

# EGEN

NR. 90 – MARTS 2021

Seniorrådet i Glostrup



**GLOSTRUP**  
KOMMUNE

**Seniorrådet**

## REDAKTION

Erik Busch  
Erdalsvej 45  
2600 Glostrup  
Tlf. 6024 2388  
E-mail:  
erik.busch@akap.dk

Redaktionsudvalget:  
Erik Busch  
Flemming Hein Andersen  
Bjarne Knudsen  
Helena Skovgaard  
Tlf. 4323 6425

Stof til EGEN's September 2021 udgave skal være redaktionen i hænde senest den 1. august 2021.

EGEN udsendes 3 gange årligt.  
MARTS  
SEPTEMBER  
DECEMBER

EGEN trykkes i et oplag på ca. 4.100 eksemplarer og udsendes til alle husstande, hvor mindst en borger er over 60 år bosiddende i Glostrup.

Indlæg i EGEN dækker ikke nødvendigvis Seniorrådets holding.

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

Forside foto:  
Gadekæret i Ejby, Erik Busch  
Bagsidefoto:  
Drikkekumme i Bryggergården,  
Byhistorisk Hus, Glostrup  
Drikkekumme i Rådhusparken,  
Erik Busch



Hvis Egen udebliver, kan du kontakte Helena Skovgaard tlf. 4323 6425



## INDHOLD

Siden sidst .....	4
Tag med på ferierejse til Sønderjylland.....	8
De kommunale skovture .....	9
Forskningsprojekt .....	10
Særlige senior-kostråd er på vej til dig over 65 år .....	12
Seniorrådsvalg 25. marts 2021 - Fredsvalg.....	13
Sundhedsstyrelsens vaccinationsplan for COVID-19 .....	14
Sundhedsprofilundersøgelse - Hvordan har du det?.....	16
Seniortilbud i Glostrup Idrætsanlæg .....	17
Viden og oplevelser live med biblioteket.....	18
Læserbrev: Aktivitetscentret byder på værdi for alle .....	20
Seniorrådet .....	22
Nyttige telefonnumre og åbningstider i Borgerservice .....	23



# INVITÈR 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](mailto: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 728,- PR. PERS.



GLOSTRUP PARK HOTEL

PÅSKEFROKOST  
SØNDAG D. 4. APRIL  
2021 KL. 12-15

288,- PR. PERSON  
INKL. 1 HJEMME-  
TILSMAGT SNAPS

BESTIL PÅ 43 22 18 06



# SIDEN SIDST...

*Af Erik Busch, Formand for Seniorrådet*

Det har været en streng og hård tid, som vi alle har været igennem her i vinter med en genopblussen af pandemien og dermed genindførelsen af mange af de restriktioner, som vi kendte fra foråret med tilføjelse af yderligere nogle stykker. Rigtig mange har været isoleret uden mulighed for at se familie og venner. Det ser dog nu ud til, at der er lys forude, og mange er allerede vaccineret. Vi kan derfor forhåbentlig snart få en normal tilværelse igen.

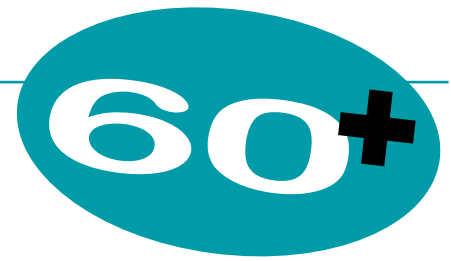
De svære tider giver dog også mulighed for nogle solskinshistorier. Den 15. januar blev der mulighed for, at en særlig gruppe af kommunens ældre borgere kunne blive vaccineret på Aktivitetscentret på Sydvestvej. Tilbage meldingerne herfra er stor ros til de praktiserende læger, der stod for selve vaccinationen og til kommunen, der stod for de praktiske rammer og transporten. Også den 2. del af vaccinationsrunden på kommunens ældrecentre den 24. januar blev gennemført med en flot indsats af de involverede.

Pandemien har også haft indflydelse på Seniorrådets arbejde med flere aflyste møder og arrangementer. Vi har desværre også af forskellige årsager taget afsked med to medlemmer af Seniorrådet Kirsten Eriksen og Per Nilsson, som skal have stor tak for deres indsats gennem årene.

