

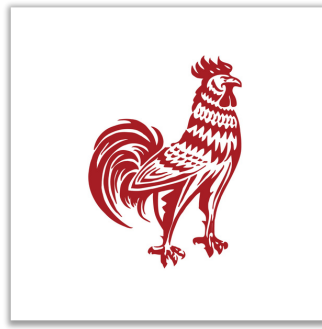


GALLO HUSETS

ÅRSBERETNING

2023





ÅRSBERETNING 2023

Det er altid en svær proces at koge et helt års erfaringer og begivenheder ned til en meningsfuld beretning - og sikre et år 2023 blev. Gallo Huset startede 2023 med at ansætte en projektleder på deltid og yderligere to fleksmedarbejdere, hvilket har været et kæmpe bidrag til huset, vores mange aktiviteter og projekter.

Fornyelse, frivillighed og fællesskab er de tre ord, som bedst beskriver den proces, som Gallo Huset har været igennem og det arbejde, vi har lavet. Gallo Huset står og består som en demokratisk arbejdsplads, hvor der skabes rum og mulighed for psykisk recovery for sårbare voksne.

Gennem handling kan der skabes forandring. Gallo Husets tro på, at arbejde, fællesskab, kultur og frivillighed kan skabe forandring og håb for mennesker, der lider af psykisk sygdom, har aldrig været stærkere.

Med de mange nedskæringer og den økonomiske usikkerhed, der fulgte i kølvandet af budgetforhandlingerne i 2023, er Gallo Huset taknemmelig for tiltroen til det arbejde, vi laver og den støtte, vi stadig modtager fra kommunen og fra de private fonde, som har været med til at støtte op om vores arbejdsmarkedsprojekt. Arbejdet har aldrig været mere vedkommende og vigtigt for et utal af mennesker, som lever med psykisk sygdom, hvor mulighederne for at deltage i meningsgivende aktiviteter og komme i arbejde er begrænsede.

Der har i 2023 været stor tilvækst i henvendelserne til os fra de kommunale aktører på jobområdet, hvilket viser det store behov for praktikpladser til mennesker med psykisk sårbarhed og skånebehov.

Det bekræfter vores erfaring, at der stadig er en stor mangel på arbejdspladser, der kan rumme og skabe trygge miljøer for mennesker med psykisk sårbarhed. Vi er stolte af at kunne bidrage til vores medmennesker, som er i en recovery-proces og har brug for at starte op i arbejdslivet igen på nedsat tid, i et roligt tempo og med skånebehov.

En personlig beretning

Mødet med Gallo Huset blev vejen til en større drøm.

"I 2021 blev jeg ramt af en depression, hverdagen smuldrede væk og jeg kom på sygedagpenge.

Som et led i at komme ovenpå tog jeg en frivillig stilling som barista i kaffebaren, hvor jeg time for time, dag for dag, måned for måned fandt mit fodfæste. Sideløbende skrev jeg dagbog og med støtte fra Gallo Huset og kollegaer fik jeg i 2023 udgivet min debutdigtsamling – min store drøm.

I efteråret 2023 afholdt jeg reception i Gallo Huset med dertilhørende performanceoplæsning af to omgange - besøgt af mere end 60 personer.

I dag er jeg velfungerende, stadig frivillig i huset, og kommer når tiden passer med studie. Senest læste jeg op til julefrokosten 2023."

Frederik Krogh Sørensen, 29 år

Fokus og forventninger 2023

Fornyelse - én af de vigtige opgaver, som Gallo Huset har, er at formidle viden om psykiatri og socialpsykiatri til borgerne i Aarhus. Vi har på 1. sal et informationsbibliotek, som vores medarbejder Nil valgte at kaste sin tid og kærlighed over, hvilket har resulteret i, at der blev ryddet godt op, sorteret og organiseret, så der i dag er et bibliotek med aktuelle tilbud og viden til rådighed.

Der er åbent i biblioteket alle dage i husets åbningstid, og der er mulighed for rådgivning, hvis det er nødvendigt. Vi fik en del donationer fra flere forlag, blandt andet Gyldendal, Hans Reitzel, og forfatteren Peter Øvig, der donerede sine to selvbiografiske bøger 'Min mor var besat' og 'Jeg er hvad jeg husker', hvilket vi er meget taknemmelige for.

Fornyelsen har også været, at vi er blevet mere aktive i forhold til at formidle vores aktivitetstilbud og få flere aktiviteter i huset, da vi har ansat en medarbejder med ansvar for vores kanaler på sociale medier. Vi startede nogle kreative værksteder op, men måtte erkende, at der var utrolig mange tilbud på den front, og der ikke var deltagere nok.

I stedet satte vi et samarbejde i gang med Gallo Gartneriet, som har resulteret i, at de nu laver syværksted i huset i vintermånederne sammen med deres medarbejdere og sælger deres fine produkter i gartneriets bod på Rolighedsvej. I 2023 har vi haft fast NADA tilbud i huset, udover vores faste yogahold, læsegruppe, gågruppe og strikkehold.

Fornyelsen er også kendetegnet ved, at vi har fået flere nye medarbejdere i løntilskudsjob - det man kaldte skånejob før i tiden. Hvilket alt sammen bidrager til, at der er et levende og aktivt miljø i huset til hverdag.

- unG Mestring - vores arbejdsmarkedsprojekt - med støtte fra Oak Foundation Denmark har vi kunne ansætte en fast projektleder og to medarbejdere i fleksjob til at være tovholdere på arbejdsmarkedsprojektet. Lasse, vores projektleder, startede i marts 2023 og vi fulgte op med Anna og Lilje, som blev ansat i fleksjob fra april.
- Debat - 2023 blev også det år, hvor vi sagde farvel til vores faste fleksmedarbejder Astrid Bro, som har stået for både debat- og kulturarrangementerne. Astrid har været ansat i Gallo Huset i 7 år, hvor hun startede langsomt ud med få timer, til at komme op på 10 timer om ugen. Nu var tiden endelig kommet til en rejse ud af fleksjobsystemet og finde en ny vej med videreuddannelse og udsigterne til et mere selvstændigt liv. Debatarrangementerne har været overtaget af Lilje, Nil og vores virksomhedspraktikant Jakob. De har sammen planlagt og banet vejen for en masse rigtig spændende og gode arrangementer i løbet af 2023, hvor vi kan se en stor tilstrømning og interesse i vores debataftener med mange udsolgte arrangementer.
- Kultur - Anna Ransby, vores fleksmedarbejder, forelskede sig hurtigt i Gallo Kultur-projektet og med hendes baggrund som pædagog og interesse for kreative sysler har hun taget teten og fortsat kulturarbejdet. Det har resulteret i, at vi 2-3 gange om måneden kan tilbyde kuraterede kulturarrangementer for psykisk sårbare og med støtte fra Ole Rømer Fonden kan vi fortsætte vores kulturtilbud ind i 2024. Der har været en stor opbakning især fra kulturinstitutionerne, som gerne vil være med til at skabe plads og rum for, at psykisk sårbare voksne kan deltage i flere kulturarrangementer.

