

# AKTIVT MEDSPIL PÅ ALKOHLOMRÅDET

## LANDSFORENINGEN LÆNKEN

### FÆLLESSKAB HELER

"Borgere med alkoholproblemer genvinder selvværdet og bliver aktive, når de deltager i foreningsliv og selvhjælpsgrupper"

Jens Kjer Nielsen  
vicecenterleder, Esbjerg Kommune

02

---

### NÅR HELE FAMILIEN ER MED, LYKKES DET!

"Når én person har et alkoholproblem, er der ofte en hel familie bag, som har brug for at heles"

Anette Søgaard Nielsen  
alkoholforsker, SDU

04

---

### DE FRIVILLIGES INDSATS ER SVÆR AT UNDVÆRE

"En kop kaffe eller en gåtur. Små ting måske, men frivillige i civilsamfundet spiller en afgørende rolle, når borgere, der har været i alkoholbehandling, skal lære at leve et nyt liv"

Lone Antoinette Sørensen  
centerleder, Sønderborg Kommune

08

---

# FÆLLESSKAB HELER

**Borgere med alkoholproblemer genvinder selvverdet og bliver aktive, når de deltager i foreningsliv og selvhjælpsgrupper, siger vicecenterleder Jens Kjer Nielsen.**

Første gang en borger træder over dørtærsklen til den kommunale alkoholbehandling, er han eller hun ofte et sted i livet, hvor de har mistet kontrollen over deres eget liv.

Derfor arbejder en del alkoholbehandlingscentre ud over den egentlige alkoholbehandling også med principper, der skal hjælpe borgeren til at få kontrollen tilbage og tage styring over livet. Ved at lytte og inddrage borgeren i behandlingsprocessen giver man en del af ansvaret for behandlingen tilbage til borgeren. Det er empowerment, og ifølge vicecenterleder ved Center for Misbrug og Center for Socialt Udsatte i Esbjerg Kommune Jens Kjer Nielsen er det et vigtigt redskab til at hjælpe mennesker med at blive en aktiv og ligeværdig del af samfundet igen.

**"Når vi involverer borgeren, deler vi ansvaret for behandlingen, og omvendt kan man sige, at borgeren deler ansvaret med behandleren, når han eller hun kommer i alkoholbehandlingen," siger Jens Kjer Nielsen.**

Jens Kjer Nielsen har interesseret sig for empowerment i en del år, og han mener, at der ligger et stort uudnyttet



potentiale i at arbejde med selvhjælpsgrupper som supplement til arbejdet i behandlingscentrene. Den indbyggede konflikt, der ligger i at skabe ligeværd mellem borger og behandler i et system, der gerne vil bestemme, hvad god behandling er, kommer man uden om i selvhjælpsgrupperne.

"Som ansatte i kommunen er vi samfundets og systemets repræsentanter, det kan ikke være anderledes, og derfor det er vigtigt, at vi har en ydmyghed i forhold til de borgere, vi servicerer, men i grupperne skaber

borgerne noget på deres egne præmisser. Som deltager bliver man del af et fællesskab og kan bidrage til at forme det. Man bliver del af en naturlig gruppeproces, og det er jo sådan, man tager aktivt del i samfundet," siger Jens Kjer Nielsen.

I 2014 undersøgte Jens Kjer Nielsen i en interviewundersøgelse, hvordan deltagelse i foreningslivet i Landsforeningen Lænken og i selvhjælpsgrupper hos Anonyme Alkoholikere hjælper mennesker med alkoholproblemer med spille en aktiv rolle i de-



Når ambulatorier og rådgivningscentre lukker, holder frivillige i de lokale lænkeforeninger åbent. Hver mandag og torsdag aften står døren åben og kaffemaskinen brygger, lige som weekend- og feriearrangementer også er en del af pakken.

