

Kontakt:  
Mathilde Kruse Nymark  
[mkn03@vallensbaek.dk](mailto:mkn03@vallensbaek.dk)  
tlf. 30544649 – Ida Kathrine Dahl



Du/I inviteres hermed til møde i Kløverengens pårørendenetværk, som finder sted den 18. november 2024 fra 17-20.

Dette møde vil være lidt anderledes, da vi efter jeres ønske har valgt at lave et udvidet pårørendenetværksmøde, hvor Emma kommer og fortæller om sine erfaringer med at bo på botilbud og med at komme videre. Til dette møde har I mulighed for at invitere flere familiemedlemmer eller andre pårørende med, for eksempel bedsteforældre og/eller søskende. Det er yderst vigtigt at invitation af andre sker efter aftale med jeres pårørende her på Kløverengen, da det altid er dem, der vælger hvem de ønsker har mulighed for at besøge stedet.

De 'ekstra' pårørende kan blive under hele mødet, men den sidste del (efter maden) vil vi bruge på, at gennemgå hvilke temaer der er vigtige for jer at fokusere på, på de kommende tre møder.

Tak til jer, der har deltaget i forudgående møder i pårørendenetværket og velkommen til jer, der er nye. Det er en fornøjelse at mødes med jer og tale om de vigtige emner, I har budt ind med.

Du/I må meget gerne give besked til Mathilde Kruse Nymark, om du/I kommer og hvor mange (se dagsordenen på side 2).

S.U. senest den 11. november 2024.

Vi håber på at se dig/jer i Kløverengens pårørendenetværk!

Venlig hilsen

Kløverengen og Facilitatorerne  
*Betina Kast Jacobsen, socialpædagog*  
*Ida Kathrine Dahl, udviklingskonsulent*  
*Jacob Schaub Knudsen, socialpædagog*  
*Mathilde Kruse Nymark, praktikant - udviklingskonsulent*

## **Dagsorden for møde i Kløverengens pårørendenetværk**

Mandag den 18. november 2024, klokken 17 – 20

Gymnasievej 19, 2625 Vallensbæk

17-17.15

- Introduktion til dagen;
  - Kort introduktion til pårørendenetværket og rammerne for netværket og præsentation af deltagere og facilitatorer (medarbejdere på Kløverengen, som er ansvarlige for pårørendenetværket).

17.15-18.30

- Udvidet pårørendenetværk;
  - Besøg af Emma, som vil fortælle om sine erfaringer med at bo på et bosted og det at komme videre. Der vil være mulighed for at stille spørgsmål.

18.30-19.00

- Pause med mad. Alle er velkomne til at blive og spise.

19.00-20.00

- Samtale om hvilke temaer og emner der er vigtige for jer at få vendt på de kommende tre pårørendenetværksmøder.

## **Hvad er pårørendenetværket**

I Kløverengens pårørendenetværk drøfter vi emner, der er vigtige for dig/er som pårørende. Det kan være erfaringer og dilemmaer, man kan have som pårørende. Det kan også handle om, hvordan vi arbejder på Kløverengen og de metoder, vi anvender. Eller det kan handle om viden om psykiske lidelser og forskellige behandlingsmetoder.

Formålet med pårørendenetværket er at skabe et rum, hvor de pårørende er i centrum, med plads til at tale om de problematikker, man kan opleve som pårørende samt blive klogere på Kløverengen, og hvordan vi samarbejder med beboerne. I sidste ende skal pårørendenetværket styrke samarbejdet mellem beboere, pårørende og Kløverengen for herudfra at understøtte beboerne i deres recovery-forløb.

Vi mødes fire gange om året, og møderne er åbne for pårørende til beboere på Kløverengen.

Møderne holdes om eftermiddagen/aftenen, så der er mulighed for at deltage efter arbejde.

I pårørendenetværket taler vi om, hvordan du/I har det som pårørende og drøfter generelle temaer om, hvad det vil sige at leve med en psykisk lidelse. Det er vigtigt, at alle deltagere er indforstået med, at vi ikke drøfter beboeres personlige forhold i pårørendenetværket. Både fordi det ikke er hensigtsmæssigt at tale om beboere, der ikke er til stede, men også fordi medarbejderne har tavshedspligt. Ligesom det også er vigtigt, at vi skaber et trygt rum i pårørendenetværket ved at fastholde, at de ting vi taler om, ikke bliver delt uden for pårørendenetværket.

## **Referat af pårørendenetværksmøde den 3. september 2024**

Emnet var traumer og traumereaktioner. Ida holdt oplæg og fortalte om teorier om traumer:

Traumer er, når der sker noget, som er for meget til, at vi kan klare os igennem situationen. Vi sidder fast i en kamp, flygt, frys reaktion (Peter Levine). Traumer er ikke det, der sker med dig, men det der sker inden i dig som reaktion på det, der er sket med dig (Gabor Maté). Og det der sker, når du ikke har nogen at dele det med. En reaktion på det kan fx være måske er det mig, der er noget galt med ikke hændelsen. I Danmark kom der særligt fokus på traumer omkring 2020. Regionerne oprettede nationalt TBT-center og Social- og Boligstyrelsen kom med en række anbefalinger til at arbejde traumebevidst. Når man arbejder traumebevidst, har

man fokus på at spørge, 'hvad er der sket med dig' i stedet for, 'hvad er der galt' (Power Threat Meaning Framework). Man er interesseret i hvad der er sket forud for en reaktion eller hændelse. Traumereaktioner kan fx være angst, depression (man trykker noget ned), negative tanker osv. Vi talte om et eksempel med en dreng der blev mobbet i skolen. Når de andre sagde noget til ham, turde han ikke sige noget igen. Da han gik til sin lærer for at sige det, havde læreren ikke tid til at lytte, hvilket betød, at drengen måtte gå med det selv. Det gjorde, at der opstod tanker i ham om, at det måske var rigtigt, når de andre sagde, han var dum og grim.

Se mere om traumer i filmen: <https://thewisdomoftrauma.com/>

Det er muligt at se den gratis ved at donere 0 kr. og der er danske undertekster.

Efter oplægget talte vi bl.a. om forskellige behandlingsmetoder, samt hvad det betyder både for den der søger hjælp, og de pårørende at blive mødt på forskellig vis. Samt hvad medicin gør.

Vi talte om åben dialog og filmen her: <https://youtu.be/HDVhZHJagfQ?si=MNen50w4PiK-dMThG>

Vi talte om bogen "Fra Patient til Menneske": [https://www.bog-ide.dk/produkt/4758640/my-fra-patient-til-menneske-paperback/3147520?gad\\_source=1&gclid=EAIaIQobChMI7ry\\_-530iAMVGGSRBR3JLxKGEAAYASAAEgIHfPD\\_BwE&gclsrc=aw.ds](https://www.bog-ide.dk/produkt/4758640/my-fra-patient-til-menneske-paperback/3147520?gad_source=1&gclid=EAIaIQobChMI7ry_-530iAMVGGSRBR3JLxKGEAAYASAAEgIHfPD_BwE&gclsrc=aw.ds)

I kan læse en anmeldelse af bogen her: <https://psykosocialrehabilitering.dk/arkiver/4392>

Der var et ønske om at have besøg i pårørendenetværket af andre end Emma, der var kommet videre. Det arbejder vi videre med.

Der var en påmindelse om at vi skulle lave et aktivitetskatalog til beboerne. Det er vi i gang med og vi håber at kunne dele det ud næste gang. I må gerne skrive til os, hvis i har kendskab til nogle gode aktivitetstilbud.