

Bestyrelsesberetning Repræsentantskabsmøde den 22. marts 2023

Jeg vil starte med at sige en stor tak til frivillige i FrivilligCenter og Selvhjælp Haderslev for det store arbejde de udfører. Uden frivillige ingen resultater. Stor tak til Tina og Inge for deres utrættelige arbejde med at få FrivilligCenter og Selvhjælp Haderslev til at fremstå med mange aktiviteter og interesseområder. Stor tak til Vagn, vores erfarne og kompetente konsulent.

Ny Bestyrelse sammensat

Vi startede op, efter sidste repræsentantskabsmøde med at sammensætte den nye bestyrelse. Focus på ensomhed: Her er FrivilligCenter og Selvhjælp Haderslev, af kommunen, sat til at være processtyrer på indsatsen. Det indebærer også, at FrivilligCenter Haderslev skal være tovholder for uddannelsen "fællesskabsformidlere", som er et bærende element i at gennemføre handleplanen. Det er et svært område, og FrivilligCenter og Selvhjælp Haderslev skal have kræfterne til at gøre/lave en indsats. Jeg tror, at vi på dette område får brug for nogle drøftelser.

Medborgerskab og samspil med frivillige

Samarbejdsaftalen med Haderslev Kommune gælder indtil den 31. december 2025.

Haderslev Kommune har igangsat en proces med revision af "Politik for medborgerskab og samspil med frivillige". Vi håber fortsat, 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. Her kan vi sige at de første

skridt er taget – og spørgsmålet er: Hvordan gør vi det?

Samarbejdet med kommunen

FrivilligCenter og Selvhjælp Haderslev har et godt samarbejde med Udvalget for Senior og Sundhed. Vi håber samarbejdet udmønter sig i godkendelse af praktisk hjælp til FrivilligCenter og Selvhjælp Haderslev.

Vi har ansøgninger liggende om 2 fleksjobbere, så det daglige arbejde kan lattes. Fremover styrker vi samarbejdet, med SSU-udvalget, via fælles møder m.m. Vi har fået afslag på de 2 fleksjobbere, men fastholder ansøgninger om 2 seniorjobbere.

FrivilligCenter og Selvhjælp Haderslevs økonomi

Nu kan vi se at økonomien er god, eller fornuftig. Vi har 25.000 kr., som vi ikke fik brugt ud af en indtægt på 1,4 mill.kr, det må man sige er rigtig godt gået. Vi følger hele tiden udviklingen i økonomien. Tina og Inge søger hele tiden for midler udefra, til gavn for nye tiltag og projekter (fast arbejde). Midler fra Socialstyrelsen er til drift, så skal der udvikles skal der flere midler til.

Lidt fra bestyrelsesmøder

Der er 16 selvhjælpsgrupper i gang – ca. 50 frivillige.

Der søges om tilskud/økonomi mange steder, og der kommer også midler ind. Vi taler ny stilling efter Inge – behov for 2 ekstraordinære bestyrelsesmøder inden beslutning er taget.

Nu er ny afdelingsleder i Selvhjælp ansat: Mette Kirstine Albinsdatter pr. 1/5 2023. Frivilligfest i september – Tina arbejder på forløb/indhold. Frivillig Fredag er også på planen.

Tak til bestyrelsen

Tak til mine bestyrelseskollegaer for samarbejdet.

Bestyrelsen for FrivilligCenter og Selvhjælp Haderslev i 2022

Formand: Erik Hansen, Ældre Sagen Haderslev

Næstformand: Inge Marie Ravn-Jensen, Selvhjælp Haderslev

- Bent Dalgaard, Hjerteforeningen, Haderslev
- Cathrine Olsen, Mødrehjælpen, Haderslev
- Metha Christensen, Dansk folkehjælp, Vojens
- Anne Pedersen, SYG Haderslev
- Anita Brandorff, Selvhjælp Haderslev

Suppleant for foreningerne:

- Ellen Wissing Jensen, Aktivitetscenter i Gram

Suppleant for foreningerne:

- Johnny Jacobsen Ældre Sagen Haderslev

Suppleant for Selvhjælp:

- Maren Vogensen

Ekstern:

- Vagn Johansen Meck, Ældresagen Haderslev

Der er 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.

Leder af FrivilligCenter Haderslev og leder af Selvhjælp Haderslev refererer til bestyrelsen.



