

De professionelle pårørende

"Det har potentiale til at blive rigtig godt"

Anne Gregersen, formand for
Bruger- Pårørenderådet på
Demenscenter Kristiansminde

Det nyvalgte Bruger-/Pårørenderåd har høje forventninger til medarbejderne på Demenscenter Kristiansminde: Alle skal vide, hvordan man arbejder med demensramte, og der skal arbejdes efter metoderne døgnet rundt.

- Vi skal sikre, at alle opkvalificeres. Kristiansminde skal være demenscenter og endda et fyrtårn for området. De fine ord skal kommunen leve op til, siger Anne Gregersen, nyvalgt formand for Bruger-/Pårørenderådet på Demenscenter Kristiansminde. Hun understreger samtidig, at medarbejderne på Kristiansminde generelt er både dygtige og omsorgsfulde.

FOKUS PÅ SAMARBEJDE MELLEM PERSONALE OG PÅRØRENDE

Annes mand bor på Kristiansminde og er en yngre Alzheimers patient. Han kom på plejecenter i 2018 som 63 årig:

- Jeg tror alle pårørende er usikre og

sårbare, når deres pårørende skal på plejehjem. For det er ligesom en sorg, man går i. Ikke mindst her, hvor man er vidne til en langsom 'visnen-hen', som er meget svær at rumme for de fleste. Derfor er det så vigtigt, at personalet tager sig af ens kære med omsorg og faglig dygtighed, forklarer Anne Gregersen.

Erfaringen er, at de pårørende oplever samarbejdet med personalet meget forskelligt. Ikke alle føler sig taget alvorligt. Det kræver nogle gange stærke pårørende at blive hørt, mener Anne. Men samtidig kræver det overskud for personalet at samarbejde med de pårørende:

- Men jeg ved, vi kan optimere nogle kommunikationsveje.

RÅDET STYRKER DIALOGEN MED KOMMUNEN

Alle plejecentre i Roskilde Kommune har et Bruger- og Pårørenderåd*. Rådet repræsenterer beboerne og er med til at lægge linjerne for den daglige pleje og omsorg:

- Vi blev valgt 20. maj i år. Jeg sad som medlem i forrige periode, men resten af

medlemmerne er nye. Vi sidder fem i alt: Tre ægtefæller, en datter og en interesseret, Herman, som også sidder i Ældrerådet, forklarer Anne.

Morten Gjerskov, formand for Sundheds- og Omsorgsudvalget mener, det styrker dialogen mellem borgere og kommune:

- De er med til at sikre en god livskvalitet og trivsel for ældre borgere på plejecentrene, mener han.

Anne er enig:

- Og Kristiansminde kan blive rigtig godt. De har stor erfaring med at arbejde med demente, og hvis der så også kommer den lovede opkvalificering, en opgradering af haverne og et endnu større fokus på samarbejde, så begynder vi at kunne se fyrtårnet, slutter den professionelle pårørende.

*Det nye Hyrdehøj Plejecenter afholder suppleringsvalg til november med henblik på at få valgt et Bruger-/Pårørenderåd.

FAKTA

Bruger-/Pårørenderådet på Kristiansminde har især fokus på tre områder:

1) Sikre aktiviteter på stedet.

Demensramte borgere skal ikke bare sidde passivt. De har også krav på et liv med indhold.

2) Se på rammerne.

Der skal være ordentlige forhold – også udenfor. Haverne på Kristiansminde er forsømt. En sansehave – ligesom på det nye Hyrdehøj Plejecenter – kunne være spændende.

3) Samarbejdet mellem personale og pårørende.

Kan vi gøre det endnu bedre? Er der de nødvendige ressourcer?

Der er snart valg til
Ældrerådet

Læs mere side 3

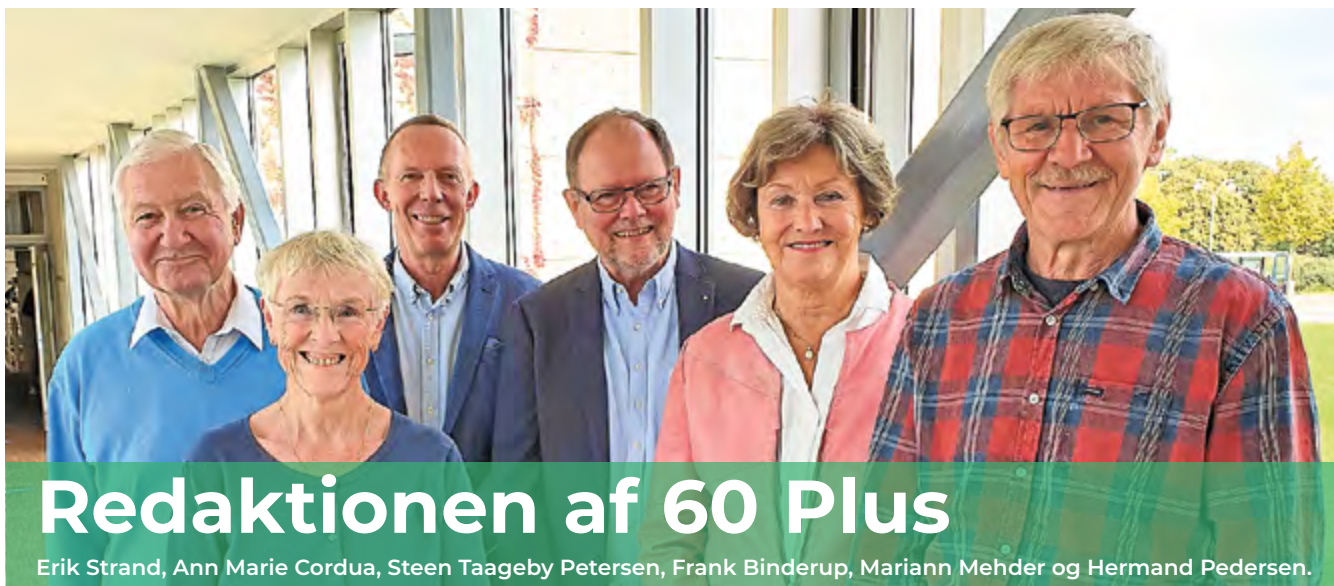
Se præsentation af
kandidaterne

Side 4-5



ROSKILDE
KOMMUNE

#ALLE TIDERS ROSKILDE



Redaktionen af 60 Plus

Erik Strand, Ann Marie Cordua, Steen Taageby Petersen, Frank Binderup, Mariann Mehder og Hermand Pedersen.

60 PLUS modtager meget gerne indlæg om aktiviteter i Roskilde Kommunes ældreklubber og klubber med relevante aktiviteter for ældre. Vi modtager også gerne indlæg og idéer fra læserne.

Skriv kortfattet og meget gerne på mail. Rejs et indlæg kritik, der retter sig mod en bestemt organisation, institution, forening eller andet, vil redaktionen så vidt muligt indhente et svar herfra, og bringe det i samme udgave.

SEND DIT INDLÆG TIL: 60PLUS@ROSKILDE.DK

Ved oplysning om planlagte aktiviteter nævnes de, der ligger fra bladets udgivelse frem til næste udgivelse.

