



# JUBILÆUMSSKRIFT

10

år med

## CAFÈ SOMMERFUGLEN

og

## 'SOMMERFUGLENE'

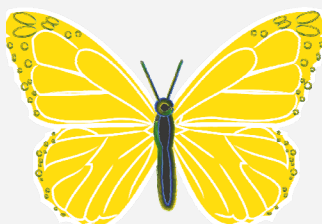
*- Den Frivillige Demens-venne-gruppe*

*i Holstebro Kommune*



10 år med  
**CAFÈ SOMMERFUGLEN**  
og  
**'SOMMERFUGLENE'**

*- Den Frivillige Demens-venne-  
gruppe i Holstebro Kommune*



*Redigeret af Anders Bech*

*Skrivearbejde og billeder: Anders Bech. Layout: Ditte Dahl.*

*Korrektur: Birthe Grønne*

*1. udgave, sept. 2019. Udgivet på Urtehaveforlaget. Tryk: UCH, Holstebro.*

*ISBN: 978-87-995440-3-5*

## Indholdsfortegnelse



Forord	side 3
Sådan begyndte det	side 5
Colstruphuset – vores sted	side 8
10 års udvikling gennem knobskydning	side 9
Fra 10 års historie	side 10
Næsten 10-dobling af antallet af frivillige på 10 år	side 21
Følgevenne-beretning	side 23
En Resto-bruger beretter	side 25
Stor tak til Bente Nikolajsen	side 27
Økonomi, sponsorer, fonde og donationer	side 28
Sommerfuglene – en organisation	side 30
Bestyrelsen og Styregrupperne	side 32
Oplysning om demens	side 33
Frivillige laver aktiviteter for demensramte	side 35
900 demente i Holstebro Kommune	side 38
Udpluk af artikler	side 40

## Forord

Mange demensramte og pårørende oplever, at det sociale netværk til familie, venner og bekendte tynder ud, i takt med at demenssygdommen udvikler sig. Og de oplever, at det bliver sværere at komme ud sammen til det, de har deltaget i tidligere. Demenskonsulent Bente Nikolajsen udtrykte det således: ”De har brug for et sted, hvor de kan gå i by sammen.” Og det er netop sådant et sted, vi for 10 år siden skabte med ’Café Sommerfuglen’ og senere med spiseklubben ’Resto Sommerfuglen’. Her kan mennesker med demens og deres pårørende mødes i trygge og hyggelige rammer og i en anerkendende og forstående atmosfære. Samtidig har vi i ’Café Sommerfuglen’ fastholdt, at man ikke kun skal sidde og drikke kaffe, der skal også hver gang være en fælles oplevelse – det kan være musik og sang, foredrag, fortællinger, erindringer fra gamle dage, aktiviteter, udflugter. Vi er inspireret af højskoletanken og er faktisk på den måde en daghøjskole for mennesker med demens og deres pårørende!

Det handler jo om, at det levede liv ikke må gå i stå, selv om man får en demenssygdom. Og det handler om, at man ikke skal lukke sig inde for sig selv, for det fører kun til ensomhed. Den bedste medicin mod demens er at fortsætte med et socialt liv, fortsætte med det, man altid har elsket at gøre, samt sørge for at holde sig i gang med daglig motion. Alt dette stimulerer hjernen, og forbedrer og vedligeholder den praktiske funktionsevne hos mennesker med demens.







Dette er også tanken bag vores aktivitet: Følgevenne-tjenesten. Med en følgeven er omdrejningspunktet en fælles aktivitet. Hvis den demensramte altid har været lystfisker, men sygdommen forhindrer, at man ikke mere er i stand til selv at komme af sted, så forsøger vi at finde en lystfisker-følgeven, der tager den demensramte med ud på en fælles fisketur en gang imellem. Dermed sørger følgevennen for at den demensramte kan fortsætte sin aktivitet under trygge rammer. Således har vi følgevenner, der følger demente til svømning, til kor, til dans, på gåture osv. Vi har også følgevenner, der følger mennesker med demens til café (som regel til Café Sommerfuglen).

Dette jubilæumsskrift dokumenterer vores 10-årige historie og beskriver vores aktiviteter. Men vi håber også, der i bogen formuleres idéer, synspunkter, samværsmåder, forståelsesmåder, der inspirerer enkeltpersoner, grupper/foreninger, civilsamfund, byråd, private virksomheder og offentlige råd og institutioner i en mere demensvenlig retning.



*Anders Bech*



## Sådan begyndte det ..... i 2009 ..... og sådan erindret i august 2019: v/ Carl Aage Sørensen

I Sammenlægnings-ælderrådet for Holstebro Storkommune i årene omkring 2007 og 2009 var der megen tale om stigningen i antal af demente, og ikke mindst at der var et stort tabu om emnet.

Ælderrådet ville gøre noget, vi lånte Bibliotekssalen, fik fat i et par dygtige fagpersoner til at fortælle os om demenssygdommen, hvordan den optræder, og hvad den gør ved mennesker, som rammes og deres pårørende. Til foredraget kom omkring 100 mennesker, som også hørte demenskoordinator Bente Nikolajsen fortælle, hvad der kunne gøres lokalt for at mildne demenssygdommens følger i familien. Bente ønskede, at der var nogle frivillige, som ville hjælpe hende med at skabe større forståelse for demens i videre kredse, og hjælpe med at lære pårørende at kommunikere med demente.

Allerede samme aften var der 6 mennesker, som skrev sig på en frivilligliste. De kom alle til et møde, som Bente inviterede til kort tid efter. Hun fortalte om forskellige tiltag andre steder i landet. Efter mange ideer og en god dialog skitseredes der nogle tanker med et kaffebord med hjemmebag, men absolut også et højskolepræget lødigt program med sang, musik, livsfortællinger og et godt frit samvær.

Vi var ude at besøge et par andre jyske kommuner for at se og høre om deres demensarbejde, blandt andet en lille kaffestue, hvor de demente og deres pårørende var sammen i hyggelige omgivelser et par gange om måneden.



Vel hjemme igen, og efter et besøg af yderligere et par ildsjæle indenfor demensarbejdet, modnedes tankerne og planerne om en café, hvor kaffebordet og samtalerne herom var det centrale, men hvor der også skulle være nogle indslag med sange, betydningsting og blomster, samt fortællinger fra det virkelige liv.

Hurtigt blev der enighed om, at indholdet af caféeftermiddagene var vigtigere end det rent organisatoriske. Vi var en forskelligartet gruppe, kvinder og en enkelt mand, nogle med kendskab til ældrepleje og demente, andre med helt andre kompetencer, kaffebryggere, kagebager, nogle igen med stort lokalkendskab og netværk, som der kunne trækkes på, én var glad for blomster, og andre gode til at samle penge til kaffekassen.

Under møder i frivilligruppen sammen med Bente Nikolajsen lå det i luften, at det vi alle ville, var at skabe stjernestunder og gyldne øjeblikke for de demente, og samtidig give deres pårørende lejlighed til at mødes under tvangsfrie former og støtte hinanden indbyrdes.

Vi fik lov at mødes i Colstruphuset, hvor der var gode forhold og plads til 40-50 mennesker! Vi fandt det nærliggende at kalde caféen

For 'Café Sommerfuglen', for der er vel næppe mange andre levende skabninger, der kan undergå så store forandringer som sommerfuglen, fra larve og puppe i mørke og kulde og så til den farvestrålende sommerfugl med de flotte artsforskellige mønstre, der svinger sig op i solskinnet over blomsterne, gyldne øjeblikke for dem, der har tid til at iagttage, opleve og glædes over skønheden. Samspillet blomster, sommerfugle og mennesker inspirerer også os i Holstebro frivillige demensgruppe til konstruktivt samspil mellem borgere med demens, deres pårørende og så det omgivende samfund, den travle verden omkring os.

