

EGEN

NR. 96 – MARTS 2023

Seniorrådet i Glostrup



Forår i Glostrup

REDAKTION

Erik Busch
Tlf. 60 24 23 88
E-mail:
erik.busch@akap.dk

Redaktionsudvalget:
Erik Busch
Jeanette Fisk
Lone Thelke
Tlf. 30 31 43 36
Lotte Olsen
Tlf. 43 23 65 62

Stof til EGEN september 2023 udgave skal være redaktionen i hænde senest 1. august 2023.

EGEN udsendes 3 gange årligt.
MARTS
SEPTEMBER
DECEMBER

EGEN trykkes i et oplag på ca. 4.350 eksemplarer og udsendes til alle husstande, hvor mindst en borger er over 60 år bosiddende i Glostrup.

Indlæg i EGEN dækker ikke nødvendigvis Seniorrådets holdning.

Tryk:
Hellbrandt A/S Trykcenter
Tlf. 36 34 05 55

Forsidefoto: Erik Busch
Bagsidefoto: Erik Busch og
Byhistorisk Hus, Glostrup



Hvis Egen udebliver, kan du kontakte Lotte Olsen tlf. 43 23 65 62

INDHOLD

Siden sidst	4
Kom med på Kommunens Skovture	10
Senior Sommer Træf 2023	12
Fællesskab – for dig som har mistet	13
Ferierejse til Hotel Årslev Kro ved Århus.....	14
Sundhedsdage - vi fortsætter succesen!.....	17
Hvad er Seniorrådet?	18
Find en Gå-Ven, hvis du er utryg ved at gå alene	20
Seniorrådet	22
Nyttige telefonnumre m.m.	23

INVITER TIL FEST...

Skal du holde dit livs fest? Glostrup Park Hotel & Restaurant La Cocotte råder over et bredt udvalg af festlokaler. Vores velrenommerede køkken og vinkælder giver jer sikkerhed for, at også den gastronomiske del af oplevelsen er i top.

Det vil glæde os at få lov til at byde jer og jeres gæster velkommen på Glostrup Park Hotel.

Book festen på 43 22 18 06 eller skriv en mail på lacocotte@parkhotel.dk

Med venlig hilsen
Teamet bag jeres fest
Restaurant La Cocotte, Glostrup Park Hotel



Kontakt os for et skræddersyet arrangement, der passer til dine forventninger.
PRISER FRA 798,- PR. PERS.



GLOSTRUP PARK HOTEL

**PÅSKEFROKOST
SØNDAG D. 9. APRIL
2023 KL. 12-15**

**368,- PR. PERSON
STOR PÅSKEFROKOST
MED HJEMMELAVEDE
SPECIALITETER**

BESTIL PÅ 43 22 18 06



SIDEN SIDST...

Af Jeanette Fisk, formand for Seniorrådet



 **GLOSTRUP**
K O M M U N E
Seniorrådet

Så fik vi fejret jul og nytår, og alle er forhåbentligt kommet godt ind i det nye år. Corona hører vi næsten ikke om, så det er værd at nævne. Hvis man Googler corona her midt i januar, kan man læse, at der er 0 smittetilfælde i Danmark. Til gengæld skrives der, at influenzasæsonen er godt i gang – men hvis man har sørget for at blive influenzavaccineret, så skulle man også være godt rustet mod en eventuel influenzaepidemi.

Vinteren har hidtil været mørk, grå, overvejende fugtig og regnfuld. Det synes som om solen er gået i vinterhi. Jeg håber, når dette blad udkommer, at vejrguderne har vist sig fra sine bedre sider, og at vi dog har haft lidt vinter med klart vejr, sol på himlen og et par frostgrader.

Seniorrådsvalget blev afsluttet den 31. oktober 2022, og Seniorrådet blev fuldtalligt med 9 medlemmer og 5 suppleanter.

Vi holdt konstituerende møde den 10. november 2022, hvor undertegnede blev genvalgt som

formand og Carsten Goldek som næstformand.

Der har i det forgangne kvartal også foregået aktiviteter uden for kommunen, som Seniorrådet har deltaget i. Der har været Vestegnstræf i Ishøj Kommune, møde i Regionsældrerådet, og Danske Ældreråd har afholdt en temadag

Vestegnstræf afholdes 2 gange om året, og kommunerne på Vestegnen skiftes til at afholde møderne. Denne gang var det Ishøj Kommune, der var vært for mødet. Det blev afholdt i "Brohuset" Ishøjs Kommunes nye Medborger- og sundhedshus. "Brobygger" Johannes Ask Batzer fortalte om huset. Vi fik en rundvisning i huset og et indblik i de forskellige aktiviteter, som foregår i huset. Absolut et spændende hus og et godt tilbud til Ishøj Kommunes borgere.

