



**”Demensrejsen - Fra Jorden til Månen”
med Vibeke Drevsen Bach**

SIDEN SIDST...

Temadag ”Demensrejsen - fra Jorden til Månen”	1
Temadag - ”Hvad sker der i Region Midtjylland”	2
Lidt statistik.....	2
Temadag om ”Membersite”	3
Årsmøde i Distrikt 2	4
Temadag Vejen til et Liv som pårørende	5
Distriktledelsen.....	6

”Demensrejsen - Fra Jorden til Månen” satte tanker og følelser i bevægelse

Der var både eftertænksomhed og engagement i luften, da Distrikt 2 inviterede til arrangementet Demensrejsen – fra Jorden til Månen.

Dagen bød på en kreativ og vedkommende formidling af demens samt en aktuell status på ældrepolitikken.

Allerede kl. 9.30 mødtes deltagerne til morgenmad, hvor der blev hilst på tværs og skabt en hyggelig ramme for dagens program.

Herefter bød ældrepolitisk koordinator Ellen Mehlsen officielt velkommen og satte ord på formålet med arrangementet.

Så blev Vibeke Drevsen Bach introduceret, og hun tog deltagerne med på Demensrejsen – fra Jorden til Månen.

Gennem en kreativ fortolkning beskrev hun demens som en rejse væk fra det velkendte – fra ”Jorden” – og ud i det mere ukendte og uforudsigelige – ”Månen”. Med fortællingens billeder og metaforer blev en ellers kompleks og ofte svær sygdom gjort mere begribelig for alle.

Hendes formidling skabte både indsigt og refleksion. Flere deltagere gav udtryk for, at de fik en ny forståelse af, hvordan mennesker med demens oplever verden. Samtidig blev der sat fokus på menneskelig blomstring – og på hvordan omgivelsernes adfærd kan have afgørende betydning for livskvaliteten hos den, der lever med demens. For mange vakte oplægget en lyst til at justere egen tilgang og bidrage mere aktivt til trivsel hos medmennesker.

Efter en formiddag med stærke indtryk samledes deltagerne igen til frokost, hvor samtalerne fortsatte rundt om bordene.

Efter frokosten fulgte et politisk perspektiv, da seniorkonsulent Per Tostesnæs fra Ældre Sagens Samfundsanalyse gav en status på den aktuelle ældrepolitik. Han kom ind på ældre-reformen, de centrale udfordringer på området og betydningen af det kommende kommunevalg i 2025. Oplægget skabte debat og gav deltagerne et

solidt indblik i de strukturelle rammer, der former ældreområdet i de kommende år.

Arrangementet blev afsluttet med en varm tak fra Distrikt 2 og ældrepolitisk koordinator Ellen Mehlsen for det store engagement og den gode opbakning.

Dagen blev rundet af med kaffe og en tak for fremmødet. Mange gik hjem med både ny viden, nye perspektiver og stof til eftertanke.



”Hvad sker der i Region Midtjylland - nu og i fremtiden?”

Der var stort engagement og livlig debat, da deltagere fra hele området mødtes til arrangementet ”Hvad sker der i Region Midtjylland lige nu og i fremtiden?”.

Dagen bød på både politiske perspektiver, personlige erfaringer fra sundhedsvæsenet og debat om fremtidens regionale udfordringer.

Allerede klokken 9.30 samledes deltagerne til morgenmad, hvor der blev hilst på tværs, udvekslet erfaringer og skabt en hyggelig ramme for dagens program.

Social-humanitær koordinator Birthe Munch Pedersen bød velkommen og understregede betydningen af dialog mellem borgere og politikere om udviklingen i sundhedsvæsenet og regionens fremtidige prioriteringer.

Herefter blev regionsrådsformand Anders Kühnau og regionsrådsmedlem Bo Jensen introduceret.

De gav deltagerne et aktuelt indblik i de udfordringer og muligheder, som præger Region Midtjylland netop nu – og i de kommende år.

Der blev blandt andet sat fokus på sundhedsvæsenets udvikling, presset på hospitalerne, rekruttering af medarbejdere samt de politiske prioriteringer, der skal være med til at sikre et bæredygtigt og nært sundhedsvæsen i fremtiden.

Oplæggene gav deltagerne et nuanceret billede af den virkelighed, som både patienter, medarbejdere og politikere står midt i.

