”At udføre mental kirurgi”

Det forebyggende arbejde i mødet med mennesker

Mødet – hvordan møder man folk?

Coaching og mindfullness

„*Du udfører jo mental kirurgi*”, sådan betegnede en borger for nylig sit forestående forebyggende, sundhedsfremmende hjemmebesøg overfor den medarbejder, der var på vej ud til ham. Ordspillet er interessant og sætter klart fokus på det, der sker i mødet mellem forebyggeren og borgeren. Forebyggeren flytter grænser, vejleder og coacher den enkelte til at lave mentale ændringer der kan føre til livsstilsændringer og øget velvære.

Det centrale i forebyggernes arbejde er mødet med mennesket, den ældre, borgeren. I mødet opstår den tillid og accept der gør, at forebyggeren kan få lov til at komme igennem med sine gode råd, anbefalinger og skub på livet i en sundere retning. Hvis mødet er succesfuldt kommer det alle til gavn og derfor er måden mennesker mødes så vigtig. Dette årskursus cirkler om mødet mellem mennesker, hvordan gør man det og gør det godt, med åbent hjerte og sind og hvordan er man til stede i mødet.

Der indledes med **Nanna Mik-Meyer**, der giver os sit bud på borgerens møde med velfærdsstaten og som hun skrev i en kronik i Politiken i maj 2012: *”Hvordan kan og bør man agere som professionel, når den borger, man er ansat til at hjælpe, støtte, vejlede eller uddanne, per definition skal anskues som ’ekspert i eget liv’?* Nanna Mik Meyer og Margaretha Järvinen i Politiken 21. maj 2012. Se www.sufo.dk

Herefter følges der op med **Vibeke Drevsen Bach**, der fortæller hvordan vi kan høste mere, bedre og større….. Formiddagen afsluttes med **Maja O´Conner**, der giver en introduktion til at arbejde med mindfullness og hvordan denne metode kan bruges til at være nærværende i mødet med andre. Både Maja O´Connor og Vibeke Drevsen Bach har en workshop om eftermiddagen.

Efter frokost er der to workshoprunder, hvor der gås i dybden med to af formiddagens indlæg og hvor der også vil være mulighed for at høre om systemisk coaching og hvordan det kan bruges i hjemmebesøg ved **Kirsten Frydenlund**, om Marselisborgprojektet ”Ensomt eller aktivt ældreliv – et frivilligt valg” ved **Mia Saskia Olsen** og hvor brobygger **Helle Hygum Espersen** fortæller om Københavns Kommunes samarbejde med civilsamfundet, om potentialer og udfordringer.

Praktisk information

Årskurset holdes på Hotel Comwell i Roskilde.

Priserne findes på den sidste side.

Tilmeldingsfrist d. 6. februar 2013 via mail: sufo2013@gmail.com

Søndag den 10. marts 2013

Kl. 15.00 **Velkommen**

Vibeke Reiter, forkvinde i SUFO

Værdier—alment og konkret i arbejdet med mennesker

Elisabeth Dons Christensen, Biskop i Ribe (formand for Værdikommissionen)

Kl. 16.00 **Pause**

Kl. 16.15 **SUFO´s generalforsamling**

Kl. 19.00 **Middag**

Mandag den 11. marts 2013

Kl. 09.30 **Velkommen**

Kl. 09.35 **Borgerens møde med velfærdsstaten**

Nanna Mik Meyer

Lektor, Ph.d. Institut for Organisation på CBS, Copenhagen Business School

Kl. 10.30 **Hvordan kan vi høste mere, bedre og større?**

Vibeke Drevsen Bach

Direktør og innovatør i ENERGY2WORK, master i organisations- og proceskonsultation samt diplomuddannelse i ledelse, organisations- og personaleudvikling.

