

EGEN

NR. 88 – SEPTEMBER 2020

Seniorrådet i Glostrup



Hovedvejen 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 december 2020 udgave skal være redaktionen i hænde senest den 1. november 2020.

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 holdning.

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

For- og bagside foto af Erik Busch

INDHOLD

Siden sidst	4
Uddeling af legatportioner	8
Seniorforeningerne i Glostrup	9
Borgerrådgiveren i Glostrup	10
Tag hverdagen tilbage	12
Hold øje med din postkasse	14
Søg om folkepension	16
Seniorrådsvalg 2021	17
Influenzavaccinationer 2020	18
Gratis vaccine mod lungesygdom	19
Aktivitetscentret er åbent igen	19
Få en lokal telefonven	20
Seniorrådet	22
Nyttige telefonnumre og åbningstider i Borgerservice	23



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



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

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



**MORTENS AFTEN
TIRSDAG DEN 10. NOV.**

3 RETTER
I RESTAURANT
LA COCOTTE.

398,- PR. GÆST

BESTIL PÅ 43 22 18 06

SIDEN SIDST...

Af Erik Busch, Formand for Seniorrådet

Det har været en hård og meget mærkelig tid, som vi har været igennem her i foråret og sommeren, hvor corona-pandemien har hærget, og hvor Glostrup har været hårdt ramt. Heldigvis ser det ud til at gå den rigtige vej nu, selv om man stadig skal sørge for at

overholde myndighedernes retningslinjer med at holde afstand og have god håndhygiejne. Problemet har vist sig at være størst for særlig udsatte grupper, der i forvejen lider af kroniske sygdomme, hvorimod det også ses, at selv om man er lidt oppe i årene, er alderen



Besøgpavillon på Ældrecenter Dalvangen

Foto: Erik Busch



» i sig selv ikke er så kritisk, hvis man er fysisk og mentalt aktiv.

Det har været mulig at følge udviklingen inden for ældreområdet i Glostrup under nyheder på kommunens hjemmeside. På ældrecentrene, midlertidige pladser og i hjemmeplejen har medarbejderne været under stort pres, og en del har været smittet. Under de svære betingelser må man give disse mennesker stor ros for, at de alligevel har fået tingene til at fungere, selv om det ikke har været nemt.

Som et af de første tiltag til afhjælpning af noget af virkningen af Coronavirussen er det nu muligt for alle over 65 at blive vaccineret mod en form for lungesygdom (pneumokok-vaccination). Se mere om det senere i bladet.

Til gengæld er forholdene og retningslinjerne omkring efterårets influenza vaccinationer på grund af corona-pandemien ikke afklaret på nuværende tidspunkt. Se også mere om det senere i bladet.

Lige som alle andre har Seniorrådet måttet aflyse et par af sine møder her i foråret, men vi er nu i fuld gang igen. Desværre har det også været nødvendigt at aflyse kommunens pensionistskovture og den årlige ferierejse, men de bliver genoptaget til næste år. Også kommunens Kulturnat i oktober er nu blevet aflyst.

Glostrup Kommune har vedtaget en demensstrategi frem mod 2024 for at sikre et sammenhængende forløb fra den tidlige fase til den sidste tid. Strategien er bygget op over 8 indsatsområder med det formål at skabe overblik over kommunens mål på området til gavn for de demente og deres pårørende. Demensstrategien kan findes på www.glostrup.dk/politik/politikker-og-strategier

I forbindelse med høringen vedrørende lokalplanen om en dagligvarebutik på hjørnet af Fraligsvej og Granskoven blev der for første gang på grund af den specielle situation afholdt et digitalt borgermøde, der bl.a. omhandlede lokalplanforslaget. Mødet blev overværet af godt 100 personer og var hoved- »

sagelig en præsentation af de projekter, som man arbejdede på i området, men der var også via chat, mail og telefon mulighed for, at tilhørerne kunne komme med kommentarer og spørgsmål. Efter omstændighederne virkede systemet godt.

