

ViPensionister



Nr. 2

August – November 2016

10. årgang



Foto: Ole Lind Larsen

Bibliotek og lokalarkiv i Ganløse

Orientering fra Seniorrådet i Egedal Kommune

ViPensionister

Udkommer tre gange om året og fremsendes med post til alle folkepensionister i Egedal Kommune, dog kun ét eksemplar pr. husstand.

Oplag ca. 5.600

Næste nummer udkommer i december 2016

Artikler til bladet skal være redaktionen i hænde senest den **7. oktober 2016**.

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:

**Per Veise, e-mail: vpveise@mail.dk
Dronning Margrethes Vej 59, 3650 Ølstykke**

Du kan også læse bladet *ViPensionister* på: www.egedalkommune.dk/vipensionister

Redaktionsgruppe:

<i>Per Veise (ansvarshavende)</i>	<i>tlf. 47 17 97 90</i>	<i>vpveise@mail.dk</i>
<i>Lisbeth Solgaard Hansen</i>	<i>tlf. 44 65 02 72</i>	<i>solgaardhansen@gmail.com</i>
<i>Jørgen Storm</i>	<i>tlf. 29 27 96 02</i>	<i>stormto@hotmail.com</i>
<i>Ole Lind Larsen</i>	<i>tlf. 20 25 28 83</i>	<i>olelindl@post9.tele.dk</i>
<i>Rune Thielcke</i>	<i>tlf. 72 59 74 11</i>	<i>rune.thielcke@egekom.dk</i>
<i>Ruddi L. Würtzen</i>	<i>tlf. 40 16 68 78</i>	<i>ruddi@mail.dk</i>

Indholdsfortegnelse:

Fra redaktionen	3
Du har sikkert set det!	5
Nyt fra Seniorrådet	6
L'hombre	7
Tilbud til demensramte	8
Program for Demensugen	9
Hvad var det?	11
Nyt fra forebyggelsesvejlederne	12
Succesen: Sundere sammen	13
Befordringsgodtgørelse del 2	15
Frivillige søges: Nærvær i nuet	17
Portræt af en forening	18
Kend din kommune	20
FN ældredag	21
Hvad er det?	22
Seniorrådet	23
Foreningsoversigten	24

Fra redaktionen

Af Per Veise



På vej ind i årets sidste sommermåned får du her årets ViPensionister nr. 2. Det er igen lykkedes at samle en række små og lidt større artikler om "livets gang" på ældreområdet i Egedal Kommune. Redaktionen håber, at bladet falder i din smag, og at du finder både nyttige oplysninger og også lidt "hyggelæsning".

Forebyggelse

En stor del af dette nummer handler om forebyggelse. Seniorrådet har drøftet emnet løbende og har aftalt, at vi på augustmødet får besøg af kommunens to forebyggelsesvejledere, Doris Skov Larsen og Tina Løvberg. Disse to har til denne udgave af ViPensionister skrevet to artikler Nyt fra forebyggelsesvejlederne og Sundere Sammen. Læs artiklerne og vurder, om de omtalte tilbud måske er noget for dig.

Demens

Demens rammer stadig flere borgere – også yngre borgere rammes oftere end hidtil set. Derfor har vi i Seniorrådet interesseret os for, hvordan Egedal Kommune arbejder for de demensramte. Det har været en positiv oplevelse at få denne større indsigt. Det er vores indtryk, at der arbejdes seriøst og dygtigt også på dette område. Den

tættere kontakt mellem Seniorrådet, ledende medarbejdere på demensområdet og Social- og Sundhedsudvalget har været medvirkende til, at vi i fællesskab har arrangeret en såkaldt "Huskeuge", som løber af stablen i uge 38, 19.-24. september.

Se også tilbuddet om "Klub Husker Du?" rettet mod demensramte og pårørende. Her er der mulighed for at være sammen med ligestillede til hyggeligt samvær. Her kan man også møde kommunens demenskonsulent.

Der mangler frivillige

I Egedal Kommune er der en lang tradition for at have frivillige på plejecentrene. Læs artiklen "Vi søger frivillige". Har du lyst til at skabe gode oplevelser for de borgere, der bor på plejecentrene, er du måske en af de nye frivillige på et af kommunens plejecentre.

Befordring til sygehus m.v.

I forrige nummer af ViP, gav Jørgen Storm en indledende orientering om regler for (tilskud til) befordring til/fra behandling hos læge, på sygehus, genoptræning m.v. Jørgen afslutter orienteringen i dette nummer. Vi håber, at der derved er skabt klarhed over emnet.

Kortspil

Nogle kortspil trives i bedste velgående, men det gælder ikke alle. Et af de ældste kendte spil, l'hom-bre, er knap så kendt. Men der findes stadig entusiaster, der arbejder for at udbrede kendskabet til spillet. Har du ”fri” fredag eftermiddag, var det måske noget for dig at deltage i.

Foreningsportræt

I serien om portrætter af lokale foreninger bringer vi denne gang en artikel om Egedal Landsbyråd og de lokale landsbylaug. Læs om landsbyrådets opgaver og om livet i landsbyerne, som beskrevet af Lone Lunding.

Og så bringer vi som sædvanligt

Hvad var det så? og Hvad er det? Vi ved, at mange af vore læsere synes, det er sjovt at gætte med på, hvad det nu er for nogle løjerlige sager, vi viser frem.

28 sider

Som nævnt i tidligere udgaver, har vi maksimum rådighed over 28 sider. Det betyder, at vi jævnligt må kæmpe for at få så meget stof med som muligt. For at sikre lidt bedre plads til nye artikler, har vi i redaktionen besluttet, at foreningsregistret fremover kun må have tre linjer pr. forening udover det, der står i ”adresserammen”.