Kl. 11.30 **Pause**

Kl. 11.45 **At være nærværende i mødet - En introduktion til Mindfulnesstræning**

Maja O´Connor

Cand. Psyk, ph.d, post doc. Aarhus Universitet

Kl. 12.30 **Frokost**

Kl. 13.15 **Workshops – 1. runde**

Ensomhed blandt ældre: myter og fakta

Projekt 'Ensomt eller aktivt ældreliv – et frivilligt valg' gennemføres i 25 kommuner spredt over hele landet fra 2011-2014. I projektets første år er der gennemført omfattende undersøgelser om ensomhed blandt ældre. Hvem er de ensomme ældre? Og hvor er det vigtigt at sætte ind, hvis kommuner og frivillige foreninger/ organisationer hver for sig og i samarbejde skal blive bedre til at forebygge ensomhed?

Mia Saskia Olsen, chefkonsulent og projektleder på Marselisborgprojektet "Ensomt eller aktivt ældreliv – et frivilligt valg"

Samarbejde mellem civilsamfund og kommune

Der er store potentialer for at skabe værdi for ældre ved at skabe et tættere samarbejde mellem kommunale medarbejdere og civilsamfundet. Men der er også mange udfordringer. I Workshoppen kan du høre om erfaringer med facilitering af samarbejdsprocesser – og hvorfor og hvordan København understøtter samarbejde mellem civilsamfund og kommune.

Helle Hygum Espersen, brobygger i Københavns Kommune

Systemisk coaching

Har du lyst til, og mod på, at blive udfordret med ny viden, der kan være med til at løfte kvaliteten af dine samtaler både på og udenfor din arbejdsplads og gøre dem endnu mere livgivende? Vil du blive endnu mere bevidst om, hvordan du kan hjælpe andre til at få øje på deres resurser, og hjælpe med at de selv finder løsninger, så kan du høre om den 1 årige Systemiske Coachuddannelse fra Metropol, og lidt om hvordan jeg bruger den i praksis.

Kirsten Frydenslund, forebyggende medarbejder i Odsherred

Mindfulness

Kernen i mindfulness går ud på, at møde sig selv og den anden der hvor han eller hun er gennem bevidst opmærksomhed. I denne workshop får du mulighed for at erfare noget om, hvordan mindfulnesstræning kan hjælpe dig til, at møde de mennesker du møder i det forebyggende arbejde på en mindful måde.

Maja O´Connor, cand. psyk, ph.d, post doc. Aarhus Universitet

Lær at stemme dig som et instrument

Workshop om at være i livet i samklang med andre og sprede gode vibrationer

Vibeke Drevsen Bach, Direktør og innovatør i ENERGY2WORK, master i organisations- og proceskonsultation samt diplomuddannelse i ledelse, organisations- og personaleudvikling.

Kl. 14.15 **Workshops – 2. runde**

Kl. 15.15 **Eftermiddagskaffe og te med frugt**

Kl. 15.45 **Aktivt ældreliv**

Ove E. Dahlsgaard

Formand for Ældreforum og tidligere borgmester i Ballerup

Kl. 16.30 **Tak for i dag**

Der er take-away-sandwich og vand i foyeren

Praktisk information

Årskurset med oplæg og generalforsamling indledes søndag den 10. marts 2013 kl. 15.00 og slutter mandag den 11. marts 2013 kl. 16.30.

Pris for den 10. marts og 11. marts 2013:
for medlemmer 3.495,- kr.
for andre 3.795,- kr.

Pris for den 11. marts 2013:
for medlemmer 2.695,- kr.
for andre 2.995,- kr.

Prisen reduceres med 500 kr. uden overnatning og 250 kr. ved overnatning i dobbeltværelse.

Årskurset afholdes på

Comwell Roskilde

★ ★ ★

Vestre Kirkevej 12,

4000 Roskilde

Tilmelding via mail til sufo2013@gmail.com senest den 6. februar 2013

Husk at skrive, hvilke workshops du vil deltage i (vælg to).

Husk EAN nr. ved opkrævning gennem kommunen.

Fakturering kan, hvis det ønskes, ske i 2012.