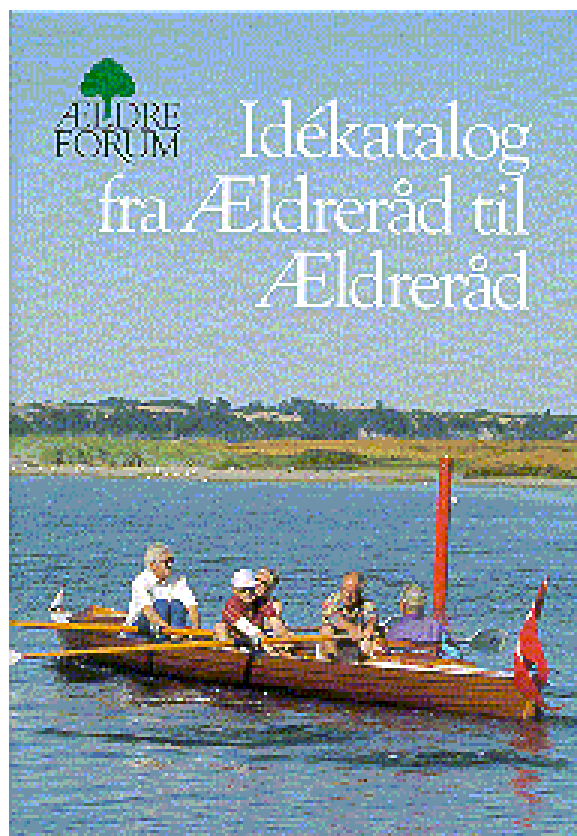




Idékatalog fra Ældreråd til Ældreråd

Grafisk tilrettelægelse: Helle Land, Fotos: Biofoto/John Nielsen, Klaus Bentzen og
Lars Gejl, Billedhuset/Lis Steincke, Produktion: ROTA-ROTA, København

Udgivet af ÆldreForum, august 1997

Indholdsfortegnelse

Forord	4
Idékatalogets tilblivelse og opbygning	5
1. Spisearrangementer o. lign.	6
2. Netværk, praktisk hjælp, rådgivning o.lign.	6
– Besøgsordninger, telefonordninger	
– Aflastning	
– Indkøbs- og ledsageordninger	
– Forskellige former for praktisk hjælp og rådgivning	
Aktiviteter primært for “svage” ældre:	
– Udflugter og arrangementer	
– Tilbud om aktiviteter i hjemmet	
– Tryghedsskabende aktiviteter	
3. Initiativer, der inddrager børn og unge mfl.	11
4. Gå- og cykelture, idræt, motion mv.	12
– Gå- og cykelture mv.	
– Ældreidræt med uddannede instruktører	
– Svømning	
– Dans, gymnastik, boldspil mv.	
– Andre aktiviteter	
5. Højskoler og anden undervisning	14
6. Kultur- og aktivitetscentre mv. med diverse aktiviteter	15
7. Information, kommunikation mv.	19
– Aviser og blade	

-
- Lokalradio
 - Video, lydavis mv.
 - Information om ældreråd og klageråd mm.
 - Messer og ældretræf
 - Kurser og erfaringsudveksling for ældreråd

8. Introduktions- og informationsmøder for nye og kommende pensionister	22
9. Tema- og debatdage mv. om den tredje alder	22
10. Bofællesskaber og indretning af nybyggeri	23
– Bofællesskaber	
– Indretning af nybyggeri	
11. Samarbejde mellem ældreråd og kommune	24
12. Kommuneoversigt og kontaktpersoner	28

Forord

Ifølge lov nr. 1114 af 20. december 1995 skal Danmarks kommuner alle oprette ældreråd. Dette er mange steder sket, samtidig med at Socialministeren i 1996 nedsatte ÆldreForum, et uafhængigt råd, der skal inspirere politikere, administratorer og landets borgere, så ældres ressourcer, muligheder og behov bliver synlige og stimuleres, ikke blot *inden for* ældregruppen, men også *fra* denne til det resterende samfund.

Ældreråd og ÆldreForum er tænkt som ligeværdige parter, så dialogen om ældrepolitik og -initiativer foregår vekslende decentralt-centralt og centralt-decentralt. Om et formaliseret hierarki er der heldigvis ikke tale.