De vigtigste informationer er: Arrangementets art, tid, sted, evt. pris, kontaklinformationer og tilmeldingsfrister.

60 PLUS SOM LYDAVIS

Roskilde Bibliotek indtaler en lydavis

for blinde, svagtseende og andre handicappede. Er du interesseret, så kontakt Sabina Faigh.

Evt på sabinaf@roskilde.dk

Sekretariatsfunktionen varetages af Steen Taageby Petersen.

Tlf. 46 31 77 14.

60plus@roskilde.dk

www.roskilde.dk/aeldreraad

60 PLUS

UDGIVELSER 2021

Bladet udkommer i alt 5 gange om året, og her følger resten af årets udgivelser.

Deadline udgivelse
Nr 5 28.09 03.11

Vi ser frem til at modtage materiale fra ældreklubber og andre relevante klubber samt personer i Roskilde Kommune.

Sendes på mail til 60plus@roskilde.dk eller med post til Roskilde Kommune, 60 PLUS, Rådhusbuen 1, 4000 Roskilde

Kære læsere

Af Marie Jørgensen,
formand for Ældrerådet



August måned har givet rigtig mange positive oplevelser. Seniorhøjskolen fungerer igen, og de mange frivillige kan nu komme på plejecentrene, så aktivitetsniveauet er igen højt til glæde for beboere og pårørende samt for de mange hjemmeboende ældre, der deltager i mange af arrangementerne.

Den 16. august var der deadline for opstilling af kandidater til det kommende ældrerådvalg. Der er 23 kandidater; 11 mænd og 12 kvinder, 10 der genopstiller og 13 nye, og alle dele af kommunen er repræsenteret. Det er meget tilfredsstillende. Som noget nyt bliver opstillingsrækkefølgen alfabetisk efter fornavn.

Endelig blev Hyrdehøj Plejecenter indviet. Beboerne har været flyttet ind siden januar, men der var først den 19. august, at det var muligt at holde et stort arrangement. Det blev en god dag med musik og flere taler. Lækker mad og mange slags drikkevarer til rådighed. Lederen Vinni Rasmussen roste byggeriets placering tæt på det grønne og tæt på indkøbscenteret. Men også materialevalget og den bevidste brug af farver blev omtalt. Borgmester Tomas Breddam og udvalgsformand Morten Gjerskov takkede de mange samarbejdspartnere og roste ledere og medarbejdere, der har knoklet for at få byggeriet færdigt. For os fra Ældrerådet, der har været med i processen, var det dej-

ligt at se det flotte resultat. Det var især en oplevelse at iagttage de mange glade beboere.

Det stigende antal ældre betyder, at det næste byggeri af et nyt plejecenter skal planlægges i 2022. Heldigvis har byrådet besluttet at bruge grunden fra Asterscenteret. Ældrerådet har gennem længere tid ønsket flere bynære plejepladser, så vi er godt tilfredse med den beslutning. Det bliver spændende at se, hvordan dygtige arkitekter løser opgaven, så der skabes en helhed med plejecenter, bytorv, kirke og skole.

I Ældrerådet har vi haft en temadebat om forebyggelse. Det resulterede i en skrivelse til byrådspolitikerne og en pressemeddelelse, som blev bragt i Dagbladet, Roskilde. Jeg deltog i budgetdebatten med et læserbrev med titlen "Nu er det nok - der skal flere penge til". Jeg redegjorde til Dagbladet for Ældrerådets holdninger, nemlig at der mangler penge på grund af besparelser og de mange coronarelaterede udgifter. Det resulterede i en lang artikel i avisen. Det er selvfølgelig dejligt, at Ældrerådets arbejde bliver omtalt i medierne.

Den 31. august blev der indgået et bredt budgetforlig. Der er ikke besparelser denne gang, men heller ikke udvidelser på ældreområdet. Det lykkes altså ikke at få fjernet fradraget for "sund aldring."

Den 1. oktober skal vi fejre FN's in-

Kort om Ældrerådet

Alle kommuner skal have et Ældreråd, og i Roskilde Kommune består det af 13 personer. Der er valg til Ældrerådet samtidig med kommunalvalget, og det nuværende råd begyndte sin fireårige valgperiode den 1. januar 2018.

Byrådet skal høre Ældrerådet om alle initiativer, der har særlig betydning på ældreområdet. Høringen skal finde sted, inden sagerne besluttet politisk. Det gælder kommunens budget, kvalitetsstandarder og tilgængelighed på offentlige steder samt en række andre forhold.

Ældrerådet afholder deres møder på rådhuset. Post, der ikke sendes direkte til Ældrerådets formand, skal derfor sendes til:
Roskilde Kommune, Social- og Sundhed, Postboks 100, 4000 Roskilde.



Navn	Email-adresse	Telefon
Marie Jørgensen, formand	marj@privat.dk	30 31 21 44
Fleming Friis Larsen, næstformand og sekretær	fleming@friislarsen.dk	29 99 16 14
Erik Strand, kasserer	enstrand1@gmail.com	26 85 93 26
Ann Marie Cordua	olsdua@mail.tele.dk	46 78 76 08
Eva Hansen	evahansen484@gmail.com	28 87 01 18
Frank Binderup	frank@fbinderup.dk	22 44 10 30
Hermand Pedersen	hermand_pedersen@yahoo.dk	61 27 46 36
Mariann Mehder	mariann.mehder@mail.dk	46 32 40 25
Marianne Lund	seniorlund@hotmail.com	61 79 49 13
Ole Nyholm-Pedersen	ole.nyholm@webspeed.dk	40 31 01 19
Per Christensen	pehac@vip.cybercity.dk	46 36 38 75
Tove Lunde Amsinck	toveam@outlook.dk	27 21 54 80

ternationale ældredag, hvor emnet er "Lige muligheder i et digitalt samfund". Der bliver et arrangement i kantinen på

Rådhuset, men det er ikke færdigaftalt, så hold øje med annoncen i Roskilde Avis.



Der er valg til Ældrerådet i Roskilde Kommune den 16. november 2021, samme dag som kommunal- og regionsrådsvalget.

Alle borgere, der er fyldt 60 år på valgdagen den 16. november 2021 og tilmeldt folkeregistret i Roskilde Kommune, kan stemme. I Roskilde Kommune er cirka 23.400 borgere stemmeberettigede til Ældrerådsvalget.

Ældrerådet er et rådgivende organ, der varetager de ældres vilkår og interesser i kommunen. Rådets medlemmer er med i maskinrummet og rådgiver de lokale politikere om alt, der vedrører ældre bl.a. sundhed, trivsel, forhold på plejecentre, kulturtilbud og en række andre områder. Det er lovbestemt, at alle kommuner skal have et ældreråd.

Der skal vælges 13 personer til Ældrerådet. Der er opstillet 23 kandidater i Roskilde Kommune, og du kan læse om dem på de næste sider.

Kandidaterne er opstillet i alfabetisk rækkefølge efter fornavn. Ældrerådsmedlemmer skal vælges som enkeltpersoner, og ikke som repræsentanter for politiske partier, interesseorganisationer m.v. Ældrerådet der nu skal vælges, sidder i perioden fra 1. januar 2022 til 31. december 2025.