I begyndelsen havde vi mange gæster udefra, fra foreninger og andre kommuner, ja helt fra England kom en gruppe for at høre om vores måde at arbejde med demenscafé og demente, og hvilke erfaringer vi kunne dele med dem. Vi havde også i starten besøg af en del rådgivere, som kunne hjælpe os til at forstå demenssygdommen, og hvorledes vi bedst kommer i kontakt med den demente. Jeg glemmer forhåbentlig aldrig en erfaren sjælesørger og demensdiakon som tydeliggjorde for os, at i samværet med demente er der to meget vigtige ting: **Nærvær og Tålmodighed**. Nærvær kan være at tale, men også at tie og lytte. Tålmodigheden, reaktionen på nærværet tager sin tid, men det er det hele værd.



*Carl Aage Sørensen*

## Colstruphuset - vores sted

Colstruphuset er Holstebro Kommunes bygning. Her har det visiterede dag- og aktivitetstilbud for mennesker med lettere til middelsvære demens til huse. Det kaldes Aktiv Huset Colstrup, og har åbent mandag, torsdag og fredag, så vi har fået lov at benytte lokalerne om onsdagen. Café Sommerfuglen og Resto Sommerfuglen lægger derfor deres aktiviteter på onsdage. Vi frivillige Sommerfugle holder også vores møder i Colstruphuset. Disse lægges også på onsdage.



*Frivillige Sommerfugle foran Colstruphuset*



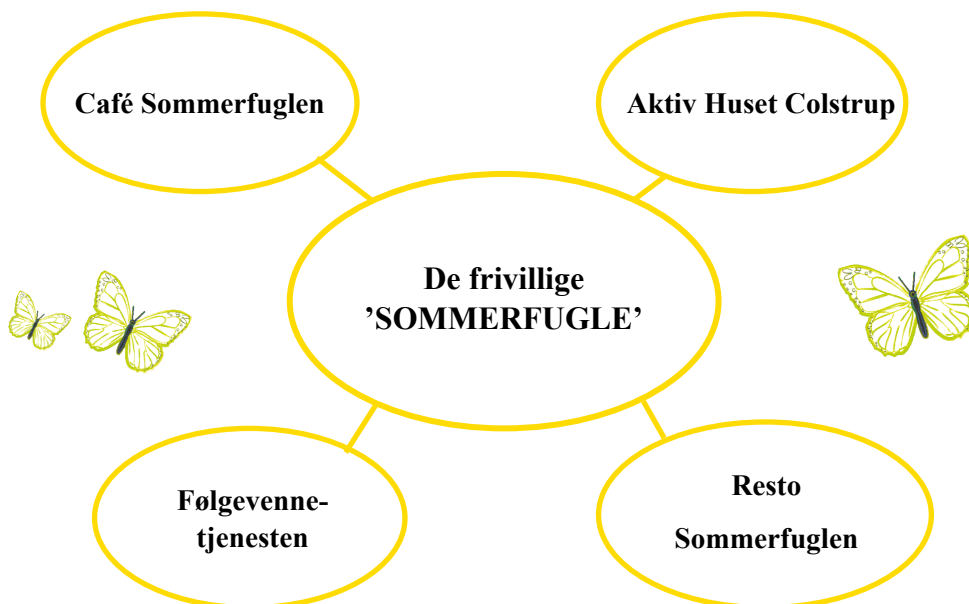
## 10 års udvikling gennem knobskydning

Det startede med demenscaféen **Café Sommerfuglen** i 2009. Men siden har frivilligruppen ved knobskydning tilføjet nye aktiviteter.

Første knobskydning var **Aktiv Huset Colstrup**, hvor en gruppe frivillige arbejdede sammen med Holstebro Kommunes professionelle ansatte medarbejdere. Aktiv Huset Colstrup startede i 2011.

Næste knobskydning var **Følgevenne-tjenesten**, som kom i 2015. Denne ordning styres af to frivillige koordinatore, og antallet af følgevenner har svinget mellem 10 og 25.

Endelig startede vi spiseklubben **Resto Sommerfuglen** i 2018.



## 10 år med Café Sommerfluglen og med Sommerfluglene - Den frivillige demens-venne-gruppe i Holstebro Kommune (-udpluk fra historien)

**30. sept. 2009:** 6 frivillige (Ingrid Kristoffersen, Carl Aage Sørensen, Esther Nørbjerg, Nanna Hansen, Grethe Madsen og Magna Jensen) har på opfordring af demenskonsulent Bente Nikolajsen påtaget sig at drive en demenscafé i Holstebro Kommune. Bente Nikolajsen har lovet de frivillige rådgivning. Ved et Åbent Hus 30/9-2009 stiftes Café Sommerfluglen. 30-40 mennesker kommer til Åbent Hus og Socialudvalgsformand Holger Hedegaard holder indvielsestalen. Ved dette Åbent Hus melder yderligere 2 frivillige sig (Birgit Damtoft og Inge Merete Nielsen), så der nu er 8 frivillige til at drive caféen. De beslutter at holde café hver anden onsdag. Caféens hjemsted: Colstruphuset, som stilles til rådighed af Holstebro Kommune på caféens åbningsdage.

**28. okt. 2009:** Her afholdes første egentlige café. Henning Søndergaard og Gunner Christensen spillede på savblad og klaver. Og Grethe havde bagt boller og kager til kaffen.

På de næste caféer er det henholdsvis Eli Andersen og Anders Bech, der underholder. Og på den fjerde café laves der juledekorationer under Carl Aages Sørensens ledelse. Og man når også det år en julehygge-eftermiddag med julesange, æbleskiver og pastor Søren Niensens julefortælling.

**29. sept. 2010:** Caféen får besøg af Helgolandsgades børnehave. Det skulle vise sig at blive en fast tradition, at Helgolandsgades Børnehaven besøger caféen hvert år. Fra 2011 kommer de med Lucia-optog og julesange den første cafédag i december.





**3. og 4. nov. 2010:** Her prøver caféen noget nyt. Efterårs-ferietur med overnatning på Skibstedgaard i Thy.

**10. nov. 2010: Mortensaften** med andesteg på Borbjerg Mølle. Fra 2011 blev det en fast tradition at holde Mortensaften i Colstruphuset.



*Mortensaften i Colstruphuset*

**April 2011: Aktiv Huset Colstrup** (visiteret aktivitetstilbud) starter op som et projekt under Holstebro Kommune. Der er fra starten frivillige med i hele åbningstiden. De arbejder sammen med de professionelle, der er ansat af Holstebro Kommune.

**13. apr. 2011:** Caféen på udflugt med 'Naturbussen' til Vest Stadil Fjord.

**28. sept. 2011:** Caféen får besøg af borgmester Arne Lægård.

**11. okt. 2011:** Frivilligruppen afholder offentligt foredrag med Anders Bonde: 'Er der noget at grine af, når man bliver gammel?'





**4. jan. 2012:** Der prøves noget nyt: Nytårskur med spisning i caféen.

**20. juni 2012:** Der starter en tradition med **grill-frokost i det grønne**. Denne gang sker det i Præstbjerg Naturcenter.

