

Indholdsfortegnelse

Forord	2
Frivillige	3
Uddannelse af frivillige	4
Supervision	4
Etiske overvejelser.....	5
Samarbejde	5
Brugere 2007	6
Årsag til henvendelser	7
Brugerprofiler	8
Indsatsområder.....	9
Enlige forældre.....	9
Voldsramte	11
Stresshåndtering	12
Organisationen.....	13
Synlighed.....	13
Økonomi	14
Konklusion.....	14
Bilag 1.....	16
Bilag 2.....	17
Bilag 3.....	18
Bilag 4.....	19

Revideret regnskab efter side 19

Forord

Aabenraa Selvhjælp har i 2007 været inde i en stabil udvikling på forskellige måder. Der har været en stigning i antallet af henvendelser, der har været tilstrækkelige frivillige til at løse opgaverne. Der er arbejdet planmæssigt med de tre specifikke indsatsområder.

I forhold til kommunen og § 18 bevillingen fik Aabenraa Selvhjælp først en bevilling i april måned, hvilket var meget sent i forhold til budgetlægning. En fornyet ansøgning gav en yderligere bevilling på 25.000 kr i december.

Der skal fortsat arbejdes med at sikre det økonomiske grundlag, for at sikre Aabenraa Selvhjælp drift i fremtiden.

I foråret fik Selvhjælp lokalemangel til de mange enkeltsamtaler. Bestyrelsen besluttede at opsig lejemålet i De Frivillige Hus og finde et lejemål med flere samtalerum. Det betød flytning til Skibbrogade 21 pr 1. august. Her var der tre samtalerum og et kontorlokale. Dermed fik Aabenraa Selvhjælp optimale lokaler i den gamle bydel.

Der har i årets løb været et godt samarbejde med kommunen og de mange samarbejdspartnere, et område er fortsat har en høj prioritet hos Aabenraa Selvhjælp.

Eksempelvis er Aabenraa Selvhjælp tilfreds med at have fået fast repræsentation i Frivillighedsrådet. Dermed er der en mulighed for direkte dialog med politikkerne og nye indsatsområder for Selvhjælp.

Gudrun Christensen

Daglig leder
Aabenraa Selvhjælp

Frivillige

Det har i 2007 været muligt at rekruttere det antal frivillige der har været behov for. Antallet er ca. 25 frivillige, der er klar til at arbejde med selvhjælp. Det er 4 mænd og 21 kvinder. De frivillige har forskellige former for arbejdsopgaver.

Det kan være som igangsætter i en selvhjælpsgruppe, det kan være som leder af en samtalegruppe, stresshåndteringsgruppe. Det kan være enkeltsamtaler, bisidderopgaver, akut hjælp til selvmordstruede, parsamtaler, praktiske opgaver såsom bringe pjecer ud, lave kaffe til møder etc.

Aabenraa Selvhjælp uddanner nye frivillige to gange om året. I foråret og i efteråret. Efterlysning sker ved annoncering i lokalblade. Interesserede kommer til en samtale med daglig leder, hvor en række spørgsmål er med til at afdække hvilke krav der stilles til en frivillig, og hvilke forventninger man har til frivilligt arbejde. Der stilles krav om, at man er afklaret om egne kriser og eget liv. Der stilles krav om at man kan deltage i grundkursus, og der stilles krav om at man deltager i supervision og erfaringsudveksling. Nogle bliver allerede her gjort opmærksom på, at det ikke er det rette frivillige arbejde man har søgt. Er begge parter indstillet på at starte som frivillig, deltager man i grundkurset, som er på to dage. Efter grundkurset tages der endelig stilling til en ansættelse som frivillig medarbejder.

Uddannelsesmæssigt kommer de frivillige fra mange erhverv. Der er en del pædagoger, og der er mange, der er gået på efterløn. Et væsentligt element i at arbejde med selvhjælp er, at man selv vælger om det tidsmæssigt drejer sig om 2 timer ugentligt eller to timer månedligt. Frivilligt arbejde med selvhjælp betyder, at man yder en indsats i de timer, man ønsker at afsætte hertil, man kan ikke forvente at blive en del af et socialt fællesskab med andre frivillige. Man møder som regel kun de andre til kurser eller medarbejdermøder. Det er nødvendigt at frivillige møder op til fælles møder og kurser for at deltage i erfaringsudvekslingen og få ny viden og værktøjer til selvhjælpsarbejdet.

Medarbejdermøder holdes ca. hver 8. uge. Der vil være et oplæg om et relevant emne, derefter er der orientering fra daglig leder og aftenen slutter med erfaringsudveksling fra selvhjælpsarbejdet. Her er det frivillige som fremlægger problemstillinger eller erfaringer fra selvhjælpsarbejdet, som der reflekteres over i fællesskab. Aabenraa Selvhjælp er optimistisk med hensyn til at kunne rekruttere det antal frivillige, der er behov for.

Uddannelse af frivillige

Uddannelsesaktiviteten har været stor i 2007 i Aabenraa Selvhjælp. Der er tale om både interne og eksterne kurser, som frivillige medarbejdere har deltaget i.

