

## Jeg er frivillig indenfor Demensområdet

Peter Christensen

Juni 2024

### Der sættes pris på Peters frivillige indsats

Peter Christensens frivillige indsats er gennem årene blevet værdsat af mange, men først nu er der sat pris på: 10.000 kr.



Det beløb modtog Peter Christensen, da ældreminister Mette Kiergaard uddelte årets Demenspriser. Til vinderen af pårørendeprisen sagde hun blandt andet:

Peter Christensen får pårørendeprisen for sit ukuelige engagement og evne til at skabe tryghed og en hyggelig atmosfære for ældre med demens. Noget han har gjort i over et årti.

Han giver pusterum til pårørendes hverdag, og han er et lysende eksempel på, hvad frivillige fra civilsamfundet kan bidrage med, og hvor stor en forskel ét menneske kan gøre.

Peter Christensen er også selv ukuelig. Kort efter en større operation i 2014 fik han konstateret Menières og har siden da skullet lære at leve med sygdommen. Han skulle gå meget ned i tempo, helt undgå hurtige bevægelser og efterhånden også større forsamlinger. Heldigvis kunne han fortsætte sin frivillige indsats indenfor demensområdet.

*Jeg går eller cykler cirka halvanden time hver dag, og så er jeg frivillig både torsdag og fredag. Det at kunne hjælpe andre er simpelthen så livgivende, at jeg tror det er noget af det, der er med til at holde mig selv oppe. Hver torsdag er jeg frivillig i Aktivitetscenter Vesterlund, hvor demente kommer ind til et par times hygge, mens deres pårørende kan lave andre ting.*

Læs videre på næste side...

*Fredag er jeg frivillig i RAV, som er et rådgivnings- og aktivitetscenter for mennesker med let demens og deres pårørende. Her er jeg frivillig et par timer hver fredag, og sammen med de to ansatte, finder vi ud af, hvad vi vil bruge tiden til. Vi kan gå en tur sammen med de demente og deres pårørende, hvor vi undervejs får gode snakke. Bagefter nyder vi en kaffestund i caféen eller måske noget helt tredje, fortæller Peter Christensen.*

RAV har adresse i Forsamlingsbygningen, Østergade 9 i Hjørring. I caféen er det muligt at komme og gå, som der er tid og lyst til. Her ydes støtte og rådgivning til dem, som lever med let demens, så den enkelte kan leve det vante liv så længe som muligt uden man behøver trække sig grundet demens diagnose. RAV er også et tilbud til de pårørende. De kan få råd og vejledning, samt mulighed for at danne netværksgrupper med ligestillede.

*Jeg har erfaret, hvor vigtigt det er, at vi ikke trækker os, når vi møder mennesker med begyndende demens. Det der virker skræmmende, kan blive værre, hvis vi vender ryggen til. Vi skal møde det og hjælpe hinanden så godt vi kan, siger Peter Christensen.*

Ønsker du at vide mere om Peter Christensens frivillighed. Eller de mange andre muligheder for at blive frivillig, eller at deltage i et frivilligt socialt tilbud, kan du kontakte Mette Jakobsen, som er koordinator i Frivilligcenter Hjørring og træffes på tlf. 24 26 40 70

## 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