Seniorrådet har gennem de sidste år overfor kommunalbestyrelsen påpeget behovet for ældre- og seniorboliger i kommunen. Det ser nu ud til, at der kan ske noget på dette område. I de kommunale udvalg arbejdes der bl.a. i øjeblikket på muligheden for seniorboliger på dele af et erhvervsområde ved Paul Bergsøes Vej/Hvissingevej samt muligheden for seniorboliger på grunden Ejby Mosetoften 14. Man kan så håbe, at der i forbindelse med udviklingen i bymidten også kommer til at indgå ældre- og seniorboliger med en mere central placering.

Byggeriet af Rehabiliteringshuset Digevang ligger stadig stille. Det er nu et år siden, at





» en konkurs stoppede det næsten færdige byggeri. Da der et stort behov for de nye pladser, er det meget beklageligt, at sagen har ligget stille så længe.

Det er nu besluttet at pensionisternes transportkort – mimrekortet - bevares,

selv om det sidste år var ved at blive udfaset. Selv om prisen steg den 17. januar, er det stadig en stor fordel for en del pensionister at have kortet, selv om det også har nogle begrænsninger.



Foto: Erik Busch



Seniorrådet har haft tilsynsrapporter og brugertilfredsundersøgelser vedrørende ældrecentre, hjemmeplejen, genoptræning og Midlertidige Pladser i høring. Specielt genoptræningen fungerede meget tilfredsstillende, så stor ros her. Også de andre steder fungerer godt eller nogenlunde godt, hvor der dog i hjemmeplejen kunne se ud til at være behov for øgede resurser.

Kommunens Affaldsplan 2021-2032 har været i høring, og hvor der er stor fokus på, at så meget affald som muligt sorteres. Det er naturligvis også det helt rigtige udgangspunkt, så længe der også tages hensyn til, at ikke alle borgere kan håndtere denne sortering lige godt.

Til trods for at de fleste møder i Seniorrådet de sidste måneder har været aflyst, har det alligevel med noget besvær og udfordringer været muligt at afgive høringssvar bl.a. på flere sager om lokalplaner.

Der var i både oktober og januar planlagt orienteringsmøder for kandidater til det kommende Seniorråd. Det sidste måtte desværre aflyses på grund af restriktioner. Om det er de generelle forhold, der har gjort sig gældende, er svært at sige, men resultatet er, at der desværre kun er 5 kandidater, der har meldt sig. Der bliver derfor ikke noget egentlig seniorrådsvalg. De 5 kandidater er alle valgt ved fredsvalg. Længere omme i bladet er der en præsentation af de kommende medlemmer.

Da jeg ikke genopstiller til det kommende Seniorråd, vil jeg gerne her benytte lejligheden til at takke borgmester, kommunalbestyrelse, vores sekretærer og forvaltningen i øvrigt for et godt samarbejde de sidste 4 år som formand for Seniorrådet. Jeg vil specielt takke Center for Sundhed og Velfærd for en god dialog. Samtidig vil jeg ønske det kommende Seniorråd held og lykke i tiden fremover.



# Glostrup Apotek

Dit lokale apotek tilbyder

## HURTIG UDBRINGNING

Vi bringer din medicin og andre apoteksvarer ud samme dag, hvis du bestiller inden kl. 17 på hverdage og inden kl. 15 i weekender og på helligdage.

Det koster fra 45 kr. at få levering til døren fra Glostrup Apotek.

Står du en aften eller weekend og har brug for akut udbringning, klærer vi også det - du kan bestille levering indenfor ca. 1 time frem til kl. 23.

Ring til os på tlf. 43 96 00 20

Læs mere om levering til døren på [www.glostrup-apotek.dk](http://www.glostrup-apotek.dk)

*Apoteker Kristian Østergaard*

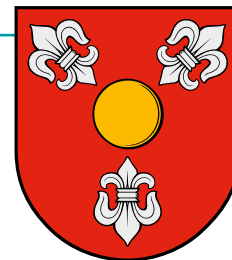


**Velkommen på dit lokale apotek!**  
Glostrup Apotek & Apoteket Glostrup Shoppingcenter  
Tlf. 43 96 00 20

## ORIENTERING FRA KOMMUNEN

# Tag med på ferierejse til Sønderjylland

For pensionister og efterlønsmodtagere bosat i Glostrup Kommune



Af Helena Skovgaard, kultur- og fritidskoordinator, Center for Kultur, IT og Udvikling

**Mandag den 21. juni til fredag den 25. juni 2021** (med backup-uge i uge 35 den 30. august – 3. september)

Sidste år aflyste Coronapandemien desværre vores tur til Sønderborg. Her i 2021 håber vi på at kunne tage revanche. Skulle det ikke være muligt at tage af sted i uge 25 (21. – 25. juni), så har vi lagt en backup-uge i uge 35. Begge ture er dog planlagt med forbehold for, at det skal kunne gennemføres forsvarligt.