Et af ÆldreForums første initiativer efter igangsætningen i oktober 1996 var at skrive til alle dengang fungerende ældreråd og bede om en beskrivelse af lokale initiativer, der var igangsat af eller blev forestået af ældre. De besvarelser, ÆldreForum modtog, afspejler klart den grøde, der er inden for ældrearbejdet i landets kommuner.

Formålet med den foreliggende informationspjece er at inspirere ældrerådene ved at oplyse om det spektrum af ideer, som besvarelserne udgjorde og dermed bidrage til, at endnu flere ældre får en aktiv og indholdsrig tilværelse.

Sammen med de initiativer, der varetages af ældreorganisationer og lokale frie ildsjæle, skulle idékataloget kunne fungere som en checkliste, der kan gennemgås med det faste spørgsmål: "Ville det være noget for os?", og hvis svaret er bekræftende: "Hvor kan vi forhøre os nærmere om et sådant initiativ?".

ÆldreForum vil med udsendelsen af idékataloget gerne takke alle ældreråd, der besvarede rådets henvendelse. Skulle idékataloget vise sig nyttigt, vil ÆldreForum gerne på et senere tidspunkt opdatere det.

August 1997
Povl Riis

Idékatalogets tilblivelse og opbygning

Idékataloget indeholder et uddrag af ældrerådenes beskrivelse af de aktiviteter, der tilbydes i de enkelte kommuner. Nogle ældreråd har fremhævet mange aktiviteter, andre har valgt at beskrive få eller blot et enkelt initiativ, og det har ikke været muligt at medtage alt. Kataloget indeholder derfor ikke en udtømmende oversigt over de enkelte kommuners aktiviteter, men det indeholder idéer til at iværksætte aktiviteter og kan - via det indblik der gives i nogle af nabokommunernes aktiviteter - give inspiration til at samarbejde om aktiviteter over kommunegrænser.

Vi har bestræbt os på så vidt muligt at nævne alle kommuner, der har indsendt oplysninger. Aktiviteterne er opdelt i afsnit efter type, og i hvert af afsnittene er kommunerne nævnt i alfabetisk rækkefølge.

Flere ældreråd har i deres besvarelser beskrevet erfaringer m.h.t. selve ældrerådsarbejdet, fx særlige måder at samarbejde på eller beskrivelse af opgaver, der samarbejdes med kommunen om. Der er derfor også medtaget et afsnit om erfaringer fra ældrerådsarbejdet.

Indholdsfortegnelsen giver en oversigt over de forskellige typer af aktiviteter, der er beskrevet.

Der er desuden medtaget en oversigt med sidehenvisninger over de kommuner, der har bidraget med beskrivelser af aktiviteter. I det omfang det har været muligt, er oversigten suppleret med oplysning om kontaktpersoner/adresser, således at interesserede ældreråd eller andre har mulighed for at indhente råd og vejledning om, hvordan man kommer i gang.

1. Spisearrangementer o. lign.

Helsingør Kommune: I en bebyggelse med godt 200 lejemål, der tidligere fortrinsvis var beboet af pensionister, arrangerede man bl.a. fællesspisning én gang om ugen. Ejendommen blev imidlertid solgt, og efter at en del af lejlighederne har stået tomme i et par år, bor der nu mange unge familier, som har vist stor interesse for at etablere en lignende ordning.

Løgumkloster Kommune: Hver anden måned arrangeres "Spis sammen aften" i aktivitetscenteret, der er brugerstyret. Arrangementet er først og fremmest iværksat for at få hjemmeboende enlige med i en større kreds. Nogle aftener er det sociale samvær i højsædet med sang og underholdning - gerne med lokale underholdere.

Lyngby-Taarbæk Kommune: En andelsboligforening, der har et fælleshus med arrangementer som bl.a. bridge og litteraturundervisning, har desuden oprettet en spiseklub, hvor ca. 25 laver mad på skift én gang om måneden. Endvidere laver en af beboerne - mod betaling af råvarerne - mad to gange månedlig til 25-30 personer. Nytårsaften fejres for 15-20 personer, som helst vil forblive på bopælen denne aften.

I **Rødovre Kommune** er der oprettet caféer på alle plejehjem, hvor alle pensionister kan købe varm mad. Alle ugens dage kommer mange for at spise, få en sludder og hygge sig.

Sejlfled Kommune: På plejecentrene inviteres alle hjemmeboende, der er med i madudbringningsordningen til "spis sammen arrangementer". Formålet er at give aleneboende mulighed for selskab og at give eventuelle fremtidige beboere kendskab til det lokale plejecenter.