Et særligt nærværende indslag kom fra Birthe Munch Pedersen, som delte sine personlige oplevelser som indlagt på en medicinsk afdeling på Viborg Sygehus. Hendes fortælling satte menneskelige perspektiver på hverdagen i sundhedsvæsenet og gjorde stort indtryk på de fremmødte.

Formand for Frivilligrådet, Susanne B.

Andersen, bidrog herefter med både ris og ros til regionspolitikkerne.

Hun fremhævede betydningen af frivilliges indsats, men pegede også på områder, hvor der fortsat er behov for forbedringer og større fokus på samarbejdet mellem borgere, frivillige og det offentlige.

Efter oplæggene fik deltagerne mulighed for at stille spørgsmål direkte til politikkerne og udfordre dem på de emner, der fyldte mest.

Debatten blev både levende og engageret, og mange benyttede lejligheden til at dele egne erfaringer og bekymringer om fremtidens sundhedsvæsen.

Arrangementet blev rundet af med fælles frokost, hvor samtalerne fortsatte rundt om bordene.

Mange gik hjem med ny viden, nye perspektiver og en oplevelse af at være blevet hørt i en vigtig debat om fremtidens Region Midtjylland.

Lidt statistik om vores lokalafdelinger

	Aulum-Vildbjerg	Bjerringbro	Brande	Fjends-Karup	Herring	Holstebro	Kløst	Lemvig-Thyborøn-Harboøre	Møldrup	Nr. Snede-Eistrupholm-Klovborg	Ringskøbing-Holmsland	Sallingund	Silkeborg-Sundsøre	Silkeborg-Tarm	Straar-Thyholm	Tjale	Ulfborg-Vemb	Viborg	Videbæk	Vindrup	Åaskov
2025	3.104	2.705	1.928	2.498	11.890	6.948	4.702	4.141	1.352	1.566	4.514	1.094	7.287	3.608	4.162	1.518	1.266	8.421	2.170	1.469	1.311
%	4,0%	3,6%	4,6%	2,5%	3,6%	5,0%	2,5%	4,4%	3,6%	1,3%	3,2%	1,7%	4,3%	3,8%	3,1%	0,1%	1,9%	4,1%	3,0%	1,7%	-0,2%
2026	3.229	2.803	2.017	2.560	12.319	7.298	4.821	4.325	1.401	1.586	4.658	1.113	7.603	3.744	4.293	1.520	1.290	8.769	2.234	1.494	1.300
Antal Friv.	82	67	70	63	200	99	154	30	55	61	95	109	147	74	61	23	20	91	40	44	44
%	2,5	2,4	3,5	2,5	1,6	1,4	3,2	0,7	3,9	3,9	2,0	9,8	1,9	2,0	1,4	1,5	1,6	1,0	1,8	3,0	3,4

Temadag om "Membersite"



Aktuel information og dialog om det nye Membersite samlede lokalafdelingerne i Aulum

Der var stor interesse og engagerede spørgsmål, da Distrikt 2 inviterede webmastere og kasserere fra lokalafdelingerne til en informationsdag om det nye bookingsystem Membersite.

Arrangementet i Aulum satte fokus på de mange ændringer og udfordringer, som lokalafdelingerne står overfor i forbindelse med implementeringen af det nye system.

Dagen begyndte med morgenkaffe, hvor deltagerne havde mulighed for at hilse på hinanden og udveksle erfaringer fra arbejdet i lokalafdelingerne.



Den uformelle start skabte en god ramme for dagens program og de mange spørgsmål, som optog deltagerne.

Formand for Distrikt 2, Erik Sønderby, bød velkommen.

Han indledte dagen med fællessang og understregede betydningen af samarbejde og videndeling i en tid, hvor nye digitale løsninger stiller store krav til de frivillige kræfter i lokalafdelingerne.

interesse for både de tekniske løsninger og de praktiske konsekvenser i det daglige arbejde. Mange benyttede lejligheden til at få afklaret usikkerheder og dele erfaringer med hinanden.

At mødet kunne gennemføres med så kort planlægning blev mødt med stor tilfredshed blandt deltagerne, som satte pris på muligheden for at få direkte dialog og konkrete svar på de spørgsmål, der fylder lige nu i lokalafdelingerne.



