

The background of the entire image is a warm, orange-toned gradient. Overlaid on this are the dark silhouettes of four people. From left to right: a man in a tank top and pants, a woman in a long-sleeved top and skirt, a man in a long-sleeved shirt and pants, and a woman in a long-sleeved top and pants. They are all standing and facing forward, with their shadows cast slightly behind them.

TUBA

ÅRSMAGASIN 2018/2019



ÅRSMAGASIN 2018/2019



REDAKTØR: SISSE TVEGAARD ANDERSEN · DESIGN & LAYOUT: SIGNS & WONDERS · TEKST: SISSE TVEGAARD ANDERSEN
FOTO: HENRIK SØRENSEN OG LARS BECH · ANSVARSHAVENDE: HENRIK APPEL · TRYK: FREDERIKSBERG BOGTRYK
MODELLER: ELIAS / IDA-MARIA / LISA / NICKLAS / ANNA

INDHOLD

DE USYNLIGE UNGE SIDE 4

SÅ MANGE FIK HJÆLP I 2018 SIDE 6

LISA: JEG FØLTE MIG HELT ALENE I VERDEN SIDE 8

DE UNGE ER HÅRDT RAMT SIDE 10

NICKLAS: JEG VIL VISE ANDRE, AT MAN KAN KOMME VIDERE SIDE 12

HVOR LÆNGE SKAL VI VENTE? SIDE 14

KORT NYT SIDE 16

TAK FOR STØTTEN SIDE 20

OM TUBA SIDE 22

“

Jeg er frivillig i TUBA, fordi det gør mig glad og taknemmelig. Jeg bobler over indeni af glæde, når jeg går hjem fra TUBA hver tirsdag aften.

MONA WINTER KROGH, FRIVILLIG TERAPEUT I TUBA

DEU



SYNRLIGE UNGE

AF HENRIK APPEL, LANDSLEDER I TUBA

Jeg følte, at alle vidste det, at alle snakkede om det, men ingen spurgte til mig. Jeg følte mig bare usynlig.

Sådan siger Lisa i et stærkt interview på side 8 her i magasinet. Og det beskriver tydeligt de følelser, mange børn og unge fra familier med misbrug har. De føler sig usynlige, overskygget af forældrenes misbrug. Deres forældre ser dem ikke, fordi de ikke magter det. Deres omgivelser ser dem ikke, fordi de ikke tør eller ved, hvordan de skal gribe ind, eller fordi børnene af al magt prøver at skjule, hvor svært de har det derhjemme.

Børn i familier med misbrug bruger så meget energi på at hjælpe deres forældre, på at opretholde facaden over for omverdenen, at deres egne behov bliver mere og mere utydelige. Til sidst kan de heller ikke se sig selv klart.

Mange unge fortæller, at det, de oplever, når de starter i TUBA, er at blive set for allerførste gang. For første gang er der nogle, der interesserer sig for, hvordan de har det, og som møder dem der, hvor de er.

I TUBA er vi opsatte på at rette lyset mod de børn, der vokser op i familier med misbrug – og ikke lade dem glide tilbage i skyggen, når de bliver unge og voksne. Vi vil vise dem, at en svær barndom godt kan ende med et godt liv. Og vi vil vise hele verden, hvad det gør ved dem at vokse op med forældre, der har et misbrug, og hvorfor det er så vigtigt, at vi ikke overser denne gruppe.

I alt for lang tid har det være misbrugerens, der har været i fokus. Det er misbrugerens, der fylder i den offentlige debat. Det er misbrugerens, der har garanti for at komme i behandling inden for 14 dage. Dem, der er vokset op med misbrugende forældre, risikerer at vente længe.

Efterhånden som tabuet bliver brudt og budskabet om, at man kan få hjælp, bliver udbredt, dukker flere og flere unge op og banker på TUBAs dør. Vi hjælper så mange, vi overhovedet kan, men desværre er der ventetid på behandling i de større byer. Endnu en gang er de unge henvist til en skyggetilværelse, hvor de må gemme deres egne behov væk. Det kan vi som samfund ikke være bekendt.

Derfor arbejder TUBA til stadighed på, at unge fra familier med misbrug får en garanti for at kunne få hjælp, når de opsøger den. Jeg håber, at 2019 bliver året, hvor det lykkes.