På mødet i Regionsældrerådet fortalte regionsformand Lars Gaardhøj om, hvordan fremtiden for regionens sundhedsområde vil se ud. Han nævnte, at regeringen ønsker »»



» at oprette 25 nærhospitaler. Det første er i Helsingør. Et nærhospital er et sted, hvor man kan få hjælp til for eksempel ambulante forløb, kronikere kan komme til kontrol, og der er mulighed for at behandle lette skader og få foretaget røntgen. Der er også kommunale og private funktioner men ikke sengepladser, så man kan ikke overnatte på et nærhospital. Frederikssund får det næste nærhospital. Han understregede, at sundhedsvæsenet har brug for et løft - i særlig grad psykiatrien. Det største problem er manglen på personale i særdeleshed sygeplejersker og læger. Det er derfor vigtigt at tale sundhedsvæsenet op.

Herefter kom fremtidsforsker Marianne Levinson, institut for fremtidsforskning, med sit bud på, hvordan sundhedsområdet vil se ud fremover med vægt på Hovedstadsområdet. På baggrund af interview med unge borgere talte hun om, at det er en svær tid, vi lever i bl.a. på grund af Covid 19 og den aktuelle krig i Ukraine. Vi har store forventninger til sundhedsvæsenet, både hvad angår de fysiske

rammer og kvalitet. Den mentale sundhed er vigtig. Vi efterspørger flere scanninger, blodprøver m.m. Mange har sundhedsforsikringer, og det tal er stigende. Den sølvgrå tsunami vokser sammen med antallet af børn. Der er kamp om det rette personale. Medicin, hvor der stadig udvikles nyt, er en kæmpe økonomisk udfordring.

Indholdet på Danske Ældreråds temadag var "Mere omsorg og nærvær i ældreplejen". Her blev talt om tendenser og indsigter i den nye "Ældrelov". Efterfølgende blev der afholdt 5 seminarer, hvor man kunne melde sig til et af dem. De omhandlede Digitalisering i samfundet, Samarbejde med civilsamfundet (nærvær og omsorg), Ældre og pårørende, Selvbestemmelse (nærvær og omsorg), Rekruttering og fastholdelse af arbejdskraft.

Bruger- og pårørende-rådsmøder har igen været afholdt på de tre ældrecentre henholdsvis på Dalvangen, i Hvissinge og ældrecentret på Sydvestvej, hvor Seniorrådet deltog med »



60+

en repræsentant ved hvert møde. Igen meget relevante møder for Seniorrådet at deltage i.

”Riget fattes penge”, hvilket også gælder Glostrup Kommune. Derfor er der for budget 2023 vedtaget en besparelse på 300.000 kr. årligt på Servicebussen. Besparelsen medfører, at der vil blive nedlagt nogle afgange på hverdage, og søndagskørslen ophører. Seniorrådet har afgivet høringssvar og har selvfølgelig beklaget, at besparelsen på budget 2023 skulle gå ud over Servicebussen.

Det er de tidlige og sene afgange, hvor der er færrest passager, der bliver nedlagt. Et gode er dog, at Servicebussen stadig er gratis, hvilket den ikke er i alle kommuner. Derfor kan jeg kun opfordre til, at alle Glostrup Kommunes borgere benytter den, så den ikke bliver nedlagt.

Hvis man er svært bevægelseshæmmet, blind eller svagtseende og har behov for at blive kørt fra dør til dør og måske benytter hjælpemidler, rollator eller kørestol, så kan

man søge kommunen om at blive visiteret til handicapkørsel med Movia Flextrafik. Det er dog ikke gratis, men koster 300 kr. for et årligt abonnement plus takst pr. kørsel - 24 kr. for de første 5 km, og herefter er prisen 2,40 kr. pr. km frem til 40 km. Efter 40 km er prisen 1,20 kr. pr. km.

