

ViSeniorer



Nyt fra Seniorrådet i Egedal Kommune



En vinterdag ved Ganløse Gadekær



Nr. 3 december 2022 – marts 2023 16. årgang

Velkommen til ViSeniorer

ViSeniorer har målgruppen 60+, men alle er velkomne til at læse med, og al henvendelse med gode idéer er velkomne. Der er fortsat trykte eksemplarer at finde på kommunens biblioteker. Fremover kan du læse med på www.egedalkommune.dk/viseniorer. Her kan du også tilmelde dig, så du får besked, når der er nyt fra ViSeniorer. Vi udkommer fortsat 3 gange om året.

*Oplag: Ca. 5.500 * Trykkeri: Quikprint, Stenløse * Forsidefoto: Ruddi Würtzen*

Næste nummer udkommer i april 2023.

Artikler til bladet skal være redaktionen i hænde senest den 1. februar 2023.

Indsendte indlæg bringes i det omfang, der er plads. Redaktionen forbeholder sig ret til at redigere og forkorte indsendte indlæg. Anonyme indlæg og læserbreve bringes ikke.

*Adressen er: Inge Külerich – mail: kif@post12.tele.dk
Klokkertoften 11, Ledøje, 2765 Smørum*

Indholdsfortegnelse:

Nyt fra Redaktøren	3
Nyt fra Seniorrådet	5
Sådan læser du ViSeniorer fremover	7
Fuldt hus ved FN's internationale ældredag	8
Selvstyrende teams i hjemmeplejen	10
MitID kodeviser	12
Hvem er de praktiserende læger?	13
Fleksibelt boligvalg	14
Borgerdialog	15
Studietur til Svendborg	16
Kend din Kommune: Knardrup Kloster	19
Hvad var det så?	21
Hvad er det?	22
Seniorrådets fokusområder	23
Portræt af en forening, Stenløse Historiske Forening	25
Seniorrådet i Egedal Kommune	27

Nyt fra redaktøren

Af Inge Küllerich, Egedal Seniorråd



Julen står for døren, kulden sniger sig rundt om os ligesom mørket, der bliver tættere. Vi er nu på vej ind i vintermånederne med skyhøje energipriser og udsigten til kulde og mørke, en velkendt og hyggelig årstid, men med udfordringer vi ikke havde set for os. Jul bliver det nu alligevel. Mange af os vil nok tænke over, at der skal være levende lys i stager frem for lyskæder, som skal sprede hygge og ekstra varme sammen med gran-kviste, nisser og kogler til glæde for store og små, alt det som fortæller, at juletiden nærmer sig. Det er også en tid, hvor bladet, som du nu sidder med i hånden, bliver det sidste blad, du får i trykt form i din postkasse.

ViSeniorer fra trykt til digitalt

I sidste nummer af ViSeniorer kunne vi fortælle lidt historik omkring bladet, anekdoter og navneændringer gennem årene, hvor bladet har eksisteret. Hvad vi ikke havde set komme, var de kommunale budgetbesparelser, som ramte vores blad i dets nuværende form. I redaktionen har vi nu lagt sidste hånd på sidste nummer af bladet i sin gammelkendte form, det trykte og postomdelte blad. Det er vi selvfølgelig kede af og bekymrede over, da vi ved, at bladet er værdsat derude hos jer.

Det er ikke med velvillighed, at vi ser bladet digitaliseret, og det skal ses i lyset af, at der er så mange borgere, der beder sig fritaget for digital post - 1200 borgere i Egedal i vores målgruppe. Så tiden er ikke inde til at gå digitalt fuldt ud. En

kendsgerning vi desværre ikke kan ændre på, så vi ser fremad og glæder os til den nye udfordring, det bliver at lave et blad, som I fortsat finder interessant, også i den nye digitale udgave.

Vi håber, I vil gå ind på kommunens hjemmeside www.egedal-kommune.dk/viseniorer og fortsat læse, kommentere og tage del i de ting, vi bringer i bladet og følge med i, hvad der rører sig for og omkring seniorerne her i Egedal. Vi fortsætter med at udfordre jer på "Hvad er det?" og "Kend din kommune!"

Fokusområder

I årets løb har Seniorrådet arbejdet ud fra tre fokusområder, som I har kunnet følge med i her i bladet. Maden, med plads til forbedringer og det gode måltid, i et samarbejde

med kommunen. Demens, et stigende problem som flere og flere rammes af, og som pårørende skal leve tæt op af.

FNs Internationale ældredag havde to gode foredragsholdere, som skabte en fin forståelse af, hvordan en demensramt og omgivelserne påvirkes.

Det nye plejecenter og ibrugtagningen følger Seniorrådet med interesse, og som inspiration var Ældre- og Sundhedsudvalget sammen med Seniorrådet i Svendborg for at se Demenslandsbyen Bryghuset.

Formanden kommer så fint rundt om de sager, Seniorrådet har taget op hen over året, besparelser, demens, løftet af hjemmeplejen.

Et nyvalgt Seniorråd

Et råd med mange udfordringer og opgaver. Jeg vil for mit vedkommende sige, at det har været et spændende år med en masse ind-

sigt i opgaver, man ikke tænker over, når man er fuldt optaget på arbejdsmarkedet.

At engagere sig i vores svageste ældres hverdag og de mere og mere vanskelige forhold er en nødvendighed og en opgave, som alle vi der kan, skal tage på os og løfte sammen. Her mener jeg, at vi skal byde ind med ledige hænder og timer. Der er så meget at gøre for dem, som ikke selv kan, og de fortjener så meget, at vi er der for dem som ressource og talerør.