## FAKTA: NYE VENNER OG NYE VANER – DET SOCIALE FÆLLESSKAB I LÆNKEN

I 2016 havde Lænken 22 aktive lokalforeninger med faste ugentlige åbningstider mindst to dage om ugen, samt ved særlige lejligheder i weekender og i ferier. Hertil kom tre lokale lænkerepræsentanter i kommuner, hvor der ikke er en egentlig forening, men hvor borgere kan ringe og få støtte til at gå i behandling.

**Der blev oprettet en ny forening i 2016, mens to andre er i støbeskeen til 2017.** Foreningerne fungerer som efterværn for borgere, som har været eller er i behandling for et alkoholproblem - men ligeså ofte bliver en lænkeforening det første skridt på vejen til at søge hjælp mod afhængigheden.

Alle foreninger er 100 procent brugerstyret og drives af frivillige, som enten selv har haft et alkoholproblem eller er pårørende. De frivillige, som påtager sig at være kontaktpersoner for nye medlemmer, gennemgår en række interne kurser, arrangeret af landsforeningen.

Både medlemmer og andre borgere kan deltage i fællesspisning og udflugter i lokalforeningen, samt i de landsdækkende familie- og foreningsaktiviteter, som arrangeres af landsforeningens bestyrelse. Det anslåes, at foreningerne har haft omkring 10.000 besøg i 2016. Hertil kommer kontakt til et ukendt antal borgere i forbindelse med Uge 40, sundheds- og frivilligdage m.m. rundt om i kommunerne.

**Lokalforeningerne samarbejder med den lokale alkoholbehandlingsinstitution og praktiserende læger.**

res eget liv og i samfundet, og han er ikke i tvivl. Fællesskabet hjælper.

**”Fællesskabet støtter den enkelte i, at man ikke er alene. Der er mange problemer, hvor man hurtigt kan komme til at føle sig alene og skamfuld, men det overvinder man hurtigt, når man mødes i grupper.** Har man først overvundet sig selv og sin skam, så er der meget at hente i at kunne samarbejde med andre. Man kan sammenligne erfaringer, lytte og give. Det giver mulighed, og det hører med til ligeværdighed,” siger Jens Kjer Nielsen.



# NÅR HELE FAMILIEN ER MED, LYKKES DET!

Når én person har et alkoholproblem, er der ofte en hel familie bag, som har brug for at heles.

Chancen for succes er størst, hvis helingen bliver et familieprojekt, siger forsker i alkoholbehandling Anette Søgaard Nielsen.

Alle i en familie bliver påvirket, hvis én i flokken har et alkoholproblem. Mistrivsel rammer alle, og det kan ikke undgås, at der kommer et uhenigtsmæssigt adfærdsmønster i familien, og derfor skal hele familien også inddrages, hvis problemet skal løses, siger forsker ved Syddansk Universitet Anette Søgaard Nielsen.

”Ud fra klassisk systemisk tænkning betyder det, at det ikke nødvendigvis smitter positivt af på resten af familien, hvis den drikkende forsøger at ændre sine alkoholvaner alene. Det skal ske i en eller anden grad af fællesskab, så hele familien bliver repareret og får støtte. Der er en grundlæggende logik i, at hele den sammenhæng, den drikkende befinder sig i, bliver kompromitteret af personens adfærd, og derfor giver det også mening at tage hele sammenhængen med, når personen skal i behandling,” siger Anette Søgaard Nielsen.

## BLÅ BOG

Anette Søgaard Nielsen har siden 2013 været projektdirektør og lektor ved Enheden for Klinisk Alkoholforskning, Klinisk Institut ved Syddansk Universitet. Hun er desuden formand for Alkohol & Samfund og for arbejdsgrupperne bag Sundhedsstyrelsens Nationale Kliniske Retningslinjer for behandling af alkoholafhængighed. Hun har skrevet en stribe videnskabelige artikler og flere bøger og bogkapitler om alkoholbehandling.

I alkoholbehandlingen har man siden 2009 haft systematisk fokus på familieorienteret alkoholbehandling, og i de tilfælde, hvor der er en familie inddraget, betyder tilgangen først og fremmest en mulighed for at få hele familien til at trække på samme hammel.