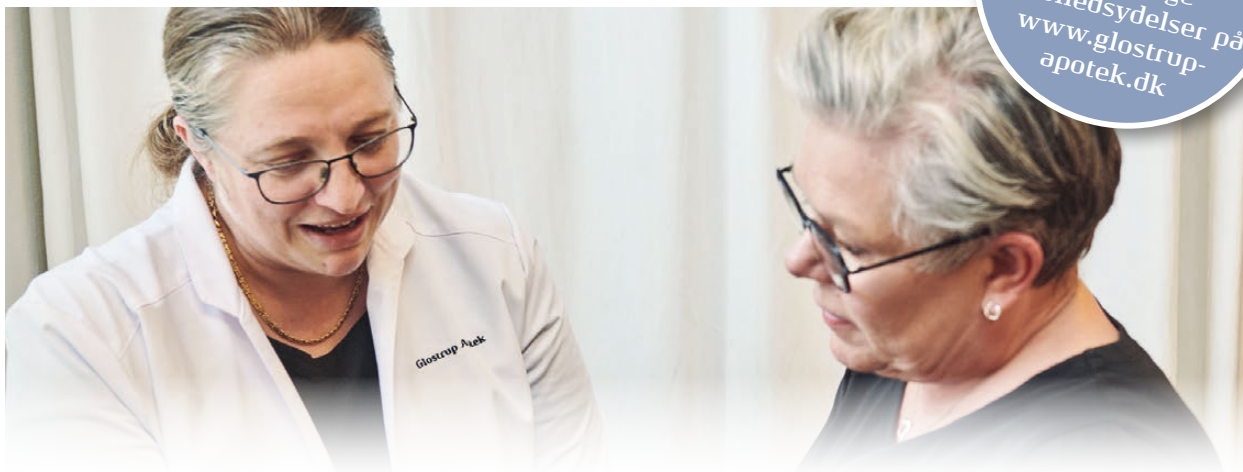
Pensionisthåndbogen nedlægges som følge af budgetforhandlingerne for budget 2023-2024. Center for Kultur, Idræt og Fritid udvikler et nyt formidlingskoncept, som nok vil blive en digital løsning. Alle pensionister er jo ikke ”digitale”, så derfor vil der blive arbejdet på at oprette en side i Egen med de meste relevante telefonnumre og kontaktoplysninger. Mere information følger i næste nummer af EGEN.

Et alternativ til kommunens faktuelle oplysninger i Pensionisthåndbogen om folkepension, tillæg- m.m. kunne måske være Seniorhåndbogen, som Faglige Seniorer udgiver hvert år. Der er oplysninger om de sidste nye regler, satser og råd om folkepension, tillæg,

Glostrup Apotek

Apoteket tilbyder gratis medicinsamtaler

Spørg os
på apoteket - og
læs mere om vores
forskellige
sundhedsydelser på
[www.glostrup-
apotek.dk](http://www.glostrup-
apotek.dk)



Medicinsamtale - ny diagnose

Hvis du indenfor de seneste 6 måneder har fået ordineret medicin i forbindelse med diagnosticeringen af en kronisk sygdom, kan vi tilbyde dig en medicinsamtale. Samtalen skal hjælpe dig godt i gang med din nye behandling. Vi sætter fokus på viden, vaner og vanskelige situationer.

Medicinsamtale - udfordringer med at tage medicin

Har du haft en kronisk sygdom i over et år og oplever problemer med at tage din medicin, kan du få en medicinsamtale med en af vores farmaceuter. Samtalen hjælper dig til gode medicinvaner og giver dig f.eks. viden om virkemåde og mulige bivirkninger. Vi sætter fokus på, hvad du skal gøre i vanskelige situationer og finder svar på dine spørgsmål til medicinen.

Apoteker Kristian Østergaard



Velkommen på dit lokale apotek!

Glostrup Apotek & Apoteket Glostrup Shoppingcenter
Tlf. 43 96 00 20

ORIENTERING FRA SENIORRÅDET

» Fortsat fra side 6

efterløn, tidlig pension og seniorpension plus tips til seniorlivet. Den kan bestilles på deres hjemmeside og koster 49,00 kr. + forsendelse. Det er gratis at være medlem af Faglige Seniorer. En anden landsdækkende organisation "Danske Seniorer" udgiver også en pensionsthåndbog plus et medlemsblad 6 gange om året. Både blad og håndbog kan læses i aktivitetscentret på Sydvestvej, som er medlem af "Danske Seniorer".

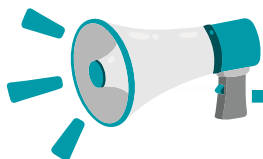
Egen får ny redaktør. Erik Busch, tidligere formand for Seniorrådet og de sidste par år også redaktør af Egen, stopper som redaktør. Lone Thelke nyt seniorrådsmedlem har sagt ja til at blive ny redaktør af bladet. Dejligt, at hun vil overtage det hverv, som i mine øjne er et stort arbejde – og tak til Erik Busch, som på

eksemplarisk vis har været redaktør på bladet i den tid, jeg har været formand.

Vi vil gerne hurtigt kunne kommunikere aktiviteter og nyheder ud til Glostrup Kommunes 60+ borgere. Vi har derfor talt i Seniorrådet om muligheden for at sende et nyhedsbrev ud til Glostrup Kommunes 60+ pensionister – efter behov. Hvordan det praktisk og teknisk kan gøres skal undersøges, ligesom muligheden for at lægge Seniorrådets hørings svar på Glostrup Kommunes hjemmeside.