Først i februar gik hovedentreprenøren, der stod for opførelsen af Rehabiliteringshuset Digevang konkurs. Dette betød, at byggeriet stoppede, og man skulle nu igennem en lang proces med stadeopgørelse, udarbejdelse af projekt for færdiggørelse samt indhentning af nye tilbud. Byggeriet, der efter planen skulle være indviet i løbet af foråret, er nu blevet væsentlig forsinket, og en slutdato ligger endnu ikke fast. Det er en meget uheldig situation.

Seniorrådet har tidligere kommenteret kommunens parkeringsnorm fra 2019, hvor normen for ældreboliger og plejehjem blev mere end halveret, uden det var begrundet i nogen form for undersøgelse. Da der her i foråret skulle behandles et tillæg 2 til parkeringsnormen, påpegede Seniorrådet, at der

så samtidig kunne rettes op på dette forhold, men det blev desværre ikke taget i betragtning.

I starten af 2021 skal der vælges nyt Seniorråd, og her skulle der gerne vælges 9 medlemmer og 9 suppleanter. Som medlem af Seniorrådet har man gode muligheder for at påvirke ældrepolitikken i Glostrup Kommune, så er man interesseret i at have indflydelse på dette område, skal man overveje at melde sig som kandidat til valget. Kommunalbestyrelsen har sat valgproceduren i gang, og der vil senere komme mere information på kommunens hjemmeside og i Folkebladet. Seniorrådet har allerede nu besluttet at holde et par orienteringsmøder for interesserede kandidater. Se mere om det senere i bladet.



Glostrup Apotek

Frå 1. oktober kan du gratis få

INFLUENZA-VACCINATION

Gælder for alle over 65 år, førtidspensionister,
samt personer med bestemte kroniske sygdomme.

Kom ned på apoteket på Hovedvejen 101
alle hverdage frå kl. 9-17.30
Og du skal ikke bestille tid i forvejen

Læs mere på vores hjemmeside
www.glostrup-apotek.dk
Her kan du også få information
om pneumokok-vaccination.

- besøg os og følg med i aktuelle emner
og gode tilbud på vores facebookside
på www.facebook.dk/glostrupapotek

Apoteker Kristian Østergaard

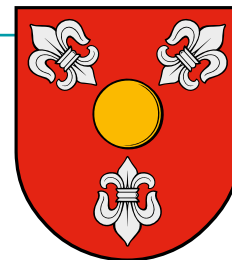


Velkommen på dit lokale apotek!
Glostrup Apotek & Apoteket Glostrup Shoppingcenter
Tlf. 43 96 00 20

ORIENTERING FRA KOMMUNEN

Uddeling af legatportioner fra Husejer C. Frandsens Alderdomsfond og Erik Laurids Vejvad Nielsen Fond

Af Jette Bielefeld, Administrativ konsulent, Center for Sundhed og Velfærd



Hvis du er over 65 år og har svært ved at få pengene til at række, har du mulighed for at søge en legatportion. Du skal have boet i Glostrup Kommune i mindst 5 år, og din årlige indtægt må ikke overstige 251.192 kr. hvis du er enlig, og 488.688 kr. for par, som er gift eller samlevende.

Du må ikke have en likvid formue, der er større end 89.900 kr. for enlige, og 179.600 kr. for par, som er gift eller samlevende.

Det er indtægts- og formueforholdene pr. 31. december 2019, som lægges til grund for vurderingen.

Uddeling af legatmidlerne sker i december 2020.

Tildeling af en legatportion er en éngangs- ydelse, som ikke er skattepligtig.

Der findes en ansøgningsblanket til legatet. Du kan finde ansøgningsblanketten på

Glostrup Kommunes hjemmeside. Alternativt kan du kontakte Jette Bielefeld i Center for Sundhed og Velfærd på tlf. 43 23 66 75 og få ansøgningsblanketten tilsendt.