**”Man sikrer, at der ikke er familie-medlemmer, der utilsigtet trækker i en anden retning. F.eks. ved at være overdrevent kontrollerende eller ikke ville spille med på ændringer af rutiner i familien,” siger Anette Søgaard Nielsen.**

En stor fordel ved den helhedsorienterede og familieinddragende tilgang er ifølge Anette Søgaard Nielsen, at der kan være en stor tilfredsstillelse ved løse det problem, der typisk har plaget familien længe, i fællesskab, og hun mener, at det kan være en stor fordel at have et sted uden for

alkoholbehandlingen at øve sig på at være sammen på en ny måde. Lænkeforeningerne er en god mulighed, fordi man her er sammen med andre, der har været igennem det samme, og man kan deltage i aktiviteterne uden at skulle forklare sig.

”Behandlingssituationen bliver hurtigt et lidt kunstigt miljø, og lænkeaktiviteterne kan blive der, hvor man får trænet en ny holdbar måde at være sammen på som familie. Aktiviteter, som foregår i lænkeforeningerne er jo på mange måder et beskyttet miljø, fordi man er sammen med andre, der har været igennem det samme, men situationerne er de samme, som andre steder i livet. I skoleklasserne og fodboldklubberne derhjemme, så der kan man træne almindelige familieaktiviteter i et trygt miljø,” siger Anette Søgaard Nielsen.

Frivillige fra Lænken har siden midten af 1990'erne arrangeret ferieaktiviteter for familier med alkoholproblemer. I 2016 deltog 93 børn og voksne i sommerlejren i Videbæk.



## FAKTA: HELE FAMILIEN KOMMER MED

Alle pårørende til mennesker med alkoholproblemer er velkomne til rækken af sociale arrangementer i lænkeforeningerne, og det anslås, at omkring en tredjedel af alle, der kom i en af de 22 lokale foreninger i 2016, var pårørende. Aktiviteterne omfattede fællesspisning, udflugter og socialt samvær til højtiderne. På landsplan gennemførte Landsforeningen specielt for pårørende følgende aktiviteter i 2016:

### #01

En sommerferie-lejr for familier med deltagelse af 93 børn og voksne. Det var 22. gang, at Lænkens frivillige i Landsforeningen aktivitetsudvalg arrangerede sommerferieaktiviteter.

### #02

To behandlingsforløb for 32 voksne børn i samarbejde med behandlere fra Novavi i Glostrup og frivillige fra LUA.

### #03

Et weekend-kursus for andre pårørende end voksne børn, hvor frivillige fra Lænkens pårørende udvalg sammen med en professionel behandler åbnede for samtaler om den skyld og skam, som de pårørende ægtefæller og samlever har oplevet.

### #04

En ny selvhjælpsgruppe for pårørende blev ved årets slutning etableret i Sønderjylland af lokale frivillige.

# LØSNINGERNE DUKKER OP, NÅR TABUET BRYDES

Før andre kan få lov til at hjælpe et menneske med alkoholproblemer, og før et menneske med alkoholproblemer kan hjælpe sig selv, må man nedbryde det tabu, der er forbundet med at have et alkoholforbrug, der er ude af kontrol. Det mener psykolog Johanne Bratbo, som er leder af succesprojektet EN AF OS, der har som formål at afstigmatisere psykisk sygdom i Danmark.

Johanne Bratbo har været psykolog siden 1987. Før hun blev leder af oplysningsprojektet EN AF OS, var hun i en række år leder af Videnscenter for Socialpsykiatri og før det formand for Dansk Psykologforening.



Foto: EN AF OS

Ifølge Johanne Bratbo er en af de store udfordringer for mennesker med psykiske problemer såvel som for mennesker med alkoholproblemer, at de oplever at blive sat lig med deres problem eller diagnose.

“Alle mennesker har forskellige evner og kapaciteter. Også til at komme ud af et misbrug, hvis man griber det rigtigt an, og det er så vigtigt at fastholde, for har man først fået et stigmatiserende stempel, som giver en følelse af, at man ikke er en respekteret borger, så sker der noget. Når man mister sin personlige værdighed, får man svære re ved at tage vare på sig selv,” siger Johanne Bratbo.