- To grundkursus for nye medarbejdere. Undervisere er erfarne medarbejdere og daglig leder. Der undervises i kriseteori, aktiv lytning, selvmordstanker, sorg, teori om selvhjælp, samtalens forløb, etik, forventninger til den frivillige m.m.
- Vold i familien, hvor de frivillige fik viden om hvilke konsekvenser det har for kvinder, når de er udsat for vold, og hvordan de kan hjælpes i selvhjælpsregi.
- Brug af livslinier i arbejdet med voldsramte, ved psykolog Kirsten Bertelsen, om at arbejde med livslinier i selvhjælp.
- Der har været deltagere på en konference i netværk for seksuelle overgreb.
- Igangsætterkurser i vores landsorganisation.
- Selvmordstruede på sygehuset. v sygehuspræsten.
- Tilgivelse i selvhjælpsarbejdet ved lokal præst.
- Temadag for landsforeningen for efterladte ved selvmord.
- Konference om sygefravær på arbejdspladsen.
- Kurser arrangeret af Center for frivilligt socialt arbejde.

Aktive frivillige stiller krav til uddannelse og værktøjer til arbejdet.

Frivillige medarbejdere vil gerne uddanne sig, og udvikle nye kompetencer til selvhjælpsarbejdet. De stiller krav til organisationen om supervision og refleksion over de problemstillinger de møder i selvhjælpsarbejdet.

Supervision

Aabenraa Selvhjælp prioriterer supervision til de frivillige meget højt. Ved supervision forstås refleksion og dialog om de samtaler man har som frivillig i selvhjælp. Supervisor er i det daglige den ansatte leder eller bestyrelsesformand, som begge har kurser i supervision. I forhold til samtalegrupper for børn gives der supervision af en autoriseret ungdomspsykolog. Bestyrelsen vil i 2008 arbejde for at få en professionel supervisor knyttet til selvhjælp som frivillig medarbejder.

Etiske overvejelser

Brugere, der kommer til Aabenraa Selvhjælp får tilbudt hjælp til selvhjælp. Det vil sige, at de er selv ansvarlige for at iværksætte de handlinger, som de mener, kan bringe dem ud af den tilstand de er i. Selvhjælp arbejder på et værdigrundlag, der mener, at mennesket har de ressourcer, der kræves for at løse de kriser, man kommer ud for i livet. Den frivillige kan komme med forslag til løsninger, men brugeren skal selv beslutte og handle. I visse tilfælde er brugeren ikke i stand til at handle, uanset hvor meget den frivillige forsøger at motivere brugeren. Her opstår etiske overvejelser, skal den frivillige handle? Det kan være en selvmordstruet, som ikke er i stand til at søge hjælp, det kan være den efterladte ved selvmord, der i den akutte krise ikke er i stand til at handle. Her har vi pligt til at yde medmenneskelig omsorg og ledsage, opsøge eller følge brugeren til trygge rammer. Omkring børn kan der være etiske overvejelser ved viden om omsorgssvigt. Etiske overvejelser kan betyde handlinger, der går uden for det felt som selvhjælp normalt arbejder med. En beslutning, som kan medføre, at man overtræder sin tavshedspligt, skal i alle tilfælde drøftes med daglig leder og som minimum tages op i en supervision. Der kan være etiske overvejelser i forhold til at tage kontakt til en bruger, som er udeblevet, og der kan være tilfælde, hvor man kontakter familie- myndigheder, hvis der er alvorlig mistanke om eksempelvis selvmordstanker.

De etiske overvejelser kan der efter Aabenraa Selvhjælps mening ikke laves retningslinier for, rammerne sættes af Aabenraa Selvhjælps formålsparagraf At yde medmenneskelig omsorg og støtte til mennesker i krise og fortolkes i det daglige af lederen.

Samarbejde

Der har i løbet af 2007 været et samarbejde med andre frivillige organisationer i Aabenraa Kommune om den nye frivillighedspolitik. Aabenraa Selvhjælp har deltaget i en arbejdsgruppe, som har givet høringssvar på et forslag til frivillighedspolitik. I frivillighedspolitikken som er vedtaget af byrådet, er det besluttet, at der skal nedsættes et Frivillighedsråd og her er Selvhjælp sikret repræsentation. Vi forventer os meget af at få et samarbejde med andre frivillige organisationer i dette råd, og vi ser frem til at direkte samarbejde med politikkerne om behov for indsatsområder for selvhjælp i fremtiden.

Aabenraa Selvhjælp har i 2007 fortsat indsatsen for at udvikle samarbejder med virksomheder og få nye sponsoraftaler. Vi har samarbejde med 5 virksomheder, hvor vi gennemførte en stresshåndteringsgruppe i sidste halvår af 2007 med deltagere fra den ene virksomhed. Et samarbejde kan indebære flere ting, det

kan være en stresshåndteringsgruppe med medarbejdere fra den enkelte virksomhed, det kan være at de opfordrer deres medarbejdere til at kontakte os, eller det kan være at frivillige medarbejdere kan være bisiddere eller rykke ud til en virksomhed der har en akut krise.

Kommunen har vi et godt samarbejde med på den måde, at de i flere tilfælde opfordrer borgere til at søge hjælp hos os, eller at vores frivillige, ledsager brugere til møder med deres sagsbehandler som bisidder.

AOF Sundhed og Livsstil som er et tilbud til kontanthjælpsmodtagere er en anden samarbejdspartner. Der har været kursister fra AOF til informationsmøder hos Selvhjælp, hvor de får information om vores tilbud. Det medfører som regel, at der er kursister der ønsker at benytte nogle af vores tilbud.

Statsforvaltningen Syddanmark har Selvhjælp haft et samarbejde med i forbindelse med at de har haft en børnegruppe for 9-12 årige, hvor forældrene er skilt. Gruppen mødes i vore lokaler.

