelinger rundt om i landet. Borgmestre og lokale samarbejdspartnere mødte op og var med til markere, at TUBAs indsats nytter og er værdsat af brugere og myndigheder.

Den 3. november var 150 gæster samlet i Skuespilhuset i København for at fejre jubilæet. Det blev en fantastisk eftermiddag med flotte taler af blandt andet socialminister Mai Mercado, god stemning og masser af ros til TUBAs arbejde gennem de seneste 20 år. Blandt gæsterne var også H. K. H. Kronprinsesse Mary, som også tidligere har vist stor interesse for TUBAs arbejde.

året der gik

FLERE OG STØRRE AFDELINGER

Hvert år hjælper TUBA godt 3000 børn og unge videre fra en svær start i livet - og vi arbejder hele tiden på at kunne hjælpe endnu flere. I 2017 har TUBA udvidet samarbejdet med kommunerne Slagelse, Hillerød, Frederiksberg og Vordingborg, så vi nu også i de fire kommuner kan tilbyde terapi og rådgivning til unge mellem 25-35 år, hvor vi tidligere kun kunne hjælpe unge under 25. Vi har også fået mulighed for at tage endnu flere unge ind i samme aldersgruppe i Aarhus.

I 2018 ser vi frem til at åbne en afdeling på Ærø og fortsætte arbejdet med at brede TUBA ud til hele landet.

TUBA PÅ GADEPLAN

Igen i år har TUBA aktivt været ude for at bryde tabuer om alkohol og dele information om mulighederne for at få hjælp til at komme godt videre i livet, hvis man er vokset op med misbrug i familien.

To gange i løbet af 2017 gik TUBA-medarbejdere og frivillige på gaden i 27 byer og delte "Antubas"-tyggegummi ud og talte med interesserede. På Folkemødet på Bornholm i juni var TUBA var til stede og holdt daglige oplæg med fokus på, hvordan alle voksne kan og bør hjælpe, hvis de har mistanke om at et barn mistrives på grund af forældrenes alkohol- eller stofmisbrug. Og på Ungdommens Folkemøde fik vi fat i de unge selv gennem workshops, musik og oplæg.



KONFERENCE FOR FAGPERSONER

TUBA arbejder løbende med at udvikle kompetencer for fagpersoner og øge kendskabet til arbejdet med udsatte unge. Den 24. januar bød TUBA velkommen til 375 fagpersoner på TUBA-konferencen "Terapi, rådgivning og hverdagsmirakler - At hjælpe og forstå unge med problemer". TUBA-konferencen var målrettet fagpersoner, der gennem deres arbejde har berøring med udsatte børn og unge eller har rådgivnings- eller samtaleforløb med udsatte børn, unge og voksne fra familier med misbrugsproblemer.

Førende danske og udenlandske forskere og eksperter inden for psykosocialt og psykoterapeutisk behandlingsarbejde delte dagen igennem ud af deres erfaringer med at anvende terapi og rådgivning i psykosocialt behandlingsarbejde og præsentere ny forskning på området.

TUBA-konferencen afholdes igen i januar 2018.



JENS ERIK RASMUSSEN

FORMAND FOR TUBAS BESTYRELSE

- I bestyrelsen glæder vi os over, at den løbende udvikling af TUBA er i gode hænder hos de mange kompetente, dedikerede medarbejdere, der brænder for at hjælpe vores helt særlige, meget vigtige målgruppe af unge.

Igen i 2017 har der i TUBA været en spændende udvikling. Endnu flere unge har fået hjælp. Nye afdelinger er kommet til. Mange kommuner og private fonde og organisationer har igen vist stor interesse og velvilje over for TUBAs sag. Samtidig er vi i bestyrelsen klart nok meget tilfredse med, at både Kronprinsparret og socialministeren viser TUBA stor opmærksomhed.

Med til det positive billede hører, at der fortsat er brug for udvikling af TUBA for at tilbyde hjælp til endnu flere unge, som - på grund af forældres alkohol- eller stofmisbrug - har været og videre i livet vil være ramt af en opvækst med en for vi andre ofte ufattelig disharmoni og frustration.

Bestyrelsens vision er at fastholde og videreudvikle TUBAs særlige faglige koncept og fortsat italesætte udfordringerne for de unge i målgruppen i medierne. Og at tilvejebringe de nødvendige økonomiske midler for at sikre, at alle får den hjælp, de har behov for og har fortjent.

SOMMERHØJSKOLE FOR TUBA-BRUGERE

For første gang kunne TUBA i år tilbyde unge at tage med på 5 dages sommerhøjskole med fokus på kreativitet og samvær. 90 unge TUBA-brugere deltog i sommerhøjskolen, hvor terapeuter og frivillige arrangerede kreative workshops og der var masser af mulighed for at nyde sommeren i det sydfynske med de andre deltagere.

