

Derfor bære blus vi med glæde

Så kom efteråret efter en sommer, der snød med solen - ikke mindst her på vestkysten. Bladene er faldet, skovens farver "fader" ud og fuglene flyver sydpå, selv om de har holdt længe ud. Sådant er årets gang, som vi kender den, forskellig fra år til år. Men "så længe jorden står, skal såtid og høsttid, kulde og varme, sommer og vinter, dag og nat ikke ophøre" 1. Mos 8,27. Smukkere og mere enkelt kan det vel ikke siges.

Nogle år var ekstremt tørre, jeg tænker på 1975, hvor kartoflerne groede 2. gang, og her i år er det svært at bjerge de kartofler, som vi i mine drengedage samlede sammen sidst i september, hvor vi så fik "kartoffelferie" i stedet for efterårsferie og tjente 13 kr. om dagen. Det ville man nok kalde for børnearbejde nu om dage, men vi var stolte af at kunne tjene pengene, der jo ikke sad løst den gang.

Årets gang har altid inspireret vore digtere, som med ord formår at sige og male stemninger og farver, så vi både kan ane og huske dem, når vi læser og endnu bedre synger dem. Grundtvig skrev i 1847 en sang, der blev offentliggjort i det nationale vækkelsesskrift Danskeren 29. dec. 1849, Treårskrigen tid. Skyerne Gråne og løvet falder. Den fik melodi en del år senere og blev optaget i Højskolesangbogen og har sågar været brugt som alternativ sang ved Luciaoptog. Selv lærte jeg den af menigheden i Næsbjerg, der altid brugte den i forsamlingshuset ved adventsfesterne, og den blev en del af mine juleforberedelser. Siden kom den med i den nye salmebog som nr. 733.

Skyerne gråne, og løvet falder,
fuglene synge ej mer,
vinteren truer, og natten kalder,
blomsterne sukke: det sner!
Og dog bære blus vi med glæde!

Vinteren kommer, og sneen falder,
blomsterne visne i muld,
isen optøs ej af gråd for Balder,
tåreerne stivne af kuld!
Og dog bære blus vi med glæde!

Solhvervet kommer, og bladet vendes,
dagene længes på ny,
solskinnet vokser, og vintren endes,
lærkerne synge i sky.
Derfor bære blus vi med glæde!

Årene skifte af gru for ælde,
skjaldene give dem ret,
fuglene alle hvert år må fælde,
ellers de fløj ej så let:
Derfor bære blus vi med glæde!

Fuglene flyve som vind på vinger
let over vildene hav,
skjaldene flyve, som rimet klinger,
glat over slægternes grav!
Derfor bære blus vi med glæde!

Hjerterne vakle, når højt de banke,
drages til fuglenes spor,
lyset dog sejrer, den mørke tanke
flygtende synker i jord.
Derfor bære blus vi med glæde!

Salmerne klinge, og klokker kime,
spotte med sneen ved jul,
vinteren må sig med våren rime,
smelte for solen i skjul!
Derfor bære blus vi med glæde!

Troende hjerter i vinterløbet
føde den liflige vår,
trykke den til sig i barnesvøbet
med et lykosaligt nytår!
Derfor bære blus vi med glæde!

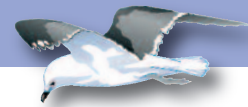
Bethlehemsbarnet i krybberummet,
det er den evige vår,
troende hjerter det har fornummet:
Jul gør lykosaligt nytår.
Derfor bære blus vi med glæde!

Digtet fremstår som en sang, der med

billeder genkalder det gamle nordiske solhverv og vil skabe lys, hvor der er frygt og mørke. Kun troen kunne bevare håbet om, at den almægtiges kærlighed og styrke ville overvinde vinteren og lade lyset og dagen vinde kraft på ny. Derfor hjælp heller ikke dengang hedenskabet "gråd for Balder" og sorgen over lysets død. Og af samme grund hjælper vi til ved at "bære blus med glæde". Sagt lidt mere nutidigt, vi tænder lys for at skabe hygge og jage mørket på flugt.

