

## PERSONPROFIL

**Navn:** Minna

**Privat:** Minna bor med sin samlever, hun har to børn og fem børnebørn.

**Beskæftigelse:** Pensionist,  
Frivillig ambassadør i Landsforeningen Lænken.



*En dom for spritkørsel var det der sendte Minna ud af sit alkoholmisbrug, et misbrug hun nu har været ude af i snart 20 år. Her kan du læse Minnas historie.*

### Alkohollen kom snigende

For Minna eskalerede hendes alkoholforbrug stille og roligt. Hun var lige blevet 40, stod midt i en skilsmisse fra børnenes far og med et arbejde som malersvend, der var fysisk krævende, så var alkoholen et hurtigt fix til at dulme både følelser og smerter. Minna havde indtil da haft et normalt alkoholforbrug, og udadtil havde hun styr på livet. I syv år levede Minna med et overforbrug af alkohol, selvom omverdenen flere gange forsøgte at gribe ind. Minna sagde dengang: "Der var sgu ikke nogen, der skulle komme og fortælle mig, at jeg havde et problem". Det var ikke før, hun som 47 årig blev stoppet af politiet med sprit i blodet, at Minna for alvor tænkte, at det her ikke kunne fortsætte.

### Vejen ud af misbruget

Minna fik en behandlingsdom og kom på tvungen antabus i et år samtidig med, at hun blev indlagt på psykiatrisk afdeling i 4 måneder, for at blive behandlet for sin depression. Da hun kom ud, var Minna ædru og var blevet anbefalet at starte i Lænken. Lænken blev et vendepunkt for Minna, fordi hun her kunne tale med andre, der var i samme situation som hende selv, det var også her hun fandt sin mand Børge. Vejen ud af et overforbrug af alkohol er ikke altid snorelige, og undervejs har der været en del tilbagefald for Minna, men hun har altid kæmpet sig tilbage. Minnas datter er lykkelig for at have fået sin mor tilbage, og Minna selv priser sig lykkelig for, at hendes børnebørn aldrig har kendt deres mormor som alkoholafhængig.

### Giver hjælpen videre

Minna har været en del af Lænken, siden hun startede i 1998, men hun sidder nu for den anden ende af bordet som ambassadør. Minna er både en del af pr-udvalget, hun er repræsentant for kredsrådet, og så er hun Lænke ambassadør. På denne måde kan Minna hjælpe andre, ligesom Lænken hjalp hende dengang - livet viste sig fra sin værste side - og hun er slet ikke tvivl om, at arbejdet nytter, for de gode historier viser sig i Lænkens afdelinger gang på gang.

Læs de andre Lænke ambassadørers historier [her](#).