Du kan læse mere om Ældrerådsvalget på www.roskilde.dk/aeldreraadsvalg. Her kan du også læse referater fra møder, høringssvar, vedtægter og andet fra Ældrerådets aktiviteter.

Valget foregår også denne gang som et fremmødevalg. Det betyder, at du modtager et valgkort til Ældrerådsvalget samtidig med valgkortet til kommunal- og regionsrådsvalget. Valgkortet medbringes herefter til stemmestedet, hvor du kan afgive din stemme til alle tre valg.

Der bliver naturligvis også mulighed for at brevstemme på Borgerservice og på bibliotekerne. Dato for start af brevstemmevalg samt praktiske oplysninger i øvrigt bliver annonceret på et senere tidspunkt.

Valgresultatet fra ældrerådsvalget offentliggøres den 18. november 2021 på Roskilde Kommunes hjemmeside og efterfølgende i dagspressen.



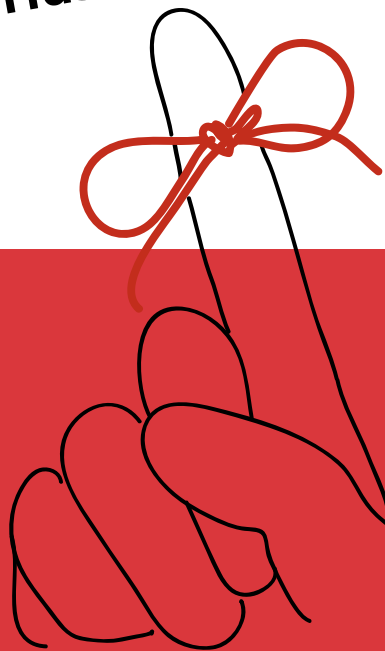
Vil du hjælpe med valget?

Vi har brug for mange valgtillforordnede til at afvikle valget forsvarligt på samtlige 19 valgsteder på valgdagen den 16. november. Hvis du vil være valgtillforordnet, så send en mail med dit navn, adresse og telefonnummer til: aeldreraadsvalg@roskilde.dk

Du kan også ringe til Jens Lykke Hansen på tlf. 30 84 14 27 eller Steen Taggeby Petersen, 46 31 77 14. De er konsulenter i Roskilde Kommune og ansvarlige for afviklingen af Ældrerådsvalget.

Du må gerne overveje, om du ønsker at være valgtillforordnet i den sydlige, nordlige eller midterste del af Roskilde Kommune. Hvis du gerne vil være på et specifikt valgsted, forsøger vi at tage højde for det, men i sidste ende skal vi have alle valgtillforordnede delt ud på alle valgsteder.

Huskeuge 38



Husk dem, der glemmer...

Roskilde Kommune har fokus på demens i uge 38 sammen med Alzheimerforeningens lokalforening og Ældre Sagen Roskilde.

Det markeres blandt andet med et foredrag med Lone Carmel den 21. september, kl. 17.00 - 18.30 på Demenscenter Kristiansminde Cafe. Lone fortæller om sin personlige rejse mod et meget ukendt land med udgangspunkt i sin bog "Demens, dilemmaer og stjernestunder".

maer og stjernestunder".

Tilmeld dig ved at send en mail til demensteam@roskilde.dk. Du får bekræftelse på tilmeldingen. Bemærk maksimum 50 deltagere

Demensvenligt Danmark har lanceret et nyt nationalt demenssymbol, der skal gøre demens mere synligt og på den måde gøre det lettere at give en håndsrækning til mennesker med demens. Du kan bestille et demens-

symbol og læse mere om

det på demensvenligt danmark.dk. Huskedagen er den 25. september, hvor Alzheimerforeningen sætter et særligt fokus på mennesker med demens og deres pårørende med en landsdækkende indsamling, kaldet Huskedagen.

Læs mere om alle arrangementer på roskilde.dk/huskeugen.



21. september kan man høre et foredrag med Lone Carmel, forfatter til bogen "Demens, dilemmaer og stjernestunder".



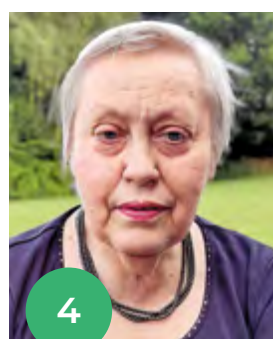
Kandidatbeskrivelser

1) ANNE KLEIN, VIBY SJÆLLAND

Ældrerådsarbejdet er en naturlig forlængelse af den indsats, jeg har ydet: Som skoleelev i elevråd, som voksen i fagforeningsarbejde og som ældre med kulturhus- og svømning. Nu ønsker jeg at varetage de svageste 60 plus-borgers vilkår, hvor mange kan have svært ved at forholde sig til et samfund i udvikling fx med den ny teknologi. Med alderen svækkes vi jo alle, og er man yderligere bebyrdet af fysiske, psykiske eller økonomiske udfordringer, kan denne del af livet let blive op ad bakke.

2) ERIK STRAND, JYLLINGE

Har boet i Jyllinge i 40 år. Jeg har tre børn og er gift med Birgitte. Er uddannet i regnskab på CBS og var i 14 år økonomidirektør på TOMS. Medlem af Ældrerådet og sidder i Forretningsudvalget på 8. år. Aktiv i kulturelle foreninger samt i Pensionistforeningen og i Ældresagen. I Ældrerådet har jeg særlig interesse i det sociale og kulturelle område. Vi udfærdiger mange høringsvar/ anbefalinger til de politiske udvalg, som er ganske lydhørig for vore svar. Vil fortsat arbejde for ældres aktive og gode liv.



3) ERIK THOMSEN, ROSKILDE

Ældrerådet bør tage sig af de problemer, der kan opstå for de ældre. Selv om langt de fleste ældre klarer sig godt, og har et godt liv, er der en restgruppe, der har behov for, at nogle taler deres sag. Derfor må Ældrerådet forlange, at kommunen overgiver alle klager over ældreplejen til ældrerådet, medmindre borgerne udtrykkeligt frabeder sig det. Vigtigst er, at det ikke bliver os ældre, og andre udsatte grupper, der kommer til at betale, ved nedskæringer på området, på grund af kommunens dårlige økonomi.

4) EVA HANSEN, HIMMELEV

Jeg vil gerne gøre en forskel for ved at tale de ældre borgers sag i Roskilde kommune. Jeg har gjort rent på Roskilde sygehus i 28 år og været medarbejder repræsentant i firmaets bestyrelse ISS. Jeg har haft forskellige andre bestyrelsesposter i tidens løb. Jeg har siddet i Ældrerådet i en periode og vil gerne fortsætte mit arbejde en periode til. Mine hjertesager: kollektiv trafik, bedre busforbindelser til ældre, bedre tilgængelighed. Alle ældre skal høres.

