

AFLASTNINGSTJENESTENS ÅRSRAPPORT 2017



25 års jubilæum





Aflastningstjenestens bestyrelse

Marianne Rosenbæk, Esbjerg, formand
Svend Otto Jensen, Gørding, næstformand
Christian Bendixen, Esbjerg, kasserer og sekretær
Søs Honore, Esbjerg
Judith Petersen, Varde
Lissi Guldborg Poulsen, Varde
Lise Nielsen, Esbjerg
Ragnhild Kallestrup, Koordinator Varde
Ingrid Bang, koordinator og daglig leder

Information

Aflastningstjenesten i Esbjerg og Varde
Kirkegade 70 - 6700 Esbjerg

I Esbjerg Tlf. 23 35 52 10
I Varde Tlf. 23 65 68 33

Bankoplysninger
Reg.nr: 8119
Konto nr: 0000791091

Se endvidere vores hjemmeside

www.aflastningstjenesten.dk

**Vi takker de frivillige, der giver deres tid
og yder en indsats i Aflastningstjenesten**

Når man glæder andre, er det også en glæde for én selv



3

Brev fra
bestyrelsesformanden

5

Portræt af Kurt
Junker-Jensen



7

Kronik af Lise Erbs
Bækgaard

9

Portræt af Ulla
Franzen



11

Portræt af Michael
Cain

13

Varde afdelingen

15

Portræt af Lisbet
Møberg Jakobsen



17

Kronik af Ingrid Bang

18

Årsrapport

Formanden har ordet

Af Marianne Rosenbæk

Dette er mit første år som bestyrelsesformand for Aflastningstjenesten.

Jeg startede 1. maj, i et ganske specielt år, idet vi i år har haft 25 års jubilæum d. 1. november. Her var det 25 år siden, at Aflastningstjenesten startede i Esbjerg.

Initiativet blev taget af KFUM og KFUK's kvindelige voksenarbejde "Aktionetteklubben" med Lise Erbs som koordinator, og blev efterfølgende i 1995 udvidet, da Varde blev medinddraget med Mary Andersen som koordinator. Denne indledende proces kan I læse mere om på side 7, hvor Lise beskriver opstarten af Aflastningstjenesten. Foreningen er siden vokset støt gennem årene og tæller nu ca. 230 frivillige. Vi er repræsenteret i rigtig mange sammenhænge både i institutioner og i private hjem. Målet er - uanset opgaven - at man som frivillig giver sin tid og nærvær til mennesker, der er i en svær livsperiode.

Da vi som forening har fokus på at yde omsorg for ofte sårbare borgere, er det vigtigt og nødvendigt, at vi arbejder ud fra fælles værdier med respekt for det unikke menneske. Derfor har vi fokus på, at foreningen sikrer, at



der til stadighed sker en vidensudvikling ved at dele erfaringer, og har undervisning i relevante emner på temadage og kurser for at øge den enkeltes tryk og kompetencer.

Vi er i det moderne sundhedsvæsen blevet dygtige til at forlænge livet og prioritere dette højt, men

vi er mindre gode til at give de nødvendige ressourcer til at hjælpe i det liv, som er bevaret. Vi er også blevet dygtige til at udvikle og anvende teknologi i sundhedsvæsenet til fx overvågning. Men den digitale overvågning har sine begrænsninger, da den oftest foregår på afstand, og der skal derfor fortsat mennesker til for at våge og give nærvær. Derfor er der brug for flere frivillige. Erfaringer viser, at en række opgaver i samfundet kan løses endnu bedre, når der er frivillighed ind over. De skal ikke være i stedet for de professionelle, men supplere det offentlige tilbud. Og samtidig skal vi være opmærksomme på, at vi aldrig må blive en sovepude for det offentlige.

Som bestyrelsesformand vil jeg arbejde for, at Aflastningstjenesten også fremover vil bevæge sig fremad og udvikle sig. Vi skal bygge videre på foreningens traditioner, men også ny-

tænke og følge med i samfundsudviklingen der peger mod udfordringer som:

Flere ældre, stigende antal med demenssygdom, flere alvorligt syge i eget hjem, flere ensomme... og færre hænder indenfor de professionelle.

Familie og frivillige kommer sandsynligvis derfor til at spille en større rolle. Det bliver derfor en fortsat udfordring for foreningen at sørge for, at vi er synlige i debatten og dagligdagen, så flere får øjnene op for denne spændende og udviklende opgave, som det er at blive frivillig og være en del af et større fællesskab.

Fra 1. januar 2018 er Aflastningen Ølgod blevet del af foreningen. Vi vokser på den måde i størrelse og det er også en nødvendighed, da der er en stigende efterspørgsel efter vores indsats. For mig personligt er det frivillige hverv meningsfyldt, idet jeg dagligt, i mit ordinære

arbejde som sygeplejerske på Hospice Sydvestjylland, oplever betydningen af det frivillige arbejde som supplement til vores daglige arbejde som professionel hos patienter og pårørende. Det frivillige arbejde er i høj grad med til at vi sammen kan gøre en stor forskel og medvirke til at skabe stjernestunder. Vi skal huske på, at livet gives indhold ved, at det deles med andre, og at det alene er medmennesket, der kan gøre det enkelte menneske menneskeligt.

I forbindelse med udgivelsen af dette blad vil jeg gerne benytte lejligheden til at give en stor tak til vore frivillige for den store indsats I yder, ligesom jeg vil rette en stor tak til vore samarbejdspartnere, støttemedlemmer, donorer og fonde der støtter op om vores arbejde og er med til at gøre visionerne mulige.

God fornøjelse med læsningen af bladet, hvor vi ser på det indledende arbejde i opstarten af Aflastningstjenesten i Esbjerg og Varde, samt afdelingernes udvikling op til idag.

Sidst, men absolut ikke mindst, vil vi gennem dette jubilæumsblad fejre de frivillige mennesker, som er Aflastningstjenestens liv og sjæl.

Læs nogle af deres fantastiske historier i de kommende sider.

Når facaderne ryger ned, kommer det glade nærvær

Af Kirstine Rosenbæk

De Glade Spillemænd har skabt oplevelser for patienter i snart 10 år. Oplevelser hvor sange, historier og humor, og ikke mindst patienterne og beboerne, er i centrum.



På billedet ses to af De Glade Spillemænd. Til venstre er Martin Jørgensen og til højre er Kurt Junker-Jensen.

Man ville næsten ønske sig at dette interview kunne læses, imens Kurt og de andre Glade Spillemænds musik blev spillet i baggrunden. Så ville portrættet blive en større helhedsoplevelse, hvor musikken bliver mødt af andre udtryksformer, og som tilsammen skaber en dragende og inkluderende formidling og oplevelse. Sådanne oplevelser har De Glade Spillemænd skabt for beboere i snart 10 år: oplevelser hvor sange, historier og humor - og ikke mindst beboerne - er i centrum.

Kurt Junker-Jensen fandt allerede glæden til harmonikaen som lille dreng i Vardø, men fandt dog først tilbage til instrumentet igen i seniorlivet. Som frivillig besøgsven drømte han om at der eksisterede flere afvekslende aktiviteter for patienter og beboere, og derfor

skabte han i 2008 - sammen med Bente Gemmer - orkesteret De Glade Spillemænd. Drømmen er at skabe glæde for beboere og et rum, hvor nærværet er i fokus.