Vi skal have modtaget din ansøgning senest d. 31. oktober 2020

Ansøgningen mærket "Husejer C. Frandsens Alderdomsfond og Erik Laurids Vejvad Nielsens Fond" fremsendes med Digital Post via www.borger.dk til Glostrup Kommune, og under emne skrives Frandsen Fonden.

Læs nærmere på kommunens hjemmeside, hvordan du sender sikker post til Glostrup Kommune via:

<http://www.glostrup.dk/service/sikker-email>

Eller send ansøgningen med posten til:

Glostrup Kommune
Center for Sundhed og Velfærd
Rådhusparken 2, 2600 Glostrup

ORIENTERING FRA KOMMUNEN

Seniorforeningernes Aktiviteter

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

I Glostrup har vi et væld af foreningstilbud til dig, der er 60+.

Seniorforeningerne i Glostrup tilbyder alt fra socialt samvær og foredrag til motionstilbud og kortspil.

Du kan fra midt i september finde seniorforeningernes nye aktivitethæfte her: <http://www.glostrup.dk/borger/kultur-og-fritid/Foreningsoversigt/Seniorforeninger>, eller du kan hente et eksemplar på biblioteket eller på Glostrup Rådhus.



**25% rabat
på alt til alle
over 60 år**

Gælder stel,
glas og tillægsydelse

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 prisgruppe 195 kr. og opefter. Enkeltstyrkeglas (indeks 1,5) er med i prisen. Rabatten gives også på flerstyrkeglas fra 800 kr. og på eventuelle tillægsydelser. Kan ikke kombineres med 2for1 eller tilbud. ©2019 Specsavers.

ORIENTERING FRA KOMMUNEN



Borgerrådgivning

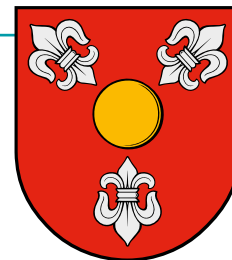
Af Meta Fuglsang, Borgerrådgiver i Glostrup Kommune.

Jeg er borgerrådgiver i Glostrup Kommune, og min opgave er at hjælpe borgere, der oplever problemer eller har brug for gode råd, når de er i kontakt med kommunen. Jeg behandler henvendelser om kommunens sagsbehandling og den personlige betjening.

Det er gratis at bruge borgerrådgiveren.

Man kan kontakte mig på mail eller telefonisk, og der er mulighed for et personligt møde, når der er brug for det. Kontaktoplysningerne er nederst i artiklen. Ofte er en telefonsamtale nok, når det handler om at blive rådgivet om rette sted at henvende sig, eller når man skal forberede sig på et møde med forvaltningen.

Når vi holder et møde, vil jeg typisk bede dig fortælle, hvordan din sag er forløbet, og jeg vil spørge ind til oplysninger, der har betydning for, om din sag er behandlet korrekt. Under mødet vil jeg også kunne vejlede dig om de muligheder, du har, og hjælpe dig med at forberede dig på et møde med sagsbehandler eller andre.



Jeg kan ikke gå ind i selve afgørelserne eller den faglige vurdering af sagen, men jeg kan hjælpe med at sikre, at sagen behandles korrekt, og at du forstår den afgørelse, der træffes.

Jeg kan også hjælpe med at klage til forvaltningen og med at få en bedre dialog i en sag.

Jeg kan hjælpe dig med:

- At blive hørt i sager, hvor du synes, at behandlingen af dig og din sag ikke er god nok
- At klage over kommunens sagsbehandling eller personalets optræden
- At forstå afgørelser og breve
- At vejlede om, hvordan du klager over afgørelser

Borgerrådgiver Meta Fuglsang

Mail: borgerraadgiver@glostrup.dk

Eller via borger.dk eller eboks, hvis din henvendelse indeholder personfølsomme oplysninger.

Telefon: 43 23 61 50

Mandag og tirsdag kl. 10-14

Torsdag kl. 14-17.30

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



Tag hverdagen tilbage

Af Janni A. Hansen, Forebyggelseskonsulent, Center for Sundhed og Velfærd.