Vi siger tak til alle vores læsere for mange gode år med det trykte blad. Det er vores ønske, at I vil tage godt imod den digitale udgave af ViSeniorer, og at I vil følge med i, hvad vi bringer i bladet også fremover, nu bare digitalt.

Seniorrådet og redaktionen ønsker jer alle en god jul og et godt nytår.



Nyt fra Seniorrådet

Af Bjarne Larsen, formand for Seniorrådet, Egedal



Du sidder nu med den sidste papirudgave af ViSeniorer i hånden. Byrådet har besluttet, at til næste år skal bladet digitaliseres; dvs. at du fremover skal ind på Egedal Kommunes hjemmeside under Seniorrådet for at finde ViSeniorer og læse det. Byrådet har endvidere givet mulighed for, at du selv kan hente en kopi på bibliotekerne i Egedal Kommune. Det er en beslutning, som Seniorrådet har været modstander af, hvilket er indgået i Seniorrådets hørings svar til budgetforslag 2023. Det har byrådet valgt at se bort fra. Besparelsen er sat til 180.000 kr. årligt. Med denne beslutning anser Seniorrådet sit "talerør" til ældreområdet begrænset væsentligt, da det erfaringsmæssigt er en mindre del af de 65+ årige, der går ind på kommunens hjemmeside og læser ViSeniorer. Det er trist.

Besparelser på ældreområdet i 2023 og årene fremover på ca. 2,3 mio.kr. årligt

Seniorrådet har ved skrivelser i foråret gjort Byrådet opmærksom på kommende udfordringer på ældreområdet, primært den voldsomme stigning af ældre og demente i kommunen og også et tiltrængt løft af hjemmeplejen. Sigtet var, at det kunne medtages i budgetforhandlingerne for 2023 og årene fremover, samt kunne medtages i den 10-årige investeringsplan. Seniorrådet har forsøgt på en konstruktiv og seriøs måde at dokumentere nogle væsentlige områder på ældreområdet, som det rådgivende råd, vi er for Byrådet. Det har ikke givet anledning til en eneste kommentar eller svar fra Byrådet. Der var lagt op til 14 besparelsesforslag på ældreområdet på i alt ca. 5,5 mio.kr.

Det blev besluttet, at 6 af spareforslagene skulle gennemføres. Set lidt fra oven af er det næsten til at leve med. Forslaget med at ændre rengøring fra hver anden uge til hver fjerde uge og fjernelse af klippekortsordningen i hjemmeplejen blev friholdt. Dejligt.

Seniorrådet har to fokusområder, vi arbejder med: Kost og ernæring og Demente i Egedal Kommune

Seniorrådet har igangsat et projekt, der har til mål at gøre maden, der serveres på kommunens plejecentre og til hjemmeboende, bedre med hensyn til tilberedning, smag, anretning mv. Seniorrådet er glad for, at dette projekt har fået plads i det underskrevne budgetforlig med disse ord:

”Vi glæder os til, sammen med Seniorrådet, at følge arbejdet med at undersøge plejehjemsbeboernes selvbestemmelse og valgfrihed ift. ernæringsrigtig kost. Derudover ser vi frem til vurderingen af det hele måltid i sammenhæng med samvær, smag og hygge. Vi vil arbejde for stadig bedre måltider til vores ældre. Når evalueringen er færdig, drøftes den politisk primo 2023”.

Demensopgaven i Egedal

De to plejeenheder for demente Engbo og Solkrogen nedlægges, og de 33 beboere flyttes til det nye plejecenter Hyrdevænget i marts/april 2023. Den 28. august 2018 godkendte Byrådet, at de to demensenheder skulle nedlægges, og at beboerne skulle flyttes til det nye plejecenter Hyrdevænget. Der er nu gået mere end 4 år, og det er stadigvæk uklart, hvad de økonomiske konsekvenser er for de demente beboere ved denne – efter min opfattelse forflytning. Det er under al kritik. Sådan kan kommunen ikke behandle demente, sårbare og ældre mennesker.

Indenfor de næste 4 – 8 år stiger antallet af demente væsentligt i Egedal Kommune, og der vil derfor være behov for flere boliger (plejecenter/friplejecenter) for demente, end der er i dag. Sker dette ikke vil flere og flere demente ”optage” pleje-

hjemspladser på Porsebakken, Damgårdsparken og Egeparken, hvor personalet ikke er normeret til at ”håndtere” demente.

Et tiltrængt løft af hjemmeplejen er så småt i gang

”Et tiltrængt løft til hjemmeplejen” er også et område i kommunen, der kan blive bedre. Vi ser frem til, at små faste selvstyreende teams bliver afprøvet i vores udekørende hjemmepleje, - i første omgang i udvalgte områder i Ølstykke og Ganløse og så, hvis erfaringerne er gode, i hele kommunen. Vi håber, at denne tilgang giver et markant løft til hele området.

MEN... Antallet af hjemmehjælpstimer til 85+ årige er de sidste 6 - 7 år næsten halveret.

Forbedring ønskes

Sigtet med den ny Ældrelov skulle også gerne hjælpe. Mindre ”papir-nusseri” og flere ”varme hænder” samt mere tid hos den enkelte, der har behov for hjælp og af de samme personer, hver gang.

Seniorrådet vil fortsætte med arbejdet på disse områder med håb om, at vi på et tidspunkt kan få Byrådet i tale og få løst disse opgaver i fællesskab til gavn for brugerne og ældreområdet.

Det bliver aldrig ”Verdens bedste hverdag”. Bare det bliver en ”God hverdag”, så er det rigtigt godt.