Økonomi for FrivilligCenter og Selvhjælp Haderslev

Indtægter

FrivilligCenter og Selvhjælp Haderslev blev i 2022 finansielt støttet af Socialstyrelsen og Haderslev Kommune til drift.

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 2022 viser et overskud på kr. 25.898

Regnskabet er udført efter bogføringsloven og revisionen er udført af "RND-Partner", et registreret revisionsanpartsselskab.

(Årsrapport kan rekvireres ved henvendelse til FrivilligCenter og Selvhjælp Haderslev.

Hvem er vi?

Formål:

- FrivilligCenter 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
- FrivilligCenter og Selvhjælp Haderslevs aktiviteter forestås af frivillige og fastansatte medarbejdere. Som frivillig forstås enhver, der ulønnet varetager foreningens interesser
- FrivilligCenter og Selvhjælp Haderslev er partipolitisk neutral og uafhængig af religiøse institutioner
- FrivilligCenter og Selvhjælp Haderslev er en selvejende Institution med fælles bestyrelse, fælles økonomi og vedtægter.



Ledelse og ansatte i Selvhjælp Haderslev



Selvhjælp Haderslev

Selvhjælp Haderslev er en frivillig social organisation, der har eksisteret i 33 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.

Leder 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.

Kontorpersonale Selvhjælp Haderslev

Indtil 21.03.21 har der været ansat en medarbejder i seniorjob. Pt. passer frivillige på skift sammen med lederen kontor og telefon. Der arbejdes i bestyrelsen på at få ansat fast kontorpersonale.

Årsberetning Selvhjælp Haderslev ved Leder Inge Linnet

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 2022 var der tilknyttet 175 borgere i Selvhjælp Haderslev, hvoraf 150 var socialt udsatte.

Udsatte borgere:

Udsatte yngre mænd 11
 Udsatte ældre mænd 35
 Udsatte yngre kvinder 21
 Udsatte ældre kvinder 83
 I alt udsatte mænd 46
 I alt udsatte kvinder 104

Ikke udsatte borgere:

Ikke udsatte yngre mænd 4
 Ikke udsatte ældre mænd 5
 Ikke udsatte yngre kvinder 1
 Ikke udsatte ældre kvinder 15
 I alt ikke udsatte mænd 9
 I alt ikke udsatte kvinder 16

Fordeling på mænd og kvinder ift. 150 udsatte borgere:

I alt udsatte mænd 46
 I alt udsatte kvinder 104

Fordeling på mænd og kvinder ift. 25 ikke udsatte borgere:

I alt ikke udsatte mænd 9
 I alt ikke udsatte kvinder 16

Fordeling af mænd og kvinder for hele Selvhjælp Haderslev:

Mænd 55
 Kvinder 120

Den overvejende del af borgerne 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 del af de yngre borgere er udfordret af svære og belastede familierelationer, mobning og overgreb. Enkelte er selvmordstruede og der kan være tale om tidligere misbrugere eller ofre for 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 borgerne, at en frivillig deltager ved diverse forskellige møder.

Borgerne kan have behov for rådgivningshjælp, hvor Selvhjælp Haderslev tilbyder borgerne 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 præster og andre.

Vi vægter borgernes anonymitet ved kun at skrive fornavn, efternavn og telefonnummer ned. Borgerne 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 aftentimerne. 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 2022 var der grupper med følgende emner:

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

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 2022 deltog 102 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.

De frivillige samtalepersoner 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 Haderslev eller med en af de tilknyttede frivillige personer.

Lederen har altid den første samtale.

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

I 2022 blev der afholdt 269 samtaler fysisk og 98 samtaler på telefonen.

Der ses en væsentlig stigning i fysiske samtaler ift. 2021.

Se også afsnittet nedenunder vedr. borgere med senfølger efter seksuelle overgreb i barndommen, hvor de frivillige også har individuelle samtaler, som skal lægges oveni de før nævnte individuelle samtaler.

De mest omfattende problemstillinger i 2022 var

- Jeg-støttende samtaler
- Angst
- Sorg
- Depression
- Selvmordstanker

Tilbud til voksne med senfølger efter seksuelle overgreb

Tilbuddet har nu eksisteret fra februar 2019. I de næsten 4 år har 35 borgere været inde i et forløb.

Vi har tilbudt Åben Cafe`, individuelle samtaler, parsamtaler, mandegruppe, kvindegruppe, pigegruppe, paroplevelsesgruppe og netværks café i de forløbne år.

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.

2022

I 2022 var 22 borgere tilknyttet tilbuddet.