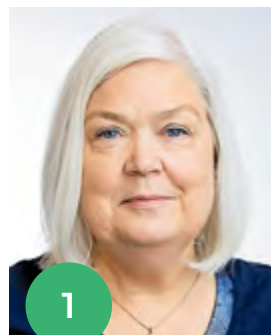
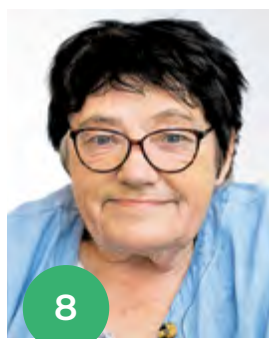
5) FLEMING FRIIS LARSEN, HIMMELEV

Jeg genopstiller til Ældrerådet hvor jeg er næstformand. Ældrerådet har en nøglefunktion i udviklingen af Roskilde kommunes ældrepolitik. Som næstformand for Ældre Sagen har jeg stor erfaring om ældrepolitiske forhold. Det vil jeg bruge målrettet i Ældrerådsregi. Ældrerådet er samarbejdspartner og modspiller til kommunen og det politiske system med henblik på bedst mulig varetage af ældre borgers rettigheder. Min organisationsmæssige erfaring vil jeg derfor gerne fortsat stille til rådighed for Ældrerådet.



6) FLEMMING LÖNQVIST, GADSTRUP

Jeg stiller op fordi jeg har lysten og evnen til at hjælpe og virke for andre, med den viden jeg besidder. Jeg har hele mit arbejdsliv været i "servicefag". Jeg var domsmand i Landsretten i 8 år og lærte at beskue tingene på en objektiv måde. Retfærdighed sidder altså dybt i min sjæl. Jeg har siddet i byrådet i 4 år og fik



her viden og erfaring i, hvordan politik virker. Bliver jeg valgt, så vil jeg arbejde for at fremme de ældres velfærd og vil medvirke til at de ældre i Roskilde bliver ordentlig og retfærdig behandlet.

7) FRANK BINDERUP, ROSKILDE

Vi har et liv, og det skal vi have det bedste ud af og behandle hinanden med respekt, værdighed og også gerne kærlighed. Med livets forandringer skal vi holde os i gang, og have gode rammer for vores hverdag. Når hverdagen fungerer og er tryk, er det nemmere at skabe fest og farver. Velstand og velfærd kommer ikke kun af sig selv. Ældre er en vigtig ressource og en del af samfundet. Jeg engagerer mig i min familie, venner, der hvor jeg lever, og er aktiv i flere foreninger og netværk.

8) HANNE SEYBOLD, ROSKILDE

Værdighed i alderdommen er for mig et stærkt ønske. Det vil jeg arbejde på, hvis jeg bliver valgt til Ældrerådet i 2021. Hvordan? Holde øjne og ører åbne især overfor især de ældre, og være medvirkende til, at urimeligheder ændres. Nye tiltag, der kan styrke sammenhold og forhindre ensomhed, det vil jeg prioritere højt. Hvem er jeg? Kvinde, 77 år og enke i mange år. Arbejde: private virksomheder og det offentlige, begge steder i ledende stillinger. Det politiske miljø i Roskilde er jeg fortrolig med.

9) HANS HENRIK OLSEN, HIMMELEV

Jeg vil arbejde for, at ældreområdet er karakteriseret ved:

- mulighed for et aktivt ældre liv i fællesskaber
- omsorg med fokus på den enkeltes ønsker og behov

sker og behov

- gennemskuelige kvalitetsstandarder
 - betalelige ældreboliger i hele kommunen
 - gratis offentlig transport
 - styrket samarbejde mellem region og kommune om sundhed
 - klarhed om økonomi og prioriteringer.
- Jeg er pensioneret lærer og overenskomstkonsulent. Jeg har konkret kendskab til ældreomsorg og -pleje gennem mine forældre i Jyllinge.

10) HERMAND BASBALLE, ROSKILDE

Jeg genopstiller til Ældrerådet. I 2019 forlod jeg arbejdsmarkedet som socialpædagog i socialpsykiatrien. Det var udfordrende og spændende at kunne gøre en forskel. Det samme gør sig gældende i Ældrerådet. Jeg vil som valgt søge samarbejde med forvaltning og de politiske udvalg. Jeg vil lytte og give stemme til mine 60+ medborgere og sikre kvalitet i tilbud af aktiviteter samt omsorg og pleje af de ældre, der har eller får behov. Borgere 60+ har en stemme, der skal høres.

11) INGE-MERETHE JENSEN, ROSKILDE

Jeg er aktiv folkepensionist med et godt deltidsjob. Jeg flyttede til Roskilde Kommune i 2020. Indtil da var jeg medlem af Greve Ældreråd, heraf 1½ år som formand for rådet. I mine yngre år arbejdede jeg i hjemmeplejen, hvilket gav mig glæde og en forståelse for de svage ældres vilkår og vigtigheden i, at ressourcestærke personer bidrager til debatten om rettigheder og vilkår for samfundets ældre. Jeg stiller op til Ældrerådet, da jeg ser det som et privilegium, at få lov til at bidrage med min viden.





12) JEANETT DREWSSEN, ROSKILDE

Jeg er 60 år og bor i Musicon i et 3-generationers familiefællesskab. Jeg er pædagog og har arbejdet med skolebørn i mange år, men har siden 2016 været ansat indenfor ældreplejen, hvor jeg har arbejdet med mennesker med Demenssygdomme. Jeg har arbejdet fagpolitisk i en lang årrække. I Ældrerådet kunne jeg godt tænke mig at være med til at modernisere den måde Ældrerådet kommunikerer med de ældre og de gamle på. Jeg repræsenterer selv en generation af ældrestyrken, som kræver at blive hørt og som har lært at råbe op.



15) LONE INGEMANN, TREKRONER

Jeg er 62 år og bor i Trekroner. Jeg stiller op til Ældrerådet pga. min interesse for ældres vilkår i Roskilde. Jeg har erfaring fra bl.a. Forbrugerrådet, hvor jeg i en årrække var forbrugernes vagthund i det regionale tandlægeklagenævn. Derfor er jeg vant til at læse sagsakter og sætte mig ind i komplicerede sammenhænge, og ikke mindst at diskutere med embedsmænd og fagfolk. Denne erfaring – kombineret med min jyske skepsis og snusfornuft – tror jeg kan være nyttig i Ældrerådet.



18) MARIE JØRGENSEN, GADSTRUP

Jeg genopstiller, fordi arbejdet i Ældrerådet er spændende, og det nytter. Politikerne lytter til vores høringsvar og kommentarer, og vi bliver inviteret med i følgegruppen til byggeri af nyt plejecenter og i diverse arbejdsgrupper. Det stigende antal ældre betyder, at der skal kæmpes for at bevare serviceniveauet. Det har jeg 12 års erfaring i. Og gennem frivilligt arbejde har jeg stort kendskab til, hvad der rører sig blandt kommunens ældre.



16



17

nelle virke har jeg erfaring med dialog med offentlige myndigheder, hvor jeg prioriterer åbenhed, ærlighed samt respekt for alle parter. Erfaring med at følge ældre og deres behov, samt virkelyst til at bidrage til yderligere forbedring af forholdene for ældre i Roskilde, gør mig til en attraktiv kandidat.

22) TOVE AMSINCK, HIMMELEV

Har været med i Ældrerådet i 4 år. Har stor lyst til at fortsætte arbejdet for at få medindflydelse på ældrepolitikken i kommunen. Det er vigtigt for mig, at ældre kan have godt og meningsfuldt ældreliv, at ældre bliver mødt med respekt og værdighed, som den person de er. Jeg vil derfor have fokus på omsorg og tryghed i den ydelse, som gives til ældre, uanset om man er fuld funktionsdygtig, fysisk eller psykisk handicappet. Vi skal alle kunne gå en tryk fremtid i møde som ældre i Roskilde kommune.

