

# REFERAT

## Møde i SH-arbejdsgruppen/bevægelse & sundhed i D4

Tirsdag den 17. september 2024 på Egetoft, Kirkevej 23, 6040 Egtved kl. 10.00.

**Deltagere:** Birthe Bjerg, Ejner Frost og Karen Wagner

**Afbud:** Heidi Jáhne

### 1. Velkomst/kaffe/te

Mens vi drak kaffe/te snakkede vi om møde for SH-koordinatorer/arbejdsgrupper i Odense den 27. november. Birthe Bjerg deltager ikke. Ejner melder tilbage til Karen om deltagelse.

### 2. Godkende dagsorden til dagens møde og referat fra sidste møde den 1. juli 2024.

Dagsorden og referat godkendt.

### 3. Evaluering af det aflyste erfamøde for motionsansvarlige den 20. juni 2024.

Desværre måtte erfamødet for motionsansvarlige aflyses pga for få tilmeldte. Vi snakkede lidt om mulige årsager og blev enige om, at vi ikke gentager mødet næste år. Vi bibeholder erfamøde for SH-kontaktpersoner og for demensansvarlige.

### 4. Endelig planlægning af temadagen den 2. oktober for motionsområdet (bevægelse & sundhed).

Vi synes, at vi har valgt relevante emner og håber på tilstrækkelig tilslutning. P.t. er der kun 6 tilmeldte fra 2 afdelinger. Vi skal have min. 20 deltagere for at gennemføre temadagen.

Deltagerne sidder ved små borde. Begge lokaler skal være til rådighed på Søgården, så der er plads til øvelser og dans. Ejner tager notater til referat.

**5. Planlægning af erfamøde for demensansvarlige den 16. oktober 2024.**

Der er mange tiltag omkring demens både i kursuskataloget og fra demenskonsulenternes side, men vi håber på tilstrækkelig deltagelse af demensansvarlige/demenskontaktpersoner og evt. formænd. Vi sidder i hesteskoopstilling. Invitation er udsendt.

**6. Snak om temadage/erfamøder i 1. kvartal 2025.**

Vi planlægger en temadag for alle SH-frivillige den 20. marts 2025 (under forudsætning at oplægsholdere kan). Vi undersøger også, hvilke kurser, der udbydes i kursuskataloget for SH-frivillige.

Vi diskuterede forskellige emner og blev enige om, at temadagen planlægges, så der lægges vægt på frivilliges trivsel (vi kan som frivillige ikke hjælpe vore medlemmer, hvis vi ikke selv er i balance, trygge og trives som frivillige).

Karen snakker med Tine omkring antal oplægsholdere og hvem, vi bør vælge. Det kunne være en god idé med en psykolog. Arbejdstitlen er ”Et godt liv hele livet – også som frivillig”.

**7. Evt.**

**8. Næste møde i arbejdsgruppen.**

Onsdag den 13. november kl. 10.00 på Egetoft i Egtved.

**Tak for et godt og konstruktivt møde.**