Kort efter blev Kristian Nielsen fra Ældre Sagens sekretariatet introduceret. Med meget kort varsel var det lykkedes at få ham til Aulum for at holde et aktuelt og vigtigt oplæg om det nye bookingsystem Membersite.

I sit oplæg gav Kristian Nielsen en grundig introduktion til systemet og gennemgik de funktioner og arbejdsgange, som lokalafdelingerne fremover skal arbejde med.

Samtidig satte han fokus på de udfordringer, som flere allerede har mødt i forbindelse med implementeringen.

Deltagerne fik mulighed for at stille spørgsmål undervejs, og der var stor

Stemningen gennem dagen var præget af både engagement, nysgerrighed og et fælles ønske om at få det nye system til at fungere bedst muligt til gavn for medlemmerne og det frivillige arbejde.

Arrangementet blev afsluttet med fælles frokost, hvor samtalerne fortsatte rundt om bordene.

Mange gik hjem med ny viden og forhåbentlig større forståelse for Membersite og en oplevelse af fællesskab omkring de *udfordringer* og muligheder, som det nye system bringer med sig.

Årsmøde i Distrikt 2

Viden, Fællesskab og Inspiration



Distrikt 2 inviterede til Årsmøde med et program, der kombinerede formelle beslutninger, faglig inspiration og fællesskab.

Dagen gav deltagerne både indblik i distriktets arbejde og mulighed for at få ny viden, der kan bruges i det daglige frivillige engagement i lokalforeningerne.

Deltagerne mødtes til morgenmad, hvor stemningen var præget af gensynsglæde og gode samtaler på tværs. Den uformelle start skabte en rolig og imødekommende ramme for dagens program.

Distriktsformand Erik Sønderby bød velkommen og indledte med sang, som satte en fælles og højtidelig stemning for Årsmødet.

Herefter blev selve Årsmødet gennemført i henhold til vedtægterne. Der blev der orienteret om distriktets arbejde, retning og organisering, som har til formål at understøtte og inspirere frivillige i lokalforeningerne.

På Årsmødet blev der gennemført valg til både distriktsledelse og vores koordinatorposter.

Valgproceduren forløb uden modkandidater, og der var en klar opbakning til de nuværende ansvarlige, som alle blev genvalgt.

I distriktsledelsen fortsætter Erik Sønderby som formand med en valgperiode frem til 2027, mens Gudrun Juelsgaard fortsætter som næstformand og Inga Alstrup som kasserer – begge med valgperiode til 2028.

Også på koordinatorposterne var der genvalg over hele linjen. Ellen Mehlsen fortsætter på det Ældrepolitiske område, Birthe Munch Pedersen på det Social-Humanitære område, Søren Kjærulff Andersen på IT-området, Gudrun Juelsgaard på Motion & Sundhed samt Erik Sønderby som PR-koordinator.

Alle havde erklæret sig villige til genvalg og fortsætter dermed deres arbejde for distriktet.

Posten som sekretær er dog fortsat vakant og vil blive besat, når en ny sekretær er fundet.

Samlet set vidner valget om stabilitet og tillid til de nuværende kræfter i organisationen, hvor kontinuitet og erfaring fortsat vægtes højt i det kommende arbejde.



Efter en kort pause fortsatte programmet med et fagligt og levende foredrag af neurofysioterapeut og brain health trainer Daniel Skov Larsen fra ExerBrain.

I oplægget "Balanceproblemer og Svimmelhed" kombinerede Daniel Skov Larsen teori med praktiske øvelser og fysisk udfoldelse. Deltagerne fik et indblik i, hvordan hjernen og kroppen arbejder sammen, og hvordan træning kan understøtte bedre balance og livskvalitet – særligt hos ældre.

Foredraget skabte stor interesse og engagement, og mange deltog aktivt i øvelserne, som gav konkrete eksempler på, hvordan man kan arbejde med kroppen i praksis.

Dagen blev afsluttet med frokost, som blev serveret af Penny og hendes stab i Aulum, der endnu engang blev rost for deres gode mad og gæstfrihed.

Alt i alt gik deltagerne fra Årsmødet med ny viden, inspiration og en styrket forståelse af Distrikt 2's rolle – samt en tydelig oplevelse af fællesskab og engagement i det frivillige arbejde.

Temadag "Vejen til et Liv som Pårørende" - en dag med ærlighed, indsigt og fællesskab



Anja Aalund

Der var både eftertænksomhed, genkendelse og varme smil, da deltagerne mødtes til arrangementet "Vejen til et liv som pårørende".