Nærværet i fokus

Kurt og de andre Glade Spillemænds koncerter varer mellem 30 til 90 min, og hvert arrangement starter med nogle klassiske og kendte sange, som kan vække genklang hos publikum.

Men det er ikke kun sangene, som udgør deres optræden: historierne som omgiver sangene er nemlig mindst ligeså vigtige, og det samme er de små sjove indslag.

“Nogle gange kan det være at publikum ikke har overskud til at synge med på sangene,

men så kan de kigge i sanghæftet og læse en lille joke eller en sød historie, og så kan de grine istedet. Nogle af dem er platte, men så længe der er én som griner, så er vi glade” udtaler Kurt.

Humoren og historierne er med til at skabe en hyggelig stemning og nærvær mellem de tilstedeværende, og for Kurt er det vigtigste ikke at musikken bliver spillet teknisk perfekt, men at De Glade Spillemænd er med til at skabe et frirum for publikum, hvor de kan nyde nutiden og lade eventuelle triste tanker glide i baggrunden. Som Benny Andersen engang sagde: *“Musik gør en svag på en måde, så man bliver stærk”*.

Når sange giver rum til fortællinger

Umiddelbart efter vores samtale aftaler vi, at Kurt vil sende et eksemplar af De Glade Spillemænds sanghæfte til mig med posten. Jeg er nemlig blevet nysgerrig på alle de historier og små humørperler som Kurt fortæller om. Sanghæftet er omfangsrigt og spænder fra sange *Love Me Tender* til *Solen er så rød mor*, det er klassikere og spænder så vidt, at jeg er næsten sikker på, at der må være noget for enhver smag. Og det er ikke tilfældigt: Kurt er opmærksom på, at de skal kunne ramme alle generationer.

Men blandt sangene er der også små finurlige jokes, som må kunne få enhver til at trække på smilebåndet.

Kurt kommer fra et arbejdsliv, hvor han har været vant til at omgås maskiner og tekni-

EN KULINARISK GÅDE

Kan man stege bøffer med
oprejst pande?

ske direktører, men som han selv beskriver det, har der nok altid været en lille spire i ham, som ønskede at komme væk fra det merkantile job og

HELD I UHELD

Færdselsbetjenten siger til billisten
”Hvornår opdagede du, at din svigermor
var faldet ud af bilen?”, hvortil billisten
svarer ”da der pludselig blev stille”.

tanken om at skabe profit. Som Kurt selv skriver i en seddel han har vedhæftet til sanghæftet, så består De Glade Spillemænds løn af *“kaffe og ostemad plus de glade smil og øjne”*.

Selvom Kurt var en smule bekymret i starten om, hvorvidt han kunne klare at være frivillig, da han meldte sig for godt 10 år siden, må man sige at han og De Glade Spillemænd har god grund til at være stolte over deres bedrifter. Med en trup på 15-16 spillemænd og allerede 48 aftaler for 2018, må man sige, at han i den grad fandt sin niche i seniorlivet.

Som om Kurts dybe dedikation til det frivillige arbejde ikke er nok, så kommer hans generøse sind også til udtryk i hans omgang med de kolleger og samarbejdspartnere der omgiver ham. Når De Glade Spillemænd har 10 års jubilæum skal koordinatoren ved Carolineparken have blomster, fortæller han, som tak for at have skabt rammerne om deres første koncert.

Jeg håber, at der er nogen som husker at stille kaffe og ostemadder til rådighed for spillemændene. Det har de i den grad fortjent.

EN SIDSTE ISBRYDER FRA KURT

“Ved nogen her, hvad man kalder det, når
to eskimoer står helt oppe på Nordpolen og
holder om hinanden? Et isenkram”

Aflastningstjenestens opstart

Af Lise Erbs Bækgaard

I vinteren 1992 havde Aktionette klubben besøg af Ellen Dalgaard Jensen, sygeplejerske, jordemor, sjælesørger med en Klinisk Pastoral uddannelse fra USA 1. del og 2. i Norge. Ellen Dalgaard Jensen er en tidligere kollega fra missionærarbejdet i Tanzania i 70erne (BDM). Ellen holdt et foredrag om sit arbejde i Aflastningstjenesten i København. Ansat af Samvirkende Menighedsplejer.

Kort efter blev jeg spurgt om jeg ville starte en Aflastningstjeneste i Esbjerg. Udvalget for Aktionette Klubben bestående af handlekraftige kvinder mente, at Danmarks femte største by måtte have brug for et sådan tilbud. Et hurtigt arbejdende udvalg fik lavet et værdigrundlag og vedtægter.

Naturligvis blev vi knyttet til KFUM og KFUK i Esbjerg som en selvstændig del. Ret hurtig blev Christian Bendixen en del af tjenesten, idet han påtog sig vore regnskaber, som i starten ikke var noget særligt. Christian blev en stor inspirationskilde gennem alle årene.

2. november 1992 startede vi så arbejdet. Inden opstart havde jeg et møde med ledende hjemmesygeplejersker, og de tog godt imod tilbuddet. De forstod vore tanker om at være en ekstra ressource i hjemmene. Allere-

de i oktober startede Oline Vejlggaard sin første opgave i et hjem med en terminal patient. Oline blev en trofast og meget dygtig medarbejder i alle de år jeg var daglig leder. Februar 1993 havde vi så et orienteringsmøde i Treenighedskirken, hvor naturligvis Ellen Dalgaard Jensen var oplægsholder. Det blev for mig en skelsættende aften, idet Arne Bækgaard – Johansen blev bedt om at træde ind i en nyoprettet bestyrelse. Nogle år senere blev han formand for bestyrelsen, i det han påtog sig flere og flere opgaver i forhold til bestyrelsesarbejdet.

Aflastningstjenesten var i første omgang et tilbud til hjem der havde terminale patienter. Jeg var i den periode hjemmesygeplejerske og kom i mange hjem. Fra starten fik vi et fantastisk godt samarbejde med Hjemmeplejen i hele Esbjerg. Målet var at give ressourcer i hjem der havde påtaget sig den store opgave at have alvorlig syge/døende hjemme. Aflasteren skulle være der, så den pårørende kunne holde fri. Det var for mig vigtig at aflasteren forstod sin opgave og sine kompetencer. Undervisning var i de første år en af mine store og dejlige opgaver, for der kunne vi bagefter diskutere og debattere etik og moral. De frivillige, som kom i en lind strøm, var en spændende opgave i sig selv. Ikke to var ens,

Aflastningstjenestens tidslinje

- **1992** Aktionetteklubben under KFUM-KFUK i Esbjerg opstarter Aflastningstjenesten med Lise Erbs som koordinator.
- **1994** Vedtægter bliver vedtaget ved stiftende generalforsamling, Arne Bækgaard Johansen bliver formand.
- **1995** Aflastningstjenesten i Varde bliver etableret med Mary Andersen som koordinator og foreningen bliver Aflastningstjenesten i Esbjerg og Varde.
- **1996** Aflastningstjenestens bestyrelse er meget aktive i opstart af støtteforening for hospice i Esbjerg.
- **1999** Aflastningstjenesten har over 50 medlemmer.