Vi skal bo centralt på Hotel Sønderborg Strand med udsigt til vandet og få minutter til gågaden. Hotellet tilbyder ud over god beliggenhed også svømmepøl, fitnesscenter og gratis internet.

Vi kører med bus og har bussen til rådighed alle dagene, hvor vi kører ud og oplever Sønderjylland helt tæt på. Der er god mulighed for socialt samvær på hele turen, hvor vi hver aften mødes til aftenkaffe, hygge og spil. Den sidste aften er der fest med festmenu og 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 vel-

komne 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 selvhjulpen og selv kunne stige af og på bussen. På turen deltager kultur- og fritidskoordinatoren samt en sygeplejefaglig person, som kan være behjælpelig med lettere personlig bistand så som hjælp til støttestrømper.

Rejsen koster 3.950 kr. pr. person i dobbeltværelse og 4.750 kr. pr. person i eneværelse. Prisen omfatter helpension (eksklusiv drikkevarer), bustransport samt diverse udflugter.

**Ønsker du at deltage, eller har du blot spørgsmål, så kan du kontakte:**

Kultur- og fritidskoordinator Helena Skovgaard på tlf.: 4323 6425 eller på mail [helena.skovgaard@glostrup.dk](mailto:helena.skovgaard@glostrup.dk)

**Tilmelding til turen er senest den 12. april 2021**

Rejsen kan afbestilles frem til om med 3. maj. Efter denne dato refunderes betalingen kun, hvis en anden eventuelt overtager pladsen. Rejsen aflyses, hvis der er for få ansøgere, og pengene refunderes.





## De kommunale skovture for pensionister

Af Helena Skovgaard, kultur- og fritidskoordinator,  
Center for Kultur, IT og Udvikling

Kommunens populære og traditionsrige skovture for pensionister er endnu engang udfordret af den globale pandemi. Ingen kan spå om, hvad fremtiden bringer, og om hvornår der eventuelt lempes på restriktionerne i landet. Det vigtigste er, at vi kan gennemføre vores skovture forsvarligt.

I skrivende stund vil vi ikke kunne planlægge og gennemføre skovturene i maj, hvor de plejer at ligge. Vi vil i stedet holde øje med situationen og kigge på mulighed for at afholde skovturene i sensommeren i stedet. Såfremt det kan lade sig gøre, skal I holde øje med annoncering i Folkebladet, på hjemmesiden og på Facebook.

Vi krydser fingrene for skovturene 2021.

# 25% til dig over 60?



## Yes!

Gælder alle stel,  
glas og tillægs-  
ydelse

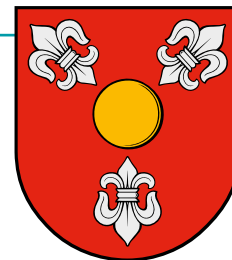
Louis Nielsen

Glostrup  
Hovedvejen 102 · Tlf. 9632 5224

Bestil synstest på  
[louisnielsen.dk](http://louisnielsen.dk)

Hvis du er over 60 år, får du 25% rabat ved køb af stel fra prisgruppe 195 kr. og op-  
efter. Enkeltstyrkeglas (indeks 1,5) er med i prisen. Rabatten gives også på flerstyrke-  
glas fra 800 kr. og på eventuelle tillægsydelser. Kan ikke kombineres med andre tilbud.  
Synstest med sundhedstjek 245 kr. ©2021 Specsavers

## ORIENTERING FRA KOMMUNEN



# Forskningsprojekt

Af Sarah Larsen, forebyggelses- og sundhedskonsulent, Center for Sundhed og Velfærd

**Er du 75 år eller derover, og kunne du tænke dig at deltage i et nyt forskningsprojekt? Så læs med her.**

Et nyt forskningsprojekt i Fonden Ensomme Gamles Værn skal undersøge ældre forældres brudte relationer til deres voksne børn. Forskningsprojektet vil finde ud af, hvordan ældre forældre bliver påvirket af ikke længere at have kontakt med deres barn/børn.

