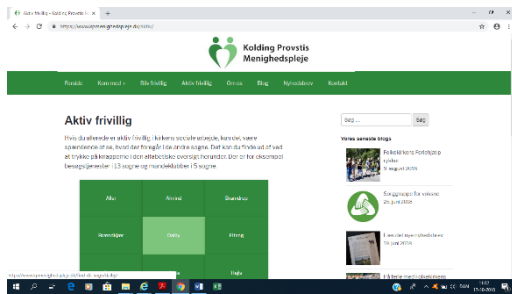


Her må du gerne stjæle

Efter sommerferien er der arbejdet målrettet på at få alle provstiets sogne på www.kpmenighedspleje.dk. Og det er næsten lykket. Derfor kan du nu gå på hjemmesiden, klikke dig ind på de enkelte sogne og læse om deres diakonale aktiviteter.

Det er ret imponerende, hvad der foregår i Kolding Provsti, både i omfang og variation. Hjemmesiden er et katalog over diakoni, som alle deltagere, frivillige og menighedsråd kan lade sig inspirere af. Og her må du gerne stjæle, hvis en aktivitet kan bruges i dit eget sogn.



De mange aktiviteter viser også, at der er forskel på, hvad de enkelte sogne kalder diakoni. Der findes ikke en klar definition, og derfor er det sognene selv, der bestemmer. Har jeg ikke omtalt alle diakonale aktiviteter i dit sogn, hører jeg gerne fra dig på hmr@km.dk.

Går du glip af nyhedsbreve?

Udsendelsen af nyhedsbrevet ændres, så det fremover sker via et mailsystem direkte til den enkelte modtager. Formålet er at sikre, at alle får nyhedsbrevet, og at det ikke strandet hos en enkelt.

Det kniber dog noget med tilmeldingerne til vores nyhedsbrev. På trods af opfordringen i sidste nyhedsbrev har kun få tilmeldt sig. Men ingen grund til panik – det kan nås endnu!

Hvis du har nyhedsbrevet her åbent på din mobil, tablet eller pc, skal du bare trykke på knappen (ctrl+klik) her under, så kommer du direkte til tilmeldingen.



Kokser teknikken, kan du kontakte koordinator Hanne R. McCollin på hmr@km.dk.



Ny sorggruppe på vej i Tyrstrup Sogn

Flere forespørgsler fra deltagere i Pårørende-gruppen resulterer nu i ny sorggruppe.

Når man har mistet, har man brug for omsorg og støtte fra sine nærmeste. Det kan ingen erstatte, men der kan være stor frihed i at være sammen med mennesker, der ikke er helt så tæt på.

Det kan være nemmere at fortælle om sine egne tanker og følelser, når man ikke skal tage hensyn til andres. Sådan et frirum tilbyder en sorggruppe. Her mødes man med andre i samme situation i respekt, forståelse, nænsomhed, omsorg og selvfølgelig med tavshedspligt.

Planen er, at sorggruppen får 3-6 deltagere, der mødes to gange om måneden i alt 8 gange. Lederne har opbakning fra sognepræsten og en garvet psykoterapeut, men forventer også at deltage i kurser. Vil du vide mere kontakt Mette Skriver på tlf. 6086 2195 metteskriver@outlook.dk

Hvem bestemmer i Kolding Provstis Menighedspleje?



I Kolding Provstis Menighedspleje er det bestyrelsen, der bestemmer. Hvem de er, og hvor de kommer fra, kan du læse om i det følgende. Præsentationerne kommer i samme rækkefølge, som på personerne på fotoet, hvis du starter i venstre side.

Gerda Nebel-Hansen, næstformand. Jeg er diakon og ansat ved Skanderup Sogn i Lunderskov. Her arbejder jeg bl.a. med menighedspleje som koordinator for den lokale besøgstjeneste. Desuden leder jeg sorggrupper sammen med en sygeplejerske, der sidder i menighedsrådet. Det er både spændende og relevant for mig at være medlem af bestyrelsen for Kolding Provstis Menighedspleje. Det inspirerer mig til arbejdet hjemme i sognet, og jeg vil gerne være med til at skabe fællesskab og inspiration på tværs af sognegrænser.

Kurt Bjerregaard, formand. Jeg er formand i bestyrelsen og tillige kirke- og kulturmedarbejder i Sankt Nicolai Sogn. Her arbejder jeg primært med diakoni. For mig er det vigtigt, at vi i det kirkelige arbejde har fokus på det diakonale, fordi ord og handling hører sammen. Mit håb er, at Kolding Provstis Menighedspleje kan være med til at udbrede og understøtte det arbejde, der gøres i sognene. Målet er at skabe mødesteder for mennesker, så ingen behøver at være ensomme.