2. Netværk, praktisk hjælp, rådgivning o.lign.

I en del kommuner er der etableret forskellige former for netværk og hjælpeordninger, der er med til at give ældre en tryk hverdag. Mange ældreråd har i deres beskrivelser fremhævet disse initiativer, der overvejende forstås af pensionistforeninger, ældre- og humanitære organisationer, ældreråd m.fl.

I nogle kommuner er en enkelt ordning fremhævet, i andre kommuner er en række forskellige ordninger fremhævet.

Besøgsordninger, telefonkæder

I **Albertslund Kommune** virker "Besøgsvennernes Netværk", i **Billund Kommune** er der besøgsvenner i alderen fra 28-80 år og i **Brovst Kommune** er der ligeledes

besøgstjeneste. **Brørup Kommune** har også besøgsvenner, og der er telefonkontakt hver morgen til en del ældre.

I **Dianalund Kommune** har frivillige startet en telefonstjerne. Bliver opringningen ikke besvaret, kører hjemmehjælpen ud. De frivillige og modtagerne af opringningerne mødes flere gange om året til en kop kaffe, snak og underholdning, eller de tager på udflugt sammen. De frivillige har også benyttet lejligheden til at vise rundt på kommunens dagcentre mv.

Hjemmeplejen og en række organisationer har oprettet en aflastningsordning for pårørende til demente og til døende i eget hjem. Erfaringerne viser, at det tager tid, før pårørende til demente tager imod aflastning, men frivilligruppen gør sig synlig ved at fortælle om tilbuddet, og de har udarbejdet en folder, som informerer om arbejdet.

I **Fuglebjerg Kommune** er der etableret to forskellige besøgstjenester og telefonkæder og i **Hashøj Kommune** er der også både besøgsvenner og telefonkæde.

Galten Kommune har ligeledes besøgstjeneste, og i **Hinnerup Kommune** arbejdes der på at etablere besøgsvenner.

Hobro Kommune, Højer Kommune, Karlebo Kommune og Lemvig Kommune har alle en besøgstjeneste.

I **Løgumkloster Kommune** er der oprettet en telefontjeneste, der kontakter de tilmeldte hver morgen. Efter aftale med kommunen og den tilmeldte kontaktes hjemmehjælpen, hvis opkald til den pågældende eller pårørende m.fl. er forgæves. Ordningen stiller en række krav til både tilmeldte og dem, der passer telefontjenesten.

Nørager Kommune: Ældre- og handicaprådet har etableret besøgs- og telefonkæde i samarbejde med hjemmehjælpen. Besøgsvennerne er fundet i rådsmedlemmernes private omgangskreds og ved annoncering. Det første år holdt rådet sammenkomst med kaffe og underholdning for besøgsvenner og besøgsmodtagere, og man søger midler til en sommerudflugt.

I **Nykøbing-Rørvig Kommune** har ældrerådet etableret en telefonstjerne, og i **Nysted Kommune** er der oprettet besøgstjeneste.

I **Odense Kommune** er der oprettet besøgstjeneste og telefonkæde, og i **Otterup Kommune** besøgstjeneste.

I **Roskilde Kommune** har en seniorklub etableret en besøgs- og telefontjeneste, der modtager private tilskud og tilskud fra socialudvalgets omsorgspulje.

I **Rønde Kommune** og **Sindal Kommune** er der oprettet besøgstjeneste.

Sønderborg Kommunes besøgstjeneste, der er meget efterspurgt, afholder også hyggeaftener, og en telefonkæde, der omfatter ca. 50 ældre, modtager tilskud til telefonudgifterne fra kommunen.

I **Sydlangeland Kommune** har ældrerådet etableret en besøgstjeneste, der samarbejder med kommunens hjemmehjælp og plejecentre. Besøgstjenesten omfatter 25 besøgsvenner og 22 besøgsmodtagere. **Tårnby Kommune** og **Vallø Kommune** har også oprettet besøgstjeneste.

Vejle Kommune har besøgstjenester i forskellige regier og en telefonkæde, der fungerer via brandvæsenet.

I **Aabenraa Kommune** har ældrerådet oprettet en besøgstjeneste og en telefonkæde, der fungerer godt på 6. år.

Aflastning

I følgende kommuner har ældrerådet udover besøgsordninger og telefonkæder fremhævet aflastning mv.:

Fanø Kommune: Der er etableret et netværk, der påtager sig aflastning i hjem med syge, bl.a. demente samt besøgstjeneste, tryghedsopkald og ledsagetjeneste.