**22. maj 2013:** Anders Bech optræder for 4. gang i caféen, denne gang med "A kommer mæ mi hywlbor". Efterfølgende indtræder Anders som frivillig i caféens styregruppe.

**11.sept. 2013:** Caféen får en fast cafémusiker: Elisabeth van Dassen. Denne dag starter en ny aktivitet: **Livsfortælling og betydningsting**. Via en persons livsfortælling og snak om betydnings-ting, sættes hukkommelsen i sving hos alle, og gamle dages gode minder kommer frem i lyset og italesættes. Dette bliver en tilbagevendende aktivitet.

**2. okt. 2013:** Vi – de frivillige på demensområdet – modtager **Holstebro Kommunes Ældrepris** ved en reception i byrådssalen.

**Jan. 2014:** Alzheimerforeningens tidsskrift 'Livet med demens' bringer en artikel om Café Sommerfuglen: "Fællesskab og frivillighed i Café Sommerfuglen".

**23. apr. 2014:** Der nedsættes et arbejdsudvalg med henblik på at få en **følgevenne-ordning** op at stå. Udvalget består af Lilian Kruse Jørgensen, Anders Bech og Bente Nikolajsen. De skaber en pjece og en indholdsbeskrivelse af ordningen, hvorefter de ved informations



møder i foreninger oplyser om ordningen. Ved informationsboder ved supermarkeder i Vinderup, Holstebro og Ulfborg hverves nye frivillige til ordningen. Dette sker hen over efteråret 2014 og vinter/forår 2015.

**6. aug. 2014:** Vi frivillige + Bente Nikolajsen holder et Sommermøde/Dialogmøde med henblik på at udvikle det frivillige demensarbejde i Holstebro Kommune. Det er en stor succes, og vi har, siden vi fik nye vedtægter og en bestyrelse, hvert år holdt **et sommermøde for alle frivillige 'sommerfugle'**. I 2016 har vi et kursus med Mette Søndergaard, i 2017 er vi på udflugt til demens-aktivitetsstedet 'Kallerupvej', Odense. I 2018 besøger vi 'demenslejligheden' i Den Gamle By i Århus, og i 2019 besøger vi Klinkby Bo- og Dagcenter, hvor man har indrettet 6 lejligheder med en 50'er lejlighed, en 70'er lejlighed, en frisør, et gæstehus mm., inspireret af Demenslejligheden i Den Gamle By. Formålet med sommermøderne er, at vi får inspiration i vores arbejde med mennesker, der er ramt af demens.

**27. aug. 2014:** Det besluttet at hvert andet møde fremover skal være et egentligt Styregruppemøde til drøftelse og styring af aktiviteterne i caféen, mens de resterende møder skal være **Tema- og Inspirationsmøder**, hvor vi kan fremtidsudvikle, og hvor Bente kan give os frivillige supervision.





**24. sept. 2014:** Denne dag holder vi det første **Tema- og Inspirationsmøde**. Vi holder frem til sommer 2015 fire tema- og inspirationsmøder. Møderne får mere og mere præg af supervisionsmøder, hvor vi drøfter problemer i arbejdet, og hvor Bente giver supervision og feed back til os frivillige. Fra sommeren 2015 beslutter vi at have 3 fastlagte **Supervisions- og Feed-back møder** årligt.

**22. okt. 2014:** Colstruphuset bliver ombygget i efteråret 2014, og ved caféen d. 22. okt. indvier vi vores nye, større og lysere lokale. Den dag underholder Solveig Aabergs harmonika-orkester. Og der er fællessang til musikken.

**23. apr. 2015:** Ca. 10 frivillige følgevenner, hvervet henover vinteren/foråret 2015, klædes på til opgaven via 3 kursusaftener. Introduktionsaften d. 23. apr. Senere i maj kursusaftener med Vibeke Drewsen Bach og Mette Søndergaard. **Følgevenne-tjenesten** er etableret. Magda Sloth og Birthe Grønne træder til som frivillige koordinatorer for Følgevenne-tjenesten.

**Forårssemesteret 2015:** Der har tidligere været et ret skiftende fremmøde i caféen, men her i forårssemesteret opleves et stabilt fremmøde med gennemsnitligt op mod 30 gæster. Semesteret slutes af med en bustur til Vedersø med 33 deltagere. Turen blev en stor succes, og det blev herefter en tradition at slutte forårssemesteret af med en bustur.





**12. aug. 2015:** Hyldest til Carl Aage og Gurli Sørensen, der stopper som frivillige i caféen. Carl Aage har været den store ildsjæl for caféen i dens første 6 år. Carl Aage fortsætter som frivillig følgeven.

**14. sept. 2015:** Afholdelse af det første **årsmøde** til vedtagelse af nye vedtægter og valg af en bestyrelse med repræsentanter fra alle tre aktiviteter: 'Café Sommerfuglen', Aktivhuset Colstrup og Følgevenne-tjenesten. Der er herefter årsmøde hvert år i marts måned. Før vi fik Årsmødet og en bestyrelse, var det den selvbestaltede caféstyregruppe der styrede de øvrige aktiviteter. Styregruppen for caféen fortsætter, men styrer nu blot caféen.

**23.sept. 2015:** Caféen er på udflugt til Venø med besøg i Bente Nikolajsens sommerhus, guidet bustur rundt på Venø og afslutter med spisning på kroen. 43 deltagere. Vist det hidtil største fremmøde til et café-arrangement.

**13. apr. 2016:** Borgmester H.C. Østerby besøger caféen. 32 fremmødte.

**22. juni 2016:** Busturen går i år til Himmelbjerget med sejltur fra Silkeborg til Himmelbjerget. 39 deltagere.

**2016-2017: Højskolerækker:** Dette år prøver vi noget nyt. Udover de faste caféer på onsdage i ulige uger, arrangerer vi 4 højskolerækker på onsdage i en del af de lige uger. 4 onsdage med **Gospel-kor**.

3 onsdage med **Erindringsdans**. 3 onsdage med **Gå-motion i naturen**. Og 3 onsdage med **Åbenhed om demens**. Vi gennemfører højskolerækkerne, men fremmødet stod ikke mål med anstrengelserne, og vi gentager ikke aktiviteten året efter.

**1.sept. 2016:** Bente Nikolajsen kører projektet "Pusterum med god samvittighed". Under dette projektforsøg, som kører et år, sættes der virkelig fart i udviklingen af følgevenne-tjenesten. Vi får mange nye frivillige følgevenner.

**14. sept. 2016:** Udflugt til Handbjerg Marina med 35 deltagere. Journalist Palle Hyldahl Brændsgaard fra Dagbladet kommer til stede og skriver på den baggrund en 2-siders artikel om Café Sommerfuglen. Vi får de følgende år Palle til at skrive flere artikler om vore aktiviteter (sept. 2017 om følgevenne-tjenesten og sept. 18 om Resto Sommerfuglen).

**24. sept. 2016:** Vi deltager i den årlige **HUSKEDAG** arrangeret af Alzheimerforeningen. Vi står med 3 telte og boder på St. Torv i Holstebro og oplyser om vores aktiviteter, oplyser om demens og prøver at hverve nye frivillige. Efterfølgende holder vi Åben Café i 'Café Sommerfuglen'. Det er en stor succes. Så vi gentager vores deltagelse i huskedagen også i 2017 og 2018. Her står vi både på Store Torv og ved et indkøbscenter i Ulfborg.





