

Asta Fonden

Astas Venner er
åbent for tøjsalg.
Frist for bestilling
1. oktober
Se bagsiden

nyhedsbrev september 2026

Det vigtige pårørendesamarbejde



Louise Larsen
Leder i Asta Lærkevej

Et godt pårørendesamarbejde begynder med erkendelsen af, at ingen af os ser det hele - men sammen kan vi se mere.

Pårørende kender borgeren på en måde, som vi aldrig kommer til. De kender historien, familien, livet før tilbuddet og måske de helt små tegn, der fortæller, hvordan borgeren har det, og om alt er, som det plejer.

Vi som fagpersoner har adgang til nogle andre sider. Vi ser borgeren i fællesskaber, aktiviteter og relationer. Vi ser ressourcer, udvikling, udfordringer og muligheder, som måske ikke er synlige andre steder. Vi har forskellige roller. Vi har forskellige erfaringer. Vi har forskellige briller. Begge perspektiver er værdifulde.

For os som fagpersoner er det altid værd at huske, at pårørendesamarbejdet ikke er noget, der ligger

ved siden af den pædagogiske opgave. Det er en del af den.

Når vi deler vores forskellige viden og er nysgerrige på hinandens perspektiver, kan vi komme tættere på hele mennesket. På den måde bliver det også nemmere at opnå vores fælles mål: at skabe de bedst mulige rammer for borgerens liv, trivsel, udvikling og selvbestemmelse.

Når forskellige mennesker har forskellige perspektiver på det samme menneske, kan der naturligt opstå uenighed. Det kan være svært, når man som pårørende har stærke følelser og meget på spil. Det kan omvendt også være svært, når man som fagperson giver meget af sig selv, og har en faglig vurdering, som ikke bliver mødt. Det er lige netop i de situationer, at samarbejdet er allermest værdifuldt.

Det handler ikke om, at de pårørende skal bestemme, hvordan den pædagogiske indsats skal være. Det handler omvendt heller ikke om, at vi som fagpersoner skal vide alting og have alle løsningerne. Det handler om samarbejde.

Det vigtige spørgsmål er altså ikke, hvem der har ret, eller hvem der ved bedst. Det handler om borgerens ret til at blive mødt og støttet bedst muligt.

Det vigtigste spørgsmål må altid være: Hvad kan vi



Læs mere om emnet: **Karin Admhus og Annette-Marie Frimann Jensen: Pårørendesamarbejde - en blandet fornøjelse**

sammen gøre for, at borgeren får det bedst mulige liv?

Det uformelle samarbejde

Nogle gange går den gode relation og tillid forud for de gode aftaler og løsninger.

Relationer og tillid skabes ikke kun ved de formelle møder. De skabes også, når vi hilser på hinanden, deler en god oplevelse, et smil eller et venligt ord. På den måde bliver det også lettere at tage de svære samtaler.

Vi har brug for hinanden - både i medgang og modgang.

Når vi inviterer borgere og pårørende til sommerfest, er der mere på spil en mad, musik, grin og gode samtaler. Her kan vi mødes uden dagsordener, handleplaner og bekymringer. Vi er sammen om noget sjovt og positivt – og relationerne kan få lov til at vokse. Vi mødes som mennesker omkring et menneske, som vi alle vil det bedste.



Vi skal (også) passe på os selv

Stramme bukser, der dagligt skal hjælpes af og på; en kørestol, der er lidt flad og trækker skævt; spisesituationer, toiletbesøg, vasketøj, der skal bæres op og ned ad trapper. Selvom det specialpædagogiske arbejde er understøttet af lifte og hjælpemidler, således at tunge løft og dårlige arbejdsstillinger så vidt muligt undgås, er gentagne bevægelser et vilkår i arbejdet, og det slider på fysikken.

Torsdag eftermiddag den 10. september mødes Kamilla fra Nørrebro Fysioterapi og alle medarbejdere på Asta Rymarksvej. Det er fjerde og sidste møde i et forløb, der tager udgangspunkt i de fysiske belastninger og gener, medarbejderne oplever. Sammen med Nørrebro fysioterapi sætter vi fokus på, hvordan gode vaner kan være med til at forebygge og afhjælpe.

