

Beretning 2011

I denne beretning er der også medtaget fremtidig arbejde som normalt er et særskilt punkt på dagsorden, idet det er svært at adskille det fremtidige arbejde med det igangværende, håber det er i orden at gøre det på den måde.

Kontaktstedet ledes af en forening, som vælger en bestyrelse som styrer Kontaktstedet med det ansatte personale. Det er denne forening der i dag holder generalforsamling, og nu er det 20. gang. Siden sidste generalforsamling 14. april 2010 er der afholdt 10 bestyrelsesmøder. Hvert år holder bestyrelsen møde med *Sundheds- og voksenunderudvalget*. I 2011 er mødet i november.

Landsorganisationen FriSe

Vi er medlem af FriSe, som er en sammenslutning af frivillighedscentre og selvhjælpsgrupper. Vi deltager så vidt muligt i både deres generalforsamling og andre møder. Vi er repræsenterede i to underudvalg. I paraplyorganisationen diskuteres fremtiden og aktiviteter for det frivillige arbejde her i landet. Organisationens har været med til at påvirke at frivilligcenterne fra 2010 er kommet på finansloven med 20 millioner. Det er et stort skridt og viser hvor vigtigt det er med en interesseorganisation for både frivillighedsformidling og selvhjælp, så vi kan stå stærkt overfor ministerier og embedsmænd. Fortsat skal vi selv søge vores midler i satspuljen og kunne påvise at vi er lever op til kravene for tilskud. Derfor fører vi statistik og følger arbejdet nøje, men på en måde, så brugerne er anonyme.

Landet over synes centrene at mærke de offentlige besparelser; det medfører et pres for at lægge opgaver over på frivillige hænder. FriSe har derfor taget hul på en debat, hvor dens medlemsforeninger diskuterer grænsefladerne mellem frivillige og offentlige opgaver. Lene, der sidder i organisationens selvhjælpsudvalg, blev opfordret til at stille op til en bestyrelsespost og blev valgt. Som et 20 år gammelt frivilligcenter med mangfoldige berøringsflader kan vi bidrage med nyttig viden og erfaringer. Samtidigt får Kontaktstedet mulighed for at præge, hvad der i de kommende år vil blive diskuteret i civilsamfundet. Det er vigtigt at deltage i denne debat. Det er ikke længere nødvendigt at gøre opmærksom på værdierne i frivilligt arbejde. Men da det er drevet af lyst og er underlagt nogle andre vilkår end lønarbejde, vil det dø af pres og pligt. Der er en udfordring i at oplyse om vores viden i at arbejde med frivillige for, at der kan være realistiske forventninger og kendskab til grænserne for dens formåen.

Personale

Hvad personale angår, er der ikke sket ændringer i 2010/2011. Lene er fortsat koordinator og Iben projektmedarbejder. I januar fik vi Tilde Ellehammer i praktik i 4 uger. Vi blev glade for hende og undersøgte muligheden for at kunne have hende lidt længere. Via besparelser på nogle af budgettets andre poster kan vi have hende i løntilskud på deltid i 3 måneder. Tilde er dygtig til at arbejde med lay-out, informationsmateriale og synliggørelse. Hun supplerer derfor en side af frivilligcenterets behov, som vi ikke har haft mulighed for at udvikle tidligere. Tillige udarbejder hun en social vejviser for Herlev og omegn i elektronisk form. Vi har længe manglet en hjælpe- og foreningsguide, men har ikke haft tiden og kræfterne til at få den udarbejdet.

Frivillige rådgivere

Der er 9 frivillige, der laver rådgivende arbejde for Kontaktstedet. En af disse er også leder af børnesorggruppen.

Hjemmeside, lay-out/informationsmateriale og PR/Facebook

Kontaktstedets hjemmeside fungerer godt; der er mange nye brugere der finder den. Adressen er www.kontaktstedet-herlev.dk

Det er vores ønske at skabe en genkendelighed mellem hjemmesiden og det trykte informationsmateriale. Vi har i anledning af vores 20 års jubilæum fået bevilget 18 000 kr. af Tuborgfonden til nogle nye foldere og optegning af vores logo.

