

# AFLASTNINGSTJENESTENS ÅRSRAPPORT 2023



# Aflastningstjenestens bestyrelse

---



Bagerst fra venstre: Sekretær Dorte Skov Hansen, Esbjerg - Kasserer Christian Bendixen, Esbjerg -  
Formand Henrik Vallø, Esbjerg - Næstformand Svend Otto Jensen, Gørding

Forrest fra venstre: Koordinator Varde Marianne Kruse, Varde - Judith Petersen, Varde - Mariane Jensen,  
Varde - Marianne Rosenbæk, Esbjerg - koordinator og daglig leder Ingrid Bang, Alslev

## *Information*

Aflastningstjenesten i Esbjerg og Varde

Kirkegade 70 · 6700 Esbjerg

Ingrid Bang, Esbjerg, tlf. 23 35 52 10 - Marianne Kruse, Varde, tlf. 23 65 68 33

Bankoplysninger: Reg.nr. 9874 - kontonr. 0000791091

CVR nr. 29085927

Se endvidere vores hjemmeside

[www.aflastningstjenesten.dk](http://www.aflastningstjenesten.dk)



# Formanden har ordet

---

Af Henrik Vallø

Du kom med alt det der var dig  
og sprængte hver en spærret vej  
og hvilket forår blev det!  
Osv.....



I min indledning har jeg taget udgangspunkt i Jens Rosendals smukke digt til kærligheden.

Når jeg har valgt den indledning, så er det primært, fordi mit forår 2023 blev anderledes, da bestyrelsen i Aflastningstjenesten i enighed havde besluttet, at de gerne så mig som formand for Aflastningstjenesten.

Og det var da heller ikke særligt svært at svare Ingrid Bang, da hun tidligt på året telefonisk kontaktede mig under en ferie under lidt lunere himmelstrøg.

Jeg har som udvalgsformand for Social- og Arbejdsmarkedsudvalget i mange år fulgt Aflastningstjenesten, og var på en ”frivillig fredag” i en slags praktik i Aflastningstjenesten en formiddag for omkring 10 år siden, en rigtig spændende og indholdsrig formiddag.

Og jeg har nok siden følt, at de frivillige i Aflastningstjenesten virkelig gør en forskel, og i høj grad viser kærligheden til andre mennesker.

Jeg har stor respekt for den kæmpemæssige indsats alle frivillige i Aflastningstjenesten gør – og den respekt er bestemt ikke blevet mindre i det seneste års tid. Og det gælder både på Hospice, på plejehjemmene, Spangsbjerg, og ude i private hjem.

Det er i den grad imponerende med det nærvær, og den kærlige og menneskelige omsorg alle leverer. Jeg er stolt af at være en del af dette, og bakker det til fulde op!

Jeg er sikker på, at netop jeres engagement, og det I gør for andre – det betyder noget for rigtig mange.

Og det at være frivillig i Aflastningstjenesten og forblive at være frivillig – det er bestemt ikke noget, vi bare kan tage for givet. Den frivillige skal virkelig føle og vide, at han/hun i høj grad er med i det frivillige fællesskab og med til at gøre en forskel. Kort sagt, det er vigtigt med respekt for den frivillige, for den frivilliges tid, indsats og arbejde.

Jeg tror på, at sammenholdet er med til at drive fællesskaberne, og også at gøre det at være frivillig vanedannende!!

Som ny formand vil jeg takke alle frivillige i foreningen for den kæmpestore indsats, I har leveret i 2023.

Tak for samarbejdet til de kommuner, vi har aftaler med – tak til plejecentre, kirker, hjemmeplejen og andre foreninger. Og tak for den økonomiske og moralske støtte til vores arbejde fra fonde, donorer og støttemedlemmer.

Verden er ikke som den var – der er krig i Europa og i Mellemøsten. Alt sammen forhold som giver bekymringer og utryghed, og som gør det til en noget usikker og urolig tid, vi lever i. Lad os sammen gøre vores til, at det hele opleves bare lidt mere trygt!

# Indsatsområder

---

## AFLASTNING AF PÅRØRENDE TIL ALVORLIGT SYGE, DEMENTE OG DØENDE

Vi kommer i hjem, hvor et besøg om ugen kan gøre en stor forskel. Den syge får besøg, så pårørende med ro i sindet kan tage af sted fra hjemmet nogle timer. Frivillige er til stede op til 3 timer ad gangen. Besøget er med til at pårørende kan fortsætte et socialt liv. Efter behov kan der aftales flere besøg om ugen i et team af to eller flere frivillige, som skiftes til at komme. Besøgene beriger tillige den pårørende der, udover at have fri nogle timer, også opnår en tæt relation med den frivillige igennem gode samtaler. Et område vi har haft ekstra stor fokus på i 2023.