Frivillighed

Mange organisationer taler om problematikken med at engagerer frivillige. Det er heldigvis ikke noget vi oplever hos os i Gallo Huset, faktisk er det modsat, vi får rigtig mange henvendelser. Det er altid en balance med frivilligheden når man arbejder med psykisk sårbare, for én af de vigtigste ting er, at der er stabilitet og genkendelighed i hverdagen og det er også med de mennesker man møder.

De frivillige arbejder oftest med at være værter for forskellige aktiviteter og tilbud som vi har i huset, en del af de frivillige har erfaring med psykisk sårbarhed, eller er selv psykisk sårbare.

Fællesskab

Fællesskab er én af de ting, som er rigtig svære at måle, men man ved, hvad det er, når man står i det. Fællesskab er et hovedfokus i udviklingen af Gallo Huset, og det har det altid været. Vi er et arbejdsfællesskab, vi er arbejdsfæller, og vi går op i, at der er en gensidig forpligtelse mellem os, der bidrager til, at vi kan trives i vores hverdag i huset. Vi har hver vores roller og opgaver, men når der er brug for det, så deler vi opgaverne, hjælper hinanden og der er ikke langt fra tanke til handling.

Fællesskab opstår hånd-i-hånd med trivsel og erfaringen af at være en del af noget større og meningsfuldt. Jo bedre vi trives i vores hverdag sammen, hvor der er plads til det faglige og det personlige, jo mere kan vi være os selv.

Det er i spændingsfeltet mellem arbejde og det personlige, at der skabes plads til friheden i relationerne, og så opstår der et naturligt fællesskab, fordi vi gør en masse gode ting sammen. Det har især været tydeligt i arbejdsprojektet, hvor det praktiske arbejde og det sociale konstant krydser i en skøn vekselvirkning, og der opstår helt naturligt en følelse af ejerskab og fællesskab i arbejdet med kaffevognen Ruby.

Handling skaber forvandling! Citat: *Frit stjålet fra øgadernes beboerhus.*



Planer og forventninger 2024

Stabil drift og videreudvikling ved at eksperimentere praktisk med arbejdsmarkedsprojektet.

Der skal være plads til at eksperimentere, når vi arbejder med mennesker, der er socialt udsatte og sårbare. Fordi vi arbejder med det, man i fagtermer kalder vilde problemer, skal vi kunne tænke vilde tanker, hvor der er plads til at drømme og eksperimentere. Det er nærmest blevet et samfundsmantra, at vi skal bevise det vi laver” virker”, det skal dokumenteres og det skal helst ikke koste mere end det gavner; der skal være evidens.

Gallo Huset er en socialøkonomisk virksomhed, og det er ordet ‘social’, man skal hæfte sig ved, ikke ‘økonomisk’. Det økonomiske aspekt er et supplement til det arbejde, vi laver - ikke et mål i sig selv. Det økonomiske element giver os muligheden, for at bruge de midler vi tjener til at understøtte den samfundsopgave, som vi løser, men det må ikke stå i vejen for den omsorg, nærvær og tid, det tager at arbejde med mennesker, der er socialt udsatte og psykisk sårbare. Det økonomiske må ikke blive et mål i sig selv, for det vil stjæle vores fokus og dræne energien, derfor er Gallo Huset afhængige af, at både kommunen og fondene er med til at støtte og tro på det arbejde vi udfører, hvilket vi er taknemmelige for at de gør.

Som civilsamfundsaktør skal vi værne om vores mulighed for at prøve ting af og fastholde, at det vi laver, med de mennesker vi arbejder med, skal foregå uden at vi stiller dem store modkrav. Vi skal og er nødsaget til at skabe bredere succesparametre for, hvordan vores arbejde og projekter lykkes og for hvad resultaterne og virkningerne er.

De succesparametre skal skabes og italesættes af dem, som projektet/tilbuddet er til for. Det er kernen i empowerment-begrebet, at dem vi arbejder med får mulighed for at bruge deres egen stemme i deres liv og deres udvikling.

Alt for ofte er de mennesker vi møder i vores arbejde blevet vænnet til at være tavse eller i tvivl om, om de overhovedet må sige, hvad de ønsker for sig selv - det skal vi fortsat være med til at forandre. Arbejdet i sig selv fordrer, at vi er gensidigt forpligtet på hinanden, og det kan skabe stærke bånd og relationer, der styrkes gennem alt det, vi gør sammen. På den måde skaber vi grobund for tryghed og forandring.

Håbet her og nu

"Der skal være tid og plads til både det medmenneskelige og det faglige, der skal være tid til kontakten og andre udfoldelsesmuligheder, uden at der stilles et krav om ændringer. Det er vigtigt, at det ikke handler om effektivitet, men om muligheden for forandring og trivsel. Håbet ligger i nærværet og relationerne mellem mennesker." (Bogen: Udsat for evidens. s. 69)

Frivillighed og vores arbejde drives ofte af ønsket om noget bedre for én selv og andre. Der skal være plads til håb for forandring og store drømme. Det har vi heldigvis mulighed for at understøtte her i Gallo Huset, blandt andet gennem vores arbejdsmarkedsprojekt og med de mange aktiviteter, som husets frivillige og ansatte bidrager med.