23) VIVI SKRIVER, GUNDSØMAGLE

Jeg er 74 år og gift med Benny. Jeg flyttede til Gundsømagle i 2012. Inden da har jeg siddet i kommunalbestyrelsen i Rødovre i 8 år. Her bestred jeg posten som næstformand i det sociale udvalg. Her var det især de dementtramte borgere, der var mit hjerteområde. Jeg har været fængselsbesøgsven i 16 år for Røde Kors. Domsmand i 20 år ved Byretten i Rødovre. I oktober 2013 startede jeg spisevennerne op i ÆldreSagen Gundsø. Jeg stoppede ultimo 2020. Det har været lærerigt men efter mere end 7 år syntes jeg det var på tide, at én anden kom til.



13) JUDITH FJELSTRUP, ROSKILDE

Jeg er gift og bor i Roskilde. Jeg vil gerne være med til at rådgive og påvirke de lokale politikere, så vi kan arbejde for en bedre ældrepolitik i Roskilde Kommune. Specielt social og sundhedspolitikken, med bedre vilkår for beboere og personale på plejecentre og i hjemmeplejen. Jeg er aktiv gymnastikinstruktør for 60 plus medlemmer. Her mærker jeg, hvor vigtigt det er med tilbud til bevægelse og træning til forebyggelse og vedligeholdelse af kroppens funktioner.



16) MARIANN MEHTER, HIMMELEV

Efter flere lærerige perioder som medlem af Ældrerådet, ønsker jeg fortsat at være med til at forbedre forholdene for alle 60+ i Roskilde Kommune. Der skal være muligheder for et godt ældreliv med gode boligforhold samt fokus på normering af plejepersonale. Jeg har fingeren på pulsen – bl.a. i Bruger- og Pårørenderådet på et plejecenter og som redaktionsmedlem i informationsavisen 60PLUS. Det er vigtigt, at vi som Ældreråd hele tiden er synlige for de valgte politikere i Byrådet til gavn for alle 60+ i Roskilde Kommune.



20

19) NIJS JAN DUIJM, JYLLINGE

Jeg opfatter mig stadig som ung og frisk, selvom jeg er fyldt 62. Netop derfor stiller jeg op til Ældrerådet, da der kommer et tidspunkt, hvor man får brug for hjælp. Jeg bakker op om Ældrerådets visioner, især mht. ældre- og sundhedspolitik, og det er dér, jeg gerne vil sætte fokus. Jeg synes, at ældreplejens kvalitet i Roskilde skal nøje overvåges. God ældrepleje kræver kompetent og motiveret personale. Vi skal sikre, at vi har den bedste service for pengene.

20) PER CHRISTENSEN, ROSKILDE

Jeg oplever tit at min stemme som ældre medborger overhøres når der tales om velfærd for os ældre. Jeg føler at fordi jeg er ældre så er jeg bare en sur gammel mand. Det er den holdning jeg ønsker at ændre hvis jeg bliver valgt til Roskilde ældreråd. Fordi man er blevet gammel, så er man ikke sur, bare fordi man har en holdning.

21) SØREN POULSEN, VEDDELEV

Jeg hedder Søren Poulsen, er 65 år og efter 40 års arbejdsliv, pensionist. Siden 1999 har jeg med familien boet i Roskilde og har dermed et godt kendskab til byen og kommunen. Fra mit professio-



21



22



23

14) KLAUS POULSEN, SVOGERSLEV

Der bliver flere og flere ældre. Det kræver et stærkt ældreråd, der hele tiden arbejder for at ældre får en værdig pleje. Flere varme hænder og en ældrepolitik værdibaseret på omsorg, empati og hjertevarme. Der er derudover mange emner som relaterer sig til ældrepolitikken: Adgangsforhold, busforbindelser, bofællesskaber for seniorer, kulturtilbud for bare at nævne nogle eksempler som jeg vil arbejde for. Derfor stiller jeg op til ældrerådsvalget.

17) MARIANNE LUND, ROSKILDE

Indeværende periode har vist mig vigtigheden af Ældrerådets rolle som vagthund, talerør og rådgiver for Byrådet. Hvad enten du er fuldt funktionsdygtig eller har et handicap, skal der være lige muligheder for alle. Det skal bl.a. en kommende sundhedsaftale og kommunens forebyggende indsats understøtte. Ældrerådets rådgivning har stor betydning. En høj kvalitet i ældreplejen forudsætter tilstrækkelige ressourcer. Byrådet skal holdes fast på det ansvar. Det vil jeg i en konstruktiv dialog arbejde for.

IDRÆT FOR ALLE uanset handicap

Idræt kan skabe fællesskaber. Det er også noget, de oplever hos Roskilde Handicap Idrætsforening, som tilbyder forskellige idrætsgrene, såsom skydning, bowling, boccia, og showdown.



Foreningen har 73 medlemmer fordelt på mange forskellige handicap og aldre.

Medlemmerne har også mulighed for at komme ud at svømme, hvilket mange af dem aldrig har prøvet før. Foreningens ældste medlem er i starten af 90'erne og cykler stadig på tandem, når helbredet tillader det.

Spørger man ind til, hvordan en frivillig i foreningen ser ud, peger formand Geert Hansen på sig selv. Han startede nemlig selv ud som frivillig assistent i foreningen, før han blev valgt ind som

formand i 2016. Som tidligere chef for Flyvehjemmeværnet i Roskilde var det oplagt for ham at hjælpe til på et af foreningens skydehold.

- Det startede, da min tidligere næstkommanderende ringede til mig og spurgte, om jeg ikke ville hjælpe hans skleroseramte søn, som var medlem af foreningen, fortæller Geert Hansen. Han kendte kammeratens søn, Max, i forvejen, og havde endda lært ham at skyde med ægte våben, da Max var soldat i flyvehjemmeværnet ved Roskilde

Lufthavn.

Geert Hansen var frivillig i foreningen i 3-4 år, før han blev valgt som formand til generalforsamlingen i 2016.

Roskilde Handicap Idrætsforening har eksisteret siden 1972. Siden 1978 har foreningen holdt til i den gamle kaserne på Kildegården 10.

I 2022 har Roskilde Handicap Idræts-

forening 50-års jubilæum, hvilket selvfølgelig skal fejres.

- Planlægningen er i gang, og jeg er ikke i tvivl om, at det nok skal blive et godt arrangement, siger Geert Hansen.

Du kan læse mere om Roskilde Handicap Idrætsforening på deres hjemmeside rohif.dk



Tips DIN SUNDHED

Bliv vaccineret mod influenza

Det kan være alvorligt at blive ramt af influenza. Du bør lade dig vaccinere mod influenza, hvis du har en kronisk sygdom, eller af andre grunde har øget risiko for at blive alvorligt syg, hvis du får influenza. Spørg eventuelt din læge, om du bør blive vaccineret. Sundhedsstyrelsen anbefaler alle på 65 år og derover at blive vaccineret.