**Tabuet i forbindelse med alkoholproblemer betyder, at mange venter længe, før de søger hjælp.**

“Angsten for at få et stempel betyder også, at mennesker ikke altid søger hjælp i tide. Jeg har været i behandlingssituationer, hvor unge har henvendt sig, fordi de er fortvivlede over, hvad der foregår i deres hjem, men forældrene benægter, fordi det er flovt, og derfor stritter de imod så længe som muligt,” siger Johanne Bratbo.

For hende er nøgleordet værdighed, og værdighed får man, når man bliver set som et helt, ligeværdigt menneske. Derfor arbejder EN AF OS med ambas-

sadører, der står frem og viser, at man godt kan være et helt menneske med kompetencer, selv om man har en psykisk lidelse.

For Johanne Bratbo går der lige linjer fra tabu-arbejdet og tilbage til K.K. Steincke, der som socialminister i 1933 reformerede sociallovgivningen ud fra en opfattelse af, at mennesker er bedre til at tage vare på sig selv, når de er værdige, og ambassadørarbejdet har også effekt på ambassadørerne selv.

**“Mange siger, at de har oplevet at genvinde deres værdighed gennem formidlingen af deres oplevelser og erfaringer, fordi de får handlemuligheder og er med til at gøre en forskel for andre,”** siger Johanne Bratbo.

Hun mener, at Lænkeforeningerne ved at gøre menneskene bag problemet synlige er med til at nedbryde tabuet omkring alkohol.

“Mennesker hjælpes af mennesker. Vi ved fra mennesker med psykiske lidelser, at noget af det mest afstigmatiserende er kontakten med andre, som har samme oplevelser, og er kommet videre i livet. Det giver mulighed for at få talt om, hvordan andre kom ud af det, man kan identificere sig og se sig selv i det. Der kan ligge en solidaritet og et håb i at møde nogen, der har oplevet det samme,” siger Johanne Bratbo.

# FAKTA 01:

## UNGE NEDBRYDER TABUER OM ALKOHOL I FAMILIEN

Lænkens Unge Ambassadører - LUA - blev oprettet som forening i 2016 under Landsforeningen Lænken. Det er et fællesskab for personer, der er vokset op i familier, hvor en eller begge forældre har haft et problem med alkohol. LUA's formål er at opbygge netværk, skabe dialog, nedbryde tabuer og formidle viden om følgerne af en opvækst i familier med alkoholproblemer.

I 2016 afholdt LUA 32 foredrag - for i alt 1.569 personer. Heraf var 872 fagfolk og 697 var studerende/unge/offentligt publikum.

LUA's fotoudstilling blev vist 5 gange i forbindelse med åbning af behandlingstilbuddet Ung Revers, samt to gange ved Folkemødet og på en udstilling på Ørestad Bibliotek.

I uge 40 startede foreningen på Facebook. Den bedste rækkevidde på et opslag har til nu været 15.500 nåede personer og 88 delinger. LUA har optrådt i medierne 17 gange (trykt, radio og tv).



Foto: Lars Wass

LUA's fotoudstilling kan udlånes til arbejdspladser, biblioteker, frivilligheds- og kulturhuse mm. Ring til Louise Spanning på tlf. 22736778 og hør nærmere.

# FAKTA 02:

## STIGMATISERING ER EN BARRIERE FOR BEHANDLING

I november 2016 afviklede Landsforeningen Lænken konferencen 'Stigma og myter på alkoholområdet' i Fællessalen på Christiansborg. Forskere, behandlere, politikere og frivillige fra Lænken satte fokus på de mange fordomme, der er på området, og det blev fastslået, at alkoholaafhængighed ikke er forbeholdt 'manden på bænken'. Ikke desto mindre er det ofte billedet af den forsumpede drunker, som tegnes i den offentlige debat om alkohol. Den manglende italesættelse af problemets forekomst i alle sociale lag er en af de største barrierer for at søge behandling og fastholder alle i familien i skyld og skam, blev det bl.a. konkluderet.