Vi har samarbejdet om at finde mulige deltagere til gruppen, og Selvhjælp har kunnet rådføre sig med deres børnesagkyndige i forskellige problemstillinger vedrørende børn og samvær. Samarbejdet fortsætter i 2008.

Der har været samarbejde med Åbæk Efterskole, hvor to af deres elever har haft et forløb hos selvhjælp med enkeltsamtaler.

Brugere 2007

Der har i alt været 198 afsluttede brugere og 37 som stadig er i et forløb, der har været 505 samtaler/ gruppemøder. Aldersfordelingen viser, at der fortsat er flest brugere mellem 30 og 50 år i alt 52% af brugerne er i denne aldersgruppe.

Bilag 1

Dette tillægges indsatsen for enlige mødre hvor der var henvendelser fra 33 i denne gruppe. Der har været færre i gruppen mellem 10-20. I 2006 var der 18% og i 2007 9%.

Fordelingen mellem kvinder og mænd er uændret. Der var i 2006 18% mænd og 82% kvinder. I 2007 er der 22% mænd og 78 % kvinder. Denne fordeling har ligget stabilt de senere år. Kvinder søger hjælp når de har problemer i deres liv, hvor mændene vil klare det selv.

Hvordan finder man vores tilbud? Her kommer 49% fordi de enten har set vores annoncer eller artikler - eller anden medieomtale. Det er en stigning fra 2006 hvor det var 42 % der havde set annonce.

En faktor der viser, at PR og markedsføring skal prioriteres højt.

Bilag 2

Der har i 2007 været 9 selvhjælpsgrupper. Heraf er de fire fortsat ind i 2008.

Temaerne har været

- 1 gruppe for pårørende til psykisk syge
- 1 gruppe for pårørende til alkoholikere
- 1 gruppe for pårørende til stofmisbrugere
- 1 gruppe for skilsmisse
- 1 gruppe for sorg
- 1 gruppe for stressramte
- 1 børnegruppe for skilsmisse
- 1 børnegruppe for sorg
- 1 børnegruppe for efterladte ved selvmord

Der skelnes hos Aabenraa Selvhjælp mellem et tilbud om selvhjælpsgrupper og samtalegrupper som begge kan have meget individuel varighed og forløb. De kan være åbne, så nye brugere kan komme med, de kan være lukkede. Nogle selvhjælpsgrupper har ingen igangsætter efter en opstart, og andre fortsætter med at have en igangsætter. Det er altid brugernes behov der er afgørende for om igangsætteren fortsætter i gruppen. I en samtalegruppe er det selvhjælpsmetoden der er det grundlæggende, men derudover er der undervisning i eksempelvis stress/ sorg og afspændingsøvelser. En samtalegruppe mødes i de fleste tilfælde 8 gange.

Angående enkeltsamtaler kan der være tale om meget forskellige forløb. Nogen får kun to samtaler, og oplever så at nu går det bedre. Andre kommer her i flere år og har brug for megen støtte fra deres frivillige medarbejder til både samtaler og bisidderopgaver. Brugere, der kommer her i længere forløb, er ofte personer, der har oplevet svigt i barndommen eller direkte overgreb. De har problemer med sociale relationer og tæt kontakt med andre mennesker.

Årsag til henvendelser.

Nye brugere hos Aabenraa Selvhjælp bliver anonymt registreret i vores henvendelsesskema. **Bilag 3**

Der er 17 kategorier, som beskriver årsagen til henvendelsen. Kategorierne er depression, misbrug, (fysisk) overgreb, seksuelle overgreb, selvværd, skilsmisse, sorg, omsorgssvigt, pårørende til selvmordstruede, jalousi, spiseforstyrrelse,

psykisk overgreb, selvmordstruede, angst, ægteskabelige problemer, stress, udbrændthed. **Bilag 4**

I de foregående år har vi observeret, at der vises et fejlagtigt billede af brugere, når vi kun registrerer en årsag til deres henvendelse. Mange af brugerne er socialt belastede med mange komplekse problemstillinger, det er baggrunden for, at vi i 2007 har registreret op til tre årsager hos de brugere, som fortalte om flere årsager. En registrering af årsagen drøftes altid med brugeren med en information om, hvad denne viden skal bruges til.

Med udgangspunkt i den årsag, som har fået første prioritet, viser henvendelseskemaerne, at de fleste kommer på grund af lavt selvværd nemlig 19%.(15% i 2006)

Næste gruppe er skilsmisse på 17% (11%) en stigning fra 2006 på 6%.

Tredje størst er depression på 15% (17%) men når man lægger værdierne for skilsmisse, ægteskabsproblemer og jalousi sammen viser det at 29% (22%), ca. 1/3 af henvendelserne kommer på grund af problemer i parforholdet.

Af de 198 som har afsluttet deres forløb er 19 registreret med to årsager, 26 med tre årsager og 2 med flere end tre. Det vil sige at 24% af vore brugere har flere problemstillinger, når de opsøger os. Der tages forbehold for at tallet sandsynligvis er højere, da problemer der bliver omtalt længere henne i et forløb sjældent bliver registreret. Det viser at ¼ af vore brugere har mere end en problemstilling. En målgruppe som er socialt udsatte med massive problemstillinger.

Kigger man på de brugere, der har eksempelvis tre årsager, er overgreb (seksuel, psykisk, fysisk overgreb og omsorgssvigt) repræsenteret med 57%.

Det er vores erfaring, at mennesker, der har været udsat for overgreb – omsorgssvigt, har brug for hjælp og støtte i mange situationer i livet. En ny krise vil aktivere tidligere kriser og vi oplever, at de søger hjælp gentagne gange hos Selvhjælp.