Når vi arbejder med sociale projekter og med mennesker på den måde, som vi gør, er det på baggrund af mange års erfaring og fortsat i den ånd og tro, som grundlæggeren Johannes Nielsen havde at:

"Alle disse aktiviteter blev og bliver i høj grad styret og drevet af brugerne selv, de psykisk sårbare. Johannes troede på folk. Han havde positive forventninger til sine medmennesker og fik derved folk til at tro på sig selv. Tro på, at de kunne drive et galleri, skrive bøger, male billeder, dyrke grøntsager og meget andet." (mindeord om Johannes Nielsen)

Vores planer for 2024 er, at vi fortsætter det gode arbejde med unG Mestring - arbejdsmarkedsprojektet, og sikrer en stabil drift af Gallo Huset. Vi forventer at have flere kørsler og skabe flere begivenheder omkring kaffevognen Ruby.

Vi kan også se en stigning af henvendelser fra unge mennesker, som ønsker at få virksomhedspraktik eller være med som frivillige for at få arbejds erfaring. Det understøtter vi fuldt ud i den kapacitet, som vi kan rumme.

+50

Ruby har været på farten lige godt 50 gange
i løbet af 2023



Vi har sat gang i flere samarbejder med andre civilorganisationer, blandt andet Fundamentet, FO, og Dokk1 som arbejder med mange af de samme emner og har fokus på de målgrupper, vi henvender os til, hvilket er til gavn for alle parter. Vi kan både mærke og se, at det vi gør virker, hvilket I vil kunne læse mere om i de følgende sider.

Esther Maria Brakl

Leder af Gallo Huset 2023

Arbejdspladsvurdering 2023 -APV

I foråret 2023 blev der udført en arbejdspladsvurdering i Gallo Huset. Der blev nedsat en lille arbejdsgruppe bestående af Vinnie, Astrid og Vibeke, som til en start udarbejdede relevante spørgsmål til medarbejderne. Vibeke udarbejdede det endelige spørgeskema. Der kom 15 besvarelser, og der var mulighed for at uddybe sin besvarelse anonymt på to-mands-hånd med Vibeke.

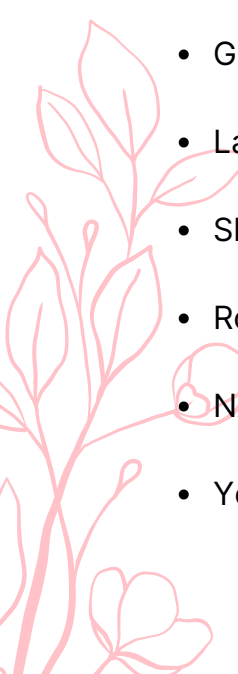
Herefter udarbejdede Vibeke en rapport, som blev gennemgået med medarbejderne på et personalemøde lige inden sommerferien, herunder de punkter, hvor der skulle udarbejdes en handlingsplan. Esther og Vibeke gennemgik punkterne og udarbejdede en handlingsplan i august. Rapporten viste, at der var god trivsel i Gallo Huset, og det er vi rigtig glade for.

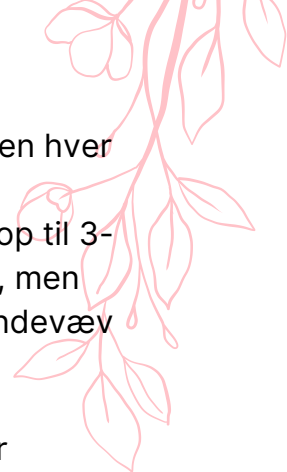
Statistik

- Udover den daglige leder var der ansat 13 mennesker i løntilskudsordning, 4 fleksmedarbejdere, 1 projektleder og 5 personer i virksomhedspraktik, hvoraf 4 er afsluttet i 2023.
- Der har igen i år været rigtig mange gode frivillige og vi får løbende forespørgsler. Der var 10 faste frivillige tilknyttet huset i 2023, samt mange frivillige som har bidraget i kortere perioder.
- Der har været ca. 360 deltagere til vores debatarrangementer.
- Vi har været værter for 17 kulturbegivenheder for psykisk sårbare med i alt 150 deltagere
- Vi har afholdt 4 foredrag for skoler: IBC Kolding, Learnmark Horsens, Aarhus Katedralskole og Diakonhøjskolen

- 
- Vi har haft koncert og release med sangerinden Natasja Liv
 - Der har været 9 udstillere i Gallo Huset, som har bidraget med deres kunst og historier
 - Vi har givet 4 rundvisninger til organisationer, som er interesseret i vores arbejde
 - Vi har lånt lokaler ud til Gallo Gartneriet, LAP Aarhus, KFUK, Plexus, Arbejdsgruppen for udviklingen af nye retningslinjer i psykiatrien.
 - Vi har været heldige, at flere studerende fra forskellige uddannelser har haft mod på at lave flere projekter i Gallo Huset. Et af dem var en radiofeature om, hvorfor arbejde er vigtigt for mennesker med psykiske udfordringer, lavet af studerende fra Journalisthøjskolen. Den kan høres på vores hjemmeside:
 - [Gallo Husets hjemmeside](#)
 - Vi har afholdt følgende begivenheder:
 - Kreativ Rum v. Rikke Larsen
 - Sy sammen - kreativ sy-workshop for begynder
 - 2 gange Fællesspisning
 - Barista-kursus for medarbejdere og frivillige
 - Sommerfest på Tværs - "Gallo Træf"
 - Store Badedag - årets personaledag
 - Personaletur til Skagen - tak til Jascha Fonden og Aarhus Kommune

Faste Aktiviteter i Gallo Huset

- 
- Strikkenørklegruppe hver tirsdag
 - Gågruppe hver tirsdag
 - Læsegruppe med læseforeningen hver onsdag
 - Skriveworkshop hver onsdag
 - Rollespil, små forløb om torsdagen
 - NADA den første mandag hver måned
 - Yoga om torsdagen



"Jeg hedder Marie Louise og jeg arbejder frivilligt i Gallo Huset en gang i ugen hver torsdag formiddag, hvor jeg underviser i en times yin yoga. Yin yoga er en beroligende og meditativ praksis, hvor vi ligger i forskellige yoga stillinger i op til 3-5 minutter ad gangen. Det er en praksis, som både gavner den fysiske krop, men også nervesystemet, da vi er inde og arbejde med at stimulere kroppens bindevæv i et langsomt og roligt tempo.

