

NYHEDSBREV JANUAR 2019

'We've lost the rich wisdom of normal human dying. It's time for us to talk about dying and reclaim the wisdom.' Dr Kathryn Mannix.

Kære medlem af Foreningen Nærvær omkring Døende.

Jeg vil starte dette nyhedsbrev med at ønske alle medlemmer et godt nyt år. ☺ Når jeg her på året 2019s først dag tænker tilbage på foreningen i 2018, er det med stor tilfredshed. For selv om vi stadig går med 'små skridt', kan jeg se, at der er ved at åbne sig videre horisonter.

'Nærværets betydning i dødsprocessen': 17. JANUAR KL 19-22

Vi gentager med mindre ændringer vores arrangement, 'Nærværets betydning i dødsprocessen' - et arrangement bestående af fire oplæg samt mulighed for diskussion. Det foregår denne gang på Stenstrup Plejecenter, Hostrupvej 1, 5771 Stenstrup.

PROGRAM

VELKOMST v. Ann Ostenfeld-Rosenthal, antropolog og formand

DØDEN I HVERDAGEN - refleksioner fra hospice v. Birgit Bastholm, sygeplejerske og procesterapeut

MASSAGE OG BERØRINGS BETYDNING I DØDSPROCESSEN v. Vibeke Bækstrøm Jensen, psyko-motorisk terapeut

PAUSE

PROJEKTET, 'MIN SIDSTE TID' V. Mejse Holstein, Projektleder, Svendborg Kommune

AT DØ BEVIDST - en personlig fortælling v. Martijn van Beek, antropolog

SPØRGSMÅL OG AFSLUTNING

Tilmelding via mail: mail@naervaeromkringdoende.dk eller en personlig besked på vores facebook side.

Pris: Medlemmer 50 kr, Ikke-Medlemmer 75 kr. Rabat på medlemskab: 25 kr, hvis man melder sig ind på aftenen.

Arrangementet betales samtidig med tilmelding på: Mobil Pay: 46183 eller bankoverførsel: 9333 0012606176 eller ved indgangen.

Siden sidst

Den 19. december holdt bestyrelsen et visionsmøde, et møde hvor vi forsøgte at konkretisere vores ideer. Her følger de i korte træk.

1. Et pilotprojekt om at sikre sig, at man ikke bliver genoplivet mod sin vilje og at oplyse folk om muligheder i den forbindelse. Pilotprojektet skal handle om en implementering af dette. Projektet taler ind i vores ønske om at bidrage til at bryde en tabuisering omkring døden. Eller de ting 'vi ikke får talt om'.

2. Oprettelse af en 'hotline' tjeneste. Dette projekt er vokset ud af ønsket om at samarbejde med andre instanser, foreninger mm. som arbejder med døden og døende. Og der skal **meget** til: en række frivillige, som skal have en uddannelse. Og den uddannelse skal først laves, og dette kan ikke gøres alene på frivillig basis. Vi forestiller os at starte i det små: fx starte i en kommune med to timer om ugen fx som Tidslerne, Girls Talk, Børnelinjen, og vi ser det som nødvendigt at have en offentlig instans som samarbejdspartner. Vi har fået skabt en positiv kontakt til ældreminister, Thyra Frank, som har inviteret os til møde i løbet af foråret. På det møde vil vi præsentere ideen for hende.

3. Afholdelse af en konference om 'Nærvær omkring Døende' med deltagelse af danske og internationale foredragsholdere. Vi forestiller os en konference over 2 dage, som kan sætte dette emne og foreningen på Danmarkskortet. Det er vigtigt, at konferencen appellerer til de relevante sundhedsprofessionelle. Derfor tænker vi os at forhøre os hos REHPA (Videnscenter for Rehabilitering og Palliation) om de evt. kunne være interesserede i at medvirke i et eller andet omfang. Vi satser på marts 2021.

4. Udgive bøger.

a. Et opslagsværk. Indhold: det vi alligevel finder ud af undervejs i vores forskellige processer.

b. 'Dødens dilemmaer'. De er mange, fx pårørende, der ikke vil erkende at deres familiemedlem er døende. Fx konen hvis mand får en blodprop, som er døende og hun tror, han kommer hjem til jul. Nogle kommer på hospice - andre ikke. Skal man ringe til Falck når ens døende vil dø i fred? Mmm. Dette er også et langtidsprojekt.