Udover opmærksomhed på rigtige bevægelser og stillinger lyder anbefalingen på at få mikrotrænet lidt hver dag.

En hurtig bagoverbøjning og et armsving nogle gange om dagen, Jægerhvil mod væg, mens du venter ved toilettet. Indledningsvist denne eftermiddag evalueres på hvordan det er gået med at få anbefalingerne ind i hverdagen. Flere medarbejdere har været glade for nogle af de øvelser, som de lige kan foretage, når



der er et øjeblik. For én er det armsvinget, for en anden vip på tær og bagoverbøjning. Det har været sværere at få indlagt de deciderede træningspas sammen med borgerne.

Et andet vigtigt spor kan være samarbejdet med hjemmet - det er en måske overraskende stor hjælp i dagligdagen, at kørestolen virker ordentligt, eller at tøjet ikke er for stramt og har svære knapper, som borgeren ikke selv kan åbne og lukke.

Inden Kamilla går hjem, giver hun medarbejderne den opgave at få lavet fem små øvelser hver eneste dag i den kommende periode. Vi aftaler, at hun kommer tilbage i åbningstiden to mandage for at samle op og dertil observere nogle af de situationer, der er svære at udføre skånsomt for kroppen.

Camilla

Pay4it Support



Ønsker du hjælp til at oprette asta-kortet?
Pay4its support er åben hverdage 8-17
tlf. 2681 5500

Alle har Finns nummer

"Det tror jeg ikke, du er interesseret i, fordi jeg siger min mening!"

Det var hvad Finn svarede, da den dengang nye leder Betina Skovby bad ham om at stille op til afdelingsrådet i Asta Klædemålet. Men Betina fastholdt, at det var lige netop meningers mod, der er brug for, og så stillede Finn selvfølgelig op.

"Betina havde hørt, at jeg tidligere havde engageret mig i det nu nedlagte medlemsråd. Jeg er kommet her gennem snart 15 år. Jeg kender alle, og jeg synes selv, at jeg kan sætte mig ind i andres behov og varetage deres interesser".

Finn har et stort hjerte for dem, som har det svært. Hans kone siger ind imellem til ham, at nu skal han også lige huske at tænke lidt på sig selv.

"Vi har et godt samarbejde Betina og jeg – vi er ikke altid enige, men vi kan diskutere, og vi er altid gode venner bagefter. Vi er meget glade for at have fået Betina som leder herude. Hun er blandt andet god til at se og bruge de evner og ressourcer, vi medlemmer har. Noget af det fine ved at komme her igennem så mange år, er jo at jeg lærer nogle mennesker at kende, som jeg ellers aldrig ville have mødt. Folk herude kommer med vidt forskellige erfaringer og baggrunde – en dykker, en blikkenslager, en elektriker, en flymekaniker – alt muligt. Når noget ikke virker, er her faktisk en del viden, man kan trække på".

Afdelingsrådet er det lokale demokratiske organ, hvor forskellige lokale forhold og problemstillinger kan tages op. Jeg taler med Finn torsdag den 10. september, og der skal være møde i afdelingsrådet umiddelbart efter vores snak. På dagsordenen denne gang er blandt andet en orientering om planerne for kørselsaftaler samt fejringen af Asta Klædemålets 60 års jubilæum, som er mandag den 14. september.

"Planen er at spise lidt kage, men vente med en eventuelt større fejring til efter Dyrup har malet Klædemålet". Finn har været med i processen omkring et indretnings-samarbejde: som en del af deres CSR (Corporate social responsibility) vil Dyrup donere maling og male i Klædemålet. Der kommer snart farver på væggene, og tanken er, at rummene skal være hyggeligere og mere hjemlige.