## BESØGSTJENESTE HOS SYGE ELLER ENSOMME

Som besøgsven er man tilknyttet en besøgsvert, der har ønske og behov for besøg. Det er ofte sygdom, der har medført en ensomhed, hvor der ønskes en besøgsven, der kommer på besøg ugentligt eller efter aftale. Efter at koordinatoren har været på hjemmebesøg matches besøgsverten med en frivillig, så begge parter får glæde af besøgene. I løbet af årene er der skabt rigtig nære venskaber.

## VÅGETJENESTE - FRIVILLIGE SIDDER VED DØENDE

Frivillige tilbyder at sidde ved døende på alle timer af døgnet, en enkelt aften eller nat kan gøre en stor forskel for en døende og deres pårørende. Vågetjeneste er i private hjem, på plejecentre og Ho-

spice. Koordinatorerne kan kontaktes indtil kl. 19 alle ugens dage og kan sætte det i gang samme aften. Der er 22 frivillige i Esbjerg og 23 frivillige i Varde, der har stillet sig til rådighed. Det giver rigtig god mening at sidde ved et døende menneske, der ellers vil ligge alene, enten fordi der ikke er pårørende eller pårørende trænger til en nats søvn. Der kan laves aftaler, hvor vi over en længere periode tilbyder en enkelt nat eller to om ugen, hvor pårørende kan få en nats hvile. Vi har i 2023 haft en del vågeopgaver.

## SORGGRUPPER FOR VOKSNE EFTERLADTE

I både Esbjerg og Varde tilbyder vi voksne efterladte at deltage i en sorggruppe. De, der har været med i et gruppeforløb, har udtalt, at det har været til stor støtte at komme og dele sin sorg med andre i samme situation. Sorggrupperne har løbende indtag. Lederne har flere års erfaring med at lede sorggrupperne, og sørger for at alle bliver hørt og set.

## MANDAGSKLUB FOR DEMENTE

I Varde har klubben været i gang hele året, en klub for op til 10 demensramte, der også er til gavn for pårørende. Klubben tilbyder 2 timer hver mandag eftermiddag.

I klubben skabes venskaber indbyrdes. Udover at drikke kaffe, er der sang, spil og snak om gamle dage. Der er udflugter og arrangementer, hvor ægtefæller også inviteres. men antallet af deltagere har været faldende i slutningen af året, derfor har vi valgt at lukke den midlertidigt og sammen med demens-

konsulenterne drøftes muligheden for en aktivitet, der kan være mere aktuel for både demensramte og deres pårørende.

## MUSIK PÅ PLEJECENTRE OG HOSPICE

Der er flere musikere tilknyttet Aflastningstjenesten. Det værdsættes højt og musikken er med til at sprede glæde og stjernestunder.

Frivillig musiker Kurt Junker står for at koordinere De Glade Spillemand og laver aftaler med de forskellige steder, hvor de spiller. I 2023 var der spillet i alt 78 gange på forskellige plejecentre i Esbjerg og Varde kommuner og på Hospice Sydvestjylland. Derudover er der pianister, der spiller til ugentlig fællessang på hospice og på et par plejecentre.

## PÅ HOSPICE SYDVESTJYLLAND

60 frivillige er med til at skabe gode og hyggelige rammer for patienter og pårørende. De er en integreret del af den palliative indsats på Hospice Sydvestjylland, hvor de yder en stor indsats til gavn for patienter og pårørende. Der er frivillige fra kl. 9.00 til kl. 20.00 hver dag.

De frivillige er værter ved måltider, bager vafler, tilbyder strikkeeftermiddag og male på sten, biograftilbud med popcorn, fredagshygge med musik, ordner blomster og have, wellness til patienter, gåture og tager imod gæster i huset og er med til at huset ser indbydende ud.

## PLEJECENTRE

Vi har fokus på vores aktiviteter på plejecentrene. Der hygges på afdelingerne med samvær med én eller flere beboere, der følges til arrangementer og gudstjeneste i festsalen, hygge- og mandeklubber,

snaps- og portvinsklubber, fællessang og gå-klubber. De frivilliges indsats er unik. For mange beboere betyder det meget, at der er en vært til at samle alle til samvær. Aflastningstjenestens frivillige er i den nære kontakt med beboerne, hvor samværet er med til at løfte livskvaliteten. Et område hvor der er meget stort behov for frivilliges nærvær.