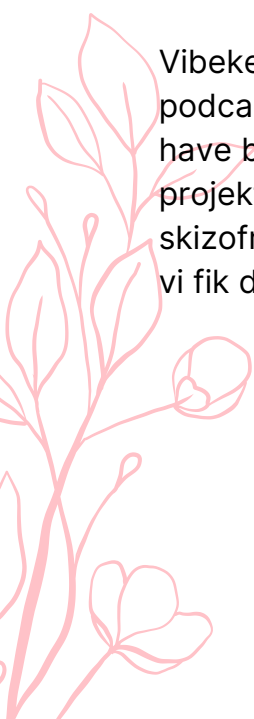
Som person er jeg drevet af at gøre en forskel for andre med roen som omdrejningspunkt og derfor er jeg glad for at kunne tilbyde denne time hver torsdag til dem, der går på holdet. Holdet består af 4 kvinder, hvilket er en passende størrelse for det rum, vi er i og den plads som yin yoga nu engang kræver, da vi bl.a. også anvender redskaber som puder, blokke, tæpper m.m. Kvinderne har løbende indikeret, at timen hver uge enten giver en følelse af ro, en god fornemmelse eller har oplevet, at det har løsnet op for spændinger forskellige steder i kroppen."

Venlig Hilsen
Marie Louise

Podcast og frivillighed

Specialpsykolog Vibeke Bliksted, der er medlem af bestyrelsen, valgte at arbejde som frivillig i Gallo Huset to dage om ugen fra 1. marts indtil 1. september, hvor hun startede på nyt arbejde i Lokalpsykiatrien i Odense. Vibeke hjalp Sidsel med lidt praktiske ting om morgenen og hjalp til med at lave suppen om mandagen.

Herudover fik Vibeke hjælp fra Esther og hendes kontakter til at lave en podcast, 'Helt Ualmindelig Almindelig', der har fokus på at fortælle om det hele unikke menneske bag en psykisk sårbarhed. Flere medarbejdere fra Gallo Huset har indtil nu fortalt deres livshistorie i podcasten, og Vibeke har endvidere interviewet podcast-gæster rundt om på Sjælland.



Vibeke laver fortsat afsnit til podcasten, og hun har fået tilbagemeldinger om, at podcasten bl.a. bliver brugt til undervisning af somatiske sygeplejersker, der skal have bedre viden om psykisk sygdom. Vi forsøgte også at få etableret et podcast projekt sammen med ANTV og OPUS (klinik for unge med nydiagnosticeret skizofreni), hvor interesserede kunne lære at producere deres egen podcast. Men vi fik desværre ikke fondsmidler til dette.

Gallo Kultur



I 2023 lykkedes det os at etablere Gallo Kultur, som en del af Gallo Husets aktiviteter.

Vi er "øvebane" for mange mennesker med psykisk sårbarhed, som gennem vores arrangementer har fået nye spændende kulturoplevelser i Aarhus. Det har for flere betydet, at de har fået mod på selv eller med bekendte at opsøge nye kulturoplevelser på egen hånd. Flere har fået et frirum fra personlige udfordringer, og alle har vi følt os som en del af et fællesskab, hvilket er en grundpille i Gallo Kulturs arbejde.

Citat fra deltager:

"Det betyder rigtigt meget for mig at være med i Gallo Kultur. Der kan jeg slappe af med nogle søde mennesker, og skal ikke yde og bidrage med noget hele tiden.

I Gallo Kultur kommer man som man er, med det man er, og med henblik på at få en god oplevelse i fællesskab, og der er ikke mange fastsatte regler om, hvordan man skal agere, hvilket har givet mange deltagere ro i maven og en følelse af ikke at være "på".

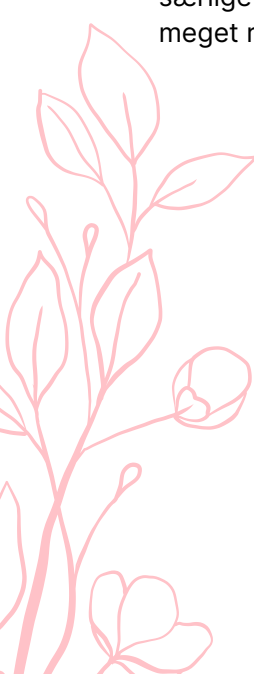
Citat fra deltager:

"Jeg har stor respekt for jeres måde at tackle deltagerne på. Det giver en i øjenhøjde- og ligeværdig oplevelse"

Gallo Kultur har i 2023 været støttet af Kosa midler, men det er også lykkedes os at etablere gode vedblivende relationer på kulturinstitutionerne, som har givet os økonomiske fordele, men også sparring, introduktioner og en følelse af at være velkomne. Det sidste nok det sværeste at måle, men stadig noget af det mest betydningsfulde for deltagerne ved Gallo kultur."

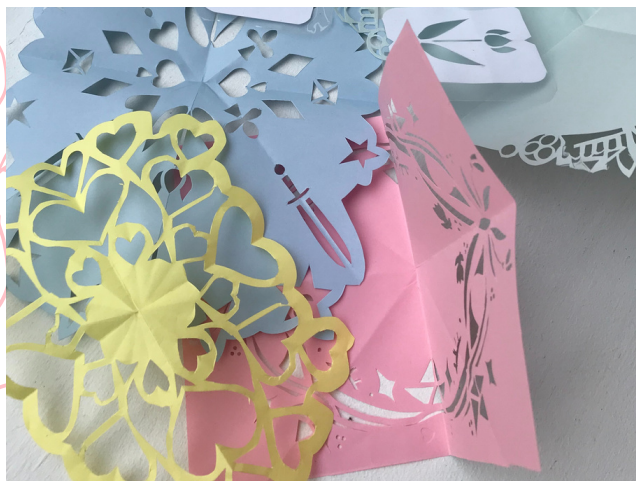
Citat fra en kulturguide:

"Vi havde en fantastisk aften i biografen i går. Mange af vores deltagere, er vant til at føle sig lidt på siden af samfundet, de føler tit at være i vejen eller ikke rigtig velkomne pga. deres særlige behov, så da jeg fortalte du havde booket billetter til os og tilmed givet rabat, blev flere meget rørte over imødekommenheden - Tak, for at jeg kunne give den oplevelse videre"