### Hvem kan deltage?

Forskningsprojektet søger deltagere til en undersøgelsesgruppe og en kontrolgruppe. Undersøgelsesgruppen består af forældre på +75 år, der oplever, at kontakten til et eller flere børn er ophørt. Kontrolgruppen består af forældre på +75 år, der stadig har kontakt til deres barn/børn.

### Hvad indebærer det at deltage i undersøgelsen?

Som deltager i undersøgelsen vil du få tilsendt et spørgeskema, som vil tage omkring

10 minutter at udfylde. Spørgeskemaet sendes enten via brev eller e-mail. Det er frivilligt, om du vil deltage, og din deltagelse vil være underlagt etiske forskningsregler om anonymitet og fortrolighed.

### Har du lyst til at høre mere om projektet?

Hvis du synes, at forskningsprojektet lyder interessant, kan du kontakte: forebyggelseskonsulent Janni A. Hansen på tlf.: 5128 3641.



# Bolighandel med ro i maven

Vælg den **rigtige** ejendomsmægler  
- **første** gang!

Ring 43 43 03 04



**REAL**

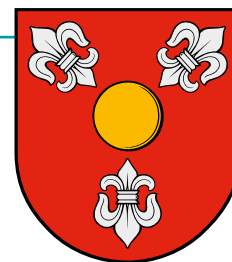
REALMÆGLERNE **HALLBERG**

GLOSTRUP

BRØNDBY

ALBERTSLUND

## ORIENTERING FRA KOMMUNEN



# Særlige senior-kostråd er på vej til dig over 65 år

Af Maria Johansen, klinisk diætist og sundhedskonsulent, Center for Sundhed og Velfærd

Snart udkommer de nye senior-kostråd, som nok ikke vil handle om at spise flere røde bøffer, men snarere om at spise mindre kød og flere bælgfrugter, fisk og andre sunde og klimavenlige sager.



Fødevarestyrelsens officielle kostråd - godt for sundhed og klima, der blev lanceret 7. januar 2021 - handler bl.a. om at spise mindre kød og flere grøntsager, bælgfrugter og fuldkorn. Rådene, som er tilegnet raske danskere mellem 2 og 64 år, er dels sundere men som noget nyt også bedre for klimaet.

De nye råd gælder dog ikke seniorerne, som i stedet skal vente på de særlige senior-kostråd, som forventes at udkomme i løbet af de næste par måneder. Indtil da skal seniorerne følge de eksisterende kostråd til +65-årige, som de har fulgt i flere år, og som kan findes på [www.altomkost.dk](http://www.altomkost.dk) under supplerende kostråd til seniorer på 65+.

### Hvorfor særlige senior-kostråd?

Seniorerne har længe haft deres egne kostråd, bl.a. fordi ældre i forhold til resten af befolkningen har behov for flere proteiner, som bl.a. fås fra kød, fisk, æg og mælkeprodukter men også fra vegetabiliske protein-kilder som bl.a. bælgfrugter og nødder.

At proteinbehovet stiger fra 65-års alderen skyldes, at der med alderen helt naturligt sker et gradvist tab af muskelmasse og muskelstyrke. Heldigvis kan du som senior selv gøre meget for at forsinke dette tab og bevare dit gode helbred, så du kan være i stand til at gøre dét, du gerne vil længst muligt. Så hold øje med de nye senior-kostråd, som, iflg. Fødevarestyrelsen udkommer i løbet af foråret.



# Seniorrådsvalg 25. marts 2021 – Fredsvalg

Af Lizette Brønnum, sekretær, Center for Økonomi, Personale og Politisk betjening.

I forbindelse med seniorrådsvalget 25. marts 2021 skulle der vælges 9 kandidater og op til 9 suppleanter. Tilmeldingsfristen for at opstille som kandidat var 27. januar 2021.

Der er kun opstillet 5 kandidater til Seniorrådet. Der er dermed ikke opstillet kandidater nok til at afholde valg. Derfor er de opstillede valgt til Seniorrådet uden afstemning. Det nye Seniorråd holder konstituerende møde den 6. april 2021.