- **2003** Mary Andersen fik månedens skulderklap af Ugeavisen og Sydbank for sit arbejde i Aflastningstjenesten.
- **2006** Hospice Sydvestjylland opstarter og Aflastningstjenesten får opgaven med frivillige.
- **2006** Koordinator Mary Andersen modtager årets Vardepris af Varde kommune.
- **2007** Vågetjeneste tilbydes af Aflastningstjenesten i Esbjerg og Varde.
- **2007** Aflastningstjenesten bliver kåret som månedens succes af Jyske Vestkysten.

og heldigvis var opgaverne også forskellige. Var det muligt valgte jeg nøje personer ud til den enkelte tjeneste. Kort efter starten begyndte jeg at få henvendelser fra hjem med kronisk syge borgere. Naturligvis ville vi gerne være med til at give hjælp, således at den pårørende kunne få fri. En opgave husker jeg specielt. Fruen skulle på golfbanen, og jeg vidste ikke noget om golf, men blev klar over at tre timer, som var tilbudet, ikke var nok. Så der måtte to på til at afløse hinanden. I det hele taget skete der over årene en stor udvikling og vi mødte mange behov. Der blev stillet store krav til undervisningen, og da jeg havde gentaget mig selv nogle gange, begyndte vi med eksterne undervisere. Fra Zions kirken fik vi tilbud om at holde en kursus dag årligt. Det blev en tradition. Vi startede med morgenandagt i kirken, naturligvis efter kaffe og rundstykker. Dygtige undervisere kom med spændende oplæg, som naturligvis stod til diskussion.

Det er ingen hemmelighed, at den åndelige side af tjenesten var vigtig for mig. Ikke at nogen måtte prædike i tjenesten, men det lyttende øre skulle høre, om der var brug for en sjælesørger. Alle frivillig blev gjort opmærksomme på at der var mange behov, også mange forskellige behov, for syge og døende. I 1993 startede vi med kursusdag på Løgumkloster Højskole, hvor først Rita Nielsen havde dybdegående undervisning i åndelig omsorg. Senere overtog Vita Andresen, som også på en

spændende og kunstnerisk måde gennem litteraturen viste os menneskers behov og Guds væren i vore liv. Vi havde et godt samvær, hvor vi lærte hinanden at kende på en ny måde.

Allerede i 1995 startede Bækgaard og jeg hospice tanken. Jeg så ofte behovet for dette tilbud i mit daglige arbejde. Et lille udvalg med Christian Bendixen og os gjorde den spæde opstart på Hospice Sydvestjylland. Talte med borgmester og amtsborgmester. Alle mente at det var en god ide, men der var ingen penge. Jeg brugte i årene fremover mange timer på foredrag om emnet, og var på den måde med til at åbne øjnene for hospicetanken. Bækgaard besøgte et lille hospice nord for London. Der kom andre meget kompetente personer ind i en bestyrelse.

Min opgave blev at finde de første personer til det frivillige arbejde på Hospice. På Hospice var opgaven en hel anden end ude i hjemmene. De frivillige skulle være en ressource som gav lidt ekstra. Patienten og de pårørende i centrum. Skabe hygge, løse opgaver i køkken og spisestuen, så personalet fik flere ressourcer til patienterne. De frivillige var sammen med patienterne i fællesarealerne, stod altid til rådighed, kunne bruges på stuerne efter anvisning. Det lyttende øre, den vanskelige samtale.

Mine atten år som leder, var en gave til mig, jeg ser tilbage på det alt sammen med stor taknemmelighed. Alle de dejlige mennesker jeg mødte, alle de spændende opgaver og samtaler.

- **2008** "De glade spillemænd" opstår og spiller på forskellige plejecentre og Hospice Sydvestjylland.
- **2008** Sorggrupper i Esbjerg og Varde bliver etableret efter undervisningsforløb af de frivillige gruppeledere.
- **2009** Formandsskifte Arne Bækgaard Johansen afløses af Jytte Madsen.
- **2010** Lise Erbs ophører som koordinator og Ingrid Bang bliver ansat nu på 37 timer fordelt med 15 timer på hospice og 22 timer som leder og koordinator i Aflastningstjenesten

- **2011** Mary Andersen ophører som koordinator i Varde og afløses af Ragnhild Kallestrup
- **2011** Aflastningstjenesten har 150 frivillige
- **2011** Aflastningstjenesten får etableret intranet under hjemmesiden og de frivillige kan logge sig på og skrive timer, læse informationer og nyheder
- **2011** Det bliver mulighed for at blive støttemedlem af Aflastningstjenesten
- **2012** Aflastningstjenesten bliver kåret som "Årets hverdagens helte" af Jyske Vestkysten og Sydbank

Når frivilligheden skaber livskvalitet og en proppet kalender

Af Kirstine Rosenbæk

Ulla Franzen har været frivillig i 5 år på Hospice Sydvestjylland, og derudover arbejder hun som vågekone. I en alder af 70, er hendes kalender fyldt som aldrig før, men til forskel fra tidligere har hun selv valgt, hvad der skal stå deri.



På billedet ses Ulla Franzen som er frivillig hos Aflastningstjenesten.

Det er måske en kliché, men dagene på Hospice Sydvestjylland er aldrig ens. Det samme gælder for Ulla Franzens ugentlige vagter. Hun har mindst én vagt om ugen á tre timer. Alligevel har de forskellige vagter nogenlunde de samme faste rutiner. Morgenvagten involverer at skabe hygge over kaffekanden i køkkenet på 1. sal blandt patienter og

pårørende, samt at assistere og aflaste sygeplejerskerne, så de har mere tid til pleje af patienterne.

Derudover bliver de frivillige også en del af den stemning, som er skabt på Hospice Sydvestjylland: *“Her er en generel ro, som er så vidunderlig. Den smitter af på alle - også på patienterne og de pårørende”* udtaler Ulla Franzen

om atmosfæren på én af hendes frivillige arbejdspladser.

Frivilligt arbejde skaber værdi for alle

Som barn i Esbjerg og Vejrup i 1950'erne havde Ulla ikke mulighed for at vælge og vrage mellem forskellige uddannelser. I stedet gik hun ud af folkeskolen i 7. klasse for at arbejde rundt omkring og tjene penge. Som Ulla selv beskriver det: *“Der hvor jeg kommer fra var det jo kutymen at vi skulle ud og tjene, så skulle vi giftes og så skulle vi have en mand der kunne forsørge os. Derudover skulle vi have nogle børn og blive en god husmor. Jeg fik børn og blev en god husmor”*.

Ulla Franzen har derfor ikke arbejdet i sundhedssektoren inden hun blev frivillig: *“Jeg tror at jeg er her i dag, fordi jeg altid gerne har villet noget arbejde som dette (indenfor sundhedsplejen red.). Engang ville jeg gerne være sygehjælper, men det blev jeg så ikke, og som jeg så siger, så lugter det her lidt af det”*.

