



Bestyrelsens beretning Repræsentantskabsmøde den 22. marts 2022

Siden den 11. marts 2020, hvor det danske samfund første gang lukkede ned pga. Covid-19 pandemien, har de daglige arbejdsrutiner for mange budt på hjemmearbejde, hjemmeundervisning, nedlukning af aktiviteter og arrangementer, foreningslivet osv.

Repræsentantskabsmødet i 2021 fik vi ikke gennemført pga. Covid-19 og derfor omfatter denne beretning både 2020 og 2021, hvor begge år i væsentligt omfang har været påvirket af Covid-19 pandemien.

Endelig kom vi i gang igen

Nu er vi så endelig kommet i gang igen efter den trinvis genåbning af samfundet. Men intet er det samme som før Corona-krisen.

Nogle frivillige er bekymrede, og har brug for opbakning og motivation for at komme i gang igen. Andre glædede sig rigtig meget til at komme i gang igen, fordi de havde savnet fællesskabet. Og så er der dem, der har fået inspiration til nye aktiviteter.

For nogle borgere er der ligeledes et behov for at vænne sig til, at hverdagen er kommet tilbage.

Frivillige skaber livskvalitet

Mange måneder med stop for aktiviteter og arrangementer har sat en tyk streg under nødvendigheden af de frivillige sociale foreningers indsats. Coronakrisen har virket som et forstørrelsesglas og vist os, at foreningernes arbejde med ensomhed,

demens, pårørende, sundhed, motion osv. er værdifulde aktiviteter.

Vaccinationsindsatsen har heldigvis gjort det muligt for langt de fleste – at vende tilbage til en nogenlunde normal tilværelse igen.

MEN, der er mange borgere i alle aldersgrupper, der har behov for forskellige former for støtte til at komme tilbage til en normal hverdag.

Medborgerskab og samspil med frivillige
Samarbejdsaftalen med Haderslev Kommune er underskrevet og gælder indtil den 31. december 2025. Indholdet er identisk med den nuværende aftale og det er vi i bestyrelsen tilfredse med.

Haderslev Kommune har igangsat en proces med revision af ”Politik for medborgerskab og samspil med frivillige”.

Vi håber, at bestyrelsen og alle jer i medlemsforeningerne, bliver inviteret til at deltage i processen og får mulighed for at levere input til, hvordan et effektivt samspil mellem kommune og foreninger kan udbygges.

Økonomien kom på plads

Frivillig Center og Selvhjælp har haft et godt samarbejde med Udvalget for Sundhed og Forebyggelse og Voksen og Sundhed. Disse relationer giver mening, fordi de frivillige sociale foreningers indsats i det daglige rummer masser af forebyggelse.

På Repræsentantskabsmødet den 5. marts 2020 gav jeg udtryk for en bekymring omkring den økonomiske usikkerhed for finansiering af udgifterne til Selvhjælp. Denne usikkerhed har det politiske udvalg løst ved, at fra 1. januar 2021 er afsat 200.000 kr. årligt. Det betyder utrolig meget, at der kan ydes bedst mulig hjælp til de meste sårbare mennesker i kommunen. Tusind tak til udvalget for Sundhed og Forebyggelse, der med formanden Børge Koch i spidsen, har været meget opmærksomme på den indsats vore frivillige i foreningerne yder hver dag, Vi tror i bestyrelsen på, at depechen er givet videre til det nye udvalg, der rummer både seniorer og sundhed.

Men, men, men - Vi mangler medarbejdere på kontoret

Indtil marts 2021 har vi på skift haft dygtige seniorjobbere til at løse alle kontoropgaver i Selvhjælp. I Frivillig Centret har vi haft stor hjælp fra en frivillig. Men det er ikke længere en mulighed.

Konsekvenserne er desværre at de to ledere - Inge og Tina - skal bruge alt for mange timer på kontoret.

Jeg har på bestyrelsens vegne sendt en ansøgning den 3. marts 2022 til kommunen om ansættelse af 2 personer i fleksjob. Og den ansøgning venter vi spændt at få svar på.

Frivilligfest 2021

I 2020 måtte festen desværre aflyses og selvom vi forsøgte med flere udsættelser, justering af festens indhold, så endte forsamlingsforbuddet med, at vi helt måtte aflyse festen.

Torsdag den 16. september 2021 blev det glædeligvis igen muligt at gennemføre Frivilligfesten i Haderslev Idrætscenter for frivillige i de sociale foreninger med 400 deltagere.

Årets ”festtaler” var musiker Mette Ingwersen, der leverede en super god underholdning. Også Slesvigske Musikkorps var tilbage igen. De kan faktisk ikke undværes.