Brugerprofiler

A er en kvinde på 55 år som er med i en gruppe for pårørende til stofmisbrugere. Hun har det meget svært med sit voksne barns misbrug. Hun mener at man bare skulle give ham Metadon for på den måde at holde ham fra stofferne. Hun giver penge til barnet og stoler fuldt og fast på barnets fortolkninger af eksempelvis konflikter med behandlere. At barnet ikke overholder de krav der stilles for at få Metadon, forholder hun sig ikke til, bare de udleverer Metadon for dermed undgå kriminalitet og eskalerende misbrug. A får god støtte og opbakning fra de andre som har den holdning, at det måske ikke er sandheden barnet fortæller,

og at A måske skal lære at passe på sig selv. A har gået i gruppen i 15 måneder og er ikke klar til at slippe gruppen.

B er en mand på 45 som er af anden etnisk herkomst. Han har krigstraumer og har svært ved at kommunikere fordi han stammer. Han har enkeltsamtaler og bruger den frivillige til at fortælle om sine problemer på arbejdsplads og i familien. Han kan ikke snakke med sin kone om de ting der er svært, men kan igennem samtaler hver 14. dag finde sine egne ressourcer, til at løse de konflikter han møder. Eksempelvis en traumatisk oplevelse i forbindelse med en køreprøve, hvor kørelæreren med sin opførsel får aktiveret nogle traumatiske oplevelser. Selvhjælpssamtalerne betyder at han består en køreprøve trods denne oplevelse. B stammer ikke meget når han føler sig tryk, eksempelvis i en selvhjælpssamtale, men der skal kun lidt til at hans stammen igen forhindrer ham i at kommunikere.

C er en mand på 28 år som har været udsat for omsorgssvigt som barn - faderen er alkoholiker. C har et meget lavt selvværd, og har svært ved at finde sin identitet som mand. Han har fået enkeltsamtaler med en mandlig frivillig gennem hele 2007, med 2-4 uger interval. Samtaler med en mandlig frivillig har givet mulighed for at C kunne spejle sig i den frivillige, og bruge ham som rollemodel. Samtalerne har handlet om de problemstillinger C har, men har også handlet om kammeratlig snak, mand og mand imellem uden at det skal udvikles til venskab.

Indsatsområder

Enlige forældre

I 2007 har enlige forældre uden netværk været et indsatsområde. Aabenraa Selvhjælp ville rekruttere frivillige reservebedstemødre ("Bedste") til denne gruppe, og ville arbejde med netværksskabende aktiviteter for denne gruppe. Der har været henvendelser fra 33 enlige forældre. En afklarende samtale viste at de gerne ville have en "Bedste" ud fra forskellige forudsætninger. Flere havde ingen familie der kunne træde til som aflastning, eller i forbindelse med sygdom, andre havde familie der boede langt væk. 21 af de 33 mødre havde ingen kontakt til faderen. I 5 familier var der børn med forskellige fædre. Der var forskel på, hvad man ville bruge en "Bedste" til, for nogen var det ren pasning/aflastning, andre ville gerne have "Bedste" som et familielignende forhold, som man ville invitere til middag, tage på udflugt med, altså som en del af sit sociale netværk.

Andre gav udtryk for, at udover behov for pasning i forbindelse med sygdomme havde brug for en voksen person at snakke med om børnene, eller dagligdags ting som forsikring, ferie etc.

Et netværk med andre enlige var et behov de fleste nævnte.

En kampagne for at rekruttere frivillige til at være ”Bedste” gav kun ringe respons.

Der meldte sig tre kvinder og to mænd til at være ”Bedste”.

Angående en mandlig ”Bedste” havde vi ikke taget stilling til om vores tilbud også skulle gælde for mandlige frivillige. Vi besluttede, at vi ville spørge forældrene, om de var interesseret i en mandlig ”Bedste”, og det viste sig, at det var der ingen der var interesseret i.

Med de tre kvinder der havde meldt sig, blev der afholdt introduktionsmøde, og der blev indhentet børneattest. De fik retningslinier og vejledning til et frivilligt arbejde som ”Bedste” f.eks. tavshedspligt, økonomi, etik, hvordan skulle man forholde sig til gaver, forventninger til arbejdet, betaling etc.

Der blev formidlet kontakt mellem en ”Bedste” og familier i 6 tilfælde. Parterne mødte hinanden hos Selvhjælp for at lære hinanden at kende, og derefter tage stilling til om parterne havde lyst til at indgå i et samarbejde om en ”Bedste”.

Der blev i så fald lavet aftaler for samvær og evaluering. Ved problemer eller spørgsmål i forbindelse med ordningen kunne man kontakte Aabenraa Selvhjælp for at få hjælp og vejledning.

Det viste sig, at de seks aftaler om en ”Bedste” fik en kort varighed, de længste forløb var en Bedste der var aktiv 8 gange i samme familie, øvrige var aktive 3-4 gange. Det var mødrene, der kontaktede os i 4 tilfælde, fordi de ønskede at stoppe deres aftale. I et tilfælde mente man, at ”Bedste” var for gammel, og at man ikke havde tillid til at overlade sine børn til hende, nu hvor man havde brugt hende nogle gange. En anden mor ville ikke overlade sine børn til en anden, havde aldrig gjort det før. En tredje mente hun skulle opvarte ”Bedste” og havde svært ved at spørge om hjælp. Denne kvinde var af anden etnisk baggrund, og var blevet opfordret af sin sagsbehandler til at søge en reservebedste. Den 4. gav udtryk for at hun ikke længere havde behov for en ”Bedste”, fordi nu ville Faderen hente barnet de dage, hun skulle arbejde længe. Aabenraa Selvhjælp opfordrede i alle tilfælde til at forælder og ”Bedste” fik en dialog om hvorfor samarbejdet ikke udviklede sig som forventet, men det ønskede forælderen ikke.