Med en 7. klasses eksamen i bagagen, har Ulla også mødt fordomme og en nedsættende attitude omkring sin manglende uddannelse, men her har personer på Hospice Sydvestjylland været anderledes: *“du kan mærke at når du kommer her, jamen folk kan lide dig. Og når man har oplevet at blevet set ned på, så kan man ende med at tænke “ej men du er sgu da heller*

ikke noget værd”, men her har jeg det så fantastisk”.

Og netop følelsen af at være værdifuld er enormt vigtigt, og gennem sit frivillige arbejde på Hospice Sydvestjylland er Ulla blevet mere opmærksom på sine egne kompetencer:

“Jeg har mange ting af byde på i forhold til det rent menneskelige, jeg kan finde ud af omgås andre mennesker”.

Den personlige rejse

Frivilligheden kan anskues som et forhold, hvor en person bidrager frivilligt og positivt til andre mennesker. Men Ulla mener også at hendes frivillighed giver hende noget: *“Der er så mange der siger til mig: hvordan kan du dog holde det ud? Hvis ikke jeg kunne holde det ud, så havde jeg ikke været der. Men det giver så meget tilbage, for eksempel når man sidder og snakker med en patient (...) det er så livsbekræftende og jeg tror ikke at det findes andre steder”*.

Med en vagt i ugen på Hospice Sydvestjylland, vagter på sygehuset som patientstøtte, samt vågekone vagter i private hjem og på Hospice er kalenderen fyldt i randen: *“nu har jeg virkelig et travlt liv og jeg elsker det. Jamen jeg kan slet ikke forstå at jeg har tid til at komme på arbejde. Jeg har en travl kalender, men jeg har selv skrevet det hele deri og det er så vidunderligt”* afslutter Ulla Franzen.

Aflastningstjenestens tidslinje

- **2012** ”De glade spillemænd” bliver en etableret del af Aflastningstjenesten.
- **2013** 3-årigt plejecenterprojekt på Fovrfeld Ældrecenter igangsat med 20 timers koordinator, Lone Friis.
- **2015** Mandagsklub i Varde bliver en del af Aflastningstjenesten.
- **2016** Aflastningstjenesten har over 200 frivillige.
- **2016** Mandagsklub i Esbjerg opstarter.
- **2017** Kurt Junker-Jensen fik ildsjæleprisen ved Hospice Forum Danmark’s årsmøde for sin koordinering af musik.

- **2017** Formandsskifte Jytte Madsen afløses af Marianne Rosenbæk.
- **2017** Aflastningstjenesten fik frivillighedspris på 5000 kr. ved Esbjerg Kommunes frivilligheds fest.
- **2017** Samarbejde med Psykiatrisk afdeling Spangsbjerg med opstart af frivillige på sengeafsnit.
- **2018** Aflastningstjenesten i Ølgod bliver en del af Aflastningstjenesten i Esbjerg og Varde.

Man taber ikke noget, når man giver noget af sig selv

Af Kirstine Rosenbæk

Michael Cain er født langt fra Hospice Sydvestjylland og den danske vestkyst, men fandt på grund af kærligheden vej til Esbjerg i 1976 og har boet her lige siden. Og det gætter jeg på, at der er mange i det esbjergensiske miljø, som er taknemmelige for. Inden Michael blev pensioneret havde arbejdslivet budt på lidt af hvert: underviser på en folkeskole og et lærerseminarium, præst i den katolske kirke og munk i franciskanerordenen - jobs som allesammen har været med til at skabe grundlaget for hans tilgang til det frivillige arbejde og til livet generelt.



På billedet ses Michael Cain som er frivillig hos Aflastningstjenesten.

Michael Cain er 76 år og har arbejdet som frivillig i 6 år. Han startede som besøgsven i et privat hjem, hvor de pårørende havde behov for aflastning, og i de seneste 4 år har han arbejdet som frivillig på Hospice Sydvestjylland cirka 3-4 gange om måneden. Lysten til at lave frivilligt arbejde indtraf, da Michael nåede pensionsalderen, men gennem hele livet har han erfaring med socialt arbejde, blandt andet fra hans tidligere arbejde i den ka-

tolske kirke.

Gennem hele interviewet skinner Michaels livslange interesse for åndeligheden og livets eksistentielle spørgsmål igennem i vores samtaler om frivillighed og om arbejdet på bl.a. Hospice Sydvestjylland. Tanker om at møde pårørende og patienter med åbenhed og empati bliver således sat i en større sammenhæng med inspiration fra shamanismen, Søren Kirkegaard eller Frans af Assisi, og tilsammen skaber det et billede af en

mand som gennem livet har stillet sig selv overfor de helt store spørgsmål i livet, og gennem sit stærke værdisæt, skabt sin egen tilgang til, hvordan han tilgår livet og sine medmennesker med respekt og åbenhed.

Man lytter bedst med hjertet

I det daglige arbejde som frivillig på Hospice Sydvestjylland har patienterne og de pårørende den største prioritet, og Michael peger på egenskaber som åbenhed, situationsfornemmelse og ikke mindst aktiv lytning, som kvaliteter der er vigtige i mødet med patienter og pårørende. Aktiv lytning beskriver Michael således: *“For så vidt skulle man syntes at det burde være meget nemt (at lytte), fordi vi allesammen har to ører og hørelse, men det at lytte på en bestemt måde hvis folk er i nød kræver en anden form for lytning. Jeg plejer at sige, at man lytter med hjertet og ikke kun med hovedet og ørerne, for når man lytter med hjertet, så åbner man sig overfor de mennesker som man snakker med”*.

Den aktive lytning består, ifølge Michael, ligeledes af evnen til, at man som frivillig giver plads til patienten og undgår *“at træde ind i rummet med træsko”* men istedet stikker en finger i jorden og mærker stemningen. I tråd med den aktive lytning er det essentielt, at de frivillige tilgår patienter og pårørende med åbenhed og en forståelse for at alle mennesker er forskellige: *“Det er ligemeget hvor patienten kommer fra eller hvad patienten tror på, istedet skal vi prøve at finde ud af hvilket behov personen har”* udtaler Michael.

Livet skal leves forlæns og forståes baglæns

Gennem interviewet er det tydeligt, at Michael er opmærksom på og fejrer menneskers forskelligheder, og understreger at netop alderen og diversiteten hos de frivillige gør, at

de kan bruge deres livserfaring og bagage i de vigtige samtaler med patienter og pårørende og trække på de oplevelser af succes, smerte og sorg, som et langt liv giver.

I tråd med dette afsnits overskrift, så er vi alle et produkt af vores tidligere erfaringer og oplevelser - eller som Michael så billedligt beskriver det, så er vores individuelle fortid som et vævet tæppe: den er unik og hænger sammen, og hjælper til at vi baglæns kan forstå vores nuværende ståsted.

Tilbage til vores samtale omkring Michaels interesse for shamanismen kommer vi ind på døden og patienter som er døende: *“det at give folk en værdig død forsøgte man at gøre i oldtiden, noget mere end vi gør idag. I vores samfund er der en tendens til at vi blot pakker det væk. Der er nogle instinktive ting som vores højteknologiske samfund har fjernet os fra. Og det giver et afsavn”* udtaler Michael.