Ved årets frivilligfest fejrede vi jubilarerne fra 2020 og 2021 – så der var rigtig mange, der modtog en velfortjent ”tak for indsatsen” og ”den kloge ugle”. Haderslev Kommunes Sundhedspris blev ligeledes uddelt for 2020 og 2021 med 2 x 10.000 kr.– og vi glæder os utrolig meget til igen i 2022 i bestyrelsen at mødes med jubilarer og repræsentanter for de mange frivillige i Haderslev Kommune.

Tak til alle

Sluttelig vil jeg på bestyrelsens vegne rette en stor tak til alle frivillige – både jer der deltager i Repræsentantskabsmødet og til alle ude i foreningerne.

Jeres bidrag til velfærd for de mennesker, der har brug for støtte, er ganske enkelt enestående.

Frivillig Center og Selvhjælp er blevet et fantastisk omdrejningspunkt med foreningsstøtte og borgerrettet støtte – med Tina og Inge i frontlinjen. Tak for det. Tak til mine bestyrelseskollegaer for samarbejdet – god vind fremover.

Hvem er vi?



Formål

- Frivillig Center og Selvhjælp Haderslev bidrager til social forandring og sammenhængskraft ved at samle foreninger, borgere, kommunen og virksomheder om aktuelle sociale forandringer
- Vi støtter, formidler og synliggør frivilligt socialt arbejde i Haderslev Kommune
- Vi skaber mulighed for, at mennesker der har det svært, kan få hjælp til selvhjælp og kan få delt erfaringer om det, der er svært
- Vi spiller en central rolle i det lokale sundhedsfremmende og forebyggende arbejde, dels ved egne initiativer, dels i samarbejde med andre
- Frivillig Center og Selvhjælp Haderslevs aktiviteter forestås af frivillige og fastansatte medarbejdere. Som frivillig forstås enhver, der ulønnet varetager foreningens interesser
- Frivillig Center og Selvhjælp Haderslev er partipolitisk neutral og uafhængig af religiøse institutioner
- Frivillig Center og Selvhjælp Haderslev er en Selvejende Institution med fælles bestyrelse og fælles økonomi
-

Ledelse og ansatte i Frivillig Center og Selvhjælp Haderslev

Selvhjælp Haderslev

Inge Linnet (leder), uddannet socialpædagog og har arbejdet med mennesker inden for flere forskellige områder. De sidste mange år som leder i socialpsykiatrien. Inge Linnet er uddannet psykoterapeut.

Jette Skov (ansat i seniorjob som kontorassistent indtil 21.03.2021), uddannet lærer og har arbejdet indenfor dette fag i flere år. Har de sidste par år arbejdet som post.

Fra 22.03.21 har det ikke været muligt at få ansat en ny medarbejder i seniorjob. De

frivillige i Selvhjælp Haderslev har på skift sammen med lederen passet kontor og telefon. Kommunen har oplyst, at det fremover ikke er muligt at ansætte personer i seniorjob og der er pt. ikke fundet en anden løsning.

Frivillig Center Haderslev

Tina Rosenkilde - Hansen (leder), erhversuddannet indenfor handel, selvstændig erhvervsdrivende i 16 år, arbejdet som medierådgiver og de sidste år som kørselskoordinator i lægevagten. 8 års erfaring med bestyrelsesarbejde.

Alfrida Pedersen (ansat i seniorjob som omsorgs- og praktisk medhjælper indtil den 10. – 12. 2022, uddannet teolog/præst og arbejdet som præst i 16 år.

Kommunen har oplyst, at det fremover ikke er muligt at ansætte personer i seniorjob. Et lederskift har vist, at der i Frivillig Center Haderslev mangler timer til kontorpersonale. Det er pt. ikke fundet andre løsninger.

Selvhjælp Haderslev

Selvhjælp Haderslev er en frivillig social organisation, der har eksisteret i over 30 år. Selvhjælp Haderslev arbejder forebyggende ved at fremme kontakten mellem mennesker gennem etablering af selvhjælpsgrupper og støtte til enkeltpersoner ved individuelle samtaler, for derved at øge den enkeltes livskvalitet og sociale netværk. I Selvhjælp Haderslev er tilknyttet frivillige medarbejdere, der varetager frivillige ulønnede arbejdsopgaver.



Frivillig Center Haderslev

Frivillig Center Haderslev definerer sig selv som foreningernes forening. Frivillig Center Haderslev gør det let at være forening, hjælper med praktiske og organisatoriske opgaver og har efterhånden meget fine lokaler for medlemsforeningerne. Vi guider frivillige ind i sammenhænge, hvor de bedst kan bruge sig selv og vi etablerer netværk imellem foreninger med fælles interesser.