Det er gratis at blive vaccineret mod influenza i perioden 1. oktober 2021 til 15. januar 2022, hvis du

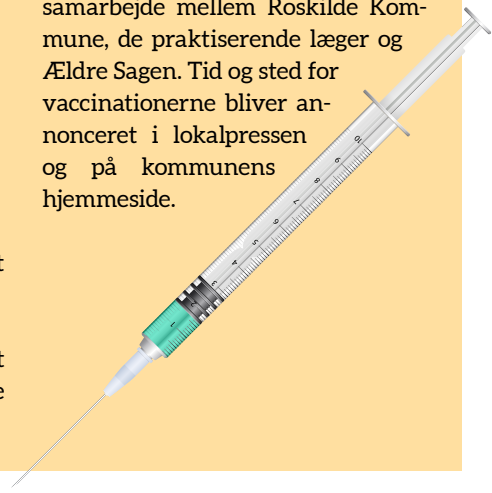
- er fyldt 65 år på vaccinations-tidspunktet
- er førtidspensionist
- har en kronisk sygdom, fx KOL eller astma
- er svært overvægtig med et BMI på mere end 40.

Du kan blive vaccineret hos blandt andre din egen læge.

Det er vigtigt, at blive vaccineret hvert år, hvis du tilhører en af de

nævnte grupper. Mængden af antistoffer mod influenza falder nemlig med tiden og vil ikke være tilstrækkelig til at beskytte i det efterfølgende år. De forskellige influenzavirus forandrer sig også genetisk. Dermed beskytter immuniteten fra en tidligere vaccination ikke nødvendigvis mod det ændrede virus. Og derfor fremstilles der hvert år en ny vaccine, der svarer til de forventede virusstammer.

I år holdes der igen åbent hus arrangementer med vaccinationer i et samarbejde mellem Roskilde Kommune, de praktiserende læger og Ældre Sagen. Tid og sted for vaccinationerne bliver annonceret i lokalpressen og på kommunens hjemmeside.



Quiz

60 PLUS

1. Hvornår holder Alzheimerforeningen Huskedag?
☐ 25. september ☐ 1. november ☐ 10. december
2. Hvor mange medlemmer er der i Bruger-/Pårørenderådet på Demenscenter Kristiansminde?
☐ 5 ☐ 8 ☐ 10
3. Fra hvornår kan visse borgere blive gratis vaccineret mod influenza?
☐ 25. september ☐ 1. oktober ☐ 20. november

Alle svarene findes i denne udgave af 60 PLUS!

Send svarene inden 29. september 2021 til:

60 PLUS, Sekretariatet, Velfærd, Postboks 100, 4000 Roskilde

Du kan også sende svarene i en mail til: 60plus@roskilde.dk

Vinderne får direkte besked.

Tillykke til vinderne fra 60PLUS nr. 3, 2021:

1. præmie: Preben Ingemann, Roskilde
2. præmie: Henning Bent, Roskilde
3. præmie: Helle Mortensen, Roskilde

PRÆMIER:

1. præmie: 1 flaske snaps
2. præmie: 2 flasker rødvin
3. præmie: En æske chokolade

Navn:

Adresse:

Postnr./By

Tlf.

Aktiviteter i lokale foreninger

OK-KLUBBEN ROSKILDE

WWW.OK-ROSKILDE.DK

Formand: Bodil Jacobsen, tlf. 40943036
Foredragsrække i samarbejde med AOF-Roskilde på Margrethegården, Dr. Sofies vej 68, 4000 Roskilde. Starter torsdag, den 16. September 2021, kl. 14-16.
Tilmelding hos AOF, tlf. 46355895

23. september: Udflugt m/frokost til **Sandskulpturerne i Hundested**. Tilmelding til Bodil Jacobsen, tlf. 40943036 senest 19. september.

Influenzavaccinationer:

1. oktober 2021
Kl. 9-11 Himmelev Gl. Præstegaard.
Kl. 12-13 Sognehuset Nordgården i Svogerslev.
Kl. 14-15 Margrethegården.
13. oktober:
Kl. 9-10.30 Himmelev Gl. Præstegaard.
Kl. 11.30-13 Margrethegården.

Seniordans

På Himmelev Gl. Præstegaard:
9 torsdage kl. 15-17, f. g. 2. september
Henv. til Anne-Mari Hartoft,
tlf: 40 42 06 85

Aktiv Mandag

Gundsøllehallen
Store Valbyvej 248 A Roskilde
Henvendelse: Judith Elmlund
Tlf. 40 71 06 95
Kasserer: Johannes Hansen
Tlf. 46 78 70 66
Hjemmeside www.gsgif.dk
Nu er vintersæsonen i gang. Vi mødes hver mandag kl. 13.30 - 15.30. Fælles opvarmningsgymnastik i tre kvarter. Derefter pause med kaffe og te. Herefter badminton, boccia, billard og bob. For dem der vil have mere sved på panden kan vi fortsætte med floorball.
Er det noget for dig? Mød bare op om mandagen og vær med eller du kan kontakte Robert Sørensen
tlf. 61 59 08 77.
Kontingent 300kr pr halvår.

Ældre Sagen Roskilde

Allehelgensgade 23A, 4000 Roskilde.
KONTORTID: Mandag - fredag kl. 10-12
Tlf. 46 35 30 90.
Mail: aeldresagen.roskilde@mail.dk
Hjemmeside:
www.aeldresagen.dk/roskilde

Tilmelding og betaling til arrangementer på kontoret eller online på hjemmesiden. Læs mere om nedenstående arrangementer og øvrige aktiviteter på vores hjemmeside.

Få sendt vores Nyhedsbrev på mail. HUSK, du kan tilmelde dig på vores hjemmeside.

Har du lyst til at være frivillig i ÆLDRE SAGEN ROSKILDE?

Du kan vælge mellem mange forskellige aktiviteter: Tryghedsopkald, demensgæst, programudvalg, kontorvagt m.m. Du er velkommen til at ringe til vores kontor på tlf.: 46 35 30 90 (hverdag kl. 10-12) og høre nærmere.

PC-besøgsven: Kommer hjem til dig og hjælper med tekniske pc-problemer.

På hjemmesiden, i årsprogrammet og på kontoret kan du se nærmere, også om vores øvrige aktiviteter, bl.a. JURIDISK OG ØKONOMISK VEJLEDNING, ÆLDRE-VEJLEDER, BISIDDERE, TRYGHEDSOPKALD, AFLASTNING AF PÅRØRENDE TIL DEMENTE, SPISEVENNER, FOREDRAG, DAME- og HERREVÆRELSET.

Besøg på **DANMARKS JERNBANE-MUSEUM OG GALLERI GALSCH-ØT** I ODENSE Torsdag den 4. november 2021. Kl. 8.00 afgang fra Roskilde Hallerne. Pris 780 kr. (Med tilskud nedsat til 500 kr.) Tilmelding og betaling fredag den 3. september til fredag 1. oktober.

MOSEDE BATTERI - I DAGLIG TALE KALDET MOSEDE FORT

Onsdag d. 17. november 2021. Afgang fra Roskilde Hallerne kl. 10.00. Pris 560 kr. (Med tilskud nedsat til 300 kr.) Tilmelding og betaling fra torsdag den 21. oktober til fredag 29. oktober.