Oversigt over kulturaktiviteter

Dato	Aktivitet	Antal personer
11.5	Lydmor - Koncert	6
24.5	Smykbar - Kunsthåndværk	8
7.6	Aros Museum	11
21.6	Historisk sejlads	12
15.8	Strik i Domkirkens bådhus – Anna er den	8
22.8	Broderi i Domkirkens bådhus - Moonfeather	10
1.9	Haven - Katapult	10
6.9	Martin Kanstrup -Musikalsk comedy show	6
21.9	Natten på Aarhus teater	9
4.10	Who killed Bambi og Lydmor	7
12.10	Madeleine's Paris Film i Øst for Paradis	9
2.11	Musikduellen	9
9.11	Kajsa Vala - Koncert	7
23.11	Broderi i Gallo	10
27.11	Den gamle byl. Rundvisning 13.15	10
5.12	kransebinding	10
14.12	Julefeber på Aarhus Teater	8



Formidlingskurset "Din Historie"

I september afholdt Gallo Huset og underviser Lena Møller formidlingskurset "Din Historie"- et kursus i at formidle egne erfaringer og budskaber på en nærværende måde. Dette er nogle af de evalueringer vi fik fra de 10 deltagere:

"Jeg ville gerne arbejde med at kunne sætte ord på min egen historie. At forsøge at skabe et nyt narrativ, om hvad en virkelig svær periode i mit liv har bidraget med på godt og ondt."

"Jeg vil gerne kunne bruge mine erfaringer til fx at skabe forandring i behandling eller til at generere viden indenfor bestemte områder."

"... måske at kunne være med til at bryde med de tabuer, der er forbundet med sindslidelser. Men først og fremmest at kunne bryde med min egen selvstigmatisering - og arbejde med en accept af at livet nogle gange byder på udfordringer, der kræver, at vi tager imod andres hjælp."

"Jeg tog viden og praktisk know how med mig, i forhold til at sætte oplæg sammen til forskellige målgrupper. Og en erfaring med at bringe mig selv og min historie i spil foran andre."

"Jeg oplevede kurset som meget professionelt og trygt. Gallo huset skabte en rar og omsorgsfuld setting som gjorde at jeg følte mig tryk."

"Jeg endte med at dele en bid af min livshistorie. Det blev en meget positiv erfaring, fordi de andre var så gode til at give mig ros. "Det betød meget for mig, at de ville lytte til hvad jeg har oplevet i mit liv."



Gallo Debat

I Gallo Husets debatgruppe har vi i 2023 arrangeret og afviklet i alt 13 arrangementer med i alt 382 gæster. 12 af arrangementerne har handlet om alt fra psykiatri, medicin udtrapning, forskellige psykiske lidelser til musikterapi, selvbillede og identitet. Derudover har vi afviklet "Filosofisk julekoncert" i UngK-kirken med Gary Snider i december måned. Debatgruppens arbejde har været et samarbejde mellem tidligere medarbejdere Astrid og Nil og vores ansatte i fleksjob, Lilje.

"Jeg er utrolig glad for mit arbejde. Det er mit første job, hvor jeg kan bruge min sundhedsmæssige baggrund og egne levede erfaringer på en bæredygtig langsigtet måde. Mit job i debatgruppen i Gallo Huset giver mig faglig udfordring, meningsfuldt fællesskab med ligesindede og en struktur i min hverdag, som jeg særligt har brug for, da jeg har udfordringer relateret til ADHD og autisme."

Lilje, 32 år.

Det har i debatgruppen været vores målsætning, at de enkelte foredrag både har været af fagprofessionelle, der har kunne dele viden fra deres arbejde med psykiatri og psykisk sygdom, men også personlige foredrag, hvor foredragsholderen har fortalt om sit personlige forløb med psykisk sygdom, egne levede erfaringer og deres kontakt med psykiatrien. Derfor har foredragsholderne været alt fra peer-arbejdere, forskere og psykologer til pædagogiske konsulenter og personlige beretninger.

Dette har været en målsætning for at skabe et bredt udvalg af foredrag og dermed få viden fra flere perspektiver, for på den måde at nuancere debatten og vidensdelingen. Denne målsætning synes vi at have levet op til, og vi vil ligeledes i fremtiden stræbe efter dette, da vi vurderer, at det har fungeret rigtig godt.

Generelt har kvaliteten af debataftenerne ligget meget højt, og vi har været meget tilfredse både med foredragsholderne og ligeledes tilslutningen af gæster, som også har været gode til at stille spørgsmål og "skabe debat". Der har overordnet set været stor efterspørgsel fra vores gæster og til de arrangementer med flest gæster, har vi haft mulighed for at låne UngK-kirken, såfremt temaet passede ind i deres værdier.

Vi har afviklet følgende Debatarrangementer:

Gallo Huset

FOREDRAG – OG DEBAT PROGRAM 2023



9. februar
"Stemmehøring"
Mike Ilm Krüger
Stemmehørerfacilitator og
Peer-arbejder
Antal gæster: 16



19. april
"Psykiatri"
Jonas Ditlevsen
Psykolog
Antal gæster: 32



2. maj
"Mit liv med aspergers"
Rasmus Bach Wolthers
og Ken Harpsøe
Pædagogisk konsulent
Antal gæster: 19



16. maj
"Traumer"
Anne Agerbo
Psykolog
Antal gæster: 38



1. juni
"Depression, angst og selvbillede"
Jonathan Smed
Psykolog
Antal gæster: 22



8. juni
"På den anden side af psykiatrien"
Sidsel Høgenhaug Jakobsen
Ingeniør og foredragsholder
Antal gæster: 37



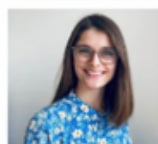
8. august
"Sind Medicin Rådgivning"
Karina Bundsgård
Rådgivningskonsulent
Antal gæster: 11



12. september
"Psykisk sygdom og identitet"
Dorte Thomsen
Psykolog
Antal gæster: 27



26. september
"Musik terapi"
Mia Stengaard
Cand. mag. Musikterapi
Antal gæster: 13



10. oktober
"Tankemylder"
Sofie Mundbjerg
Psykolog
Antal gæster: 32



2. november
"På kanten af ADHD"
Jens Brejnrod
Speciallærer
Antal gæster: 65



7. november
"Spiseforstyrrelser"
Loa Clausen
Professor i psykologi
Antal gæster: 32



13 december
"Filosofisk julekoncert"
Gary Snider
Musiker
Antal gæster: 38



Fotoworkshop og samarbejde med Upstream Stories



Upstream stories lavede et foto og fortællingsforløb målrettet psykisk sårbare, der fandt sted i Gallo Huset i efteråret 2023.