3003

UNGE VAR I BEHANDLING I TUBA

483 af dem var under 18 år

1984

NYE HENVENDTE SIG FOR AT FÅ HJÆLP

24 procent af dem var mænd

TOP 5 OVER MEST ALMINDELIGE EMNER I CHATRÅDGIVNING

- 1 Håndtering af følelser
- 2 Håndtering af drikkende forældre
- 3 Opvækstens konsekvenser
- 4 Hjælpemuligheder
- 5 Ensomhed

1420

FIK ONLINE RÅDGIVNING PÅ
WWW.TUBA.DK

LISA



29 år · Bor i Odense

Drømmer om, at TUBA
åbner på Færøerne

JEG FØLTE MIG HELT ALENE

I VERDEN

Kaos. Det er det første ord, Lisa kommer i tanke om, når hun skal beskrive sin barndom. En barndom, der startede på Færøerne, hvor efternøleren Lisa boede med sine to ældre søstre, sin mor og så sin far, der allerede inden Lisa bliver født, har et alkoholmisbrug.

Da Lisa var tre år, flyttede familien til Danmark, og kort efter blev hendes forældre skilt. Moren fik hurtigt en ny kæreste, og han fulgte som regel Lisa over til hendes far, når hun skulle på besøg derovre.

- Jeg var for lille til, at vi egentlig talte om det, men min mor og papfar ville gerne sikre sig, at min far ikke var fuld. Hvis han var ædru, var jeg der et par timer, inden jeg blev hentet igen. Men hvis han var fuld, gik vi hjem igen, siger hun.

SAVNEDE EN NORMAL MOR

I årene efter skilsmissen begyndte hendes mor også at drikke for meget.

- Jeg fik altid aftensmad og morgenmad, jeg kom i bad og havde madpakke med i skolen. Jeg var altid sørget for, men jeg manglede kærlighed og nærvær fra min mor. **Jeg vidste aldrig, hvilken tilstand hun var i, og jeg var ofte flov over hende, når jeg havde veninder på besøg. Nogle gange sov hun hele dagen på sofaen. Jeg savnede at have en normal mor,** og jeg var meget ensom, fortæller Lisa.

I skolen blev hun mobbet af de andre, hun havde svært ved at koncentrere sig og flere gange blev hun så rasende, at hun kastede med stole. Alligevel var der aldrig en voksen, der spurgte ind til, hvordan hun egentlig havde det.

Som 11-årig havde hun fået nok. Efter et af de efterhånden mange skænderier med moren, burede Lisa sig i desperation inde på sit værelse og slugte nogle af sin papfars piller. Pillerne var ufarlige, men hendes mor og papfar fik et chok.

- På det tidspunkt var de ved at gå fra hinanden, og min papfar overtalte min mor til, at hun og jeg skulle flytte tilbage til Færøerne, hvor mine søstre (og familie) boede. Han flyttede ikke selv med, men vi holdt kontakten, talte i telefon og skrev lange e-mails til hinanden. Min papfar var den eneste pålidelige forældre, jeg har haft i mit liv, siger hun.

ALLE VIDSTE DET

På Færøerne gik det bedre i en periode. Hendes mor fik et job, Lisa kom i en god klasse, men snart begyndte hendes mor at drikke igen. Og Lisa følte ikke, at hun kunne tale med nogen om det.

- Vi boede i et lille samfund, og jeg følte, at alle vidste det, at alle snakkede om det, men ingen gjorde noget, ingen spurgte til mig. Jeg følte mig bare usynlig i mit lille univers, og jeg begyndte at føle, at jeg ikke var noget værd. Jeg følte mig helt alene i verden.

Da hun var 16 år, kunne hun ikke holde ud at bo sammen med sin mor længere. Hun flyttede på kollegium i Kolding. I den periode var hendes far ædru, og han støttede hende i en lang periode. Men følelsen af at være alene og ikke være noget værd fulgte hende lige, lige indtil hun startede i TUBA. Til den første samtale kæmpede hun for at holde tårerne tilbage.

- Jeg havde jo lært, at jeg ikke havde ret til at græde. Det var aldrig stakkels mig, det var altid stakkels min mor og stakkels min far. TUBA hjalp mig til at acceptere mig selv, acceptere hvem jeg er og hvad jeg kommer fra og acceptere mine forældre. De har begge deres demoner at kæmpe med, men jeg ved, de elsker mig, og jeg elsker dem. I dag har jeg fået mere selvværd, og jeg føler mig set og hørt. Jeg føler mig ikke længere så anderledes og alene i verden, siger hun.