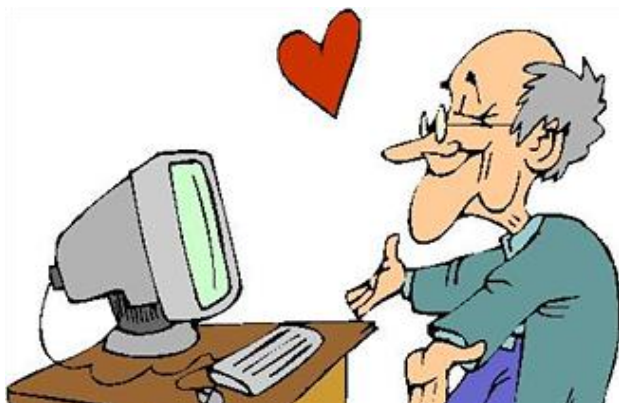
Sådan abonnerer du på ViSeniorer

1. Åbn hjemmesiden www.egedalkommune.dk/abonnement
2. Skriv din e-mailadresse ind
3. Sæt flueben ud for ViSeniorer og evt. andre emner af interesse
4. Tryk på den grønne knap: Opret abonnement
5. Du modtager en mail i din indbakke, hvor du bedes bekræfte abonnementet.
6. Du vil modtage en e-mail, når der er nyt fra de emner, du har valgt.
7. Vi begynder først at sende e-mail, når du har bekræftet dit abonnement

Hvis du har brug for hjælp til at oprette dig, er der hjælp at hente i Ældre Sagens it-café på:

Smørum Bibliotek, alle torsdage 14 – 16

Har du ikke mulighed for at møde op, kan du aftale et hjemmebesøg på
20 85 38 18



Fuldt hus til Seniorrådets FN-dag i HEP-huset ***Af Per Husted Sørensen, Egedal Seniorråd***

Egedal Seniorråd har afholdt FN's Internationale Ældredag i HEP-Huset i Stenløse. Alle 150 pladser var besat, da starten gik med morgenkaffe, brød og en sang.

Seniorrådet havde inviteret Margrethe Kusk Pedersen, der er Ældre- og Handicapchef i Odense Kommune. Temaet var: ”Ældrerådets brændende platform – vi bliver nødt til at gentænke, at det vi gør, skal vi forsøge at gøre anderledes”.



Et godt budskab, som blev vel modtaget af forsamlingen. Vi er i Seniorrådet sikre på, at det gav genklang hos de fremmødte, og vi kan jo se - i både den trykte- og den elektroniske presse, at emnet er

oppe i tiden. Så må vi bare håbe, at vi som ældre kan løse opgaven sammen med politikerne og administrationen.

Efter foredraget blev der serveret 2 stk. smørrebrød med dertil hørende drikkevarer.

Efter frokost og pause gik vi over til eftermiddagens foredrag. Her havde Seniorrådet inviteret operasanger og tidligere operachef for Den fynske Opera, Jesper Buhl, som underholdt os med, hvad demens er - herunder Alzheimer - og hvad den gør ved mennesker.

Jesper fortalte levende om sine oplevelser med sin elskede kone, som er ramt af demenssygdommen. Det var en levende beskrivelse af, hvordan to mennesker, som elsker hinanden, kommer igennem dagligdagen. Jesper beskrev levende, hvordan hans smukke kone var ombejlet af mange mænd. Men som Jesper sagde: ”Dem alle har jeg holdt fra døren, men da der kom en tysker med navnet



Alzheimer, da måtte jeg give op”.
Ham kunne han ikke få skubbet ud
af systemet.
Slutresultatet blev, at Jesper og

hans 2 døtre måtte aflevere deres
mor/kone på plejehjem. Dette gik
forholdsvis smertefrit, fordi Jesper
i tide havde fået oprettet en frem-
tidsfuldmagt. Jesper afsluttede fo-
redraget med at synge Elvissangen
”Falling in love with you”, og der-
med var en herlig dag slut.

Vi er sikre på, at mange gik fra da-
gen med en oplevelse (klump i hal-
sen). Nu må vi så se at finde på no-
get til næste år 2023.



På digitalt gensyn i 2023



Selvstyrende teams i hjemmeplejen

Af Rune Thielcke, Projektleder

Egedal Kommune satte i oktober to faste, selvstyrende teams i drift i dele af hjemmeplejen som et forsøg. Formålet er at øge kontinuiteten og fleksibiliteten for borgerne og give en øget arbejdsglæde for medarbejderne.

Egedal Kommune har i oktober som et forsøg sat to små selvstyrende, tværfaglige teams i drift i hjemmeplejen. Formålet er at give borgerne og de pårørende en bedre oplevelse af personkontinuitet, nærvær og fleksibilitet i hjemmeplejen. I første omgang er det borgere i dele af Ølstykke og Ganløse, der bliver berørt af projektet.

Det er blandt andet tanken, at de faste selvstyrende teams skal give den enkelte medarbejder bedre muligheder for – i dialog med borgerne – at tilbyde det, borgeren har behov for her og nu, uden at det medfører unødvendig bureaukrati og administration.

Inspiration fra Holland

Egedal Kommune har sammen med 24 andre kommuner fået midler fra Socialstyrelsen til at gøre sig erfaringer med at organisere dele af sin hjemmepleje i nogle faste, selvstyrende teams.

Organiseringen er inspireret af den såkaldte Buurtzorg-model.

Buurtzorg er navnet på en hollandsk nonprofit-organisation, der er leverandør af hjemmesygepleje og hjemmepleje, og som på få år har revolutioneret ældreplejen i Holland.

Hos Buurtzorg har et tværfagligt team på maksimalt 12 medarbejdere det samlede ansvar for selv at

planlægge og visitere hjælpen for en mindre gruppe borgere.