Lilly Biswas. Jeg kommer i Simon Peters Kirke, hvor jeg er med i menighedsrådet og formand for udvalget for diakoni. Selv er jeg uddannet diakon og arbejder på et plejecenter, men har erfaring med diakonalt arbejde fra både ind- og udland. Det er vigtigt, at kirken tager socialt ansvar, og derfor har jeg valgt at sidde i bestyrelsen for Kolding Provstis Menighedspleje. Kirken kan ikke prædike: "Jesus er livets brød" uden også at vise det, for jeg mener, at kirken skal være nærværende i handling. I bestyrelsesarbejdet vil jeg være med til at støtte eksisterende arbejde og igangsætte nye tiltag, hvor der er behov.

Inge Bunkenborg. Jeg er fra Vejstrup Hejls Taps Pastorat, hvor jeg har siddet i menighedsråd i mange år. Desuden leder jeg den lokale besøgstjeneste og var gennem lang tid frivillig rejseleder for lokale familier på ferie med Folkekirkens Feriehjælp. Jeg har altid hjulpet dem, der var i nød. Det kan jeg godt lide, og som hjemmehjælper i over 40 år var det mit liv. Jeg sidder i bestyrelsen for Kolding Provstis Menighedspleje for at være med til at udbrede hjælpen til dem, som har et reelt behov.

Bodil Henriksen. Jeg er fra Tyrstrup Sogn i Christiansfeld og har altid haft stor glæde af at møde mennesker gennem diakonien, både på arbejdspladsen og som frivillig. Når jeg sidder i bestyrelsen, er det fordi, det diakonale arbejde er vigtigt for mig. Jeg gerne være med til at få andre til at åbne øjnene for diakonien. Det kræver ikke nødvendigvis ret meget mere end et menneske, der kan se behovet, og er villig til at gøre noget ved det. Økonomisk er det en lille udgift med en stor effekt. I Kolding Provstis Menighedspleje er vi fælles om det diakonale arbejde og kan inspirere hinanden.

Else Lausen. Jeg repræsenterer Nr. Bjert Sogn og har været bestyrelsesmedlem siden Kolding Provstis Menighedspleje startede. Det har altid været helt naturligt for mig at hjælpe, hvor der var behov. Det var derfor ikke tilfældigt, at diakonien blev et af mine interesseområder, da jeg tidligere var medlem af menighedsrådet. Jeg er nu koordinator for besøgstjenesten i Nr. Bjert. Gennem bestyrelsesarbejdet kommer jeg i kontakt med mange mennesker med samme interesse og bliver herved inspireret til nye tiltag til gavn for vores sogn.

Bjørn Laursen. Jeg er menighedsrådsmedlem og formand for diakoniudvalget i Vamdrup Sogn. Da jeg stoppede som faldskærmsudspringer efter 35 år, skulle der ske noget nyt, og det blev diakonien. Jeg er frivillig på det lokale plejehjem og ugentlig besøgsven sammen med Christian på 3 år. Jeg føler stor glæde ved, hvad jeg kan gøre for andre. Derfor sagde jeg ja tak, da jeg blev spurgt, om jeg ville sidde i bestyrelsen for Kolding Provstis Menighedspleje. Jeg er med for at hjælpe og for at se, om jeg kan gøre en forskel.

Nu har du mødt alle i bestyrelsen. 7 engagerede og kloge mennesker fra 7 forskellige sogne i Kolding Provsti. Hvis du skulle have lyst til en dag at blive en af dem, så hører vi gerne fra dig. Bestyrelsen mangler nemlig en ekstra suppleant. Er du interesseret, kontakt koordinator Hanne R. McCollin på hmr@km.dk.



Efteruddannelse på Aarhus Universitet

Som koordinator og projektmedarbejder i Kolding Provsti bruger jeg de kompetencer, jeg har med mig fra tidligere jobs og uddannelser. Det er både udfordrende og spændende, men når det kommer til teologi, er det også for lidt. Derfor har jeg fået lov til at bruge hver onsdag i efteråret på Aarhus Universitet.

Her følger jeg kurset i bibelsk eksegese på kandidatuddannelsen i diakoni. Selve faget er lidt nørdet, for vi bakser med oversættelser fra græsk og en sværm af metoder. Men stille og roligt arbejder vi os ned i teksterne og bliver klogere.