Vi vil også gerne have lavet et jubilæumsskrift. Birthe Lamina har skrevet 7 sider om Kontaktstedets tilblivelse, som i den kommende tid vil blive redigeret og sat op med billeder. Vi har tilsluttet os FriSe's to kampagner i anledning af EU's frivilligår. I kampagnerne indgår fælles profilering på go-cards og annoncer på Facebook, Samvirke og 'Ud at Se', hvor vi ikke ellers ville have råd til at annoncere. Annoncekampagnerne bliver bragt i den 1. uge af maj og den sidste uge af september. Det bliver spændende, om vi vil kunne spore en forskel i antallet af henvendelser.

Der er kommet 44 nye indmeldte til vores Facebookgruppe i det forløbne år. Vi har nu 69 medlemmer. Det er en nem måde at sende og synliggøre informationer om vores aktiviteter og nye tilbud til de tilknyttede.

Renovering af Marielyst

Det er en aftale mellem Kontaktstedet og Herlev kommune, at kommunen forestår den udvendige vedligeholdelse, mens vi selv har ansvar for det indvendige.

I foråret 2010 er der blevet lagt et nyt gulv henover den gamle linoliumsbelægning i stuerne. Tilskud fra Nordeafonden og Otto Bruuns fond gjorde denne forskønnelse mulig, fordi de to fonde tilsammen skænkede 45 000 kr. til Kontaktstedet. Der er også blevet sat 8 nye skabe op på endevæggen sidste sommer, hvilket har skabt plads i entreen op til trappen på 1. sal. Tuborgfonden støttede ønsket om nye skabe med 20 000 kr.

Vi har på forespørgsel fra Høreforeningen fået etableret en teleslynge. Oticonfonden støttede dette. Men vi har naturligvis også selv lagt mange penge i disse renoveringsarbejder. Den største forandring har været istandsættelse af køkkenet i stueetagen. Det står nu fuldstændigt nyrenoveret. Arbejdet blev udført i vinter på overgangen mellem jul og nytår.

Statistik/Antal af henvendelser

I 2010 kom frivilligcentrene på finansloven. Som følge deraf registreres aktiviteterne på en anden måde end tidligere. Der er nu en større vægt på foreningsarbejdet og det frivillige arbejde, hvorfor vi ikke længere registrerer antallet af henvendelser. For vores egen skyld har vi opgjort antallet af rådgivende samtaler, såvel telefoniske som personlige: det er på **223** i 2010/2011 mod 225 i året før.

Grupper – herunder børnesorggruppe

I 2010/2011 har Kontaktstedet tilknyttet

2 aktive skilsmissegrupper

1 gruppe for psykisk sårbare

1 mandegruppe

2 grupper for efterladte efter selvmord

1 kulturgruppe

1 gruppe, der mødes til *walk and talk* og bagefter spiser madpakken i Kontaktstedet

1 samtalegruppe for børn der har mistet forældre

1 gruppe for kvinder, der har været udsat for fysisk eller psykisk vold

1 sorggruppe (begynder 7. april)

1 gruppe for kronisk syge

1 gruppe for pårørende til sclerosepatienter
1 gruppe for pårørende til senhjerneskadede (begynder 7. april)
1 gruppe, der skriver erindringer

Der er 4 grupper der er stoppet i det forgangne år. Vi har igennem det sidste 1½ år oplevet et fald i henvendelserne om sorg efter dødsfald, men det er nu igen blevet muligt at oprette en gruppe med 4-5 deltagere. Det er helt naturligt at grupper stopper, når alle i gruppen føler at der ikke mere er et behov eller der er omstændigheder, der har forandret sig, så deltagerne efterspørger et andet tilbud.

