

# Fra misbruger til mentor

*”Når man har brugt ti år på at gøre sig selv syg, har man brug for tid til at blive rask igen”*

**Simen havde taget stoffer i ti år, da han begyndte på Jegersberg Gård som staldarbejder. Han startede med frygt for heste og abstinenser i kroppen. Nu er det hans tur til at vejlede andre til et rusmiddelfrit liv.**

Pernille Primholdt  
pernip15@student.uia.no

På en regnvejrsmandag møder jeg Simen. Iklædt regntøj fra top til tå er Simen godt i gang med dagens gøremål, og der er mange af, når man arbejder i en stald.

Jeg står på Jegersberg Gård, mere præcis i deres hestestald, hvor jeg har søgt ly for regnen. Men denne grå og kolde mandag trodser ikke Simens smil, ej heller hans arbejdslyst. Han viser mig vej til et skur indrettet med sofaer og en radiator.

Simen fortæller mig om sin arbejdsdag, som starter kl. syv om morgenen, hvor staldens heste må fodres før Simen, og de øvrige beboere, selv får morgenmad. Derefter er det hurtigt op og i gang igen, for hestene må ud på folden, og det er Simens ansvar, at deres behov er set til, før han ser til sit eget.

**At tilsidesætte eget behov** er ikke noget Simen altid har mestret. Fra Simen var 20 år gammel, bestod hans behov af diverse rusmidler og alkohol. Simen var ung, alene, og levede et anderledes liv, end det liv han har fået på Jegersberg Gård. ”Det er lettere at træffe dårlige beslutninger, når man er alene” fortæller Simen. En sætning mange kan nikke genkendende til i andre

situationer end Simens, eller i en situation helt lignende. På Jegersberg Gård deler beboerne Simens erfaring, da de alle bor på gården for et fælles ønske om at slippe rusmidler, og opbygge kompetencer til at leve et samfundstilpasset liv.

**Som beboer på gården** har man egen bolig, egne regninger, og et job man må stå op til hver morgen. Alt foregår på gårdens grund, hvor hundehuse, hestestald, hønsehus og dertilhørende dyr må passes. Arbejdet med dyr betyder meget for Simen, og ansvaret for et levende væsen er et positivt led i terapien. Selvom han kom til gården uden erfaring med heste, og egentlig ønskede den optagede plads som ansvarlig for hundene, er han blevet glad for den daglige gang i stalden. Hvad der først startede som fodring og luftning af hes-



Simen tager sin hest Sunny ind fra folden, efter mange timer ude i regnen. Sunny er en af 32 beboere i Jegersberg Stall, som Jegersberg Gård ejer. Foto: Pernille Primholdt

tene, gik over til en interesse for ridesporten og at have hest selv.

”Jeg har egen hest på gården, som også har et job. Der er tre piger der kommer ugentligt og hygger med ham, så han tjener selv til føden” siger Simen med et grin.

Det var en frygt der måtte overkommes, da Simen først begyndte til ridetimer. Det var ikke alene en opbygning af tillid til det store dyr, men også en opbygning af selvtillid, noget Simen havde mistet i hans 10 år som rusmiddelsafhængig.

**Fra Simen var 26 år**, havde han forsøgt sig i behandling for sin afhængighed, men uden held. Da han kom til Jegersberg Gård, som tilbyder længerevarende beboelse og job, begyndte der dog at ske ændringer for Simen. Han fik tildelt

## Fakta

- Jegersberg Gård Rehabiliterings- og Kompetansesenter åbnede i 2013
- Gårdshuset blev bygget i året 1814, og er en af Kristiansands gamle herregårde
- Beboerne på gården står selv for renhold, madlavning, istandsættelse og dyrepas
- Før man kan flytte ind, må man have været rusmiddelfri i nok tid til, at man kan aflevere en ren prøve
- Der bor 32 heste, 10 hunde, 5 ænder, en gås og et par høner på gården

en mentor, der er en del af de fire virkningsfulde elementer Jegersberg Gård har sat op, der satte en stopper for ensomheden. Mentoren, som er en person, der selv har haft erfaring med tidligere rusmiddelsafhængighed, var der til at deltage i et fællesskab om daglige gøremål, og støtte den nye beboer i at finde sig til rette i de nye omgivelser. Det er en vigtig faktor på en god start, at man ikke er alene og i risiko for at træffe dårlige valg; et tilbagefald på rusmidler har konsekvenser på Jegersberg Gård, som indebærer, at man må flytte derfra igen.