## FRIVILLIGE PÅ SPANGSBJERG

Vi har et samarbejde med to sengeafsnit på psykiatrisk afd., Spangsbjerg. Der er fast 5 frivillige, der deles om eftermiddagene, og de har en god kontakt med patienterne og er værdsat af både patienter og personalet. De frivillige fortæller, at det er en god dag, når de har givet en patient lidt opmærksomhed ved at være der til en snak, en gåtur, spille et spil eller at sidde og se en film sammen. De frivillige sørger for, at der er kaffe og drikkevarer i fællestuen. I efteråret 2023 har vi haft 4 elever fra ambulanceredder grunduddannelsen i frivilligpraktik i 16 uger.

### Hvem er Aflastningstjenesten?

Aflastningstjenesten i Esbjerg og Varde er en frivillig social forening, som gennem frivilliges engagement og et kristent menneskesyn, giver medmenneskelig omsorg, nærvær og stjernestunder for ensomme, sårbare, alvorligt syge og døende borgere og deres pårørende og medvirker til at forbedre deres livskvalitet. Aflastningstjenesten er et supplement til det offentlige system, hvor tid, nærvær og gode relationer er det primære.

# Sorggrupper

## ANNI TORNBO HAR VÆRET SORGGRUPPELEDER I 16 ÅR

For 16 år siden begyndte et nyt kapitel i mit liv. Jeg startede som sorggruppeleder i sorggruppen under Aflastningstjenesten, som er et samarbejde med Zions Kirke, hvor gruppen mødes i sognelokalet.

Jeg deltog i et kursus for sorggruppeledere, hvor vi lærte hvordan vi styrer gruppesamtaler, hvad der er gode værktøjer at samtale ud fra, f.eks. at skrive breve og læse dem op, at medbringe en ting, som har betydning for dem, samt give opgaver de skal lave mellem mødedagene. Derudover har jeg læst en del litteratur om sorgarbejde.

Formålet med denne gruppe er at støtte mennesker, der har mistet en elsket person, og ikke kan se hvordan man kommer ud af en fastlåst situation.

En gang om ugen mødes gruppen. Vi er to sorggruppeledere, og der kan max. være 8 deltagere. Vi har tavshedspligt, og det er tilladt at snakke om alt.

Som sorggruppeleder sørger vi for en tryk stemning, og sikrer os at alle bliver hørt, og den enkelte får mulighed for at bidrage med sine tanker og historier. Vi gennemgår, hvad der fylder mest lige nu. Mange vil skåne deres familie, ”for det har de jo talt om,” som de udtrykker det.

Ud af de to timer, er den sidste ½ time uden os gruppeledere, hvor deltagerne kan være sammen uden styring fra os. Det giver dem en god afslutning på mødet.

Efter en periode på mellem 3-7 måneder afhængig af den enkelte, bliver vi enige om, hvor de er nu, og om de skal tage afsked med gruppen.

Livet fortsætter, sorgen følger med, dog i en lettere udgave.

Et meget menighedsfyldt og givende arbejde.



### Sorggrupper i Aflastningstjenesten

Aflastningstjenesten har sorggrupper i både Esbjerg og Varde.

Sorggruppen i Varde har været lukket i slutningen af 2023, men er åbnet igen i 2024.

De mødes hver 14. dag i Frivillighuset. Hvis man vil høre mere om sorggrupperne, kan man henvende sig til koordinator i Varde 23 65 68 33 eller Esbjerg 23 35 52 10.

# Året der gik

*I 2023 er der ydet 18.259 frivillige timer - Det er vi godt tilfredse med, og det går fremad efter corona nedlukningen.*