Modellen er meget succesfuld i Holland, men kan ikke direkte overføres til en dansk kontekst, og derfor er flere kommuner i Danmark ved at afprøve forskellige modeller, der alle tager udgangspunkt i erfaringerne fra Holland.

Tværfaglighed er nøglen

I ”Egedalmodellen” består hvert selvstyrende team af ca. 15 medarbejdere. I hvert team indgår flere forskellige fagligheder: Social- og Sundhedshjælpere (SSH), Social- og Sundhedsassistenter (SSA), sygeplejerske, terapeut og visitator. Formålet med flerfagligheden er at

sikre nem adgang til sparring, videndeling og hurtig igangsættelse af indsatser sammen med og hos den enkelte borger.

Helt grundlæggende betyder det, at den enkelte medarbejder i teamet får mere indflydelse og beslutningskraft, end de har i dag. Det skal være nemt og hurtigt at imødekomme de behov som borgeren har, relateret til omsorg, pleje, behandling og rehabilitering.

Hver uge drøftes de enkelte borgers behov desuden på en tværfaglig borgerkonference, således at alle i teamet altid er opdaterede i forhold til borgers aktuelle tilstand og behov.

Klar til selvstyre

Medarbejderne i de to teams er blevet uddannet i, hvad et selvstyrende team er, og har blandt andet gennemgået et casebaseret undervisningsforløb, hvor de har drøftet værdier, borgerkonferencer, selvstyring i praksis, roller i temaet, og hvordan de i planlægningen og leveringen af ydelser sikrer mest mulig personkontinuitet, nærhed og fleksibilitet hos borgerne.

Løbende tilpasning

Forsøget med de faste selvstyrende teams i hjemmeplejen startede den 3. oktober 2022 og involverer som udgangspunkt ca. 90 borgere i



Ganløse og Ølstykke. De involverede borgere har fået information om de selvstyrende teams ud på forhånd og vil tre gange i projektperioden blive spurgt ind til deres oplevelser og tilfredshed med deres hjælp.

Da det er et forsøgsprojekt, så er der tænkt en meget tæt og løbende evaluering ind i projektets levetid, og der er en forventning om, at der vil ske forskellige tilpasninger undervejs.

Ud over forventninger til en øget borger- og medarbejdertilfredshed, så håber Egedal Kommune også at få nogle flere erfaringer med hvilke behov, der er for administrativ understøttelse i form af ledelse, økonomi og dokumentation, når man arbejder med selvstyrende teams i hjemmeplejen.

Egedal Kommune forventer desuden, at en større arbejdsglæde hos medarbejderne vil give bedre mulighed for at fastholde og rekrut-

tere nye medarbejdere til området. Projektet løber til udgangen af 2023.



Har du en MitID kodeviser?

Hvis du vil handle på nettet med dit betalingskort, skal du nu bruge MitID til at godkende dit køb. Her kan du dog ikke bruge MitID kodeviser, men kun MitID app eller sms-kode fra din bank.

**Egedal
Kommune**



MitID

OM MitID APP'EN

- Du kan sagtens have både en MitID kodeviser og en MitID app.
- Du behøver ikke at have en smartphone selv, men kan have din MitID app på en pårørendes telefon.
- Du selv kan hente en aktiveringskode til din nye MitID app på mitid.dk

Hvem er de praktiserende læger?

Af Inge Külerich, Seniorrådet



Jeg deltager på regionsældrerådsmøder i Hillerød som repræsentant for Egedal Seniorråd. Fra mit første møde, maj 2022, var der fokus på de nye sundhedsklynger, på hvordan man bedst kan udnytte de tilstedeværende ressourcer. Hvordan får vi patienterne bedst og vellykket gennem behandlingsforløb. Her vil jeg fremhæve de praktiserende lægers rolle i det sundhedsfremmende og behandlende samarbejde, da det er her, vi allerførst henvender os, hvis vi bliver syge. Jørgen Steen Andersen, formand for PLO (Praktiserende Lægers Organisation) Region Hovedstaden og praktiserende læge i Ballerup redegjorde for arbejdsområdet og arbejdspresset.

Jørgen lagde vægt på, at praktiserende lægers slagord er: Sammen kan vi mere, men sagde da også, at der allerede i dag er et forbedret og godt samarbejde med region og hospital.

Hvem er de praktiserende læger?

De er selvstændige erhvervsdrivende, hvor 9 ud af 10 problemer løses hos den praktiserende læge, som i snit har 6 konsultationer pr. borger pr. år. Er borgeren over 79, er det 15 konsultationer i snit pr. år.

PLO's holdning er: Vi finder og behandler de syge og lader de raske være raske.

Lægemangel

PLO oplever, at der er et pres på den praktiserende læge og kunne

godt tænke sig 1/3 flere praktiserende læger på landsplan (og ligeligt fordelt).

Der er 3.300 praktiserende læger i Danmark, men 100.000 borgere har ikke adgang til egen læge, men kontakt til en koncerndlæge. Koncerndlæger er en uskik, da de ikke giver samme relationer til patienten.

Region Hovedstaden har 1.100 praktiserende læger, men populationen i regionen er steget med 160.000 borgere, hvilket giver et behov for 1.700 læger i dag og derfor stor lægemangel. 40% af lægerne føler sig udbrændte, viser en analyse.

Jørgen satte ord på PLO's ønsker for en ikke alt for fjern fremtid om flere hænder og bedre adgang til diagnosticering, et ønske med et

tidsperspektiv, desværre på 10-15 år:

- Kapaciteten øget til 5.000 læger
- Et mere gnidningsløst samarbejde med hospitalerne
- Øget adgang til scanning
- Øget lægefaglig rådgivning til den praktiserende læge fra hospitalet

Med drømmen følger:

Et tæt tillidsfuldt samarbejde i de kommunale kontaktudvalg og en øget tværkommunal inspiration og dialog.