Dejligt vi nu går lysere tider i møde med forår og sommer. De bedste årstider synes jeg, fordi der er flere lyse timer, som automatisk giver mere energi til at få gang i nogle aktiviteter. Det glæder jeg mig til.





Folkepension bliver ikke udbetalt automatisk – du skal derfor selv søge.

Du kan søge folkepension et halvt år inden, du når folkepensionsalderen.

Du skal søge folkepension via www.borger.dk/folkepension

Hvis du ikke kan søge folkepension digitalt, er du velkommen til at kontakte Borgerservice.

Forebyg smitte

Luftvejsinfektioner, som influenza og ny coronavirus, spredes sig bl.a. via håndtryk eller små dråber fra hoste og nys. Beskyt dig selv og andre med disse to råd.



Vask dine hænder ofte



Host eller nys i ærmet

sst.dk

**25% rabat
til dig, der
er over 60 år**

Gælder alle stel,
glas og tillæg

Louis Nielsen

Glostrup
Hovedvejen 102 · Tlf. 9632 5224

Bestil synstest på
louisnielsen.dk

Hvis du er over 60 år, får du 25% rabat ved køb af stel fra 195 kr. Enkeltstyrkeglas (indeks 1.5) er med i prisen. Rabatten gives også på flerstyrkeglas fra 800 kr. og på eventuelle tillæg. Kan ikke kombineres med 2for1 og andre tilbud.

ORIENTERING FRA KOMMUNEN

Kom med på Kommunens Skovture og se bøgen springe ud



Skovturene er for dig, der er 60+ eller førtidspensionist og bor i Glostrup Kommune. Traditionen tro arrangerer Glostrup Kommune igen i år skovture i maj. Denne gang går turen til Traktørstedet Gjorslev Bøgeskov, der ligger i den smukke natur ved Stevns Klint med udsigt over Østersøen og Bøgeskoven som baghave.

Det hyggelige gamle Traktørsted fra 1875, vil danne rammen om en skøn dag med to-retters menu, musik og godt selskab. Menuen består af gammeldags oksesteg med glaserede løg, haricots vert, kartofler, skysauce og surt. Til dessert er der æblekage med flødeskum og ribsgelé. Om eftermiddagen vil der være kaffe og hjemmebagt lagkage.

Afgang sker fra busholdepladsen bag Fritidscenteret, Christiansvej 2, kl. 9.00. Hjemkomst ca. kl. 17.15.

Husk påklædning efter vejret.

Sæt kryds i kalenderen:

Torsdag 4. maj, Torsdag 11. maj, Onsdag 31. maj

Billetter til de almindelige skovture, kan købes

på www.glostrupbib.dk/arrangementer eller på biblioteket, hvor personalet kan hjælpe dig. Betaling kun med Dankort.

Billetten koster 320 kr.

Billetsalget foregår i perioden

27. marts – 24. april.

Den særlige skovtur (Liftbusser)

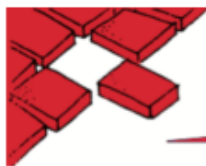
Onsdag 7. juni

Denne skovtur er for dig, der af forskellige helbredsmæssige årsager ikke kan deltage i de øvrige skovture. Destinationen er den samme, men turen er kortere, og der er liftbusser samt mulighed for hjælp. Der deltager hjælpere efter behov. Turen starter kl. 10. Hjemkomst ca. kl. 16.15 / 16.30. Der kører liftbusser fra ældreboligerne Nordre Ringvej-Kildegården og Stenager 6-Lilliendalsvej 17.

Tilmelding: Du tilmelder dig den særlige skovtur ved at ringe til Center for Kultur, Idræt og Fritid på 23 29 84 86.

Vil du vide mere?

Se mere www.glostrup.dk/skovtur eller kontakt kultur@glostrup.dk eller 23 29 84 86.



