

Jeg er frivillig i Rådgivnings- og Aktivitetscenter Vendsyssel

Eva Møller

December 2018

Når hukommelsen svigter!

Eva Møller og hendes mand Hardy har gennem mange år været frivillige på refugium. Nu kommer de begge to i RAV, som er et tilbud til mennesker med let demens og deres pårørende.



Vi var meget glade for at være frivillige sammen på refugium, men da min mands hukommelse begyndte at svigte, blev vi enige om, at det var bedst for os begge to at stoppe. Det efterlod et stort hul, som nu igen begynder at blive fyldt med gode aktiviteter i RAV, hvor min mand deltager i forskellige tilbud og jeg selv kommer som både frivillig og pårørende.

RAV står for Rådgivnings- og Aktivitetscenter Vendsyssel. I RAVs lokaler i Østergade 9 i Hjørring er der blandt andet et "teknologibibliotek", hvor for eksempel en digital kalender kan afprøves under kyndig vejledning. Fysisk træning foregår både som selvtræning og i samarbejde med fysioterapeut. Øvrige aktiviteter tilrettelægges ofte i godt samarbejde mellem ansatte, brugere, pårørende og frivillige.

Som frivillig er jeg med til at holde RAV-mødestedet i Østergade åbent. Det kan også være mig, der brygger kaffe og byder på nybagte boller, når min mand og andre brugere samles i Østergade efter træning med fysioterapeuten. Som pårørende kan jeg få den støtte, der ind i mellem bliver så hårdt brug for, når en demenssygdom rammer familien. Og den støtte får jeg fra andre pårørende og de ansatte i RAV, som har forskellige fagligheder og derfor kan hjælpe med meget, fortæller Eva Møller.

Læs videre på næste side...

Eva Møller har arbejdet som sundhedsplejerske og psykiatrisk sygeplejerske, og hun var hurtig til at handle, da hendes mand ændrede adfærd og fik svært ved at huske aftaler.

Gennem mit arbejde har jeg lært, at problemer bedst løses, når man tør tale om dem og bede andre om hjælp. Det er min mand og jeg helt enige om, og derfor var der også grønt lys, da jeg foreslog vi tog kontakt til Hjørring Kommunes demenskoordinator. Herefter var min mand gennem forskellige test og undersøgelser før det blev konstateret, at han havde begyndende demens. Det var en barsk melding, som vi heldigvis fik sammen med beskeden om, at fysisk aktivitet og socialt samvær kan udsætte sygdommens udvikling. Og det er lige netop hvad vi finder i RAV. Mange taler om, at det er så svært at dokumentere virkningen af forebyggelse, men det er så let at mærke hvordan det virker i dagligdagen. RAV har en meget stor betydning i vores liv, siger Eva Møller med et sørgmodigt smil.

Eva Møller er stolt over at være med i RAV og meget glad for at Hjørring Kommune har så godt et tilbud. Hun håber mange flere får mod på at være med og påpeger at særligt yngre mennesker med let demens og et langt liv foran sig, skal overveje om ikke RAV er et besøg værd. Ønsker du at vide mere om RAV i Hjørring, er du velkommen til at kontakte Eva Møller på tlf. 26 25 06 45.

Frivillige FORTÆLLER

Vil du vide mere om muligheder i den frivillige sociale verden, kan du kontakte Frivilligcenter Hjørring i Østergade 9 i Hjørring, hvor åbningstiden er:
tirsdag og torsdag kl. 08.30 – 17.00

Du er også velkommen til at ringe til koordinator Mette Jakobsen på tlf. 24 26 40 70