Om handicapadgang

Her sagde Jørgen, at det er umuligt rigtig mange steder, da mange læger har klinik i den gamle boligmasse, godt nok tæt på borgeren,

men i huse, hvor der ofte ikke er elevator tilgængelig.

Gode intentioner, der kom frem

Der arbejdes meget på at få afkortet hospitalsindlæggelser, fordi på hospitalet er det sengen, der styrer behovet, da patienten ofte ligger i sengen 22½ time i døgnet modsat hjemme, hvor der er mange naturlige og sædvanlige ting, man foretager sig. Det arbejdes der på at understøtte, ved at patienter følges af hospitalet de første 72 timer. Andre tiltag der udrulles er blandt andet, at intravenøs behandling skal kunne gives i hjemmet, alt sammen med fokus på at afkorte indlæggelser fordi: På hospitalet er det sengen der styrer behovet, hjemme er det de ting, man kan foretage sig, der styrer.

Fleksibelt boligvalg

Af Inge Külerich, Seniorrådet



Er det vejen frem, at vi, når livet bliver svært at håndtere, og kræfterne ikke slår til, når vi ikke kan passe hus og have eller blot klare de daglige pligter, som følger med det levede liv. Er det rimeligt, at der kun er plejehjem, som vi kender dem i dag som mulighed for at modtage pleje?

Mange kommuner arbejder i dag med, at ældre skal blive længst muligt i eget hjem. Det betyder

bl.a., at de ældre er meget svækkede, for eksempel har mange

ældre en demenssygdom, når de bliver visiteret til en plejehjemsplads.

Det betyder, at plejehjem opleves som en "uattraktiv" boligform for mange ældre, og de ser med gru frem til at skulle få brug for en plejebolig.

Derudover er der også mange ældre, der bor i eget hjem, som oplever isolation og ensomhed. Det er anført, at der derfor kan være behov for at udvikle mere fleksible boligformer, som aktiverer civilsamfundet og skaber nye fællesskaber, der kan afhjælpe ensomhed og højne livskvaliteten. Endvidere kan flere forskellige typer af ældrevenlige boligformer bidrage

til at skabe flere valgmuligheder og mere selvbestemmelse for de ældre. Mange bolde er i luften for at finde løsninger, og det stiller jo krav til os alle om at lægge pres på kommuner og medier for at få formuleret nye muligheder.

I tidligere tider havde man jo alderdomshjem, hvor beboerne ikke var så plejkrævende, men blot gerne ville bo for at være i et fællesskab, og hvor der var samvær om måltidet og en mindre bolig.

Vi ser jo ind i mangel på varme hænder og et behov for at finde nye veje for kommende generationer af ældre.



Borgerdialog i Egedal

Af Per Husted og Inge Küllerich, Seniorrådet

Vores kommune har inviteret til borgerdialog ad flere omgange. Det er ønsket at få nye tanker og ideer på banen, og det er også den enkeltes mulighed for at få sat skibe i søen. Borgerdialogudvalget er nedsat efter § 17 stk. 4 – borgerinddragelse i kommunen. Kommunen har en ambition om at skabe verdens bedste hverdag for os borgere, og udvalget er jo en måde at få borgere i tale på. For at udvide udvalgets ideer og tanker har de en referencegruppe, hvor der deltager flere borgere sammen med kommunalpolitikere.

Per Husted og jeg har deltaget via referencegruppen – i et interessant

møde, hvor der var stor velvillighed til at lytte. Det spændende er

så, hvor meget der kan realiseres og finde grobund ude omkring i kommunen til glæde og gavn for borgere i alle aldre.

Der blev udvekslet synspunkter og spurgt ind til, hvordan man kan skabe mere sammenhæng i de større bysamfund.

Hvad skal der til i Smørum, Ølstykke, Stenløse og Egedal by for at der sker noget, som kan samle borgerne om gode oplevelser? Kan de større bysamfund have oplevelser sammen, eller er den geografiske spredning for stor?

Vores landsbysamfund har mange traditioner og samlende tiltag for

alle aldre, her kan nævnes fastelavn, byfest, revy, juletræstænding og loppemarked. Hvad kan de større bysamfund have af traditioner for at lave samlende tiltag, som borgeren kan glæde sig til år efter år? Er der behov for sådanne oplevelser og events?

Jeg kom til at tænke på, at i ”de gode gamle dage”, var der halbal arrangeret af sportsklubber, og det kunne samle hele bysamfund. Er tiden løbet fra sådanne arrangementer, hvor der er plads til mange generationer?

Skal der være særlige tiltag målrettet seniorer?



Studietur til Demensbyen Bryghuset i Svendborg

Af Ældre- og Sundhedsudvalgsformand i Egedal, Birgitte Neergaard Kofod

Tirsdag d. 20. september var Ældre- og Sundhedsudvalget inviteret med på Seniorrådets tur til Svendborg for at besøge Demensbyen Bryghuset. Byen består af 125 boliger fordelt på 8 bofællesskaber med i alt 66 demensboliger, 7 gæsteboliger, 43 ældreboliger, nogle støtteboliger til yngre borgere med fysisk/psykiske handicap samt et demens-aktivitetscenter. Bryghuset har et fantastisk udeareal, der er indrettet specielt, så det tager hensyn til demente borgere.

Det gode hverdagsliv

Inspirationen til stedet kommer fra De Hogeweyk i Holland. Efter besøg dernede blev nogle visionære medarbejdere og politikere så

inspirerede, at de lavede deres egen danske version. Svendborg så i 2015, ligesom resten af landets kommuner, ind i udfordringer på demensområdet med flere borgere

med demens, flere borgere med ukontrolleret adfærd og flere yngre borgere med demens.