**28. sept. 2016:** Også dette år er **musik og sang** flere gange på programmet i caféen. Denne dag kommer Shanty-koret fra Struer og giver os en fantastisk oplevelse. De er 23 mand, så den dag er vi langt over 50 i Colstruphuset. Under kaffen er vi nødt til at tage værkstedet og kontoret i brug for at få alle bænket.

**4. Jan. 2017:** Bestyrelsen nedsætter en arbejdsgruppe med henblik på, at vi får vores **egen hjemmeside** (udvalget består af Jan Johnsen, Anders Bech og Bente Nikolajsen). Vi får kontakt med to unge mennesker (Ane Friis og Ditte Dahl), der vil hjælpe os med opsætningen, mens Anders sørger for indholdet. Til årsmødet 21. marts 2017 er hjemmesiden: **[www.sommerfuglene.dk](http://www.sommerfuglene.dk)** i luften. Ane og Ditte fortsætter som frivillige hos os. De er webmastere og Ditte er desuden lay-out'er.

**1. febr. 2017:** Lars Ebbensgaard, Lemvig underholder i caféen med 'Fra købmandssøn i Holstebro til rektor i Lemvig'. Der kommer 35 til dette fantastiske foredrag. I det hele taget kommer der rigtig mange i caféen i forårssemesteret, og vi må bede Grethe bage 2 bradepande-kager fremover.

**6. okt. 2017:** Vi afholder et offentligt foredrag med Steen Kabel: '**Kan man have et godt liv med demens**'. Der kommer over 100 til dette foredrag. Foredraget afvikles i 'Laden'.



**25. okt. 2017:** Også i dette års café-program er der masser af sang og musik. Det starter med ”Herren og Fruen” d. 25. okt. Stort fremmøde: 43.

HERREN  
& FRUEN



**2018:** Vi tilbyder foreninger i Holstebro gratis foredrag, som vi kalder **'Oplysning om demens'**: Vi møder 3 op hver gang: Ole Jensen, demensramt: 'Sådan takler jeg min situation'. Bente Nikolajsen: 'Demens og Holstebro Kommunes tilbud på området'. Anders Bech: 'De frivillige Sommerfugles tilbud'. Der er foredrag i 8 foreninger. Til 3 af foredragene mødte over 100 mennesker frem.



**12. marts 2018:** Vi starter en ny aktivitet: **'Resto Sommerfuglen'**, en spiseklub for hjemme-boende par, hvor den ene er ramt af demens. 6 frivillige danner styre-gruppe for spiseklubben. Der inviteres 6 par hver gang. Der holdes et månedligt spisearrangement.





**Efteråret 2018:** Med det store fremmøde i caféen får vi brug for et lydanlæg og fremvisningsanlæg. Vi søger fonde, og får fra Velux-fonden 30.000 kr. til lydanlæg med tele-slynge og fremvisningsanlæg (projektor+lærred+computer). Vi får fra Lions i Holstebro 25.000 kr. til en storskærm, der kobles på fremvisningsanlægget. Dette bliver etableret sidst på året, og bliver taget i brug fra januar 2019.

**6. marts 2019:** Spiseklub i 'Resto Sommerfuglen'. Resto'en har været i gang i et år. Veletableret fortsættes med månedlige spisesammenkomster.

**8. maj 2019:** Et fantastisk arrangement i caféen med Carl Erik Lundgaard og med hidtil største fremmøde: 55.

**26. sept. 2018:** Caféen er igen på udflugt til Venø. Udflugterne til Venø er altid en succes. Denne gang deltager 44. Der er stort fremmøde til arrangementer i cafeen i efterårssemesteret 2018: 35 kommer til første café i aug. 44 deltager i turen til Grønhøj kro 29/8. 42 deltager i Livsfortælling og betydningsting 12/9. 35 kommer til ægteparret Fibiger 10/10, 37 deltager i Banko d. 24/10. 35 kommer til Mortens-aften 7/11, og 52 hører til Håndværkerkoret 21/11 og 24 til








til julemødet 5/12. Altså 36 i gennemsnit pr. arrangement i efterårssemesteret. Nogen gange er vi nok lidt for mange. Nærværet kan blive svært at bevare, når vi er over 40 i caféen.



**14. aug. 2019:** Caféen er for tredje gang på udflugt til Hjerl Hede. Vi var der også i 2015 og 2017. Også denne gang har vi en fantastisk hestevognstur med Holger Hedegård som kusk og  guide.

*Anders Bech*

*(kilder: Café Sommerfuglens dagbog, mødereferater, pjecer og programmer fra alle årene)*



## Næsten 10-dobling af frivillige og ligeså af pengegennemstrømningen på 10 år

Da demenskonsulent Bente Nikolajsen i 2009 på en foredragsaften om demens arrangeret af Ældrerådet efterspurgte frivillige, der ville stå for aktiviteter for mennesker med demens og deres pårørende meldte 5 af tilhørerne sig. Og en repræsentant for arrangørerne, ældrerådsmedlem Carl Aage Sørensen sluttede sig til.

Her 10 år efter er vi næsten 50 frivillige i gruppen.

Det startede med én aktivitet, nemlig demenscaféen Café Sommerfuglen. Siden er der ved knobskydning kommet flere aktiviteter til. I 2011 starter Aktiv Huset Colstrup. Her hjælper vores frivillige til. I 2015 startes vores følgevenne-tjeneste op. Denne udvikles især i 2016 under et projekt ledet af Bente Nikolajsen. Her kommer vi op på 25 følgevenner.

I 2017 får vi vores egen hjemmeside, her tilknyttes 2 frivillige, en webmaster og en layout'er.

Og i 2018 får vi spiseklubben Resto Sommerfuglen, som styres af 6 frivillige.

Det er yderst glædeligt, at det har været nemt at finde nye frivillige. Hver gang vi har startet nye aktiviteter op, og vi har spurgt efter nye frivillige, har de været der. Enkelte har meldt sig via frivillighedsbørser, eller ved vores boder i gågaden, enkelte hvor vi søgte i avisen, men de fleste er kommet til efter 'mund-



til-mund'- princippet. Enkelte har henvendt sig helt af sig selv, fordi de har hørt om os, og fordi de netop indenfor demensområdet gerne ville være med til at gøre en forskel. Vi er meget taknemmelige over, at så mange gerne vil være frivillige hos os.

Hen over de 10 år viser regnskaberne, at der også er sket en tæt på ti-dobling af pengegennemstrømningen, især fordi vi har fået mange flere aktiviteter og mange flere besøgende i aktiviteterne, men også fordi det er lykkedes at skaffe fondsmidler til lyd anlæg med teleslynge, storskærm og projektor til fremvisningsanlæg i Colstruphuset. I 2018 var egenbetalingen for aktiviteterne 40.000 kr., hvilket viser lidt om hvor mange aktiviteter vi har haft, og hvor mange gæster, der har været til disse aktiviteter.



*Anders Bech*

**Som frivillig i SOMMERFUGLENE**  
kan du være med til at gøre en forskel.  
Ønsker du at blive frivillig i  
**SOMMERFUGLENE**  
kan du henvende dig til Birthe Grønne,  
mail: [bigro@live.dk](mailto:bigro@live.dk) - tlf: 42 18 11 22

## Følgeven beretter

v/Hanne Hansen



### Følgeven hos S.

For ca. 6 mdr. siden startede jeg som følgeven for S.

S. bor i et meget naturskønt område, og har tidligere elsket at færdes i naturen, både at løbe og at gå, og har elsket at kigge på fugle, plukke vilde blomster og iagttage naturens skiften.