Konferencen blev overværet af 90 fagfolk og andre med interesse for området.



Foto: LUA

# DE FRIVILLIGES INDSATS ER SVÆR AT UNDVÆRE

En kop kaffe eller en gåtur. Små ting måske, men frivillige i civilsamfundet spiller en afgørende rolle, når borgere, der har været i alkoholbehandling, skal lære at leve et nyt liv, mener leder af Misbrugscenteret i Sønderborg Kommune Lone Antoinette Sørensen.

## FAKTA 01:

### SAMSKABELSE I SØNDERJYLLAND

Lænken og tre sønderjyske kommuner udarbejdede i 2016 et samskabelsesprojekt, som har til formål at hjælpe nogle af de mest udsatte familier i alkoholbehandlingen til en bedre overgang fra behandling til civilsamfundet. Projektet omfatter kompetenceudvikling både for frivillige i Lænken og for de professionelle i de fire kommuners alkoholbehandlinger. Hvis de nødvendige midler findes, forventes projektet påbegyndt i løbet af 2017.

”Alkoholbehandlingen udgør en brøkdelen af borgernes liv. Borgerne lever deres liv uden for vores fire vægge, og der er de frivillige en rigtig vigtig parameter. I det store spil om at få borgerne så godt på vej som muligt har den professionelle verden svært ved at undvære den frivillige verden,” siger Lone Antoinette Sørensen.

Hvor alkoholbehandlingen er en arbejdsplads med åbningstider, og forholdet mellem borgeren og behandleren er professionelt, har de frivillige en anden fleksibilitet. De kan stå til rådighed, når der er brug for dem, og kan støtte og indgå i et ligeværdigt forhold med den borger, der er ved at lægge alkoholproblemerne bag sig, og

ifølge Lone Antoinette Sørensen, er det en uvurderlig hjælp. Især i familier, der måske ikke selv har ressourcer til selv at gå ud og finde en ny omgangskreds.

”Behandlingen er afsluttet, og træningen i at leve et andet liv skal i gang, men mange har ikke modet til selv at træde ind ad døren et nyt sted. I stedet putter de sig og gør, som de hele tiden har gjort, og så er risikoen for at ryge tilbage til den gamle adfærd stor.

Der ligger en vigtig indsats i at hjælpe dem, der har svært ved at finde videre på egen hånd, og den opgave løses på mange niveauer af frivillige,” siger Lone Antoinette Sørensen.

## FAKTA 02:

### UDDANNELSE AF DE FRIVILLIGE

Kursusvirksomheden er en vigtig og omkostningstung del af Lænkens aktiviteter, fordi Peer-to-peer metoden, som er blevet anvendt i Lænken siden grundlæggelsen for mere end 60 år siden, stiller store krav til de frivillige.

I 2016 blev der derfor afholdt 10 interne kursusforløb med 163 deltagere. Kursusrækken spændte vidt: fra foreningskurser for nye medlemmer, som introducerede til Lænkens historie og idegrundlag, over kassererkurser til kurser i aktiv lytning og fredelig konfliktløsning.





Lænkens formand, Lis Isdal, og formanden for Folketingets sundhedsudvalg, Liselott Blixt (DF) ved Respekt-kampagnens åbning i januar 2016. På plakaten bagved ses Tonny Erichsen fra Hvidovre Lænken, som stillede sin egen historie til rådighed for kampagnen.

# KAMPAGNER GIVER RESPEKT OG SYNLIGHED

Årets "Respekt-kampagne" blev skudt i gang med et stort morgenarrangement på Københavns Hovedbanegård. Her kunne morgentravle rejsende – og politikere – vise respekt til de borgere, som har gjort noget ved et alkoholproblem. Alkohol & Samfund og TrygFonden var initiativtagere til kampagnen, som var landsdækkende.