Visionen var et godt hverdagsliv samt at skabe frihed for de demente. For at imødekomme disse udfordringer lavede man derfor i Svendborg kommune et eksisterende plejecenter om til en demensby, blandt andet ved tilkøb af jord. De administrative lokaler blev ryddet, i stedet for etableredes en lille butik, et fitnessrum, et velværerum (hvor der kommer frisører og fodterapeuter udefra og booker lokalet, så beboerne kan få ordnet hår, fødder, negle mm), lavede et herrerum, et aktivitetsrum, et musikrum og fik lavet en lille cafe. Altså en lille by i byen, hvor beboere og pårørende kan komme og være - hvor man føler sig tryk.

I udearealerne er der masser af små hyggelige oaser. Der er bl.a. et stort bur med kaniner, fritgående høns, et værksted, som mange sikkert også har haft hjemme – inkl. pinupkalendere, som der ofte var i værksteder.

Der står en campingvogn i et hjørne i haven, så muligheden for at mindes en campingferie er der også tænkt på. Det gule ishus frister på en varm sommerdag og lysten til at købe sig en is kan opfyldes i

solens stråler. I haven er der også en lille sø med ænder, og de er sikkert vant til besøg med brødkrummer. Husets pølsevogn holder åbent i ny og næ.



Der er en meget gennemtænkt genkendelighed for beboerne. Der er tænkt på, hvad der kan bringe glæde i deres hverdag.

Umiddelbart små simple ting, men for demensramte betyder det utrolig meget. Der er tænkt i tryghed og muligheder frem for begrænsninger.

Den kommunale demenspolitik

Svendborg Kommune har en demenspolitik, hvor der står, at ingen skal opleve at stå alene med demens, at man skal skabe et demensvenligt samfund, og at man har fokus på efteruddannelse af personalet. Igen, simple principper, men utroligt vigtige punkter.

Det har givet tryghed for borgerne, de pårørende og personalet.

På Bryghuset var der meget lavt sygefravær og stor arbejdsglæde blandt de ansatte.

Det handler om tilgangen til den demente borger, om efteruddannelse og anerkendelse af personalet, og at have fokus på det gode hverdagsliv. De arbejder med faste teams på alle afdelinger, så borgerne ikke hele tiden møder nye ansigter, som skaber utryghed og indre uro.

Frivillige hænder

Bryghuset har en dygtig støtteforening, der har været rigtig god til at søge fonde og puljer, som har

været med til at finansiere flere af tiltagene for dem. De har også en stor gruppe frivillige, der er med til at stå i butikken, cafeen, ishuset, lave havearbejde, cykle med beboerne, passe høns og kaniner eller gå tur med beboerne.

Hvis en borger er gangbesværet, ja, så er der selvfølgelig en lille golfvogn, der sørger for, at man alligevel kan komme ud og nyde haven.

Vi havde en super tur. Både fagudvalg og Seniorråd blev vældig inspireret af besøget på Bryghuset. Samtidig var det en rigtig god anledning til at få talt med hinanden på kryds og tværs af råd og udvalg, så vi kunne lære hinanden bedre at kende.

Spørgelysten på Bryghuset var stor, så vi endte med at overskride tiden en pæn del. Vi fik rigtig meget med hjem fra denne tur, som forhåbentligt kan være med til at øge fokus på demensområdet her i Egedal.

Som formand vil jeg takke for, at vi i udvalget fik mulighed for at komme med på turen – det var en dejlig dag med masser af inspiration!



Foto: Inge Kiilerich



Kend din Kommune –Knardrup Klosteret

Af Rolf Kjær-Hansen, Arkiv- og Museumsleder i Egedal

Knardrup er i dag en mindre landsby, men har ikke desto mindre haft en spændende og dramatisk fortid.



Kort over Knardrup, 1822.

Bemærk Knardrup Mølle, der på dette tidspunkt er en vindmølle syd for byen.

I 1100-tallet opførte en af landets mægtigste mænd en gård på stedet, det drejede sig om Skjalm Hvides søn Ebbe Skjalmsøn eller barnebarnet Sune Ebbesøn – begge en del af den magtfulde Hvideslæggt.

I tilknytning til gården er der fundet fundamenter af en romansk kirke, der kan have været sognekirke for Knardrup Sogn, der nævnes i 1300-tallet. Denne kirke nedrives før klosteret opføres. Efter mordet på Erik Klipping i

1286 overgik Knardrupgård til kronen og blev kongsgård.

I 1326 blev den omdannet til et af de yngste Cistercienserklostre i Danmark, skænket af Christoffer d. 2. som et datterkloster til Sorø og indviet til Vor Frue med 40 munke. De urolige tider i 1300-tallet med sammenbruddet af den danske kongemagt indvirkede også på Knardrup Kloster, der var udsat for omfattende plyndringer. Klosteret nåede tilsyneladende

aldrig at blive et stort kloster, men efterlevede Cistercienserordenens krav om det enkelte menneskes kærlighed til medmennesker og Gud.

Navnet kommer fra det første kloster, der blev grundlagt i den franske by Cîteaux med udgangspunkt i Benediktiner ordenen.

På trods af flere udgravninger fra Nationalmuseet i 1919, 1930 og 1936-40 er det begrænset, hvad vi ved om klosterets udformning, men der er fundet rester efter et firefløjet anlæg på omkring 50 x 60 m med en 30 m lang klosterkirke. Anlæggets centrum er fratergården med kirken nordfor, som kendes fra det typiske klosteranlæg. Placeringen har været syd for den nuværende Kirkesø, omtrent hvor den nuværende Knardrupgård er genopbygget efter en brand i 1957.