Alle mennesker har brug for at have værdi i andre folks øjne

En af udfordringerne ved at konstruere portrætter af individer er at skabe en fuldstændigt billede af mennesket uden nuancetab. Men nogle af de stærkeste indtryk som jeg efterlades med efter samtalen med Michael er hans åndelighed, empati og evne til at betragte handlinger ud fra hans eget værdisæt. Jeg tror, at det kan samles meget godt i det tankesæt, som denne artikels overskrift indeholder, som han har fået fra en amerikansk shaman, og som Michael selv uddyber således: *“Man lytter ikke til en anden person for at finde ud af, hvad man kan få ud af den person, og man tager ikke noget fra nogen, når man lytter med et åbent sind”*.

Som Michael selv udtaler efter citatet, så er det jo egentlig en simpel tankegang, man skal bare tænke længe over det. Og netop dét er jeg sikker på at han har gjort.

Der har nærmest ikke været andet end store oplevelser

Af Kirstine Rosenbæk

Om tre år har Aflastningstjenesten i Varde 25 års jubilæum og denne afdeling er - ligesom afdelingen i Esbjerg - også vokset i årernes løb og har bredt sig i lokalområdet. Som koordinatore for Varde-afdelingen har Mary Andersen siden 1995 og frem til 2011, og Ragnhild Kallstrup fra januar 2011 til nu, været med til at få Aflastningstjenesten i Varde til at blomstre og vokse sig så stor, at afdelingen idag har omkring 85 frivillige. Projekterne og initiativerne bliver skabt og udviklet på baggrund af efterspørgslen og behovene hos patienter og pårørende, og netop dette fremsyn er essentielt i arbejdet med at skabe et relevant udpluk af aktiviteter for Aflastningstjenesten.

Den nu snart 85-årige Mary Andersen blev først introduceret til Aflastningstjenesten til et møde på KFUK i Esbjerg i 1992, hvor hun blev bekendt med planerne om at starte en afdeling op i Esbjerg. På daværende tidspunkt arbejdede hun stadig som sygeplejerske, men arbejdslivet stoppede, da hendes mand blev syg. Hun var dog fast besluttet på, at hun ville finde noget andet at lave, og med sin arbejdsmæssige erfaring og sygeplejen i generne, blev hun sammen med fire andre fra KFUKs kvindeafdeling i Varde, enige om at starte en afdeling op i Varde med Mary som den koordinerende person.

Afdelingen startede, i dialog med hjemmeplejeren i Varde, som aflastning i hjemmet hos syge og døende i dagtimerne, også med henblik på at aflaste den pårørende. Efterfølgende begyndte afdelingen at implementere demente patienter samt psykisk syge. Derudover blev der oprettet et værksted ved Lyngparken, hvor frivillige stadig den dag idag laver kreative ud-

foldelser sammen med demente patienter. Nogle af de sidste projekter som Mary fik implementeret var en vågetjeneste, idet efterspørgslen til at have frivillige, som kunne sidde med syge og døende i nattetimerne, blev større. Slutteligt blev der etableret en sorggruppe i Varde, som også eksisterer den dag idag.

Efter at have arbejdet som koordinator i 17 år, begyndte det private liv at fylde mere i Marys liv, og i en alder af 76 år stoppede hun som koordinator. Når jeg spørger ind til de store øjeblikke i hendes tid som koordinator, siger Mary: *“der har nærmest ikke været andet end store øjeblikke, fordi vi kunne se, at vi altid gjorde en forskel”*.

Da Mary stoppede, bestod Varde afdelingen af 25 frivillige, og forholdet mellem de frivillige har også betydet meget for Mary: *“det har været et givende arbejde - vi (de frivillige) kunne også give hinanden en masse”*.

I en alder af 84 er Mary stadig frivillig i Aflastningstjenesten, men videregav koordi-

nationsstafetten til Ragnhild Kallestrup i 2011: *“Ragnhild har jo gjort et kæmpe, kæmpe stykke arbejde, hun har været fantastisk god til at køre det videre og har fået mange flere forskellige opgaver ind. Hun er en fantastisk dygtig leder”* siger Mary Andersen.

Jeg vil det, jeg skal

Ragnhild Kallestrup flyttede til Varde i 1975, og lærte Mary at kende gennem deres fælles medlemskab i KFUM og KFUK. Igennem dette venskab havde Ragnhild også kendskab til Aflastningstjenesten i Varde fra starten, og var i disse tidligere år en del af Aflastningstjenestens støttegruppe og har således fulgt arbejdet gennem årene.

Til forskel fra Mary havde Ragnhild aldrig drømt om at skulle arbejde, når hun blev pensioneret, istedet var drømmen at lære fransk. Men da Mary begyndte at gå med tankerne om at stoppe, sagde hun til Ragnhild, at hun skulle tage over. Og med dronning Ingrid's ord i baghovedet *“jeg vil hvad jeg skal”* og en overbevisning om, at man ikke siger nej, når man bliver bedt om noget, overtog Ragnhild jobbet i 2011. Idag er hun fantastisk glad for jobbet, som hun overtog med et godt og solidt grundlag, skabt af hendes forgænger: *“Mary havde opbygget en tillid og skabt et positivt ry for Aflastningstjenesten og derfor var det ikke svært at videreføre. Vi havde et godt image”* udtaler Ragnhild om Mary.

Som uddannet sygeplejerske, har Ragnhild bl.a. arbejdet som afdelingssygeplejerske og som kvalitetskonsulent, og uddannelsen er også blevet suppleret i løbet af årene, eksempelvis med et filosofikum. Gennem sin karriere havde hun fået erfaring med implementering af forskellige rapporteringssystemer, og netop disse kvaliteter kunne direkte videreføres til indsatsen som koordinator i Aflastningstjenesten. Dette gælder både, da Aflastningstjenesten kom ind på plejecentrene i Varde, da de oprettede en

besøgstjeneste henvendt til psykisk sårbare, men også i arbejdet med at vedligeholde de projekter, som har eksisteret i lang tid: *“Noget af det vi hele tiden skal have fokus på er om vores tilbud er relevante i forhold til de behov som patienter og pårørende har”*.

De frivillige er simpelthen en forsamling af ja-sigere

Gennem Ragnhilds tid som koordinator er der kommet en stigende opmærksomhed på frivillig arbejdskraft, både i befolkningen og blandt andet i de offentlige: *“I det offentlige er man blevet opmærksom på, at man kan tilføje noget positivt med det sociale frivillige arbejde. Dette samme gælder plejecentrene - her har vi altid været, men interessen er vokset”* udtaler Ragnhild.

Tidligere har opgaverne og antallet af frivillige fulgt hinanden, men de seneste år er det blevet en større udfordring at rekruttere frivillige. Samtidig drømmer Ragnhild om, at der sker en større aldersspredning i gruppen af frivillige: *“Vi skal have fat i nogen af de yngre som er på arbejdsmarkedet”* udtaler Ragnhild.

Én af grundene til at Ragnhild nævner denne aldersspredning som et stort ønske, kommer netop tilbage til Aflastningstjenestens mål om at kunne tilpasse deres tilbud til patienternes behov: *“Nu er vi jo der hvor en dement borger jo desværre godt kan være 50 år og hvis der så kommer en frivillig ud som er 75 år, så kan det måske være godt nok, men det kan også godt lige akkurat få den demente borger til at lægge mærke til denne aldersforskel”*.

