

# FORÅR I DKS

MAJ 2018 | NYHEDSBREV

## INDHOLD

- Projekt Omsorg Med Holdning
- Temadag med May Bjerre Eiby
- Jubilæum
- Åndelig omsorg for dig
- Kalender





# Foråret er kommet over Danmark og DKS

- Om projekt Omsorg Med Holdning

*Annette Langdahl, udviklingskonsulent*

Frugttræerne står i fuldt flor og spreder deres duft til alle forbipasserende. Det er betagende og næsten berusende.

I DKS oplever vi lige nu også en berusende "blomstring" bl.a. gennem projekt "Omsorg Med Holdning", som ind imellem også næsten kan tage pusten fra os. Sporene er ved at blive lagt for de kommende to år, hvor vi vil arbejde særligt på at sætte fokus på det kristne menneskesyn, kompetenceudvikling i åndelig omsorg og omsorg for omsorgsyderen.

Det kommer blandt andet til at handle om udvikling og afholdelse af to delvist web-baserede undervisningsforløb i åndelig omsorg for sundhedspersonale. Derudover arbejdes der med forskellige tiltag, der kan være med til at støtte op omkring den enkelte i hverdagen som omsorgsperson og give inspiration og konkrete tilbud om muligheder for at få en "livgivende" pause.

Fx i form af fyraftensarrangementer lokalt på sygehusene, sygeplejeskoler, social-og sundhedsskoler, omsorgsgrupper, små pilgrimsture eller tilbud om en chat, tilknytning af en mentor eller en retræte målrettet omsorgspersonale.

Alle aktiviteterne bygger på det kristne menneskesyn, som er et af indsatsområderne og hele klangbunden i projekt "Omsorg Med Holdning". Projektet handler altså meget om tydeliggørelse af kristne værdier, ikke alene i sundhedssektoren, men også internt i DKS.

ligeværd kærlighed  
 at se medmennesket  
 Alle er unikke og Gudsskabte  
 uendelig værdifulde  
 give plads til sårbarheden at være der for hinanden  
 mod næstekærlighed  
 relationer og afhængighed  
 At gå ved siden af den anden Bevidne  
 ydmyghed  
 medfølelse  
 Tilgivelse  
 Se Gud i den anden

*Det kristne menneskesyn set med medlemmernes øjne - landsmøde 2018*

Disse aktiviteter skal støttes op af nye samarbejder, forskellige små film og spots på YouTube, små udgivelser, synliggørelse i medier og andre netbaserede aktiviteter.

Alt dette skal tilrettelægges, planlægges, udvikles og iværksættes på bare to år. Som det nok er tydeligt, kan man ind imellem blive helt beruset og tabe pusten, fordi det er sådan det er, når det er forår - også i DKS.

## Hvad kan du som medlem gøre?

Der er brug for medlemmer i "det ganske land", der vil støtte op omkring projektet. Det kan fx være med forbøn, med at etablere lokale kontakter til afholdelse af "omsorg for omsorgsyderen-arrangementerne" og støtte op omkring det lokalt.

Du kan også overveje om der er dele i projekt Omsorg Med Holdning, der har din særlige interesse eller som du kan se dig selv som en aktiv del af.

Henvendelse og spørgsmål: Udviklingskonsulent Annette Langdahl på [dks.forum@gmail.dk](mailto:dks.forum@gmail.dk)

Projektbeskrivelsen kan ses i sin helhed på [www.dks-forum.dk](http://www.dks-forum.dk)

## Hvad er det kristne menneskesyn ifølge dig?



Klik på videoen og hør Camilla fortælle

*"Jeg har selv oplevet, at Gud elsker mig og derfor prøver jeg at vise omsorg, og jeg er i hvert fald helt afhængig af at Gud giver mig den kærlighed til mennesker."*

**Camilla Kaltoft, sygeplejerskestuderende**

# Det nytter at stoppe op

- om omsorgstænkning og systemtænkning

*Af Jannie Pedersen, Bestyrelsesmedlem*

Sygeplejerske og stifter af Demensplejehjemmet Dagmarsminde May Bjerre Eiby var inviteret til dette års landsmøde i DKS, for at kaste lys over det komplekse spørgsmål: Hvordan værner vi om helhedspleje i et cost benefit fokuseret sundhedsvæsen?