I tilknytning til klosteranlægget har der også været et vandmølleanlæg, da munkene var teknologiske eksperter og de første til at bygge vandmøller i Danmark.

Ved reformationen i 1536 overgik klosteret til krongods, som et af de første, og blev tilskødet Københavns Universitet i 1539.

1561 kom det igen i Frederik d. 2.

eje, som lod klosteret nedrive og murstenene blev anvendt til opførelse af Selsø Slot i Hornsherred.

Efterfølgende blev der opført en bondegård, Knardrupgård på stedet, der blev en af de 5 gårde i Knardrup landsby.

Der er i dag ingen synlige spor efter klosteranlægget, der var grundlagt på den magtfulde Hvideslægts kongsgård, men indmuret i Knardrupgårds stuehus findes en granitsten, der sandsynligvis stammer fra kirken og op af jorden dukker også af og til muren og teglfliser, der fortæller om fortidens spændende anlæg.

Knardrups historie understreger således den store indflydelse og betydning Hvideslægten havde på vores område i Egedal.



Model af Knardrup kloster

Nord er til venstre med Kirke, øverst munkenes bibliotek, samlingsrum og sovesal, til højre køkken og spisesal, nederst bolig for lægbrødre.

Hvad var det så? Af Ruddi Würtzen



I augustnummeret af ViS bragte vi disse billeder af en ting, der var fundet på et loft over en travbane, og vi spurgte, om der mon var nogen blandt vore læsere, der vidste, hvad tingen har været brugt til.

Det kom der 10 svar på. Alle svar var enslydende, nemlig at det er et sadelmagerværktøj:

En remskærer

Man bruger remskæreren, for man kan stadig købe dette værktøj, til at skære læder i strimler i ønskede bredder til f.eks. remme og seletøj m.v. til heste eller i denne tid måske til Rudolfs rensdyr!

Kniven er barberbladskarp på den lodrette side, da den kan skære gennem 6 mm tykt læder.

Remmens bredde/tykkelse justeres ved hjælp af de to fingerskruer, hvorefter man trækker læ-

deret igennem i den indstillede bredde.

En læser mener, at den afbillede remskærer formentlig er fremstillet af



firmaet Vergez Blanchard, der er kendt som et af verdens førende producenter af læderværktøj.

En anden læser fortæller, at han har brugt en sådan remskærer i sin tid som leder på en ungdomsskole, hvor eleverne kunne skære læderbælter ved hjælp af den.

Man kan stadig købe en remskærer. På nettet har jeg set en af træ til ca. 250 kr., men også en luksusmodel af messing til små 4.000 kr.

Tak til hver af jer, der har skrevet eller ringet og fortalt jeres historier og forklaringer om den mystiske ting på billederne. Spørgsmålet er nu opklaret.

På næste side bringer vi en ny udfordring til jer læsere.



Hvad er det? Af Ruddi Würtzen



Fra Per i Veksø har vi modtaget dette foto.

Per skriver, at han har arvet tingen efter sin far og har også selv benyttet den i perioder.

Som det fremgår af Pers foto, er den lavet af jern og er ca. 10 cm lang. Det ser ud til, at der på håndtaget er to ”skeer” ovenover hinanden.

Ring eller skriv til:

***Ruddi Würtzen på telefon 40 16 68 78 eller ruddi@mail.dk
Eventuelle svar vil blive bragt i aprilnummeret 2023 af ViSeniorer.***



Senierrådets fokusområder

Senierrådets madprojekt

Af Karen Jensen/Kim Røgen



Gennem tiden har vi oplevet en del kommentarer omkring maden fra Madservice. Derfor nedsatte vi en projektgruppe, dels for at undersøge kvaliteten og holdningerne til maden fra Madservice, dels for at finde inspiration til fornyelse mv. Projektet kører i to spor, hvor en konsulent fra forvaltningen undersøger holdninger mv, mens gruppen sammen med konsulenten besøger andre køkkener.

Madservice

Hele Senierrådet var på besøg hos det kommunale køkken, Madservice. Køkkenet laver mad til 250 plejehjemsbeboere og til ca. 100 hjemmeboende. Der er pt ansat 10 medarbejdere, hvor 3 er fuldtidsansatte og 1 studerende.

Borgerne bestiller maden. Køkkenet tilbereder den, pakker, og kommer den på køl. Borgerne får mad til en uge ad gangen. Herfra er det op til personalet på plejehjemmet og i hjemmeplejen at tilberede/serve den. Maden så rigtig god ud og var velsmagende.

Vedr. klager over maden til plejehjemmene fik vi oplyst, at det oftest drejer sig om manglende viden om maden og tilberedningen.

Madservice pegede på, at det er vigtigt, at personalet har uddannelse/viden om ernæring, og at ernæring også er plejer.

Ernæringsenheden på Herlev og Gentofte Hospitaler

Formålet med besøget var at se, om vi i vores madprojekt kunne få gode ideer til ændringer på den måde, maden bliver bestilt, tilberedt og leveret til borgerne på plejehjemmene og de hjemmeboende.

Ernæringsenheden tilbereder 6.000 måltider dagligt til patienter, personale og pårørende. I køkkenet er alt hjemmelavet efter økologiske principper. Der vægtes en stærk personalesammensætning for at sikre patienten den rette ernæring og en kulinarisk smagsoplevelse. Undersøgelsen viste, at patienterne ønsker indflydelse på valg af

egen menu og sundhed, genkendelig mad og mere grønt, større variation i udvalg af retter, måltider, der er hjemmelavede, måltider med den rette temperatur og måltider, der er pænt anrettet.