I de sidste mange måneder har vi alle sammen været påvirket af coronasituationen (COVID-19).

Selvom samfundet efterhånden er åbnet mere op, er der stadig mange mennesker, som føler, at de må isolere sig hjemme, da de er i "risikogruppe". Nogle oplever også, at deres vante aktiviteter endnu ikke er startet op, og at det er uvist, hvornår de opstarter igen. Nedenfor er en række gode råd, tips og idéer til at holde fast i hverdagen.

Hold fast i de rutiner, som du kan

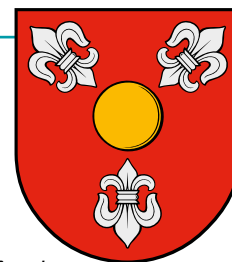
Hverdagens faste rutiner giver en følelse af tryghed og kan bidrage til at bevare funktionsevne og livskvalitet. Det er derfor en god idé at holde fast i så mange af hverdagens rutiner som muligt i denne anderledes tid. Du kan f.eks. fortsætte med at stå op og gå i seng, som du plejer. En god hverdagsvane kan også være at spise på de vante tidspunkter, og fortsat få klaret i de hjemlige gøremål, som du plejer. Hvis du er afholdt fra at deltage i aktiviteter ud af huset, kan du med fordel planlægge og lave andre aktiviteter

derhjemme på de tidspunkter, hvor du ellers skulle have været afsted.

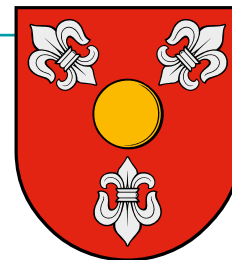
Hjemmetræning

Hvis du ikke kommer så meget ud, er det en god idé at få bevæget dig derhjemme i løbet af dagen. Frisk luft kan gøre underværker, så kom gerne ud i den friske luft, eller sørg for at få luftet ud i løbet af dagen. Sørg for at skifte stilling i løbet af dagen, og sid ikke i den samme stol for mange timer ad gangen. Daglige gøremål som f.eks. at gå ud med skraldespanden kan suppleres med træningsøvelser. Her er forskellige bud på aktiviteter, du kan lave i løbet af dagen:

- Hvis det er muligt, kan du gå en tur eller nyde solen på altanen eller ved et åbent vindue. Sørg for at få frisk luft hver dag.
- Rejs og sæt dig fra en stol f.eks. 30 gange om dagen
- Gå rundt om spisebordet f.eks. 25 gange om dagen
- Gå op og ned ad trapperne flere gange dagligt, hvis du bor i lejlighed eller i hus med trapper



ORIENTERING FRA KOMMUNEN



- Brug én eller to poser ris/fyldte vandflasker som håndvægte, og lav nogle øvelser for at styrke armene. Hvis du har computeradgang, kan du via internettet finde inspiration til mange forskellige træningsøvelser, som du kan udføre derhjemme. På www.aeldresagen.dk kan du finde forskellige træningsprogrammer, der kan laves derhjemme.

Hjernen skal også holdes i gang

Der findes mange måder at holde hjernen aktiv på. Her et par klassikere:

- Kryds og tværs/sudoku
- Opret eller genoptag et avisabonnement.
- Læg et puslespil eller en kabale
- Spil computer
- Læs en bog eller hør lydbog
- Lyt til radio i stedet for at se TV
- Genoptag en hobby
- Se en velkendt serie igen
f.eks. Matador eller Krøniken

Sammen hver for sig

Mange har haft stor glæde af fællessang med Philip Faber og andre fælles TV-arrangementer. Men der er også andre alternativer til dig, som savner kontakt med andre. Hvis du har computeradgang, er der mulighed for at være sammen med familie og venner ”over skærmen”. Telefonen er for mange en god og velkendt kontaktform. Hvis du savner nogen at tale i telefon med, kan du tilmelde dig Ældresagens tilbud om Telefonvenner i Glostrup. Læs mere om dette tilbud her i EGEN på side 20.