Folkeuniversitetet Skjoldungernes Land

Føler du dig ensom i coronatiden? Og har du lyst til at være sammen med andre? Så er denne invitation måske lige noget for dig.

Du kan nemlig deltage i en **heldagstur til centrum i Roskilde**. Her skal du sammen med en gruppe andre mennesker gå tur på Kulturstrøget, og undervejs skal vi se og høre fortællinger om de kunststudsmynkninger i de offentlige rum, der findes langs dette strøg. Vi skal også gå gennem de offentlige haver, og gå over de mange små torve og pladser, der ligger på strøget.

På turen besøger vi Roskilde Domkirke, hvor vi hører om to udvalgte kapeller. Og undervejs skal vi have en lille servering i Roskilde Museums Café. Det hele er ganske gratis, da turen betales af en økonomisk pulje fra Slots- og Kulturstyrelsen.

Det er en betingelse for at deltage i turen, at du er senior eller ældre, og du skal være bosiddende i Roskilde Kommune. Du skal kunne gå de ca. 2 km, som turen strækker sig over, og vi går i et roligt tempo. Da meget af turen foregår udendørs,

skal din påklædning være efter vejru-sigten og du skal have gode sko på. Turen kræver ikke at du har kendskab til kunst. Denne heldagstur finder sted onsdag den 20. oktober 2021.

Vi mødes kl. 10.15 på Domkirkepladsen ved indgangen til Domkirken. Turen slutter på Stændertorvet ca. kl. 15.00.

Der er plads til 25 deltagere, og tilmeldingen sker efter "først-til-mølle-princippet". Tilmelding fra fredag den 1. oktober.

Du skal sende en e-mail til:
mp@snegom.com

Her skal du skrive dit navn og også gerne din e-mail, hvis du har en sådan. Du skal ikke oplyse din adresse eller din alder. Du kan også ringe til mobil 4012 7280. Turen arrangeres af Folkeuniversitet Skjoldungernes Land, og turens guide er Mogens Petersen, der giver yderligere oplysninger om turen på tlf. 4012 7280 eller ved at sende dit spørgsmål til mp@snegom.com

HK-seniorklubben Roskilde

Hersegade 13, 4000 Roskilde

Tilmelding til arrangementerne: Medlem af HK er påkrævet
HK receptionen telefon 33 64 17 20
Formand Inger Juel Hansen
telefon 27 13 85 90
Kasserer Gitte Hjort Nielsen
tlf 60 88 69 54
e-mail: gitte_hjort@hotmail.com

Sensommertur til Zen-garden

Tirsdag den 31. august kl. 9.30 fra Ny Østergade. Utrolig flot have med mange blomster. Efter rundtur i haven er der frokost og kaffe.

Vi har fået tilskud til turen fra ældre-pakken 2021 via Faglige seniorer.

Tur til Greve Museum

Tirsdag 21. sept. kl. 10.15 fra Ny Østergade. Spændende museum, hvor vi kan genkende mange ting fra barndommen. Frokost på Jenners Seaside, Greve havn. Tilmelding senest tirsdag 14. sept.

Efterårstur til Holmegaard Værk

Tirsdag 12. oktober kl. 9.30 fra Ny Østergade. Rundvisning i Nordens nye museum for Glas, keramik og design. Herefter frokost i Restauranten.
Tilmelding senest tirsdag 28. sept.

Bankospil

Mandag 22. november kl. 12.
Vi spiller om and, snaps og chokolade
Der serveres kaffe og æbleskiver.
Tilmelding senest mandag 15. november

Ældre Sagen Gundsø

Kirkebjergvej 8, 4040 Jyllinge

Kontortid: Onsdage 9.30-14.00
tlf. 46 73 19 20.

www.aeldresagen.dk/gundsø

Aktiviteter og arrangementer er beskrevet med kontaktoplysninger, priser, tilmeldingsfrister m.v. på foreningens hjemmeside og i Katalog for sæson 2020/21

Faste aktiviteter - de fleste en gang om ugen:

Mandage m.fl.: Bordtennis, Krolf, Træn dig glad

Tirsdage m.fl.: Bowling, Cykling uden alder, Minigolf på Spraglehøjgaard

Onsdage Billard, Bridge, Fiskeklub, Flittige hænder, IT-café med hjælp, undervisning og Support, Petanque, Whist
Torsdage Skovfitness 10.30

Få hjælp til en bedre hverdag:

Besøgsvenner: I eget hjem

Frivillige vejledere: Hjemme hos dig.

Bisiddere: Hjælp ved kontakt til det offentlige

Demenscafé: Ca. hver 3. mandag 14-15.30*

Motionsvenner: Træn dig glad i eget hjem

Spisevenner: Torsdage 12-14, Bondestuen. Begrænsede transportmuligheder*.

Arrangementer i Værestedet

MitID Få hjælp i IT cafeen fra 1. sept. Onsdage 12.30-14.30.

Forventet fra oktober 2021 afløses NemID nøglekortet af en MitID app eller en fysisk kodeviser/kodeoplæser. Får du brug for hjælp og vejledning er vore IT-frivillige fra 1. sept. klar til at støtte dig alle onsdage fra kl. 12.30 - 14.30.
Aktivitetsleder Hugo Klitgaard,
23 24 46 09

Onsdag 15. sept. kl. 16.30

Savoy Jazzmenn

Swingende New Orleans Jazzmusik
Billetter fra 26. maj - online

Onsdag 22. sept. kl. 19 i Værestedet

Borgermøde/Valgmøde

Billetter fra 25. maj - online

Onsdag 13. oktober kl. 17.30

Musikalsk festaften med **Michael Wedgwood og Lars Schroeder**
Billetter fra 8. sept.

Tirsdag 19. okt. kl. 14

Ivan Liljebæk med historien om

Poul Reichardt

Billetter fra 1.sept.

Onsdag 3. november kl. 15

Lokalafdelingens årsmøde

Kun Ældre Sagens medlemmer har stemmeret.

Gratis

Fortsættes næste side



Ågerup og Omegns Seniorklub

Gundsøllevej 6. Ågerup 4000 Roskilde
Formand Elin Henriksen
mobil: 2873 7429

Nye medlemmer meget velkomne.
Tirsdag den 14. september 2021 åbner vi
med **morgenbord** kl. 10.00.

Tirsdag den 21. september kl. 14.00 -
16.30. **Jens og Marianne spiller og
synger gårdsange.**

Tirsdag den 28. september kl. 14.00 -
16.30. **Jan Tvernø fortæller røverhi-
storier** fra alverdens støvede landeveje.

Tirsdag den 5. oktober kl. 14.00 - 16.30
Generalforsamling for 2020 og banko.

Tirsdag den 12. oktober kl. 14.00 - 16.30
JJ's duo underholder med kendte
sange og gode historier.

Tirsdag den 19. oktober.
Løvfaldstur til Malerklemmen.
Se opslagstavle! Sidste frist for tilmelding
og betaling er tirsdag den 5. oktober.

Tirsdag den 26. oktober kl. 14 - 16.30
Foredrag: Arne Ipsen fortæller om
alvor og livsglæde på heden.

Tirsdag den 2. november kl. 14.00 - 16.30
Fællessang. Alice Kildsgaard spiller.

Alle Torsdage **Stolegymnastik**
kl. 12.30 til 14.00. Første gang 16. sept.