Øjebliksbilleder af psykisk sygdom - et projekt støttet af VelLiv Foreningen
På et foto-og tekstbaseret forløb skabte Line og Dorte fra Upstream Stories et trykt og fælles frirum, hvor mennesker, der lever med psykisk sygdom, kunne udforske, bearbejde og dele nye og helende narrativer om dem selv som individer.

De færdige foto - og tekstbøger blev uddelt til et arrangement med UngK og i Gallo Kaffebær kan gæster nu tage gratis eksemplarer med hjem. Den røde tråd i værkerne er mental sundhed og læseren bliver præsenteret for forskellige emner såsom ADD, kæledyr og poetisk samfundskritik.

Kontorgruppen

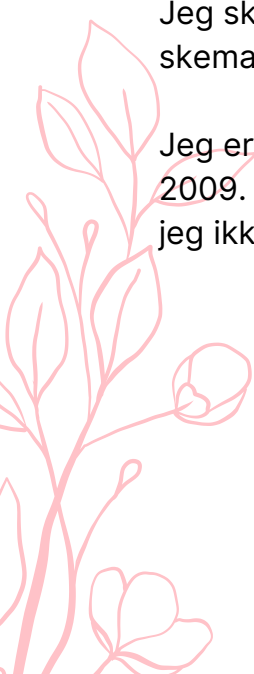
Der er ikke sket de store ændringer i kontorgruppen. Jeg kunne faktisk godt bare lave en copy paste, fordi jeg synes, at det er det samme, jeg skriver til årsberetningen hvert år.

Hans Henrik står stadigvæk for økologi-regnskabet, så vi kan leve op til vores sølvmærke.

Louise står for alt, der har med bogholderiet at gøre. Det har hun gjort i mere end 25 år. Anne står for hjemmeside, Facebook og opsætning af årsberetning. Vi har for nylig ansat Robert, som står for vores sociale medier.

Jeg, Heidi, står for netbank, betaling af regninger, betalingsservice og sender faktura for foredrag og kaffevognsbestillinger. Jeg laver selv refusion, men når der skal laves løn til Gallo Husets egne medarbejdere, får jeg stadig hjælp af Esther. Jeg skriver også bilag ud til bogholderi mappen, står for ferie og tjenestetids-skemaer.

Jeg er generelt ret glad for mine opgaver, som jeg har stået for siden december 2009. Langsomt har jeg fået mere at se til, men det er jeg kun glad for. Hader, når jeg ikke kan få tiden til at gå.



Ruby og vores arbejdsmarkedsprojekt unG Mestring og meningsfuldt fællesskab

Jeg, Lasse, startede 1. marts 2023 og min første arbejdsdag var på Aalborg Universitet. Gallos lille røde kaffevogn var parkeret midt i en studiemesse, og vi langede ca. 300 kopper kaffe over tuktuk-disken. Så var jeg ligesom i gang!

Holdet bag Ruby

Siden da har jeg arbejdet med at få Ruby ud på landevejene og få et hold af unge mennesker med ombord på kaffevognen. Vi har i 2023 haft Ruby med til alverdens events i alle hjørner i Aarhus og vi har bygget et stærkt hold op af unge mennesker, der er blevet lært op som kaffevognsbaristaer.

Vi har haft mange med i årets løb og cirka ti unge mennesker har været fast tilknyttede til projektet, og de vil nu kunne holde Ruby åben på egen hånd.

Det har været opløftende at se de unge mennesker tage opgaven på sig, blive dygtige til kaffebrygning, kundekontakt og til at servere Gallos gode værdier sammen med kaffen.

Som regel bliver vores forsøg på latte art en form for abstrakt kunst i mælkeskum, og sådan skal det være i arbejdet med Ruby; plads til at fejle, lære af hinanden og prøve sig selv af i noget helt nyt.

17

Ture på VIA University College - Rubys mest
besøgte sted i 2023



gallo  huset

Et arbejde med mening

Holdet har bestået af unge mennesker, der står uden for job og uddannelse, et par virksomhedspraktikanter og frivillige. Det sociale har fyldt meget, og vi oplever, at alle byder ind med noget, som vi kan spejle os i - på den måde er der både plads til at gribe hinanden med en god snak og til at anerkende hinanden, når vi får udført et godt stykke arbejde. En deltager beskriver det sådan:

“Jeg oplevede, at man kunne stole på hinanden og at vi så de gode ting i hinandens evner og væremåde”. Fra en anden deltager lyder det: “Jeg tror, jeg er kommet gladere hjem fra en Ruby-vagt på alle de vagter, jeg har haft, da jeg mener det er meningsfuldt arbejde, og hvis man ikke snakker med glade kunder, har man altid en kollega at snakke med”.

For mig at se har det også været meningsfuldt arbejde for os alle og jeg glæder mig til at få Ruby ud med flere nye baristaer i 2024. I år fokuserer vi på at lære mere om kaffe og deltage i foredrag og workshops sammen, så deltagerne får endnu mere med, når de har været en del af Ruby-holdet.

Projektet er altså i konstant udvikling og heldigvis kan vi allerede se, at arbejdet bærer frugt - én deltager beskriver udbyttet således: “Jeg er sikker på, at Ruby-vognen - med alt hvad det indebærer - har været med til at give mig mere mod på livet i mødet med så mange søde og imødekommende mennesker”, Frivillig på Ruby-holdet, 21 år.

En personlig beretning:

“Jeg har været frivillig hos Gallo siden April 2023, selvom det slet ikke føles som så længe! Jeg har hovedsageligt været med ude med kaffevognen Ruby og stået i kaffebaren. Det er blevet en utrolig vigtig del af min uge, at jeg kommer afsted og får nogle gode snakke med mine kollegaer, selv på dage hvor jeg først føler, at jeg slet ikke har overskud til at tage af sted.