SÅ MEGET KÆRLIGHED AT GIVE

Tidligere tænkte Lisa, at hun aldrig selv ville have børn. At hun ikke ville bringe et barn ind i en verden, hvor børn kan blive udsat for det, hun har været igennem. Men nu aer hun sin voksende mave og glæder sig til at blive mor i starten af 2019.

- Jeg tænkte meget over det, inden jeg blev gravid. Det er jo lidt en sorg, at jeg aldrig får den der drømmefamilie med stabile bedsteforældre. Jeg ser ikke min far, fordi han er begyndt at drikke igen. Min mor er funktionel alkoholiker med arbejde, men hende har jeg kontakt til og vi har et godt forhold. Og jeg er så heldig, at jeg har to storesøstre, som jeg kan se op til. Jeg er opsat på at gøre mit bedste, og jeg er sikker på, at jeg har så meget kærlighed at give til det her barn.

DE UNGE ER HÅRDT RAMT...

44%

OPLYSER, AT DER VAR FYSISK VOLD I HJEMMET

61%

OPLYSER, AT DER VAR PSYKISK VOLD I HJEMMET

21%

HAR VÆRET UDSAT FOR SEKSUELLE KRÆNKELSER

45%

OPLYSER, AT OGSÅ EN AF DERES BEDSTEFORÆLDRE HAVDE ET MISBRUG.

...men **TUBA**
hjælper dem
videre

90%

HAR FÅET DET BEDRE MED SIG SELV

73%

FØLER SIG BEDRE RUSTET TIL JOB, UDDANNELSE OG SKOLE.

92%

ER BLEVET BEDRE TIL AT HÅNDTERE DERES PROBLEMER.

96%

FØLER, AT DE HAR FÅET DEN HJÆLP, DE HAVDE BRUG FOR

NICKLAS



26 år · Bor i Slagelse

Holder foredrag
om sin historie

JEG VIL VISE ANDRE, AT MAN KAN

KOMME VIDERE

I et tog fra Sønderborg til Slagelse sidder en ung dreng og er ked af det. Sommerferien hos hans mors kæreste i Jylland er slet, slet ikke gået som forventet.

- Den første nat hører jeg, at min mor skriger nede fra køkkenet. Jeg tonser derned og ser, at hele køkkenet er splittet i atomer. Hendes kæreste står og er gal ovre i den ene ende af rummet, og min mor er megaforskrækket og bange i den anden ende. Jeg får min mor med ovenpå og ind på det værelse, hvor jeg sover. Hun græder, og jeg prøver at trøste hende, og samtidig er vi skidebange for, at han skal komme op og tæve os begge to, fortæller Nicklas, der i dag er 26 år.

Selv om hans mor siger, at han skal lade være med at fortælle det til nogen, ringer Nicklas dagen efter til sin far, som får arrangeret, at han bliver kørt ned til sine bedsteforældre, der sætter ham på et tog hjem.

Det er kulminationen på et barneliv med en mor, der drak for meget og endte i flere voldelige forhold. Det er også en af de sidste gange, Nicklas er sammen med sin mor.

WEEKENDER HOS MOR

Nicklas boede, indtil han var 9 år, sammen med sin mor, sin far og sin storesøster. Han beskriver det selv som en kernefamilie, og han tænkte aldrig over, at hans mor allerede dengang drak for meget:

- Når jeg tænker tilbage i dag, kan jeg godt huske situationer, hvor hun har ligget og sovet og der stod en flaske rødvin på bordet, der var tom. Men jeg har aldrig følt, at det var slemt.

Efter skilsmissen blev søsteren og Nicklas boende hos deres mor, men hendes misbrug tog til. Og da hun kort tid efter fandt en kæreste og flyttede sammen med ham, flyttede børnene hjem til deres far. Hver anden weekend var Nicklas hos sin mor.

- Jeg husker det ikke, som om at vi lavede så meget sammen. Omdrejningspunktet var, at de voksne sad og drak sammen med vennerne. Enten hjemme hos min mors kæreste eller hos hans bror. Jeg oplevede det ikke selv, men jeg ved, at min mor også fik tæsk af sin kæreste, og det endte med, at hun flyttede hjem til sin egen mor.