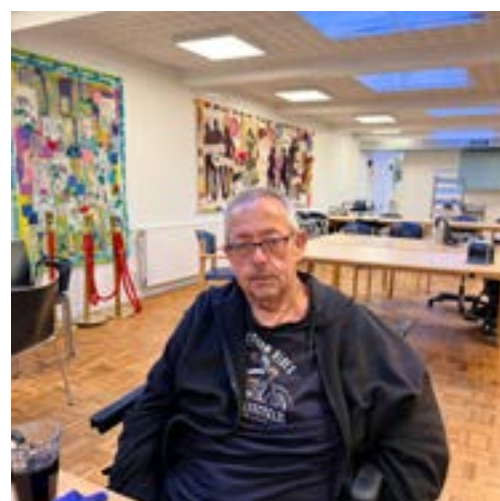
Afdelingsrådet på Asta Klædemålet holder møde

Finn fortæller, at han har været inddraget i processen i kraft af sin rolle som medlemsrepræsentant i afdelingsrådet. Projektet har været undervejs i længere tid, og nu skulle det være på plads og der bliver malet i år. Derfor vil de tale om til mødet i aften, at slå 60 års jubilæumsfejringen sammen med en festlig indvielse af de nymalede rum.

I det hele taget er det der bliver talt om i afdelingsrådet de lokale forhold på Asta Klædemålet. I øjeblikket taler de om, om der skal være et medlemsmøde op til rådsmøder, så flere medlemmer kommer på banen og får øjnene op for afdelingsrådets arbejde og hvad man kan bruge det til. Men de fleste ved godt, at de kan gå til Finn med emner, de ønsker behandlet.

"Mit telefonnummer står på IBG skærmen, så hvis man ikke fanger mig i dagligdagen kan man bare ringe. Alle har mit nummer".

Camilla



Mød Jens og Gabriella

- medlemsrepræsentanter i Asta Rymarksvejs afdelingsråd

Gabriella har styr på, at vi har en aftale den eftermiddag. Hun glæder sig til at blive interviewet til Astas nyhedsbrev, og hun har taget sin Asta Fonden hoodie på, hvilket er en gave, når der efter interviewet skal tages billeder.

Gabriella og Jens er medlemsrepræsentanter i Asta Rymarksvejs afdelingsråd. De stillede op og blev valgt af Rymarksvejs medlemmer ved en demokratisk afstemning i vinters. Der var kampvalg, og Gabriella er glad for posten. Hun har arrangeret et lokale, vi kan sidde i under interviewet.

Jens kaster sig straks ud i at fortælle, hvad afdelingsrådet er. "Vi taler meget om alt muligt her på Rymarksvej. Det kan være nye aktiviteter, og det kan være nye haveborde. Hvis nogle af medlemmerne drømmer om noget hertil, så skal de komme til os, og så kan vi tage det med videre".

Gabriella fortsætter "Ja, og så hjælper vi, når der kommer nye medarbejdere eller nye medlemmer. Der starter for eksempel et nyt medlem i team 1 snart. Jeg kender ham. Han skal bydes velkommen og vide, hvem vi er".

Og det er naturligvis vigtigt, at alle både nye og gamle medlemmer ved, hvem der repræsenterer dem i afdelingsrådet. Hvis man har ønsker til noget, der skal være mere eller mindre af, ideer til nye aktiviteter eller behov, som ikke rigtig bliver mødt i huset, kan man gå til afdelingsrådet – for eksempel ved at præsentere sin

afdelingsrådet holder møde den 9. september 2026, foto Mille



Efter frokosten den 26. august 2026 samles vi i det tidligere krea-lokale, som for nylig har fået ny funktion, men endnu ikke har fået et navn.

idé på et af Asta Rymarksvejs medlemsmøder eller ved at gå direkte til Gabriella og Jens.

"der er også postkassen" siger Gabriella. "Der kan man skrive sine idéer og tanker på en seddel, og så kommer de op".