Rosenholm Kommune: Ældrerådet er ved at forberede en telefonkæde og har desuden iværksat en besøgstjeneste, der aflaster pårørende til demente. En frivilliggruppe ved et dagcenter fungerer som besøgsvenner og en anden gruppe, der er tilknyttet plejeafdelingerne, sørger for, at plejehjemsbeboerne får mulighed for at deltage i sammenkomster mm.

Indkøbs- og ledsageordninger

I en række kommuner har ældrerådene fremhævet forskellige indkøbs- og ledsageordninger, forskellige former for praktisk hjælp og rådgivning mv.

Ældrerådet i **Hørsholm Kommune** nedsatte en arbejdsgruppe, der skulle se på problemer i den kommunale hjemmehjælpsordning. Gruppens arbejde resulterede bl.a. i, at der blev oprettet en indkøbsordning for immobile med 25 frivillige indkøbere tilknyttet.

Det frivillige korps "visiterer" selv til ordningen, og "brugerne" består af både hjemmehjælpsmodtagere og ikke-hjemmehjælpsmodtagere. Ældrerådet får stillet et mindre beløb til rådighed til dækning af transportudgifter. De frivillige anvender tilsammen ca. 100 timer om måneden. Indsatsen belønnes af

kommunen ved, at det anvendte timestoforbrug konverteres til "grønne timer" i hjemmeplejeordningen, som hjemmehjælperne kan bruge til særlige opgaver, der normalt falder uden for hjemmehjælpernes opgaver. En anden og nok så væsentlig belønning er, at der mellem indkøbere og brugere er opstået et netværk. Der bruges således i gennemsnit 2½ time til indkøbene, og heraf går ca. 1 time til selve indkøbene, mens den resterende tid bruges på socialt samvær.

I **Karlebo Kommune** tilbydes der hjælp til indkøb og andre småtjenester, og i **Roskilde Kommune** er der også en indkøbsordning.

Tornved Kommune: Ældrerådet har i samarbejde med to ældrecentre og lokale pensionistforeninger m.fl. oprettet et korps af frivillige, der samler og koordinerer de aktiviteter, der tilbydes: fx ledsager til indkøb og lægebesøg, besøgsvenner, bogudbringning og lydavis. I **Vallø Kommune** er der også oprettet en indkøbstjeneste.

Vojens Kommune har udover besøgstjeneste og telefonkæde også en ledsagetjeneste.

Forskellige former for praktisk hjælp og rådgivning

I **Greve Kommune** er der oprettet et netværkskontor bestående af frivillige, der tilbyder hjælp til ældre og handicappede, fx besøg i hjemmet og på hospital, ledsageordning til indkøb og fornøjelser, praktisk hjælp, rådgivning mm. Kontakterne udvikler sig ofte til venskaber og mange har via hjælpen fået mod til selv at opsøge aktiviteter. Netværkskontoret støttes økonomisk af kommunen.

Haderslev Kommune: Ældrerådets rådgivningsgruppe hjælper efterløns-modtagere, handicappede og ældre med at komme i forbindelse med de rette myndigheder.

I **Hashøj Kommune** formidler en pensionisthjelpeklub udover besøgstjeneste og telefonkæde også lettere havehjælp.

I **Herlev Kommune** er der i en af pensionistklubberne etableret rådgivning med en medarbejder fra kommunens pensionsafdeling.

I **Hørsholm Kommune** har en gruppe på ca. 20 frivillige, der er uddannet via et særligt undervisningsforløb, siden foråret 1994 rådgivet ældre om bl.a. pensionsforhold, tilskudsordninger, aftaler med kreditorer om gammel gæld, selvangivelser, henvendelse til offentlige myndigheder, testamente og familieforhold.

Rådgivningen består ikke mindst ved ensomhed og i forbindelse med sygdom, hvor der ofte aflægges besøg i hjemmet. Rådgivningen, der er åben 3 timer dagligt, har mange henvendelser, og kommunen stiller lokaler og telefon til rådighed.

I **Karlebo Kommune** er der rådgivningstjeneste om skat, pension, forsikring og personlige problemer mv., og i **Nexø Kommune** har ældrerådet oprettet en

bisiddergruppe, der bistår ved henvendelse til forvaltningen.

I **Nykøbing-Rørvig Kommune** tilbyder frivillige fra "Den hjælpende hånd" reparation af tøj, småreparationer i hus og have, brevskrivning, besøgsven, hunde- og katteluftning, avis- og brevlæsning, udfyldelse af blanketter, ledsagelse til og fra arrangementer mm.

