

Palliativt Frivilligt Netværk

Årsberetning



Et tilbud til uhelbredeligt syge i eget hjem
på Fyn

Årsberetning udarbejdet af Koordinator i PFN,
Inge Hansen, tlf. 40 19 87 07
Mail: koordinator@foreningen-pfn.dk

2015

Indholdsfortegnelse

Substansen i PFN	2
Ronny – ny frivillig i PFN	4
Annie – sidde hos for natten.....	5
Karina – frivillig på Palliativt Sengeafsnit	6
Tak fra pårørende.....	7
Temadag for frivillige, ansatte og bestyrelsen.....	8
Nominering til Region Syddanmarks Frivilligpris 2015	9
Min sidste tid – udvikling af modelkommuneprojekt	10
Perspektiv	11
Bestyrelsen Palliativt Frivilligt Netværk 2015	12



Palliativt Frivilligt Netværk (cvr.nr 34 78 68 95)
c/o Klørvænget 6, indgang 93, 7. sal
5000 Odense C

Att: Koordinator Inge Hansen

Tlf. 40 19 87 07

Mail: koordinator@foreningen-pfn.dk

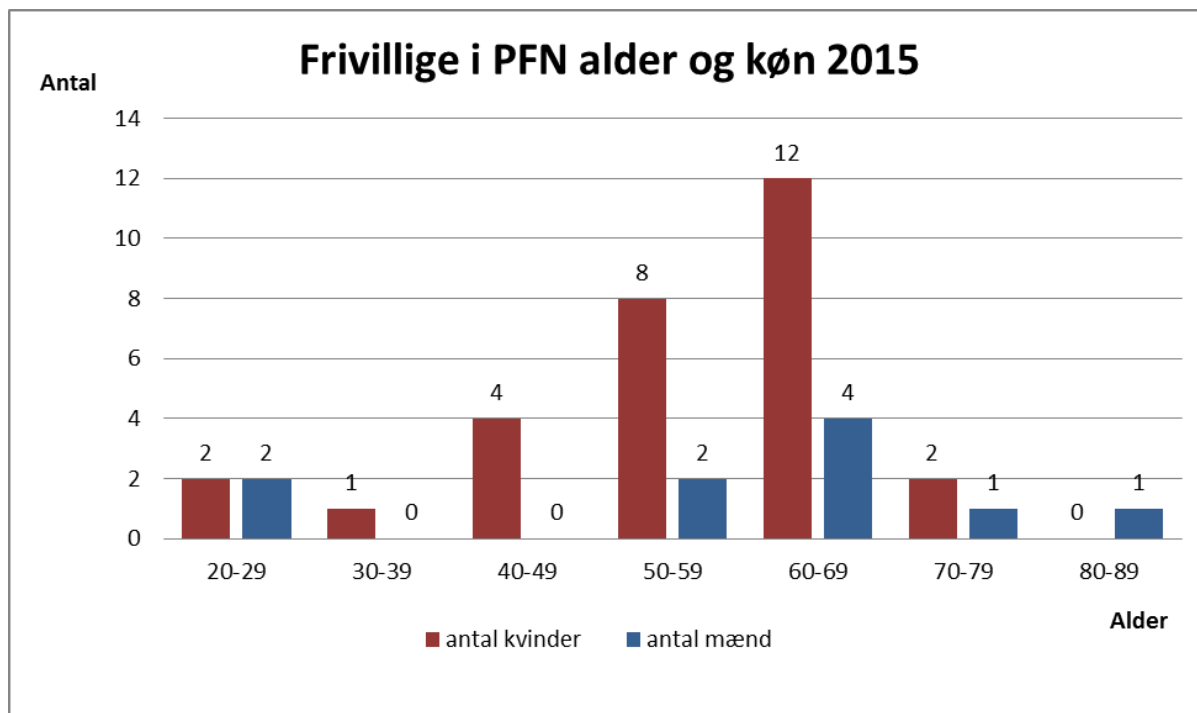
www.foreningen-pfn.dk



Substansen i PFN

Den grundlæggende substans – kernen i PFN – er de frivillige, herom er der ingen tvivl. De frivillige er voksne mænd og kvinder, som ønsker at yde en frivillig indsats i et etisk og filosofisk felt i et tæt samspil med uhelbredeligt syge og Palliativ Team Fyn. De bor forskellige steder på Fyn og dækker alle aldersgrupper (voksne).