I en periode gik det okay, og da hun mødte sin nye kæreste, syntes Nicklas, at han virkede flink. Men det viste sig hurtigt, at han også drak og havde voldelige tendenser.

Efter oplevelsen i Sønderjylland havde Nicklas ikke så meget kontakt med sin mor. Hun meldte afbud til hans konfirmation. På sms gav hun udtryk for, at han var en dårlig søn. Da de så hinanden for første gang i lang tid ved Nicklas' mormors begravelse, havde moren sin kæreste med, og i et anfald af raseri skubbede Nicklas til kæresten.

- På det tidspunkt følte jeg bare, at det var ham, der havde ødelagt det hele for os, siger han.

STOLEDE IKKE PÅ NOGEN

Først da Nicklas var 20 år, besluttede han sig for at mødes med sin mor igen.

- Da vi mødes, kan jeg nærmest ikke kende hende. Altså, jeg kan godt se, at det er hende, men det er, som om gløden er forsvundet fra hendes øjne. Hun ser enormt medtaget ud af sit misbrug og det liv, hun har ført. Hun græder, men jeg kan slet ikke føle noget. Jeg er kommet for at få nogle svar, men jeg ender med al mulig udenomssnak. Det er et lidt mislykket møde, men et møde, som gør, at jeg føler mig mere afklaret med, at jeg faktisk ikke rigtig har brug for hende i mit liv, fortæller Nicklas, der siden kun har talt med sin mor over telefonen.

Som 24-årig opsøgte Nicklas den nyåbnede afdeling af TUBA i Slagelse, efter at en ven fra studiet fortalte ham om organisationen.

- Jeg var meget opsat på at ikke at give for meget af mig selv i den første samtale. Jeg stolede jo ikke på nogen. Jeg var helt sammenbidt og mega-nervøs, men mit hjerte galopperede derudaf. Jeg vidste godt, hvad det var, jeg åbnede op for.

Forløbet i TUBA har gjort Nicklas meget mere tilpas i sig selv og meget mindre vred. Og så er han begyndt at dele sin egen historie ved skoleoplæg og foredrag.

- Jeg står frem med min historie, fordi jeg har en vision om at inspirere andre og vise dem, at det kan lykkes at komme videre. Jeg føler, at mine ord taler for dem, som ikke har nogen stemme i det her, som ikke tør stå frem, smiler han.

HVOR LÆNGE SKAL VI VENTE?



AF ALEX KASTRUP NIELSEN, FAGLIG LEDER I TUBA

“ Jo længere tid
samfundet venter
med at tilbyde hjælp
til disse unge, jo
større bliver
konsekvenserne
og omkostningerne

Tidlig opsporing og en tidlig indsats i forhold til børn i familier med misbrug er vigtig og nødvendig. Det er alle enige i. Det kniber mere med at forstå og prioritere den tidlige SENFØLGEINDSATS.

Men den er mindst lige så vigtig – af flere grunde. Dels får mange tusinde børn aldrig del i den tidlige opsporing. De fleste familier formår at skjule et misbrug i udvikling gennem mange år for omgivelserne – mens børnene lever i det og lider under det. Dels har mange unge, der har været en del af en tidlig indsats, stadig senfølger efter deres forældres misbrug, når de bliver unge voksne – uanset om de har været anbragt, været i familiebehandling eller indsatsen har været udført på anden vis. Stabilitet, tryghed og omsorg under forældrenes vinger har manglet på grund af misbruget, og det har sat sine spor i børnene.

Hvor længe skal vi vente med at tilbyde hjælp til unge fra misbrugsfamilier? Til de bliver ensomme og isolerede, fordi de er vant til at klare sig selv uden hjælp og uden inddragelse af og fortrolighed med andre mennesker? Til det bliver tydeligt, at de på grund af deres problemer ikke magter at gå i gang med en uddannelse eller dropper ud af den? Til de på grund af lavt selvværd, angst og depressionssymptomer må søge hjælp hos lægen og kommer på medicin? Til de ender med at blive så belastede af deres problemer, at de lander i psykiatrien? Eller til de ender op med selv at udvikle et misbrug, fordi rusmidler er den eneste vej, de ser som farbar for at opnå lindring for deres psykiske og sociale smerte?