Frivillig Center Haderslev er bindeled mellem de frivillige sociale foreninger og kommunen.

Bestyrelsen for Frivillig Center og Selvhjælp Haderslev i 2020 og 2021

- Vagn Johansen Meck (Ældresagen Haderslev), formand
- Lone Ravn (Selvhjælp Haderslev), næstformand
- Inge Marie Ravn-Jensen (Selvhjælp Haderslev)
- Per Strauss (Dansk Folkehjælp)
- Cathrine Olesen (Mødrehjælpen)
- Lars Østerbye (Røde Kors, Familienetværk)
- Valborg Friedrichsen (Røde Kors Vojens)
- Flemming Just - Ekstern konsulent

Suppleanter:

- Maren Vogensen (Selvhjælp Haderslev)
- Holger Kropp (Syg i Haderslev)
- Bent Dalgaard (Hjerteforening)

Pga. Corona blev der ikke afholdt repræsentantskabsmøde i 2021. Derfor har der ikke været valg af nye repræsentanter, da bestyrelsen valgte at blive siddende endnu et år.

Der var valgt en bestyrelse på 7 medlemmer og 3 suppleanter. De 5 bestyrelsesmedlemmer og 2 suppleanter blev valgt af og blandt repræsentantskabet.

2 bestyrelsesmedlemmer og 1 suppleant blev valgt af og blandt Selvhjælp Haderslevs frivillige.

Ekstern konsulent er personligt udpeget for 2 år og kan sidde i 2 perioder.



De 5 bestyrelsesmedlemmer, valgt af foreningerne er valgt for 2 år ad gangen og et medlem kan max. genvælges 2 gange, dvs. et bestyrelsesmedlem kan maksimalt sidde sammenhængende 6 år i bestyrelsen. I lige år vælges 2 medlemmer, i ulige år vælges 3. Suppleanterne er på valg hvert år. Første gang vælges 3 medlemmer for en etårig periode og 2 for en toårig.

Selvhjælp Haderslevs frivillige vælger hvert år 1 bestyrelsesmedlem til en valgperiode på 2 år. Bestyrelsesmedlemmet kan max. genvælges 2 gange. Hvert år udpeges en suppleant for de 2 bestyrelsesmedlemmer. Første gang vælges 1 medlem for en etårig periode og 1 medlem for en toårig periode.

Leder af Selvhjælp Haderslev og leder af Frivillig Center Haderslev refererer til bestyrelsen.



Selvhjælp Haderslev

Selvhjælp Haderslev er et tilbud til alle borgere, der har et problem eller står midt i en livskrise, hvor de har brug for at snakke med nogen eller snakke med andre mennesker, der har det ligesom dem.

Selvhjælp Haderslev yder hjælp til selvhjælp ved at tilbyde borgerne individuelle samtaler og deltagelse i selvhjælpsgrupper. Ligeledes tilbydes bisidderstøtte og rådgivningshjælp til de borgere, der er tilknyttet Selvhjælp Haderslev.

Tilbuddene er gratis og anonyme og der udarbejdes ingen dokumentation.

Selvhjælp Haderslev oplever, at hjælp til selvhjælp bevirker, at de fleste borgere bliver hjulpet videre i livet, endda med en større livskvalitet. Omdrejningspunktet i vores støtte er kontakten, relationen og rummeligheden, der opleves i et fællesskab med andre.



Formål for Selvhjælp Haderslev:

- at yde hjælp til selvhjælp til borgere gratis og anonymt
- at skabe sociale fællesskaber med henblik på at forebygge ensomhed
- at møde mennesket, hvor det er – med respekt, tillid, omsorg og ligeværdighed
- at det enkelte menneske bliver hørt og set for herved at øge selvværdet og selvtilliden
- at borgerne på lang sigt får en bedre livskvalitet, da størsteparten af de mennesker, der henvender sig til os er i en svær livssituation
- at den enkelte borger ikke isolerer sig
- at borgerne får mod til at ændre deres tilværelse og familieliv i en positiv retning og dermed også på lang sigt får styrket deres arbejdsliv
- at borgerne bedre kan magte deres svære livssituation, idet netværket styrkes og bliver bredere
- at borgerne bliver bedre i stand til at løse deres personlige sociale problemer
- at skabe meningsfulde relationer mellem mennesker efter princippet hjælp til selvhjælp, for at borgerne på egen hånd kan komme videre med deres liv
- at skabe åbne, ærlige og loyale sociale fællesskaber, hvor mennesker efter eget valg og på eget ansvar deler tanker og følelser omkring et emne eller problem med andre, der har oplevet noget lignende dem selv
- at udvikle vores tilbud yderligere

Vi yder ikke professionel behandling.