Den frivillige kerne består i 2015 af 39 frivillige, heraf 10 mænd og 29 kvinder i alderen 21-83 år.



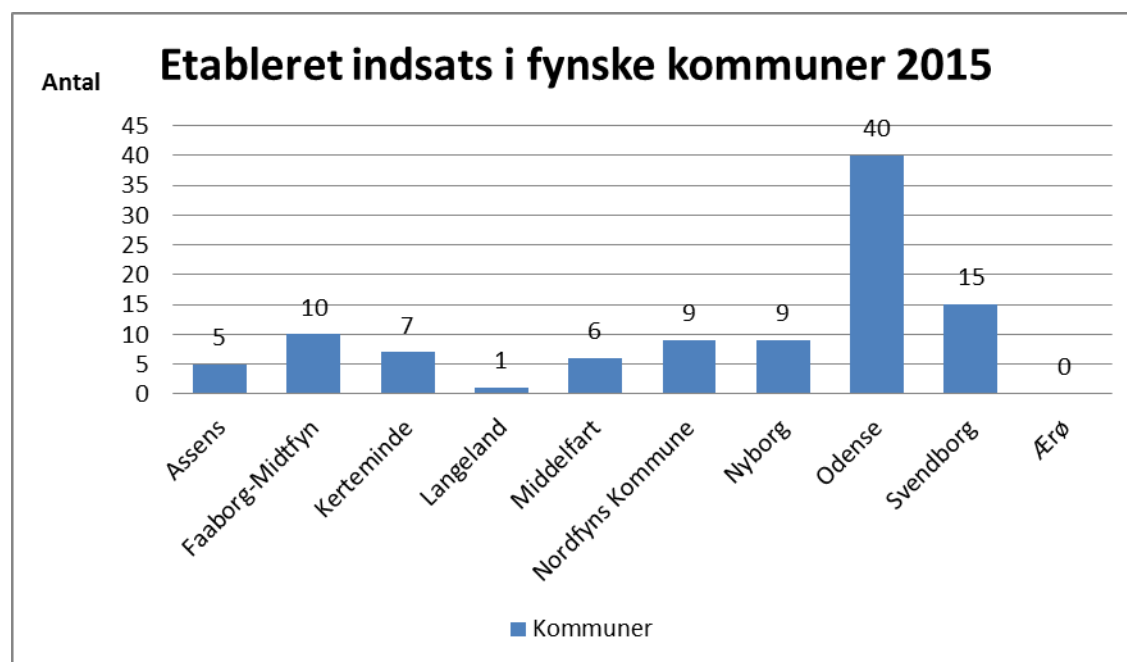
En anden og tilsvarende vigtig dimension i PFN er den økonomiske opbakning og støtte fra fonde, kommuner og stat. Uden økonomisk støtte vil det ikke være muligt at fastholde og videreudvikle et frivilligt netværk og tilbyde en helhedsorienteret og kombineret indsats i et tæt samspil med Palliativ Team Fyn. På årsbasis rammes ca. 700 borgere på Fyn af uhelbredelig sygdom med behov for en palliativ indsats.

I 2015 har vi modtaget opbakning og økonomisk støtte fra nedenstående, og vi siger hjertelig tak til:

Trygfonden, Den A.P. Møllerske Støttefond, Odense Kommune, Albani Fonden, Fionia Fond, Tips- og Lottopuljen, Faaborg-Midtfyn Kommune, Velux Fonden, Ingeniør N. M. Knudsens Fond, Nordea Fonden, Svendborg Kommune, Middelfart Kommune, Dagmar Andreasens Familiefond, Nyborg Kommune og Langeland Kommune

Den økonomiske opbakning og støtte er af afgørende betydning for en kontinuerlig udvikling af den frivillige indsats hos uhelbredeligt syge og deres pårørende, hvor formålet er at støtte op om den syges og de pårørendes ønske om at kunne få en kombineret hjælp og støtte, som gør det muligt at kunne tilbringe den sidste tid i eget hjem.

