

BREDEGAARD POSTEN

Oktober 2024

MØD EN MEDARBEJDER: SØREN ROSENKRANTZ MAACK



Stilling og team: Socialpædagog i team ABC. Jeg har været ansat på Bredegaard i 13 ½ år.

Hvad laver du i dit daglige arbejde?

I mit arbejde hjælper jeg og drager omsorg for de beboere, der bor i ABC. Sagt med andre ord er jeg deres øjne og støtte i hverdagen. På Bredegaard har jeg to tillidshverv. Jeg er repræsentant i lokal-MED-udvalget for team ABC. Derfra er jeg valgt til Bredegaards bestyrelse som medarbejderrepræsentant. Jeg er glad for at arbejde på Bredegaard. Min drivkraft er mødet med mange forskellige mennesker - både når det er seriøst eller skæg og ballade.

Hvornår er det bedst at spørge dig om råd eller hjælp?

Har man brug for et råd eller en snak, er man altid velkommen til at henvende sig til mig. Husk dog at have fornemmelse for hvem der er til stede og i hvilken sammenhæng, jeg befinder mig.

Har du en privat interesse du vil dele med os?

Jeg bor i Gribskov Kommune, hvor jeg i min fritid er engageret i lokalpolitik. Ved sidste kommunalvalg stillede jeg op for en lokalliste, som hedder "Nyt Gribskov". Jeg kom dog ikke ind i kommunalbestyrelsen, men jeg stiller op igen til næste kommunalvalg. Derudover padler jeg i kajak, og jeg elsker at gå ture i naturen med min hanhund Tibou. Tibou er en brun labrador på 10 år. Udover at være pædagog har jeg også en uddannelse som gartneridrifsleder. Så at arbejde med hus og have har også min store interesse. Jeg har rejst i 31 forskellige lande i mit liv, og det har udviklet mit syn på verden og de mennesker, der lever i den.

STOKKE-DEMO

Mandag d. 16. september var alle interesserede beboere, brugere og medarbejdere inviteret til stokke-demo i det store mødelokale.

Tre ADL- og mobilityinstruktører fra IBOS ankom med en masse forskellige stokke - også den vi selv producerer her på Bredegaard.

De fleste afprøvede flere forskellige stokke og var meget begejstrede for nu at kende til de mange muligheder, der findes, når man bruger stok.



AFSPÆNDING OG MINDFULNESS

I sidste udgave af Bredegaard Posten kunne du læse en lille historie om mindfulness- og afspændingsholdet, som ved en enkelt lejlighed var rykket udenfor i Bredegaards park. Historien gav mig lyst til at vide mere, og en tirsdag eftermiddag i begyndelsen af oktober var jeg forbi gruppen, som holder til i kælderen i lokalet mellem radiostudiet og Ninasofies og Maries kontor.

Tirsdagsholdet, som mødes i tre kvarter, består af Sabrina, Mateusz og Yakup. Anne og Bénédicte, der er henholdsvis socialpædagog og psykomotorisk terapeut i dagtilbuddet, står for holdet i fællesskab. Anne har været på kursus i yoga mindfulness for flere år siden, og da Bénédicte blev ansat, gav det god mening at tage det op igen.

Der er elementer af afspænding og mindfulness i andre aktiviteter med flere deltagere på dagtilbuddet. “Formålet med denne lille gruppe er at skabe en pause i et trygt rum” fortæller Bénédicte og fortsætter: “Deltagerne kan få ro i sindet og grounde. Øvelserne styrker blandt andet kropsbevidstheden”.

Sabrina synes, at det er hyggeligt at gå på holdet med nogle gode kammerater. “Jeg kan godt lide øvelserne med udstrækning og afspænding” fortæller hun. Yakup fortæller, at han godt kan lide at gå på holdet, og at han nogle gange falder i søvn under afspænding. “Det er rigtig rart” siger han. Mateusz kan også rigtig godt lide afspænding.