I januar 2011 blev der foretaget en undersøgelse af selvhjælpsarbejdet i landets frivillig- og selvhjælpscentre. Undersøgelsen viste at arbejdsmetoderne og tilbuddene er overvejende ensartede. Det gjorde det let på generalforsamlingen i 2011 at finde tilslutning til det forslag, som underudvalget i FriSe havde udarbejdet. Beskrivelsen af selvhjælp og rådgivning omhandler, hvordan effekten er, og hvilke retningslinier selvhjælpscentre vil arbejde efter. Dermed er det tydeliggjort, hvad nye brugere af selvhjælp kan forvente at finde, når de retter forespørgsel. Beskrivelsen af kvalitetsgrundlaget gør procedurene for selvhjælp gennemskuelig på alle niveauer. Der er enkelte områder, hvor Kontaktstedet endnu ikke lever op til kvalitets- og indholdsbeskrivelsen. Det vil vi i den kommende tid finde en løsning på sammen med de øvrige centre.

Cafearrangementer/søndagscafe

Der har været/er programsat 9 cafearrangementer i foråret, som omhandler nogle af de forskellige emner, der fylder i Kontaktstedets tilbud om hjælp til borgerne. Nogle af cafe'erne er lavet i samarbejde med foreninger. Der har været fra 2-20 deltagere til cafeerne. Det omfattende program har udgangspunkt i, at det er EU's frivillighedsår. Vi tager til efterretning, hvad der har været en succes og tåler en gentagelse.

Søndagscafeen har igennem hele året kørt med skiftende besøgstal, derfor vil vi henover sommeren evaluere om søndagscafeen skal fortsætte.

Pårørendeprojekt

Det seneste år er der for alvor kommet gang i pårørendeprojektet. Projektets følgegruppe består nu af ti medlemmer, som er ansatte fra Herlev kommune og Herlev Hospital samt repræsentanter for lokale patientforeninger. Følgegruppemedlemmerne fungerer som ambassadører for projektet og stiller sig til rådighed med deres specifikke viden om arbejdet med pårørende.

Der er pt. syv frivillige i projektet – seks af dem vil gerne lave aflastningsopgaver i hjem med sygdom, mens to gerne vil starte pårørendegrupper (en frivillig vil gerne begge ting).

Der er kommet gang i projektets aktiviteter.

I løbet af året er der afholdt to foredrag:

- Alvorlig sygdom i familien v. forfatter og tidligere kræftpatient Susan Binou
- Indre livskvalitet, nærvær og positivitet v. underviser og coach Marianne Riis Søborg

Der er tillige afholdt tre caféarrangementer for pårørende til hhv. hjertepatienter, sclerosepatienter og mennesker med hjerneskade.

I samarbejde med scleroseforeningen har vi startet en gruppe for pårørende til sclerosepatienter, der mødes ca. hver 2. måned i Kontaktstedet. Vi har også samlet deltagere til en gruppe for pårørende til senhjerneskadede og denne gruppe starter d. 7. april 2011.

Der er også for alvor kommet gang i aflastningen i projektet.

To aflastningsordninger hos pårørende til kræftsyge er gennemført og afsluttet efter den syges død. Tre aflastningsordninger hos pårørende til demente er pt. i gang, og der er en forespørgsel på endnu en ordning hos en pårørende til en dement.

Pigeklub i Hjortegården, Herlev

I samarbejde med kommunens SSP-medarbejdere og boligforeningen Hjortegården har vi startet en pigeklub i Herlev Nord. Pigeklubben er et sted hvor kvarterets piger fra 4. til 7. klasse kan komme til samvær og aktiviteter. Formålet med klubben er at skabe et sted, hvor området's piger føler sig hjemme og har mulighed for at mødes omkring aktiviteter, som de selv finder spændende. Klubben skal være et fristed for pigerne, hvor de selv i høj grad er med til at bestemme rammerne for deres samvær og aktiviteter. På den måde skal den også være med til at forebygge at pigerne i området keder sig og hænger ud på f.eks. bebyggelsens vaskeri i mangel af bedre. Pigeklubben køres til daglig af en frivilligruppe på pt. syv engagerede kvinder.

Pigeklubben finder sted hver onsdag kl. 17-19 og holder til i lokaler i Hjortegården..

Pigeklubben havde opstartsfest d. 26. januar 2011 og siden har der været mellem 11 og 20 piger pr. gang. Indtil videre har der på klubaftrænerne været følgende aktiviteter: bolsjeværksted, fastelavnshygge, spillebule, beauty- og wellnessaften, filmaften, hockeyspil og maleværksted.