I 2015 har frivillige fra PFN været ude hos syge i eget hjem 826 gange. Nedenstående præsenteres en geografisk oversigt over de forskellige kommuner og antal hjem, hvor uhelbredeligt syge har gjort brug af frivillige fra Palliativt Frivilligt Netværk.



Det ser ud til, at behovet for at kunne tilbyde en kombineret og individuel tilrettelagt frivillig indsats hos uhelbredeligt syge fortsat er stigende, hvilket skal ses i forhold til det tætte samspil med Palliativt Team Fyn, samt i forhold til behovet for, at vi kan matche det enkelte hjem med hensyn til den rette frivillige indsats.

Det synes at være af afgørende betydning, at vi ikke har faste 'pakkeløsninger', men at koordinatoren i hvert enkelt tilfælde og i hvert hjem har en afklarende samtale med den syge og dennes pårørende, som gør det muligt at afstemme såvel forventninger som begrænsninger, samt at etablere den rette frivillige indsats og match.

I 2015 har der været en stor efterspørgsel efter en frivillig indsats til blandt andet at:

- Sidde hos den syge (så ægtefællen kan få sovet igennem for natten). Her etableres der aftale om, at en frivillig kommer ud i hjemmet kl. 22 og sidder hos den syge indtil kl. 06.00.
- Gøre noget sammen med den syge. Primært har den syge ikke længere mulighed for selv at transportere sig rundt, og den syge kan have svært ved at have kræfter og overskud til at benytte de offentlige transportmuligheder. Her stiller den frivillige sig til rådighed med egen bil, og sammen kører de ud for f.eks. at handle ind, besøge tandlæge, køre en tur til havet eller tilsvarende gøremål.
- Være hos den syge nogle timer, mens ægtefællen kan få nogle sammenhængende timer til egne gøremål.

Som nævnt findes der ingen 'pakkeløsninger', men en række muligheder tilrettelagt i forhold til det enkelte hjem og i forhold til de frivillige ressourcer, vi har i PFN. Og med den stigende efterspørgsel har vi fortsat behov for at få flere frivillige ind i netværket – frivillige, der ønsker og formår at yde en omsorgsfuld og social indsats hos uhelbredeligt syge i eget hjem på Fyn.

Ronny – ny frivillig i PFN

Palliativt Frivilligt Netværk forsøger at implementere nye frivillige i takt med behovet og således, at man ikke blot er frivillig af navn, men af gavn. Kort sagt – der er brug for dig og dine personlige egenskaber. Vi tilbyder en frivillig indsats i de fynske kommuner, og derfor er der tilsvarende behov for frivillige fra alle geografiske områder på Fyn – og de fynske øer.

Det var lidt af en tilfældighed, at jeg blev frivillig.

Jeg har hele mit arbejdsliv arbejdet med andre mennesker og besluttede egentlig, da jeg blev pensionist, at det ville jeg ikke mere. Men til en foredragsrække mødte jeg så et bestyrelsesmedlem fra PFN, og efter at vi havde talt sammen, foreslog han, at jeg tog kontakt til koordinatoren for de frivillige i PFN.

Derefter tog jeg telefonisk kontakt til Inge Hansen, og vi aftalte et personligt møde. Vi havde en god samtale, hvor vi talte om den frivillige indsats hos uhelbredeligt syge i eget hjem. Jeg syntes, at det lød 'spændende' og fortalte, at det kunne jeg godt tænke mig at prøve. Jeg har i mange år arbejdsmæssigt haft kontakt til døende personer.



Ronny Peter, Åstrup.
Frivillig PFN

Efterfølgende deltog jeg i en introduktionsdag med et par andre nye frivillige, hvor vi sammen drøftede etiske og moralske tilgange til den frivilliges rolle og fik et indblik i organiseringen og samarbejdet med Palliativ Team Fyn. Dagen sluttede med at underskrive en samarbejdsaftale, der blandt andet tydeliggør, at også frivillige er pålagt og skal respektere tavshedspligten.

Så var jeg klar til mit første forløb som frivillig i PFN, hvilket blev et møde hos en familie, hvor manden var uhelbredeligt syg og sengeliggende. Inden jeg kørte ud til familien, havde jeg haft en snak med Inge om opgavens indhold og forventede omfang. I dette tilfælde var opgaven at være hos manden, mens hustruen fik nogle timer til egne gøremål uden for hjemmet.