S.W.WICHMANN
MURERMESTER & ENTREPRENØR

Murermester og entreprenør med 30 års erfaring
med:
til- og ombygninger
badeværelser
vedligeholdelse



Løsninger holder bedst, hvis de er udført i gode materialer og med fokus på detaljen

Adresse:

Fabriksparken 44
2600 Glostrup

Telefon:

43 63 02 66
40 19 70 06

www og mail:

swwichmann.dk
swwichmann@mail.dk

ORIENTERING FRA KOMMUNEN

Senior Sommer Træf 2023

Center for Kultur, Idræt og Fritid, Center for Sundhed og Velfærd og Aktivitetscentret på Sydvestvej er i år gået sammen med FOF og Ældre Sagen om at udvikle et Senior Sommer Træf i uge 26. Ligesom der for kommunens yngre medborgere tilbydes mulighed for deltagelse i sommerferieaktiviteter - Fodbold Camp og Aqua Camp - vil der nu blive forsøgt udviklet et lokalt sommerferietilbud til kommunens seniorer. Målgruppen er hjemmeboende, selvhjulpne pensionister 60+ og førtidspensionister, som er påvirket af nedgangen af tilbud i sommerferieperioden, ikke har haft held med at opsøge eksisterende tilbud eller ikke har haft mulighed for at deltage i kommunens ferierejse. Alle inden for målgruppen kan ansøge, men ligesom på ferierejsen vil de med særlige behov få fortrinsret.

Nye Horisonter

Temaet for ugen er Nye Horisonter, og deltagerne kan derfor forvente en uge spækket med spændende og kulturelle oplevelser, der vil udvide deres horisont. Der vil desuden være rig mulighed for at socialisere med de øvrige deltagere. Arrangementet vil foregå fra mandag til



fredag i tidsrummet 9.00-14.30. Alle dage starter vi med fællesmorgenmad og en sang i Aktivitetscentret. Frokost og eftermiddagskaffe er vi også sammen om.

Hvor kan du læse mere om Senior Sommer Træf?

Projektet kan kun gennemføres, hvis der opnås tilskud til programafvikling. Det arbejder vi benhårdt på. Hvis dette lykkes, vil mere om Senior Sommer Træf blive annonceret i Folkebladet og på Glostrup Kommunes Facebookside i starten af april – hvor du også vil kunne læse om tilmeldingsfrister og program. Hold derfor godt øje!

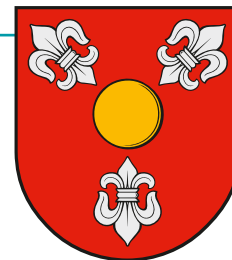
Alternativt kan du henvende dig i Aktivitetscentret på Sydvestvej 12 eller ringe til Center for Kultur, Idræt og Fritid på nedenstående nr. for mere info.

Der vil blive opkrævet en begrænset deltagerbetaling.

Projektet er et pilotprojekt.

Koordinator på Senior Sommer Træf kan kontaktes på: 23 29 84 86

ORIENTERING FRA KOMMUNEN



FÆLLESSKAB – for dig som har mistet.

Af Janni A. Hansen, forebyggelseskonsulent, Center for Sundhed og Velfærd, Glostrup Kommune.

Der er plads til flere i vores skønne fællesskab.

Uagtet om du har mistet en ægtefælle, samlever, ven, søn, datter, barnebarn, forælder eller en anden, er du mere end velkommen. Det betyder ikke noget, om du har mistet for nylig eller for længe siden. Der er ingen tilmelding - du møder bare op.

Vi mødes onsdage kl. 14:00, i Aktivitetsscenetrets cafe, Sydvestvej 10-12.



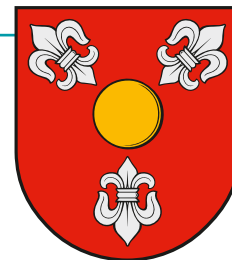
Der er kaffe på kanden, og vi andre, som deltager, har også mistet et vigtigt menneske i vores liv.

I Fællesskabet taler vi ikke kun om sorg. Som en fast deltager beskrev det til en ny ankommen: ”Det er ikke fordi, at vi sidder i rundkreds og græder, men der er plads til at tale om det, som er svært, hvis der er noget som fylder”. Der er altid en god stemning, når vi mødes, og så er vi også rigtig gode til at grine sammen. At være sammen med andre, som kender sorgen og savnet, skaber ofte en stiltiende forståelse.

Hvis der er noget, som fylder, og som du ikke har mod på at dele i Fællesskabet, kan du til enhver tid booke en individuel sorgstøttesamtale med mig. Denne kan foregå hjemme hos dig selv eller på rådhuset.

Ønsker du at høre mere om Fællesskabet eller booke en sorgstøttesamtale, er du velkommen til at kontakte forebyggelseskonsulent Janni A. Hansen på tlf.: 51 28 36 41, eller bare møde op onsdage kl. 14.

ORIENTERING FRA KOMMUNEN



Tag med på ferierejse til Hotel Årslev Kro ved Århus

Af Ditte Winther Brødreskift, kultur- og fritidskonsulent, Center for Kultur, Idræt og Fritid

For pensionister og efterlønsmodtagere bosat i Glostrup Kommune

I uge 25 – mandag den 19. juni til fredag den 23. juni – går turen til hyggelige Hotel Årslev Kro, der ligger blot 10 km udenfor Århus' mange seværdigheder. Vi kører med bus og har bussen til rådighed alle dagene, hvor der bl.a. er planlagt sightseeingtur til Århus med besøg i Den Gamle By og heldagsudflugt til Silkeborg og omegn.