Seniorsamtale

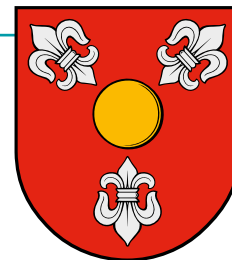
Hvis du føler dig påvirket af corona-situationen så husk, at du kan få en personlig seniorsamtale, hvis du er over 65 år og bor i Glostrup Kommune. Samtalen tager udgangspunkt i det, som betyder noget for dig, og du kan få råd og vejledning i forhold til din hverdag som senior.

Kontakt forebyggelseskonsulent Janni A. Hansen på tlf.: 51 28 36 41, for at høre mere om dine muligheder som senior i Glostrup Kommune.

ORIENTERING FRA KOMMUNEN

Hold godt øje med din postkasse!

Af Janni A. Hansen, Forebyggelseskonsulent, Center for Sundhed og Velfærd.



**Er du fyldt, eller fylder du 75 år i 2020?
Eller er du fyldt, eller fylder du 70 år i 2020
og bor alene?**

Så kan du forvente en personlig invitation i din almindelige eller digitale postkasse. Vi inviterer dig nemlig til Informationsmøde for seniorer i Glostrup Kommune i efteråret 2020.

Hvad er informationsmøde for seniorer?

Informationsmødet er et tilbud under de forebyggende hjemmebesøg, som er et landsdækkende kommunalt tilbud, som tilbydes på forskellig vis afhængig af din alder.

Til informationsmødet vil kommunens forebyggelseskonsulent fortælle om dine muligheder som senior i Glostrup Kommune. Du kan bl.a. blive klogere på, hvad kommunen er for en størrelse og få et indblik i de forskellige aktivitetsmuligheder, som findes lokalt. Du kan også stille generelle eller mere konkrete spørgsmål til forebyggelseskonsulenten, og i pausen byder vi på kaffe og kage.

Lyder informationsmødet som noget for dig?

Vi håber på at se så mange af jer som muligt. Vi tager naturligvis alle nødvendige hensyn ift. afstand og afspritning. Derfor er til- og framelding til arrangementet også vigtig. Praktiske informationer vil fremgå af invitationen, som vi sender til dig. Med invitationen vil der, som noget helt nyt, medfølge en instruktion til, hvordan du har mulighed for at deltage i informationsmødet via din computerskærm, hvis du foretrækker det frem for fysisk fremmøde.

Så hold øje med din postkasse
- din invitation kan være på vej 😊

Vil du vide mere om forebyggende hjemmebesøg?

Hvis du mod forventning ikke modtager en invitation i løbet af efteråret, eller hvis du har spørgsmål til tilbud om forebyggende hjemmebesøg, er du altid meget velkommen til at kontakte forebyggelseskonsulent Janni A. Hansen på tlf.: 51 28 36 41. Du kan også læse mere om ordningen på Glostrup kommunes hjemmeside www.glostrup.dk/sundhed

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*

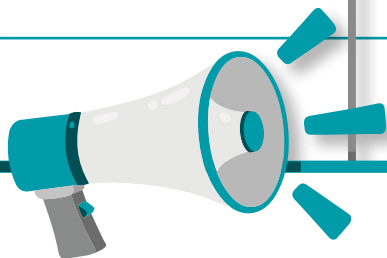
Det bør det sidste farvel også være

Gitte
Gottliebsen



Jan
Flindt





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.

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, OG VI KØRER OGSÅ UD.

**FRISØRBEHANDLING
TILBYDES I EGET HJEM**

Rimelige priser

Frisør Ulla Brask
Tlf: 43 44 43 00



Der er
Seniorrådsvalg
i Glostrup
25. marts 2021

Kandidater, der er 60+, og som har lyst til at gøre en indsats for Glostrups seniorer, søges til at stille op til seniorrådsvalget den 25. marts 2021.