Aktiviteter primært for "svage" ældre :

Udflugter og arrangementer

I **Fanø Kommune** arrangeres der to gange årligt skovtur for "svage ældre", og i **Lemvig Kommune** forestår en kreds af ældre sammen med plejehjemmets personale udflugter og arrangementer for plejehjemmets beboere.

Hals Kommunes brugerråd ser det som en opgave at være med til at skabe aktiviteter for "de svageste ældre". Aktiviteterne for denne gruppe består mest i forskellige former for samvær, som fx: arrangementer med sang og musik, ture i det fri, høstfester, julefrokost og andre former for sammenkomster.

Ældrerådet i **Middelfart Kommune** påtænker at oprette et "center", hvor svage ældre kan rekvirere hjælp fra mobile ældre. I **Nysted Kommune** arrangerer og betaler ældrerådet udflugter og "blå ture" for ældre og handicappede.

Til hvert af **Otterup Kommunes** 3 plejehjem er der knyttet en støtteforening, der bidrager til, at beboerne får en god tilværelse. Mange ældre er involveret i dette arbejde. Det seneste initiativ er etablering af et hold på 25 "skubbere", som kører ældre, der sidder i kørestol, rundt i byen.

I **Rønde Kommune** samler en kreds af frivillige ældre, bl.a. beboerne i ældreboliger, til uforpligtende samvær og lettere underholdning.

I **Værløse Kommune** har 10 kørestolsbrugere og 10 "skubbere" (pensionister) dannet en gruppe, der i sommerperioden tager på udflugt sammen og i vinterperioden mødes i kirken til hyggeligt samvær.

Tilbud om aktiviteter i hjemmet

I **Helsingør Kommune** aflægges besøg i hjemmene af omsorgsassistenten, der medbringer bøger, materialer til håndarbejde mv., og i **Herning Kommune** tilbydes ældre, der af en eller anden grund ikke kan deltage i aktiviteter i klubber eller på ældrecenter i stedet aktiviteter og terapi - fx vævning, broderi mv. - i hjemmet.

Tryghedsskabende aktiviteter

For at øge trygheden blandt ældre i **Nyborg Kommune** er ældrerådet, politi og lokalnævn ved at etablere et samarbejde med pensionister om indbrudsbekæmpende foranstaltninger som fx nabohjælp, operation mærkning og bedre sikring af døre og vinduer.

I **Roskilde Kommune** er der etableret samværsgrupper, hvor man kan tale om problemer i dagligdagen, fx sorg og krise.

3. Initiativer, der inddrager børn og unge mfl.

I **Brøndby Kommune** arrangeres der blandt mange andre aktiviteter sammenkomster for børn og bedsteforældre, og i **Frederikssund Kommune** har ældre- og handicaprådet etableret en mormorordning, hvor forældre kan ringe og bestille en mormor til at passe et sygt barn.

I **Greve Kommune** har "Mindeteateret" aftaler med skoler om at opføre teaterstykker med efterfølgende debat. Et nyt stykke, der er undervejs, handler om erindringer fra krigen.

I kulturugen i **Helsingør Kommune** holdes der quiz med deltagelse af børnehold udvalgt fra skolerne og hold fra forskellige ældreorganisationer.

Karlebo Kommune har en reservebedstemorordning og en årlig legedag for tre generationer.

Der er i **Ringsted Kommune** etableret bedsteforældre-børn-kontakt, der bl.a. indebærer, at ældre besøger en børnehave.

I **Sejlfjord Kommune** arrangeres én dag om måneden daghøjskole for ældre og elever på en produktionsskole. Daghøjskolen tilbyder foredrag mv., og eleverne kan melde sig til disse arrangementer. Efter fælles frokost kan de ældre deltage i undervisningen på skolens værksteder.

I **Vallø Kommune** fortæller ældre de unge om tilværelsen i gamle dage i et "Bygge bro"-projekt, og i projektet "Børnenes sommer" arrangeres forskellige aktiviteter for skolebørn i børnenes sommerferie. I de sidste par år har medlemmer af ældrerådet bl.a. fungeret som guider på en bustur med 80-90 børn til Knuthenborg Dyrepark.

4. Gå- og cykelture, idræt, motion mv.

Gå- og cykelture mv.