Camilla



Sensommerfest - igen i år var vejret vores ven



Igen i år var vejrudsigten lige lovlig spændende op til Astas Venners årlige sensommerfest den 5/9, og netop som festen officielt åbnede kl. 11 begyndte det naturligvis at regne. Det blev heldigvis ved et par fredelige dråber, og så skinnede solen og bandet gik på. Poul kom og grillede alle pølserne. Leif og Katja passede caféen. I Sveas krea-hjørne blev der tegnet, klippe og klistret et hav af flotte ansigter. Kikki og Kim styrede loppemarkedet og Annette Marie stod sammen med forskellige hjælpere for at svinge lottotromlen.



Louise Dubiels tomandsband spillede sange, vi kender og kan synge med på, og de gjorde det med varme og charme.



Leif i caféen



Gæsterne stod for højt humør og godt selskab.



Tidligere centerchef i Asta Fonden Poul Anthonsen er verdens bedste grill-mester!



tekst: Camilla
fotos og forsidefoto: Kikki og Camilla

Den største tak går til alle jer gæster, der kom og gjorde dagen under solen hyggelig og sjov – vi glæder os allerede til næste år!

Ekstraordinær Generalforsamling

Astas Venner holder Ekstraordinær Generalforsamling onsdag den 30. september kl. 19-19.30. Mødet holdes online - link er sendt ud til foreningens medlemmer per mail. Eneste punkt på dagsordenen er en foreslået ændring af vedtægterne vedrørende det påkrævede antal bestyrelsesmedlemmer.

Meld dig ind i Astas Venner:

1. scan qr-koden og udfyld blanketten.
2. overfør 100 kr til konto i lån og spar: 0400-4019698306 eller 105 kr. til mobilepay box: 1436uk.



Kalender

Kommende arrangementer

Onsdag 16. september kl. 15.30: Fyraftensforedrag med Emil Falster

Emil Falster er handicapforsker og forfatter. Hans forskning retter sig mod mennesker med funktionsvariationer og de strukturelle, kulturelle, institutionelle og sociale betingelser, der former levevilkår, deltagelse og identitet.

Onsdag 30. september kl. 19-19.30: **Astas Venner - ekstraordinær Generalforsamling om vedtægtsændringer.** Mødet bliver holdt online - indkaldelse med mødelink er udsendt til foreningens medlemmer.



Lukke- og helligdage 2026/ 2027

Fredag den 18. september - **Personaledag**

Onsdag den 23. dec 2026 - fredag den 1. januar 2027 (begge dage inklusiv)
Lukket over jul og nytår - Asta Klædemålet har dog åbent som normalt den 28.-30. december.

Køb tøj med Asta Fonden logo - ny bestillingsrunde åben nu.



Vi har Asta-fællesskabet uden på tøjet!

Suzanne, Foad og Rami ser stadig rasende flotte og fællesskabsagtige ud i klar blå. T-shirt fås også i gråmeleret, lyseblå og lyserød - alle med orange logo på maven.

Der er nu igen åbent for salg af logotøj gennem Astas Venner: Ved bestilling per mail senest den 1. oktober, koster en t-shirt 150 kr, en lækker hoodie med- eller uden lynlås og tryk på ryggen koster 400 kr, hvilket også er prisen for en sweat-jakke med lynlås og logo på brystet. Levering til afhentning i et af Asta Fondens tilbud kan forventes midt oktober.

Se udvalget på bestillingssedlen, som du kan finde på www.astasvenner.dk.

Send din bestilling på mail til astasvenner@astasvenner.dk og betal via mobilepay til 6551qt eller med dit Asta-kort (betaling ved bestilling og senest 1. oktober 2026).

Besøg også Astas Venners Webshop

Som et forsøg har vi åbnet www.astavenner-butikken.dk

Her kan du købe fra vores lille lager, og prisen er lidt højere. Til en start prøver vi det med salg via nettet af - vi håber med tiden at udvide sortimentet.

Næste nyhedsbrev - fredag den 6. november

Deadline for forslag tirsdag den 27. oktober - forslag sendes til Camilla: ck4f@kk.dk

asta
FONDEN