Hvilke borgere er tilknyttet Selvhjælp Haderslev?

Haderslev Kommune har ca. 56.000 indbyggere og alle disse borgere er potentielle borgere i Selvhjælp Haderslev.

I 2020 var der tilknyttet 161 borgere i Selvhjælp Haderslev, hvoraf 138 borgere var socialt udsatte.

I 2021 var der tilknyttet 172 borgere i Selvhjælp Haderslev, hvoraf 150 var socialt udsatte.

Den overvejende del af borgere er meget sårbare og har mange sociale problemer ift. sig selv og andre. De fleste har et lavt selvværd og befinder sig i en svær livssituation og er meget ensomme.

En yngre del af gruppen er udfordret af svære og belastede familierelationer, mobning og overgreb. Enkelte er selvmordstruede og der kan være tale om tidligere misbrugere eller ofre fra seksuelle overgreb.

Borgerne har behov for at dele sorger og glæder med andre, hvor Selvhjælp Haderslev tilbyder borgeren at komme i en selvhjælpsgruppe sammen med ligestillede og herfra komme videre i tilværelsen.

Borgerne har behov for, at der er et menneske, der empatisk lytter til den enkeltes "livshistorie", hvor Selvhjælp Haderslev tilbyder borgeren individuelle samtaler.

Borgerne kan have behov for bisidderstøtte, hvor Selvhjælp Haderslev tilbyder borgeren, at en frivillig deltager ved diverse forskellige møder.

Borgerne kan have behov for rådgivningshjælp, hvor Selvhjælp Haderslev tilbyder borgeren rådgivning indenfor forskellige områder.

Borgerens kontakt til Selvhjælp Haderslev

Borgerne har mulighed for på egen hånd at henvende sig i Selvhjælp Haderslev enten pr. mail, telefon eller spontant. Så aftales der tid til en personlig afklarende samtale med henblik på en vurdering af, om det Selvhjælp Haderslev kan tilbyde opfylder borgerens forventninger og behov. Vi oplever, at en del borgere henvises fra egen læge, fra psykiatrien og også gennem præsterne og andre.

Vi vægter borgerens anonymitet ved kun at skrive fornavn, efternavn og telefonnummer ned. Borgeren giver samtykke til dette ved underskrift af tavshedserklæring.

Selvhjælpsgrupper i Selvhjælp Haderslev

Selvhjælp Haderslev etablerer selvhjælpsgrupper for borgere, der har det svært. En selvhjælpsgruppe er en gruppe på 4 – 8 personer, der mødes med jævne mellemrum for at udveksle erfaringer, tanker og følelser om et fælles emne eller problem, hvorved nye handlestrategier kan udvikles.

I en selvhjælpsgruppe er alle deltagere ligeværdige. Gruppedeltagerne betragtes alle som eksperter i eget liv og dermed også som de bedst egnede til at finde løsninger på egne problemer. Selvhjælpsgruppen bidrager til, at den enkelte kan få delt noget af sit liv med andre i samme situation og gruppen er ligeledes med til at øge netværket og mindske ensomhed, som betyder større livskvalitet for borgeren.

Der er oprettet selvhjælpsgrupper både i dagtimerne og i aften timerne. Grupperne oprettes kontinuerligt ud fra de behov, der pt. er og borgerne mødes med faste intervaller på faste tidspunkter, så længe der er behov for det.



I 2020 og 2021 var der grupper med følgende emner:

- Tilbud til voksne med senfølger efter seksuelle overgreb i barndommen – Individuelle samtaler - Parsamtaler – Kvindegruppe – Pigegruppe – Paroplevelsesgruppe
- Netværkscafé for tidligere og nuværende kræftramte
- Pårørendecafé for pårørende til psykisk sårbare
- Pårørende til borgere, der lider af demens
- Viften – borgere der lider af demens
- Onsdagsklub – borgere der lider af demens og deres pårørende
- Motion
- Træning og fællesskab
- Netværk for yngre
- Sorg
- Hjerteproblemer
- Når maden tager magten
- Forældre for anbragte børn
- Sang- og livsglæde
- Historielæsning
- Eftermiddagssamvær
- Sommerhustilbud
- Stafet for livet
- Udflugt
- Julearrangement
- Selvhjælps fødselsdag
- Svampetur

Selvhjælpsgrupperne ledes af ressourcestærke frivillige, der sikrer, at alle borgere kommer til orde og at formålet hjælp til selvhjælp opfyldes for at den enkelte person kan udvikle sig.

