



Lyden og musikkens evne til at skabe lindring

v/ Trine Opsahl



Jeg har siden januar haft den glæde at komme på Hospice Svanevig som harpeterapeut 1 gang om måneden. Onsdag den 13 marts fik jeg ved Støtteforeningens generalforsamling mulighed for at fortælle om mit arbejde.

Det centrale i mit arbejde som harpeterapeut er lydens og musikkens evne til at skabe lindring. Lindring kan opstå på mange forskellige måder. Lindring kan være fysisk, psykisk eller sjælelig. Lindring kan være kortvarig eller langvarig. Og vigtigst af alt: selv det, som for andre synes småt, kan være

stort for en, som er alvorligt syg, eller som er pårørende til en alvorligt syg.

Noget af det, jeg har lært i min tid som harpeterapeut er, at det er vigtigt at bevare åbenheden og aldrig tro at jeg ved, hvad lindring er for den enkelte.

Jeg har derfor ikke nogen egentlig agenda eller mål, når jeg går ind på en stue for at spille. Jeg går ind med et åbent hjerte og med en nysgerrighed på, hvad der monstro vil åbne sig her. For nogle bliver oplevelsen af klangene fra harpen en transformerende oplevelse for nogle blot en god og hyggelig stund – men selv en god og hyggelig stund kan være af stor betydning i en hverdag med smerter og angst og utryghed.

Når jeg spiller for en beboer bruger jeg klangene fra harpen, rytme og toneart til at hjælpe vedkommende ind i en roligere og dybere vejtrækning. Dette giver næsten altid adgang til et indre rum af nærvær og afspænding.. Sommetider åbner musikken gennem det forøgede nærvær til følelser som ligger lige under overfladen og sommetider bliver det til en fredfyldt stund, hvor tankerne kan gå på vandring.

Det er altid en glæde at opleve beboerne tage imod det tilbud, som harpeterapien er. At se, deres mod til at læne sig tilbage og være til i øjeblikket. Det er en glæde at se, hvor meget liv, der fortsat er at leve og give ud af, selv om man er alvorligt syg og måske ikke har så længe igen at leve.

Støtteforeningen takker for den store opbakning af donationer, der har givet mulighed for at Trine Opsahl kan spille 1 gang om måneden i 2013 på Svanevig Hospice.

Indlæggeelse på Hospice er gratis

Hospice Forum Danmarks generalforsamling og årsmøde den 20. april 2013

v/Inger Vibeke Svanekeier

Generalforsamling

Den landssækkende forening Hospice Forum Danmark (HFD) arbejder målrettet på at udbrede hospicetanken og forbedre vilkårene for døende mennesker og deres pårørende. Især er de frivilliges indsats et vigtigt element i foreningens arbejde. Medlemsskaren omfatter hospicestøtteforeninger, hospicebestyrelser, enkeltmedlemmer m.fl.

På dette års generalforsamling var Svanevig Hospice repræsenteret ved deltagere fra gruppen af frivillige, fra hospicebestyrelsen og fra Støtteforeningens bestyrelse. Hospicechef Birgitte Bülow, der er medlem af HFD's bestyrelse deltog naturligvis også, og vi kunne glæde os over, at BB blev genvalgt ved generalforsamlingen. Formanden Tove Videbæk aflagde en fyldig beretning, som i høj grad bar præg af det foregående års mange aktiviteter i forbindelse med 20-års jubilæet. Læs evt. mere herom på www.hospiceforum.dk

Markedsplads

Som tidligere deltog vi også denne gang i "markedspladsen". Der var endda tale om to stande, idet de frivillige havde en smuk stand med friske blå anemoner og en kreativ information om, hvad de frivilliges indsats kan omfatte. På Støtteforeningens stand præsenterede vi vores folder og salgsartikler, som også vakte interesse, ligesom vi selv kunne hente inspiration ved de øvrige stande på "markedspladsen".