Lektiehjælp, voksenvenner og arbejdet med børn

Vi har 4 ordninger omkring lektiehjælp. 2 af ordningerne i frivilligcenteret, 2 i private hjem. Det hænder at opgaven som lektiehjælper udvikler sig til at blive en slags mentorordning. Det er til fælles glæde, når børnene knytter sig til den frivillige. Mange børn har nemlig forskellige udfordringer i deres opvækst, hvor fortrolighed med en udenforstående voksen kan være uvurderligt senere hen. Det er også baggrunden for, at der er blevet etableret voksenven-/reservebedsteordninger for 3 af børnene i børnesorggruppen. Børnesorggruppen er en håndsrækning til at komme videre i en meget svær livsfase, mens det at få en voksenven er tænkt som en permanent aftale. I børnesorggruppen har børnene tilkendegivet at det at have fået en voksenven er intet mindre end 'super'. Efter Lenes foredrag om børn og sorg og arbejdet med børnesorggruppen ved et kredsmøde i den verdensomspændende kvindeorganisationen Inner Wheel er børnesorggruppen blevet støttet med et bordfodbold, der nu står på 1. sal og gruppen fik en tur i Tivoli i december – og ikke mindst en sæk fuld af slik!

Kurser i Kontaktstedet

Sidste sommer/efterår var der en helt overvældende interesse for livsstilskurset 'Sund i Herlev'. 4 studerende fra Metropol underviste i de 8 kostråd på frivillig basis. Derfor gentager vi et lignende kursus i dette forår med nogle nye frivillige. Kurset giver nogle enkle råd, som de fleste kan efterleve, og gode ideer til en levevis hvormed, man kan at forebygge livsstilssygdomme.

Vi har erfaret, at konceptet med at lade professionsstuderende undervise eller arbejde inden for deres kommende fagfelt er til gensidigt udbytte. Planen er derfor, at denne type kurser vil blive gentaget med varierende temaer.

I samarbejde med biblioteket blev der i november arrangeret et kursus om fortælling hen over 3 mandage i efteråret. Fortællerske, psykolog Lene Brok var udpeget af biblioteket til at lede kurset. Der var 16 deltagere, som håber på, at der vil komme en opfølgning på et senere tidspunkt.

Uddannelse af motions- og besøgsvenner i et samarbejde mellem besøgstjenesterne i Herlev

Der er 5 besøgstjenester i Herlev: Røde Kors, Ældresagen, Ældre hjælpe ældre, Lindehøj og Herlev kirker og Kontaktstedet har et godt samarbejde. Der er stadig et fælles julearrangementet i Herlev-gårdcentret for både besøgsvenner og besøgsmodtagere, og undervisnings- og inspirationseftermiddage for besøgsvennerne og Kontaktstedets motionsvenner. Sidste inspirations-

eftermiddag var i januar 2011 og handlede om faldulykker i hjemmet og kontakt i samtalen.

5-december- Kontaktstedets 20 års jubilæum – Herlev Festuge – Frivillig Fredag

I lighed med de sidste 20 år holdt vi både 5 december som er FN's frivillighedsdag, og sommerfest til begge arrangementer var der om omkring 80 hver gang.

For et år siden nedsatte bestyrelsen et udvalg, der nu er i gang med at planlægge Kontaktstedets 20 års jubilæum. Jubilæum og den årlige sommerfest bliver én og samme fest med et udvidet program. Det vil blive den 18. juni fra kl. 15.00. Borgmesteren har takket ja, til at besøge Marielyst ved festens begyndelse. Vi glæder os meget og håber på godt vejr.

I 2010 var Herlev festivalen taget af kommunens program. Sundhedscenteret tog initiativ til en sundhedsdag for seniorer på Herlev skole, hvor foreningerne var flot repræsenteret – og altså også Kontaktstedet. Både planlægningen og selve sundhedsdagen gav anledning til networking med de mange aktive foreninger i Herlev.