God læselyst

Redaktionen håber, den ny skrifttype falder i din smag. Vi er selv meget spændte på at se det færdige blad. Vi håber, skiftet bliver til glæde og gavn for os alle.

Rigtig god læselyst – vi udkommer næste gang omkring 1. december. Til den tid er det mørkt og koldt, så nyd nu den sidste sommermåned og de forhåbentlig gode efterårsdage.

Foto: Ole Lind Larsen



Du har sikkert set det!

Af Per Veise



Vi har skiftet skrifttype. Tak til de mange læsere, der har reageret på vores henvendelse vedrørende skift af skrifttype, som beskrevet i apriludgaven af ViPensionister.

75%

De mange henvendelser tager vi som udtryk for, at ViPensionister bliver læst, og at læserne gerne vil være med til at videreudvikle bladet. 75% af de indkomne tilkendegivelser peger klart på, at vi skal skifte skrift. Der er endda et par fagfolk blandt svarerne, som også peger på, at vi bør skifte. Så vi har taget springet og skiftet til Times New Roman.

Aviser og bøger

Flere af læserne har nævnt, at den

ny skrift jo svarer til de skrifttyper, der anvendes i dagblade, lokalaviser, bøger m.m. Vi må gå ud fra, at disse medier har brugt tid og penge på at finde den mest læsbare skrifttype, og når så mange bruger typen, som vi nu er gået over til, må vi også gå ud fra, at det er den rigtige - og vi er som nævnt blevet bakket rigtig godt op af vore læsere. Tak for det.

Vi håber, at I bliver glade for den ny skrift – hvis ikke allerede, så om et blad eller to mere.



Nyt fra Seniorrådet

Af Per Veise



Den sidste håndværker var vist stadig i huset, da det ny plejecenter Egeparken blev taget i brug. Der blev arbejdet til det sidste – og lidt længere – for at de fysiske rammer kunne være på plads. Der var officiel indvielse den 20. maj, og man fik indtryk af et dejligt, lyst og venligt sted, centralt beliggende midt i Egedal By.

Ikke sidste plejecenter i Egedal

Antallet af ældre i kommunen stiger støt. Lige nu er der ingen venteliste, men det fremtidige behov gør, at der allerede nu tænkes politisk på placering af endnu et center.

Vi er i Seniorrådet spændte på at høre om disse planer, når de forventeligt kommer frem i starten af 2017, og vi glæder os til igen at blive inddraget tidligt i det videre forløb.

Værdighedspolitik

I sidste nummer af ViPensionister fortalte vi om arbejdet med udarbejdelse af værdighedspolitikken. Den blev endelig godkendt af Byrådet i april, og på Byrådets majmøde besluttedes det, hvordan Egedals andel af den såkaldte ”ældremilliard” skulle bruges.

Egedals andel af milliarden er på ca. 6,3 mio. kr. Hovedparten af pengene bruges til opnormering og opkvalificering af personalet, og det har Seniorrådet selv sagt ikke

noget imod!! Pengene falder på et tørt sted – der er tidligere gennemført reduktioner på området for mere end det dobbelte, hvor staten populært sagt har hentet pengene i kommunekassen.

Budget 2017

Der er intet nyt til dette. Byrådet afholdt dialogmøde midt i juni ”Hjælp din lokalpolitiker med at sætte retning”, hvor alle borgere kunne deltage. Mødet foregik efter vores deadline, så Seniorrådet har ingen kommentarer på nuværende tidspunkt. Der forventes en høring om budgettet hen over sommeren.

Demensuge uge 38 og ældredag

Seniorrådet har løbende interesseret sig for demensområdet og for den lokale indsats for demente borgere. Det har resulteret i, at vi sammen med administrationen har deltaget i planlægningen af en demensuge i dagene 19.-24. september.

Endvidere har vi i lighed med tidligere år fastlagt et program for FN's internationale ældredag fredag den 30. september. Se omtale og program på side 21 og sæt allerede nu kryds i kalenderen.

Omlægning af busruter

Vi har haft et forslag om ændring af busruter til høring. Vi gjorde indsigelse mod en foreslået ændring af ruterne 144 og 159, idet det ville betyde en væsentlig forringelse af busbetjeningen af Plejecenter Porsebakken.

Muligheden for at benytte offentlige transportmuligheder dertil er i forvejen ringe og kan ikke tåle at blive forringet. Ved redaktionens afslutning var der ingen afklaring/beslutning om sagen.



Sidste møde inden sommerferien

Vi fik en række sager til orientering, sager der også lå til orientering i Social- og Sundhedsudvalget. En af sagerne handler om, at Egedal Kommune sammen med fem omegnskommuner har indgået i et samarbejde om kræftbehandling, "Vi Samler Kræfterne".

Samarbejdet har betydet, at der kan gøres en mere kvalificeret og målgrupperettet indsats på tværs af kommunerne. Samarbejdet har kørt som pilotprojekt i et års tid, og det vurderes nu så positivt, at det sættes i permanent drift.



L'hombre

Af Henning Aunstrup

Har du lyst til at spille en god l'hombre?

L'hombre er et af de ældste eksisterende kortspil. Er man én gang faldet for spillets ganske særegne charme, slipper det aldrig sit tag i én.

Har du lyst til at genopfriske eller lære dette herlige spil, spiller vi i HEP-huset hver fredag fra kl. 12-16.

Kontakt Henning Aunstrup på tlf. 24 28 21 09 eller henning-aunstrup@mail.tele.dk.