De unge udtrykte efterfølgende stor tilfredshed, og mange omtalte sommerhøjskolen som en fantastisk oplevelse, der har ændret deres liv. De har fået et stort netværk, der holdes i live via den Facebook-gruppe, der blev lavet til gruppen, og deres trivsel er steget markant.



TUBAS BESTYRELSE
Jens-Erik Rasmussen, *formand* · Christian Bjerre, *næstformand*
Charlotte Dyremose · René Skau Björnsson
Stefan Maksten · Steen Skovsgaard

VELUX FONDEN



AUGUSTINUS FONDEN

STIFTET 25. MARTS 1942



DET
OBELSKE
FAMILIEFOND



FIRST AGENDA



BIKUBENFONDEN

STATENS KUNSTFOND

TrygFonden



15. Juni Fonden

mynewsdesk™

HENRIK SCRENSEN PHOTOGRAPHY

APV KVIK · Donnt · 17. Juli Fonden · BDO

Boligselskabet Sct. Jørgen · Broderloge nr. 115 Koldinghus I.O.O.F.

Børge Nielsen og Max Wonsylts fond · Charii/Show You Care ApS · Djursland Bank

Guld & Rod Velgørenhed · Gyldenløvesgilde Spejderne · Gylling Efterskole

Holstebro Menighedspleje · Lions Club Favrskov/Lions Dagmars Kilde

Lions Club Frederikshavn · Lions Club Haderslev · Lions Club Hobro

Lions Club Langebæk · Lions Club Silkeborg · LFS & Offentligt Ansattes A-kasse

LLH Consulting · MRC Computer · Odd Fellow Kolding

Odd Fellow Logen Vordingborg · Søsterloge 23 Elisabeth · Odendo ApS

Poul Erik Bech Fonden · Pårørende ved Peter Mortensens bisættelse

Frederikshavn Inner Wheel Klub · Rebild Inner Wheel Klub

Rysensteen Gymnasium · Sct. Mortens Sognegård

Sindal Baptistmenighed v/Erik Søndergård

Soroptimist International Region 6

Soroptimist International Brøndby

Soroptimist International Gentofte

Soroptimist International Hjørring

Soroptimist International Kastrup-Taarnby

Søsterlogen nr. 27 Heden

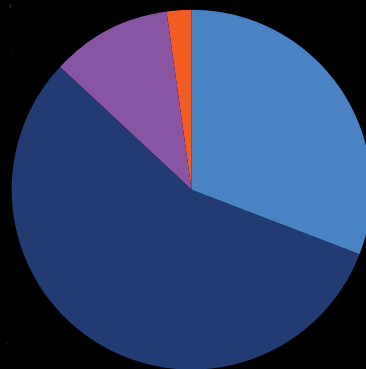
Alderslyst Y's Men's Club, Silkeborg

Vendelbo Y's Men's Club, Hjørring

Viborg Domkirke - Domcafeen

STØTTE DER GØR EN FORSKEL

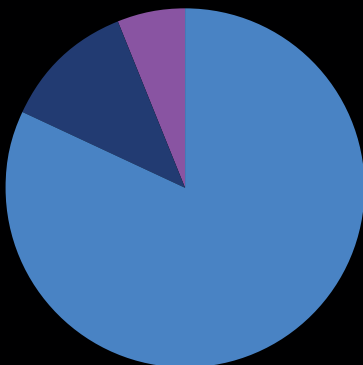
Fonde, private og virksomheder støtter hvert år TUBA's arbejde for børn og unge, der er vokset op i familier med misbrugsproblemer. Vi vil gerne sige en stor tak til alle de bidragsydere, der støttede TUBA i 2017.



TUBAS INDTÆGTER

- 31 % Kommuner
- 56 % Staten
- 11 % Fonde og donationer
- 2 % Indtægtsgivende virksomhed

SÅDAN BRUGER VI PENGENE



SÅDAN BLIVER PENGENE BRUGT

- 82 % Terapi, rådgivning og undervisning
- 12 % Oplysning, faglig udvikling og dokumentation
- 6 % Administration

TUBAS TILBUD

TUBA har mange forskellige tilbud til børn og unge fra misbrugsfamilier og til alle, der ønsker at få mere viden og yde hjælp.

TERAPI

Unge mellem 14 og 35 år tilbydes gratis og anonym terapi individuelt eller i grupper. I enkelte afdelinger er der krav om, at man skal bo i den kommune, afdelingen ligger i.

Er man over 35, kan man benytte TUBA 35+, hvor man kan deltage i TUBAs terapi og rådgivning mod en mindre egenbetaling. Se mere på www.tuba.dk/tuba-35 TUBA tilbyder også terapi over Skype, hvor man kan få et individuelt terapiforløb via videoopkald med en terapeut, hvis man bor et sted uden TUBA-afdeling.