### Medlemmer af Seniorrådet april 2021:



Bjarne Knudsen



Carsten Goldek



Inge Lindstrøm

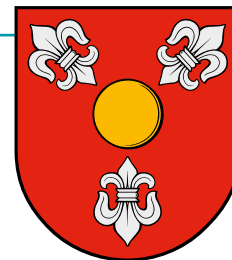


Jeanette Fisk



Ove Kongsløv

## ORIENTERING FRA KOMMUNEN



# Sundhedsstyrelsens vaccinationsplan for COVID-19

Af Sarah Larsen, forebyggelses- og sundhedskonsulent, Center for Sundhed og Velfærd

### Hvornår bliver det min tur til at få tilbud om vaccination mod COVID-19?

I Danmark er vi i fuld gang med at vaccinere mod COVID-19. Flere af Glostrups borgere, der bor på ældrecenter eller er over 65 år og modtager personlig pleje og praktisk hjælp, har allerede fået tilbudt vaccinen. Sundhedsstyrelsen har en fast prioriteringsrækkefølge med 12 forskellige grupper, der viser hvem, der bliver tilbudt vaccinen hvornår:

1. Borgere i plejebolig mv.
  2. Borgere over 65 år, som både modtager praktisk hjælp og personlig pleje
  3. Borgere på 85 år eller derover
  4. Frontpersonale i sundheds-, ældre- og dele af socialektoren
  5. Udvalgte patienter med særligt øget risiko
  6. Udvalgte pårørende til personer med særligt øget risiko
  7. Borgere på 80-84 år
  8. Borgere på 75-79 år
- (du kan se hele listen på Sundhedsstyrelsens hjemmeside, [www.sst.dk](http://www.sst.dk))

### Hvordan ved jeg, at det er min tur?

Du vil få besked i e-Boks, når du bliver tilbudt vaccination mod COVID-19. Hvis du er digitalt fritaget, vil du få et brev med posten. Når du har fået besked, skal du enten selv gå ind på [www.vacciner.dk](http://www.vacciner.dk) og booke tid til vaccination. Hvis du ikke har Nem-ID, skal du ringe til det nummer, der står i brevet.

### Jeg har fået tilbud om vaccination, men kan ikke bestille tid?

Danmark har desværre ikke fået det antal vacciner leveret, som først forventet. Derfor kan du opleve, at det ikke er muligt at booke



## ORIENTERING FRA KOMMUNEN

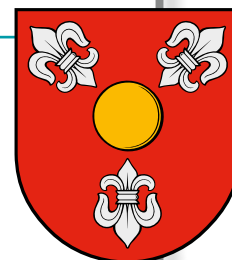
tid til vaccination, selvom du har modtaget besked fra Sundhedsstyrelsen.

I takt med, at der kommer flere vaccinationsdoser til landet, vil det løbende være muligt at booke tid igen. Vi kan kun opfordre til, at du holder dig orienteret via nyhederne og på [www.sst.dk](http://www.sst.dk)

### Mens vi venter....

Mange oplever, at deres trivsel er påvirket af de mange restriktioner og begrænsninger, der er nødvendige for at stoppe spredningen af COVID-19. Det er helt normalt at føle sig ensom, være i dårligere humør, eller at bekymre sig om at blive smittet eller smitte andre.

Sundhedsstyrelsen regner med, at vi i Danmark er igennem vaccinationsplanen til sommer 2021, og vi kan derfor håbe, at vi befinder os i sidste etape af corona-krisen. Derfor er det også vigtigt, at vi fortsat holder sammen (på afstand) i denne sidste fase af pandemien, og at vi passer godt på os selv og hinanden.



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](http://www.borger.dk/folkepension)**

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

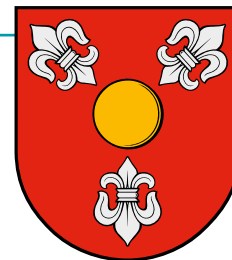
## ORIENTERING FRA KOMMUNEN

# Sundhedsprofilundersøgelse - Hvordan har du det?

Af Mette Nielsen sundhedskonsulent, Center for Sundhed og Velfærd.

300.000 tilfældigt udvalgte borgere over 16 år bliver for tiden spurgt om, hvordan de har det. Det sker for at kunne sætte ind ved at fremme sundhed og trivsel samt bedre forebyggelse og behandling af sygdomme. Det gælder både på landsplan, i regionerne og i kommunerne. For at få de mest brugbare resultater er det vigtigt, at så mange som muligt udfylder spørgeskemaerne.

Spørgeskemaet 'Hvordan har du det?' er sendt til de 300.000 danskere i deres e-Boks eller med postvæsenet.