Kunne du tænke dig at have indflydelse på og være med til at påvirke forholdene for de ældre medborgere i Glostrup Kommune?

Det vil du have mulighed for at få, hvis du melder dig som kandidat til det kommende Seniorråd, der skal vælges til foråret.

Seniorrådet beskæftiger sig med alt inden for ældrepolitikken i Glostrup Kommune lige fra omsorg og pleje til lokalplaner, trafikplaner og kommunens budget.

Er du interesseret, og vil du gerne høre nærmere, afholder det nuværende Seniorråd nogle orienteringsmøder:

Tirsdag den 27. oktober 2020 kl. 16.00
i Aktivitetscentret, Sydvestvej.

Onsdag den 6. januar 2021 kl. 16.00
i Aktivitetscentret, Sydvestvej.

Ellers kontakt Seniorrådets formand Erik Busch (se adresseliste) eller se www.glostrup.dk/seniorraad

Influenza Vaccinationer 2020

Seniorrådet i Glostrup har de tidligere mange år stået for efterårets influenza vaccinationer i samarbejde med Danske Lægers Vaccinations Service.

Her har det været muligt på 5 annoncerede dage at møde op forskellige steder i Glostrup uden forudgående aftale for at blive vaccineret.

På grund af den igangværende coronapandemi bliver det ikke muligt at foretage vaccinationerne på samme måde i år. Da retningslinjerne løbende ændres og justeres, kan Seniorrådet ikke på nuværende tidspunkt oplyse, hvor og hvordan efterårets influenza vaccinationer kan afvikles, eller om Seniorrådet bliver deltager i forløbet.

Seniorrådet vil dog stadig anbefale, at alle personer på 65 og derover bliver vaccineret, så hold dig orienteret til oktober/november om muligheder og retningslinjer.



Forebyg smitte

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



Vask dine hænder ofte

Vask hænder tit og grundigt.

Brug håndsprit, hvis du ikke er i nærheden af vand og sæbe.



Host eller nys i ærmet

Dæk mund og næse, når du hoster eller nyser.

Brug et engangslommetørklæde eller dit ærme i stedet for din hånd.

ORIENTERING FRA SENIORRÅDET

Gratis vaccination mod lungebetændelse

Af Kirsten Eriksen, Formand for Omsorgsudvalget i Seniorrådet

Det er nu muligt for alle, der er fyldt 65 og derover, at få en gratis vaccination mod Pneumokok (lungebetændelse). Vaccinationen gives gratis hos egen læge.

Seniorrådet opfordrer til, at alle, der er fyldt 65 år og derover, lader sig vaccinere.

Formålet med Pneumokokvaccination er at beskytte mod ”dobbelt sygdom”, både alvorlig Pneumokoksygdom og Covid-19.

Der vil muligvis komme en anden bølge af Covid 19 her i løbet af efteråret, og derfor opfordres til at få vaccinationen mod Pneumokokker (lungebetændelse) her i eftersommeren.

Pneumokokker kan bl.a. medføre alvorlig lungebetændelse og i nogle tilfælde hjernehindebetændelse og blodforgiftning.



LÆSERBREVE

Aktivitetscentret er åbent igen

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

Kommunens Aktivitetscenter for Glostrup borgere 60+ og førtidspensionister har haft begrænset åbningstid det meste af sommeren, men vores nye sæson starter her primo september. Du kan derfor hente vores årsprogram nu.

Trænger du til selskab eller mere indhold i hverdagen, så kig endelig forbi til en snak, et spil kort, billard eller fat håndarbejdet. Herudover har vi fællesskaber omkring bevægelse, spisning og meget andet, og ikke mindst kan du få hjælp til at bruge en computer og en mobiltelefon. Vi kan guide dig til at blive mere fortrolig med digitale fællesskaber, bestille varer og aftale tider på

nettet eller lokalisere arrangementer eller gamle venner. Vi har computere og iPads, du kan øve dig på. Vores cafe er bemannet af frivillige, der sørger for kaffe på kanden og et pænt udvalg af brød m.m. Har du ikke været her før, så giver vi en kop kaffe og en lille rundvisning.