I 2020 deltog 112 borgere i en selvhjælpsgruppe.

I 2021 deltog 118 borgere i en selvhjælpsgruppe.



Individuelle samtaler i Selvhjælp Haderslev

Selvhjælp Haderslev tilbyder individuelle samtaler til borgere, der har et problem eller står midt i en livskrise. Samtalerne foregår i nogle tilfælde ugentligt i starten og herefter hver 14. dag og derefter med længere og længere tidsinterval for til sidst evt. at stoppe helt eller borgeren tilknyttes en selvhjælpsgruppe.

Samtalepersonen er lyttende og rummende under samtalen. Målet med samtalen er, at borgeren får delt og vendt det der berører borgeren, med et andet menneske der har overskuddet. Dette skal bidrage til, at borgeren kan komme videre i eget liv og kan udvikle nye handlestrategier for at opnå større livskvalitet.

Borgerne tilbydes individuelle samtaler med lederen af Selvhjælp eller med en af de tilknyttede frivillige personer.

I 2020 blev der afholdt 255 individuelle samtaler fysisk og 332 samtaler på telefonen.

I 2021 blev der afholdt 178 individuelle samtaler fysisk og 299 samtaler på telefonen.

Som det ses af ovennævnte har der været mindre samtaleaktivitet i 2021. Dette mener vi skal ses i relation til Corona.

De mest omfattende problemstillinger i 2020 og 2021 var

- Jeg-støttende samtaler
- Angst
- Depression
- Sorg
- Første samtale med voksne med senfølger efter seksuelle overgreb i barndommen
- En stor kontakt ift. Coronasituationen

Tilbud til voksne med senfølger efter seksuelle overgreb

Tilbuddet har nu eksisteret fra februar 2019. I de næsten 3 år har 29 borgere været inde i et forløb.

Vi har tilbudt Åben Cafe`, individuelle samtaler, parsamtaler, mandegruppe, kvindegruppe, pigegruppe og paroplevelsesgruppe.

2019

I 2019 fremmødte der i Vojens/Haderslev Åben Cafe` ud af 36 åbningsaftener borgere op 12 gange.

3 borgere var i et samtaleforløb.

I mandegruppen mødte 1 borger op.

5 telefoniske henvendelser.

10 frivillige var tilknyttet.

2020

I 2020 var 18 borgere tilknyttet tilbuddet. 17 borgere var i et samtaleforløb og havde i alt 142 samtaler (fysisk – telefon), hvoraf 1 samtale var en parsamtale.

Ud af de 17 borgere har flere deltaget i en selvhjælpsgruppe.

11 frivillige var tilknyttet.

2021

I 2021 var 22 borgere tilknyttet tilbuddet 13 borgere var i et samtaleforløb og havde i alt 143 samtaler (fysisk-telefon), hvoraf 2 samtaler var parsamtaler.

Ud af de 13 borgere har flere deltaget i selvhjælpsgrupper.

10 frivillige var tilknyttet.

Ved udgang af år 2021 tilbyder vi individuelle samtaler, parsamtaler, kvindegruppe og paroplevelser.

Som det ses ud af ovennævnte henvender flere og flere borgere sig for hvert år der går.

Bisidderstøtte

Bisidderen støtter borgeren ved at deltage i undersøgelse på sygehus, samtale på jobcenter, møde i Statsforvaltningen el.lign.

I 2020 modtog 3 borgere bisidderstøtte.

I 2021 modtog 2 borgere bisidderstøtte

Rådgivningshjælp

Rådgiveren hjælper borgeren med computerrelaterede opgaver og tolker breve fra kommunen el.lign.

I 2020 modtog 2 borgere rådgivningshjælp.

I 2021 modtog 1 borger rådgivningshjælp.

Frivillige i Selvhjælp Haderslev

Selvhjælp Haderslevs ressourcer er frivillig arbejdskraft og derfor er der tilknyttet frivillige personer til at yde hjælp til selvhjælp.

I 2020 var der tilknyttet 54 frivillige personer til Selvhjælp Haderslev.

I 2021 var der tilknyttet 50 frivillige personer til Selvhjælp Haderslev.

De frivillige er mennesker, der har overskud, er lyttende og rummelige og de yder medmenneskelig omsorg og støtte.

De frivillige sørger for trygge rammer og et udviklende miljø, så borgeren bliver motiveret til at arbejde aktivt med løsning af eget problem.