## Hvor lægges timerne:

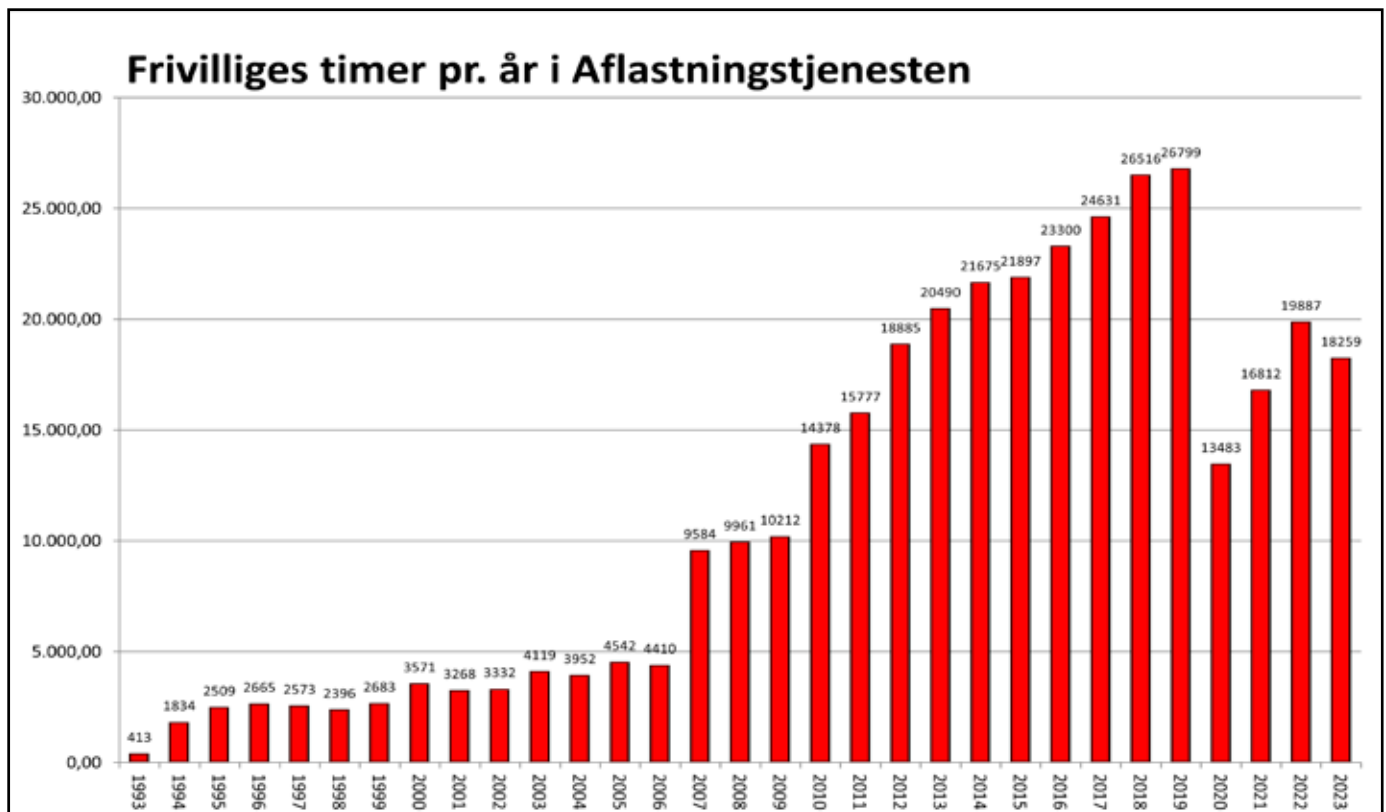
- 5229 timer i Varde
- 5780 timer i Esbjerg
- 588 timer på Hospice Sydvestjylland
- 491 timer på Spangsbjerg

## I 2023 har der været 253 frivillige i Aflastningstjenesten.

- I Esbjerg kommune 164 frivillige
- I Varde kommune 89 frivillige

## Arbejdsområder

- 1073 timer ved aflastning i hjemmene
- 3551 timer i besøgstjeneste i Esbjerg og Varde
- 2340 timer på plejecentre
- 5868 timer på Hospice Sydvestjylland
- 1049 timer musik på plejecentre og Hospice
- 817 timer i vågetjenesten
- 321 timer i demensklubber
- 169 timer i sorggrupper
- 491 timer ved sindslidende og på sengeafsnit på Spangsbjerg
- 1742 timer til kurser, møder og bestyrelsen



# Plejecenterprojekt i Varde

Aflastningstjenesten har indgået en aftale med Social- og Sundhedsudvalget i Varde Kommune om at være med til at styrke den frivillige indsats på kommunens plejecentre. Dette er blevet sat i værk efter resultatet på en spørgerunde på kommunens plejecentre, som viste at 20 % af beboerne følte sig ensomme.

Der ønskes ikke flere større aktiviteter, som banko, koncerter osv. Men mere en til en kontakt eller i mindre grupper. Det kunne være besøg på egen stue, gåture, spil eller oplæsning. Aktiviteter, hvor der er tid til nærvær og omsorg for den enkelte.

Kommunen har afsat midler til aflønning af koordinatore og andre udgifter forbundet med rekruttering af nye frivillige. Marianne Kruse er koordinator på Carolineparken 10 timer ugentligt og Sandie Tørnæs er 12 timer på Lyngparken. Projektet blev igangsat 1. september 2023.

I den første tid har vi prioriteret at være synlige for både de frivillige, personalet og beboerne samt deres pårørende. Deltaget i de daglige aktiviteter, besøg på stuerne for at lære beboerne at kende eller få en lille snak med personalet.

Vi har nu mulighed for at afholde forsamlinger på stedet med nye frivillige, som ønsker opgaver på et plejecenter. Så kan de i samme omgang også få en rundvisning i huset, og mærke stemningen.

Kommer de frivillige i huset når vi er der, så er der en oplagt mulighed for en lille snak og en kop kaffe. Det er rigtig vigtigt for at fastholde de frivillige, at de bliver ”set og hørt”.