Jeg mødte op lidt spændt. Der var lavet kaffe, manden var sengeliggende og træt og sagde ikke så meget. Fik en snak med hustruen inden hun som aftalt kørte ud for at handle ind.

Det var en god oplevelse at møde denne familie. De havde et mere afslappet forhold til døden, end jeg oftest oplever. Inden jeg kørte hjem aftalte vi, hvornår jeg skulle komme igen.

Et par dage efter ringede hustruen og fortalte, at manden var sovet stille ind. Denne opstart har ikke afskrækket mig fra at være frivillig – tvært imod giver det god mening at kunne medvirke til at yde en frivillig indsats i sådanne konkrete situationer.

Annie – sidde hos for natten

'At sidde hos' betyder, at der kommer en frivillig fra PFN, som sidder ude hos uheldeligt syge i dennes hjem. Ofte er årsagen, at den syge er bange for at ligge alene og har stor glæde af, at der sidder én hos ham/hende. Ofte er der også en ægtefælle, der har brug for at få en god nattesøvn nogle nætter i træk. I sådanne tilfælde aftales det, at den frivillige fra PFN kommer ud og 'sidder hos' i tidsrummet kl. 22-06. I de tilfælde, hvor der er behov for at 'sidde hos' flere nætter i træk, etableres der et lille team af frivillige (typisk 2-3 frivillige), som på skift sidder for en nat ad gangen.

Jeg hedder Annie, er 70 år og frivillig hos uheldeligt syge i eget hjem.

Efter at have talt med vores koordinator, Inge Hansen, kørte jeg som aftalt ud til det pågældende hjem, hvor det var aftalt, at jeg skulle komme og sidde hos en 55-årig mand for aftenen og natten.

Da jeg kl. 22 ankom til hjemmet, tog hustruen imod mig og fortalte lidt om sin syge mand og om, hvordan dagen var forløbet, inden vi sammen gik ind og hilste på manden og forklarede ham, at jeg ville sidde hos ham indtil næste morgen. Derefter gik hustruen ind i seng, og vi aftalte, at jeg skulle kalde på hende, hvis der blev behov for hendes tilstedeværelse.

Jeg satte mig tilrette på en stol, så manden hele tiden kunne se mig og nemt kunne få kontakt til mig, hvis han ønskede at få en tår vand eller på anden vis havde brug for at vide, at jeg var der. Jeg havde taget mit strikketøj og en god bog med, så den syge kunne se, at jeg var vågen og kontaktfar, når han behøvede at få kontakt med mig.

I den konkrete situation var manden en del urolig, og hjemmeplejen kom som planlagt forbi hver 3. - 4. time i nattens løb. Og selv om en nat kan føles lang, når man sidder i et fremmed hjem på en stol, så er det en god følelse og tilfredsstillelse at fornemme den taknemlighed, man møder såvel fra den syge som fra den pårørende.

Det er en meningsfuld indsats, som gør, at jeg med mellemrum tilbyder at 'sidde hos' for natten – når det kan suppleres med mine øvrige gøremål.



Annie Hansen, Årslev.
Frivillig PFN

Karina – frivillig på Palliativt Sengeafsnit

Palliativt sengeafsnit på OUH er en afdeling, hvor vi har tilknyttet frivillige fra PFN, der stiller sig til rådighed 3-4 timer én gang om ugen for de patienter, der er indlagt på sengeafsnittet. Som frivillig stiller man sig til rådighed med tid og nærvær af ikke faglig karakter, og det er fagpersonalet, der sætter den frivillige i kontakt med de indlagte patienter.

Jeg hedder Karina, er 44 år og frivillig på sengeafsnittet.

Jeg møder normalt én gang om ugen på Palliativt Sengeafsnit kl. 10 - 13 og kommer altid i god tid. Jeg hilser på personalet og får en kort orientering om de stuer, jeg må gå ind på og om patienternes situation. En god info, så jeg ved, hvad jeg møder.

