

Nyt fra



PÅRØRENDERÅDGIVNINGEN



Helle



Bjarne



Christina



Nyt fra pårørenderådgiverne - November 2021

Nyhedsbrevet fra Pårørenderådgivningen udkommer ca. 4 gange om året og skal give dig et indblik i aktuelle tilbud og relevante nyheder.

Vi består af 4 rådgivere. Bjarne, som rådgiver pårørende under 18 år og deres netværk. Anja, som afholder dialogmøder og samtaler på plejehjem, bo- og dagtilbud. Og sidst men ikke mindst Christina og Helle, der er pårørenderådgivere for alle pårørende over 18 år.

Tilbud til pårørende over 18 år **Temamøde for pårørende**

"Når kærlighed gør ondt og belaster" - kom til temamøde med fængselspræst Povl Gøtke. Povl Gøtke er præst på Søbysøgård. På temamødet inspirerer han til at sætte ord på mange af de tanker og følelser, der er forbundet med at være pårørende til en nærtstående med psykiske, fysiske eller sociale udfordringer. Povl Gøtke tager udgangspunkt i sine egne erfaringer som pårørende og stiller skarpt på den brudte relation og på vigtigheden af at sætte grænser og blive anerkendt for sit pårørenderarbejde.

Tilbud til pårørende under 18 år

Ungetilbudsdagen

Mandag den 23. november 2021 kl. 13-15 i Rådhushallen på Flakhaven i Odense kan du komme forbi Pårørenderådgivningens stand og høre mere om vores tilbud. Du kan også møde en masse andre aktører fra regionale, kommunale og frivillige tilbud, som alle henvender til unge i Odense.

Du kan læse mere om Ungetilbudsdagen nederst i nyhedsbrevet.

Tid og sted: 7. december 2021 kl. 16.30-18.30
Salen på Ørbækvej 100, Indgang A. Tilmelding senest den 5. december 2021 til Helle eller Christina.

Beboer- og pårørendemøder

Alle plejehjem, bo- og dagtilbud afholder to gange om året beboer- og pårørendemøder. Formålet er at skabe et forum for gensidig dialog mellem ledelse, borgere og pårørende. På byens plejehjem, bo- og dagtilbud afholder ledelsen, sammen med pårørenderådgiver Anja Eskildsen Lorenzen, beboer- og pårørendemøder to gange om året. På møderne kan de fremmødte dele viden, byde ind med forslag og inspirere hinanden.

Er du voksen pårørende til en nærtstående på plejehjem, bo- eller dagtilbud, og har du brug for en snak? Så kontakt Anja på ael@odense.dk eller 21 39 32 14.

Gåture for pårørende

Trænger du til en snak i smukke rammer, eller har du bare brug for at gå en tur, så mød op. Gåturene starter mandag den 17. januar 2022 kl. 10 og varer ca. 1 time. Den sidste gåtur er den 21. marts.

Vi mødes om mandagen på P-pladsen ved Skulpturparken Hollufgaard, Hollufgaards Allé 26, 5220 Odense SØ. Der er ikke tilmelding. Du møder bare op til en eller flere gåture.

Samtaler og rådgivning

Har du brug for at snakke med en af os, så tilbyder vi at mødes. Vi kan komme ud til dig, eller vi kan mødes hos os på Ørbækvej 100. Du bestemmer, hvad samtalen skal handle om.

Fyraftensmøder

Fyraftensmøderne er godt i gang, og vi kan sagtens være flere. Vi samler pårørende på kryds og tværs af den nærtståendes diagnoser. Vi tror nemlig, at I alligevel har noget til fælles og kan inspirere hinanden. Vi inviterer derfor til kaffe, lidt sødt og en snak hver anden torsdag i lige uger kl. 16-18 i Salen på Ørbækvej 100. Det sidste fyraftensmøde i 2021 er torsdag den 18. november og det første fyraftensmøde i 2022 er torsdag den 13. januar.