Der anvendes digitale menukort, hvor patienterne kan bestille den ønskede menu. Maden bliver serveret i små portioner i flot service. Ideen er, at maden ikke må være overvældende, men indbydende.

Vi fik et virkelig godt indblik i deres koncept, som var flot og meget inspirerende.

Vi blev enige om, at der er meget at hente i konceptet, og der er

mange elementer, som godt kan overføres til vores Madservice.

Udfordringen er naturligvis, at vi er for lille en enhed. Derfor vil det kræve, at vi slår os sammen med vores nærliggende kommuner og laver storkøkken.

Arbejdet med undersøgelserne fortsætter i efteråret. I det nye år vil vi sammenfatte og begynde at se på, hvad vi kan foreslå af nye ideer til Madservice. Vi er allerede blevet meget klogere.



Portræt af en Forening

Stenløse Historiske Forening

Af: Grete Rung



Vil du med i skoven og se historiske spor?

Vil du besøge dit vandværk og høre om vandet, der kommer ud af din vandhane?

Vil du på byvandring i området? Eller på ekskursioner og guidede ture til seværdigheder – nogle gange lukkes dørene op, hvor man ikke plejer at have adgang. Eller måske til steder du ikke kender. Det kan også være guidede museumsbesøg og kulturhistoriske foredrag i Ganløse, Veksø og Stenløse. Som oftest byder foreningen på kaffe og kage.

Foreningens fokus er især at vise, at din lokale egn rummer mange interessante historier, men arrangementerne dækker også i høj

grad kulturhistorie bredt og rækker helt op til vor tid. Vil du opleve nyt, så meld dig ind i Stenløse Historiske Forening. Det koster årligt 160 kr. for et medlemskab for en hel husstand. Indmeldelse kan ske til Birgit Kastrup tlf. 48 18 37 42 (ikke sms), Steffen Erichsen tlf. 48 18 38 75 (ikke sms) eller et bestyrelsesmedlem. Se også hjemmesiden <http://stenlosehistorie.dk>. Som medlem modtager man 4 gange årligt medlemsblade med orientering om arrangementerne foruden artikler om lokalhistoriske temaer.

Du er også velkommen til at besøge Stenløse Lokalarkiv, i samme bygning som Ganløse Bibliotek. Det er gratis, se oplysninger på internettet.



Udflugt til Vestvolden
Foto: SteffenErichsen



*Glædelig jul og godt nytår til alle vore læsere
På gensyn i april 2023 på
www.egedalkommune.dk/viseniorer*

Seniorrådet i Egedal Kommune

Seniorrådet fungerer som bindeled mellem det politiske system og kommunens ældre borgere. Seniorrådet i Egedal Kommune har ni medlemmer, der er valgt for en fireårig periode fra 1. januar 2022.

<i>Formand:</i> Bjarne Larsen Skorpionen 5, 3650 Ølstykke	40 70 68 93 bjla@privat.dk
<i>Næstformand og sekretær:</i> Kim Røgen Johannedalsvej 28, 3650 Ølstykke	26 12 08 79 kimroegen@msn.com
<i>Kasserer:</i> Annie Havnsø Thomasen Sandalsparken 88, 3660 Stenløse	60 88 34 86 havnsoe@it.dk
Per Husted Sørensen Dyvelåsen 50, 2765 Smørum	21 47 26 25 husted@smoerumnet.dk
Kirsten Daugaard Tjørnehøj Vænge 41, 3650 Ølstykke	21 43 17 57 kd_hansen@yahoo.dk
<i>Redaktør ViSeniorer:</i> Inge Kiilerich Klokkertoften 11, Ledøje, 2765 Smørum	41 60 61 91 kif@post12.tele.dk
Karen Jensen Diget 6 Buresø, 3550 Slangerup	31 32 98 59 Diget2011@gmail.com
Jørgen Lange Duevej 9, 3650 Ølstykke	41 56 31 06 Jorgenlange98@gmail.com
Michael Krautwald-Rasmussen Stråmoseparken 5, 3660 Stenløse	41 28 06 06 michaelkrautwald@icloud.com
1. suppleant Frank Friis Pedersen Odins Plads 21 3650 Ølstykke	26 18 07 89 frank.bifratur@gmail.com

Bisiddere: Annie Havnsø Thomasen og Kirsten Daugaard

Bruger- og pårørenderåd (medlemmer valgt af Seniorrådet):

Egeparken: Kirsten Daugaard
Suppleant: Jørgen Lange

Damgårdsparken: Annie Havnsø Thomasen
Suppleant: Karen Jensen

Porsebakken: Inge Kiilerich
Suppleant: Per Husted Sørensen

Solkrogen/Engbo: Jørgen Lange
Suppleant: Kirsten Daugaard



~~Afsender:
Egedal Kommune
Dronning Dagmars Vej 200
3650 Ølstykke~~



Redaktionsgruppen:

Inge Kiilerich, ansv.hav.	tlf. 41 60 61 91	kif@post12.tele.dk
Per Husted, sekretær	tlf. 21 47 26 25	husted@smoerumnet.dk
Kim Røgen	tlf. 26 12 08 79	kimroegen@msn.com
Bjarne Larsen	tlf. 40 70 68 93	bjla@privat.dk
Rune Thielcke	tlf. 72 59 74 11	rune.thielcke@egekom.dk
Karen Jensen, suppl.	tlf. 31 32 98 59	diget2011@gmail.com
Ruddi Würtzen, layout	tlf. 40 16 68 78	ruddi@mail.dk

Borgerservice 72 59 60 00 Telefontid

Mandag	8.00 - 14.00
Tirsdag	10.00 - 14.00
Onsdag	10.00 - 14.00
Torsdag	10.00 - 17.30
Fredag	10.00 - 12.00