De faste opgaver er at give de pårørende kaffe/te, ordne blomster, tænde lys og se til, at der er pænt på altanen. Jeg sørger for at plante til på altanen efter årstiden og har i december pyntet op til jul.

I går blev jeg bedt om at sidde hos en mand på én af stuerne. Han var klar ind imellem, men meget af tiden forvirret, og han kaldte på sin hustru og sine børn. Det betød rigtig meget, at der sad en hos ham, og af og til kunne vi snakke sammen. Til andre tider lå han bare, og efterhånden fandt jeg ud af, at en hånd på hans skulder, og forsikringen om at jeg blev siddende til hans hustru kom igen, skabte ro.

Der er altid mange tanker efter en dag på sengeafsnittet. Det påvirker én at se patienter, pårørende og de dødsfald, der er på sengeafsnittet, men jeg går altid hjem med en tak fra personalet og en dyb glæde over oplevelsen af kunne hjælpe.

Inden jeg går hjem fra sengeafsnittet, får jeg en snak med personalet – de er meget søde til at vende dagen med mig, og jeg føler mig som en del af afdelingen. Jeg har meget stor ros til personalet for deres måde at inddrage mig på.

Som frivillig på Sengeafsnittet deltager jeg i de månedlige fællesmøder med de andre frivillige i PFN for fælles indblik og vidensdeling.



Karina Pedersen, Odense
Frivillig PFN

Tak fra pårørende

Det er ikke kun den syge, der har brug for en frivillig håndsrækning, men i vid udstrækning også de pårørende. Som pårørende er man ofte bundet op af mange praktiske gøremål, og man står i en position, hvor man skal være tovholder for de mange initiativer og aftaler i dagens løb, der skal til for at få hjemmet til at fungere i forhold til den syge.

Mange tror fejlagtigt, at det kun er enlige eller uhelbredeligt syge med sparsomt netværk, der har behov for en frivillig indsats, men erfaringer viser, at uanset hvor god, stor og kærlig en familie, naboer og netværk, man har, så er det vanskeligt 'hele tiden' at skulle bede om hjælp. Ofte bliver indkøb til noget, der minder om et maratonløb, hvor de pårørende iler af sted, og de vil helst ikke belaste familien, naboen eller vennerne mere end højst nødvendigt.

Med den frivillige indsats er det anderledes. Der ved man, at de frivillige har tiden og mulighederne for at være hos den syge i hjemmet. Det giver rum for, at man som pårørende kan få tid til egne gøremål og med god samvittighed kan få et tiltrængt pusterum.

Nedenstående (gjort anonym) er et eksempel med tak fra en pårørende:

Min mand sov ind i juli måned.

Nu er alle de praktiske opgaver næsten overstået, og det er tid til at sige tak. Jeg havde det svært ved at skulle bede om hjælp af en fremmed, da jeg forventede af mig selv, at jeg skulle kunne klare alle opgaver selv - også at tage vare på mig og min familie.

Det var Palliativt Team der nævnte tilbuddet om en frivillig fra PFN flere gange, inden jeg takkede ja. Det var en kæmpe aflastning at få Kirsten (frivillig PFN) på besøg - hun var ligetil. Jeg er klar over, at opgaven ikke var let for hende, da min mand ikke havde tilstrækkeligt sprog.

Jeg lagde ikke skjul på, at Kirstens besøg var for at give pigerne og mig mulighed for at få nogle timer sammen, altså aflastning fra en mand og far, der havde ændret personlighed pga. sin sygdom. Jeg kan se, at det i det lange løb er det givet godt ud.

Det gav os et tiltrængt pusterum. Det var lettere og mere uforpligtigende for mig at lave aftale med Kirsten end med venner. Selvom de ikke direkte kræver noget retur, så vil jeg alligevel føle mig forpligtiget på en eller anden måde over for dem jeg beder om hjælp.

Samværet var også meget mere afslappende for min mand, for det krævede ikke, at han blev udmattet af at prøve at finde ordene. Kirsten fik en 'siden sidst' opdatering af mig, og så tog hun den derfra. Skiftende venner var meget udmattende for ham, for de talte og spurgte til ham, så han brugte al dagens energi på få timer.