### Har du fået et spørgeskema?

Du kan tjekke, om du er udtrukket til at være med i undersøgelsen ved at se, om du har fået spørgeskemaet "Hvordan har du det?" i din postkasse (via e-Boks eller som fysisk brev). Resultatet af undersøgelsen offentliggøres i marts 2022 og bliver samlet på hjemmesiden danskernessundhed.dk, hvor man også kan læse resultaterne fra tidligere undersøgelser. Hvis du er én af dem, der har modtaget spørgeskemaet, og du sender din besvarelse i tide, **deltager du i lodtrækningen om flotte præmier!**

### 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

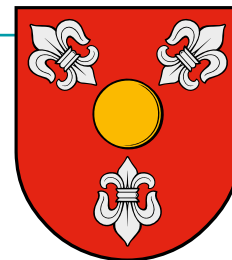
FODTERAPEUTERNE PÅ GLOSTRUP TORV

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



### Seniortilbud i Glostrup Idrætsanlæg

Af Allan Christensen, idrætschef, Glostrup Idrætsanlæg, Center for Kultur, IT og Udvikling

#### Fællesskab og bevægelse

Fastholdelse af en aktiv, bevægelig hverdag er en vigtig faktor for vores velbefindende og velvære. Vi er fortsat påvirket af Covid-19, men nu er der rig mulighed for at orientere sig i nye beskæftigelser, holdtræning og fællesskaber.

Glostrup Idrætsanlæg har et bredt udvalg af motionsmuligheder samt en bred vifte af anbefalelsesværdige foreningsidrætstilbud til pensionister og seniorer, som ønsker at opleve nye aktivitetstilbud og samskabende fællesskaber.

I vores svømmehal, motionscenter, idræts-haller, aktivitetslokaler og øvrige sportsfaciliteter både ude og inde kan du opleve et hav af forskelligartede bevægelsestilbud. Der er alt fra eksempelvis motionshold med fokus på styrke, balance og udstræk, cirkeltræning i maskiner baseret på lufttryk, seniorholdtræning i både vores varmtvands- og 25-meterbassin, petanque, krolf, dart, gymnastik, gåture, tæppecurling og skånsomme boldspil.

#### Udforsk mulighederne

Du kan læse mere og tilmelde dig hold via vores hjemmeside: [www.fritid-glostrup.dk](http://www.fritid-glostrup.dk)  
Vi arbejder i øjeblikket med at synliggøre vores tilbud for seniorer på vores hjemmeside, så der inden længe kommer en særskilt "boks" på hjemmesidens forside.

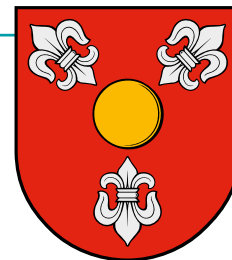
Du kan også følge med og holde dig opdateret på vores Facebookside: "Glostrup Idrætsanlæg". Samtlige idrætsforeningstilbud og kontaktoplysninger hertil kan du finde på kommunes hjemmeside: <http://www.glostrup.dk/borger/kultur-og-fritid/Foreningsoversigt/Idratsforeninger>

Vi står altid klar til at besvare dine spørgsmål på mail [gi@glostrup.dk](mailto:gi@glostrup.dk), og vi hjælper dig meget gerne med at finde det helt rigtige hold/tilbud. Har du brug for, at vi ringer til dig, er du også meget velkommen til at sende os en mail med besked om dette.

## ORIENTERING FRA KOMMUNEN

# Viden og oplevelser live med biblioteket

Af Nana Thejll Jakobsen, litteraturformidler, Glostrup Bibliotek



Glostrup Bibliotek har sat sig for at lave spændende indhold til Glostrup-borgerne, også selv om bibliotekets døre kun står på klem eller er helt lukkede på grund af corona-restriktionerne. Biblioteket vil skabe online-oplevelser, så alle borgere – unge som ældre – kan sidde hjemme i stuen og møde interessante videnskabsfolk, debattører og forfattere.

– I en tid, hvor vi er udfordret på at mødes fysisk, og hvor der er begrænsninger på, hvor mange vi kan omgås, er det tvingende nødvendigt, at vi tænker nyt for stadig at kunne tilbyde borgerne gode og spændende oplevelser, som inspirerer til læselyst, siger Tania Schwartz, bibliotekschef på Glostrup Bibliotek.

Arrangementerne kommer til at blive live-streamet via Glostrup Biblioteks Facebook-side. Det er nemt, gratis og kan nå ud til rigtig mange borgere.