15 borgere var i et samtaleforløb og havde i alt 171 samtaler (fysisk-telefon).

Vi har haft en kvindegruppe, som lige pt. er på standby med borgere på venteliste og forventes opstartet igen i 2023.

Paroplevelsesgruppe har mødtes 2 gange og herefter stoppet.

Pigegruppe har mødtes 1 gang og derefter stoppet.

Netværks café for tilknyttede borgere er forsøgt, men ingen borgere mødte op.

8 frivillige var tilknyttet.

Bisidderstøtte

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

I 2022 modtog 1 borger bisidderstøtte

Rådgivningshjælp

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

I 2022 modtog 2 borgere 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 2022 var der tilknyttet 48 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.

De frivillige, der arbejder med voksne med senfølger efter seksuelle overgreb i barndommen har særskilt supervision pga. den svære problematik borgerne har.

For de frivillige blev der i 2022 arrangeret frivilligmøder, sommerfest, sommerudflugt, Stafet for Livet, Selvhjælps fødselsdag, frivilligfest og julearrangement med lottospil, Kursus-Terapeutisk Kontakt, Hjertestarterkursus og Førstehjælpskursus.

De fleste frivillige har opgaver som igangsættere i selvhjælpsgrupperne. I 2022 var 40 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.

Samarbejdet med Haderslev Kommune omkring et tilbud til voksne med senfølger efter seksuelle overgreb er stadig i udvikling.

Strategier for 2023 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 i barndommen
- 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



Hvordan er det at være frivillig i Selvhjælp Haderslev?

Indlæg fra en frivillig

Frivillighed gør en stor forskel, ikke kun for de borgere, der er tilknyttet en selvhjælpsgruppe, men også rigtig meget for en selv som frivillig.

Jeg har haft tilknytning til Frivillig Center og Selvhjælp Haderslev siden 2011.

Det er et fantastisk hus, man er altid velkommen og der er tid til en snak.

I 2013, på det tidspunkt var jeg ansat i seniorjob i huset, startede den daværende demenskoordinator ved Haderslev Kommune og jeg en demensforening op på 1. sal. Foreningen er for borgere, der lider af demens og deres pårørende.

I 2019 skulle jeg, efter at have været i seniorjob, gå på efterløn.

Der var på dette tidspunkt ingen tilbage til at køre foreningen videre og derfor i samarbejde med lederen i Selvhjælp Haderslev besluttede vi, at jeg blev oprettet som frivillig i Selvhjælp Haderslev og demensgrupperne blev oprettet som selvhjælpsgrupper i Selvhjælp Haderslev og er siden da kørt videre i dette regi.

Det er meget givende at være frivillig, den glæde og taknemmelighed, der udvises er dejlig.

Har man tid og overskud, så kan det kun anbefales at blive frivillig.

Venlig hilsen Sanne

Hvordan er det at deltage i en selvhjælpsgruppe i Selvhjælp Haderslev?

Indlæg fra 1 pårørende, der deltager i Onsdagsklub
(Gruppe for borgere, der lider af demens og deres pårørende).

Pårørende udtaler:

I månederne august og til og med maj deltager jeg hver 14. dag i onsdag klubben. Her mødes ægtefæller - hvor den ene har en demensdiagnose – enlige personer, der har en form for demens inde på livet – og enlige, der har mistet en ægtefælle.

Vi har på den måde noget til fælles. Det bevirker, at man trygt kan fortælle hvad man lever med og har levet med, for alle ved, hvad det betyder – og kan give erfaring og trøstende ord med på vejen.

Det er bestemt ikke kun sygdom, vi snakker om. Det er alt mellem himmel og jord. Lige fra hvordan vores dagligdag forløber, om vores familier, arbejde, bolig, om vores ungdom og vores barndom. Der er mange gode grin og megen hygge sådan en onsdag.

Vi synger gerne et par sange og drikker selvfølgelig kaffe med tilhørende brød. Spiller evt. nogle spil og slutter af med en let frokost- og det til en favorabel pris. Der bliver arrangeret endagsture, hvor alle – også dårligt gående – kan være med. Vi kører med bus hen til steder, hvor der er noget spændende at se, derefter til et hyggeligt sted at spise frokost, måske med kaffe, ellers slutter vi af med kaffe et andet sted på hjemturen. Altid veltilrettelagt.