Lænkens frivillige var med fra morgenstunden, og formanden for Hvidovre Lænken, Tonny, havde stillet sig til rådighed som 'blikfang' på en af kampagnens store plakater, som senere kom ud overalt i landet på reklamestandere m.v. Også tv-programmet God Morgen Danmark nød godt af Tonnys viden om alkoholproblemer og fortællingen om hans egen vej ud af afhængigheden.

Også andre steder i landet stillede Lænkens frivillige op i 2016 for at udbrede viden om alkoholproblemer og de lokale behandlingsmuligheder: i uge 40 på hospitaler og indkøbscentre, til kommunale sundheds- og frivillig arrangementer og på temamøder. Hertil kommer en lang række Åbent Hus-arrangementer i de lokale foreninger.

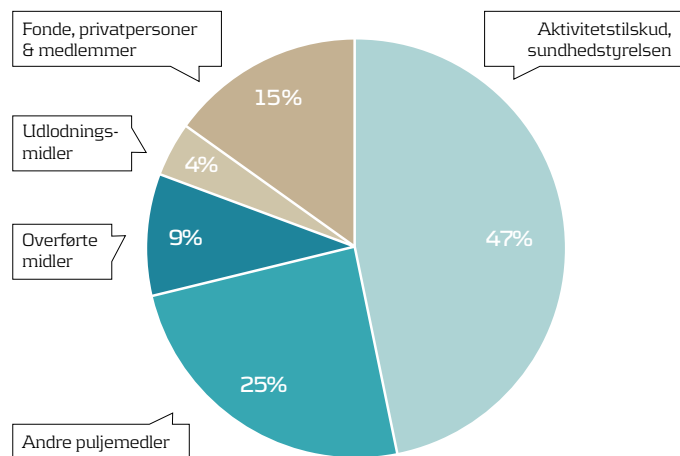


En Lænke-stand på et hospital i hovedstadsområdet i Uge 40.

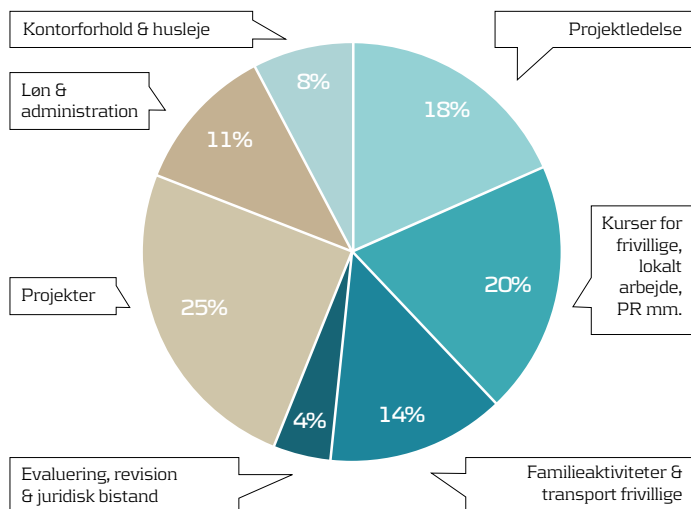
# LÆNKENS FINANSIELLE GRUNDLAG

Landsforeningen Lænken havde i 2016 samlede indtægter på kr. 4.029.655

## INDTÆGTER



## UDGIFTER



## TAK TIL:

Sundhedsstyrelsen, Sundheds- og Ældreministeriet, Socialstyrelsen, Børne- og Socialministeriet samt følgende fonde:

Augustinus Fonden  
Foreningen Østifterne

Familien Hede Nielsens Fond  
Frederik & Emma Kraghs Mindelegat  
Ole Kirks Fond  
Simon Spies Fonden

Otto og Gerda Bings Mindelegat  
Tuborgfondet  
Nordea Fonden  
Carl August og Jenny Andersens  
Fond Lemvigh-Müller Fonden  
Fonden Novavi

TAK for støtten til Landsforeningen Lænkens arbejde for at færre mennesker får problemer med alkohol, samtidig med at livskvaliteten for familier med alkoholproblemer øges.