Gruppetilbud

Med afsæt i Odense Kommunes Pårørendepolitik tilbyder familiebehandlerne i Center for Tværfaglig Sundhed og Forebyggelse gruppeforløb til børn og unge i brudte familier samt gruppetilbud til børn og unge, hvis forældre har en psykisk lidelse eller sårbarhed.

Derudover findes der sorggrupper for børn og unge, som har mistet et nærtstående familiemedlem samt tilbud, der retter sig særligt mod forældre og søskende til børn med handicap.

I grupperne er børn og unge sammen om relevante temaer i forbindelse med at have mistet en nær relation, at mor og far er blevet skilt, eller at en forælder er psykisk sårbar eller har en psykisk lidelse. Der er fokus på fællesskabet og muligheden for at møde andre børn og unge i samme situation.

På de enkelte mødegange veksles mellem at snakke sammen, at bevæge sig / lege sammen og forskellige kreative aktiviteter tilpasset de enkelte grupper.

Kommende gruppeforløb

Alle tre gruppetilbud starter nye hold i foråret 2022.

- Sorggruppen starter næste forløb i foråret 2022. Gruppen sammensættes, så deltagerne aldersmæssigt passer til hinanden.
- Gruppe for børn og forældre i skilsmisse starter ligeledes næste forløb i foråret 2022. Gruppen sammensættes, så deltagerne aldersmæssigt passer til hinanden. Der er desuden to mødegange for forældre.
- Gruppen for børn af forældre med psykisk sårbarhed/lidelse starter i foråret 2022 en ungegruppe for unge i alderen 12-17 år.

Vedhæftede filer

[Ungetilbudsdagen - læs mere her](#)

Læs mere om tilbud til børn og unge

Pårørendegrupper

Vi tilbyder løbende pårørendegrupper for alle pårørende, der er fyldt 18 år. Et gruppeforløb består af 10 mødegange og 1 opfølgingsgang. Ring og hør, om et gruppeforløb kunne være noget for dig.

Åben rådgivning

Kom og hils på os. Vi vil gerne udbrede kendskabet til Pårørenderådgivningen og vores mange tilbud. Åben rådgivning foregår på:

OUH den 18. januar fra kl. 10 - 12

Studenterhuset den 15. februar kl. 14 - 16

Yderligere datoer opdateres løbende på websitet.

[Læs mere om tilbud til voksne](#)

Har du gode idéer til Pårørenderådgivningen?

Vi ønsker løbende at udvikle Pårørenderådgivningen og vores tilbud, så de er vedkommende for dig, der er pårørende. Derfor tager vi meget gerne imod dine gode idéer. Du kan finde vores kontaktoplysninger nedenfor.

Kontakt os

Hvis du har lyst til at vide mere eller har brug for hjælp til at finde det rette tilbud for dig, kan du kontakte pårørenderådgiverne.

Pårørenderådgivere for voksne

Kontakt Helle og Christina, hvis du er pårørende og over 18 år.

Helle Skov Iversen
Tlf.: 23 49 30 91

Christina Rodam
Tlf.: 23 31 43 71

Pårørenderådgiver for børn og unge

Kontakt Bjarne, hvis du er pårørende (eller forælder til en pårørende) under 18 år.

Bjarne Bruun
Tlf.: 21 84 54 40

Du har givet samtykke til, at vi registrerer dit navn og din email for, at vi kan sende pressemeddelelser fra Pårørenderådgivningen i Odense Kommune til dig. Vi vil ikke bruge dine oplysninger i andre sammenhænge. Du kan til enhver tid trække dit samtykke tilbage ved at afmelde nyhedsbrevet.

Du kan altid læse mere om vores behandling af personoplysninger i forbindelse med, at du er tilmeldt vores nyhedsbrev [her](#).

Læs mere om dine rettigheder i forhold til beskyttelse af borgere og virksomheders data, som Odense Kommune har registreret.

[Klik her](#), hvis du ikke ønsker at modtage nyhedsbreve fra Pårørenderådgivningen i Odense Kommune.

[Vis i browser](#)