Den 29. marts kl. 19 har vi to spændende navne på plakaten, som vil samtale om ”det

at være menneske”. Det er forfatter Leonora Christina Skov og museumsdirektør og eventyrer Rane Willerslev. Begge har de set og oplevet meget i deres forholdsvis unge liv, og derfor er det med stor glæde at kunne give Glostrup-borgerne denne unikke oplevelse at møde de to forfattere – og så endda helt uden, at man behøver at bevæge sig uden for hjemmet. Du kan tilmed stille spørgsmål til de to forfattere i kommentarsporet.

Arrangementerne bliver til sammen med 5 andre biblioteker rundt omkring på Sjælland og øerne, da projektet med Glostrup Bibliotek i spidsen har fået midler fra Slots- og Kulturstyrelsen til at udvikle disse online-oplevelser.

Hvis du har brug for hjælp til, hvordan du kan se med, så tøv ikke med at kontakte biblioteket enten ved at skrive en besked til os på Facebook eller på mail:

[glostrup@glostrupbib.dk](mailto:glostrup@glostrupbib.dk). Vi ønsker at give alle borgere en god oplevelse.

## 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**

Hovedvejen 127  
2600 Glostrup

43 96 00 83

begravelsesdanmark.dk



*Livet er  
noget særligt*

*Det bør det sidste farvel også være*

Gitte  
Gottliebsen



Jan  
Flindt





## LÆSERBREVE

# Aktivitetscentret byder på værdi for alle

Af Lone Grannon, leder af Aktivitetscentret på Sydvestvej, Center for Kultur, IT og Udvikling.

Hovedparten af Egens læsere er ikke længere på arbejdsmarkedet. Blot fordi man ikke længere er en vårhare på dåbsattesten, eller fordi helbredet ikke gør det muligt at varetage et betalt arbejde, så vil de fleste af os gerne blive ved med at vise, at vi duer til noget. Vi mennesker vil ikke og skal ikke sættes i bås.

Til trods for at der, i virusfri tider, er omkring 600+ borgere igennem kommunens Aktivitetscenter på Sydvestvej hver uge, så er der kun 1 fuldtidsansat og 2 halvtidsansatte i flexjob på lønningslisten. Aktivitetscentrets brugere – alle Glostrup borgere 60+ og førtidspensionister, er langt hen ad vejen selv primus motor på al undervisning, arrangementer og aktiviteter bag disken i cafeen og i køkkenet. Uden deres frivillige kræfter var der ganske enkelt ikke en så spændende og alsidig vifte af tilbud. Mange kommer ind ad døren for at nyde, men ender efter nogen tid med også at yde i større eller mindre grad. I bund og grund fordi vi alle trives bedst med, at nogen har brug for os, og fordi vores

gerninger er med til at give identitet og tilhørsforhold.

De ressourcer I borgere har, giver stor værdi for nærsamfundet. Folk som jer, der ikke altid ses som et aktiv, blander sig og skaber værdi på ny. I mestrer eget liv, udfolder jer og viser vejen for andre. Jeres gerninger spreder sig som ringe i vandet og giver dønninger længere ud til andre befolkningsgrupper. Det er forunderligt at være leder for de ca. 80 frivillige Glostrup borgere i centret, der så rundhåndet giver af deres tid og ressourcer til gavn for så mange. Det er i høj grad samfundssind. Kender du ikke allerede huset, så kom forbi og mærk stemningen. Hold dig gerne opdateret om centrets aktuelle åbningssituation og tilbud via hjemmesiden [www.aktivitetscentretsydvestvej.dk](http://www.aktivitetscentretsydvestvej.dk) eller ring på 4328 7019.



# FlexLife®

- nu også med fast rente



**NYHED**  
Fra Realkredit  
Danmark

## Få en boligøkonomi, der både er fleksibel og forudsigelig

FlexLife® er et unikt realkreditlån til dig med en god friværdi. Du får en fleksibilitet, du ikke får med andre lån. Og nu kan du også vælge fast lav rente, så du ikke skal bekymre dig om fremtidige rentestigninger.

Når vi sammen har aftalt rammerne for lånet, kan du f.eks. skrue op og ned for dine afdrag eller få op til 30 års afdragsfrihed, hvis du har friværdi og økonomi til det. Med FlexLife® kan du nemlig have en restgæld, som du først skal betale sammen med den sidste ydelse.