Indlæg ved formanden for Dansk Sygeplejeråd

I eftermiddagens første indlæg talte Dansk Sygeplejeråds (DSR) formand Grete Christensen (GC) ud fra overskriften "*Døende kræver et dygtigt sundhedspersonale*". GC henviste til DSR's undersøgelse vedr.



indsatsen på hospice, og lagde vægt på, at flere og flere ønsker at dø på hospice. Grunden kan være, at flere nu har kendskab til hospicetanken, men det er stadigvæk ikke nok. Især er det fortsat vigtigt at udbrede information om, at det er gratis for patienten at være indlagt på et hospice.

GC påpegede den ro og gode fornemmelse, man har, straks når man træder ind på et hospice, og hun havde stor ros og anerkendelse til personalet. Samtidig pegede hun på vigtigheden i at sikre, at hospice også bliver et uddannelsessted, ligesom hun understregede vigtigheden i en opprioritering af uddannelsen af sygeplejersker inden for det palliative felt. Det kræver kompetencer inden for mange felter/specialer, samtidig med at mod og ro samt evnen til tværfagligt samarbejde også er nødvendige forudsætninger hos personalet.

Ved den efterfølgende spørgerunde blev spørgsmålet om brug af frivillige i sundhedssektoren berørt, og GC gav klart udtryk for, at der er brug for frivillige "*hvis vi ikke havde alle de frivillige, hvordan ville det så se ud*" sagde hun og understregede, at man skal respektere den faglighed, der er, og at det er vigtigt, at der udarbejdes spilleregler, der bl.a. omfatter aftaler om, at man skal respektere hinandens faglighed og kompetencer.

Indlæg ved hospiceleder, Hospice Djursland

Hospiceleder Dorit Simonsen talte ud fra tankerne i et projekt fra Hospice Djursland om et *palliativt dagtilbud på hospice*. I henhold til de beskrevne behov og formål er hensigten, at medvirke til en udbygget specialiseret tilgang til den palliative indsats. Et palliativt dagtilbud forventes især at kunne medvirke til, at den alvorligt syge patient kan blive mest muligt i eget hjem, hvis det er det, den syge ønsker.

Målgruppen er således patienter, som har afsluttet al helbredende behandling for deres sygdom, og som fortsat kan modtage lindrende behandling, og patienten skulle derved kunne undgå unødige og opslidende hospitalsindlæggelser. Det kan være mennesker, der ellers må tilbringe megen tid alene, og som måske samtidig har et dårligt socialt netværk. Som dagpatient på et hospice vil personen kunne modtage lindrende behandling i lighed med de, der er indlagt på hospice, ligesom der vil være tilbud om omsorg til de pårørende. Der arbejdes fortsat med de mange forudsætninger, der er nødvendige for, at et palliativt dagtilbud kan iværksættes, og som Dorit Simonsen sluttede sit interessante indlæg "*Hermed den korte redegørelse af hvorfor – så hvorfor ikke?*"



”Flyver rundt og synger med hvert sit ”næb”

Tanker om at være frivillig på Svanevig Hospice.

Indlæg på Støtteforeningens generalforsamling v/ Charlotte Borella

Mange mennesker spørger mig, hvordan kan du være frivillig på et hospice, hvortil jeg prøver at sætte ord på. Efter nu at have været frivillig på Svanevig i tre år, kan jeg konstatere og mærke, hvor godt det har været for mig. For mig personligt har jeg lært meget og udviklet mig på det personlige plan.

Det er en positiv oplevelse at mærke den form for fællesskab, der er hele vejen igennem på Svanevig Hospice, som handler om, hvad vi kan gøre, og hvor godt vi kan gøre det for de alvorlige syge patienter i deres sidste levetid.

Det er stort for mig, at opleve små taknemmelige smil og en tak fra patienterne. Det giver mig en indre glæde og en positiv selvværdsfølelse. Jeg føler mig taknemmelig over at få mulighed for at være en lille brik i



det store spil på Svanevig. Derfor vil jeg gerne bruge en del af min tid på et sådant meningsfyldt arbejde.

Som frivillig oplever jeg, at udvikling kan ske på mange planer: Det være sig sit eget forhold til døden, det at kunne tale om døden, det kan være der sker en bearbejdning af egne sorger, bekymringer og smertelige sygdomsforløb, og det kan være, at jeg selv bliver bedre ”klædt” på til at tackle egne svære situationer.