Jo længere tid samfundet venter med at tilbyde en effektiv og tilstrækkelig hjælp til disse unge, jo større og jo mere smertelige bliver konsekvenserne og omkostningerne, menneskeligt og samfundsøkonomisk. Og i TUBA ved vi af erfaring, at de unge kan hjælpes tidligere, så deres senfølger ikke får de nævnte konsekvenser.

OG HVAD ER TILSTRÆKKELIG HJÆLP TIL UNGE FRA MISBRUGSRAMTE FAMILIER SÅ?

TUBA har i mange år dokumenteret, at forskellen på de belastninger, unge oplever, når de begynder et forløb i TUBA, til de slutter, er meget stor. Det gælder i forhold til trivsel, selvværd, angst, depressive symptomer, evnen til at magte uddannelse osv. Der er meget stor sandsynlighed for, at den store positive forandring, de rapporterer og oplever er faciliteret af hjælpen i TUBA.

Med hjælp fra fire store fonde – TrygFonden, Novo Nordisk Fonden, Det Obelske Familiefond og Lundbeckfonden – og i samarbejde med Børneforskningscentret ved Aarhus Universitet gennemfører TUBA de næste 2,5 år et stort videnskabeligt forskningsprojekt, der vil vise den faktiske effekt af TUBAs hjælp til unge, der er børn af misbrugere. 360 unge vil deltage i projektet, der påbegyndes i 2019 og forventes afsluttet i løbet af 2021.

Vi forventer, at projektet slår fast, at TUBAs hjælp har en stort effekt for langt de fleste af de unge, der modtager hjælp hos os. Og dermed videnskabeligt beviser, at en tidlig senfølgeindsats på alle måder betaler sig.

KORT NY

KREATIV OG POPULÆR SOMMERHØJSKOLE

For andet år i træk kunne unge, der er i gang med et forløb i TUBA eller står på venteliste, deltage i TUBA Sommerhøjskole – en uges kreativt frirum i sommerferien, hvor dygtige undervisere står klar til at udfordre dem i fag som teater, skrivning, parkour og maling. I år deltog 60 unge, og det var endnu en gang en stor succes.

Det siger deltagerne:

Jeg er 27 og jeg har ikke hygget mig så meget siden jeg var på spejderlejr som 14-årig. Jeg er evig taknemmelig for den her oplevelse

Det har været et super berigende og lærerigt ophold, som jeg ville ønske alle med denne eller lignende baggrund kunne få lov til at opleve.

Jeg vil ikke hjem! (tak for en uforglemmelig og uundværlig uge)





NYE AFDELINGER

En af TUBAs kerneværdier er at være der, hvor de unge er, så de ikke skal rejse langt efter hjælp. I 2018 åbnede TUBA nye afdelinger i Ærø og Odsherred, og i begge afdelinger har man oplevet stor tilstrømning af unge siden åbningen. Begge steder har der desuden været fokus på at udbrede kendskabet til TUBA og til de udfordringer, det kan give at vokse op i en familie med misbrug, på uddannelsesinstitutioner og blandt fagpersonale.

Fra januar kan vi også tilbyde terapi til unge i Fredericia og Lyngby-Taarbæk kommuner. Det betyder, at TUBA i alt har 31 afdelinger – indtil videre ...

STORT FORSKNINGSPROJEKT SKAL KORTLÆGGE EFFEKT

TUBA har i mange år arbejdet med at dokumentere effekten af vores arbejde, og i de kommende år tager vi endnu et stort skridt i den retning. Et banebrydende forskningsprojekt skal undersøge effekten af TUBAs terapeutiske arbejde. Fra 2019 og 2,5 år frem måles trivsel og belastningssymptomer hos en gruppe unge, der får terapi af TUBA, sammenholdt med en kontrolgruppe, der står på venteliste til terapeutisk behandling. Vi er stolte af at være med til at gå nye veje på dette område, og vi glæder os til at se resultaterne.

Projektet er støttet af Trygfonden, Lundbeckfonden, Det Obelske Familiefond og Novo Nordisk Fonden.

FLERE FRIVILLIGE

Med hjælp fra Den A.P. Møllerske Støttefond har vi styrket vores arbejde med frivillige, og der er nu flere end 150 dygtige frivillige i TUBA. En del arbejder desuden i vores online rådgivning som enten chat- eller brevkasserådgivere, og enkelte hjælper med praktiske ting som for eksempel afvikling af arrangementer, kaffebrygning og hygge.