I **Greve Kommune** har en kreds af ældre, der ikke ønsker at være medlemmer af foreninger, oprettet en gruppe, der mødes én dag om ugen til "uorganiseret samvær". Mens de medbragte madpakker spises, aftales dagens aktivitet, der kan være en gåtur, film eller socialt samvær.

En anden gruppe har oprettet niveauopdelte motionshold, der efter en kort opvarmning drager afsted på gå-, lunte- eller løbeture.

Hobro Kommune: Hver anden uge arrangeres gåture på 3-4 km. Efter 10 gennemførte ture inviteres deltagerne til socialt samvær, der desuden byder på oplysende foredrag, fx om kost og motion.

Et hold på 6 ældre i **Lyngby-Taarbæk Kommune** har i de sidste 8 år tilrettelagt fælles ugentlige gåture. Pga. voksende deltagerantal har man i de senere år udvidet antallet af ture, således at der nu arrangeres ture 3 formiddage i løbet af 2 uger. Ofte opdeles deltagerne i 2 hold - et hurtiggående hold, der går en strækning på 6-8 km, sommetider længere - og et langsommere gående hold, der går en strækning på 5-6 km. Desuden arrangeres der én gang månedlig en heldagsvandretur på ikke under 15 km. Ca. 125 pensionister er tilknyttet, og mange giver udtryk for, at vandredagene har båret dem gennem den for nogle meget svære overgang fra arbejdsmarked til pensionisttilværelse.

Tårnby kommune: I de sidste 5-6 år er der én gang om ugen arrangeret cykeltur, hvor der undervejs spises medbragt mad.

Ældreidræt med uddannede instruktører

Frederikssund Kommune: Ældre- og handicaprådet har i samarbejde med en gymnastik- og idrætsforening etableret senioridræt med en uddannet instruktør, der står for fælles leg, bevægelse og spil.

I **Sejlfjord Kommune** er der etableret ældreidræt med ældre, der har gennemgået instruktørkursus. Der tilbydes bl.a. ældre gymnastik, svømning og folkedans.

Svømning

I **Hashøj Kommune** mødes en gruppe ældre på ca. 30 personer til motionssvømning og vandgymnastik. Gruppen har selv arrangeret fælles transport, leje af svømmehal samt undervisning.

I **Haslev Kommune** er der pensionistsvømning 2 dage ugentligt med 120 deltagere, og i **Thyborøn-Harboøre Kommune** er der pensionistsvømning på en af kommunens skoler.

Dans, gymnastik, boldspil mv.

Fanø Kommune: Der er oprettet "Sjov motion for ældre", og de fleste af de 46 tilmeldte deltager i den årlige gymnastikopvisning.

I **Roskilde Kommune** er der etableret ældremotion med bl.a. gymnastik, boldspil, badminton, billard, styrketræning, keglespil. Der er 350-400 deltagere, og kommunen giver et årligt tilskud.

I **Rødovre Kommune** tilbyder "Aktiv Fritid" gymnastik, tennis, billard mv. i dagtimerne.

Da der i **Them Kommune** viste sig at være interesse for arrangementer med fysisk aktivitet oprettedes "Idræt om dagen". En svømmehal og en idrætshal blev i begyndelsen stillet gratis til rådighed én formiddag om ugen. Der er etableret udendørs baner til pentanque og kroket, og der arrangeres vandre- og cykelture i omegnen.

I **Tinglev Kommune** er der ældredans og ældregymnastik hver anden uge. Der afsluttes med opvisning af ældresvømning og keglespil. Kegleholdet arrangerer også udflugter til teater- og operetteforestillinger. Pensionisthøjskolen i **Tørring-Uldum Kommune** byder på bl.a. svømning, gymnastik og folkedans og i **Vojens Kommune** er der "Sjov Motion" med gymnastik, dans og boldspil én gang om ugen.

Andre aktiviteter

I **Brørup Kommune** er der oprettet et "Træningshold - mest for mænd" med en fysioterapeut tilknyttet og en "skavank-café", hvor en fysio- eller ergoterapeut giver vejledning. Initiativerne er ikke erstatning for egentlig behandling.

I **Hobro Kommune** er der oprettet et særligt gymnastikhold for mindre mobile.

I **Odense Kommune** fungerer bistandsmodtagere i en forsøgsperiode som frivillige motionsvenner for ældre på plejecentre og i private boliger. Motionsvennerne gennemgår et motivations- og introduktionskursus på 8 dage. Iflg. projektevalueringen har motionsvennerne vist sig at være til stor glæde for deltagerne. Projektet skønnes at have en forebyggende effekt, idet det både er med til at øge deltagernes livskvalitet og bedre eller vedligeholde det fysiske funktionsniveau.