Jeg vil sige tak for en fantastisk organisation. Håber også, når jeg kommer på den anden side og bliver fyldt med overskud, at jeg må finde min måde at bidrage på.

Venlig hilsen (hustruen)

Temadag for frivillige, ansatte og bestyrelsen

Traditionen tro indbyder vi én gang årligt de frivillige i PFN til en hyggestund, hvor det er de frivillige, der er 'gæster', og vi mødes nogle timer i en god kombination af social hygge og samvær – krydret med input og vidensdeling.

I år havde vi valgt at invitere bestyrelsen og de ansatte fra Palliativt Team Fyn med til vores temadag. Dels havde vi brug for at få sat ansigt på hinanden, og dels havde vi bare lyst til at mødes og få tid til at snakke sammen om vores samspil og fælles mål.

Det blev til nogle hyggelige timer, hvor vi blandt fik mulighed for at høre lidt om Elisabeth (præstens) arbejde i teamet og høre om et par konkrete forløb fortalt af Benny og Celine (frivillige i PFN).

Derudover var der planlagt små temaer, der blev drøftet ved de enkelte borde og organiseret i små processer, så alle kom rundt og fik talt med hinanden. Alt i alt var det en hyggelig, informativ og dejlig dag, der på alle måder er med til at understøtte og udvikle samarbejdet – og som vi ser frem til at kunne gentage næste år.



Nominering til Region Syddanmarks Frivilligpris 2015

Det var utroligt dejligt at blive kontaktet af Region Syddanmark, der oplyste, at PFN var én af de fire frivillige organisationer, der var nomineret til Årets Frivilligpris 2015. Med nomineringen fulgte krav om, at der skulle optages en video, som kunne præsenteres ved den efterfølgende konference på Hotel Trinity, Fredericia. ([Se video – klik her](#)).

Med spændt forventning og stolthed deltog vi i nomineringen. Studieværten Sisse Fisker bød velkommen og gav ordet til regionsrådsformand Stephanie Lose, der talte om værdierne ved og anerkendelsen af den frivillige indsats. Derefter fulgte et oplæg ved Peter Mygind, som på bedste vis illustrerede og fortalte om egne erfaringer som frivillig.

Efter en lækker frokost vistes videopræsentationen af de fire nominerede frivilligforeninger, og så skulle uddelingen af Årets Frivilligpris samt 'den gode ide' afsløres.

Det blev Langelands Hjertestarterforening, der fik Årets Frivilligpris på kr. 50.000, og Erfaringskonsulenterne på afdeling T, OUH, fik prisen på kr. 10.000 for 'Den gode ide'. Hospitalsklovnene og PFN fik en stor, flot buket blomster.

Stor lykønskning herfra til de velfortjente vindere og tak til Region Syddanmark for deres gode initiativ og medvirken til synliggørelse og anerkendelse af den frivillige indsats i Regionen.



Min sidste tid – udvikling af modelkommuneprojekt

Svendborg kommune er en af de fire kommuner, der har fået satspuljemidler, og dermed skal medvirke til at udvikle og afprøve nye metoder til tidlig inddragelse og forventningsafstemning i forhold til uhelbredeligt syge og deres pårørende. De skal blandt andet afprøve metoder til:

- At fremme en tidlig afklaring og løbende forventningsafstemning i forhold til *hvor* den enkelte borger med livstruende sygdom ønsker at dø.
- At udvikle og optimere *sammenhængende* tværfaglige og tværsektorielle forløb for borgere i palliative forløb.
- At udvikle og optimere *kompetencer* hos de involverede aktører i kommunen.

Satspuljen er udmøntet som modelkommuneprojekter, fordi målet er, at de fire kommuners erfaringer og viden skal danne baggrund for generelle anbefalinger til, hvordan landets øvrige kommuner kan styrke den palliative indsats.

Erfaringer viser, at mennesker med uhelbredelige livstruende sygdomme ønsker at være længst muligt i hjemmet og eventuelt at dø der, men mange hindres i dette pga. manglende organisatoriske rammer i kommunen. Erfaringer viser også, at ønsket om at dø hjemme kan ændre sig undervejs i et sygdomsforløb, og ønsket aftager, jo mere komplekst og progressivt sygdomsforløbet bliver.