Nu kan hun ikke mere finde rundt og ville derfor gerne have en følgeven, som kunne gå ture sammen med hende. Det har vi så gjort ca. 1 x ugentligt. Vi aftaler tidspunkt fra gang til gang, og springer over, hvis det af en eller anden grund ikke kan lade sig gøre.

Vores gåture varer fra ca. 40 min. til ca. 1 time. På turene snakker vi om det, vi ser på vejen. S. er rigtig god til navne på de vilde blomster og træer, vi møder, så jeg lærer en masse af hende. Vi nyder fuglesang og prøver at sætte navne på de fugle vi ser og / eller hører. S. plukker af og til små buketter med hjem til en vase. Noget hun tidligere har gjort meget.

Vi er også faret vild et par gange, hvilket har udløst latter og rysten på hovedet, når vi ved fælles anstrengelse har forceret krat og andre forhindringer for at komme tilbage til hovedstien.



Under gåturen snakker vi om løst og fast. Vi snakker om hvad der er sket i ugens løb (hvis vi kan huske det ☺) eller om planer for de næste dage. Nogle gange er humøret fint, andre gange mere tungt. Der bliver også sat ord på bekymringer.

S. og jeg er så heldige, at vi har haft berøringsflader i vores arbejdsliv, så vi deler også fælles minder herfra.

 *Hanne Hansen*



*Der er godt 20 Sommerfugle-følgevenner, der hjælper mennesker med demens med at fastholde deres elskede aktivitet, hobby, interesse.*

*Det kan være som ovenfor eller følge til svømning, kor, lystfiskeri, dans eller café.*

*Der er to frivillige koordinatore af ordningen:*

*Birthe Grønne (tlf.:42 18 11 22) og Esther Nørbjerg (tlf.:23 71 78 20)*

## En Resto Sommerfugl-gæst beretter

v/ Helle Bøgh Højland

Den 12. marts 2018 blev dørene lukket op, og 6 par var inviteret til middag i Resto Sommerfuglen.

Ideen til arrangementet havde Anders Bech fået, inspireret af et lignende i en anden kommune. Anders fik flere frivillige med på ideen, og fra start har Inge Marie, som er tidligere køkkenleder, Lilian, Kathrine, Karen Margrethe og Erik været med. Derudover andre frivillige, hvor nogle hen af vejen har fået andet at gøre.



De 6 der er ramt af en demens sygdom og deres pårørende blev valgt fra starten, og når der så er afbud får andre par tilbuddet.

Vi bliver inviteret en gang i måneden, bortset fra juli og december. Jeg er en af ægtefællerne, og synes det er en fantastisk ide. Her kan alle slappe af i trygge rammer, og hvor vi alle ved, hvad det betyder at have en demens- sygdom.

Når vi kommer, er bordene dækket med dug, lys, servietter og endda bordkort. Vi sidder i sofagruppen og nyder en velkomstdrink, og lidt chips, frugt eller andet. Her går snakken lystigt, og efterhånden kender vi alle hinanden.



Når Lilian har indkasseret de 300 kr. det koster at deltage pr. par, og



Inge Marie har fortalt om aftenens menu, som altid består af 2 retter, går vi til bords. Vi sidder 2 par og 2 frivillige ved hvert bord, så der er ro til at få en hyggelig snak over maden.

Vi slutter af med kaffe og en småkage, måske en lækker lagkage, og synger gerne et par sange, hvor vi nogle gange har været heldige, at Elisabeth har været med og spillet på klaveret.

Så har det lydt ret godt!

Jeg kan kun sige **STOR TAK** til de frivillige, der vil bruge tiden på at planlægge og arrangere disse aftener for os. I gør det så godt, og vi nyder det alle.



*Helle Bøgh Højland*

## En stor tak til Bente Nikolajsen



Det var demenskonsulent Bente Nikolajsen, der i 2009 på en foredragsaften om demens arrangeret af Ældrerådet efterlyste frivillige, der kunne drive en demenscafé. Missionen lykkedes; 6 meldte sig til opgaven. Frivilligruppen var skabt, og den 30. sept. 2009 inviterede gruppen til Åbent Hus og indvielsesfest i deres nye demenscafé, Café Sommerfuglen. Men Bente nøjedes ikke med at starte gruppen op. I alle årene har hun fulgt os med support og opbakning. Hun er en ildsjæl, og hun har med godt humør, stort engagement, faglig rådgivning og støtte været med til at skabe en tryk og fin samarbejdskultur i frivilligruppen.

Bente deltager mindre og mindre i aktiviteterne, men siden 2015 har vi haft 3 årlige supervisions- og feedback-møder for alle frivillige. Bente giver her os frivillige supervision og feedback. Det er møder vi alle ser frem til. Vi kommer styrket ud af disse møder. Og disse møder har hver gang givet mod på at fortsætte vores frivillige arbejde. Bente deltager også i enkelte punkter ved vores bestyrelsesmøder.

Gennem årene har vi startet nye aktiviteter og tiltag op for mennesker med demens og deres pårørende. Vi er nu 50 frivillige. Der er stor søgning til vores aktiviteter. Men vi havde ikke kunnet foretage denne succesfulde udvikling uden supporten fra Bente.

**En stor tak til Bente for din støtten op om vores arbejde!** -ab



## Økonomi, sponsorer, fonde og donationer

SOMMERFUGLENE er ikke på kommunens budget og vi får ingen direkte tilskud. Vi har selvfølgelig en egenbetaling til vore arrangementer, men da vi i vores Café Sommerfuglen hver gang har folk til at underholde, synge og spille musik, holde foredrag osv., er det umuligt at kræve så meget for kaffen, at honoraret til foredragsholderen eller musikken er dækket ind.

Førhen underholdt mange helt gratis, men de dage er ved at være ovre. Vi har været oppe på 3000 kr. i honorar til en enkelt café. Dertil kommer, at vi er på flere udflugter, og her koster en bus 5000 kr. Endelig koster det jo også at drive organisationen med trykning af programmer, flyers, porto, hjemmeside osv. Vi driver også en offentlig oplysningsvirksomhed om demens.

Heldigvis kan vi ligesom andre frivillige sociale grupper og foreninger søge §18 tilskud. Og §18 tildelingerne har været en stor hjælp til den daglige drift.

F.eks. i 2018 var egenbetalingen knap 40.000 kr, mens §18 tildelingen var på 25.000 kr. Indtægter altså i alt 65.000 kr. Og udgifterne til den daglige drift blev 65.800 kr. Så dette år kom vi ud med et meget lille underskud.



Men de store nyanskaffelser kan vi ikke søge §18 midler til, og her har vi bl.a. anskaffet lydanlæg med teleslynge samt et fremvisningsanlæg med projektor, lærred og computer til caféen. Begge dele har været nødvendige til det set-up vi har for caféen. Her har vi søgt forskellige fonde.



**Vi vil gerne takke følgende fonde og foreninger, der har hjulpet os gennem de 10 år: Odd-Fellow-logen, Soroptimist'erne, Erica-søstrene, Frimurerne-Buris, Velux-fonden, Lions.**

---

Lige nu afventer vi den nye højskolesangbogs udgivelse. Vi synger rigtig meget i såvel caféen som i resto'en og et sæt højskolesangbøger står højt på ønskelisten. Vi håber, vi kan finde en sponsor her, når tid er.



*Anders Bech*



## Sommerfuglene - en organisation

Da man for 10 år siden startede den frivillige demensgruppe, tænkte man ikke så meget på organisationen. Det handlede bare om at komme i gang. Det var heller ikke så nødvendigt dengang. Der var jo kun den ene aktivitet, Café Sommerfuglen, og man var blot 8 frivillige.