May har et hav af erfaringer med sig fra det system-tænkende sundhedsvæsen. Hun har oplevet svigt og et forfejlet diagnose-fokus i behandlingen af sin egen far. Dette blev blandt andet startskuddet til opbygningen af demensplejehjemmet Dagmarsminde, hvor det særlige omdrejningspunkt er, at det enkelte menneske skal mødes, hvor han eller hun er, uafhængigt af diagnose. Faktisk er May og Dagmarsminde gået så langt som til at undlade at forholde sig til den konkrete demens-diagnose.

"Hvad gavner det den ældre, der bor hos os?", spørger May, og svarer selv, at "hvis vi kan møde dem med de konkrete behov, og ønsker de har, og se dem vokse og trives der, så er det da lige meget hvilken diagnose de har".

May har udfordret systemtænkningen i Danmark og ført utallige debatter for de svage dementes ret til omsorg og nærvær. Hun pointerede med talrige henvisninger til gode gamle omsorgstænkere som Kari Martinsen og Florence Nightingale, at omsorg ikke kan sættes i system og "bures inde".



*May Bjerre Eiby*

Hvis vi fortætter som hidtil og til stadighed tænker og vurderer ud fra diagnoser og medicinske behandlinger, da risikerer vi netop at sætte hinanden fast. Derfor opfordrede May os til at stå sammen, og hver især kæmpe en kamp mod den værditænkning, der præger vores samfund og sundhedsvæsen. Vi er, som Løgstrup beskriver, forviklede med hinanden; vi har alle på en eller anden måde del i hinanden. Forviklede og afhængige. Tillader vi det sansende nærvær i sygeplejen, så vi inddrager os selv som sansende, nærværende sygeplejersker og medmennesker, da kan vi også byde vores patienter og klienter med ind i relationen, og give dem mulighed for selv at forme deres liv og (be-)handling, forklarede May.

May Bjerre Eiby blev spurgt ind til om budgettet og visitationskriterierne på Dagmarsminde var sammenlignelige med andre af landets plejehjem. Hertil svarede hun, at både aktiviteter og budget lægger sig tæt op af det kommunale. Derudover talte May dog bemærkelsesværdigt lidt om "tørre tal" og skemalagte aktiviteter. Måske fordi de parametre vi så ofte måler vores indsats efter for, at kunne sammenligne os med hinanden eller med de politiske mål, er de parametre, der gør sygeplejen rigid og fratager den nærværet?

Midt på eftermiddagen blev vi alle udfordret i dagens Walk-and-Talk med snak om, hvordan og hvornår vi som sundhedsvæsen lader omsorgen komme først.

Disse snakke afstedkom mange spændende vinkler og erfaringer. Eftermiddagen var fuld af inspiration og gode eksempler. "Jeg har set at det virker", kundgjorde May og slog således fast, at det nytter noget at satse på omsorgen, også når man går imod de eksisterende systemnormer. Som May udtrykte det i alt sin enkelthed:

**"Alle kan yde omsorg, og omsorg er egentlig bare at være der for hinanden."**



Vi kan alle være med til at forandre det i systemet, som ikke tillader nærværet og omsorgen tilstrækkelig plads.

Dagmarsminde er på mange måder særligt og i en privilegeret situation. Men rundt omkring går der ildsjæle rundt, som kæmper for samme sag. Eftermiddagen frembød indtil flere eksempler fra den helt almindelige hverdag, hvor mennesket og omsorgen kommer før system og diagnose.