Tilbud til demensramte og pårørende

Af Flemming Ignjatovic



I Damgårdsparken nr. 7, Stenløse har en gruppe frivillige i samarbejde med Alzheimer-foreningens lokalforening i Egedal fået stillet lokaler til rådighed for *Klub Husker Du?* Klubben henvender sig til demensramte i følge med en pårørende, altså til par der ønsker kontakt med ligestillede til hyggeligt samvær omkring en fælles interesse.

Vi starter op med et **åbningsarrangement** onsdag den 7. september fra kl. 13-17.00. Derefter er klubben åben hver onsdag fra kl. 12.

Fra kl. 12-14 holder vi **"Drop-in"**. Her kan man komme uden tilmelding og få en sludder, en kop kaffe eller et spil billard.

De øvrige aktiviteter kræver tilmelding.

Fra kl. 14-16 veksler vi mellem **spil, film, musik og rejseminder**. Andre forslag modtages med glæde.

Derudover er der mulighed for at lave **madhold**, hvor man mødes og laver mad sammen, **stolegymnastik** 2 gange om måneden samt **værksted** med mulighed for hobbyarbejde.

Kommunens **demenskonsulent** Annette Reinhardt kan træffes i klubben den første onsdag i hver måned fra kl. 15.30-17.00. Annette vil sidde i et separat, uforstyrret lokale. *Der er ingen tilmelding.*

Yderligere oplysninger hos Flemming Ignjatovic på mailadressen safirvej@webspeed.dk eller på telefon 20 24 08 89.

Café HUSKER DU
fortsætter uændret mandage i ulige uger

GRATIS!

MANDAG den 19. september kl. 19-21.30

Dilemmaer ved Demens

Jacob Birkler fra Det Etske Råd kaster lys over sandhed og løgne, etik og omsorg, genoplivning og tvang

Nis Peter Nissen fra Alzheimerforeningen giver os gode råd til at gå fremtiden i møde - i et samfund, hvor flere og flere får Demens

Egedal Rådhus

Tilmelding i Sundhedscenter eller tlf. 7259 6799

TIRSDAG den 20. september

"Husk & Træn" kl. 14-15

Kom og prøv vores helt særlige træningshold

"Vores Hus" kl. 15-16

Café-hygge i demensdagcentret

Damgårdsparken 7-9

Ta' endelig familie og venner med



TIRSDAG den 20. september kl. 19-21

TEATER

"Husker du?"

– En musikalsk hyldest til glemte minder

Smørum
Kulturhus

Tilmelding på telefon 7259 6799

ONSDAG den 21. september kl. 12-17

Klub Husker Du?

Kom og oplev Susanne Rishøjs "Erindringsdans"
kl. 12.00

Få også en snak med Demenskonsulent
Annette Reinhardt



Damgårdsparken 7-9

ONSDAG den 21. september kl. 19-21

Surprise-film for børnebørn over 16 år

Send dine børn afsted, så de kan få en god snak med Mads og Marie om dét at have en dement i familien



Tilmelding på 7259 7437
Damgårdsparken 7-9

TORSDAG den 22. september kl. 18-21.30

Fællesspisning og Sang

Ældre @ Sagen

Demenskonsulent Annette Reinhardt fortæller om de tidlige symptomer på demens



Konfirmandhuset i Smørum – Flodvej 73

FREDAG den 23. september kl. 11-13

Film om Demens

Se filmen og få en snak med Demenskonsulent Annette Reinhardt
Damgårdsparken 7-9



FREDAG den 23. september kl. 14-15

Demensplejecenter Engbo holder åbent hus

Kom og oplev den hyggelige stemning mellem beboere og personale over en god kop kaffe

Carl Hansens Allé 51-81 3650 Ølstykke



LØRDAG den 24. september kl. 10-13

Gadeindsamling

Korn og støt



Alzheimerforeningen
Livet med demens



Egedal Center - Smørum Center - Føtex, Egedal st.

*Med forbehold for ændringer

**Egedal
Kommune**

Hvad var det så?

Af Per Veise

Sidst viste vi et billede af en sten!



Ikke helt almindelig og tydeligvis brugt til et eller andet. Ejeren har den fra sin mor, som igen har den fra en håndværker/maler, så vi er en del år tilbage i tid. Ejeren fortalte, medens hun endnu levede, at stenen var blevet brugt til at polere terrazzogulve med. På med lidt pimpsten og lidt vand og derefter hårdt arbejde med at slibe og polere, indtil gulvet fik den kendte, fine overflade.

To læsere peger imidlertid på en anden, men lignende anvendelse.

Læser 1

Jeg citerer den ene – lidt afkortet: ”Det, der giver en malerfarve sin farve er et findelt stof, et pigment, som sædvanligvis findes som klumper eller små krystaller. For at farven kan blive ensartet, må pigmentet findeles omhyggeligt.

Det kan gøres med stenen. Man strør pigmentkornene ud på for eksempel en glasplade og vender stensens plane side mod glaspladen.

Når stenen køres hen over pigmentkornene, får man malet dem til et fint pulver. Pulveret røres derefter ud i linolie, og farven er klar til brug.”

Læser 2

En anden læser sendte et link til Nivaagaards Malerisamling. Her kan man finde et billede af maleren Ortensio Crespi (1577-1620), som er afbildet med en sten magen til ”vores”. Jeg citerer fra Nivaagaard: ”*I hånden holder han en farverive som tegn på sit erhverv.*”

Nu fik vi også sat navn på redskabet og fandt ud af, at det har været i brug i flere hundrede år.

Tak til læserne for de gode tips.