Ved juletid holdes en dejlig julefrokost. Især herefter jeg er blevet enlig er jeg så glad for, at jeg har fået den mulighed at være med i dette fællesskab. Fællesskabet giver mig lyst og energi i hverdagen.
STOR TAK til de frivillige for det store arbejde de udfører og som er til stor gavn for alle os borgere, der er med i Onsdagsklubben.



FrivilligCenter Haderslev definerer sig selv som foreningernes forening, med 112 medlemsforeninger. FrivilligCenter 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. FrivilligCenter Haderslev er bindeled mellem de frivillige sociale foreninger og kommunen.

Ledelse og ansatte i FrivilligCenter Haderslev

Tina Rosenkilde – Hansen, leder af FrivilligCenter og Selvhjælp Haderslev, har baggrund og erfaring med frivilligt arbejde gennem 30 år og bestyrelsesarbejde. Har været selvstændig i 16 år, har erfaring med salg og medierådgivning, samt underviser og oplægsholder.

Alfrida Pedersen er ansat i seniorjob som omsorgs- og praktisk medhjælper indtil den 10.-12. 2022. Alfrida er uddannet teolog/præst og har 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 FrivilligCenter og Selvhjælp Haderslev mangler timer til kontorphonale. Der er pt. Ikke fundet andre løsninger.



Årsrapport for FrivilligCenter Haderslev ved leder Tina Rosenkilde-Hansen

Kommunikation:

Vi er utrolig opmærksomme på hvordan og hvor vi kommunikerer med foreningerne og kommende interesserede frivillige. Vi kommunikerer derfor ugentligt på forskellige SoMe: Hjemmesiden, Facebook, LinkedIn og Instagram. Vi udgiver hver mdr. et nyhedsbrev som indeholder nyt fra FrivilligCenter Haderslev samt relevante indlæg til og fra foreningerne.



Facebooksiden informerer gerne om foreningernes ideer og arrangementer: F.eks. +60 klubbens tur på virksomhedsbesøg hos ARLA, eller videreformidler Børns voksenalvenners søgning efter frivillige voksenalvenner. Vi har været i TV Syd og TV News vedrørende Ukrainer. Dette for at skabe interesse og synlighed omkring frivillighed.

Hjemmesiden bliver hver uge opdateret med nyheder samt tilmeldinger til arrangementer. Bestyrelsen er synlig på hjemmesiden med billeder og oplysning om hvilke foreninger de repræsenterer.

Jeg er optaget af at producere relevante opslag som lægges op på Facebook og Instagram. Indslagene handler om aktuelle emner fx netværksdage, frivilligfest, FriSe og bestyrelserne.

Som fast punkt på dagsorden orienteres bestyrelsen – til bestyrelsesmøderne – om status på strategiplanen.

Mangfoldighed i FrivilligCenter Haderslev

Jeg er i gang med at udvikle forskellige foredrag om frivillighed og har som slogan *"Alene kan vi noget – sammen kan vi MEGET"*.

Foredragene har bl.a. været på Gram Slot, for erhvervslivet samt for Forsvaret.

FrivilligCenter Haderslev er medlem hos og har et godt samarbejde med Haderslev Erhvervsråd.

Jeg har været dommer på Haderslev Katedralskole, sammen med flere inspirerende erhvervsfolk, ledere og udviklingsfolk - for fremtidens iværksættere.



Det er vigtigt, at vi lærer de unge at kende, ser deres ideer og følger deres tanker. **For at vi kan se fremtidens frivillige.**

Frivillighed er på vej ind i forandring og der er brug for udvikling. Vi har brug for de unge og derfor skal jeg som leder af FrivilligCenter Haderslev være nysgerrig og opsøgende. Jeg støtter bestyrelsesarbejdet i de foreninger som har brug for sparring og vejledning. Der ligger mange møder i kalenderen som omhandler bestyrelsesarbejde.

I april var jeg på besøg hos OK klubben i Haderslev til snak om bestyrelsesarbejde, fællessang med Vojenskoret og kaffe. Bestyrelsesposter kan desværre være en udfordring at få besat, ude i foreningerne. Den opgave skal tages seriøst, for hvad er vi uden det store arbejde og fællesskaber i foreningerne? Dette fik vi løst hos OK

klubben sammen lokalt og med deres landsorganisation.

Jeg har deltaget i inviterede foreningsarrangementer bl.a. "Heledanmarksfamilieklub fra Vojens" hvor familier mødes i et netværk og spiser sammen, samt i julefrokosten hos vores ny forening Keep Helping Ukraine. Jeg deltager i aktiviteter når foreningerne sender bud efter mig.

