

Et nyt år er i gang - og forår er så småt på vej...

Et nyt år er over os og selvom kulden stadig er en fast del af vores hverdag, så er foråret og lysere tider lige om hjørnet. Lyset og varmen kan for mange betyde glæde og et løft af humøret, men for dem hvor sorgen fylder, kan det være svært for lyset at trænge ind. Vi arbejder i NEFOS for, at så mange som muligt kan få lov til at nyde lyset, og på at nå ud til flest mulige med vores tilbud.

● Pårørende i fokus

Her i 2019 vil der på forskellig vis være fokus på det at være pårørende til en person, der taler om, eller som har udført et selvmordsforsøg. I de næste tre nyhedsbreve vil vi komme nærmere ind på hver enkelt indsats. Det vigtigste ved alle tre indsatser er de pårørendes egne erfaringer og derfor håber vi at mange vil støtte op om indsatserne.

● Er du pårørende og vil du hjælpe andre pårørende til at få den rette hjælp?

Er du far eller mor til en søn eller datter, der taler om eller som har forsøgt selvmord? Og vil du hjælpe fagpersoner med at blive bedre til at give den rigtige hjælp til andre forældre som har selvmordstruede børn?

Vi mangler forældre, der vil sætte tid af til, at mødes med andre forældre og med nogle af de projektansvarlige, for herigennem at kunne udvikle hjælpen til pårørende. Derfor spørger vi om du:

- Vil mødes i en lille gruppe i København tirsdag den 12. marts kl. 17? Du får dine transportudgifter dækket.

- Har lyst til at høre mere eller vil være med - hvis du har det, så skriv og du vil få yderligere information. Når du er parat får du navnet på den ansvarlige fagperson i København og hun vil få dine mailoplysninger. Skriv eller ring til faglig leder Elene Fleischer, kontakt@nefos.dk eller tlf 63121226

● Samtalegrupper forår 2019

Grupper. Nu nærmer foråret sig og det betyder at vi i NEFOS igen skal til at starte samtalegrupper op. Her i foråret er der samtalegrupper i Odense, Århus og København. Der tilbydes flere forskellige gruppeforløb for efterlevende og detaljerne vedr. opstart, målgrupper, varighed mm. kan ses på hjemmesiden: www.nefos.dk

Desværre har NEFOS ikke ressourcer til at starte samtalegrupper op for pårørende til personer, der taler om eller som har forsøgt selvmord.

Vi vil gerne have flere tilmeldinger især til grupperne i Odense, ellers kan grupperne ikke realiseres.

● Facebook og Hjemmeside

Facebook: Vi arbejder hele tiden her i NEFOS på at udbrede kendskabet til vores forening og i den sammenhæng kan de sociale medier være et hjælpsomt virkemiddel. Det vil derfor være en stor hjælp hvis i vil gå ind og trykke synes godt om på vores side og dele de respektive opslag, som bliver lagt op - På den måde kan i være med til at udbrede viden om vores arbejde og ligeledes medvirke at flere får hjælp.

Hjemmesiden: Vi vil gerne have dine input, hvis du oplever mangler på hjemmesiden eller hvis der er noget som du specifikt savner. Hvis dette er tilfældet er du mere end velkommen til at kontakte os med dine tanker, det ville glæde os at høre fra dig. Vi hører også meget gerne fra dig, hvis du har kompetencer indenfor film og billeder, som du har lyst til at dele med os - vi vil sætte stor pris på, at få sparring og hjælp med dette, så vores hjemmeside kan blive så god som muligt.

Nyhedsbrev fortsættes side 2

(Fortsat)

● Nye ansigter i NEFOS:

I lokalafdelingen NEFOS-København er Bettina Østrand blevet ansat som faglig koordinator. Bettina har arbejdet indenfor mange forskellige områder bl.a. med udsatte familier, misbrugere samt deres pårørende. Bettina har erfaring både med individuelle samtaler og med gruppeforløb og er uddannet socialpædagog og psykoterapeut. Hun har desuden en del efteruddannelse bl.a. i sorg, tab og traume. Hun beskriver selv at hun som ny valgt koordinator vil gøre sit for at få flere frivillige rådgivere.

Hun udtaler i den forbindelse at "det giver så meget mening med samtaler og grupper for mennesker der har mistet, eller for mennesker der lever med frygt for at miste de mennesker der står dem nær".

I hovedafdelingen i Odense er Kia Krogh Jørgensen blevet tilknyttet i en 10 måneders praktikperiode. Kia studerer psykologi på 8. semester på Syddansk Universitet og har halvandet år tilbage af sin uddannelse, før hun er færdiguddannet psykolog. Kia startede op i november som frivillig i NEFOS og er ved at blive kørt i stilling som rådgiver. Hun vil desuden varetage andre løbende opgaver hos NEFOS og hun beskriver selv at hun er meget glad for at det lige er NEFOS, som hun er kommet i praktik i, da hun mener at det er et ekstremt vigtigt område der arbejdes indenfor.

● Generalforsamlingen

Der indkaldes hermed til generalforsamling i NEFOS, lørdag den 27. april 2019 kl. 13.00 på Ejlskovsgade 13, 5000 Odense C.

Vi indleder med et oplæg og et let traktement fra kl. 13.00-14.00.

Herefter går vi over til generalforsamlingen.

Dagsorden omfattende flg. punkter:

1. Valg af dirigent
2. Valg af referent
3. Bestyrelsens beretning ved formanden
4. Godkendelse af beretningen
5. Fremlæggelse og godkendelse af regnskabet

6. Indkomne forslag
7. Fastsættelse af kontingent
8. Valg til foreningens bestyrelse
9. Valg af foreningsrevisor
10. Eventuelt

Forslag som ønskes optaget på dagsordenen, herunder vedtægtsændringsforslag, kan fremsættes af medlemmer og bestyrelse. Forslag skal være formanden skriftligt i hænde senest 2 uger før generalforsamlingen og sendes til medlemmerne senest en uge før generalforsamlingen. Har du forslag til generalforsamlingen eller vil du på forhånd vide mere om bestyrelsesarbejdet i NEFOS er du velkommen til at kontakte formanden pr. mail:

jane.jakobsen@nefos.dk

Tilmelding er nødvendig p.g.a. traktement.

Se senere program og hjemmesiden

www.nefos.dk

Med venlig hilsen bestyrelsen.

● Medlemskab af NEFOS

Medlemskab af Nefos: Et medlemskab af NEFOS kan tegnes hele året rundt og er gældende et år frem fra betalingsdato. Vi sender en elektronisk reminder ud om indbetaling af kontingent. Det kan anbefales at oprette en fast overførsel fra din egen betalingskonto.

Du kan både betale vha. Kontooverførsel og via MobilePay. Priserne er: **100 kr. pr. år** for studerende og pensionister, **200 kr. pr. år** for øvrige enkeltpersoner og **300 kr. pr. år** for familier. For mindre virksomheder, institutioner, organisationer og lign.: **500 kr. pr. år** og for større virksomheder: **1.000 kr. pr. år**.

Kontooverførsel

Bankkonto hos Danske Bank

Reg.nr.: 9570, Konto: 11807305

Tekst: Dit navn/organisationens navn og e-mailadresse.

Ansvarlige for dette nyhedsbrev:

Kia Krogh Jørgensen og Elene Fleischer.
Næste nyhedsbrev kommer om 2 måneder.