De frivillige er mennesker, der kan spørge ind til borgerens kerneproblem og møde borgeren der, hvor vedkommende er i livet.

De frivillige tilbydes igangsætterkursus for at kunne varetage tovholderfunktionen i selvhjælpsgrupperne. Herudover tilbydes de målrettede kurser for hele tiden at udvikle deres kompetencer og for at opnå en bredere viden indenfor selvhjælpsarbejdet. De modtager jævnligt supervision af en ekstern psykoterapeut.

For de frivillige blev der i 2020 og 2021 arrangeret frivilligmøder, sommerfest, sommerudflugt, Stafet for Livet, Selvhjælps

fødselsdag, frivilligfest og julearrangement med lottospil.

De fleste frivillige har opgaver som igangsættere i selvhjælpsgrupperne. I 2020/2021 var 36/38 ud af de 54/50 frivillige beskæftiget med denne opgave. Herudover yder de frivillige individuelle samtaler, gør rent, hjælper med kontorarbejde, tøjvask, postomdeling, pedalarbejde, planlægger arrangementer, opdaterer hjemmesiden, opdaterer Facebook og andet forefaldende arbejde.

Samarbejdspartnere med Selvhjælp Haderslev

Selvhjælp Haderslev samarbejder med Haderslev Kommune omkring de menneskelige problemer, der opstår i lokalsamfundet og har derved en central rolle i det lokale sundhedsfremmende og forebyggende arbejde.

Vi samarbejder ligeledes med læger, psykologer, præster, skoler, sundhedsplejen og andre, der har relevans ift. fremmende og forebyggende arbejde.

Vi er aktive omkring synliggørelse af os selv og tager ofte initiativ til kontakt med andre for at fortælle om vores tilbud.

Selvhjælp Haderslev er i 2020 og 2021 indgået i et samarbejde med Haderslev Kommune omkring et tilbud til voksne med senfølger efter seksuelle overgreb.

Selvhjælp Haderslev arbejder for generel udvikling, dog som det ser ud nu kan vi kun vedligeholde det vi har gang i grundet manglende kontorphersonale.



Strategier for 2022 i

Selvhjælp Haderslev

- Målet er at kunne tilbyde individuelle samtaler til det samme antal borgere som de foregående år
- Målet er at kunne fortsætte med de selvhjælpsgrupper, der er etableret og yderligere etablere nye selvhjælpsgrupper efter borgernes behov
- Målet er at fortsætte med at tilbyde bisidderstøtte til de borgere, der er tilknyttet Selvhjælp
- Målet er at fortsætte med at tilbyde rådgivningshjælp til de borgere, der er tilknyttet Selvhjælp
- Målet er at videreudvikle på tilbuddet til voksne med senfølger efter seksuelle overgreb
- Målet er i samarbejde med Haderslev Kommune at skabe fællesskaber for inklusion af borgerne til forebyggelse af ensomhed
- Målet er at fastholde nuværende frivillige og rekruttere nye frivillige, hvis behovet opstår
- Målet er at tilbyde de frivillige, der ikke har været på igangsætterkursus at deltage i kurset
- Målet er at synliggøre Selvhjælp Haderslev i lokalsamfundet ved mund til mund metoden, foredrag, invitation til besøg i vores hus, annoncer, artikler, hjemmeside, Facebook
- Målet er at sikre driften af Selvhjælp Haderslev ved et udvidet samarbejde med Haderslev Kommune i henhold til ansættelse af kontorphersonale

Leder af Selvhjælp Haderslev
Inge Linnet

Årsrapport for Frivillig Center Haderslev 2020 og 2021

Velkomst til ny leder Tina Rosenkilde-Hansen april 2020

Jeg tiltrådte min nye stilling som leder af Frivillig Center Haderslev den 1. april 2020. Corona nedlukningen var lige vedtaget, men jeg blev heldigvis budt velkommen af formand Vagn Meck og leder af Selvhjælp Haderslev Inge Linnet her i huset. Til stor glæde deltog den afgående leder Rasmus Hejsel også den dag.



Tina Rosenkilde-Hansen

Corona nedlukningen

Som alle andre institutioner og arbejdspladser har Corona perioden præget arbejdet i Frivillig Centret på både ondt og godt. Takket være gode erfaringer og de frivilliges indsats har vi klaret os igennem perioden. Corona perioden har betydet ny fokus på online aktiviteter og nye aktiviteter.

Nedenstående er de aktiviteter og indsatser som vi har arbejdede med under Corona perioden fra april 2020 til december 2021.