I august blev jeg inviteret til at holde oplæg om FrivilligCenter Haderslev for Beredskabsstyrelsen Haderslev, Haderslev Kaserne og Fighter Wing Skrydstrup med temaet: "Hvem er vi, hvad kan vi og hvor kan vi samarbejde?"

Unge og frivillighed

FrivilligCenter Haderslev har fokus på de unge og på at skabe fællesskaber på tværs af generationer.

Jeg har taget initiativ til et samarbejde, mellem Demensforeningen Solhatten og Ungeuniverset i Vojens, om Fællesskab og Frivillighed på tværs af generationer. I 2022 har der været et pilotprojekt hvor de unge har været i fællesskab med pårørende til demente fra Solhatten.

Hver onsdag har 5 skønne elever i 7.-9. klasse fra Ungeuniverset og pårørende fra Solhatten mødtes til hyggelige formiddage med snak, grin, historie og frokost. Vi har også haft besøg af Ungeuniverset – Vojens, hvor de har arbejdet med FitLight hjernetræning, kigget på poesibøger og madopskrifter fra gamle dage, samt lavet dekorationer mm.



Jeg har haft oplæg og drøftelser med unge fra ungdomsuddannelserne bl.a. Det Blå Gymnasium med temaet "Unge ind i fællesskabet gennem frivilligt socialt arbejde". Disse drøftelser giver god inspiration til hvordan vi bliver bedre til at nå de unge.

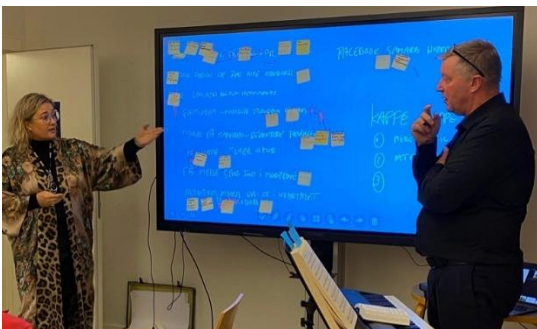
Vi er også interesseret i at få praktikanter. Flere unge viser interesse, men desværre kan vi kun tage 1 praktikant ad gangen, er det muligt skaber vi praktikpladser hos nogen af vores medlemsforeninger.

I år har vi haft glæden af Emma, elev på handelsskolen, som har lavet flotte plakater, opslag til SoMe, Instagram, opslag til jul og nytår og ikke mindst pyntet huset op til jul. Tak til Emma – du har været super god på kontoret.



Netværk mellem foreninger:

Jeg deltager i mange forskellige arrangementer i foreningerne og med øvrige netværk bl.a. nytårskur på Gram Slot. Vi har afholdt Netværksmøder hvor temaet var fokus på "Hvordan får vi flere frivillige? Tyge Mortensen stod for denne aften gennem musik, sang og gode drøftelser. En fin aften med 26 foreninger.



Aftenen sluttede med oprettelse af 4 kaffegrupper og beslutning om invitation til kaffemøder i 2023.

Netværksgrupper

Hver tredje mdr. deltager jeg i ledernetværksmøder med: Krisecenter, Selvhjælp, Café Parasollen, Borger Cafeen og FrivilligCenter Haderslev.

Et spændende møde og godt selskab.

Jeg deltager i landsorganisationen FriSe's møder både på landsplan og i syd.

Det er givende at være sammen og drøfte frivillighed samt samarbejdsflader med kolleger.

Jeg er desuden repræsentant i Frivilligrådet.

Haderslev kommune

Der er jævnligt møder mellem FrivilligCenter Haderslev og Haderslev kommunes medarbejdere, i 2022 var vi indkaldt og deltog i 13 møder.

Konkret har samarbejdet drejet sig om afholdelse af første modul af kurset "Fællesskabsformidler". Til kurset blev borgere og de kommunalt ansatte certificeret i at koble ældre til fællesskaber i kommunen blandt andet ved hjælp af digitale værktøjer. Et samarbejde og kursus vi planlægger at igangsætte fremover, når økonomien tillader det.

Vi modtager i gennemsnit 2 opkald om ugen fra medarbejdere i Sundhed og Forebyggelse, med spørgsmål til aktiviteter og muligheder for at få borgere ind i fællesskaber, både som deltager og som frivillig.

Netværksmøde med det forebyggende team er planlagt til april 2023.