Vi har fulgt op på de opgaver, som var igangsat inden projektets start. Det være sig hjælp ved gudstjenester, musik, gåklub, vågetjeneste, herreklub og onsdagsklub på en afdeling.

Vi har nu udvidet med flere besøgsopgaver hos beboere i egen stue og ”spisevenner” på 2 afdelinger.

Det er vores ønske, at opgaverne støt og roligt bliver flere i takt med at flere frivillige kommer til. Der er ønske om at hjælpe til med at få hyggelige udeområder til foråret med blomsterkummer, flere spisevenner og at skabe et netværk for pårørende.

Når du er frivillig på et plejecenter, er du ikke alene, du er en del af noget. Du har en fælles opgave sammen med andre frivillige, og der er uddannet personale i huset, hvis du skulle få brug for hjælp. Er din besøgsven ikke oplagt til besøg, når du kommer, er der altid nogen andre, som har brug for en snak og mærke nærværet med et andet menneske.

Når opgaverne på Carolineparken og Lyngparken kører godt, fortsætter vi ude på de mindre plejehjem i oplandsbyerne. Enkle steder har vi allerede nogen få frivillige.





# Koordinering af indsatsen

Der er ansat 2 koordinatore i foreningen svarende til 1½ fuldtidsstilling. Det er i alt en stor post på budgettet, men også en nødvendighed for at foreningens opgaver kan blive varetaget.

Ansattes timer tæller ikke med i opgørelsen over frivillig timer.

## Hvad laver koordinatorene?

- **Telefonpasning.** Pasning af telefoner og opstart af vågeopgaver alle dage hele året rundt. Det betyder at vågetjeneste kan sættes i gang indenfor få timer efter aftale. Ligeledes skal det være let tilgængeligt for de frivillige at komme i kontakt med koordinatoren, da de fleste yder indsatsen alene ude i hjemmene. Det er med til at give en gensidig tryghed.
- **Rekruttering af frivillige.** Der ligger en stor opgave i at rekruttere frivillige. Alle frivillige er ved opstart til en grundig forsamtale. Der fremvises straffeattest, underskrives tavshedserklæring. Efter samtale og introduktion er den frivillige klar til at tage en opgave.
- **Hjemmebesøg og opstart af nye opgaver.** Ved alle henvendelser om støtte i hjemmene, aftaler koordinatoren et hjemmebesøg. Her vurderes det, om frivillige er i stand til at klare opgaven, eller det er en opgave for professionelle. Der aftales rammer for indsatsen. Det er vigtigt at matche frivillige med hjemmene, så det bliver en god oplevelse for begge parter. Akutte aflastningsopgaver og vågetjeneste sættes i gang med det samme. Der kan gå lidt længere tid med besøgstjeneste.

- **Samarbejde med institutioner og samarbejdspartnere.** Der er et tæt samarbejde med psykiatrisk sengeafsnit, plejecentre og medarbejdere i kommunerne.
- **Frivilligkoordinator på Hospice Sydvestjylland,** koordinatoren i Esbjerg, har også koordineringen af den frivillige indsats på hospice med 15 timer om ugen.
- **Kvalificering og sparring.** Vi sikrer, at de frivillige er kvalificeret, og har de bedste betingelser, så de oplever deres indsats, er god og tryk for alle parter. Vi inviterer til møder og kurser, hvor der udveksles erfaring, vi giver sparring og kvalificerer de frivillige til opgaverne.

## TOVHOLDERE

Der er enkelte frivillige, der har opgaver, som tovholdere på enkelte opgaveområder. De har dels et tæt samarbejde med koordinatoren, samt med de frivillige og samarbejdspartnere på området.

## KOORDINATOR PÅ PLEJECENTER I VARDE

I 2023 blev der afsat midler i Varde Kommune til at forebygge ensomhed blandt beboere på plejecentrene. Vi har i samarbejde med kommunen tilført koordinatortimer til optimering af den frivillige indsats på plejecentrene og har ansat en koordinator 12 timer ugentligt fra 1.8.2023.

# Kurser og arrangementer

*De frivillige tilbydes møder og kurser, der er med til at inspirere og sikre, at de har gode vilkår og kan yde en tryk og værdifuld indsats.*

Samværet ved kurser, møder og arrangementer er med til at styrke fællesskabet i foreningen.

Kursusudvalget arrangerer kurser og møder med aktuelle emner, der inspirerer og kvalificerer de frivillige. Det er også her, der er erfaringsudveksling og sparring med koordinatoren.

## I 2023 havde vi følgende kurser/arrangementer:

**Nytårskur** blev afholdt den 4. februar, hvor 82 frivillige havde en festlig eftermiddag. Der blev serveret lækker mad, holdt "nytårstaler" og overrakt jubilæumsgaver.