Grundtvig vil minde os om, at den blinde skæbnetros fimbulvinter er forbi. Isen, mørket, frygten, og vinteren i nord smelter. Den flygter og viger, når den spirende lyssejr fødes med Barnet i Betlehem. De gamle offerbål, der skulle kalde solen tilbage, konverteres i vor egen tid til festblus for julen og kirkeåret, hvor mørket går i graven og lys og liv opstår, fordi Kristus er "solen i





skjul". Kirkernes julefest med sang og salmer og klokkeklang og lysene i kirkerne og på kirkegårdene fra allehelgen fejrer ikke den mørke tids skæbne-

tunge sorg og savn, men også den evige vår varsles som Jesu komme, så Jul gør lyksaligt nytår. Derfor bære vi blus med glæde.

Samtidig ønsker vi i støtteforeningens bestyrelse jer alle en glædelig advents tid, en skøn jul og et lykkeligt og fredfyldt nytår.

Frede Dalum

Aflastningstjenestens 25 års jubilæum

Den 1. november var det 25 år siden Aflastningstjenesten startede i Esbjerg. Initiativet blev taget af KFUM og KFUK's kvindelige voksenarbejde - Aktionetteklubben, med Lise Erbs som koordinator.

Foreningen blev udvidet i 1995, hvor Aflastningstjenesten i Varde startede med Mary Andersen som koordinator. I 2018 kan vi byde velkommen til Aflastningstjenesten i Ølgod.

Det blev også Aflastningstjenestens frivillige, der fik tilbudt at yde den frivillige indsats på hospice Sydvestjylland, da de åbnede i 2006. Lise Erbs og flere i Aflastningstjenestens bestyrelse var medstifter og aktive i Støtteforeningen for et hospice i Esbjerg fra midt i 90'erne, og det var med stor glæde, at Aflastningstjenesten fik opgaven.

I dag er der 55 frivillige på hospice, der dækker alle dage fra 8.30 til kl. 20.

Foreningen er vokset støt med årene, og er anerkendt og respekteret for den kvalificerede indsats der ydes. Der er i dag 230 aktive frivillige, der har hjertet det rette sted. I 2016 ydede de 23.300 frivillige timer. Der er dog en stigende efterspørgsel efter vores indsats, derfor har vi brug for flere frivillige.

I løbet af årene er det blevet til en bred vifte af tilbud:

- Aflastning af pårørende til syge og døende
- Besøgstjeneste
- Vågetjeneste
- Frivillig indsats på hospice og plejecentre
- Musik på hospice og plejecentre
- Sorggrupper
- Demensklubber
- Frivillige på psykiatrisk afd. Spangsbjerg, nyt projekt med opstart den 27. november 2017

Der ydes en stor indsats af de frivillige, der går til opgaverne med lyst og interesse. I bestyrelsen der sikrer en god styring af foreningen. Ved kasserer Christian Bendixen, der har været med helt fra starten. Ved nuværende koordinatorer Ragnhild Kallestrup i Varde og Ingrid Bang i Esbjerg, der sikrer trygge rammer for de frivillige samt nytænkning.

Man kan læse mere om Aflastningstjenesten på

www.Aflastningstjenesten.dk
eller **www.facebook.com/aflastningstjenesten**

Marianne Rosenbæk,
formand for Aflastningstjenesten



Studietur til London med Hospice Forum Danmark

Den 25. til 28. september 2017 deltog jeg i en studietur til London, som Hospice Forum Danmark havde arrangeret med fokus på børnehospice, dagshospice, uddannelse og fundraising.