Visionen for projektet 'Min sidste tid' er ikke, at alle borgere skal dø hjemme, men at døden skal foregå dér, hvor den enkelte borger ønsker det. Borgeren, de pårørende og personalet skal således tidligt i borgerens sygdomsforløb og løbende frem til 'den sidste tid' have mulighed for at afstemme forventninger til borgerens død, så de bedst mulige rammer kan etableres.

Som koordinator for Palliativt Frivilligt Netværk er jeg med som en af samarbejdspartnerne i projektet, og jeg skal blandt andet medvirke til at sætte fokus på og drøfte den frivilliges rolle – herunder muligheder og begrænsninger i samspillet mellem frivillige og professionelle.

Det er et spændende projekt, hvor jeg håber, at vi positivt kan bidrage med vidensdeling og erfaringer i forhold til den frivillige indsats i PFN og i forhold til samspillet med Palliativt Team Fyn, og at vi kan være med til at udvikle nye metoder og tiltag, der lokalt kan forankres i projektet.

Perspektiv

PFN har nu eksisteret i to år, og projektet synes at udvikle sig i takt med udbuddet og efterspørgslen og de bagvedliggende muligheder og begrænsninger i den frivillige indsats. Alt tyder på, at vi også fremadrettet har brug for nye frivillige, såfremt vi skal kunne imødekomme efterspørgslen hos uhelbredeligt syge i eget hjem på Fyn. Således planlægges en informationskampagne i foråret 2016, der skal medvirke til at synliggøre den frivillige indsats i PFN.

En anden vigtig udfordring, som bestyrelsen arbejder på at tage hånd om, er, at få synliggjort at PFN er en medlemsforening, hvor vi håber på en lokal og bred opbakning blandt fynboerne. Vi skal have formidlet mulighederne for at tegne et personligt medlemskab eller tegne et medlemskab som virksomhed/organisation. Den lokale opbakning og støtte er af afgørende betydning for et fremtidigt perspektiv med en tilgang af nye medlemmer.

Med kommunemodelprojektet håber vi ligeledes, at PFN vil kunne bidrage til at holde fokus på den frivilliges rolle og ikke mindst på værdierne i samspillet mellem frivillige og professionelle - med det formål at styrke en helhedsorienteret indsats for uhelbredeligt syge og deres pårørende.

Sidst, men ikke mindst, er et af de vigtigste perspektiver i PFN, at vi fortsat kan implementere og videreudvikle en frivillig indsats, som er individuelt tilrettelagt og matchet i forhold til det enkelte hjem – og den vej rundt medvirke til at gøre en forskel hos uhelbredeligt syge og deres pårørende.

Med dette en hjertevarm og beundringsværdig TAK til frivillige i PFN – tak fordi I er!

Angst

Hold fastere omkring mig
Med dine runde arme;
Hold fast, imens dit hjerte
Endnu har blod og varme.

Om lidt, så er vi skilt ad,
Som bærrerne på hækken;
Om lidt, er vi forsvundet,
Som boblerne i bækken.

Emil Aarestrup, 1838.

Bestyrelsen Palliativt Frivilligt Netværk 2015

Formand Harry Haue

Professor emeritus, dr.phil.
Syddansk Universitet

Næstformand Jørn Kaltoft Nielsen

Ingeniør og civiløkonom HD

Sekretær Lotte Andreasen

Pensioneret lærer

Bestyrelsesmedlem Herdis Hanghøi

Regionsrådsmedlem og Socialudvalgsformand
Faaborg-Midtfyn Kommune

Bestyrelsesmedlem Poul Foss Michelsen

Bestyrelsesarbejde i virksomheder og organisationer, Cand.merc.

Bestyrelsesmedlem Anne Landtved

Lektor, Mulernes Legatskole, Odense

Bestyrelsesmedlem Hanne Knudsen

Næstformand i Social- og Sundhedssektoren FOA, Odense Afd.

Suppleant Anita Holm Riis

Adjunkt ved Institut for Kulturvidenskab, Syddansk Universitet

Suppleant Sven Thaisen

Lektor, Mulernes Legatskole Odense

Tilforordnet bestyrelsesmedlem Ole Ulsø

Ingeniør, cand.mag. og frivillig i PFN