Som frivillig oplever jeg også sjove, hyggelige situationer. Eksempelvis kan det være en snak med det faste personale, og ikke mindst i det frivillige team, hvor jeg oplever mange

gode samarbejdssituationer. I vores køkken/ alrum er vi frivillige, aktive, det være sig med at pynte op med blomster, bagning, hvor duften spreder sig i huset og det være sig at pynte op til højtiderne og for ikke at glemme, vore temaborde, hvor vi følger årets gang.

Et andet eksempel på en frivillig opgave kan være, da jeg fornylig blev spurgt om at komme på en ekstra vagt, idet en patient ønskede en indkøbstur. Vagten startede med, at jeg gik ned og hilste på vedkommende og fik en snak om, hvilke ønsker patienten havde. Vi drog af sted i kraftig blæst, og da der manglede tre knapper i patientens frakke, var det et af indkøbene. Vi var hos Matas, der blev indkøbt, vi var i genbrugsbutikken og andre tøjbutikker. Det lykkedes at finde knapper til frakken, og som patienten sagde: ”tænk vi kan få tre knapper, der passer til de øvrige”. Efter tre timer kørte vi hjem og spiste frokost sammen, og om eftermiddagen syede vedkommende knapper i sin frakke.

Min vigtigste opgave i denne situation var at lytte og være til stede, sørge for at indkøbslisten blev fulgt og i det hele taget være en praktisk støtte. I sådan en situation opstår der en helt speciel form for nærhed, uden at patienten og jeg kender til hinanden.

Jeg oplever også mange gode livsbekræftende samtaler, såvel med patienterne som med pårørende, at høre om deres anekdoter fra livets gang af sjove og hyggelige fortællinger, det er en oplevelse, som jeg aldrig vil glemme, så der foregår ikke kun sørgelige samtaler på Svanevig.

Til slut vil jeg sige, vi er nu mere end 50 personer i vort frivillige team, 50 forskellige personer, der ”flyver” rundt og synger med hvert sit ”næb”. For at dette kan fungere optimalt, er vor koordinator Mette alfa og omega i teamet. Mette inspirerer, er tovholder, fylder lærdom ind i teamet, f.eks. etik, moral, æstetik og meget, meget mere.

Fornylig havde jeg en samtale med vor koordinator, som bl.a. resulterede i, at jeg står her i aften.

Bliv medlem af Støtteforeningen

Årligt kontingent

Enkeltmedlem 100 kr. Firma/forening 500 kr. Gave???

Reg.nr. 0694 konto nr. 0002113171 Jyske Bank/SparLolland

Indlæg fra Svanevig Hospice på Støtteforeningens generalforsamling v/Birgitte Anthonsen Birgitte Bülow og Mette Kottwitz

Birgitte Antonsen, der er formand for Hospicebestyrelsen, omtalte især planerne om udvidelse med to sengepladser og depotrum. Byggestart i foråret og forventet ibrugtagen den 1.10.13. Der vil blive gjort "alt" for at mindske gener for patienterne under byggeriet. Birgitte Anthonsen takkede for en arv og for personalets store arbejdsindsats

Hospicechef **Birgitte Bülow** indledte med at give alle en "opgave": "Gå ud og spred budskabet om, at det er gratis for patienten at være indlagt på hospice". Budskabet er vigtigt, da der er en del, der tyder på, at nogle fravælger hospice i den tro, at det er for dyrt at blive indlagt dér.

En flot informationsbrochure er nu færdigtrykt og vil blive udsendt til relevante instanser.

Der indbydes til informationsaften fire gange årligt. Tidspunkter annonceres i pressen og på hjemmesiden.

Mette Kottwitz, frivilligkoordinator

Den frivillige gruppe på Svanevig Hospice tæller nu 53 engagerede mennesker, som byder ind på hver deres måde. I aften har Charlotte givet sit bud på, hvorfor hun er frivillig, og hvad det giver hende.

Min funktion, som koordinator var fra starten at etablere og rekruttere til den frivillige indsats på et nyt hospice til nu at have en stor gruppe af frivillige, som har været med fra starten og med en løbende introduktion af nye frivillige.