Vores frivillige ville i alle tilfælde gerne have fortsat med den familie, de havde fået kontakt til. De oplevede, at de ikke blev brugt i et omfang, som de gerne ville.

Tre måneder med 6 par som alle fik en kort levetid, og få frivillige til ordningen, fik os til at ændre vores indsats. Vi inviterede herefter de enlige mødre til kafeeftermiddage, hvor vore frivillige ville aktivere børnene. Forældrene fik

mulighed for at snakke om deres behov for netværk, og om hvordan Aabenraa Selvhjælp kunne hjælpe dem med dette. Der mødte 6 forældre op til det første cafemøde, gruppen aftalte, at mødes 1 gang månedlig i vore lokaler, og de ville gerne have frivillige til at tage sig af børnene. Aabenraa Selvhjælp annoncerede i lokalblade. Der blev afholdt i alt 5 cafeeftermiddage med dalende tilslutning, de sidste 2 gange kom der kun 2, derefter besluttede vi at stoppe med cafeeftermiddagene.

I april 2007 fik vi en henvendelse fra Aabenraa Pædagogseminarium, en gruppe studerende ville lave et udviklingsprojekt for enlige forældre. Projektet indeholdt to tiltag for målgruppen. Det ene var at rekruttere unge til et barnepigekorps, som skulle gennemgå et kursus i børnepasning. Her kom kun en henvendelse fra en 15 årig pige. Gruppen valgte at aflyse kurset på grund af manglende tilmeldinger.

Anden del af projektet var at invitere enlige forældre til en aktivitetsdag i skoven. Gruppen ville tilbyde forskellige aktiviteter og konkurrencer for børn og voksne og de ville servere mad og drikke til arrangementet som de fik sponsoreret. Formålet var at motivere forældrene til at foretage sig noget sammen i fritiden efterfølgende. Der kom 12 enlige forældre og 19 børn til arrangementet. En succes med de planlagte aktiviteter og konkurrencer. Forældrene aftalte at holde Sct. Hans sammen med overnatning i det fri, to af mødrene påtog sig arbejdet med at arrangere nye aktiviteter. De mødtes i alt 3 gange i løbet af sommeren med børn og 1 gang uden børn. I slutningen af august var det ikke længere muligt at samle gruppen, da de to som havde påtaget sig opgaven henholdsvis kom i arbejde og fik barn.

Aabenraa Selvhjælp har brugt mange ressourcer på denne målgruppe og forsøgt med flere forskellige initiativer. Enlige forældre giver udtryk for, at de har stort behov for netværk på flere måder, og at de har et behov for pasning af børnene i forbindelse med eksempelvis sygdom. Vores initiativer viste, at målgruppen ikke er i stand til at sætte ord på, hvordan de kan få deres behov opfyldt, og i de fleste tilfælde ikke er i besiddelse af sociale kompetencer til at tage initiativ og ansvar i forbindelse med at etablere et netværk. Der er ved udgangen af 2007 ikke nye initiativer planlagt for målgruppen.

Voldsramte

Et andet indsatsområde i 2007 har været voldsramte. Aabenraa Selvhjælp ville tilbyde erfaringsbaseret rådgivning til voldsramte gennem enkeltsamtaler, selvhjælpsgrupper og bisidderopgaver.

15 % af brugerne er voldsramte når man lægger værdierne for de tre former for overgreb sammen. Dermed har Aabenraa Selvhjælp haft kontakt med 35 voldsramte i 2007. Brugere hos Aabenraa Selvhjælp kommer ikke fordi de flytter fra en partner og mangler et sted at bo, vores brugere har fundet løsninger på dette problem. De søger hjælp, fordi de søger en samtalepartner til alle de problemstillinger de har i deres situation. For nogle er det flere år siden at volden fandt sted, de lever stadig med konsekvenserne af den.

De fleste voldsramte har fået enkeltsamtaler, og haft brug for bisiddere til møder i retten eller statsforvaltningen.

5 brugere der har været udsat for seksuelt overgreb har fået enkeltsamtaler i hele 2007. Samtalerne bygger på hjælp til selvhjælpsprincippet, og der kan være forskellige intervaller i hyppigheden af samtalerne.

Der er udarbejdet pjecer som er målrettet til voldsramte. Pjecerne ligger hos læger, sygehuse, tandlæger, kommunen, jobcentre etc.

I marts måned fik vi med midler fra uddannelsespuljen mulighed for at uddanne vore frivillige til at arbejde med voldsramte. Underviser var Thyra Ernstsén, Fredericia Krisecenter emnerne var bl.a. hvad gør volden ved kvinderne? Hvad kan vi hjælpe dem med, hvorfor bliver man i et voldeligt forhold? Hvordan kommer disse kvinder videre. På kurset var der indlæg ved to voldsramte kvinder hvis historie gjorde stort indtryk på deltagerne.

Voldsramte har efter vores opfattelse stort behov for støtte og hjælp efterfølgende. Behovet kan dukke op efter flere år. Vores tilbud om hjælp til selvhjælp vil kunne hjælpe mange men vil ikke kunne erstatte professionel behandling eller terapi.