**Højskoledag** den 23. marts i Sportium i Varde med emnet ensomhed, som pårørende og som ældre generelt. Der deltog 55 frivillige. Fremover vil det blive tilbudt hver andet år i ulige år.



*Fællessang ved højskoledagen*



**Foredrag** den 24. april ved national forskerdag havde vi forskerlektor emeritus Hans Dorf med foredrag om Viden og trivsel- konfliktyldte krav og nye sociale forskelle i velfærdsstaten. Der deltog 35 frivillige.

**Spis sammen** den 27. april i Esbjerg og den 28. april i Varde, se mere om arrangementet på side 12.

**Generalforsamling** den 24. maj, hvor 27 frivillige deltog. Vi skulle have haft et foredrag, inden selve generalforsamlingen, men oplægsholderen aflyste kort før. Vi fik en god drøftelse om arbejdsopgaver i foreningen i stedet.

**September kurset.** Kirsten Christensen, senior-konsulent ved DGI Sydvest satte fokus på, hvordan vi holder hjerne og krop frisk, og hvordan vi kan bruge



det ved besøgstjeneste, plejecentre med mere. Der deltog 65 frivillige, som sluttede af med fællesspisning.

**November kurset** blev afholdt den 6. november i Zions Kirkes sognehus, hvor formiddagen var oplæg og drøftelse om emnet omsorgspårørende, hvordan støtter vi dem bedst, hvor daglig leder Ingrid Bang havde et oplæg og pårørendevejleder Lene Voetmann deltog og kom med gode idéer og erfaringer. Om eftermiddagen var der et kulturelt indslag med Theresia Treschow-Kühl, som levende fortalte om Katharina von Bora. Der deltog 71 frivillige.



*Theresia Treschow-Kühl i original dragt af Katharina von Bora*

**Musikinspirationskursus** den 1. december var 14 frivillige musikere til en julefrokostkoncert på Esbjerg Musikkonservatorie. Arrangementet er med til at inspirere og motivere alle musikerne, der spiller på plejecentre og Hospice.

**Cafémøder** afholdes 6-8 gange årligt af 2 timers varighed både i Esbjerg og Varde. Her deltager mellem 9 og 28 frivillige. Ofte er der inviteret en gæst, som fortæller om et relevant emne, der er med til at klæde de frivillige på til deres opgaver. På et af møderne havde de frivillige mulighed, for at møde nogen fra bestyrelsen. Cafè-møderne giver et rigtigt godt socialt netværk, og god mulighed for sparring og erfaringsudveksling de frivillige imellem og med koordinatorene.



**Fyraftensmøder for frivillige på Hospice.** Der har været afholdt 6 fyraftensmøder på Hospice, hvor der er oplæg om aktuelle emner og undervisning. Der deltager ca. 40 frivillige hver gang.

# Spis sammen

---



## SPIS SAMMEN ARRANGEMENTER

Som noget nyt holdt vi et ”spis sammen” arrangement i både Esbjerg og Varde i uge 17 for midler doneret af Trygfonden.

Tanken bag arrangementet var, at vi gerne ville give vores besøgsvenner en fælles oplevelse med deres vært. I Varde blev demensklubben også inviteret med.

Aflastningstjenesten var vært ved en lækker middag og jordbærkage til kaffen. ”De glade spillemænd” spillede til fællessang og skabte en rigtig hyggelig stemning. Der var også bankospil med gaver til alle. Der bliver et lignende arrangement i 2024.

## BESØGSVEN UDTALER:

“ Min besøgsvært og jeg har flere gange været ude sammen bl.a. for at shoppe, gå på café og på mindre udflugter f.eks. til Tambours have.

Men den 28. april var vi til fest: ”Spis sammen” med Aflastningstjenesten på KFUM’s Soldaterhjem i Varde.

Vi blev hentet i Taxa og havde en dejlig eftermiddag sammen med andre frivillige og deres værter. Der var dejlig mad, musik og hyggelig snak ved bordene. Der var også bankospil og præmier.

Min besøgsvært nød det i fulde drag, og faldt i snak med flere af deltagerne. På grund af de udfordringer min vært har fået efterhånden, er det ikke så tit hun kommer ud og oplever andet end at besøge den helt nære familie. Det var rigtig dejligt at få noget godt at spise, og vi nød fællesskabet med de andre.

Min besøgsvært indtager til dagligt langt de fleste måltider alene. Vi følte begge to, at vi blev meget forkælet den dag”.

# Økonomi

---

2023 har været et meget spændende år også på det økonomiske område. Det har lykkedes for os, at få lavet nogle aftaler med både Esbjerg og Varde kommuner, der sikrer os et bedre økonomisk grundlag for vores arbejde.