Nu handler det i høj grad om koordinering i forhold til den frivilliges ønsker at byde ind med – i forhold til patienter og pårørende og i et samspil med det faste personale.

Viften er bred og nuanceret. Af nye tiltag vil jeg nævne besøgsven, aflastning af pårørende og vågetjeneste. Alle 3 opgaver løses på hospice og er et tilbud til dem, som udskrives fra hospice, men også for alvorligt syge i eget hjem i samarbejde med afd. for lindrende indsats.

Men de frivillige, som møder ind hver dag, skal også nævnes. De er med til at gøre hospice til det sted, det er. Et hus med varme og omsorg og altid en hjælpende hånd.

For mig handler det om at skabe en kultur, der giver plads til mangfoldighed og som etablerer balance mellem de frivilliges og hospices behov.

Et tæt samarbejde, åbenhed, anerkendelse og inddragelse er nøgleord for mig, når det handler om ledelse af frivillige.



Foto fra de frivilliges stand på markedspladsen ved Hospice Forums årsmøde.

På hvert kort er angivet en aktivitet, som praktiseres af frivillige på Svanevig Hospice

Man skal ville de frivillige, og en god frivilligkultur opstår ikke af sig selv. Vigtigt at kende de frivillige med deres forskellige kompetencer, og hvad der kan motivere den enkelte.

Trives de frivillige - er de bedste ambassadører for stedet, også når der skal rekrutteres og introduceres nye frivillige.

Frivillighed er ikke gratis arbejdskraft - frivillighed kan noget helt andet.

Jeg vil benytte lejligheden til også at sige tak til Støtteforeningen for deres opbakning og støtte til den frivillige indsats på Svanevig Hospice.

Åbne haver onsdag den 22. maj 2013 fra kl. 15 – 20 i Gedser

hos



Anni og Ove Skjold Petersen, Ankergade 9

der har en smuk klippet have med sjældne buske og træer

og

Mogens Rasmussen, Lodsvej 10

hvor man kan se tre haver med mange forskellige surbundsplanter

Planter kan købes her

Entre gældende for begge adresser 20 kr.

Mulighed for køb af kaffe/te og kage



Støtteforeningen for Svanevig Hospice

Støtteforeningen planlægger fejring af hospicedagen i efteråret 2013

Se nærmere omtale i næste Nyhedsbrev eller på hjemmesiden www.anemonenyt.dk

Bidrag/gaver til støtteforeningen

kan fradrages i skat op til et beløb på 14.500 kr. årligt.

Ægtefæller har ret til hver sit fradrag årligt. Det er dog en forudsætning for fradrag, at bidragsyderen oplyser sit cpr.nr., som Støtteforeningen herefter indberetter til SKAT.

Husk at give besked ved ændring af post- eller mailadresse til

Jette Thesbjerg, Virketvej 27, 4863 Eskilstrup, tlf. 54 43 80 14

Eller via mail: post@anemonenyt.dk

Hjælp os med at spare papir og porto

send en mail til post@anemonenyt.dk

hvis du kan undvære den trykte udgave af Nyhedsbrevet, så får du i stedet sendt det elektronisk, hver gang der udkommer et nyt.

Oplys gerne både navn, adresse og telefonnummer i samme mail.

Støtteforeningens bestyrelse

Hjørdis Høegh-Andersen, formand, tlf.: 54 70 54 54 / 52 38 46 94

Inger Vibeke Svanekeier, næstformand og bestyrelsens repr. i Hospicebestyrelsen, tlf.: 40 19 46 47

Sonja Davidsen, sekretær, tlf.: 29 41 16 20

Jette Thesbjerg, kasserer, tlf.: 54 43 80 14 / 30 49 80 14

Jane Andersen, tlf.: 20 20 29 97

Poul Erik Carlsen, suppleant, tlf.: 30 25 47 41

Lis Høegh-Andersen, suppleant, tlf.: 54 82 63 61 / 24 80 28 78

Redaktion af Nyhedsbrevet: Inger Vibeke Svanekeier og Hjørdis Høegh-Andersen