Vi samarbejder med Kultur og Fritid og har haft besøg af Hanne Lene fra Kultur og Fritid som fortalte om sport og kulturlivet i Haderslev Kommune.

Desuden løbende kommunikation med forvaltningen i kommunen.

Frivilligfest



Frivilligfesten er en årlig begivenhed og et dejligt møde med mange frivillige fra vores medlemsforeninger. Formålet med frivilligfesten er fejring af alle de frivillige ildsjæle ved uddeling af "Ugler" til

jubilarene samt uddeling af Haderslev kommunes "Sundhedspris".

Uddannelse/kurser for foreningerne

Vi tilrettelægger aktiviteter som foreningerne har brug for bl.a. et møde om "*Knaser det i privatøkonomien*".

På hjemmesiden er der vejledninger til bookning af lokaler og information om, at FrivilligCenter Haderslev er behjælpelig med at booke og tilmelde sig til arrangementer og kurser, samt §18 ansøgninger.

Huset Storegade 80:

Huset var pga. Corona lukket den første uge i 2022 – herefter har der heldigvis ikke været nedlukning.

Vi er glade for, at Storegade 80 er et åbent og aktivt hus og glade for, at huset bliver brugt til de mange møder som foreningerne holder. Seniorjobber Alfrida har haft et godt samarbejde med foreningerne og har holdt huset fint. Tak til Alfrida som stoppede som seniorjobber i december.

Vi har brug for seniorjobbere, for de er uundværlige i en travl hverdag, hvor der kommer mange mennesker i huset.

På kontoret er Werner B. en utrolig god hjælp til hjemmesiden. Werner sørger for ugentlig opdatering af hjemmesiden samt med tilmeldinger, jobbørs og oprettelse af foreninger i guiden.

Elsebet W. har flere administrative opgaver bl.a. mails, §18, invitationer, grafisk arbejde, fundraising og yder en stor indsats for huset. Elsebet og Werner er frivillige.

§18

2 gange om året (april og oktober) er der ansøgning til §18 midler. FrivilligCenter og Haderslevs bestyrelse er en del af bevillingsudvalget af paragraf 18 midler og det er altid dejligt, at støtte gode sager og projekter med frivilligt socialt arbejde og fællesskaber for øje.

Jeg fungerer som sekretær under møderne og hjælper foreningerne med ansøgninger.

Ukraine

Februar mdr. var en trist mdr. – krig i Ukraine. FrivilligCenter Haderslev blev af borgmesteren og Haderslev kommune bedt om at tage os af Ukraine situationen.

FrivilligCenter Haderslev gik omgående aktivt ind for at støtte flygtninge fra Ukraine ved at søge frivillige, som ville være mentorfamilier, tolke, tilbyde danskformidling, tilbyde legestue mm.

Lions Sophies Kilde Haderslev, donerede 140 bøger som vi kunne give alle familier til at øve sig i dansk og slå ord op i.

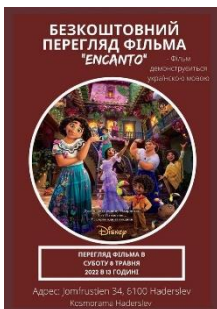
Bøgerne blev også brugt til danskformidling ved frivillige dansklærere og studerende, her havde vi et godt samarbejde med UC Syd.

Der blev oprettet 5 danskhold om ugen indtil ukrainerne kunne komme på sprogskole, fik et arbejde eller flyttede fra Haderslev kommune.



Legestuen har været et godt sted at være for børnene og deres voksne.

Det var et tilbud til de børn som havde brug for at komme lidt hjemmefra og gerne ville møde andre børn og voksne fra Ukraine. Tak til Vojens Boghandel for de fine bøger og spil til vores legestue.



Kosmorama Haderslev forærede plakater til væggene i legestuen og gratis forestilling "Encanto" med ukrainsk tale - til ukrainske børn, voksne og familier.

Kontor Syd har foræret tegne grej og papir og Amo har givet kagemix til bage-hygge.



FrivilligCenter Haderslev har tilrettelagt aktiviteter for Ukrainerne.

- Besøg fra jobcentret/Ukraine Hotline, hvor ukrainere kunne stille spørgsmål, via tolk, til en som arbejdede på kommunens jobcenter
- Byvandring i Haderslev
- Besøgt spejderne i Vojens
- Aktivitet for unge ukrainere arrangeret af frivillige unge bla. med pizza og brætspil
- Good Evening June: Smagsprøver og konkurrencer

Vedlagt strategiplan til Socialstyrelsen