Stresshåndtering

Aabenraa Selvhjælp har i 2007 haft kontakt med 8 virksomheder for at tilbyde dem en stresshåndteringsgruppe. Virksomhederne fortalte i flere tilfælde, at de havde gode tilbud til medarbejderne, eller at de ikke havde stress. En virksomhed ville gerne tilbyde deres mellemledere at deltage i en stresshåndteringsgruppe.

Gruppen mødtes 8 gange i 1. halvår af 2007. Deltagerne var mellemledere i en virksomhed med mange forskellige afdelinger/lokaliteter.

Gruppen havde valgt at mødes i vore lokaler, men det kneb meget med at komme til tiden. Vores stresstest 1. og sidste gang viste 5 deltagere som var meget stressede og som ikke var markant forbedret efter de 8 gange. Men deltagerne gav udtryk for at de nu havde fået bedre redskaber til at håndtere deres stress, og at de nu i højere grad var blevet i stand til at sætte grænser i

forhold til arbejdspress. De var blevet meget bedre til at bruge hinanden i forhold til stressbelastninger på arbejdet.

Virksomheden fik tilbagemeldinger fra gruppen om opgaver som stressede medarbejderne, og løsningsforslag til disse problemstillinger.

Enkelte af deltagerne blev opfordret til at søge læge.

Det var i slutningen af året ikke lykkedes at få aftaler med en ny virksomhed og Aabenraa Selvhjælp vil i 2008 tilbyde stresshåndteringsgrupper offentligt til alle interesserede.

Organisationen

Aabenraa Selvhjælp har siden februar 2006 haft bofællesskab med Frivillig Center Syd. I løbet af foråret viste det sig at Selvhjælp havde behov for flere lokaler til selvhjælpsarbejdet til grupper og enkeltsamtaler. Det blev derfor besluttet at opgive det fælles lejemål på Reberbanen til 1. september og Aabenraa Selvhjælp kunne 1. august flytte i nye lokaler på Skibbrogade 21 i Aabenraa. Her er tre samtalerum og dermed tilstrækkelig kapacitet til vore aktiviteter. Andre frivillige sociale organisationer har stadig mulighed for at låne lokaler til deres aktiviteter når de er ledige. Dette benyttes af Sind og Bedre psykiatri. Bestyrelsen blev i 2007 udvidet til at bestå af 4 medlemmer, som er valgt blandt de frivillige og tre som er valgt udenfor organisationen, men som har vist interesse for selvhjælpsarbejdet. Der er holdt 8 bestyrelsesmøder og formanden følger det daglige arbejde tæt. En organisation som Aabenraa Selvhjælp har brug for en aktiv og engageret bestyrelse der følger arbejdet. Aabenraa Selvhjælp er repræsenteret i Landsorganisationen Frivilligcentre og Selvhjælp Danmarks bestyrelse af daglig leder.

Synlighed

Der har året igennem været en stor indsats for at synliggøre Aabenraa Selvhjælp. Hvor en annonce tidligere betød at der kom brugere til selvhjælp, opleves det i 2007 som om man ikke ser annoncerne. Der annonceres med fast interval i samme lokalblad med annoncer der er rettet mod specifikke målgrupper.

Men når brugerne bliver spurgt er det alligevel 46 % der kommer fordi de har set en annonce. Det tyder på at man ikke reagerer på en konkret annonce men når man har brug for hjælp, husker man en annonce man har set tidligere. Udover annoncering sendes løbende pressemeddelelser til dagblade, lokalblade, lokal TV, Radio Syd og TV- Syd. Mange pressemeddelelser bliver bragt i sin fulde længde.

Der har været et interview i radioen i januar 2007 brugere med seksuelle overgreb, der har været 6 artikler i dagblade og lokalblade.

Synlighed og PR er et område der prioriteres højt, det er nødvendigt at gøre opmærksom på at der er et tilbud om selvhjælp kontinuerligt.

Økonomi

2007 var et turbulent år økonomisk set. PUF- bevillingen var vi sikre på med 25.000 kr. men kommunen fik vi først en bevilling fra i april måned.

Socialudvalget bevilligede da 150.000 kr. til Aabenraa Selvhjælp. Et beløb som bestyrelsen skønnede betød, at vi ikke kunne fastholde aktiviteterne på de niveauer som de foregående år. En fornyet ansøgning betød at man fik yderligere 25.000 kr. Dette sammenlagt med bidrag fra fonde og sponsorer betød at aktiviteterne og dermed ansættelsen kunne fastholdes. Regnskab for 2007 slutter med et minus på omsætningen på 8.000 kr. og med en egenkapital på 52.000 kr. Bevillingen for 2008 fra §18 vil kommunen først træffe beslutning om i foråret. Bestyrelsen beslutter at fastholde niveauet i forhold til ansættelse, til man ved hvor mange penge kommunen vil give.

Konklusion

Det har været et år med en stabil udvikling for Aabenraa Selvhjælp. Vi er flyttet i bedre lokaler og der har været en tilgang af brugere fra 207 i 2006 til 235 i 2007. En fremgang på 12%. Fremgangen skyldes især indsatsen for enlige forældre.