I dag fremstår 'SOMMERFUGLENE'- Den Frivillige Demensvenne-gruppe i Holstebro Kommune som en selvstændig organisation, der er helt selvstyrende, hvad angår aktiviteter og økonomi.

Holstebro Byråd har ingen indflydelse i vores organisation, men vi samarbejder naturligvis med kommunen og er også afhængig af den, idet kommunen stiller gratis lokaler til rådighed for vores aktiviteter, og idet demenskonsulent Bente Nikolajsen bruger tid på at rådgive vores bestyrelse og på at supervisere os frivillige.

Vi har nogle ret udbyggede vedtægter som ramme om vores ageren. Det årlige årsmøde er øverste myndighed for vores organisation. I mellem årsmøderne styrer en bestyrelse på 6 medlemmer organisationen. (De 6 bestyrelsesmedlemmer vælges på årsmødet, idet der vælges to fra caféens styregruppe, en fra frivilligruppen i Aktiv Huset Colstrup, en følgeven, en følgevenne-koordinator og en fra resto'ens styregruppe).

Grupperne er selvstyrende i forhold til planlægningen af aktiviteter. Grupperne må dog ikke overskride de beløb, der er afsat på budgettet, idet det er bestyrelsen, der styrer økonomien.





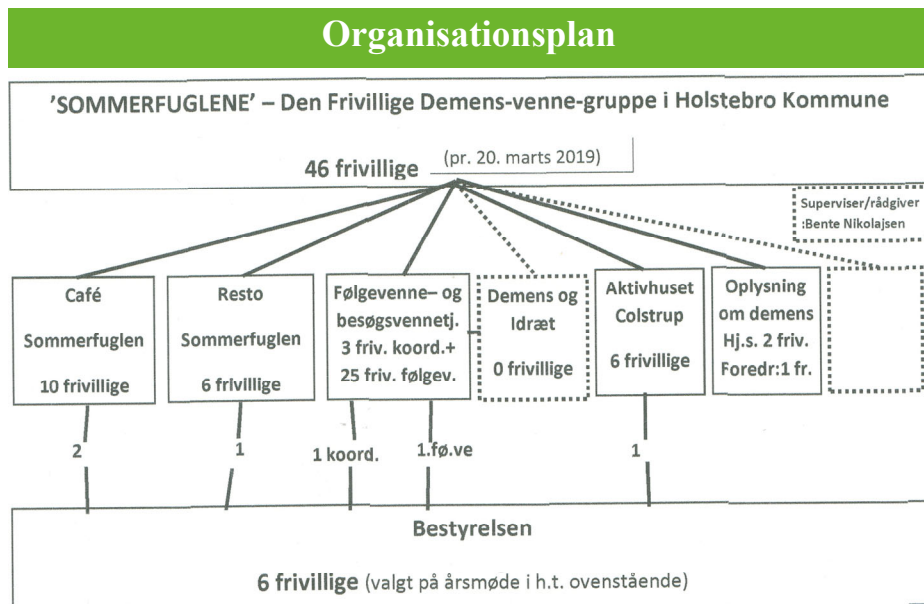
Café Sommerfuglen har sin egen styregruppe, der planlægger og styrer caféens egne aktiviteter.

Det samme gælder Resto Sommerfuglen, hvor de frivillige dér også danner en styregruppe.

Beslutninger for følgevenne-tjenesten varetages på et møde mellem koordinatore og Bente Nikolajsen.

Frivilligruppen i Aktiv Huset Colstrup deltager i planlægningsmøderne dér.

På denne måde har vi sikret, at den enkelte frivillige kan udøve indflydelse dér, hvor vedkommende er, - og sikret at ingen af vore aktiviteter er styret oppefra, fra bestyrelsen.



## Bestyrelsen og styregrupperne (sept. 2019)



### **Bestyrelsen for 'SOMMERFUGLENE' - Den Frivillige Demens-venne- gruppe i Holstebro Kommune:**

Anders Bech, formand  
Kjeld Engel Jensen, næstformand  
Lilian Kruse Jørgensen, kasserer  
Birthe Grønne, sekretær  
Inge Marie Fjordside, bestyrelsesmedlem  
Esther Nørbjerg, bestyrelsesmedlem

---

### **Styregruppe for 'Café Sommerfuglen':**

Anders Bech  
Birgit Damtoft  
Birthe Grønne  
Esther Nørbjerg  
Grethe Madsen  
Gurli Degnbøl  
Inge Merete Nielsen  
Lilian Kruse Jørgensen

---

### **Styregruppe for 'Resto Sommerfuglen':**

Anne-Vibeke Bøggild  
Erik B. B. Poulsen  
Inge Marie Fjordside  
Karen Margrethe Poulsen  
Kathrine Halgaard  
Lilian Kruse Jørgensen



## Oplysning om demens



I **'Sommerfuglene'** har vi haft fokus på at oplyse om demens ud fra flere grunde.

Vi vil gerne have det tabu, der er omkring demens, helt væk. Tabu skaber flovhed, og får demensramte til at gemme sig væk. Den isolerer også de pårørende. Og den får mange andre til at lukke øjnene for demensproblematikken. Demens er en alvorlig sygdom, men tabuet sender demensen ned i et håbløst hul, og får folk til at vige udenom problematikken. Det dur ikke!

Der er brug for at komme væk fra dette sortsyn og i stedet se konstruktivt på sygdommen. Kun gennem åbenhed og oplysning om demens kan vi ændre opfattelsen af demens. Det handler om at se på muligheder i stedet for kun at have øje for begrænsninger. Det handler om nærvær, tålmodighed, respekt, forståelse og støtte til et bedre liv. Og det handler om, at mange i civilsamfundet skal støtte op. Det handler om at udvikle et demensvenligt civilsamfund.

I 2017 afholdte vi et offentligt foredrag med Steen Kabel: **'Kan man have et godt liv med demens'**. Det var et foredrag, der gav håb. Og to tilhørere, som netop var diagnosticeret med Alzheimers. De gav udtryk for, at deres tanker havde vendt sig fra håbløshed til håb om et bedre liv.

En af tilhørerne, demensramte Ole Jensen, har sammen med en frivillig **'Sommerfugl'**, Anders Bech, og demenskonsulent





Bente Nikolaisen været rundt i 8 lokale foreninger og oplyse om demens.

Vi har også valgt at fejre vores 10-års-jubilæum med to offentlige foredrags-aftener om demens. Det gør vi for at komme mere ud med oplysning om demens, få skabt en større viden og en større åbenhed om demens, og forhåbentligt få udbredt en større forståelse af demens. Vi ønsker os et demensvenligt civilsamfund, hvor der fra flere sider støttes op om demensramte familier, så de føler sig knap så alene med udfordringerne.



Anders Bech



På SOMMERFUGLENEs hjemmeside

[www.sommerfuglene.dk](http://www.sommerfuglene.dk)

kan du se alt om vores aktiviteter, men også læse artikler om demens, og se, hvor du kan søge mere viden om demens.



## Frivillige laver aktiviteter for demensramte og deres pårørende v/ Bente Nikolajsen



Igennem de sidste 10 år har jeg haft det privilegium at samarbejde med først 6 og nu 45 frivillige ”SOMMERFUGLE” på demensområdet.