Der er god mulighed for socialt samvær på hele turen, hvor vi hver aften mødes til fællesmiddag, aftenkaffe og hygge. Den sidste aften er der fest med festmenu, musik og dans. Du får udleveret et detaljeret program på afrejsedagen.

Der er plads til 47 deltagere på rejsen. Alle pensionister/efterlønnere i Glostrup er velkomne til at søge. Gruppen vil dels være borgere med

særligt behov for ferierejse og dels borgere, der blot ønsker at komme med på rejsen. Du skal være selvhjulpne og selv kunne stige af og på bussen. På turen deltager kultur- og fritidskonsulent samt en sygeplejefaglig person, som kan være behjælpelig med lettere personlig bistand så som hjælp til støttestrømper.

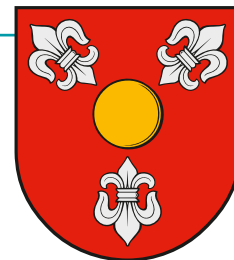
Rejsen koster 5.150,- kr. pr. person for enkeltværelse og 4.350,- kr. pr. person for dobbeltværelse. Prisen omfatter helpension (eksklusive drikkevarer), bustransport samt diverse udflugter. Grundet energibidrag til hotellet er prisen steget med 200 kr. pr. person.

Tilmelding

Ansøgningsskema kan findes på Glostrup Kommunes hjemmeside:

www.glostrup.dk/ferierejse eller kan hentes i receptionen på rådhuset. Tilmelding til turen skal ske senest den 18. april 2023.

ORIENTERING FRA KOMMUNEN



Rejsen kan afbestilles frem til og med den 15. maj. Efter denne dato refunderes betalingen kun, hvis en anden eventuelt overtager pladsen. Rejsen aflyses, hvis der er for få ansøgere, og pengene refunderes.

Ønsker du at deltage, eller har du blot spørgsmål, så kan du kontakte:
Kultur- og fritidskonsulent
Ditte Winther Brødreskift på tlf.: 23 29 84 86
eller på kultur@glostrup.dk



Den Gamle By, Århus, Foto Erik Busch



Få hjælp af Røde Kors Parat

Røde Kors Parat er et landsdækkende hjælpenetværk af frivillige. De træder til og hjælper med tidsbegrænsede opgaver, når der er brug for dem.

Ring **3529 9660** mandag-fredag fra kl. 10-15

eller udfyld formularen på www.rodekors.dk/parat hvis du har brug for hjælp.
Du er også meget velkommen til at tage kontakt, hvis du ønsker at blive ParatHjælper.

HVAD KAN JEG FÅ HJÆLP TIL?

Du kan få hjælp hos Parat, hvis du har brug for hjælp her og nu.

Frivillige parathjælpere kan hjælpe dig med at købe ind, hente medicin, følge dig til lægen og vaccinationer, oversætte breve, samle et møbel, en god snak og alt muligt andet.

Hjælpen er som udgangspunkt enkeltstående eller tidsbegrænset, men du er altid velkommen til at kontakte os, så forsøger vi at finde en løsning.

Vi hjælper IKKE med børnepasning, rengøring eller tøjvask.

FRISØRBEHANDLING TILBYDES I EGET HJEM

Rimelige priser

Frisør Ulla Brask
Tlf: 43 44 43 00



De statsautoriserede fodterapeuter er bl.a. uddannet til at behandle følgende problemer:

- Hård hud
- Nedgroede negle
- Nedsunken forfod
- Leddegigt
- Diabetes



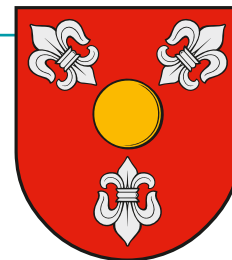
Klinik for
Fodterapi

FODTERAPEUTERNE PÅ GLOSTRUP TORV

GLOSTRUP TORV 1
2600 GLOSTRUP
TELEFON 50 52 58 08

VI HAR IKKE LÆNGERE YDERNR.,
MEN TILSKUD YDES EFTER GÆLDENDE REGLER
TIL FOLK MED HELBREDSKORT.

ORIENTERING FRA KOMMUNEN



Sundhedsdage – vi fortsætter succesen!

Af Janni A. Hansen, forebyggelseskonsulent, Center for Sundhed og Velfærd, Glostrup Kommune.