Har du lyst til at gætte med på dette nummers ”Hvad er det?”
Så slå op på side 22

Nyt fra forebyggelsesvejlederne

Af forebyggelsesvejlederne Tina Løvberg og Doris Skov Larsen

I den senere tid har vi haft fokus på dannelsen af små ”interessegrupper” for ældre i Egedal Kommune. En lovændring pr. 1. januar 2016 betyder, at vi har mulighed for at tilbyde forebyggende hjemmebesøg til ældre i særlige livssituationer, allerede fra de er 65 år. Det har betydet, at vi siden januar 2016 har tilbudt nylige enker/enkemænd og nytillflyttere et forebyggende hjemmebesøg.

Af og til møder vi ældre, der godt kunne tænke sig samvær med andre – enten med samme interesse eller i samme livssituation og deraf opstod ideen med dannelsen af grupperne.

Den første gruppe, vi startede, var en lille gruppe enkemænd. De mødes nu hver anden uge for at spille billard sammen, mens de hygger og snakker, og de har også været på ture sammen til forskellige arrangementer i lokalområdet.

På grund af de positive tilbagemeldinger oprettede vi endnu en samværsgruppe – denne gang for enker. De mødes med jævne mellemrum hjemme hos hinanden og har stor glæde af at tale sammen. De roser initiativet, og de håber, det bliver til glæde for endnu flere ældre.

I skrivende stund er der også en musikgruppe under opstart. Her er det en lille gruppe, der hver især spiller på et instrument, og nyder at spille sammen med andre.



Foto: Ole L. Larsen

Motionsøen ved stien rundt om Egedal Rådhus

Desuden har vi i 2016 et projekt ”Sundere Sammen”, der skal etablere særlige tilbud og indsatser til ældre, der normalt ikke benytter sig af de forebyggende hjemmebesøg. Det kan være ældre, der har mistet en ægtefælle, bor alene eller for nylig er flyttet til kommunen. I den forbindelse har vi allerede startet ”Mad og fællesskab”, hvor

en gruppe borgere køber ind, laver mad og spiser sammen hver anden uge. I maj startede vi også gruppen ”Natur og Fællesskab”, som med jævne mellemrum mødes til fælles gåture i naturen.

Vi har et klart indtryk af, at dannelsen af ”interessegrupperne” er til gavn og glæde for deltagerne.

Bliv en del af succesen ”Sundere Sammen”

*Af Julie Aebischer Nørgaard
kommunikationskonsulent*

”Sundere Sammen” er temadage for dig over 65 år, hvor Egedal Sundhedscenter arrangerer forskellige aktiviteter, som alle giver rigtig god mening i fællesskab. Det er i alt de fire temaer ”mad”, ”natur”, ”kultur” og ”motion”, der danner rammerne for de hyggelige dage.

Godt i gang

Nye bånd er blevet knyttet, og venskaber er opstået. Vi har i foråret holdt de første to temadage, hvor vi sammen har lavet mad og været på vandreture i naturen.

Har du lyst til at blive en del af et netværk om fælles aktiviteter i hverdagen, skal du ikke tøve med at melde dig til næste temadag.



”Kultur & Fællesskab”

Næste tema bliver i kulturens tegn. Den 23. august kan du enten vælge at komme til filmvisning i Ølstykke Bibliotekssal, Østervej 1A, Ølstykke eller du kan være med til et ”skrive-værksted”, hvor I sammen bliver bedre til at nedfælde erindringer og læse dem højt for hinanden.

Fællesskabet skal leve videre

Det er tanken med temadagene, at vi sætter noget i gang, som selv lever videre med den inspiration, der knyttes til hvert tema. På dagene er der rig mulighed for at møde andre, der også synes, at det aktuelle emne er sjovt og spændende. Efter hver temadag er det meningen, at I selv aftaler at mødes fremover.

Hvem står bag

Dagene arrangeres af forebyggelsesvejlederne *Doris Skov Larsen* og *Tina Løvberg*, som vil deltage på opstartsdagen af hvert tema.

Projektet 'Sundere Sammen' er blevet til gennem midler fra Sundheds- og Ældreministeriets pulje til etablering af særlige tilbud og indsatser til ældre, der normalt ikke benytter sig af de forebyggende hjemmebesøg.



Foto: Julie Aebischer Nørgaard

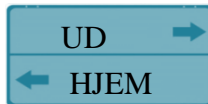
Husk at de gratis IT caféer stadig er åbne:

Stenløse Kulturhus på mandage kl. 10.30-12.30

Smørum Bibliotek på torsdage kl. 14.00-16.00

Befordring til sygehus, behandling hos læge eller genoptræning – del 2

Af Jørgen Storm



Jeg havde i sidste nummer fornøjelsen at orientere om regelsættet for befordring til og fra sygehus. Der var ikke plads til at tage spørgsmålet op om transport til og fra egen læge, speciallæge eller genoptræning.

Jeg har siden sidste nummer fået et antal henvendelser omkring udbetaling af godtgørelse – og antydninger af, at nogle hospitaler er tilbageholdende og ikke oplyser om mulighederne. Skulle det være rigtigt, så er der her kun at sige:

”Hvis du vil søge om udbetaling af befordringsgodtgørelse, skal du selv henvende dig til det hospital,

hvor du skal indlægges eller er blevet behandlet”.

Regelsættet for befordringsgodtgørelse til og fra behandling hos **praktiserende læge eller speciallæge** er enkelt. Du skal som hovedregel selv betale for transport til og fra din læge og speciallæge.

Der er dog undtagelser:

Du har ret til godtgørelse, hvis du opfylder én af følgende betingelser:

Hvis du er pensionist, og det er nødvendigt, at du bliver transporteret til din læge eller til vagtlægen, og din udgift er over 25 kr.

Hvis du er pensionist, og din læge har henvist dig til den nærmeste speciallæge, eller du skal til den nærmeste speciallæge, hvor der ikke kræves henvisning. Det kan være øjenlæge eller øre-næse-halslæge, og din udgift er over 25 kr.

