



Beretning for det Socialhumanitære Område og Bevægelse & Sundhed i Distrikt 4 – 2024

SH-arbejdsgruppen/faggruppen består af:

Karen Wagner (Koordinator SH, bevægelse & sundhed)
Birthe Bjerg
Ejner Frost, Ølgod
Heidi Jähne, Kolding (fra årsmødet april 2024)
Gruppen dækker også Bevægelse & Sundhed.

Ansvarsområde:

Det socialhumanitære område dækker alle aktiviteter, der er af socialhumanitær karakter. Besøgsvenner, bisiddere, tryghedsopkald, demens, den hjælpende hånd, indkøbsordning, kørestolsskubbere etc.

Arbejdsgruppens formål er at muliggøre koordinering, videndeling og erfaringsudveksling mellem de socialhumanitære frivillige i Distrikt 4.

Bevægelse & Sundhed dækker alle aktiviteter indenfor motion og har det samme formål som for SH-området og samme arbejdsgruppe.

Planlægningsmøder i arbejdsgruppen og afholdte ERFA-møder og temadage

Arbejdsgruppen har afholdt 3 møder i 2024 med henblik på planlægning af ERFA-møder og temadage samt evaluering (6/3, 1/7 og 17/9).

ERFA-møder:

Der er afholdt 1 ERFA-møde for SH-kontaktpersoner den 29/5.

Erfaringsudveksling med bordet rundt fylder en del af mødet.

Derudover havde vi inviteret David Vincent Nielsen, der kom med et spændende, informativt og grundigt oplæg om ensomhed. Det gav anledning til en god debat og spørgsmål.

Der blev afholdt 1 ERFA-møde for demensansvarlige 13/11.

Udover det faste punkt "Bordet Rundt" havde vi inviteret Jette Abildskov, Ældre Sagens konsulent på demensområdet, som indledte med at fastslå, at vores frivillige demensarbejde handler om mødet med et andet menneske. Derefter handlede Jettes oplæg om, hvor højt prioriteret demensarbejdet er i Ældre Sagens strategi – og om samarbejdet med de andre demensorganisationer. Bl.a. Folkebevægelsen for demensvenligt Danmark. Jette havde mange gode ideer til aktiviteter. Godt oplæg, god debat og mange spørgsmål.

Temadage:

16/1 havde vi en fælles temadag (SH og IT) om cybersvindel. Gode oplæg og god debat. Bl.a. hvordan når vi ud til de digitalt udfordrede med vores tilbud om hjælp. God snak ved bordene.

Den 20/3 afholdt vi en temadag "Stemmen som relationskaber" og Ældretelefonen primært for tryghedsopkald og besøgsvenner. Pia Gruwier Larsen, operasanger, sangpædagog og voicecoach. Hvordan bruger vi vores stemme til at skabe nærvær og kontakt? Hvad griber os og hvad generer os ved andres stemmer? Hvilken rolle spiller krop, vejrtrækning, tempo og tonering, når vi ønsker at fremstå på en bestemt måde? Dialog, fysiske øvelser.

Vibeke Bruun-Toft fortalte om den kommende samtalelinje (a la Børnetelefonen). Vibeke forklarede også forskellen på Ældretelefonen, da den startede under coronaen (fremadrettet telefonvenner) og den kommende samtalelinje (fremadrettet Ældretelefonen). Det var inden Ældretelefonens opstart, så Vibeke ville også gerne have bud på, hvad der skal til for at den bliver en succes.

Bevægelse & Sundhed

Planlagt erfamøde for motionsansvarlige 20/6 – måtte aflyses pga. for få tilmeldte.

Planlagt temadag for motionsfrivillige 2/10 (Bevægelse, sundhed & livskvalitet) "Hvorfor er motion og bevægelse vigtigt", "Hvad får os i gang med motion og hvordan holder vi fast", "Gåfællesskaber" og Dans.

Temadagen blev aflyst pga. for få tilmeldte.

20.02.2025

Karen Wagner

Distriktskoordinator for de socialhumanitære aktiviteter,
Bevægelse & Sundhed