I 2022 afholdt Glostrup Kommune tre ”Sundhedsdage” under overskriften ”Stærk i kroppen – frisk i toppen”, med forskellige temaer og indlæg om blandt andet kost, træning, inkontinens og mental sundhed.

Billetterne blev revet væk til alle tre dage, som foregik i hhv. Aktivitetscentret, Fritidscentret og Biografen.

Grundet den store tilslutning og de mange spændende emner, som flere deltagere har været søde til at byde ind med, så har vi valgt at planlægge flere sundhedsdage her i 2023. Programmet er ikke på plads endnu, men kunne indeholde emner som f.eks. smertelindring, bevægelse i byrummet, søvnapnø, øjensygdomme m.m.

Så hold øje med annonceringen. Vi planlægger en dag inden sommerferien og en i efteråret.



Hvad er Seniorrådet?

Seniorrådet er en selvstændig upolitisk forvaltningsenhed i Glostrup Kommune, der har til formål at:

- Rådgive kommunalbestyrelsen i ældrepolitiske spørgsmål om behov og ønsker fra kommunens ældre borgere bl.a. råd om f.eks. byggeri af plejeboliger, kvalitetsstandarder for hjemmehjælp og genoptræning, trafikplanlægning, lokalplaner og kommunale budgetter.
- Formidle synspunkter mellem borgere, politikere og embedsmænd, der vedrører seniorer, hvilket bl.a. sker gennem informationer i dette blad "Egen", som udsendes til kommunens seniorer. Det kan også ske via læserbreve fra kommunens ældre borgere til bladet her.
- Arrangere debatdage og møder om relevante emner for kommunens seniorer, så ønsker og behov bliver hørt.



HERRETØJ FRA SKRÆDDEREN

Vi har kæmpe udvalg, byens største, også til manden der er blevet lidt ældre og STORE størrelser.

Stort udvalg i Meyer og Sunwill bukser. Bukser købt hos os, gratis oplægning. Skjorter fra bla. Eterna og Boswell. Strømper uden elastik. Bukser med elastik i linning, velegnet til stomi.

Hjemme besøg muligt, ved aftale i god tid.

OGSÅ TØJ TIL STORE MÆND

SKRÆDDEREN

DU GÅR IKKE FORGÆVES!



Kør lige til døren · Kirkebjerg Allé 2 · Glostrup · Tlf. 43 96 28 65
Skraedderen.dk

Begravelse Danmark

Steen With

43 96 00 83

Træffes hele døgnet



LOKALE
SIDEN
1881

Forudbetalt Begravelse

- planlæg din begravelse på en god og værdig måde

Med en forudbetalt begravelse betyder det, at meget er aftalt på forhånd, samt at der er betalt for bedemandens ydelser og service. Dette uanset hvor gammel du bliver, og uanset hvor meget priserne stiger, så har du med en Forudbetalt Begravelse sikret dig bedemandens service og produkter til dagens pris.

**Begravelse Danmark er ikke ejet af privatpersoner
– men derimod af de flere end 40.000 opsparende i
Begravelseskassen Danmark.**

Læs mere på Begravelseskassen Danmark www.forudbetalt.dk

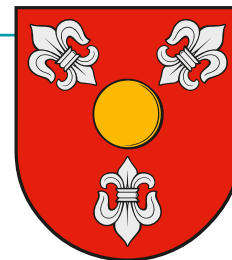
Du er altid velkommen i vores forretning
for mere information eller for at få et gratis
eksemplar af **Min sidste Vilje**



Få besøg, eller mød os på Hovedvejen 127



ORIENTERING FRA KOMMUNEN



Find en Gå-Ven, hvis du er utryk ved at gå alene

Af Janni A. Hansen, forebyggelseskonsulent, Center for Sundhed og Velfærd, Glostrup Kommune.

Glostrup Kommune og Ældre Sagen i Glostrup er gået sammen om et nyt initiativ, "Gå-Venner".

Savner du at komme ud at gå og få vind i håret, og er du utryk eller usikker ved at gå udenfor alene? Så har du mulighed for at søge en Gå-Ven gennem Ældre Sagen i Glostrup. Det kræver ikke medlemskab af Ældre Sagen at deltage.

Måske er det bare en kort tur rundt om blokken eller dit eget hus, du savner og måske en sludder på en bænk undervejs. Eller også drømmer du måske om, at kortere ture kan blive til længere ture på sigt? Uanset hvad dit ønske er, så vil Ældre Sagen Glostrup forsøge at finde et godt match til dig hos en af de frivillige Gå-Venner, som venter på at komme ud at gå sammen med dig!