Udfordringerne og ambitionerne er til stede i en enhver afdeling som ønsker at følge med udviklingen i behov hos både patienterne og samfundet, og med det vokseværk som afdelingen i Varde har haft indtil videre, kan vi nok regne med at den positive udvikling fortsætter efter deres 25. jubilæum om 2 år.

Jeg syntes jo stadig, at jeg lærer noget

Af Kirstine Rosenbæk



Lisbet Møberg Jacobsen har været frivillig hos Aflastningstjenesten i 18 år, og beslutningen om at blive frivillig skete i forbindelse med et karriereskift fra et job på et forsikringskontor til en uddannelse på Social- og Sundhedsskolen, som udmundede i et job på bofællesskabet for demente i Varde kommune. Nu – 18 år efter jobskiftet er Lisbet netop gået på efterløn, men fortsætter ufortrødent i Aflastningstjenesten bl.a. som leder af sorggruppen i Varde.

Ideen om at blive en del af Aflastningstjenesten kom en dag, hvor Lisbet sad og lyttede til lokalradio og hørte Mary Andersen fortælle om den netop opstartede afdeling i Varde. Selvom Lisbet havde forestillet sig, at det frivillige arbejde skulle vente lidt, blev skiftet fra forsikringer til Social- og Sundhedsskolen den oplagte indgangsvinkel. Og som en af de frivillige i den arbejdstagne alder fandt Lisbet, at kombinationen af studierne og arbejdet, samt kurserne og foredragene som Aflastningstjenesten tilbød, var ideel: *“Aflastningstjenesten har givet indsigt og jeg syntes at jeg kunne bruge det begge*

veje. Både i mit arbejde og når jeg var på job gennem Aflastningstjenesten” udtaler Lisbet.

Arbejdet i besøgstjenesten

Lisbet startede som besøgsven hos en ældre, dement dame, som ikke ville på plejehjem, og Lisbet besøgte hende en gang om ugen i flere år. Igennem vores samtale om relationen mellem de to kvinder, kan jeg fornemme smilet komme frem på Lisbets læber, når hun genkalder de forskellige sjove situationer som de oplevede sammen, og det er tydeligt, at glæden ved disse besøg var tilstede hos begge.

Efter kvindens død kom hendes søn hjem til Lisbet og han gav hende en bog, som Lisbet altid havde beundret, når hun var på besøg. I deres samtale begyndte Lisbet at genfortælle nogle af de sjove historier, som den ældre dame havde fortalt hende igennem tiden – mange historier fra hendes barndom og ungdom, som hendes søn aldrig havde fået fortalt.

Lige siden har Lisbet været besøgsven hos mange *”specielle og skønne mennesker”* som hun selv beskriver dem og heldigvis for Aflast-

ningstjenesten, sagde Lisbet ja til at være med til at starte sorggruppen op i Varde i 2009, hvor hun stadig er leder den dag idag.

Sorggruppen

Det er ganske tydeligt gennem vores samtale, at Lisbet er et menneske holder sig opdateret på de områder der har hendes interesser, hvilket både kommer til udtryk gennem hendes enorme dedikation til at ville lære og udvikle sig indenfor sin profession, men også i hendes andel i sorggruppens udvikling gennem årene.

Inden sorggruppens opstart valgte Lisbet således i 2004 og 2005 – ved siden af sit arbejde – at tage et kursus i sjælesorg ved Filadelfia i Dianalund. Erfaringerne derfra gav rygstødet til at hun følte sig klædt på til at gå i gang med at starte sorggruppen op sammen med Anne Marie Lund og Anny Christensen, og i sommeren 2009 afholdte de første møde i sorggruppen.

Selvom der i sorggruppens eksistens har været svære perioder, hvor der ikke har været nok personer i sorggruppen, eksisterer gruppen stadig, dog bliver der kun afholdt møder hver anden uge – til forskel fra tidligere, hvor der blev afholdt møde hver uge. Men også dette er Lisbeth positiv overfor, da det giver tid til refleksion hos både de sørgende og hos Lisbet.

Sorggruppens udvikling hænger sammen med den videnskabelige og samfundsfaglige debat på området, og Lisbet forklarer, at hun både fagligt og personligt lærer noget hele tiden ved at følge med debatten. Samtidig er der kommet et større fokus på sorg i samfundet, hvilket man blandt andet kan se på det voksende antal af artikler og udsendelser om emnet. På trods af den stigende opmærksomhed på sorg, mener Lisbet dog stadig, at sorg i nogle kredse er *“noget der skal overstås og noget man skal igennem, og at der er nogle som føler, at de ikke kan blive ved med at snakke om sorgen til deres familie og ven-*

ner”. Dette forsøger sorggruppen at ændre på: *“Der prøver vi at gøre det anderledes i gruppen. Her tager vi god tid, man må meget gerne sige de samme ting igen og igen, og man skal kunne gå et par gear ned”*.

I takt med den nye forskning på området bruger Lisbet og de andre i sorggruppen to-sporsmodellen, som betyder at man som sørgende ikke kan holde ud at være i sorgen hele tiden, men at man også godt må kunne eksistere i sin hverdag og være i godt humør. Netop denne tankegang forsøger de at give videre til de sørgende.

Sorgen flytter ved ting

Der er ingen tvivl om at Aflastningstjenesten er enormt taknemmelige for, at Lisbet for 18 år siden valgte en ny karrierevej og hørte Mary i radioen. Lysten til at udvikle sig, godhed og en ydmyghed overfor egne evner er alle beskrivelser, som jeg tror passer godt på Lisbet – selv forklarer hun, at hun stadig lærer noget hver dag, og at den positive respons fra deltagerne i sorggruppen, samt den sparring hun har med den anden gruppeleder Jonna Svenningsen, giver drivkraft - også når det er hårdt. Hun beskriver deres opgave, som en lyttende støtte, der hjælper de sørgende til at holde fast i de positive historier om de afdøde i live.

Derudover er det enormt vigtigt for Lisbet, at man husker, at sorgen ikke blot skal overstås, men at den også kan *“få en til at tænke over tingene (...) og at en sorg flytter noget for dem der sørger og at man udvikler sig, fordi folk finder ud af at de godt kan komme videre og at det som den afdøde har givet til personen, kan hjælpe dem med at komme videre”*.

I forhold til Lisbets syn på sorggruppens fremtid kan vi være helt rolige *“Så længe der er nogle i gruppen, så har jeg lyst til at fortsætte”* afslutter Lisbet.

Aflastningstjenesten anno 2017

Af Ingrid Bang



Venstre: Koordinator fra Esbjerg, Ingrid Bang – Højre: koordinator fra Varde-afdelingen Ragnhild Kallestrup

December 2010 overtog jeg den daglige ledelse. Jeg kom fra en konsulentstilling i Esbjerg Kommune og det var en spændende udfordring at komme over i den frivillige foreningsverden. Aflastningstjenestens værdier og mission var naturligt for mig med min baggrund som sygehjælper og socialrådgiver. Jeg mødte her positive mennesker med interesse i at gøre en forskel for deres medmennesker.