Det er gratis at komme i centret, men man betaler for egen forplejning og materialer.

Vi passer selvfølgelig på hinanden ved at holde god afstand og have fokus på håndhygiejne. Vi glæder os til at se dig på Sydvestvej 12 mellem kl. 9 og 16 mandag – torsdag og 9 og 15 fredage.



Få en lokal telefonven

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

Glostrup Kommune og Ældresagen i Glostrup har i samarbejde etableret en lokal ordning kaldt "Telefonvenner i Glostrup". Ordningen er for dig, der ønsker social kontakt, men af en eller anden årsag ikke har mulighed for at komme ud og møder andre. Det kan være, at du er gangbesværet eller på anden vis er hæmmet for fysiske møder. Du behøver ikke at være medlem af Ældresagen for at få en telefonven.

For mere information kan du kontakte koordinator for telefonvenner i Glostrup: Kirsten Østergaard, tlf: 40 19 99 44 eller på mail: telefonven.glostrup@gmail.com

Har du lyst til at være frivillig telefonven for Ældresagen i Glostrup, er dette også en mulighed.

Glostrup Kommune og Ældresagen i Glostrup samarbejder også omkring andre sociale tilbud så som Tryghedsopkald, Besøgsvenner, Spisevenner og Demenscafé. Ønsker du at vide mere om disse tilbud, så kontakt:



Tryghedsopkald:

Lis Bondo Clausen, tlf: 20 27 49 19

Spisevenner:

Kjell Andersen, tlf: 23 93 37 17,
e-mail aeldrespis@gmail.com

Besøgsvenner:

Kjell Andersen, tlf: 23 93 37 17,
e-mail aeldrespis@gmail.com

Demenscafé Solkrogen, Sydvestvej 12:

Hanne Søby, tlf: 30 58 23 73



Få mere plads til livet med din friværdi

Op til
30 års
afdragsfrihed

FlexLife® er et unikt realkreditlån fra Realkredit Danmark. Med FlexLife® kan du nemlig udnytte din friværdi og skabe plads til det, der giver dit liv værdi.

Når vi sammen har aftalt rammerne for lånet, kan du blandt andet:

- ændre størrelsen på din månedlige ydelse mod et gebyr pr. gang
- få op til 30 års afdragsfrihed, hvis du har friværdi og økonomi til det

For at få FlexLife® skal du kunne godkendes til et lån med variabel rente.

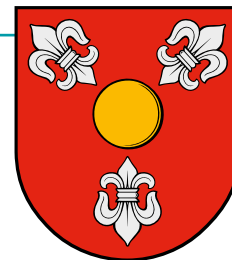
Ring på 70 15 15 16 og hør, hvad vi kan gøre for din boligøkonomi.

danskebank.dk/flexlife

REALKREDIT
Danmark

Danske Bank

SENIORRÅDET



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

Kirsten Eriksen
Tlf. 2120 4490

Per Nilsson
Tlf. 2332 4173

Ove Kongsløv
Tlf. 2325 0775

Søren Brandis
Tlf. 2063 4030

Suppleant til rådet:

Jens Schoch Hoff

Økonomiudvalget:

Erik Busch, formand
Flemming Hein Andersen
Kirsten Eriksen
Per Nilsson
Søren Brandis

Omsorgsudvalget:

Kirsten Eriksen, formand
Inge Lindstrøm
John Bach
Per Nilsson

Informationsudvalget:

Fl. Hein Andersen, formand
Bjarne Knudsen
Erik Busch
Ove Kongsløv

Redaktionen:

Se side 2

Byudvalget:

Søren Brandis, formand
Bjarne Knudsen
Ove Kongsløv
Inge Lindstrøm
John Bach

Repræsentanter i Regionsældrerådet:

Erik Busch
Per Nilsson



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

JULI 2011



BYPARKEN FØR OG NU

JULI 2020