Det har været fantastisk at opleve, hvordan kommunale fagpersoner og frivillige gensidigt har beriget hinanden gennem respekt, dialog og samarbejde – **Tusind tak for det.**



Frivillige har, med deres forskellighed, i høj grad sikret udvikling og nytænkning på demensområdet i Holstebro Kommune. Fokus var og er på det levede liv, livsglæde, livsmod og dermed større livskvalitet for borgere med demens og pårørende.

Frivillige Sommerfugle medvirker til at skabe gode hverdage og stjernestunder for borgere med demens og pårørende. Dette er i høj grad lykkedes ved, at se på muligheder frem for begrænsninger, i forhold til at imødekomme brugernes behov og ønsker.

I 2009 udtalte flere pårørende ”Vi er ensomme – der kommer sjældent gæster og vi kommer sjældent i byen”. Café Sommerfuglen og







siden Resto Sommerfuglen blev svaret på dette ønske.

Café Sommerfuglen er et sted, hvor man går i byen 2 timer hver anden uge og får fælles gode oplevelser sammen med ligestillede.

Mange frivillige bringer højskolekulturen ind i cafeen, men det kulturelle krydres altid med hyggeligt samvær, kaffe og hjemmebag.

Resto Sommerfuglen byder ægtepar på lækkert aftensmad, vin, hygge og samvær en gang om måneden.

De frivillige møder deres gæster med stor venlighed, engagement, respekt og ligeværdighed, som gør at alle føler sig velkomne og kan slappe af.

I 2010 efterspurgte pårørende et aktivitetssted for borgere med tidlig demens. Aktiv Huset Colstrup blev en realitet.

Aktiv Huset Colstrup er et kommunalt tilbud, hvor aktiviteter, motion og oplevelser styrker krop og hjerne. Frivillige var med i planlægningen, opstarten og deltager fortsat i driften sammen med fagpersoner. Dette giver muligheder for mange aktiviteter i og uden for huset. ”Frivillige er flødeskum på lagkagen”.

Forskningen i demens påpeger at man kan holde sygdommen i skak ved at dyrke motion, være sammen med andre mennesker og bevare sine interesser.





Følgevenne-begrebet er opstået ud fra et ønske om, at den demensramte kan bibeholde interesser samtidig med, at pårørende kan få et pusterum. Omdrejningspunktet er en fælles interesse, som borger med demens og følgeven deltager i sammen. Ud over aktiviteten er målet, at der dannes en relation, som kan være bæredygtig når sygdommen forværres.

Andre frivillige har hjulpet familier med at skrive digitale livshistorier til glæde i såvel nuet som i fremtiden. Og andre har hjulpet med hjemmeside og layout.

Derudover bruger frivillige mange kræfter i forhold til bestyrelsesarbejde samt koordinering af såvel følgevenner som aktiviteter i de forskellige tilbud.

Alle frivillige Sommerfugle vil gerne glæde og gøre noget for andre - det lykkes med stor succes. Sidegevinsten er, at frivillige oplever at få meget igen af borgere, pårørende og af hinanden.

De aktiviteter, de frivillige Sommerfugle har igangsat inden for de sidste 10 år kunne ikke realiseres uden dem. En uvurderlig indsats, som beriger mange menneskers liv – **af hjertet mange tak.**



Bente Nikolajsen

## 900 borgere i Holstebro Kommune

Ifølge Nationalt Videnscenter for Demens er 900 borgere i Holstebro Kommune ramt af demens. Og i hver uge får 2 nye demenssygdommen. Antallet af demente stiger år for år, og ifølge prognosen vil der i 2040 være 1640 borgere med demens i kommunen. Vi kan da håbe på, at det ikke bliver så slemt som prognosen siger, men stadigvæk må vi sige, at rigtig mange er- og vil blive ramt af sygdommen i vores kommune.

Det er jo ikke bare det enkelte menneske, der bliver ramt, hele vedkommendes familie bliver også meget berørt. Ifølge Nationalt Videnscenter for Demens har hver demensramte i gennemsnit 4 nære pårørende. Altså er 3600 nære pårørende her berørt af demens.

Dertil kommer de besøgsvenner, hjemmehjælpere og plejepersonale, der er berørt af demensproblematikken.

Mange af de demensramte familier er så udfordret, at de har brug for hjælp og støtte udefra. Her tænker vi først på: Hvad kan kommunen gøre? Hvor meget kan kommunalpolitikere bevilge til området, og hvad kan de kommunalt ansattes indsats hjælpe? Det er naturligvis vigtigt, at Kommunen prioriterer demensområdet højt.

Men det er også meget vigtigt, at civilsamfundet prioriterer det. Det er vigtigt at det enkelte menneske søger oplysning om demens, så de er lidt på forkant med, hvad der skal ske, hvis de selv eller en af





deres nærmeste bliver ramt. Og vigtigt at mange tager et samfundsansvar. F.eks. at idrætsforeninger tilbyder idræt til demensramte. Vigtigt at forretninger uddanner deres personale i demensvenlig betjening. Vigtigt at naboer træder til med ekstra besøg og støtte. Vigtigt at besøgsvennetjenester og frivillig-foreninger som vores 'Sommerfuglene' med flere optimerer deres indsats med henblik på, at demensramte får et bedre liv. Lad os udvikle en demensvenlig kommune og et demensvenligt civilsamfund i kommunen.



Anders Bech

## Udpluk af artikler

Fra Kommuneavisen nr. 5-2009:

# Nyt mødested for demensramte

**I Café Sommerflugten kan mennesker med demens og deres pårørende, venner og frivillige få fællesskab og oplevelser.**

Mange mennesker med demens og deres pårørende er ofte ensomme. Enten fordi de selv trækker sig fra samvær med andre, eller fordi deres omgivelser trækker sig.

Nu er der mulighed for at bryde ensomheden. Onsdag den 30. september slog Café Sommerflugten for første gang dørene op til et velbesøgt åbent hus arrangement. Og nu kan demente og deres venner og pårørende mødes til fælles oplevelser og aktiviteter i caféens lokaler i Colstruphuset hver onsdag i ulige uger.

### Et frit

Dannebrog var højt ved indgangen. Der var blomster på bordene. Og buffeten fristede med lækkerier af enhver smag og farve. Ca. 50 mennesker hyggede sig ved indvielsen og var med til at få caféen godt på vingene.

Café Sommerflugten er en slags fristed, hvor man kan møde andre i samme situation og være med i uforpligtende samvær. Man kan også udelukke erindringer og danne netværk, hvor man hjælper hinanden, forklarer kommunens demenskonsulent Bente Nikolajsen.

Hun tog initiativet til at oprette caféen, og hurtigt fik hun en flok frivillige med på ideen.

### Spændende oplevelser

Caféen og dens aktiviteter drives af de frivillige. Men brugerne har selvfølgelig mulighed for selv at være med til at bestemme, hvad der skal ske i caféen. Aktiviteterne spænder vidt fra rejsebeskrivelser til foredrag, sang, musik, dans, erindringsoplevelser, vinsmagning, udfugter og meget mere.

Man skal ikke misse sig inde. Der er så mange demente, der sidder derhjemme og er gået



De gæve lidjæls, der driver Café Sommerflugten, er fra venstre Nama Hansen, Bente Nikolajsen, Magna Madsen, Anne Griethe Madsen, Ingrid Kristoffersen, Carl Aage Sørensen og Esther Nørhøj.



Det er så dejligt at kunne gøre noget godt for andre, der trænger til det, siger Ingrid Kristoffersen – en af de frivillige bag demenscaféen.



Den hyggelige atmosfære og det store fremmøde til indvielsen af caféen tegner godt for dens fremtid.