5. Højskoler og anden undervisning

Blandt andet i følgende kommuner har ældrerådet fremhævet forskellige former for højskoler, sommerlejre og anden undervisning:

I **Albertslund Kommune** er De Ældres Højskole oprettet, og i **Brøndby Kommune** er der afviklet et arrangement om trafikssikkerhed - "Færdsel i den 3. alder".

En rejsende højskole i **Brørup Kommune** arrangerer udlandsture, hvor der forinden er mulighed for at deltage i studiekredse som forberedelse til rejsen. Endvidere er der sprogundervisning for rejseholdet. I **Haslev Kommune** har sommerhøjskolen base i lokalmiljøet, så deltagerne kan sove hjemme.

I **Helsingør Kommune** er der afholdt 24 lektioner i tekstbehandling på pc'er og pensionistdaghøjskolen i **Kjellerup Kommune** afholder møderækker med foredrag. I **Roskilde Kommune** kan ældre i en computerklub lære at anvende computere efter princippet "Hjælp til selvhjælp".

Fem weekender vinteren igennem arrangerer oplysningsforbund, pensionistorganisationer og kommunens omsorgsassistenter i **Rønnede Kommune** "højskole" lørdag og søndag. Formiddagen byder på oplysning af forskellig art, og om eftermiddagen er der underholdning.

Et ældreprojekt i **Sejlfjord Kommune** startede i 1994 en sommerlejr, hvor 30 ældre deltog, og frivillige stod for madlavning. Lejren var en succes, selvom turen var uden luksus - fx sov man fire eller seks personer i samme rum. Året efter blev sommerlejren udvidet, så også personer med behov for hjælp, kunne komme med. Nogle pensionerede hjemmehjælpere deltog som hjælpere.

Sommerlejren har medvirket til, at lejrdelegerne i dag er aktive i de forskellige tilbud i kommunen, hvor alle ældre nu kender hinanden på kryds og tværs.

I **Sindal Kommune** afholdes seniorhøjskole hver anden uge samt kulturelle weekender med gennemgående emner, og pensionisthøjskolen i **Tørring-Uldum Kommune** forestår undervisning i engelsk og edb samt danner ramme om studiekredse, svømning, gymnastik og folkedans.

6. Kultur - og aktivitetscentre mv. med diverse aktiviteter

Mange steder i landet er der etableret kultur- eller aktivitetscentre, hvor centeret eller enkelte aktiviteter er helt eller delvis brugerstyrede.

Også sognegårde, menighedshuse, plejehjem og plejecentre kan være udgangspunkt for aktiviteter. Andre steder er aktiviteterne igangsat og styret af ældrerådet, senior- og pensionistklubber og ældreorganisationer mfl.

Aktiviteterne spænder ofte over samvær, fester, dans, musik, korsang, udflugter i ind- og udland, foredrag, studiekredse, forskellige former for spil, film samt kreative og hobbybetonede aktiviteter mm.

Tit udgår daghøjskoler, undervisning samt gåture, idræt og motion fra centrene, og aktiviteterne er i nogle tilfælde opført under disse overskrifter.

Ældrerådene har bl.a. fremhævet følgende aktiviteter:

Albertslund Kommune: Kulturcenteret er et brugerstyret aktivitetscenter for ældre, hvor der foregår aktiviteter i form af foredrag, frimærkeklub, spil, søndagscafé, gymnastik, kunstmalerværksted, husorkester, engelskundervisning, loppemarked, madklub mm.

I **Billund Kommune** danner ældrecenteret ramme om sammenkomster med og uden underholdning og forskellige former for idræt, spil og hobbyaktiviteter. Pensionistforeningen afholder endvidere udflugter og sommerferieture, og en venneforening for plejecentrene forestår arrangementer for beboerne.

Bramming Kommune: Aktivitetscenteret er brugerstyret og leverer underholdning ud af huset, bl.a. ca. 30 folkedansere og et seniorkor på ca. 20 personer. Der er desuden et teaterhold og et mande-madhold, der tilbereder og serverer klipfisk, kogt torsk o.lign.

I **Brovst Kommune** arrangerer klubberne i lokalområderne bl.a. underholdning, musik, hyggeligt samvær og basar, og i **Brøndby Kommune** og **Brønderslev Kommune** forestår foreninger og organisationer forskellige kulturelle arrangementer, syng-sammen, idræt, motion mm.