Selvom jeg kun tager et enkelt fag, arbejder jeg godt sammen med de studerende på fuld tid. Vi er lige blevet færdige med diakoni i ny testamente. Nu går vi i gang med gammel testamente, og til slut skal vi til eksamen.

Kursus for par i kirken

Simon Peters Kirke tilbyder som noget nyt kursus for par. Kurset er for alle, der gerne vil gøre noget aktivt for at værne om og udvikle deres parforhold. Det foregår over 4 kursusaftner her i efteråret, og der er ikke tale om gruppeterapi. I stedet veksler holdundervisningen med det enkelte pars samtaleøvelser, så man kun taler om sit eget parforhold med sin egen partner.

Men hvorfor skal der tilbydes parkursus? Det er der en god grund til, for undersøgelser viser, at vores parforhold er noget af det, der betyder mest for vores trivsel. Forelskelsen kom måske af sig selv, men kærligheden og det gode, slidstærke parforhold, der skaber trivsel, er et livslangt projekt. Mange oplever, at parforholdet ikke altid er nemt at få til at fungere. Forskning viser, at vores tilfredshed med parforholdet ofte daler over tid. Særligt når vi får børn, kan parforholdet blive klemmt. Et modtræk kan være at gøre noget nyt sammen. Eksempelvis tage på parkursus med hinanden og hente viden, støtte og ny inspiration.



Lige nu er første hold i gang, og der er tilmeldt 6 par. De yngste er i tyverne, men har kendt hinanden i 5 år, mens de ældste par har været gift i omkring 40 år. To af parrene har været igennem skilsmisse og er derfor bevidste om at værne om deres ægteskab. På kursusaftenerne holder kursuslederne korte oplæg, viser videoer og laver rollespil, så deltagerne inspireres til de efterfølgende øvelser og parsamtaler. Samtidigt bliver der hygget om parrene med efterårsdekorationer, levende lys, velkomstdrinks og kaffebakker i pausen med lækre hjemmebagte konditorkager. "Det skal helst føles lidt som at tage på date med hinanden", udtaler én af de dedikerede frivillige.

PREP parkursus

Kurset i Simon Peters Hus er et PREP parkursus i, hvad der hæmmer og fremmer et godt parforhold. Det er baseret på forskning fra universitetet i Denver, USA, og parkurset har dokumenteret god effekt. Kurserne er udviklet uafhængigt af politiske og religiøse interesser og udbydes i mange lande. PREP kan frit oversættes til Praktiske Redskaber til et Engageret Parforhold.



Det er sognepræst Birgitte Molin og hendes mand psykolog og sexolog Keld Molin, der er kursusledere. Begge er certificerede PREP-kursusledere og drømmer om at gøre kurser for par til en fast del af folkekirkens tilbud.

Birgitte udtaler: "Det er livsbekræftende at opleve, at par i alle aldre har lyst til at sætte fokus på deres parforhold for at optimere deres daglige trivsel mest mulig. Det gavner ikke bare dem, men hele familien".

Folkekirkens Feriehjælp rykker

Alle 6 deltagende familier i Folkekirkens Feriehjælp er glade og taknemmelige for at komme på ferie med deres børn, og halvdelen mener, at det rykker deres verden i en positiv retning.



Ferien til Faaborg Feriecenter i uge 27 er gået rigtigt godt. Der har været masser af gode oplevelser, godt fællesskab på tværs af familierne og næsten ingen problemer. Hverken hospital, falck eller politi har været involveret, og alle familier deltog hele ugen. Kort sagt en vellykket ferie.

Når Folkekirkens Feriehjælp overhovedet eksisterer, når Arbejdsmarkedets Feriefond velvilligt donerer projekt penge år efter år, og når frivillige rejseledere bruger en uge af deres ferie, så sker det med en forventning om, at projektet gør en forskel for deltagerne. Men det kan være svært at vurdere hvilken forskel, og derfor gennemføres evalueringer. Således også i år hvor koordinatoren den sidste dag på ferien gik rundt med spørgeskema på pc og interviewede deltagerne for at taste deres svar ind.

Interviewene fulgte et fast skema, men affødte alligevel nogle fine samtaler om ferien, som overraskede. Alle interviewede føler, at de får et afbræk fra hverdagen og nye oplevelser med deres familie. Men der udover giver halvdelen af de voksne i familierne udtryk for, at ferien rykker deres verden i en positiv retning. Den giver dem mod på mere social kontakt, og en enkelt voksen overvejer endda at engagere sig i frivilligt socialt arbejde.