### ! Café Sommerflugten

Café Sommerflugten  
Colstruphuset  
Lukket i ferieperioder.  
Søndag Alle 24  
Høstebro.

Åben kl. 14.00-16.00 på onsdage i ulige uger.  
Lukket i ferieperioder.  
Aktiviteterne er gratis.  
Kaffe og brød koster 20 kr.

om hun ville være med i det frivillige arbejde omkring Café Sommerflugten, sagde Ingrid straks ja.

- Jeg har jo tiden til det, og det er så dejligt at kunne gøre noget godt for andre, der trænger til det, siger Ingrid.

Så hun er selv glad for, at caféen er blevet en realitet. Og hun tror, at mange demente og deres pårørende kan få glæde af den.  
- Det giver mere lyst og glæde i livet at komme hjemmefra og være blandt andre mennesker en gang imellem. Og det giver også glæde at komme i kontakt med sine minder fra tidligere i livet. Det er også en af de ting, vi vil hjælpe gæsterne i caféen med ved forskellige arrangementer, siger Ingrid.

Café Sommerflugten er etableret af de frivillige i samarbejde med Alzheimerforeningen, Netværkscaféen – De frivilliges Hus, Sundhedscentret og kommunens demenskonsulent.

### ! Caféens efterårsprogram 2009

- Den 2. oktober: Musik på savblad, klaver og harmonika ved Gunnar Christensen og Henning Sendergaard.
- Den 4. november: Hvad kan du huske fra gamle dage – husgeråd, værktøj med mere? Ved pædagog Anders Bech.
- Den 18. november: Bondeliv med højstoklesangbog og salmebog. Erindringer fra et vitsomt liv ved gædjer Ell Højbjerg Andersen.
- Den 2. december: Hygge med dekorations- og juleblik. Medbring gerne selv supplerende fra have og natur. Lyse og andre grundmateriale findes i caféen.
- Den 16. december: Julehygge med salmer, julefortælling og julekæspil. Medbring gerne en pakke, til max. 20 kr.



Holstebro Onsdag,  
den 9. oktober 2013:



De frivillige fra demensområdet fik Holstebro Kommunes Ældrepris 2013. Pressebillede.

## Fik ældrepris for at skabe stjernestunder

**SKULDERKLAP:** Frivillige fra demensområdet har fået Holstebro Kommunes Ældrepris 2013. Det foregik ved et officielt arrangement på rådhuset.

Formanden for Social- og Sundhedsudvalget, Anne Lise Holst Jensen, overrakte prisen til de frivillige og roste deres store arbejde med demente medborgere. Hun sagde blandt andet:

»Vi kan stræbe imod, at demens ikke får lov til at diktere hele indholdet i vores liv og definere os som mennesker. Vi skal se potentialet i den enkelte og give indhold, der understøtter den medborger, som har fået en demenssygdom. Og det er det, de frivillige på demensområdet gør så godt.«

De 12 frivillige fra demensområdet står for aktiviteter i Café Sommerfuglen og Aktivhuset Colstrup. Derudover er de besøgsvenner til demente.

En af de frivillige i Aktivhuset, Anette Roesgaard, har tidligere beskæftiget sig med genoptræning, og arbejdet med mennesker savner hun i høj grad:

»Bare det igen at have med mennesker at gøre er givende. Især når de demente fanger en sjov bemærkning. Deres humor er ofte intakt, og det

giver energi tilbage, når de er med på lidt sjov.«

For Grethe Madsen fra Café Sommerfuglen kommer motivationen til at være frivillig fra en anden kant. Hun har nemlig selv oplevet, hvordan det er at være pårørende til en dement. Derfor arbejder hun i caféen hver anden onsdag.

»Jeg ved, hvordan det er at leve med en dement ægtefælle, og aktiviteterne i Café Sommerfuglen er både for de demente og deres pårørende,« siger Grethe Madsen, der især nyder at bage de gamle typer hjemmebag, som cafeens brugere alle husker med glæde.

Demenskonsulent i Holstebro Kommune, Bente Nikolajsen, ser og oplever effekten af de frivilliges indsats i sit daglige arbejde. På den baggrund indstillede hun de frivillige til Ældreprisen 2013.

Siden 2009 har Holstebro Kommune hvert år uddelt Ældreprisen.

Prisen gives til frivillige, der yder en særlig indsats, som kommer kommunens ældre medborgere til gavn. Med prisen følger et diplom, samt en raku-brændt skål, som den lokale kunstner Anni Arndal Jensen har kreeret. *pch*

# Spiseklubben alle elsker men kun halvdelen husker

Et hold af frivillige har lavet et middagselskab, som "man næsten er ked af at forlade igen". En spiseklub for demente som læreren Vagn, som kom til Holstebro for at nyde livet og blev syg, og overlægen Poul Erik, der havde sidste arbejdsdag i april sidste år og nu er så syg, at han må på plejehjem. Den slags tiltag er så vigtige, at de skal udbredes i fremtiden, siger direktør for Alzheimerforeningen.

Udpluk af artikel om Resto Sommerfuglen.

Resten af artiklen og andre artikler ses på vores hjemmeside:

[www.sommerfuglene.dk](http://www.sommerfuglene.dk)

Holstebro Dagblad 22. sept. 2018.

Flere bør i fremtiden lave tiltag som den restaurant, frivillige i Holstebro er begyndt at lave for demente og pårørende. Socialt samvær hjælper nemlig på demens, siger Nis Peter Nissen, direktør for Alzheimerforeningen. Foto: Horten Stricker

Direktør: Flere burde behandle demente som i Holstebro



## SUNDHED

Palle Hyldahl Brændsgaard  
pabr@dagbladetholstebro.dk

**HOLSTEBRO:** Hvis man skal sidde til bords med vildt fremmede, så skal man håbe på Lene og Vagn Baggesen.

Hvis de var musikinstrumenter, så var Lene et klaver. Venlig, behagelig og underholdende at lytte på i så lang tid, det skulle være. Vagn ville være en bas. Mere tilbagetrukket men slagkraftig, når han spiller. Vagn er faktisk bas. I Mejdalkoret, hvor han indgår på lige fod med de andre deltagere, med den ene undtagelse at han som den eneste har én med sig, der hjælper ham med noderne; en følgeven.

- Jeg er jo senil-cement, siger han lige ud med intakt pokerfjæs.

- Det var et forsøg på at være morsom, afbryder han et par sekunders ubehagelig stilhed, der glemmes af latter.

Så når Lene fortæller om den spiseklub, "Resto Sommerfuglen",

hun og Vagn er begyndt at deltage i, og hvor udsøgt maden er, så tænder Vagn for bassen:

- Og så er det rørende billigt (300 kroner per par, red.), afrunder han.

Men 79-årige Vagn kan også bare sige noget rørende.

- Det værste ved min sygdom er, at den kun bliver værre og værre, og til sidst dør jeg. Men jeg har haft et langt og godt liv, og det kan ingen tage fra mig. Jeg planlægger nu også at blive i lang tid endnu.

- Det skal du også, for jeg kan ikke klare mig uden dig, insisterer Lene med et hjerteligt smil.

\*\*\*

Intet er overladt til tilfældighederne i "Resto Sommerfuglen", hvad enten der tales om maden eller spiseklubbens idé. Fire gange har frivillige lavet middage for demente, og hver gang har der været udsolgt.

- Det har bare været sådan en succes, fastslår Inge Marie Fjordside, der er med i styregruppen for "Resto Sommerfuglen".

Der er kun plads til seks par, og