**På nuværende tidspunkt** har Simen boet på gården i næsten to år, hvilket har givet ham mulighed for selv at påtage sig titlen som mentor. En titel han får brug for, når der til næste år åbnes en ny bygning, med plads til 18 nye beboere på Jegersberg Gård. Årene Simen har boet på gården, har været til positivt udnytte. Han er blevet vant til de tidligere arbejdsmorgener, de faste spisetider, og en månedlig husleje samt andre udgifter. Det har været udfordrende, men også givende, og i dag ser Simen ikke sig selv bruge rusmidler igen.



I køkkenet er den daglig madlavning igang. Der laves mad af beboerne selv, til de øvrige beboere og de ansatte.  
Foto: Pernille Primholdt



Gåsen Dolly og de fem ænder går frit rundt på hestefoldene. Store Dolly skal snart lægge æg.  
Foto: Pernille Primholdt

forskellige aktiviteter sammen”, beskriver Simen om fællesskabet mellem beboerne. Et fællesskab, hvor man hjælper hinanden i dagligdagen, og støtter hinanden gennem både svære og gode tider.

**Der er en lugt af læder og mudder** omkring os, da vi går fra skuret og mod gårdsbygningen. Her bliver vi budt på kaffe af Ingelill, som er den fagansvarlige på stedet. Da vi sidder i stuen, og Ingelill forbereder en informationsfilm om gården, ser jeg et tydeligt eksempel på det fællesskab Simen har fortalt mig om. Det skabes nemlig ikke kun af beboerne imellem, men også de ansatte. Forholdet mellem Simen og Ingelill minder mig om en kollega-relation, hvilket billederne på filmen skriver under på; ansatte og beboere side om side i arbejde, i middagsstunde og i fritiden. Efter filmen fortæller Ingelill omkring dyrene på Jegersberg Gård, som er en vigtig faktor for mange af dem, der søger sig ind på gården. Vi får en snak omkring hvad dyr kan betyde for folk, som er ensomme eller usikre, og at dyr bestemt har en positiv effekt på rehabiliteringen.

”Når man har brugt ti år på at gøre sig selv syg, har man brug for tid til at blive rask igen” udtaler Simen omkring sin tid på Jegersberg Gård, og på gården er der netop den tid til beboerne. Man kan bo på gården så længe man vil, til man føler man mestrer alle de tiltrængte kompetencer der er nyttige, for at fortsætte de gode rutiner uden for gården også. For Simen har tiden på Jegersberg Gård betydet, at han i dag ønsker et arbejde indenfor helsefaget. Simen har stået op klokken syv hver dag i snart to år, hvilket han ikke klager det mindste på. Ifølge ham selv er arbejdet nemlig en af de vigtigste elementer i terapien. Det, og så fællesskabet der er på gården.

”Det er som en familie her – alle står op hver morgen og passer deres ansvarsområde, vi spiser fælles middag sammen, og i fritiden gør vi

**Jeg går fra Jegersberg Gård**, og tænker på Simen som fortsætter sit arbejde i regnstormen, mere glad og tilpas end nogensinde før. Det er et beundringsværdigt mod og styrke, som beboerne på gården har. Efter at høre Simens historie om sine oplevelser før og efter han kom til gården, giver det mening, hvordan arbejde og fællesskab kan være en vej ud af en fortid man ønsker at slippe. Jegersberg Gård er et flot eksempel på et sted, som giver mulighed for dette, hvor beboere, ansatte og dyr arbejder sammen om at gøre hver dag på gården bedre. Hvor end lang tid det måtte tage. Vejen dertil er, på Jegersberg Gård, nemlig lige så vigtig som målet om at blive rusmiddelsfri.