I 2023 havde vi et lille overskud, som har været med til at dække det underskud, vi har haft de seneste år. For 2024 har vi et budget i god balance, men det kræver jo at indtægterne fra fonde m.m. ikke svigter. Så vi håber på det bedste.

Mange tror, at den frivillige indsats er gratis, men det er den ikke for os. Vi har jo med udsatte mennesker at gøre, og derfor er det ekstra vigtigt, at det er de helt rigtige frivillige, der kommer ud til dem. Vi har dygtige ansatte, som sørger for at dem, der har brug for vores hjælp, og de frivillige bliver koblet sammen på den bedste måde. Men det er her, at vores helt store udgift ligger.

Tak til alle dem, der har støttet os trofast i mange år, fonde, loger, kirker, kommuner, Hospice Sydvestjyllands støtteforening og privatpersoner. Det er alt afgørende, for at arbejdet har kunnet blive ved med at udvikle sig, så vores frivillige har kunnet udføre

det store arbejde, der er ude i hjemmene, på plejecentre, på hospice, på sygehus og på Spangsbjerg.

**VI TAKKER ALLE FOR DERES  
BIDRAG, SOM VI OGSÅ OPLEVER, ER EN AN-  
ERKENDELSE AF  
VORES INDSATS**

## **BLIV STØTTEMEDLEM AF AFLASTNINGSTJENESTEN**

Vi bliver af flere betænkt med et støttemedlemskab. Det er vi meget glade for. Kontingentet går til at støtte og kvalificere den frivillige indsats.

[www.aflastningstjenesten.dk/blivmedlem](http://www.aflastningstjenesten.dk/blivmedlem)

Vi håber at flere vil støtte op om Aflastningstjenestens arbejde og tilmelder sig. Det årlige kontingent er på 200 kr. for enkeltpersoner, 300 kr. for par, og 1000 kr. for virksomheder.

For yderligere information kontakt os på telefon 23 35 52 10 eller læs mere på vores hjemmeside [www.aflastningstjenesten.dk](http://www.aflastningstjenesten.dk).

Henrik Vallø, formand

Christian Bendixen, kasserer

Ingrid Bang, daglig leder

# Aflastningstjenestens regnskab 2023 og budget 2024

	Budget 2023	Regnskab 2023	Budget 2024
<b>Indtægter</b>			
Tilskud fonde	455.000	317.500,00	440.000
Tilskud virksomheder	2.000	0,00	1.000
Indsamlet møder/foredrag og musik	1.000	13.077,00	5.000
Egenbetaling kurser	0	0,00	14.000
§ 18 midler Esbjerg	250.000	250.000,00	250.000
§18 lokaletilskud	53.000	53.000,00	53.000
§ 79 midler Esbjerg	56.000	56.000,00	60.000
Tilskud Varde Kommune	76.500	81.000,00	83.000
Tilskud plejehjem projekt Varde	0	171.000,00	196.000
Tilskud §18 Varde Kommune	50.000	50.000,00	67.000
Tilskud projekter	35.000	24.016,00	0
Tilskud kirker	0	0,00	0
Kollekter	2.000	4.649,00	2.000
Gaver private	2.000	9.764,33	2.000
Hospice andel løn leder	217.000	222.315,30	225.600
Hospice andel kurser m.m.	26.000	24.107,00	30.000
Kirkernes andel besøgstjeneste	68.000	59.052,00	68.000
Støttemedlemmer i alt	4.000	7.400,00	4.000
Overført fra hensættelser	0	0,00	0
Renter	0	1.723,50	5.000
<b>Indtægter i alt</b>	<b>1.297.500</b>	<b>1.344.604,13</b>	<b>1.505.600</b>
<b>Udgifter</b>			
<b>Aktiviteter</b>			
Plejecentre + projekt	0	48.924,38	34.000
Musik	4.600	2.000,00	4.600
Hospice Sydvestjylland	5.000	0,00	0
Psykatri projekt	300	45,00	300
Sorggrupper	3.000	55,00	3.000
Vågetjenesten	0	0,00	0
Demensklub	13.000	12.310,00	14.500
Projekt: Spis Sammen	35.000	20.204,41	21.000
<b>Aktiviteter i alt</b>	<b>60.900</b>	<b>83.538,79</b>	<b>77.400</b>
<b>Frivillige</b>			
Kurser / undervisning	70.000	62.068,17	119.000
Arrangementer for frivillige	50.000	30.866,00	30.000
Møder frivillige	20.000	4.519,58	20.000
Kørsel frivillige	35.000	30.182,30	35.000
<b>Frivillige i alt</b>	<b>175.000</b>	<b>127.636,05</b>	<b>204.000</b>
<b>Kontorhold + tryksager</b>	<b>49.300</b>	<b>45.299,84</b>	<b>52.500</b>
<b>Ansatte i alt</b>	<b>850.708</b>	<b>900.273,41</b>	<b>994.600</b>