Vi forsøger at udvikle tilbud efter de behov, der efterspørges hos de mennesker vi møder. Vi er i bestyrelsen meget bevidste om at udvikle, uden at vi glemmer vores oprindelige kerneopgaver aflastning og besøg i hjemmene for syge og døende. Vores erfaringer bliver også brugt i projekter, vi deltager i, både i Esbjerg og Varde kommuner.

Antallet af frivillige er vokset støt. Vi bestræber os på ved en grundig forsamtale og introduktion, at sikre at de nye frivillige er kvalificeret til indsatsen. Aflastningstjenesten er respekteret og anerkendt for de kvalificerede frivillige og det er et særkende.

Intranettet er et vigtigt redskab, så de frivillige blandt andet kan få informationer, skrive sig på vagtplaner, registrere timer og indberette kørselsudgifter. Det er dog ingen hindring at være frivillig uden at være på internet.

Det er dejligt at vi udvider med flere frivillige, det betyder også flere koordinator opgaver, og vi har svært ved nå ud til alle. Derfor har vi fået frivillige tovholder på forskellige opgaver. Det er dejligt at der er nogen hjælpere med de daglige opgaver.

Vi fortsætter med de traditionsbundne kurser og møder som har været afholdt i mange år. Det er vigtigt at finde balancen mellem at beholde de velfungerende traditioner og udvikle nye. Et kursusudvalg er med til at arrangere og inspirere til kurser for de frivillige, så indsatsen ydes kvalificeret og trygt.

Efter 7 år som daglig leder har jeg fået et bredt kendskab til den frivillige indsats, det er fantastisk at være i kontakt med så mange mennesker. De daglige arbejdsopgaver er alsidige og spændende, og det er en glæde at være en del af.

Årsrapport 2017

Af Ingrid Bang og Christian Bendixen

Aflastningstjenesten i Esbjerg og Varde er en frivillig forening under kfum og kfuk i Esbjerg.

Formålet for Aflastningstjenesten

I gennem frivilliges engagement og et kristent menneskesyn, at give medmenneskelig omsorg, nærvær, tid og stjernestunder for ensomme, sårbare, alvorligt syge og døende borgere og deres pårørende og medvirke til at forbedre deres livskvalitet.

Aflastningstjenestens vision er fortsat udvikling af den frivillige indsats, der skal give mening for den enkelte, og hvor vi oplever et behov, og at Aflastningstjenesten kan medvirke til at borgerne oplever anerkendelse og respekt og får mulighed for at træffe valg så lang tid som muligt.

Vi kan tilbyde

- Aflastning af pårørende til alvorligt syge, demente og døende
- Besøgsvener hos syge eller ensomme
- Musik og frivillige på plejecentre og Hospice Sydvestjylland, som er med til at skabe gode og hyggelige rammer
- Kirketjeneste, hvor vi hjælper ældre på plejecentrene, der ønsker at deltage i gudstjeneste
- Vågetjeneste - frivillige der sidder ved døende, så de ikke behøver at ligge alene
- Sorggrupper for efterladte med støtte
- Mandagsklub for mennesker med hukommelsessygdomme
- Frivillige på Psykiatrisk afd. Spangsbjerg, der er til stede og skaber hygge i fællesstuen

Året der gik

Der har været mange opgaver, udfordringer og nye tiltag. Vi er kommet i mange hjem, hvor gode relationer er opbygget, ved besøgstjeneste og aflastning af pårørende. Vi oplever et stort behov for vores indsats, og møder respekt for indsatsen i hjemmene og ved samarbejdspartnere.

Der er ydet mange timer på plejecentrene og på Hospice Sydvestjylland, hvor de frivillige med årene er blevet en integreret og værdsat del til gavn for dels patienter/beboere og pårørende.

Musikerne giver rigtig meget liv og glæde med deres spil. I 2017 er der spillet på 26 plejecentre i Esbjerg og Varde og på Hospice Sydvestjylland.

Sorggrupperne i Esbjerg og Varde tilbyder efterladte at få bearbejdet sorgen sammen med andre, der har mistet. I Varde har Jonna Svenningsen afløst Annemarie Lund som gruppeleder sammen med Lisbet Jacobsen.

Mandagsklubberne giver adspredelse og hygge for hukommelsessvækkede, som deltager i klubben, der også er til gavn for pårørende.

Som noget nyt er der lavet et samarbejdsprojekt med Psykiatrisk afd. på Spangsbjerg. Tovholder for projektet er Kirsten Simonsen. De frivillige er på afdelingen tre eftermiddage om ugen. Projektet startede ultimo november og er kommet godt i gang og skal evalueres til efteråret 2018.

I 2017 er der ydet 24.631 frivillige tim-

er. Der er fordelt med 5635 timer i Varde, 7810 timer i Esbjerg, 7189 timer på hospice, 1431 timer musik. Tallet inkluderer 2566 timer til kurser, møder og bestyrelsesarbejde.

I 2017 er timerne fordelt med

1816 timer ved aflastning i hjemmene.
3143 timer i besøgstjeneste i Esbjerg og Varde
5710 timer på plejecentre
7189 timer på Hospice Sydvestjylland
1431 timer musik på plejecentre og Hospice.
477 timer i vågetjenesten
971 timer i demensklubber
309 timer i sorggrupper
67 timer ved sindslidende og Spangsbjerg.

Samtaler, planlægning og bestyrelsesarbejde

Koordinatorerne i Esbjerg og Varde har alle førstekontakter med hjemmene, hvor behov og rammer afdækkes og der findes en frivillig til opgaven.

Koordinator i Varde og bestyrelsen har tilsammen brugt 884 frivillige timer på bestyrelses- og udvalgsarbejde samt koordinering.

Koordinator i Esbjerg er ansat som daglig leder af foreningen- som koordinator på Hospice med 15 timer og 22 timer til ledelse og koordinering i Aflastningstjenesten's andre opgaver.

Alle nye frivillige er ved opstart til en grundig samtale med koordinator. De fremviser straffeattest og underskriver tavshedserklæring. Ved udgangen af 2017 var der 225 frivillige i Aflastningstjenesten i Esbjerg og Varde.

Vi mangler frivillige

Vi har tidligere haft frivillige til at dække de nye opgaver i foreningen, men vi har haft en stigende antal af hjem, hvor der er brug for vores indsats, derfor har vi fået en venteliste. Det er vi

meget kede af, derfor har vi brug for flere frivillige til at dække opgaverne. Vi forsøger kontinuerligt at rekruttere frivillige. Der kommer en del nye frivillige, men der er også frivillige, der af forskellige årsager stopper i foreningen. Vores PR er derfor vigtig, og vi forsøger at være synlige, hvor det er muligt, det er igennem hjemmesiden og Facebook, men ikke mindst kommer vi ud og fortæller om vores indsats.

Aflastningstjenesten i Ølgod

Der har i 2017 været arbejdet på at Aflastningstjenesten i Ølgod, med 8 frivillige bliver en del af foreningen. Den 1. januar 2018 kan vi byde velkommen til dem.

Formandsskifte

I 2017 valgte Jytte Madsen at stoppe, hun blev afløst af Marianne Rosenbæk. Jytte Madsen har været formand i knap 10 år og hun har gjort et stort stykke arbejde for udviklingen af foreningen.