Det er et roligt, hyggeligt sted, hvor der altid er plads til, at jeg kan tage en pause eller sige til folk, hvis der er noget ved jobbet, som er svært. Det er helt afgørende for mig, at der er plads til det.

Desuden har jeg følt mig utroligt godt modtaget, og jeg ser altid frem til lige at kunne hilse på folk, når de kommer nedenunder efter en kop kaffe. Min frivillige indsats hos Gallo har virkelig været med til, at jeg har fået noget af den tabte selvtilid tilbage i forhold til min rolle på arbejdsmarkedet, og min egen opfattelse af min kunnen. Det er super fedt.” Frivillig, ung mand på 31 år

Gallo Kaffebær

Kaffebaren er Gallo Husets arbejdsplads for skånedarbejdere, og kaffebaren er husets ansigt ud ad til og et socialt samlingspunkt for mange forskellige mennesker. Vi har åbent i hverdagene i dagtimerne og er rigtig glad for at kunne tilbyde mennesker på førtidspension et arbejde, som giver mening for dem, øger deres livskvalitet og bidrager til husets drift og stemning.

Kaffebaren har øget sin indkomst de seneste 2 år, men er stadig et supplement til driften og ikke bærende, for når vi skal drive en kaffebær med skånehensyn, må der også være en realistisk erkendelse af, at det også giver begrænsninger for den økonomiske indtægt.

Med flere initiativer, mad i kaffebaren og flere begivenheder i huset, øger vi kapaciteten lige så stille, samtidigt med at flere bliver bekendt med vores kaffebær og støtter vores arbejde. Det er vi kun glade for.

En personlig beretning:

“Det er fantastisk at have arbejde i Gallo Kaffebær, for det giver mig glæde og energi. Jeg er også glad for kundekontakten, og jeg har også gode kolleger, som jeg nyder at snakke med.

Om mandagen sælger vi suppe, og tirsdag er der gåtur og strikke-nørkle gruppe. Det er for alle, der har lyst til at gå en tur i deres eget tempo i ca. en time, og for alle, der har lyst til at strikke-nørkle. Bagefter gåturen vender de tilbage for at få en kop kaffe eller te. Der er også nogle hyggelige folk i strikke-nørkle-gruppen. I Gallo kaffebaren sælger vi suppe, boller, muffins, cookies, toast og grøntsagstærter med salat. Kunderne får meget for pengene, da alt er 60-90% økologisk hos os.” Vinnie, 50 år og ansat i kaffebaren

Økologi

Jeg hedder Hans Henrik Nielsen og er frivillig og bliver snart 71. Jeg er ansvarlig for økologisk regnskab her i Gallo Huset. Jeg har været i Gallo Huset siden 2006. Vi er fra 60 til 90% økologiske. Dette interval har vi overholdt i 2023, så vi har stadig sølvmærket i økologi.

Køkkenet

Det er dejligt at drive en kaffebar midt i Aarhus, især når vi har fået to kompetente kvinder, der begge er ansat i løntilskudsordningen i vores køkken. Når man har skånebehov, er det vigtigt, at det arbejde man har, er noget man både har interesse for og kan overskue.

At arbejde i køkkenet er praktisk krævende, samtidig med at det er meget kreativt, der er frihed til at prøve noget af, og det er et sted man hurtigt falder i snak, og hvor man kan mærke, der er liv. Vi kender det allesammen godt, at man altid ender i køkkenet, og det gør vi også i Gallo Huset, men der bliver samtidig lavet en masse lækker vegetarisk mad, som vi sælger i vores kaffebar til rimelige priser.

En personlig beretning: "Jeg er 54 år, og ansat i Gallo cafeen, i løntilskudsjob, med to gange tre timer om ugen. Jeg er primært i køkkenet, hvor jeg laver mad. Jobbet har givet mig mere selvværd, da Gallo er et sted, hvor man kan komme med, hvad man har af begrænsninger. Det giver mig stor arbejdsglæde." Heidie Max ansat i løntilskudsordning



Galleri Gallo

I Galleri Gallo er vi meget glade for, at vi kan have kontor i Gallo Huset. Det er hyggeligt med mennesker omkring sig og rent praktisk, at vi har så kort til galleriet. Der er en god stemning i huset og vi har nydt at være på udflugt til Skagen og sidst til Overtakmuseet.

Galleri Gallo har som sædvanligt haft 8 hold udstillere gennem året. Mest billedkunstnere, men også keramikere. Til mange af vores ferniseringer har der været liv og glade dage. Vi viste flaget ved Folkeuniversitetets "Aarhundredets Festival", hvor vi havde oplæg om psykologi og diagnoser.

Vores auktion var rimeligt besøgt, og det håber vi også, der er til marts 2024. Vi har haft små kulturelle oplæg og debatter i galleriet, men disse er ikke så velbesøgte. Mvh Jørgen og Thomas

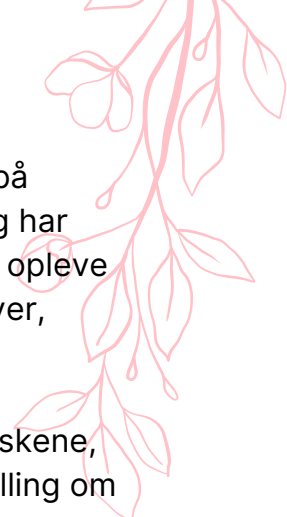
Personaletur til Skagen d. 25/8-23

Klokken 8.00 var der afgang for 22 Gallo-folk fra Marienlund, klar til at tage hul på en fantastisk dag. Der var blevet lavet en afstemning på forhånd, hvorvidt det skulle være med en overnatning eller det var ud og hjem på samme dag. Her var der størst stemning for det sidste.

Første stop var Grenen, som man jo skal have set, hvis man har været i Skagen. Det er sand og vand, men er også Danmarks slutpunkt. Det er her Skagerrak og Kattegat mødes, og det er forbundet med stor fascination. Man kunne vælge at tage Sandormen eller gå ca. 30 minutter helt ud til spidsen. Jeg valgte det første, for det var en af de dage, hvor naturen dominerede i Nordjylland, hvilket den jo tit gør i dette område af Danmark.