**Andre udgifter**

Møder bestyrelsen og udvalg	6.000	5.623,05	6.000
Navneskilte	0	0,00	4.500
Gaver	10.000	8.705,42	10.000
Annoncering	40.000	35.685,00	40.000
Hjemmeside / intranet	35.000	8.769,88	35.000
Hospice kontingent	900	900,00	900
Leje Lokaler	54.000	56.168,99	56.000
Hensat til projekter	0	50.000,00	0
Diverse	300	349,00	300
<b>Andre udgifter i alt</b>	<b>146.200</b>	<b>166.201,34</b>	<b>152.700</b>
<b>Udgifter i alt</b>	<b>1.282.108</b>	<b>1.322.949,43</b>	<b>1.481.200</b>
<b>Årets resultat</b>	<b>15.392</b>	<b>21.654,70</b>	<b>24.400</b>

**BALANCE****Aktiver**

Kasse	2.487,50
Spar Nord	794.837,83
Diverse tilgodehavende	25.622,30
Tilgode medlemmer	0,00
<b>Aktiver i alt</b>	<b>822.947,63</b>

**Passiver**

Mell. Regn. KFUM og KFUK	148.126,95
Hensat til projekter	157.000,00
Skyldig til Kreditore	157.541,28
<b>Egenkapital pr. 1/1</b>	<b>338.624,70</b>
Årets resultat	21.654,70
<b>Egenkapital i alt pr. 31/12</b>	<b>360.279,40</b>
<b>Passiver I alt</b>	<b>822.947,63</b>

Regnskabet er revideret den 3. marts 2024 - Der er intet fundet at bemærke

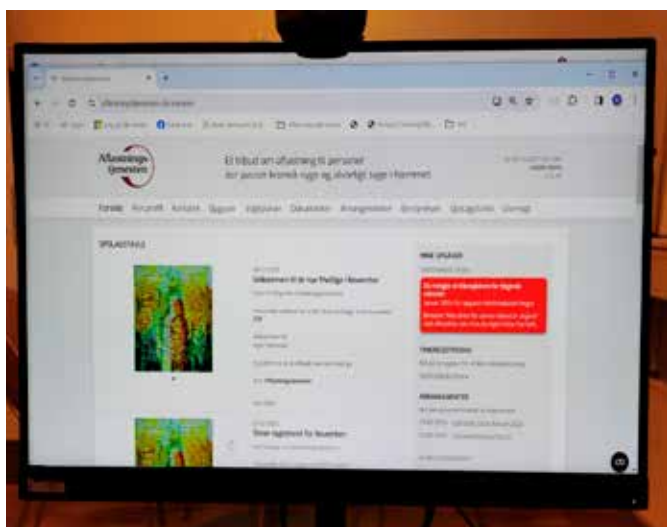
Hardy Melstrup  
Revisor

Jens Bjerrregaard  
Revisor



## AMBULANCEREDDER-ELEVER I FRIVILLIGPRAKTIK

I efteråret meldte 4 elever sig via skolen til frivilligpraktik ved Aflastningstjenesten, hvor de fik mulighed for at være på psykiatrisk sengeafsnit. De gik to sammen en eftermiddag en gang ugentlig i 16 uger. De hyggede i fællesstue, gik ture sammen med patienter og deltog i sport. En god erfaring at have med i deres videre uddannelse. For patienterne var det en god oplevelse at være sammen med de friske unge mennesker. Vi har 5 nye der starter i foråret 2024.



## NYT INTRANET

Under Aflastningstjenestens hjemmeside, ligger intranettet, som er et lukket system til brug for frivillige og koordinators.

I maj 2023 omlagde vi til et nyt og mere fremtidssikret system. Der var en større testperiode forinden. De frivillige i foreningen skulle have nye koder, og der var enkelte ændringer. Omlægningen gik planmæssigt, og der var positiv modtagelse fra de frivillige. Tak for det til alle.



## ELSE SØRGER FOR BLOMSTER OG PYNT TIL HØJTIDER PÅ HOSPICE

I 13 år har Else Bjerger sørget for, at der er friske blomster og pæne blomsteropsatser på Hospice Sydvestjylland. Når der er højtider, sørger hun for at Hospice er indhyldet i den flotteste pynt. Hun kommer 2 x ugentlig, og har sit blomsterværksted i kælderen under hospice, hvor hun kreerer de flotteste blomsterbuketter efter årstiden.