Vi var 16 afsted, hvoraf Christian Bendixen og Marianne Hansen fra Hospice Forums bestyrelse deltog og jeg ligeledes som frivilligkoordinator ved Hospice Sydvestjylland og koordinator for Aflastningstjenesten. En del af udgifterne til turen var søgt og finansieret af EU-puljen "Erasmus" og bidrag fra støtteforeningen.



Den 25. sept. ankom vi til London ved middagstid, hvor vi havde et Fælles møde med introduktion samt oplæg omkring Hospiceudviklingen i UK gennem de seneste 50 år.

Den 26. sept. kørte vi til York, hvor vi var på besøg på det næstældste børnehospice i England, Martin House der åbnede i 1987 og med plads til børn og unge fra 0-19 år, to afdelinger med plads til 6 teenager og 9 pladser til børn og deres familier. Martin House

Det har været en meget berigende studietur med megen inspiration. Som frivilligkoordinator på hospice og koordinator i Aflastningstjenesten for frivillige der støtter op i hjemmene, kan jeg konstatere, at efter 25 år har vi stor erfaring dels i støtte i hjemmene ved syge og døde, hvis de bliver indlagt på hospice og ved udskrivelse, men der kan stadig udvikles.

er med deres 30 års erfaring med til at præge børnehospicer i England.

Derefter var vi på besøg på et voksen hospice Sct. Leonard's hospice i York med plads til 20 patienter 12 enestuer og 2 x 4 sengs stuer, et dagshospice og et ud kørende team. I alt 200 ansatte, og 650 frivillige, der var 300 indlagte i løbet af året.

Den 27. sept. besøgte vi Sct. Christophers hospice, det første hospice i England som Dame Cicily Saunders startede op for 50 år siden. Der er 48 sengepladser, derudover en stort palliativ team til hjemmeboende patienter. De har et stort uddannelsescenter, og de fortalte om de sidste nye tiltag, hvor de uddanner professionelle, pårørende og andre udenfor hospice, så den palliative indsats også når de patienter, der forbliver i deres eget hjem og på plejecentre.

Den 28. sept. var vi delt op i to grupper, den ene gruppe var på besøg ved Hospice UK, og den anden gruppe var på besøg på Great Ormond Street Children Hospital, hvor de fortalte om deres palliative indsats ude i hjemmene hos børnefamilier med uhelbredelige syge børn og unge. Der efter havde vi møde med organisationen "Together For Short Lives", landsorganisation for børnehospicer og palliative indsats for børn.

Ens for alle hospice's er, at de kun får en 1/3 del af indtægten af regionen, resten skal de få gennem fundraising, som blandt andet er velgørenhedsarrangementer og flere genbrugsbutikker til hvert hospice. I forbindelse med fundraising er der tilknyttet rigtig mange frivillige.

På Sct. Leonard er der 650 frivillige, hvoraf det kun er 254, der har opgaver direkte på hospice, resten er frivillige, der er tilknyttet de 12 genbrugsbutikker eller hjælper med at arrangere forskellige fundraising events.



Der er frivilligkoordinatorer til at koordinere de mange frivillige og sikrer, at de ikke udfører gratis arbejdskraft. Den frivillige indsats er som i Danmark båret af respekt og anerkendelse.

De har alle et stort udgående team, og der arbejdes systematiske på uddannelse af hjemmepleje og udvikle den palliative indsats i hjemmene for alle uhelbredelige syge.

Ingrid Bang

Frivillige er helt essentielle for, at hospicer i Storbritannien kan give deres patienter og pårørende den adspredelse, empati og tryghed, som de ønsker.

St. Christopher's Hospice i London har flere end 1.200 frivillige, mens St. Leonard's i York har omkring 650.