Onsdage **billard** og skiftende program-
mer med **Håndarbejde - læsegrup-
pe** 1x pr. måned.

Café 2x pr. måned første gang den 6. ok-
tober.

Gnisten

AKTIVITETS CENTER
NYVEJ 38 4621 GADSTRUP
Formand Jan Rasmussen
Mobil 5330 0576
Mail: damvej27@gmail.com

Petanque: hver onsdag fra kl. 13 - 16.
Gode baner og vi er altid i godt humør.

Porcelænsmaling: hver torsdag fra
kl. 9 - 12 - vi har gode forhold med egen

brændeovn.

KORTSPIL: hver torsdag fra kl. 13.30 -
17.00 - der spilles whist, kom for at få et
godt slag kortspil.

Sang: i lige uger - torsdag fra kl. 14.00 -
16.00 - hurra nu må vi synge igen.
Husk hver fugl synger med sit næb... så
alle kan deltage... kom og få en god ople-
velse.

Bankospil: 13. oktober samt 3. novem-
ber kl. 13,30 dørene åbnes 12.30
Vi har gode spil med gode gevinster og
banko lotteri, som bliver trukket i kaffe-
pausen.

Roskilde Computerstue

Frivilligcentret
Jernbanegade 21A, 4000 Roskilde

Vi indbyder til **Idemøde**
torsdag d. 23. sep. kl. 10-12 i Frivilligcen-
tret.

Kom og fortæl os hvordan vi kan hjælpe
dig med at bruge din computer, tablet el-
ler smartphone.

I Roskilde Computerstue har vi tilbudt
undervisning og hjælp på IT-området i
en årrække. Vi vil gerne med dette møde
få en orientering om hvordan behovet
for hjælp er i dag, og om hvordan vi bedst
kan hjælpe dig fremover.

Tilmeld dig gerne på: tlf. 6129 1459 eller
mail: admin@roskilde-computerstue.dk
så vi ved hvor meget kaffe eller te vi skal
forberede.

Vi har **IT-café** 28/9, 26/10 og 23/11 kl.
10-12, hvor du kan få hjælp til løsning af
aktuelle IT-problemer.

Læs mere om vore kurser og andre tilbud
i efteråret på: roskilde-computerstue.dk
og følg os på Facebook

Skolens Venner

En forening af frivillige - fortrinsvis
pensionister - der yder en meningsfuld
indsats på Roskildes skoler til glæde og
gavn for elever og lærere.

Skolens Venner indbyder til **foredrag
med royalt drys!**

Et arrangement med dronningens tid-
ligere ceremonimester Christian Eu-

gen-Olsen torsdag den 7. oktober kl.
15.00 i rådhusets kantine. Adgangen er
gratis, og der serveres kaffe og den be-
rømte rådhuslagkage.

Tilmelding efter "først til mølle" prin-
cippet. Tilmelding skal ske på mail til
adressen: lise@hogstad.dk eller på sms til
42 92 05 92. Bekræftelse udsendes som
adgangsbillet.

Mødestedet Gundsømagle

Sognevej 4 B, 4000 Roskilde
Tlf. 46732398

Faste aktiviteter:

Aktivitet 1. Mandage kl. 9 - 16
kaffe / brød, hobbyarbejder, billard, kort-
spil, krolf.

Aktivitet 2. Bowling hveranden tirs-
dag kl. 10. - 12. Afventer startdato. Med
samløbs til Roskilde og med spisning
hver 2. gang i Mødestedet.

Aktivitet 3. Vandreholdet onsdage
Rundt i Gundsømagle kl. 10. - 11.30. Fra
Mødestedet, kom med ud og se efterårets
dejlige farver, få motion og samvær med
andre seniorer.

Aktivitet 4. Torsdage fra kl. 9 - 16
kaffe / brød, hobbyarbejder, billard, kort-
spil, krolf.

Aktivitet 5. Sang mandage fra kl. 12.45
- 14.45. Afventer startdato

Aktivitet 6. Gymnastik hver mandag
fra 10. - 11.30, er startet d. 16-8. Kom og
deltag sammen med mange andre senio-
rer og få motion og dejligt samvær.

Aktivitet 7. Litteraturkredsen hver 2.
torsdag i måneden kl. 14. - 16.
d. 14-10, d. 11-11.

Aktivitet 8. Fællesspisning kl. 12. - d.
6-9, 11-10, - og d. 8-11 er det gule ærter.
Tilmelding mandagen før på deltagerli-
ste i Mødestedet.

Aktivitet 9. Bankospil den sidste fre-
dag i mdr. i aug. - sept. - okt.
I nov. d. 19-11, fra 11. - 12 med salg af pla-
der. Kl. 12. - 13. spises der smørrebrød,
og fra kl. 13. - 16. spilles der banko med
mange dejlige præmier.

Tilmelding/bestilling af smørrebrød
mandagen før, deltagerliste er fremlagt
i Mødestedet. Kom og få en hyggelig ef-
termiddag sammen med andre seniorer.

Aktivitet 10. Mødestedet er lukket hele
dagen d. 13-9.

Diverse arrangementer:

Aktivitet 11. En-dages bustur til Hor-
serød og spisning i Gilleleje d. 5. okt.
Tilmelding på deltagerliste i Mødestedets
åbningstid, senest d. 20. sept. kl. 13.30.
Afgang fra p-pladsen ved kirken i Gunds-
ømagle kl. 9.30 / hjemkomst ca. kl. 17.

Aktivitet 12. Skoparty d. 18. okt. kl. 13.
Kig ind og se efterårets dejlige nyheder.
Fri entre.

Aktivitet 13. Tøjparty - afventer dato,
der kommer info senere i Mødestedet.

Aktivitet 14. Foredrag d. 9. nov. kl. 14
ved Annelise Christoffersen, kendt fra "Egnsspillet" i Jyllinge.
Der er kaffebord / kage kr. 25. Tilmel-
ding foretages i Mødestedets åbningstid
på deltagerliste - senest d. 1. nov. kl. 13.30.

Aktivitet 15. Julemarked lørdag d.
27 - 11 - hvor "døren" åbnes kl. 13.
Salg af juledekorationer, hobbyarbejder
mv., hvor Du/I kan købe gløgg/æbleski-
ver, drikkevarer. Julelotteriet er med
fine præmier. Julemarkedet slutter kl. 16.

Aktivitet 16. Mini-jule-banko man-
dag d. 29-11, med salg af plader kl. 10. - 11,
derefter banko med fine præmier, afslut-
tes med kaffe. Der er kaffe/ostemad som
sædvanlig kl. 9. og billard kl. 10.

Aktivitet 17. Juleafslutning torsdag
d. 2-12, kl. 13. - 15. med gløgg / æbleskiver,
hvor vi ønsker hinanden en - Glædelig
jul og et godt nyt år!

Ferielukning fra d. 3. dec. - d. 9. jan.
2022 begge dage incl.

Mødestedet åbner d. 10. januar 2022
kl. 10. - med morgenbord.

Aktivitetskalender/Arrangementer kan
læses på Mødestedets indgangsdør. Se
også på standen ved Dagli'Brugsen,
tag info på Biblioteket, i Lægehuset, ved
frisøren og terapeuten.