# LÆNKENS BESTYRELSE



**Lis Isdal**  
Formand  
Hvidovre Lænken



**Kurt Nielsen**  
Næstformand  
Guderup Lænken



**Hans Henrik Christensen**  
Aabenraa Lænken



**Lise Jørgensen**  
Næstved Lænken



**René Axelsen**  
Hvidovre Lænken



**Lasse Lund Schou**  
Hvidovre Lænken/  
LUA



**Michael Stig Pedersen**  
Helsingør Lænken

## LIDT HISTORIE OM ET FÆLLESSKAB

Lænken blev oprettet i 1954 af en gruppe borgere med alkoholproblemer. Med udgangspunkt i den enkeltes ressourcer og fællesskabets støtte ønskede de at hjælpe hinanden med at fastholde beslutningen om ikke længere at lade alkoholen styre deres liv.

Fundamentet dengang som nu var tilliden til, at mennesker selv kan løse deres alkoholproblemer med støtte fra fællesskabet med ligestillede og eventuelt med professionel bistand.

Lokale lænkeforeninger blev oprettet rundt om i landet, og i en periode på ti år ansatte Landsforeningen læger, som fik ansvaret for den professionelle del af behandlingen. Dette blev afløst af et tæt, uafhængigt samarbejde og lokalefællesskab med alkoholbehandlere i Lænke-ambulatorierne (i dag Fonden Novavi) en række

steder på Sjælland. Andre steder blev der dannet foreninger, som supplerede den lokale alkoholbehandling med tilbud om nye venner og nye vaner i sociale fællesskaber.

I 1990'erne blev de pårørende inddraget i fællesskabet i erkendelse af, at et alkoholproblem ikke kun berører den drikkende.

I dag har Lænken 22 lokale foreninger med anslået 10.000 besøg pr. år i forbindelse med de faste åbningstider, udflugter, helligdagsarrangementer og familieaktiviteter.

Lænken er brugerstyret og uafhængig af partipolitiske, religiøse og erhvervs-mæssige interesser, og alle aktiviteter foregår i et alkoholfrit miljø. Der kræves ikke afholdsløfte i Lænken.

## KOLOFON

**UDGIVER**  
Landsforeningen  
Lænkens  
Årsskrift 2016

**REDAKTION**  
Lis Isdal, Hans  
Henrik Christensen,  
Lise Jørgensen og  
Kurt Nielsen

**ANSV. REDAKTØR**  
Marianne Kargaard,  
MK Formidling

**TEKST**  
Nina Bro  
Journalist

**LAY-OUT**  
Tina Nisted Ekstrøm  
Nisted Bruun Reklamebureau

# LÆNKEN SOM EN AKTIV MEDSPILLER PÅ ALKOHLOMRÅDET

Lænkens medlemmer vedtog i 2016 en ny og ambitiøs vision for Landsforeningen: at være national interesseorganisation for alle, som er berørt af alkoholproblemer.

Derfor vil Landsforeningen i de kommende år fokusere på en række strategiske indsatser:

- Et styrket samarbejde med kommunale behandlingssteder og praktiserende læger om en helhedsorienteret indsats og etablering af efterværn, hvor Lænken sociale fællesskaber er én af hjørnestenene
- En styrket indsats på oplysningsområdet, hvor Lænken frivillige i samarbejde med lokale fagprofessionelle udfører opsporende arbejde, og optræder som rollemodeller og ambassadører, der både kan nedbryde fordommene og formidle viden om en vej ud
- Et øget samarbejde med studerende og forskere om at sætte medlemmernes viden i spil gennem interne undersøgelser i Lænken lokale foreninger af peer-to-peer-metoden og de sociale netværks betydning for en vellykket alkoholbehandling
- En tilbagevendende opsamling og formidling af de erfaringer, medlemmerne har om barrierer for behandling, så flere oplever at få den rette hjælp



Landsforeningen Lænken

Drejervej 15, 5. sal, 2400 Kbh. NV / T. +45 36 77 56 56 / Email lf@laenken.dk / laenken.dk