Dagen satte fokus på de komplekse følelser og livssituationer, der følger med rollen som pårørende – fortalt med både alvor, humor og stor menneskelig indsigt.

Da vi mødtes blev der serveret morgenmad, og deltagerne fik mulighed for at mødes i rolige rammer, inden dagens program gik i gang. Stemningen var præget af nærvær og

åbenhed fra begyndelsen.

Herefter bød ældrepolitisk koordinator Ellen Mehlsen velkommen og indledte dagen med sang, som skabte en fælles og varm stemning i salen.

Kort efter introducerede Ellen Mehlsen dagens hovedoplægsholder, Anja Aalund, som holdt foredraget "Vejen til et liv som pårørende".

I sit hudløst ærlige og personlige oplæg fortalte Anja Aalund om livet som pårørende – ikke som en entydig fortælling om tab, men som en erkendelse af at leve videre med det, man har, fremfor at fokusere på det, man har mistet. Med både alvor, varme og humor satte hun ord på de tanker og følelser, som ofte kan være svære at tale højt om.

Hun beskrev også de "tilladte" og "forbudte" følelser, som mange pårørende oplever, og gav et ærligt indblik i de dilemmaer, der kan opstå i hverdagen. Anja Aalund har selv en bred erfaring

med pårørendeområdet – både som fagperson, leder og privat pårørende. Hun har arbejdet som forhandlingsleder og mediator mellem botilbud og pårørende, været leder for medarbejdere med pårørende erfaringer i privatlivet og har samtidig selv haft rollen som pårørende. Denne kombination gav hendes fortælling en særlig dybde og troværdighed.



Kirsten Skou Hansen.

Efter frokosten fortsatte programmet med et fagligt oplæg fra pårørendevejleder Kirsten Skou Hansen fra Skive Kommune.

Kirsten fortalte om sit arbejde i Pleje & Omsorg – Udvikling & Administration og gav deltagerne et indblik i, hvordan man som kommune arbejder målrettet med støtte og samarbejde med pårørende. Oplægget gav en konkret forståelse af de kommunale rammer og de mange forskellige situationer, som pårørendevejledningen skal håndtere i praksis.

Dagen sluttede klokken 15.00 med en fælles tak for i dag.

Mange deltagere gik hjem med nye perspektiver, større forståelse og en følelse af at være blevet spejlet i en vigtig og ofte overset livsrolle.



Her finder du en oversigt på distriktsledelsen, koordinatore samt vores medlemmer af sundhedsudvalget i Region Midt



**FORMAND
PR-KOORDINATOR**
Erik Sønderby
Mobil 2961 5421
Mail post@bookprinter.dk



**NÆSTFORMAND og SUNDHED-
& MOTIONS KOORDINATOR**
Gudrun Juelsgaard
Mobil 6069 3660
Mail
gudrunjuelsgaard@gmail.com



KASSERER
Inga Alstrup
Mobil 2757 2795
Mail
ks.midt-vestjylland.02@aeldresagen.dk



SEKRETÆR

Vakant



**IT
KOORDINATOR**
Søren Kjærulff Andersen
Mobil 4070 5850
Mail ska@skandersen.dk



**ÆLDRE-HUMANITÆR
KOORDINATOR**
Ellen Mehlsen
Mobil 2871 4685
Mail ellenmehlsen@privat.dk



**SOCIAL-HUMANITÆR
KOORDINATOR**
Birthe Munch Pedersen
Mobil 6167 7878
Mail birthemuh@hotmail.dk



KONSULENT
Torben Færk
Mobil 2810 4845
Mail tf@aeldresagen.dk



LANDSBESTYRELSESMEDLEM
Lise Bjerglund
Mobil 2030 0383
Mail
lib743@aeldresagen-post.dk



**SUNDHEDSUDVALGET
REGION MIDT (PIU)**
Aase Brøndum
Mobil 3011 8101
Mail troneav@gmail.com



**SUNDHEDSUDVALGET
REGION MIDT**
Birgit Worm
Mobil 3013 9777
Mail
worm.kristensen@gmail.com



**SUNDHEDSUDVALGET
REGION MIDT**
Mette Fog Nielsen
Mobil 2518 8194
Mail
mette.fog.nielsen@gmail.com