§18

Ansøgningsfrist for § 18 midler var i april/oktober 2020 og 2021 og grundet Corona var det en stille og anderledes periode, men det lykkedes at få tildelt midler til 203 ansøgere fordelt på 4 uddelinger.

Det er Frivillig Center og Selvhjælp Haderslevs bestyrelse, der sammen med 2 repræsentanter fra Udvalget for Sundhed og Forebyggelse er bevillingsnævn i forhold til § 18 ansøgninger. Vi har et godt og tillidsfuldt samarbejde med kommunen herom.

Kommunikation

Øget kendskab til Frivillig Center Haderslev og vores arbejde.

Frivillig Centeret har fokus på at kommunikere så bredt som muligt ud til foreningerne, frivillige og kommende frivillige. Derfor er Facebook siden blevet genåbnet og her er der dokumentation for nogle af de mange frivillige aktiviteter som foreningerne afholder og Facebook er samtidig en vigtig informationskilde.

Bestyrelsen drøfter løbende markedsføring og hvordan gode fortællinger kan markedsføres.

Vi arbejder med små videoklip på Facebook og hjemmesiden. Det er vigtigt for huset at mine aktiviteter er synlige og vi mærker stor interesse på Facebook.

Netværksmøde for foreninger

I november 2021 afholdtes netværksmøde i Nustrup forsamlingshus med Tyge Mortensen. En vigtig dag med fokus på hvordan vi kickstarter foreningslivet efter Corona nedlukning, og hvordan man kan bidrage med sang, musik og historiefortælling. Dagen blev afholdt for paragraph 18 midler, søgt til at kickstarte vores foreninger og frivillige.



Netværksmøde med foredragsholder Tyge Mortensen

Samarbejde med kommunen

Frivillig Center og Selvhjælp Haderslev har en samarbejdsaftale med Haderslev Kommune. Vi har et nært samarbejde med Sundhed og Forebyggelse. Dette samarbejde giver de folkevalgte politikere et godt indblik i foreningslivet og de udfordringer der er. I virkeligheden burde de vide meget mere om hvad vi løfter hver dag i civilsamfundet i et stort fællesskab.

I 2021 samarbejdede vi med kommunen om en ”ensomheds-strategi – fokus på hvordan vi skaber kontakten mellem foreningerne/frivillige og borgerne, med hjælp fra det Forebyggende team, Handicap og Psykiatri og flere andre teams i kommunen. Det giver rigtig god mening at man bruger det der findes og skaber kontakten. Der spiller vi en stor og vigtig rolle. Vi har bare ikke timer nok i kalenderen.

Huset – Storegade 80

I Huset på Storegade 80 er der sket lidt fornyelser, bl.a. har vi ovenpå fået nye / brugte møbler fra det gamle rådhus.

Alfrida Pedersen, som er seniorjobber, står for den daglige drift på 1. sal. Alfrida Pedersen har en vigtig rolle i huset ift., at her altid ser pænt ud og der er klar til foreningerne, som bruger huset flittigt.



Corona aktiviteter

I januar 2021 indgik vore frivillige i vagter på vaccinstederne i Haderslev og Vojens. I Gram havde de deres eget. Over 50 frivillige fra forskellige foreninger deltog og glæden var stor, når vi kunne gøre nytte i en stille tid. Mange nye meldte sig også som frivillig til denne opgave.

Frivilligfest

I september 2021 blev Frivilligfesten afholdt med 400 tilmeldte. Det var en vigtig aften, da vi igen kunne møde vore engagerede foreninger og frivillige til en aften med påskønnelse af deres indsats. Til festen blev der uddelt jubilæumsgaver til 130 jubilarer for 20/21 og der var en god stemning skabt af SMUK og Mette Ingwersen. For mig som leder var det en speciel aften, da jeg skulle hilse på vores medlemmer sådan rigtig for første gang.



Frivilligfest

Frivillig og foreningerne

Tak til alle frivillige og til foreningerne for jeres store arbejde og arrangement. Frivillig Centret har i dag over 100 foreninger som medlemmer og her er der ca. 700 frivillige personer engageret i foreningsarbejde.

Det er en fornøjelse at blive inviteret til jeres arrangementer, se jeres billeder og høre jer fortælle gode historier fra jeres arrangementer. I gør et rigtig godt og værdifuldt arbejde i det danske samfund og for vores kommune.

Jeg skal sammen med jer hjælpe til at vi bliver endnu mere synlige.

Vi ses i 2022.

Leder af Frivillig Center Haderslev
Tina Rosenkilde - Hansen

Økonomi for Frivillig Center og Selvhjælp Haderslev

Indtægter

Frivillig Center og Selvhjælp Haderslev blev i 2020 og 2021 finansielt støttet af Socialstyrelsen og Haderslev Kommune.