5. Pilotprojekt om MBSR (Mindfulness Baseret Stress Reduktion) med ekstra compassion til sundhedsprofessionelle der arbejder med døende. Vi er i øjeblikket der, hvor vi skal finde en værtsinstitution. Vi har henvendt os til REHPA og har fået en positiv tilbagemelding om interesse i et møde. Og så kommer fondsansøgninger.

6. Et lille e-foredragskatalog til hospitaler, plejecentre, hospices etc., som indeholder de foredrag vi kan tilbyde gratis/mod donation og mod betaling af transport. Her tænker vi foredrag af fyraftensmødelængde. Dette projekt bliver ført ud i livet i løbet af de næste måneder. Kataloget kommer til at ligge på vores hjemmeside.

Hvis du som medlem mener, du kan bidrage med noget i en af disse sammenhænge, skal du være hjerteligt velkommen i en ad hoc gruppe.

Ændringer i bestyrelsen

Den 13. september holdt vi vores årlige generalforsamling. Her valgte to bestyrelsesmedlemmer at trække sig tilbage af personlige årsager. Tusind tak til Vibeke Bækstrøm og Tina Søgaard for jeres indsats det første år.

Og velkommen til vores to nye bestyrelsesmedlemmer, Jenny Husted og Camilla Dalgaard og suppleant, Hanne Bess Boelsbjerg. Kort om de nyes begrundelser for at deltage i dette vigtige arbejde.

Camilla Dalgaard

I mit erhverv som narkoselæge bliver jeg ofte konfronteret med døende og deres pårørende.

Jeg ønsker så inderligt at folk begynder at tale mere med sine nærmeste og måske egen læge om døden og på den måde bliver mere bevidste om at vi alle skal herfra engang.

Mens man er mentalt frisk er det vigtigt at tilkendegive sin holdning til hvor meget man ønsker at gå igennem for at holde fast i livet. Det liv som vi kender kan hurtigt ændres til et helt andet, hvor man bliver afhængig af andre menneskers hjælp.

Er det et værdigt og godt liv? Muligvis.

Det er kun det enkelte menneske der kan svare på det spørgsmål.

Det er en "gave" at give til sine nærmeste pårørende - at tale åbent om sine tanker og ønsker når det uundgåelige banker på døren.

Jeg vil gerne være med til at støtte op om at vi alle begynder at tale sammen om døden.

Jenny Husted

Jeg har valgt at engagere mig i foreningen, fordi jeg gerne vil være med til at afmystificere døden. Livet sker for os alle, og det gør døden også. Men vi mangler redskaber og sprog til at være med døden - både når vi selv, eller vores nærmeste, står overfor den, eller når vi som sundhedsprofessionelle bliver konfronteret med "den andens" død. For mig at se er det allervigtigste redskab nærværet - evnen til at være nærværende til stede. Jeg er antropolog og har udført feltarbejde på og skrevet speciale om Zen Hospice i San Francisco.

Hanne Bess Boelsbjerg

Jeg interesserer mig levende for døden. Det skyldes dels mit arbejde som kræftforsker, hvor jeg har arbejdet med troende patienter, der vidste, at de var uhelbredeligt syge - og som derfor stod over for døden. Både dem med en kristen eller muslimsk tro har haft meget forskellige - og nogle gange meget ens - tilgange til deres egen død. Det har været en stor inspiration for mig som forsker og som menneske. Jeg har også denne stor optagethed af døden, da jeg selv har mistet flere nærtstående og derfor har haft brug

for at finde ud af, hvad døden er for et fænomen. Jeg arbejder derfor for, at døden er noget, som vi taler om og tænker over - som en naturlig del af vores egen tilværelse. Det er en af de vigtigste årsager til, at jeg gerne vil bidrage til foreningens arbejde.

Det får du som medlem

Dette er en gentagelse. ☺ Foreningen har en indbygget åben struktur. Det betyder, at der er mulighed for at oprette ad hoc grupper ifm. relevante emner eller begivenheder, som måtte opstå hos medlemmerne. Hvis bestyrelsen vurderer, at det er i overensstemmelse med vores formål, kan vi bidrage til en sådan ad hoc gruppe med et bestyrelsesmedlem. Derfor er der mulighed for indflydelse ved at melde sig ind i foreningen og ville gøre et stykke arbejde.

Som medlem får man derudover:

To nyhedsbreve om året

Rabat på vores arrangementer og kurser

På bestyrelsens vegne,

Ann Ostenfeld-Rosenthal, formand