I år er Børne- og kulturforvaltningen i gang med at planlægge Herlev Festuge. Vi tilbyder demonstration af stolemotion. Vores aktive frivillige på de to hold, der træner onsdag og torsdag formiddag, stiller beredvilligt op for at vise, hvordan man laver stolemotion. Der er stor efterspørgsel om pladserne på vores hold hvorfor vi har venteliste. Der bliver talt om motionsholdene ude i byen, hvor effektiv motionen er og med hyggelig kaffeslapperads bagefter. Derfor er vi nødt til at holde justits, så der ikke sniger sig uautoriserede deltagere ind på holdene.

Som tidligere nævnt er det EU's frivillighedsår i år. Frivilligrådet har taget initiativ til en hjemmeside, som kan samle omtale af de forskellige aktiviteter i frivilligt regi.

<http://frivillighed2011.dk>

Frivilligrådet har taget initiativ til at arrangere 'politikerpraktik'. Det går ud på at en forening kan få en politiker til at deltage i deres aktiviteter i et vist tidsrum. Vi har tilmeldt os politikerpraktikken og vil gerne formidle videre, hvis en forening skulle have lyst til at komme i nærkontakt med en lokal politiker. Formålet med politikerpraktikken er at synliggøre det frivillige arbejde og give viden om det.

Den 30. september er der det landsdækkende 'Frivillig Fredag'. Program for Kontaktstedets deltagelse vil blive udarbejdet lige før eller lige efter sommerferien.

Kurser

Såvel frivillige som ansatte opkvalificeres i arbejdet med kurser. Lene og Iben har begge været på to kurser i det forgangne år og er vendt inspirerede hjem.

Flere af vores frivillige har deltaget i Uddannelsespuljens kurser og har været meget glade for det. Der er stor rift om kurserne, som har en høj faglig standard. Kurserne bringer inspiration og udvikling af arbejdet og giver gode kontakter til andre foreninger og frivilligcentre. I begyndelsen af september afholder vi selv et krisekursus for frivillige og ansatte efter en bevilling fra Socialministeriet. Vi har store forventninger til kurset som ledes af psykolog i Beredskabsstyrelsen, Henrik Lyng.

Samarbejde med foreninger

Der er kommet nye foreninger til i løbet af 2010/2011 og flere er på vej.

Foreningen for voldsramte kvinder begynder cafe arrangementer i næste uge og melder sig ind i Kontaktstedet. Den nystartede Broen Herlev er ved at gøre sig gældende. Broen Herlev er en støtteforening, der hjælper børn til at kunne deltage i idrætsaktiviteter uanset forældrenes begrænsede økonomi. Familienetværket under Hærens konstabel og korporal Forening, dvs. pårørende til udsendte soldater og Ungdommens Røde Kors er også interesserede i vores faciliteter. Omegnens vævekreds er begyndt at holde møder her i denne vinter samt Migrænerforbundet.

Kontaktstedet har 28 foreninger som medlemmer, men vi vil gerne have flere.

Som nævnt har Lene et godt forhold til Inner Wheel Herlev. I sidste måned fortalte hun om Kontaktstedet for broderorganisationen Rotary .

Foreningerne er meget vigtige for os, for det er dem – jer – der gør os til et frivilligcenter. For at få del i de permanente midler fra Satspuljen er der en række kriterier der skal opfyldes, bl.a. at vi har 20 medlemsforeninger. Der er nogle foreninger der ikke har betalt for i år. Det har vi brug for, at alle gør. Men vi vil også gerne have foreningerne her og kan ikke få for mange. De skaber liv i huset, udvikling og er altså også en politisk faktor. Det, der er vores service til foreningerne, er at stille lokaler og faciliteter til rådighed, f.eks. elektronisk udstyr i form af projektor, vi bidrager også med ideer, links og synliggørelse.

Det skal nævnes at vi samarbejder med Sundhedscenteret, læger, sundhedsplejersker, hjemmeplejen, Børne- og kulturforvaltningen, Sundheds- og voksenudvalget, jobcenteret, Familierådgiverne i Herlev kommune, Aktivitetsteamet, Kagshuset og mange andre. Der er øjne på den frivillige verden som aldrig før.