Få mere at vide om dine muligheder med FlexLife®. Ring til os på 70 15 15 16 eller beregn dit lån på [danskebank.dk/flexlife](https://danskebank.dk/flexlife)

Flexlife® udbydes af Realkredit Danmark og formidles af Danske Bank.

**Danske Bank**

### **Formand:**

Erik Busch

Tlf. 6024 2388

E-mail: erik.busch@akap.dk

### **Næstformand:**

Flemming Hein Andersen

Tlf. 4033 5684

E-mail: fl.hein@post.tele.dk

Bjarne Knudsen

Tlf. 2025 2618

Inge Lindstrøm

Tlf. 2196 9521

John Bach

Tlf. 2291 1917

Ove Kongsløv

Tlf. 2325 0775

Søren Brandis

Tlf. 2063 4030

### **Suppleant til rådet:**

Ingen suppleanter

### **Økonomiudvalget:**

Erik Busch, formand

Flemming Hein Andersen

Søren Brandis

### **Omsorgsudvalget:**

Inge Lindstrøm

John Bach

### **Informationsudvalget:**

Fl. Hein Andersen, formand

Bjarne Knudsen

Erik Busch

Ove Kongsløv

### **Redaktionen:**

Se side 2

### **Byudvalget:**

Bjarne Knudsen

Inge Lindstrøm

John Bach

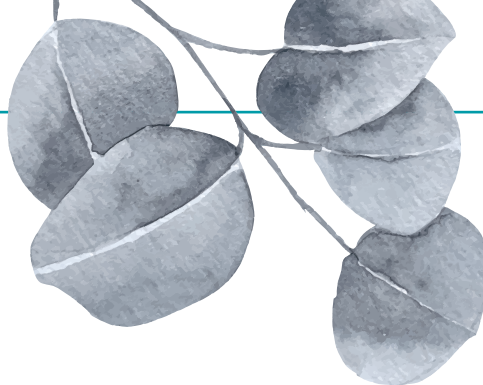
Ove Kongsløv

Søren Brandis

### **Repræsentanter i**

### **Regionsældrerådet:**

Erik Busch



## NYTTIGE TELEFONNUMRE

**Glostrup Rådhus/Borgerservice**  
Tlf. 4323 6100

**Lægevagten/Akuttelefonen: 18 13**

**Hovedstadens Beredskab**  
(Vestegnens Brandvæsen)  
Tlf. 4396 0814

**Ørsted (DONG energi)**  
Tlf. 7210 2030

**Glostrup Forsyning A/S**  
Tlf. 4320 8020

**Glostrup Apotek**  
Åbent alle dage 06:00-24:00  
Tlf. 4396 0020

**Rigshospitalet Glostrup**  
Tlf. 3863 3863

**Hvidovre Hospital**  
Tlf. 3862 3862

**Hjælpemiddelcenter**  
Tlf. 4368 6570

**Lokalpoliti Distrikt Vestegnen**  
Tlf. 4386 1448

**POLITI: 1 - 1 - 4**

**ALARM: 1 - 1 - 2**

## Åbningstider i Borgerservice



### Borgerservice:

Mandag	10.00 - 17.00
(pt. grundet Corona kun tidsbestilling)	
Tirsdag (tidsbestilling)	10.00 - 12.00
Onsdag	Lukket
(nem-id udstedelse + pas/kørekort afhentning via receptionen)	
Torsdag (tidsbestilling)	10.00 - 17.00
Fredag (tidsbestilling)	10.00 - 12.00

### Rådhus, reception og selv- og medbetjeningsområde:

(efter forudgående aftale)

Mandag og torsdag	9.30 - 17.00
Tirsdag og onsdag	9.30 - 14.00
Fredag	9.30 - 13.30

### Telefontider kontaktcentret (tlf. 4323 6100):

Mandag, tirsdag og onsdag	9.00 - 14.30
Torsdag	9.00 - 17.30
Fredag	9.00 - 14.00

### Hjemmeplejen (tlf. 4323 6604):

Kl. 8.30-10.00 eller 13.00-14.00

### Hjemmesygeplejen (tlf. 4323 6605):

Kl. 9.00-10.00 eller 13.00-14.00



Bryggerens datter,  
Lise Hansen,  
ved brødrene Schannongs  
drikkekumme ca. 1920

## GLOSTRUP FØR OG NU

Brødrene Schannongs  
drikkekumme,  
Rådhusparken,  
Glostrup, 2020