Frokosten skulle indtages på Pakhuset på Rødspættevej 6, og fiskefrikadellerne levede helt op til adressen, fulde af torskekød, som de var, og fiskefileterne var også pivfriske og smørstegte.

Hjemmefra havde vi bestilt alt fra fish 'n' chips og moules frites, og madoplevelsen og Galionsfigursamlingen var det hele værd.



Efter frokost delte vi os i to grupper. Man kunne vælge at tage med Esther på Skagens Museum eller spille minigolf ved Dino Golf med Astrid. Da jeg aldrig har været i Skagen før, valgte jeg selvfølgelig det første. Jeg har altid ønsket at opleve Skagensmalerne som bl.a. talte Michael og Anne Ancher, P.S. og Marie Krøyer, Holger Drachmann m.fl.

Det var en stor oplevelse at opleve resultaterne af deres skildring af menneskene, livet, naturen og ikke at forglemme lyset. Da vi var der, var der en stor udstilling om Marie Krøyer. Det er ikke sidste gang, jeg har besøgt Skagens Museum.

Derefter skulle vi have været til Den Tilsandede Kirke, men bussen kunne ikke parkere tæt ved, og det ville tage en halv time at gå derop, så det måtte vi desværre droppe. Ellers var vi aldrig kommet hjem. Efter en is ved Dino Golf kl. ca. 17.30 begyndte vi hjemturen mod Aarhus, sådan at vi var tilbage i Aarhus kl. ca. 20.30

En personlig beretning

“Jeg er 32 år og er uddannet socialrådgiver i 2018. Grundet en ADHD-diagnose, tilbagevendende depressioner og angst samt et tidligere arbejdsstraume, er det ikke muligt for mig at tage et almindeligt arbejde 37 timer i ugen. Derfor har jeg brug for at blive afklaret i form af en virksomhedspraktik, der skal afklare og dokumentere min arbejdsevne- og tid, effektive arbejdstid samt skånehensyn mht. at blive indstillet til et fleksjob på den anden side af forløbet.

Min virksomhedskonsulent og jeg faldt over Gallo Huset, som jeg fandt yderst interessant og meningsfuldt; både grundet min uddannelse, men også fordi jeg gerne vil hjælpe andre, der kæmper med psykiske lidelser. Vi henvendte os derfor til Gallo Huset med henblik på en virksomhedspraktik/afklaringsforløb, hvilket heldigvis var en mulighed, og jeg startede d. 1. maj 2023.



På det tidspunkt havde jeg været arbejdsløs i lang tid og havde senest haft en praktik, som blev afsluttet ca. et halvt år forinden. Jeg havde i den grad brug for indhold i min hverdag, og det viste sig stort set fra dag 1, at det var det rigtige sted for mig at være. Jeg oplevede lynhurtigt den tryghed mellem min leder og mine kollegaer, som jeg har brug for. Jeg blev både en del af debat-teamet og ”Ruby-teamet”.

- Debat-delen går for mig ud på at arrangere foredrag, afvikle dem og det administrative, der er knyttet til det. Foredragene afholdes med henblik på at afstigmatisere psykisk sårbarhed og udbrede information herom.

- Ruby er en kørende kaffevogn/tuk tuk, som kører ud forskellige steder og laver og sælger kaffe, hvor overskuddet går ubeskåret til Gallo Huset. Dette fandt jeg også hurtigt meget givende, da jeg som person er meget udadvendt, men de seneste år som arbejdsløs samtidig med psykisk sårbarhed havde lagt lidt en dæmper på dette.

Derfor har min tid i Gallo Huset været et perfekt sted for mig at genvinde min arbejdsselvtilid, finde mening og struktur i min hverdag med faste mødetider og noget at stå op til, og på samme tid bidrage til afklaringen af min situation.

I dag er jeg fortsat meget glad for at være en del af Gallo Huset og kan se frem til mit møde med rehabiliteringsteamet d. 6. marts, hvor jeg håber meget på at blive fleksjobberettiget.” Jakob Graven 32 år, virksomhedspraktikant.

10

Unge mennesker er blevet lært op som
Baristaer i Ruby i 2023



gallo  huset



Så blev det også jul i år i Gallo Huset

I løbet 2023 er der kommet en del nye ansigter i Gallo Huset og sørme så, om der ikke også flyttede en drillenisse ind på Heidis konto. En nisse, der ikke havde været der før, men som vi håber kommer igen til næste jul.

Julemåneden i Gallo Huset gik stærkt med dejlige julearrangementer. Vi startede med kransebinding som Gallo Kultur havde arrangeret. Der duftede af gran i hele huset, og der blev bundet på livet løs, mens julemusikken spillede i baggrunden. De fleste deltagere tog deres fine julekrans med hjem, men Lilje og Anna, som begge arbejder i Gallo Huset, valgte at lave kranse til huset.

Den ene flotte krans kom ned i cafeen og hænge og den anden fine krans fungerede som adventskrans gennem måneden med levende stearinlys. Det var et smukt syn at møde ind til, når vi mødte tidligt på arbejde. Også et juletræ med stjerne og julepynt blev det til.

Vi samledes alle sammen til en dejlig julefrokost, hvor vi blev forkælet af køkkendamernes lækre mad. Vi startede med julestue med gløgg og æbleskiver efterfulgt af en sjov og hektisk pakkeleg, først med indpakkede pakker som senere blev pakket op og spillet videre med.

Vores leder Esther var den heldige vinder af en hjemmelavet keramikkop, som hun har haft på sig lige siden.

Frederik Krogh kom forbi og læste et juleeventyr op og Esther holdt rum for en sjov og til tider udfordrende musikquiz. Det blev en rigtig hyggelig og sjov julefrokost! Vi ønskede hinanden en glædelig jul den 21. december med en hyggelig eftermiddag med julestue.

Der duftede dejligt at appelsiner og nelliker, og vi fik alle vores julegave med hjem. Hvad angår den nye nisse i huset, så kravlede den tilbage ind af sin magiske nissedør og her sover den igen til næste jul.

Det var en dejlig 2023 vi havde i Gallo Huset og vi glæder os til at fortsætte det gode arbejde i 2024.