Vælger du en anden speciallæge end den nærmeste, får du kun godtgørelse svarende til den nærmeste.

Har du ret til befordringsgodtgørelse, og har du brug for en ledsager på grund af din alder eller dit hel-

bred, kan din ledsager også få godtgørelse.

Du skal søge kommunen om transport eller befordringsgodtgørelse til og fra din egen læge eller en speciallæge. Regelsættet for befordring eller befordringsgodtgørelse til og fra **genoptræning efter sygehusbehandling** er tilsvarende enkelt.

Hvis du bliver udskrevet fra sygehuset og får en genoptræningsplan med, visiterer kommunen dig til et sted, hvor du kan få den nødvendige genoptræning. Hovedreglen er også her, at du selv må sørge for og betale transporten.

Der er dog undtagelser:

Du har ret til befordring eller befordringsgodtgørelse, hvis du opfylder én af følgende betingelser:

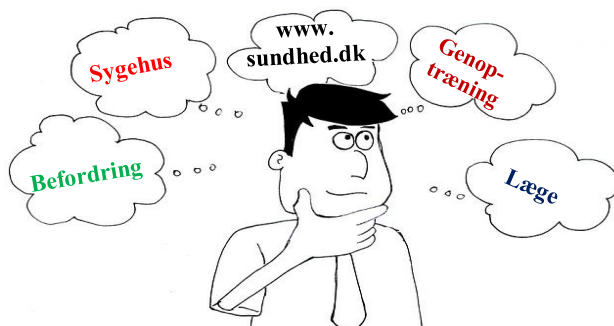
Hvis du er pensionist, og din udgift er over 25 kr.

Hvis din tilstand udelukker, at du kan tage offentlige transportmidler, og din udgift er over 60 kr., eller hvis afstanden fra din bopæl er over 50 km.

Hvis du vælger et andet genoptræningssted end det, kommunen har visiteret dig til, får du kun godtgørelse svarende til afstanden til det sted, kommunen ville visitere dig til.

Har du ret til befordringsgodtgørelse og har du brug for en ledsager på grund af din alder eller dit helbred, kan din ledsager også få godtgørelse.

Du skal søge kommunen om transport eller befordringsgodtgørelse til og fra genoptræning efter endt sygehusophold.



Regelsættet ses her: www.sundhed.dk – Indtast ”Befordring til sygehus, behandling hos læge eller genoptræning” i søgefeltet, og du har adgang til alle detaljer.

Frivillige søges

Af Julie Aebischer Nørgaard, kommunikationskonsulent

Alle kan blive frivillige med projekt "Nærvær i Nuet". Det er én-til-én kontakten og dét at være til stede i nuet, der er kernen i det, de frivillige laver.

I Egedal Kommune har vi en lang tradition for at have frivillige på plejecentrene. Det skaber adspredelse, variation og meningsfyldt indhold i hverdagen for de mennesker, der bor på plejecentrene. Frivillige er både med til at forebygge ensomhed og øge de ældres livskvalitet.

Du er guld værd

I dag er det generelle funktionsniveau hos de ældre på plejecentrene ikke som i gamle dage. Det betyder utrolig meget for de ældre mennesker, at nogen sidder sammen med dem og læser avisen, eller at de kan komme ud at gå en tur med nogen. Mange har svært ved at overskue samvær med flere på én gang på grund af deres sygdom. For dem er det guld værd, at have frivillige, der blot kommer for at holde i hånd, eller gå en lille tur.

Det betyder også meget, at der er nogen, der bliver siddende til filmen slutter eller synger med til fællessangen, uden pludselig at skulle gå og tage sig af andre ting.

De frivillige giver noget helt særligt til det sociale samvær i fællesarealerne.



Alle kan blive frivillige

Det kræver ikke nogen særlige forudsætninger at blive frivillig i projekt Nærvær i Nuet. Man skal blot have lysten til at skabe gode oplevelser for de borgere, der bor på plejecentrene i Egedal. Og så er det vigtigt, at man har engagementet til at blive i mindst ét år.

Ring og hør mere

Hvis man gerne vil høre mere om projektet eller har lyst til at blive frivillig, kan man kontakte

Shasmina Gainor på:

shasmina.gainor@egekom.dk
tlf. 72 59 67 92.

Portræt af en forening

Af Lone Lunding

Formand for Egedal Landsbyråd, medlem af Ganløse Bylaug

Hvorfor er det kun landsbyerne, der har aktiviteter?

I Egedal kommune er der 10 Landsbylaug, som er medlemmer af Egedal Landsbyråd, der er en paraplyorganisation for landsbyerne oprettet efter kommunesammenlægningen. Med en fast forhandlingspligt for kommunen til at inddrage landsbyerne i alt, der vedrører landsbyen.

De 10 landsbyer er Ganløse Bylaug, Hove Bylaug, Knardrup Borger- og Grundejerforening, Ledøje Bylaug, Nybølle Bylaug, Slagslunde og Buresø Landsbylaug, Smørumovre Bylaug, Søsund Borger- og Grundejerforening, Tangbjerg, og Veksø Borgerlaug.

Landsbyerne har lidt forskellig struktur, men for at blive optaget i Landsbyrådet, skal der være en juridisk organisation, der kan tale på byens vegne. De enkelte landsbyer er forskellige af størrelse med Ganløse, hvor jeg kommer fra, som den største (3.000 indb.), og Nybølle som den mindste (50 indb.).

Vi repræsenterer 22% af kommunens borgere, og ca. 50% af kommunens areal. Nok det smukkeste med skove og søer.