Marianne Rosenbæk arbejder i det daglige på Hospice Sydvestjylland, og før det var hun i det palliative team på Sydvestjysk Sygehus. Hun tager en stor menneskelig forståelse med sig ind i bestyrelsesarbejdet.

Kurser og møder i 2017

De frivillige deltager i møder, foredrag og kurser, der er med til at inspirere og motivere samt sikre, at de har gode vilkår og kan yde en tryk og værdifuld indsats.

Nytårskur

Nytårskur afholdes hvert år i januar. En festlig aften, med dejlig mad og hygge, hvor bestyrelsen takker for indsatsen. Der deltog 140 ved festen.

Sommerudflugt

Sommerudflugt gik i 2017 til Vadehavscentret i Vester Vedsted. Der deltog 80 frivillige.

Sidste hjælps kursus

Aflastningstjenesten var værter ved kurset i Esbjerg i foråret og i Varde i efteråret i samarbejde med projekt "Værdig død". Et offentligt møde om døden, hvad sker der fysisk såvel som juridisk. Der var god opbakning.

November kursus

Med emnet "Når der er knas på linjen", om at kommunikere med mennesker med tale, høre og hukommelseshandicaps. Der deltog 69 frivillige.

Løgumkloster Refugium døgnkursus

Foredrag ved bedemand Nis Peter Holm, drøftelse af foreningens værdier og oplæg og drøftelse af emnet "Når gode mennesker handler ondt" der deltog 67 frivillige.

Supervision og møde for sorggrupperne

Der er afholdt et møde med psykolog Anné Berlemé. Gruppelederne har et grundlæggende kursus, men får jævnligt suppleret med ny viden og supervision.

Cafémøder

Afholdes hver måned. Ofte er der inviteret en gæst til at fortælle om et relevant emne. Der deltager mellem 8-20 frivillige hver gang.

Frivillig indsats er ikke gratis

Vi oplever et stort behov for Aflastningstjenestens indsats. Med et stort antal frivillige er der stort behov for koordinering af opgaverne og for at skabe gode rammer for de frivillige.

Vi arbejder kontinuerligt på at få vores økonomi til at hænge sammen.

Vi er meget glade for støtten og anerkendelsen fra fonde, loger, virksomheder og andre, der betænker os med pengegaver. Vi takker alle for deres bidrag.

Bliv støttemedlem

Det er muligt at tegne et støttemedlemsskab, hvor kontingent går til at støtte og kvalificere den frivillige indsats. Se indmeldelses blanket på hjemmesiden.

Esbjerg, marts 2018



Aflastningstjenestens regnskab 2017 og budget 2018

	Budget 2017	Regnskab 2017	Budget 2018
Indtægter			
Tilskud fonde	384.000	334.000,00	430.000
Tilskud virksomheder	2.000	10.000,00	2.000
Arv	0	0,00	0
Indsamlet møder	1.000	0,00	1.000
Afholdt kurser	2.500	0,00	2.500
Tilskud Esbjerg Kommune	0	0,00	0
§ 18 midler Esbjerg	131.000	200.000,00	191.735
§ 79 midler Esbjerg	0	0,00	37.000
Tilskud Varde Kommune	71.500	73.230,00	73.300
Tilskud §18 Varde Kommune	40.000	40.000,00	40.000
Tilskud § 18 Varde - Demens klub	8.000	8.000,00	9.000
Tilskud projekter	0	15.000,00	15.000
Tilskud plejecenter projekt SM	0	0,00	0
Tilskud fonde plejecenter projekt	0	0,00	0
Tilskud kirker	4.000	1.000,00	4.000
Kollekter	2.000	6.322,50	2.000
Y's Mens Klubber	0	0,00	5.000
Gaver private	1.000	3.000,00	2.000
Hospice andel løn leder	187.500	195.479,57	196.000
Hospice andel kurser m.m.	10.000	12.600,00	15.000
Gaver ved begravelser	0	0,00	0
Hospice støtteforening	10.000	23.925,00	10.000
Andre tilskud	0	8.300,00	0
Julemarked og cykelrally	1.500	9.509,43	1.500
Kirkernes andel besøgstjeneste	66.000	50.000,00	66.000
Støttemedlemmer i alt	14.000	10.300,00	14.000
Overført fra hensættelser	0	0,00	60.000
Renter	500	0,00	0
Indtægter i alt	936.500	1.000.666,50	1.177.035
Udgifter			
Kontorhold + tryksager	36.650	40.514,42	67.650
Ansatte i alt	536.250	550.105,93	647.000
Frivillige			
Kurser / undervisning	100.000	76.971,88	100.000
Arrangementer for frivillige	56.000	58.248,40	60.000
Møder frivillige	8.000	3.836,75	8.000
Kørsel frivillige	12.000	20.708,11	25.000
Frivillige i alt	176.000	159.765,14	193.000
Aktiviteter			
Hospice Sydvestjylland	800	11.089,40	5.500
Plejecentre + projekt	0	0,00	12.000
Musik	4.000	5.013,00	5.000
Psykatri projekt	0	195,00	3.000
Vågetjenesten	3.000	7.728,04	3.000
Sorggrupper	9.000	4.618,90	15.000
Demensklub	50.800	38.363,97	64.000
Aktiviteter i alt	67.600	67.008,31	107.500

	Budget 2017	Regnskab 2017	Budget 2018
Andre udgifter			
Møder bestyrelsen	4.500	3.632,92	8.000
Beklædning frivillige	8.000	0,00	8.000
Navneskilte	4.000	0,00	0
Materialer til frivillige	1.000	0,00	7.500
Gaver	10.000	3.283,93	10.000
Annoncering	40.000	19.402,19	40.000
Hjemmeside / intranet	30.000	18.570,00	50.000
Hospice kontingent	800	800,00	800
Leje Lokaler	20.300	20.000,00	20.500
Hensat til projekter	0	90.000,00	0
Revision	0	6.250,00	0
Jubilæumsfejring	0	11.944,39	0
Diverse	1.000	100,00	1.000
Andre udgifter i alt	119.600	173.983,43	145.800
Udgifter i alt	936.100	991.377,23	1.160.950
Årets resultat	400	9.289,27	16.085

BALANCE

Aktiver

Kasse	1.993,50
Bank Nordik	639.732,38
Aftaleindlån Bank Nordik	240.806,35
Bank Nordik kontigent	10.600,00
Bank nordic SM	0,00
Diverse tilgodehavende	26.989,00
Tilgode medlemmer	2.900,00

Aktiver i alt

923.021,23

Passiver

Mell §18 Varde Kommune	0,00
Mell. Regn. Uddannelsespuljen	1.934,95
Mell. Regn. KFUM og KFUK	44.150,78
Hensat til projekter	342.000,00
Skyldig til Kreditore	142.032,47

Egenkapital pr. 1/1

383.613,76

Årets resultat

9.289,27

Egenkapital i alt pr. 31/12

392.903,03

Passiver I alt

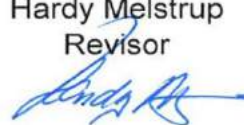
923.021,23

Regnskabet er revideret den 5. marts 2018 - Der er intet fundet at bemærke

Bent Nielsen
Revisor



Hardy Melstrup
Revisor





**Aflastnings-
tjenesten**