ONLINE RÅDGIVNING

TUBAs hjælp findes også uden for terapilokalerne. På www.tuba.dk kan unge fra familier med misbrugsproblemer få online rådgivning via brevkasse, chat og ung-til-ung forum.

ÅBNE ARRANGEMENTER

Drop-in møder og caféaftener er arrangementer i TUBAs afdelinger, hvor unge fra misbrugsfamilier eller deres netværk får mere at vide om livet i en familie med misbrug, og hvordan man kommer videre. Arrangementerne annonceres på tuba.dk, sociale medier og i lokalpressen.

UNDERVISNING

TUBA Kursus er professionelle kurser og undervisningsdage, hvor fagpersoner og frontpersonale bliver bedre til at håndtere udfordringer og bekymringer for børn af misbrugere.

TUBA Supervision er for fagpersoner, der arbejder med børn af alkohol- eller stofmisbrugere.

TUBAs konference er for fagpersoner, der arbejder med unge, der har udfordringer i livet. Her er der mulighed for at videreuddanne sig inden for den nyeste forskning på området og netværke med kolleger fra hele landet.

SKOLETJENESTEN

TUBAs Skoletjeneste tager ud i skoleklasser og fortæller om TUBA og livet i en misbrugsfamilie. Vi tager også gerne en ung med, der har gået i TUBA.



TUBA

AABENRAA

Ramsherred 31A, 1.
6200 Aabenraa
aabenraa@tuba.dk

AALBORG

Møllegade 8, 1. tv
9000 Aalborg
aalborg@tuba.dk

AARHUS

Frederiksgade 75E, 1. sal
8000 Aarhus C
aarhus@tuba.dk

BORNHOLM

Snellemark 51, 2.
3700 Rønne
bornholm@tuba.dk

FAVRSKOV

Herredsvej 22
8382 Hinnerup
favrskov@tuba.dk

FREDERIKSBERG

Vesterbrogade 69, 1. tv
1620 København V
kbh@tuba.dk

FREDERIKSHAVN

Danmarksgade 16, 1
9900 Frederikshavn
frederikshavn@tuba.dk

HADERSLEV

Nørregade 38E 1.sal
6100 Haderslev
haderslev@tuba.dk

HELSEINGØR

Lundegade 17b
3000 Helsingør
helsingor@tuba.dk

HILLERØD

Slotsgade 34, 1. sal
3400 Hillerød
hillerod@tuba.dk

HJØRRING

Brinck Seidelinsgade 12A
9800 Hjørring
hjoerring@tuba.dk

HOLBÆK

Smedelundsgade 22 G, 1. sal
4300 Holbæk
holbaek@tuba.dk

HOLSTEBRO

Nørregade 32, 1.
7500 Holstebro
holstebro@tuba.dk

HVIDOVRE

Hvidovrevej 137
2650 Hvidovre
hvidovre@tuba.dk

KALUNDBORG

Østre Havnevej 12, 1. sal
4400 Kalundborg
kalundborg@tuba.dk

KOLDING

Ny Vestergade 3, 3.
6000 Kolding
kolding@tuba.dk

KØBENHAVN

Vesterbrogade 69, 1. tv
1620 København V
kbh@tuba.dk

MARIAGERFJORD

Adelgade 4, 2. sal
9500 Hobro
hobro@tuba.dk

NÆSTVED

Jernbanegade 9, 2. sal
4700 Næstved
naestved@tuba.dk

ODENSE

Kongensgade 31A, 1. og 2. th.
5000 Odense
Odense@tuba.dk

RINGSTED

Lindevej 2, 2. sal
4200 Slagelse
slagelse@tuba.dk

SLAGELSE

Lindevej 2, 2. sal
4200 Slagelse
slagelse@tuba.dk

STEVNS

Egestræde 14
4660 Store Heddinge
stevns@tuba.dk

SVENDBORG

Kloster Plads 11, 1. sal
5700 Svendborg
svendborg@tuba.dk

SØNDERBORG

Perlegade 44, 1.
6400 Sønderborg
soenderborg@tuba.dk

VIBORG

Sct. Mathias Gade 38, 2. sal
8800 Viborg
viborg@tuba.dk

VORDINGBORG

Valdemarsgade 54
4760 Vordingborg
vordingborg@tuba.dk

ÆRØ

Markgade 1
5960 Marstal
Afdeling åbner i 2018

TUBA DANMARK

Vesterbrogade 69
1620 København V
tuba@tuba.dk



TUBA DANMARK

WWW.TUBA.DK

WWW.FACEBOOK.COM/TUBADANMARK

WWW.TWITTER.COM/TUBADANMARK