Skulle du omvendt være glad for at gå og gerne

vil gøre en forskel for andre, så er du også meget velkommen til at henvende dig og høre om muligheden for at blive frivillig Gå-Ven.

Kontakt:

Kirsten Østergaard, Ældre Sagen Glostrup,
tlf.: 40 19 99 44

Janni A. Hansen, Glostrup Kommune,
tlf.: 51 28 36 41 eller

mail: jannia.hansen@glostrup.dk

Vi GLÆDER os til at høre fra dig!





Østervangskirken, foto Erik Busch

VI STØTTER SENIORRÅDET I GLOSTRUP

Klip denne *slip* af og få en rabat på
5.000 kr. når du sætter din bolig til salg
ved home Glostrup - Albertslund - Brøndby.



* Dette værdikort er personligt og kan kun benyttes af sælger, der indgår 6 måneders formidlingsaftale. Beviset kan kun benyttes hos home Glostrup - Albertslund - Brøndby, og kan ikke ombyttes til kontanter. Beløbet er inkl. moms og kan ikke kombineres med andre rabatter. Kampagnen gælder, hvis du sætter din bolig til salg inden for 6 måneder efter bladet er udkommet.

home
Kom godt hjem

SENIORRÅDET

Formand:

Jeanette Fisk
Tlf. 26 80 83 63
E-mail: jeanette1954@gmail.com

Næstformand:

Carsten Goldek
E-mail: cgoldek@hotmail.dk

Øvrige medlemmer:

Bjarne Knudsen
E-mail: bk@na2.dk

Palle Lastrup
E-mail: palle.lastrup@gmail.com

Inge Lindstrøm
E-mail: il@glostrupbio.dk

Helle Martinsen
E-mail: ejbyholm@hotmail.com

Iben Brylle Marskov
E-mail: iben.brylle@mail.dk

Lone Thelke
E-mail: let@webspeed.dk

Flemming Ørhem
E-mail: foerhem@gmail.com

Økonomiudvalget:

Jeanette Fisk
Carsten Goldek
Palle Lastrup
Lone Thelke

Omsorgsudvalget:

Jeanette Fisk
Palle Lastrup
Helle Martinsen
Iben Brylle Marskov

Informationsudvalget:

Flemming Ørhem
Lone Thelke
Jeanette Fisk
Helle Martinsen

Redaktionen:

Se side 2

Byudvalget:

Palle Lastrup
Flemming Ørhem
Iben Brylle Marskov
Carsten Goldek

Repræsentanter i

Regionsældrerådet:

Jeanette Fisk



Åbningstider i Borgerservice



Borgerservice:

Mandag10.00 - 17.00

(Kun fremmøde med tidsbestilling eller
forudgående aftale)

Tirsdag (tidsbestilling)10.00 -12.00

OnsdagLukket

(NemID udstedelse + pas/kørekort
afhentning via receptionen)

Torsdag (tidsbestilling)10.00 - 17.00

Fredag (tidsbestilling)10.00 -12.00

Rådhus, reception og selv- og medbetjeningsområde:

Mandag og torsdag 9.30 - 17.00

Tirsdag og onsdag 9.30 - 14.00

Fredag 9.30 - 13.30

Telefontider kontaktcentret (tlf. 43 23 61 00):

Mandag, tirsdag og onsdag 9.00 - 14.30

Torsdag 9.00 - 17.30

Fredag 9.00 - 14.00

Visitationsenheden (tlf. 43 23 66 90):

Kl. 9.00-10.00

Hjemmeplejen (tlf. 43 23 66 04):

Kl. 8.30-10.30 eller 13.00-14.00

Hjemmesygeplejen (tlf. 43 23 66 05):

Kl. 9.00-10.00 eller 13.00-14.00

NYTTIGE TELEFONNUMRE

Glostrup Rådhus/Borgerservice

Tlf. 43 23 61 00

Lægevagten/Akuttefonen: 18 13

Glostrup Forsyning A/S

Tlf. 43 20 80 20

Glostrup Apotek

Åbent alle dage 06:00-24:00

Tlf. 43 96 00 20

Rigshospitalet Glostrup

Tlf. 38 63 38 63

Hvidovre Hospital

Tlf. 38 62 38 62

Hjælpemiddelcenter

Tlf. 43 68 65 70

POLITI: 1 - 1 - 4

ALARM: 1 - 1 - 2



Kærmindevej (tidligere del af Brøndbyvestervej) 1907-1908. Ved det store træ drejer "Brøndbyvestervej" til venstre, og Kirkebjerg Allé fortsætter lige frem.

GLOSTRUP FØR OG NU

Kærmindevej 2022
(bemærk Koldinghus fra 1906 til venstre i billedet).