Der har været tre specielle indsatsområder med forskelligt resultat. Indsatsen for enlige forældre har ikke givet de forventede resultater. Det var ikke muligt at formidle "Bedster" til denne gruppe, fordi det viste sig svært at rekruttere frivillige til denne ordning og fordi de enlige forældre havde svært ved at formulere deres reelle forventning og behov til en "Bedste". Netværksdannelse lykkedes ikke trods flere tiltag, det viste sig ikke muligt at motivere ressourcestærke forældre som var i stand til at tage ansvar for netværket. Ved udgangen af 2007 var der ikke planlagt nye initiativer for denne gruppe.

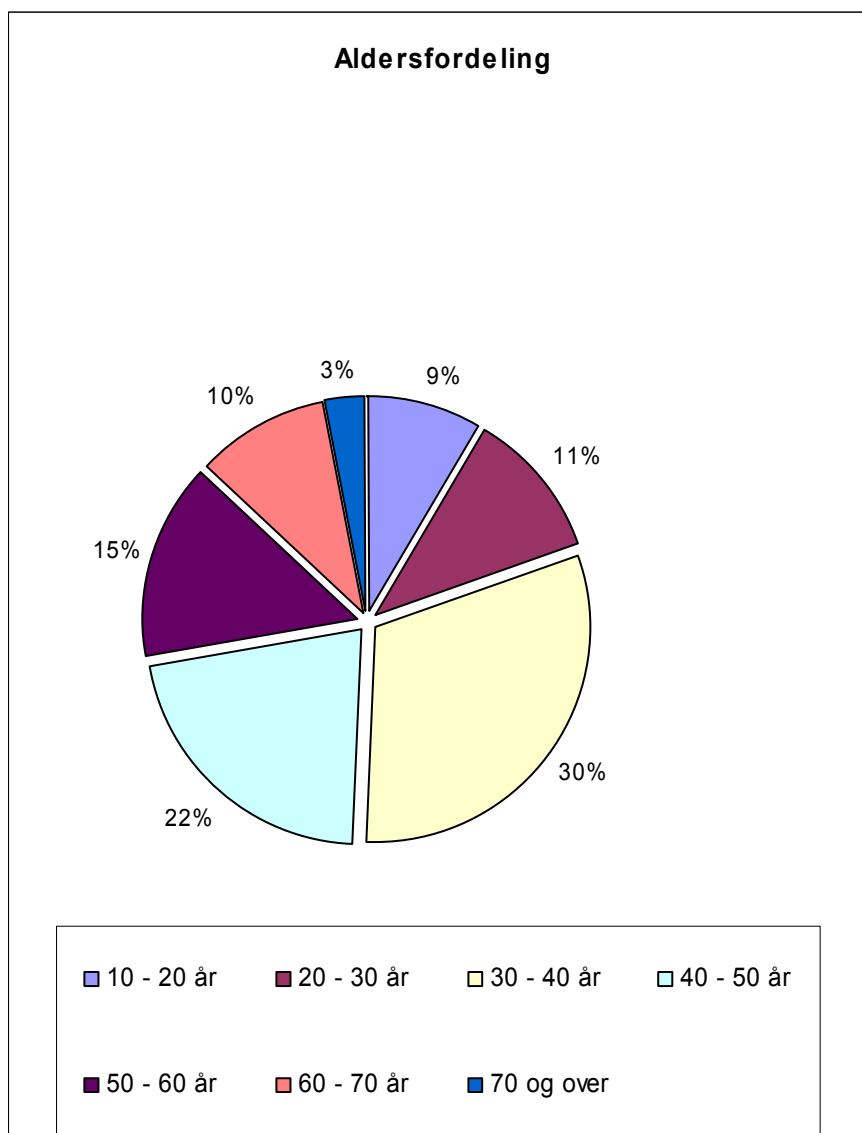
Indsatsen for voldsramte er afviklet tilfredsstillende. De frivillige har gennem kurser fået redskaber til at arbejde med denne gruppe. Gennem en målrettet pjece til voldsramte er der gjort opmærksom på at man kan søge hjælp hos Aabenraa selvhjælp. Desuden viser dokumentationsarbejdet at 15% af brugerne er voldsramte når man registrerer 1 prioritet for henvendelserne. Når man ser de 24 % som opsøger os på grund af flere årsager er 57% af disse voldsramte. Indsatsen for voldsramte fortsætter med nye initiativer i 2008.

Indsatsen for stresshåndtering på virksomheder betød at der blev gennemført en gruppe i første halvdel af året med et godt resultat. Trods massivt opsøgende arbejde lykkedes det ikke at finde nye virksomheder der var interesseret i et samarbejde med Aabenraa Selvhjælp om stresshåndtering. Ved årets udgang besluttes det at tilbyde stresshåndtering offentligt i 2008.