MONA WINTHER KROGH

frivillig terapeut

Jeg er frivillig i TUBA, fordi ... det gør mig glad og taknemmelig. - Glad fordi jeg ser lyset og håbet i de unges øjne, når de går ud af døren efter vores time sammen, og fordi jeg er en del af en organisation, der gør en kæmpe forskel i vores samfund.

Taknemmelig fordi jeg får lov til at bruge og udvikle mine evner som psykoterapeut, under kyndig vejledning af min supervisor og med input fra mine tre fantastiske frivillige kolleger. Jeg bobler over indeni af glæde, når jeg går hjem fra TUBA hver tirsdag aften.

ANNIE RASMUSSEN

frivillig chatrådgiver

Jeg er frivillig i TUBA, fordi ... alle unge og børn af misbrugere skal kunne få hjælp, når de har behov for det. Jeg har selv fået hjælp i TUBA for 10 år siden, og det har gjort en positiv forskel for mig og mit liv.



KENDTE BRYDER TABUER

Mange unge oplever stadig, at det er forbundet med tabu at vokse op med forældre, der har et misbrug. Det arbejder vi benhårdt på at ændre i TUBA. En effektiv måde at gøre det mindre tabubelagt at være fra en familie med misbrug er, når kendte ansigter står frem med deres personlige historie og viser, at alkoholmisbrug kan ramme alle typer af familier og at det er muligt at få et godt voksenliv, selv om man har en svær barndom. I 2018 holdt Lotus Turèll – datter af Dan Turèll – fem foredrag i fem forskellige byer i samarbejde med TUBA. Desuden var TUBA også en del af to foredrag med sangerinde Pernille Rosendahl og hendes søster, filminstruktør Christina Rosendahl arrangeret af One Decision.



KURSER TIL FAGPERSONER

Mere end 20 års arbejde med unge fra familier med misbrug har givet TUBA en unik indsigt i de problematikker, unge fra familier med misbrug, oplever og hvordan man arbejder effektivt med dem. Den viden vil vi gerne dele med andre. Derfor tilbyder TUBA kurser og undervisning til fag- og frontpersonale. I 2018 har vi blandt andre undervist lægehuse og socialfagligt personale, ligesom vi har afholdt to åbne kurser med stor succes og høj deltagertilfredshed. I det nye år fortsættes og intensiveres arbejdet med at klæde lærere, socialpædagoger, terapeuter, sagsbehandlere og mange flere bedre på til arbejdet med sårbare unge.



3 HURTIGE

TIL BESTYRELSESFORMAND JENS ERIK RASMUSSEN

1

Hvordan vil du beskrive den udvikling, du har set i TUBA i 2018?

I 2018 har vi haft store økonomiske udfordringer i forbindelse med, at de offentlige tilskud var større i de foregående år end i indeværende og næste år. Der var umiddelbart udsigt til besparelser og endda opsigelser. Men det er lykkedes at opnå betydelige supplerende bevillinger fra forskellige fonde, så at vi lykkeligvis ikke skal skære ned, men kan udvide. Udviklingen har dermed kunnet fortsætte i retning af stadig flere behandlingspladser.

2

Hvad forventer du dig af det kommende forskningsprojekt?

TUBA har helt fra begyndelsen, synes vi, haft et unikt koncept sat sammen specielt til netop denne målgruppe: Unge som er vokset op i hjem med misbrug. Vi har gennem årene arbejdet meget målbevidst med at sikre et højt fagligt niveau, herunder at møde og tage imod de unge netop "der, hvor de er".

Det er meget glædeligt og en stor anerkendelse af TUBAs arbejde, at vi har fået bevillinger fra store anerkendte fonde, som vil støtte den faglige udvikling i TUBA. Samtidig med at vi er overbeviste om – og de unge fortæller os det – at TUBA er til stor hjælp i retning af at opnå et bedre liv, så ser vi frem til resultatet af dette store forskningsprojekt, som vi tror på et videnskabeligt grundlag vil kunne dokumentere virkningen af indsatsen.

3

Hvad har bestyrelsen fokus på i det kommende år?

Ud over at have fokus på dokumentationen af TUBAs arbejde vil vi arbejde på at sikre stadig flere midler – og oprette enheder, der hvor de fortsat mangler – så at vi kan hjælpe endnu flere af dem, som venter på hjælp. Vi har gennem en årrække haft en stadig vækst i form af flere enheder ud over landet og et stigende antal pladser, men alt for mange unge venter stadig på hjælp!