Og de frivillige varetager en stor palet af opgaver:

- Arbejde i genbrugsbutikker
- Hjælper til velgørenhedsarrangementer
- Chauffør – ex for patienter eller for genbrugsbutikkerne
- Drive café
- Administrative eller receptionsopgaver, it-hjælp
- Besøgsven
- Egentlige sygeplejeopgaver, hvis man er uddannet sygeplejerske.
- Sørge for mad til patienter
- Blomsterpleje, havearbejde
- Forskellige former for terapi
- Frisør
- Tovholder for spirituelle- eller sorggrupper
- Aktiviteter for patienter og pårørende
- Køkkenhjælp, rengøring

Efterårsmatiné i nye rammer

Støtteforeningen inviterede til efterårsmatiné i Musikhusets dejlige lyse teaterfoyer onsdag den 1. november.

Vi var spændte på, om vore medlemmer ville bakke op om dette arrangement i nye omgivelser.

100 mennesker mødte op og fyldte rummet – foreningens medlemmer og vi kunne byde nye medlemmer velkommen.

Den veloplagte konferencier Frede Dalum bød deltagerne hjertelig velkommen til en spændende eftermiddag med et alsidigt program. Rummet fyldtes med fællessang, humor, åbenhed og varme.

Frede Dalum bød velkommen til den fantastiske historiefortæller Huxi Bach, som involverede os i en sindsoprivende beretning, som startede blot med et tykt brev, hvor Huxi opfattede ordet "Dom".

Dette ord satte mange vilde tanker i gang hos Huxi - "hvad har jeg gjort?" siden jeg får en dom – eksempelvis – måske har jeg fornærmet statsministeren i en sang? og mange andre tanker som fløj gennem Huxis hoved. Moralen er, at vi skal huske at læse vores e-post, så man kan betale sin parkeringsbøde for at undgå at få en dom. Et humoristisk indslag fyldt med samfundskritik. Vi solidariserede os med Huxis oplevelse og Huxi sluttede af med en sang.



Nu bød vores konferencier velkommen til stemningsfulde sange - udført af Gabriella Maria Glavind - akkompagneret af organist Birgit Bitsch Antonsen.

"Mørk er november" fra Pia Cantiones
"Sænk kun dit hoved du blomst"
af Carl Nielsen'

"Weep you no more sad fountains"
af John Downland

"Ave Maria" af Franz Schubert
"I Danmark er jeg født"

Smukke velvalgte sange, som indbød til eftertænkning og sunget og spillet inderligt af de to kunstnere.

Nu introducerede Frede Dalum efterårsmatinéens taler formanden Preben Rudiengaard, titlen var "Pas på dig selv, gamle Jas"

Veloplagt og med glimt i øjet tegnede Rudiengaard et portræt af danskeren Peter Jensen, der siddende i sin tryk-

hedszone sin otiumstol – TV'et kører - han ser vejrudsigten flere gange om dagen – nærmest et ritual - brokker sig i det hele taget – over motionsløberene - sådan noget motionspjet - taler om sygdom og død og kræft – kalder sin kone for mor.

Langsomt sker et fysisk forfald. Hvis konen/mor dør, bliver Peter Jensen en ensom mand.

Rudiengaards budskab er - op af stolen - vi skal gøre noget selv - holde os i gang - gå en tur - gå til noget - gå til banko - holde hjernen i gang og møde mennesker for at undgå sygdom og ensomhed.

Den levende historiefortæller sluttede af med en morsom historie, og alle morede sig.

Vi sluttede den dejlige eftermiddag med at synge "Altid frejdig, når du går". Deltagerne fik en CD som gave med titlen "Sange til livet og døden" teksten er skabt af pårørende, døende og ansatte på Hospice – sat i musik af Gert Barslund m. fl.
Tak!

Hanne Meyer

Støtteforeningens nyhedsbrev

Nyhedsbrevet udgives af Støtteforeningen for Hospice Sydvestjylland, Kirkegade 70, 6700 Esbjerg.

Nyhedsbrevet udsendes 2-4 gange årligt.

Redaktion: Frede Dalum
Michaela Lydixsen
Tom Thorup
Marianne S. Pedersen