Vi behandler sager, som er generelle for to eller flere af landsbyerne. Næsten alle landsbyerne er omfattet af bevarende lokalplaner, så ændringer af disse planer kan være

retningsgivende for de øvrige landsbyer.



Hvor mange ovenlysvinduer må der være i tagetagen, hvordan skal kviste udformes, hvilke tagmaterialer må anvendes, kan der anvendes solfangere og andre alternative energiformer? Hvad må de større gårde i landsbyen anvendes til?

Busdrift, hvorfor kommer cykeltien ikke, behandling af dispensations-sager i de enkelte landsbyer.

Hvordan kan vi bevare eller få nyt erhvervsliv til byen?

Fastholdelse af nærskolerne i Slagslunde og Veksø, bevarelse af bibliotek.

Aktivitetsniveauet er højt i landsbyerne, med fastelavnsoptog og tøndeslagning, affaldsindsamling sammen med Danmarks Naturfredningsforening (i Ganløse deltog 68 dette år).

Kræmmermarkeder, sankthansbål, sommerfester, f.eks. Ganløse by Night, juletræ, optog og godteposer til børn.

Fælleslokaler er vigtige for de enkelte landsbyer, for de mange aktiviteter gennem året, derfor er det vigtigt at fastholde og bevare disse.

Hvert år kæmper den enkelte landsby og Landsbyrådet mod nedskæringer på de kommunale budgetter, hvor busbetjeningen og nye stier mellem landsbyerne og til S-toget, er vigtige for borgerne.

Derfor er kontakten til byrådet og politikere valgt i vores område nødvendig. Vores landsbyer har ikke lave skattegrundlag, så offentlig service er vigtig for landsbyernes overlevelse, fastholdelse af borgerne og udvikling.

Da mine piger var små, var det vigtigt, at uanset hvor de gik i byen, var der ca. 1.000 mennesker, der vidste, hvem de var. Det giver tryghed.

Det er godt at bo i en landsby, fordi det er overskueligt, og du har nærhed til mange.



Kend din kommune

Af Ole Lind Larsen

I vores serie "Kend din kommune" er vi denne gang i Ganløse.



I Ganløse, mellem gadekæret og Bygaden ligger rytterskolen, den eneste af kommunens rytterskoler, der ikke er nedrevet eller solgt til private.

Frederik den 4.'s sandstenstavle med årstallet 1721 er indmuret til venstre for hoveddøren, men bygningen er opført nogle år senere, muligvis i 1724.

Der var undervisning i skolen indtil 1942, siden har der været kommunekontor, ligesom teknisk forvaltning og skattevæsenet har benyttet huset fra kommunesammenlægningen i 1970 og frem til det nye rådhus i Stenløse stod færdigt i 1974.

Rytterskolen i Ganløse er nu mødelokaler for byens forenings- og kultureliv, og er hjemsted for pastoratets kirkelige administration.

Kilde: Egedal Leksikon, Poul Hesbjerg



FN's Internationale Temadag for Ældre

'Tag kampen op mod aldersdiskrimination'
Fredag den 30. september 2016 fra kl. 9.45 - 14.15
i HEP-huset, Carlsbergvej 4, Stenløse

**Seniorrådet i Egedal Kommune markerer FN-dagen
med foredrag, frokost og følgende program:**

- | | |
|---------------|---|
| 09.45 – 10.00 | Ankomst og kaffe. |
| 10.00 – 10.15 | Velkomst og fællessang ved Bjarne Larsen, seniorrådsformand. |
| 10.15 – 11.00 | Foredrag om "Det sammenhængende patientforløb – Patientorienteret forebyggelse" ved Finn Kamper-Jørgensen, pensioneret læge og seniorrådsformand i Fredensborg Kommune. |
| 11.05 – 11.25 | Orientering om den kommunale sundhedstjenestes samarbejde med hospitalssektoren og den almene lægepraksis i Egedal Kommune ved centerchef Erik Petersen. |
| 11.30 – 12.30 | Frokost, smørrebrød inklusiv 1 øl/vand. |
| 12.30 – 14.00 | Jens Peter Madsen, historiefortæller - vil med gode råd og egne historier inspirere os til at fortælle vores egen historie til børn og børnebørn. |
| 14.00 – 14.15 | Fællessang og afslutning ved Bjarne Larsen. |

Arrangementet er gratis, men antallet af pladser er begrænset. Derfor kan og skal der afhentes adgangsbilletter på Ølstykke Bibliotek, i HEP-huset i Stenløse eller på Smørum Bibliotek fra

mandag den 19. september 2016, kl. 13.00

Der udleveres maksimum 2 billetter pr. fremmødt person

Hvad er det?

Af Ruddi Würtzen

Her bringer vi en ny opgave for ViPensionisters læsere.

Tingen er af lakeret bøgetræ med 12 spidse jernpigge af en længde på fire centimeter indsat. Piggene sidder med ca. én centimeters mellemrum.



Har du en god forklaring på, hvad denne ting har været brugt til, hører Ruddi Würtzen meget gerne fra dig enten på:

ruddi@mail.dk eller 40 16 68 78.

Eventuelle svar vil blive bragt i december-nummeret af ViPensionister.

Se tingen i Stenløse Kulturhus

ViPensionister har fået mulighed for at fremvise vore mindre ting i en montre i Stenløse Kulturhus. Større ting vil dog blive vist med foto.

Montren tilhører *Egedal Arkiver og Museum*, og kan ses ved indgangen fra parkeringspladsen i hele Stenløse Kulturhus' åbningstid.

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 2014.

