

Hvis nyhedsbrevet ser mærkeligt ud, så klik her



FÆLLESSKAB DER RYKKER!

"For sygemeldte, ledige fleksjobbere og nysgerrige"

Et SpritNyt NyhedsBrev

Goddaw og velkommen til 'Café Sygemeldt's nyhedsbrev!

Siden foråret 2007 har jeg haft en adresseliste, som er vokset så meget at det til sidst blev frygteligt tidskrævende at sende program og nyhedsbreve ud.

Det virkede også fuldstændigt uoverskueligt for mig at lære hvordan en professionel løsning skulle gribes an og alle adresserne puttes ind i et nyt system. Jeg er meget glad for at have fået praktisk sponsorstøtte til dette projekt.

Firmaet symbiotisk.dk har udført de helt praktiske- og ikke mindst pædagogiske opgaver i forbindelse med oprettelse af dette nyhedsbrev - helt gratis fordi det er til 'Café Sygemeldt' - Fantastisk:-)

Hedt SommerEmne

Ganske usædvanligt har sygemeldte været centrum i den ganske danske offentlighed i flere uger! Vores hede danske sommer er blevet varmt krydret med talrige eksempler på urimelig tvangsaktivering af døende, af alvorligt syge og også i forhold til mennesker som allerede har lavet aftale om gradvis tilbagevenden til arbejdspladsen efter en brækket arm! Den situation er totalt uspiselig for de fleste.

Sammenligninger med fascismens jerngreb og den slags, er luftet for fuld udblæsning og det virker fuldstændig langt ude, det der foregår.

Den vanvittige situation er klart et udtryk for den syge ordning med belønning og straf, som findes mellem stat og kommune.

Aktive Sygemeldte

Hvis vi ser bort fra tvangselementet, så kan nogen aktiveringsmuligheder faktisk se ud til at være ret attraktive: Gratis fitness, fysioterapi, svømning, træning i varmtvandsbassin, undervisning i f.eks. personlighedstyper, mindfulness, sund kost m.m. Spændende temaer, som kan lede tanken hen på højskolefag og aktiviteter, som var helt almindelige på aktiveringsstederne for arbejdsløse unge i 80erne.

Jeg ser det som attraktivt fordi det er gratis og man får, ikke mindst, samvær med andre i

samme situation. Samvær kan være afgørende for at opleve samhørighed og tryghed for at få det bedre og komme videre på en tilfredsstillende måde.

Det er afgørende at aktiviteter og timetal, er i overensstemmelse med den sygemeldtes situation. De aftaler der indgås mellem sagsbehandler og den sygemeldte skal foregå i en anerkendende atmosfære, så luften på jobcenterkontoret vil være rensset for tvang og overgreb.

Jeg håber inderligt at tvangselementerne bliver fjernet. Tvang (eller opfattelsen af at være udsat for tvang) kan let blive den allerstørste forhindring for hurtig raskmelding og dermed en værdig selvforsørgelse. Dertil kommer, at aktiviteterne skal foregå i en respektfuld og empatisk atmosfære.

Aktiviteter i 'Café Sygemeldt'

Siden etableringen af 'Café Sygemeldt' har der været en kæmpe buket af forskellige oplægsholdere - langt over 100! Der er stadig emner, som enten kan gentages eller er helt nye i 'Café Sygemeldt'.

Fra 10. august er '[Kafé Knud](#)' booket til arrangementer hver tirsdag kl. 10 - 13. Nye og tidligere oplægsholdere må meget gerne kontakte mig.

Med august måneds program for tirsdagsaktiviteterne vil jeg hermed ønske en rigtig dejlig sensommer.

'Le.. og hele verden vil le med dig - snork..og du må sove alene'

ukendt

Susanne Kjær

Månedsprogram For August 2010

10. August: Hvad er mobning og hvordan kan den slags opstå?

Findes der en typisk krænker og et typisk offer? Mobning rammer det enkelte menneske på krop og sjæl og større viden kan forhåbentlig forebygge og standse mobning.

Berit Zengraff er psykolog og vil illustrere eksempler på mobning fra det virkelige liv og have en dialog om hvad man kan gøre hvis man f.eks. er blevet syg af mobning.

www.psykologberitzehngraff.eu/

17. August: Orientering om 'Fastholdelsescentret'

I Arbejdsskadestyrelsen findes en gruppe, som samarbejder med 'personsagens parter' for at støtte op om borgerens tilbagevenden til arbejdsmarkedet. Medarbejdere fra "Fastholdelsescentret" vil fortælle om dette område.

[Arbejdsstyrelsens Fastholdelsescenter](#)

24. August: Er du "Tone-døv"?

Malene er vant til bl.a. at arbejde med stemmens rolle i forhold til f.eks. udbrændthed og stress -præstationsangst, eksamensskræk, generthed på alle niveauer og med folk, der f.eks. troede de var tonedøve, ucharmerende, dumme eller umusikalske. Hun er sanger og underviser alle slags mennesker i at arbejde bedre sammen med deres stemme og krop.

www.malenebichel.dk

31. August: Lev i Nu'et:

Hvis vi tilrettelægger vores dagligdag, så vi i højere grad kan - leve i nuet – er udgangspunktet skabt for at få ro og balance i vores liv. Tulle Hyllested fortæller om hvad der skal til, for at flytte fokus hen imod nuet.

www.Anotherway.dk

Du finder 'Café Sygemeldt' her:
Kafé Knud, [Skindergade 21, kld. Kbh.](#)
Hver tirsdag 10-13
Det koster 30 kr. pr. gang

V. Socialrådgiver og Coach Susanne Kjær
www.CafeSygemeldt.dk
Mail: CafeSygemeldt@KlarKurs.dk
Tlf: 22 39 07 17

[Hvis du ikke længere ønsker at modtage nyheder fra Café Sygemeldt, kan du framelde dig her](#)