Det må man kalde et godt resultat, ikke bare for ferieprojektet, men også for familiernes fremtid. Deres tak sendes hermed videre til de 5 sogne, der i år har betalt til projektet, og alle andre sogne i provstiet opfordres til at holde øje med potentielle feriefamilier i deres menigheder. Yderligere information om Folkekirkens Feriehjælp fås hos koordinatoren for Kolding Provstis Menighedspleje, som kan træffes på hmr@km.dk.

Venner på tværs

Venner på tværs er samarbejdet mellem de forskellige besøgs- og vennetjenester i Kolding. Deltagerne er Kolding Kommune med projekterne 60+ FRISK og Navigator, Ældresagen, Røde Kors, Kolding Selvhjælp og Kolding Provstis Menighedspleje. Vennetjenesterne hjælper hinanden med at dække behovet for hjælp og nogle gange også med at aktivere de frivillige, der melder sig. Desuden mødes repræsentanter fra vennetjenesterne et par gange om året for diskutere, hvad vi i fællesskab kan gøre for at støtte arbejdet. Det er nu resulteret i to fælles foldere.



Titlen på de to foldere med vennetjenesternes samlede tilbud er også Venner på tværs. De er umiddelbart ens, men ser man efter, er den ene "Til dig, der har brug for hjælp/støtte", mens den anden er "Til dig, der har lyst til at gøre en forskel". I folderne kan man læse, hvad de forskellige besøgs- og vennetjenester i Kolding tilbyder, dels til den der ønsker hjælp, dels til den der gerne vil være frivillig.

Kommunen deler folderne ud til de borgere, der viser interesse for vennetjenesterne, men det er også muligt at se den i kirker. Hvis du gerne vil have nogle foldere til jeres kirke eller sognehus, så kontakt hrm@km.dk.

Tanken bag samarbejdet og folderne er, at vi vil det samme. Vi ønsker os alle et lokalområde, hvor vi hjælper hinanden, så ingen skal være ensomme. Det gør os til samarbejdspartnere i stedet for konkurrenter.

Fællestræk ved snegl på husmur og arbejdet med sorg

Det går langsomt,
det går opad,
men det går fremad.
Man kan føle sig meget lille
i en meget stor verden,
og det kan være svært at finde vej.
Der er mange forhindringer
og bump på vejen.
De er tunge at komme over,
men de kan også være afsæt
til næste lille skridt.
Det går langsomt,
det kræver tålmodighed,
men det går fremad,
det går.





Inspirationsmøde, fyraftensmøde og møderække for ansatte og frivillige i provstiets menighedsplejer

Sæt kryds i kalenderen allerede nu, så du ikke går glip af spændende input!

Dato, tid, pris	Emne, web, sted	Arrangør	Tilmeld
Mandag kl. 19.00-21.00 den 05.11.18 Forplejning 20 kr. Deltagerpris: 0 kr.	Livgivende pauser er en møderække for alle interesserede. Den handler om at tage hånd om sig selv og sin sårbarhed i en fortravlet hverdag. Første gang taler sognepræst Lone Vesterdal om robusthed og sårbarhed. Læs mere på: http://simonpeterskirke.dk/nyheder/aktiviteter/livgivende-pauser/ Simon Peters Hus, Islandsvej 4, 6000 Kolding	Simon Peters Kirke og Dansk Kristelig Sygeplejeforening	Senest den 01.11.18 til kontakt@dk-s-forum.dk eller på tlf. 4044 5768
Onsdag kl. 17.00-21.00 den 14.11.18 Deltagerpris: 0 kr.	Fyraftensmøde for alle frivillige, tovholdere og ansatte. Emne: Mødet med det andet menneske. Alex Sabour viser sin video "Jeg er dansk", og Malene Fenger Grøndahl taler om diakoni og mødet med den anden. Simon Peters Kirke, Islandsvej 12, 6000 Kolding	Diakoniudvalget og Udvalget for folkekirke og religionsmøde i Haderslev Stift	Senest den 07.11.18 på www.haderslevstift.dk/ tilmelding
Tirsdag kl. 16.00-19.30 den 04.12.18 Deltagerpris: 0 kr.	Inspirationsmøde og julefrokost for frivillige, tovholdere og ansatte. Sognemedhjælper Ester Jørgensen inspirerer til, hvordan vi finder og beholder frivillige i kirkens arbejde. Kirkehuset, Kirkevejen 51, 6640 Lunderskov -invitation udsendes senere	Kolding Provstis Menighedspleje	Senest den 26.11.18 til hmr@km.dk