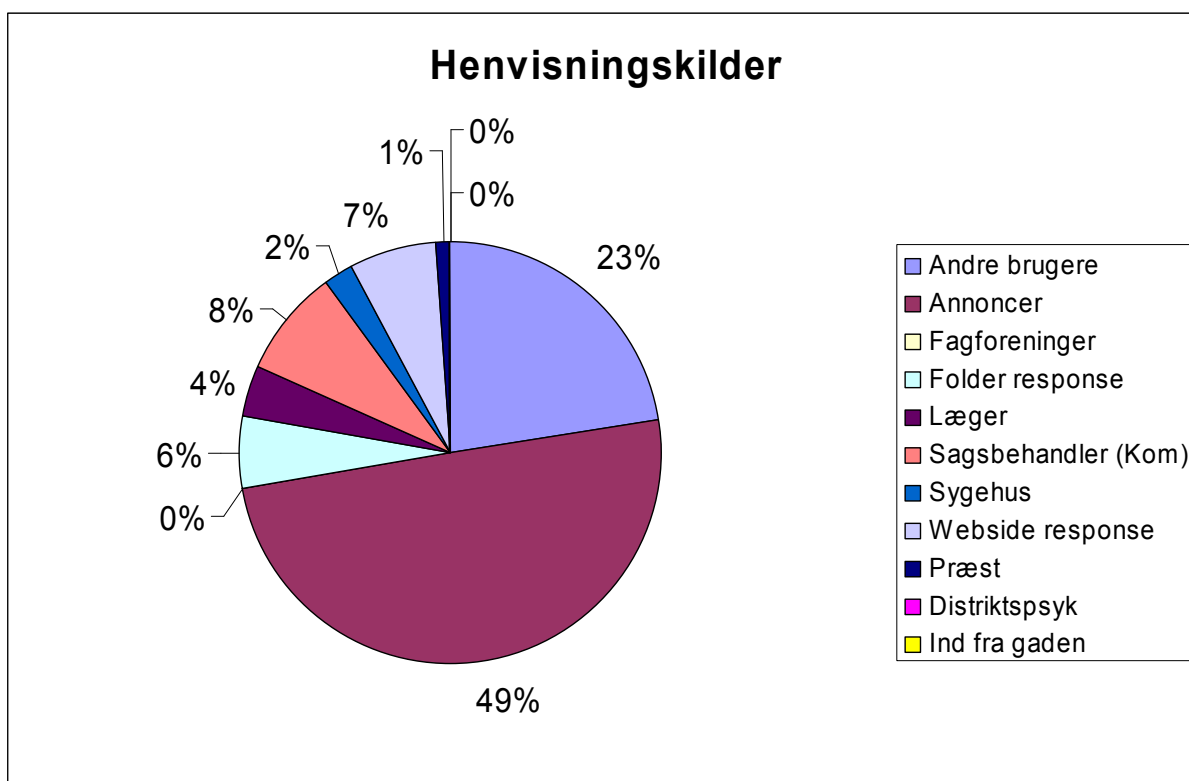
Der har været 9 grupper i gang i 2007. Efter en årrække hvor det har været vanskeligt at starte grupper synes det nu i højere grad at efterspørges hos vore brugere.

Aabenraa Selvhjælp har nu mulighed for direkte dialog med politikkerne om nye indsatsområder, fordi organisationen er sikret repræsentation i det nye Frivillighedsråd, og kan dermed sikre et godt samarbejde med kommunen.

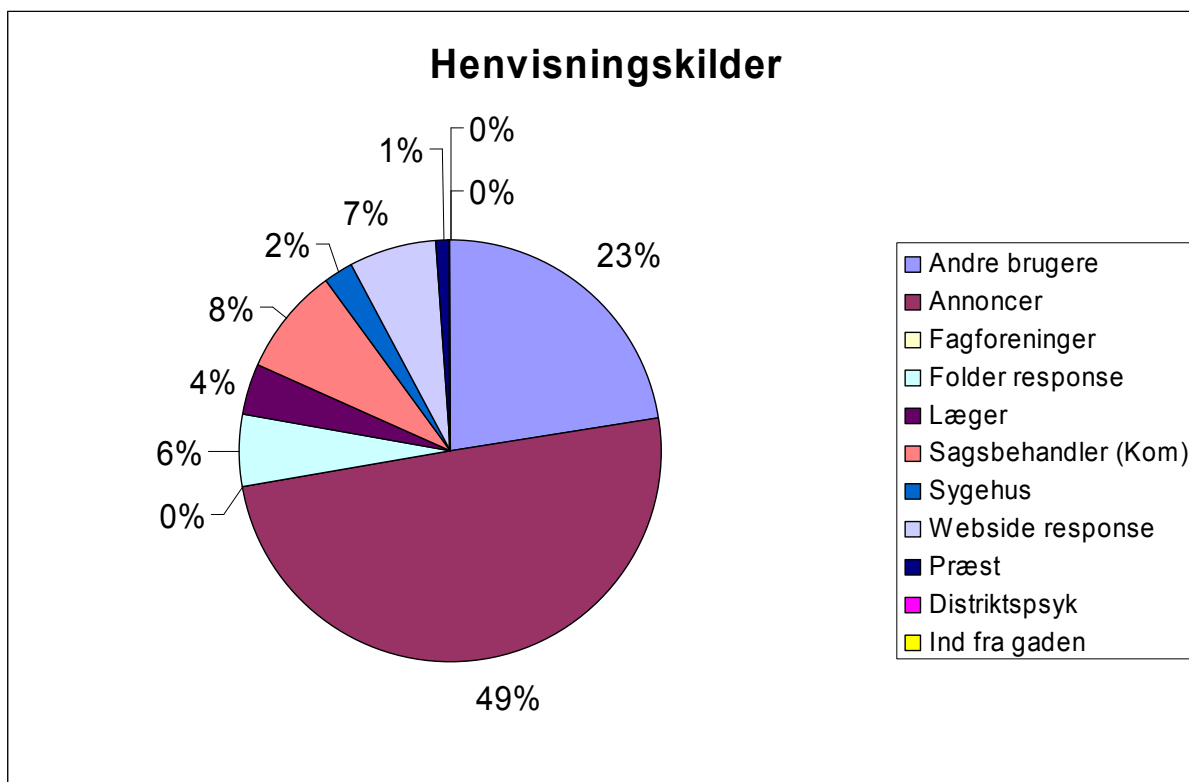
Bilag 1



Bilag 2



Bilag 3



Bilag 4