



Efteråret kommer med nye opgaver...

- *Med august er sommeren ved at være forbi.*

Husk at rådgiverne svarer på telefon og mail inden for 3 hverdage. Kontoret har fast åbningstid kl. 09.00-12.30 på alle hverdage.

- **Samtalegrupper for efterladte efter selvmord**

At være efterladt efter et dødsfald, hvor en person er død for egen hånd, er følelsesmæssigt tungt. NEFOS er i færd med planlægningen af samtalegrupper flere steder i landet. Et forløb er beregnet til at vare 2 timer hver 14. dag, 8-10 gange.

Byerne for de planlagte samtalegrupper er Aabenraa, Kolding, Horsens, Odense, Århus og København. Så snart mindst 4 personer har tilmeldt sig, vil tilbuddet blive annonceret på www.nefos.dk under Efterladte/Samtalegrupper/.

Kontakt NEFOS på kontakt@nefos.dk, såfremt du gerne vil deltage i en gruppe.

- **Samtalegrupper for forældre til sønner og døtre**

Er du pårørende til en person der taler om, truer med eller har udført en selvmordshandling, så har du mulighed for at komme med i en samtalegruppe. I efteråret 2016 planlægger NEFOS at oprette grupper i henholdsvis Odense og Kolding. Se mere på www.nefos.dk under Pårørende/Samtalegrupper/.

- **IASP**

– International Selvmordsforebyggelsesdag

Som i de seneste 7 år, markerer vi også i år Verdensdagen for selvmordsforebyggelse. Den finder sted **tirsdag den 13. september 2016** på Odense Rådhus. Særskilt program samt mulighed for tilmelding medsendes.

I København markeres selvmordsforebyggelsesdagen også både den 10. og den 13. september 2016.

Læs mere herom på www.nefos.dk.
Om NEFOS/Verdensdagen/dag/aften.

- **International Selvmordsforebyggelsesdag – Kirkelig markering**

For rigtig mange mennesker synes livet tungt at leve. Følelser af ensomhed og en ringe livskvalitet er dagligdag for mange. De kan være tæt på personer, der taler om at livet er for tungt at leve. Andre er de mennesker, der gennem mange år har levet med tabet af et kært familiemedlem ved selvmord. Og så er der heldigvis de rigtig mange mennesker, der gerne vil gøre en forskel for alle de lidende og måske også ensomme mennesker.

– Derfor afholdes der globalt Den Internationale Verdensdag for Selvmordforebyggelse, **lørdag den 10. september 2016.**

I Fyens Stift bliver dagen markeret ved en kirkelig begivenhed, der igen i år afholdes i Odense Domkirke. Kl. 16.00-17.30 fremføres en musikgudstjeneste. Der er ligeledes en markering både i Aalborg og i København. Se mere på www.nefos.dk

(Fortsat)

● Samarbejde mellem Kommune, Virksomheder og Frivillig-sektorer

Odense Kommune har med sin Civilsamfundsstrategi sat adskillige interessante ting i gang. Puljens Dag den 8. september 2016 lægger op til samarbejde mellem frivillige, kommunale og virksomhedsaktører. NEFOS prioriterer deltagelse i arrangementet.

Som en del af Civilsamfundsstrategien vil der fremadrettet blive mulighed for at synliggøre NEFOS på Borgerservice og i forskellige forretninger i byen. Det er flere strategier i forhold til Frivilligdagen, der også i år afholdes den sidste fredag i september måned.

● En af vores samarbejdspartnere er Landsforeningen for efterladte efter selvmord

Landsforeningen for efterladte efter selvmord består hovedsageligt af frivillige, som selv er efterladte. Et af foreningens formål er, at gøre det muligt for dig som efterladt at mødes med andre efterladte, og dele den situation du står i – følelser, sorg, savn, dit liv som efterladt efter selvmord, og om hvordan får du hverdagen til at fungere igen. Erfaringerne viser, at det kan løfte og hjælpe at møde andre, som har oplevet det samme som en selv. Derfor tilbyder foreningen aktiviteter, hvor der er rum til samtale og samvær med andre efterladte. Det er blandt andet caféaftener, Walk and Talk, søndagscafé med foredrag m.m.

Landsforeningen for efterladte efter selvmord, deltager i markeringen af Verdensdagen for Selvmordsforebyggelse i Odense, Aalborg og København, **lørdag den 10. september, 2016.**

På www.efterladte.dk kan du finde yderligere information om Landsforeningen for efterladte efter selvmord samt om foreningens aktiviteter rundt i landet.

● Vi søger frivillige hænder

Hos NEFOS er der mange små praktiske men vigtige opgaver, der kan løses og udføres med få timers indsats. Det står højt på vores ønskeliste, at blive tilbudt hjælp til opgaver som f.ex. at pakke og uddele NEFOS' materiale til forskellige arrangementer i regionerne.

Tag endelig kontakt til os på tlf. 63 12 12 26 eller skriv til os på kontakt@nefos.dk. Du kan gøre en kæmpe forskel med få timer af din tid!

● Økonomisk støtte

NEFOS søger kontinuerligt puljer og fonde til at finansiere vore projekter for familier, børn, unge og ældre. Vi står med den store udfordring, at NEFOS skal have skaffet midler til især vores indsats til ældre, men også i forhold til børn og unge, der mister eller er truet af tab, som følge af selvmordsforsøg. Din støtte vil gøre en verden til forskel for de mange mennesker der tager imod vores tilbud om støtte og rådgivning. Du kan vælge at støtte os med et engangsbeløb, og du kan også blive medlem af NEFOS og støtte via et årligt kontingent.

For 2016 er kontingentet 100 kr. for studerende og pensionister, 200 kr. for øvrige enkeltpersoner og 300 kr. for familier. Beløbet kan indsættes på vores Danske Bank kon-tonr. 9570-11807305 eller betales via mobilepay på nr. 23 91 32 26. Skriv gerne dit navn og emailadresse ved overførslen, så vi har mulighed for at takke dig og sende dig en medlemskvittering.

Ansvarlig for dette nyhedsbrev:
faglig leder Elene Fleischer.
Næste nyhedsbrev kommer
i slutningen af oktober 2016.

NEFOS ønsker alle et godt efterår