Det var den rækkefølge og prioritering vi tog med os fra temadagen. Og med det en god portion fantastiske eksempler på, at det nytter at stoppe op, være et sekund mere i nuet, i nærværet, i den omsorg, som kan virke som den rene medicin. Tak for opfordringen, inspirationen og energien, May.



## Høj stemning til DKS' s 60 års jubilæum

*Af Jannie Pedersen, Bestyrelsesmedlem*

Dette års landsmøde bar præg af to helt særlige begivenheder, nemlig fejring af 60 års jubilæum med en etableret, rigt velsignet kristen sygeplejeforening og starten på de næste 60 år med startskuddet til projekt "Omsorg Med Holdning" (side 1)

Det var høj stemning, fødselsdagssang, festlagkage og 45 feststemte deltagere. Der var både skønne taler og fine indslag, hvor DKS's spændende historie blev ridset op og de legendariske sommerlejre genoplevet.

For mange – inkl. mig selv – var det stærkt at høre lejrene beskrevet med deres mange meningsfulde elementer og stærke fællesskab – som kunne opleves i både et helt særligt lysbilledshow, hvor tingene i sandhed også blev vendt på hovedet og i jubilæumshjørnet.

60 år i DKS-regi er det det færreste af os, der kan prale af, men historiens vingesus fik lov at høres og mærkes denne aften, i taknemlighed og til inspiration for DKS ind i fremtiden.



*Der bliver sunget fødselsdagssang og jublet højt*

Tænk, vi har en forening, hvis hjerte er en flok medlemmer, der brænder for den gode, nærværende sygepleje og for den åndelige omsorgs plads. Det er unikt og værd at fejre!

Tak for en dejlig aften og tillykke med jubilæet endnu engang!

Jeg stemmer for at vi tager 60 år mere med DKS.



## Åndelig omsorg for dig

*Udviklingskonsulent Annette Langdahls oplevelser i forbindelse med guidet meditation*

Formiddagen sluttede af med en lille meditationsøvelse ledet af Helle Gottenborg. For mig virkede det som en livgivende pause. Jeg var forundret over, at det var muligt, at skabe en så koncentreret pausestation midt i alle de mange konkurrerende tanker om landsmøde, logistik, næste programpunkt, afslutningen på dagen og alle de andre mange ting, der lå foran mig efter landsmødet.

Jeg åbnede øjnene og havde det som om, jeg havde været meget langt væk og på en eller anden måde været koblet til en "åndelig lade station". Jeg oplevede at få en hurtig og meget tiltrængt åndelig opladning midt i travlheden, hvor jeg normalt på ingen måde ville synes, at der var plads til det.

Måske kunne vi lære noget af Luthers tanker om, hvordan vi imødegår travlhed: "Jeg skal nå så meget i dag, at jeg må tilbringe de første 3 timer i bøn."



**Omsorg for dig: kropsforkælelse**  
På temadagen var det til slut muligt at få lidt kropsforkælelse i form af håndpeeling med kaffegrums og bagefter få smurt hænderne ind i en lækker creme.



BIBELMEDITATION  
Dulmer sjælens tørst efter Gud

BØN I BEVÆGELSE  
Krop, sjæl og ånd i smuk forening

CENTRERENDE BØN  
Gud hviler i stilhedens dyb

## Troen med i hverdagen

I forbindelse med Helle Gottenborgs oplæg med temaet: "Åndelig omsorg for dig", blev trospraksis.tv præsenteret som én af mange muligheder til at sætte fokus på egen trospraksis og mere ro og fordybelse i hverdagen vha. guidede videoer.

Om trospraksis.tv citeret fra hjemmesiden:

"I dagens samfund opfordres vi ofte til forandring og hyppige skift. Kristen trospraksis er på mange måder en modkultur til dette med stabilitet og gentagelse som varemærker. Gentagelse er en dyrebar nøgle i alle læringsprocesser, og åbenhed og nysgerrighed udruster os til fordybelse.