Formand Bjarne Larsen Egernvej 3, 3650 Ølstykke	47 17 92 68 bjla@privat.dk
Næstformand Jørgen Storm Søagerbakken 125, 2765 Smørum	29 27 96 02 stormto@hotmail.com
Sekretær Per Veise Dr. Margrethesvej 59, 3650 Ølst.	47 17 97 90 vpveise@mail.dk
Kasserer Annie Havnsø Thomasen Sandalsparken 88, 3660 Stenløse	60 88 34 86 havnsoe@it.dk
Alice Pedersen Hirsevænget 17M, 3650 Ølstykke	21 44 03 36 alice3506@gmail.com
Hanne Blankensteiner Druevej 15, 3650 Ølstykke	47 17 86 91 hanne@blankensteiner.com
Henning Christensen Tokevej 40, 3660 Stenløse	47 17 07 70 henninghep@gmail.com
Lisbeth Solgaard Hansen Åkandehaven 76, 2765 Smørum	44 65 02 72 solgaardhansen@gmail.com
Ole Lind Larsen Agertoften 1, 3660 Stenløse	20 25 28 83 olelindl@post9.tele.dk
Suppleant Jørgen Lange Lærkevej 17, 3650 Ølstykke	41 56 31 06 langeja@cdnet.dk

Bisiddere: Alice Pedersen og Annie Havnsø Thomasen

Bruger- og pårørende råd (medlemmer valgt af Seniorrådet):

Egeparken:	Per Veise Suppleant Jørgen Lange
Damgårdsparken:	Annie Havnsø Thomasen Suppleant Henning Christensen
Porsebakken:	Lisbeth Solgaard Hansen Suppleant Jørgen Storm
Solkrogen/Engbo:	Alice Pedersen Suppleant Hanne Blankensteiner

Oversigt over ældreforeninger i Egedal juni 2016

SMØRUM

Ældre Sagen i Ledøje-Smørum

Formand: Jørgen Storm, tlf. 29 27 96 02, mail: stormto@hotmail.com

Næstformand: Erik Poulsen, tlf. 44 66 31 48

mail: Erik.poulsen@smoerumnet.dk

Social-humanitært område: Eva Petersen, tlf. 26 74 52 02

mail:eva.sonny@os.dk og Birgit Nielsen, tlf. 44 97 42 88

Lokalafdelingens program findes i Ældre Sagens eget blad ”Det Sker” og på hjemmesiden www.aldresagen.dk/ledøje-smørum

Vi har fokus på et spændende program, synlighed og medlemstilgang - vi søger nye, der vil yde og nyde!

Ældre i Bevægelse ÆiB

Formand: Per Husted Sørensen, Dyvelåsen 50, 2765 Smørum

Tlf. 44 65 04 63, mobil 21 47 26 25, mail: husted@smoerumnet.dk

www.aeldreibevaegelse.dk

ÆiB har til formål at tilbyde motion for borgere i Egedal på 60+. De fleste aktiviteter foregår i Ledøje-Smørum's Kultur- og Idrætscenter. Vi tilstræber at skabe trivsel, sundhed og velvære for medlemmerne ved at tilbyde en række aktiviteter, samt organisere socialt og kulturelt samvær. Se også vores hjemmeside www.aeldreibevaegelse.dk

Af aktiviteter kan nævnes flere slags gymnastik og boldspil, stavgang, cykling, badminton, tennis, billard, linedance, korsang, rejse- og teateroplevelser.

Al henvendelse om medlemskab sker til formanden.

Pensionisternes Venner

Formand: Bent Knudsen, Baltorpevej 215, 6., 2., 2750 Ballerup

Tlf. 21 49 08 99, mail: bent.knudsen@comxnet.dk

Pensionisternes Venner er en upolitisk forening, hvis formål er at fremskaffe midler til gavn for pensionister i Ledøje-Smørum. Aktiviteterne er i første række fester og udflugter. Alle kan optages som medlemmer og deltage i aktiviteterne. Bankospil hver onsdag i kulturhuset på Flodvej i Smørum.

Kontakt formanden for yderligere oplysninger.

ØLSTYKKE

Omsorgsklubben (OK - Ølstykke)

Formand: Lone Ellemann Jensen, Allegrovej 5, 3650 Ølstykke
Tlf. 28 39 07 45, mail: ok-oelstykke@mail.dk

Ældre Sagen i Ølstykke

Formand: Ann Larsen, tlf. 20 44 01 16
Næstformand: Ole Koefoed, tlf. 25 72 30 08
Besøgstjeneste: Inge Hjorth, tlf. 47 17 76 50
mail: aeldre.sagen.oelstykke@gmail.com

Kontor på Græstedgård, Udlejrevej 13B, lokale 9, Ølstykke. Her kan I få klaret spørgsmål, tilmeldinger til arrangementer samt betale for deltagelse. Tilmeldingsfrister skal overholdes. Tlf. 60 66 36 50 kun i kontortiden. Mere information på vores hjemmeside www.aeldresagen.dk/oelstykke. Du kan også kontakte os på e-mail: aeldre.sagen.oelstykke@gmail.com

Ølstykke Historiske Forening/Skenkelsø Møllemuseum

Maglehøjvej 42, 3650 Ølstykke
Formand: Peder R Iversen tlf. 47 17 53 74
Indmeldinger til kasserer Preben West Nielsen tlf. 47 17 80 91
eller mail: bpwn@mail.tele.dk

Skenkelsø Møllemuseum inviterer til mølledage første lørdag i måneden. Mangler du som pensionist socialt samvær, kan du melde dig ind i Ølstykke Historiske Forening og være med til at præge mølledagene eller deltage i møllelauget, som er aktivt hver tirsdag.