TUBAs bestyrelse:

- Jens Erik Rasmussen (formand), tidl. generalsekretær i Blå Kors Danmark
- Charlotte Dyremose, debattør, foredragsholder, tidligere MF
- Rene Skau Björnsson, direktør, tidligere MF
- Steen Skovsgaard, biskop emeritus
- Christian Bjerre (næstformand), generalsekretær i Blå Kors Danmark
- Leif Kristiansen, pastor emeritus



TrygFonden



**novo
nordisk
fonden**

Den A. P. Møllerske Støttefond



**DET
OBELSKE
FAMILIEFOND**

VELUX FONDEN



AUGUSTINUS FONDEN

STIFTET 25. MARTS 1942

Købmand af Aalborg Vagn Larsen
og Hustrus Fond
Ludvigsen og Hustrus Legat
Børge Nielsen og Max Wonsylds Fond
Jascha Fonden
Lemvig-Müller Fonden
Aase og Ejnar Danielsens Fond
17. juli Fonden
2ndC
Bangsbostrand Kirkekasse
Danmission - Viby Genbrug
DSC-LGI, Den Smagløse Café, Odense
FOA, Sønderborg
Genbrugsbutikken Højby
Howden Axial Fan ApS
Inner Wheel, Nykøbing Sj.
Inner Wheel, Hirtshals
Inner Wheel Silkeborg
Faxen Inner Wheel
Blokhus Inner Wheel Klub
GF Nord, Frederikshavn
Spar Nord Fonden
Hobro Efterskole
Nørnbæk Efterskole
Soroptimisterne Viborg
Soroptimisterne Hjørring
Soroptimistklubben, Næstved
Silkeborg Soroptimistklub
Lions Club Als
Lions Club Limfjord
Lions Club, Århus-Viby
Lions Club Nysted
Lions Club Lunderskov-Vamdrup
Lions Club Sophie Kilde, Haderslev
Lions Club Frederikshavn
Lions Club Hobro
Lions Club Holbæk

TAK

**HENRIK SØRENSEN
PHOTOGRAPHY**

mynewsdesk™

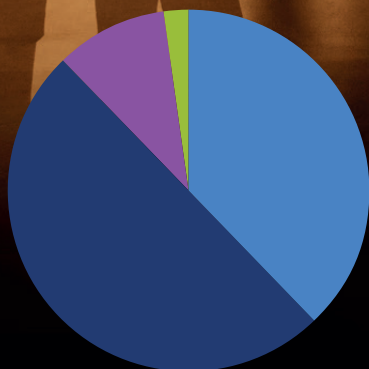
APV ✓ KVIK

FIRST AGENDA

Lions Dagmars Kilde
Lions Club Hadsund
Lions Brønderslev Brunhilde
Lions Club Ølgod
Lions Club Middelfart
Lions Club Korsør
Lions Club Grenå, Olivia
Lions Club Hals
Århus Y's Men's Club Sirius
Randers Y's Men's Club
Horsens Y's Men's Clubs Hjælpefond
Odder Y's Men's Club
Odin Y's Men's Club, Odense
Skjern Å Y's Men's Club
Sydthy Y's Men's Club
Sæby Y's Men's Club
Vinderup Y's Men's Club
Aalborg Y's Men's Club
Kronjyllands Y's Men's Club
Y's Men's Club Haslev
Y's Men's Club Silkeborg
Sindal-Bindslev Y's Men's Club
Fredensborg Rotary Klub
Drgl. Rotary Klub
Juelsminde Rotary Klub
Seafood Sales ApS
Sct. Mortens Kirke, Næstved
Tolne- Mosbjerg Menighedsråd
Søsterlogen Nr. 68, Tarm
Broderloge nr. 37 - Odd Fellow
LogoRosen 49
Budolfi Provsti
Aalborg Kommune, uddeling af overskud
fra butik GPS'en
Viborg Domkirke, Domcafeen
Holstebro Sogns Menighedspleje
Roblon Fonden

*Og alle de private, der har støttet os via MobilePay, Odendo Aps,
Maecen.com og indsamlinger på Facebook.*

Fonde, virksomheder, klubber og privatpersoner støtter hvert år TUBAs arbejde for børn og unge, der er vokset op i familier med misbrug. Med jeres hjælp når vi ud til endnu flere unge. Vi - og de unge - siger mange TAK for støtten.