Selvhjælp Haderslev fik tilsagn om PUF-midler for perioden den 1. – 7. 2019 til 30. – 6. 2020 kr. 150.000.

Selvhjælp Haderslev fik tilsagn om PUF-midler for perioden den 1. – 7. 2020 til den 30. – 6. 2021 kr. 200.000.

Selvhjælp Haderslev fik tilsagn om PUF-midler for perioden den 1. – 7. 2021 til den 30. – 6. 2022 kr. 200.000

Selvhjælp Haderslev har søgt midler ved forskellige instanser og fonde, hvoraf enkelte har bidraget med ydelser.



Udgifter

Årsregnskabet for 2020 viser et overskud på kr. 10.372.

Årsregnskabet for 2021 viser et overskud på kr. 195.771

Regnskabet er udført efter bogføringsloven og revisionen er udført af ”RND-Partner”, et registreret revisionsanpartsselskab. (Årsrapport kan rekvireres ved henvendelse til Frivillig Center og Selvhjælp Haderslev.

Hvordan er det at være frivillig i Selvhjælp Haderslev?

Indlæg fra en frivillig

Frivillighed gør ikke kun en forskel for andre, men også for en selv – at være frivillig giver glæde og en masse gode stunder.

Mit kendskab til Selvhjælp Haderslev går tilbage til 2012, hvor jeg efter individuelle samtaler kom i en sorggruppe efter at have mistet min mand. Jeg magtede ikke at vende tilbage til mit mangeårige sekretærjob, og måtte derfor i gang med at søge andre veje, da jeg blev klar til det. I denne forbindelse søgte jeg et seniorjob hos Haderslev Kommune og ”skæbnen” ville at jeg blev kontaktet af lederen hos Selvhjælp Haderslev. 1. august 2013 startede jeg således på kontoret under ledelse af Inge Linnet.

Her var jo lige brug for noget af det administrative arbejde, som jeg tidligere havde beskæftiget mig med, jeg følte jeg var kommet det rette sted.

Jeg begyndte langsomt ”at vende tilbage til livet” ved stor hjælp af Inge, vi havde mange samtaler om det, jeg nu havde været igennem og det har haft en ubeskrivelig betydning for, hvor jeg er i dag.

I 2017 måtte jeg så desværre fratræde for at gå på efterløn, men blev så heldigvis registreret som frivillig og kom samtidig i bestyrelsen. Nu bogfører jeg for Frivilligcenter og Selvhjælp Haderslev og giver rådgivningshjælp til borgere, der måtte ønske det (f.eks. computer, E-boks, kontakt til offentlige myndigheder etc.).

Herudover arbejder jeg med Selvhjælp Haderslev’s hjemmeside og har i mange timer bidraget i forhold til det administrative og telefonpasning på kontoret. Indimellem hjælper jeg lidt til i Frivillig Centeret og alt i alt giver alt dette mig utrolig meget igen.

Jeg håber at jeg ad denne vej som frivillig kan give bare lidt tilbage som tak for den hjælp, jeg selv har modtaget og vil således gerne fortsætte som frivillig og være med til at gøre en forskel!

Hvordan er det at deltage i selvhjælpsgrupper i Selvhjælp Haderslev?

Indlæg fra motionsgruppen



Motionsgruppen har rundet 20 års jubilæum, så der er gået mange borgere igennem i tidens løb.

Aldersgruppen er 60+ og for mange kan det være en overvindelse at komme ud at gå en tur, hvis du skal gå alene, så her er gruppen bare perfekt. Skavankerne er sommetider lidt i vejen, men inden du ser dig om, er turen alligevel blevet på en times tid, for tiden går hurtig når man er i godt selskab. Under en gåtur kommer der mange gode snakke, det kan være alt mellem himmel og jord, måske bekymringer, sorger og heldigvis glæder.

Efter gåturen venter kaffen enten i Selvhjælp Haderslev eller i det fri, hvis vejret tillader det.

Under Corona-nedlukningen var gruppen i gang hver eneste uge, selvfølgelig med de hensyn der var gældende. Kaffen måtte vi undvære, men hovedsagen var at vi kom ud at gå.

Der er kommet et nyt tiltag inden for motionen. Sundhedscentret har et motionscenter med diverse redskaber, som vi må bruge fra kl. 12-13 hver onsdag og der er på nuværende tidspunkt 4 borgere igang. Medarbejder fra kommunen hjælper med råd og vejledning, hvis der er behov.