DKS' formand Grete Schärfe, der har gode erfaringer med trospraksis.tv, er blevet bedt

om at sige lidt om, hvordan det gør en forskel i hendes egen trospraksis:

**"Det opleves næsten som om jeg har haft en lille ferie"**

### RABATKODE

- Gå ind på [www.trospraksis.tv](http://www.trospraksis.tv)
- Væg et abonnementent
- Brug rabatkoden dks2018 og få 20 %

Skal bruges inden udgangen af maj 2018

*I anledning af DKS 60 års jubilæum har trospraksis.dk oprettet en rabatkode, for de DKS-medlemmer der kunne have lyst til at prøve, om Trospraksis.tv er noget for dem.*

"Kender du det, at en daglig, personlig, stille tid med Gud kan opleves som en udfordring?

Noget, der skal overstås snarere end noget, man glæder sig til og finder hvile i? Sådan har jeg det somme tider. Derfor er jeg glad for, at der er noget, der hedder trospraksis.tv.

Her kan jeg være i den modtagende rolle og slappe af, fordi der er en anden, der guider mig.

Der varieres mellem praksisformer som "Bøn i bevægelse", "Centrerende bøn" og "Bibelmeditation". Hver seance tager kun ca. 15 minutter, men ofte oplever jeg det næsten, som om jeg har haft en lille ferie! Desuden finder jeg på kanalen særlige videoer og undervisning om stressmestring, Christfulness, onlinekurser m.m. Alt sammen inspirerende input til mit liv med Gud."





D. 1. marts blev jeg ansat som kommunikationsmedarbejder i DKS. Jeg er uddannet professionsbachelor i Kristendom, kultur og kommunikation.

Ved siden af mit job, er jeg selvstændig blogger på [www.påherrensmark.dk](http://www.påherrensmark.dk), og ansat i Kirke på vej i Roskilde Stift. Jeg er gift med David og vi bor på Fyn. Jeg glæder mig især til at vi kommer godt i gang med projekt Omsorg Med Holdning!

*Kamilla Jakobsen*

## Meditativ vandring i syd

NÅR SÅRBARHED ER EN STYRKE  
REFLEKSIONER OVER SÅRBARHED, TRO  
OG ROBUSTHED

Der gives oplæg undervejs, og vi går både i stilhed og i samtale med hinanden.

### **Fredag den 21. september**

kl. 10 mødes vi i Hoptrup Kirke, Hoptrup Kirkeby 6, 6100 Haderslev med velkomst og oplæg til vandringen.

### **Lørdag d.22. september**

Turen afsluttes i Hoptrup kirkehus omkring kl. 16.00

### **Vi vandrer på**

en udvalgt del af Camino Haderslev omkring Hoptrup og Slivsøen. Camino Haderslev er en vandrerute på i alt 106 km mellem 9 smukke kirker i et blødt, sønderjysk landskab. Gennem mark og skov, ad grusstier, landeveje og cykelstier og Slivsøen.

### **Tempo:**

Vi vandrer ca. 4 km. i timen. Hver time holder vi et kvarters pause og vandrer igen 1 time og har en længere frokostpause.



**Overnatning** på et af Caminoens overnatningssteder, bagagen køres til og fra overnatningssteder.

### **Medbring**

- en frokostmadpakke samt vandflaske
- et lagen og sovepose/dyne – gode vandresko/støvler
- en lille rygsæk til madpakke og vand, evt. regntøj og lidt skiftetøj.

**Pris:** 300 kr. medlemmer/ ikke medlemmer 350 kr./ studerende 200 kr.

**Info:** Annette Langdahl, 40445768 eller [dks.forum@gmail.com](mailto:dks.forum@gmail.com)

### **Tilmelding senest d.14.09.18 til**

Kirsten Salomonsen  
[salomonsenkirsten@gmail.com](mailto:salomonsenkirsten@gmail.com) eller  
41 34 99 82