Skyggedans, fantasirejser, pendulet, brusebad, vælte væg, at lege at ryggen er en pizza eller at hele kroppen er en blender, der laver frugtsmoothies, er alle øvelser, der sætter kroppen i gang og udfordrer fantasien. Under flere af øvelserne får alle lov at byde ind.

Der er ingen tvivl om, at de tre kvarters afspænding og mindfulness tirsdag eftermiddag er sundt for både krop og sjæl, og har du spørgsmål, er du meget velkommen til at kontakte Anne og Bénédicte.



SOFIES BERETNING FRA NORGE

Hej I

Lad mig tage jer med på en lille rejse til de maleriske byer Trondheim og Stavanger, hvor jeg for nylig havde fornøjelsen af at holde foredrag for en skare af norsk sundhedspersonale. Temaet? Dysfagi! Ja, jeg ved, at det lyder som en kompliceret sygdom, men frygt ikke – jeg skal forsøge at gøre det både lærerigt og underholdende.

Trondheim, med sine farverige træhuse og den imponerende Nidarosdomkirke, bød velkommen med åbne arme. Jeg følte mig næsten som en dronning, da jeg trådte ind i lokalet for at dele mine erfaringer fra Danmark. Mine norske kolleger var fantastiske – de lyttede intenst, og jeg kunne næsten se dem tage noter som studerende i et eksamenslokale. Måske var de også på udkig efter nogle smarte tricks til at imponere deres patienter!

Næste stop var Stavanger, hvor jeg blev mødt af et fantastisk udsyn til fjordene. Her var stemningen lige så afslappet, men også meget fokuseret. Diskussionerne gik livligt, og jeg kunne mærke, at vi alle brændte for at gøre livet lettere for dem, der kæmper med synkeproblemer. Det er helt klart et emne, der har betydning – og ja, det giver faktisk anledning til en del sjove anekdoter, som jeg nød at dele. Hvem kunne vide, at en forkert bid af en tør kage kunne føre til en god anekdote?

I takt med at foredragene gik fremad, blev jeg også mere og mere fortrolig med mine norske kolleger. Det var en fornøjelse at se, hvordan vi kunne udveksle ideer, grine af sprogblandinger og dele historier om vores respektive sundhedssystemer. Jeg kunne næsten ikke holde op med at tænke på, hvor meget vi alle kunne lære af hinanden – og det på trods af, at vi måske ikke helt var enige om, hvordan man laver den perfekte kødbolle!

Alt i alt var turen til Trondheim og Stavanger en stor succes. Ikke blot fordi jeg fik mulighed for at tale om et vigtigt emne, men også fordi jeg fik nye venner og inspiration fra et fantastisk landskab. Så næste gang I hører om dysfagi, så tænk på mig – og måske en tør kage eller to!

Vi ses snart – og husk at tygge godt!

Med venlig hilsen
Sofie Bengtsson Baumgarten, køkkenet



KARINS BOG

Når man er pædagogstuderende og skal ud i sin første praktik på syv uger, er et af målene for praktikken, at den studerende skal planlægge, udføre og evaluere en pædagogisk aktivitet.

Mathilde har været i praktik på dagtilbuddet, og hun valgte at arbejde med relationsdannelse og det narrative, altså det fortællende. At man skal have lov til at fortælle sin egen historie. Mathilde valgte at arbejde med Karin, og første skridt var at danne en relation. Det var Mathildes tanke at hjælpe med at skabe ro. Karin og Mathilde har snakket sammen hver dag. Mathilde har spurgt ind og skrevet alt ned, som Karin har fortalt om sit liv. Karin har haft meget at fortælle. Andre informationer har Mathilde researchet sig frem til i Nexus.

Processen og de mange timer sammen har været det vigtigste, men ud af projektet er også kommet en utrolig fin bog "Mit liv". Mathilde havde pakket bogen fint ind i gavepapir og gavebånd. Garnet som bogen er udsmykket med, er også Karins. Bogen kan også bruges som et samtaleværktøj.

Mathilde har været meget glad for at være på Bredegaard og fortsætter som vikar.