Ølstykke/Jørlunde Pensionistforening

Formand: Ida Clausen, Ved Store Dyrehave 40 st. tv. 3400 Hillerød
Tlf. 41 60 53 07, mail: kaicl@webspeed.dk

STENLØSE

Ældre Sagen i Stenløse

Formand: Kirsten Pedersen, Kornvænget 2, 3660 Stenløse
Tlf. 47 17 00 44, mail: kirstenmp@mail.tele.dk

Vore tilbud foregår i HEP-huset. Se vort program, når det bliver omdelt medio august eller se vores hjemmeside www.aeldresagen.dk/stenloese

Stenløse-Veksø Pensionist og Efterlønsforening

Formand: Ruth Thymann

Tlf. 47 17 09 14, mail: rg-thymann@mail.dk

www.123hjemmeside.dk/Stenl-Veks-pens

Arrangementer afholdes i HEP-huset, Carlsbergvej 4 i Stenløse.
Se programmet på vores hjemmeside eller hent det i HEP-huset.

Slagslunde-Ganløse Pensionistforening

Formand: Ole Persson, Karlskov Bakke 5, Ganløse, 3660 Stenløse

tlf. 23 23 36 88

Vore møder afholdes på Rytterskolen, Østergade 1, Ganløse. Foreningen blev stiftet i 1949. Vi holder møde hver anden onsdag (ulige uger), hvor vi bestræber os på, at samle vore medlemmer til sociale og kulturelle arrangementer. Vi optager enhver pensionist og efterlønsmodtager samt deres ægtefæller.

Kontakt vores formand eller mød op til et af vore møder. Vi er en flok glade pensionister, som byder ethvert nyt medlem hjertelig velkommen.

Egedal Seniorsvømning

Formand: Keld Christensen, tlf. 47 17 13 74, mail: keldmariane@mail.dk

Kasserer: Vibeke Petersen, tlf. 47 17 15 08, mail: rv40@dlgmail.dk

Svømmetiderne er ikke fastlagt ved redaktionens slutning.

Slagslunde-Klubben

Formand: Susan Kielstrup, Ved Gadekæret 4, Slagslunde, 3660 Stenløse

Tlf. 26 85 87 05. mail: biasus@oncable.dk

Stenløse Historiske Forening

Formand: Steffen Erichsen, Teglværksparken 12, 3660 Stenløse

Tlf. 48 18 38 75, mobil 22 64 62 66, mail: jese@webnetmail.dk

Hjemmeside: www.stenlosehistorie.dk

Foreningen arrangerer guidede ture til interessante historiske seværdigheder, såvel lokale som i omegnen og i hovedstadsområdet. Historiske foredrag, der omfatter generelle og nyere kulturhistorie afholdes i Stenløse, Ganløse og Veksø. Vores blad udkommer fire gange årligt og har interessante artikler og omtale af arrangementer. Bliv medlem og oplev alt dette.

Det Tredje Krydderi

Formand: Inger Lisse Dahl Hede, Skovvej 18B, Buresø, 3550 Slangerup
Tlf. 40 15 60 50, mail: buresoen@mail.dk

SEP-Bowlingklub Egedal

Formand: Jørgen Holm, tlf. 47 17 01 36, mail: b.j.holm@privat.dk

Vi spiller i Ballerup torsdage kl. 10 - 12 og fredage kl. 11 – 13. Du kan spille begge dage, hvis du har lyst. Nye medlemmer er velkomne. Julefrokost afholdes i HEP-huset.

HEP-huset, Carlsbergvej 4, 3660 Stenløse, www.hephuset.dk

Formand: Sven Levy, tlf. 47 17 22 37, mail: sven@levy.dk

Huset er åbent fra mandag til fredag fra kl. 09.30 - 16.00. I åbningstiden vil der være cafévakter til stede. HEP-huset kan anvendes til forskellige arrangementer for ældre og handicappede i Egedal Kommune. Gå ind på www.hephuset.dk og få flere informationer.

VEKSØ

Frivillige Hænder i Veksø

Kontaktperson: Hans-Erik Pedersen, tlf. 40 57 30 42
mail: frivilligehaenderiveksoe@gmail.com

Veksø Menighedsråd har i 2014 oprettet Frivillige Hænder i Veksø med det formål at skabe et lokalsamfund, hvor det er naturligt, at vi hjælper hinanden. Det skal gøre Veksø til en endnu bedre by at bo i og flytte til. Målgruppen er borgere i Veksø sogn, der indimellem har brug for en hjælpende hånd til at få løst små praktiske opgaver. Vi udfører opgaver, der ikke umiddelbart er ydelser, som borgerne har retskrav på. Bor du i Veksø, og har du brug for hjælp eller lyst til at høre mere, kan du kontakte Hans-Erik Pedersen.

Aktivitetsoversigter fremsendes til redaktionen af ViPensionister

Lisbeth Solgaard Hansen mail: solgaardhansen@gmail.com
Åkandehaven 76, 2765 Smørum

Deadline for indlæg til næste nummer er den 7. oktober 2016

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



Egedal Kommune

Dronning Dagmars Vej 200, 3650 Ølstykke

Telefon 72 59 60 00 www.egedalkommune.dk

Åbningstider	
Borgerservice	Sundhedscentret
Mandag 10.00 - 14.00	Mandag 8.00 - 16.00
Tirsdag 10.00 - 14.00	Tirsdag 8.00 - 16.00
Onsdag 10.00 - 14.00	Onsdag 8.00 - 16.00
Torsdag 10.00 - 17.30	Torsdag 8.00 - 16.00
Fredag 10.00 - 12.00	Fredag 8.00 - 15.00

På Egedal Kommunes hjemmeside kan man finde oplysninger om de forskellige kommunale tilbud og ydelser til kommunens pensionister. Derudover kan man på udvalgte områder betjene sig selv døgnet rundt.