HER KOMMER PENGENE FRA

- 38 % Kommuner
- 50 % Staten
- 10 % Fonde og donationer
- 2 % Indtægtsgivende virksomhed

SÅDAN BLIVER PENGENE BRUGT

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

OM TUBA

TUBA tilbyder hjælp, rådgivning og terapi til unge mellem 14 og 35 år, der er vokset op i hjem med alkohol- eller stofmisbrug. Samtidig arbejder vi for at sætte fokus på det at vokse op i en familie med misbrug og for, at unge fra familier med misbrug får samme rettigheder til behandling som deres misbrugende forældre.

TUBA er en selvstændig organisation ejet af Blå Kors Danmark.



TERAPI

Unge mellem 14 og 35 år fra familier med misbrug tilbydes gratis terapi individuelt eller i grupper. TUBA tilbyder også terapi over Skype, hvor man kan få et individuelt terapiforløb via videoopkald med en terapeut.

Mennesker over 35 år kan deltage i TUBAs terapi og rådgivning mod en mindre egenbetaling.

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 familier med misbrug kan få 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.

KURSER OG KONFERENCE

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

TUBA tilbyder supervision til fagpersoner, der arbejder med børn af alkohol- eller stofmisbrugere. Hvert år holder TUBA en konference for fagpersoner, der arbejder med unge, der har udfordringer i livet. Her er der mulighed for at stifte bekendtskab med den nyeste forskning på området og netværke med kolleger fra hele landet.

SKOLEOPLÆG

TUBA tager gerne ud i skoleklasser og fortæller om TUBA og livet i en familie med misbrug. Vi inviterer oftest en ung med, der har gået i TUBA.



KØBENHAVN

Vesterbrogade 69, 1. tv
1620 København V

LYNGBY-TAARBÆK

Vesterbrogade 69, 1. tv
1620 København V

MARIAGERFJORD

Adelgade 4, 2. sal
9500 Hobro

NÆSTVED

Jernbanegade 9, 2. sal
4700 Næstved

ODENSE

Kongensgade 31A, 1. og 2. th.
5000 Odense

ODSHERRED

Vesterlyngvej 8
4500 Odsherred

RINGSTED

Lindevej 2, 2. sal
4200 Slagelse

SLAGELSE

Lindevej 2, 2. sal
4200 Slagelse

STEVNS

Egestræde 14
4660 Store Heddinge

SVENDBORG

Kloster Plads 11, 1. sal
5700 Svendborg

SØNDERBORG

Perlegade 44, 1.
6400 Sønderborg

VIBORG

Sct. Mathias Gade 38, 2. sal
8800 Viborg

VORDINGBORG

Valdemarsgade 54
4760 Vordingborg

ÆRØ

Markgade 1,
5960 Marstal

TUBA DANMARK

Vesterbrogade 69, 3. tv,
1620 København V

AABENRAA

Ramsherred 31A, 1.
6200 Aabenraa

AALBORG

Møllegade 8, 1. tv
9000 Aalborg

AARHUS

Frederiksgade 75E, 1. sal
8000 Aarhus C

BORNHOLM

Snellemark 51, 2.
3700 Rønne

FAVRSKOV

Herredsvej 22
8382 Hinnerup

FREDERICIA

Dronningensgade 97
7000 Fredericia

FREDERIKSBERG

Vesterbrogade 69, 1. tv
1620 København V

FREDERIKSHAVN

Danmarksgade 16, 1
9900 Frederikshavn

HADERSLEV

Nørregade 38E 1.sal
6100 Haderslev

HELSINGØR

Lundegade 17b
3000 Helsingør

HILLERØD

Slotsgade 34, 1. sal
3400 Hillerød

HJØRRING

Brinck Seidelinsgade 12A
9800 Hjørring

HOLBÆK

Smedelundsgade 22 G, 1. sal
4300 Holbæk

HOLSTEBRO

Nørregade 32, 1.
7500 Holstebro

HVIDOVRE

Hvidovrevej 137
2650 Hvidovre

KALUNDBORG

Østre Havnevej 12, 1. sal
4400 Kalundborg

KOLDING

Ny Vestergade 3, 3.
6000 Kolding



TUBA DANMARK

WWW.TUBA.DK

WWW.FACEBOOK.COM/TUBADANMARK

WWW.TWITTER.COM/TUBADANMARK