I **Fuglebjerg Kommune** er ældrecenteret udgangspunkt for den kommunale ældreomsorg, men også for mange frivillige aktiviteter. Brugerrådet, hvis aktiviteter betales over centerets budget, har nedsat flere grupper, der fx tager sig af vedligeholdelse af centerets udendørsanlæg eller beplantningen inden døre. Andre grupper sørger for

kaffe, læser højt, forestår centerets værksteder, arrangerer stoledans for kørestolsbrugere eller indsamler og registrerer bogsamlingen. Vandrergruppen arrangerer ture i omegnen og gudstjenestegruppen hjælper bl.a. bevægelseshæmmede, mens menighedsrådene betaler kørsel til kirke og kaffe mv.

I **Galten Kommune** anvendes menighedshusene til mange kulturelle arrangementer som fx sang, foredrag og film. I **Glamsbjerg Kommune** afholder pensionistforeningen møder i aktivitetscenteret, der er kommunalt drevet med et valgt brugerråd, der styrer centeret, og i **Grenaa Kommune** afholdes ugentlige hyggeaftener med underholdning og foredrag samt aftenfester, der markerer årets højtider. Bankospillene er med til at finansiere udflugter.

Grindsted Kommune: Pensionistforeningerne og centerbrugerrådene tager sig i fællesskab af aktiviteterne i kommunens dagcentre, der endvidere har omsorgssassister tilknyttet. På alle centre har man forskellige former for håndarbejde og spil mv. og på et par af centrene endvidere syng-sammen, seniordans, søndagstræf og højskoleeftermiddage.

I **Haslev Kommune** byder et aktivitetscenter bl.a. på oplæsning for, og udlån af lydbånd til, blinde. Endvidere er der flere former for kreative aktiviteter, spil, sang, klaverspil, udflugter og fester mv. I **Herlev Kommune** arrangerer ældreorganisationerne bl.a. biografforestillinger og andre kulturelle aktiviteter.

Herning Kommune: Aktivitetscentre og pensionist- og seniorklubber mfl. tilbyder foredrag, udflugter, rejser, motion, underholdning, spil, hobbyaktiviteter og fester mm. En aktivitets- og hobbygruppe, der er startet på initiativ af en gruppe pensionister, har fået stillet lokaler til rådighed på en af kommunens skoler.

I **Hinnerup Kommune** er den gamle station omdannet til værested for ældre. Aktiviteterne er styret af ældre, og udgifterne er indregnet i kommunens budget.

Kommunen har endvidere ansat 2 "aktivitetsdamer", der dels fungerer som "tovholdere" for pensionistklubberne, dels arrangerer en månedlig eftermiddag med underholdning for pensionisterne.

Hvalsø Kommune: En seniorklub arrangerer bl.a. gåture i skoven én gang om ugen, klubeftermiddage med kortspil, banko, kreative og kulturelle aktiviteter mm. Andre foreninger arrangerer busture og ferieture i Danmark og til udlandet.

Desuden er der oprettet en forening med det formål at styrke og udvide kontakten mellem kommunens ældrecenter og det øvrige samfund. Overskuddet fra aktiviteterne anvendes som støtte til ferieophold, udflugter og underholdning mv. for ældrecenterets beboere.

Ældrerådene i **Hvidovre Kommune** står for det praktiske i forbindelse med afholdelse af kommunens sommerudflugter og afholder endvidere nytårsaftener og caféeftermiddage. I **Ikast Kommune** arrangerer efterløns- og pensionistklubberne udflugter, foredrag og syng-sammen dage, og i **Kjellerup Kommune** forestår en pensionistforening foredrag og udflugter samt underholdning med bl.a. musik og dans.

Ældrerådet i **Langebæk Kommune** arbejder på at finde et sted, som de ældre selv står for, og hvor der er plads til flere aktiviteter end i kommunens dagcenter, og i **Lemvig Kommune** forestår en klub, der overvejende henvender sig til pensionister, kulturelle arrangementer, aften- og fritidsundervisning mv.

I **Nykøbing-Rørvig Kommune** drives aktivitetscenteret af frivillige og i **Nysted Kommune** er "Stoppestedet" sat i stand ved frivillig indsats fra ældre borgere. Kommunen har stillet bygningen til rådighed for ældre, og en vennekreds sørger for planlægning af aktiviteter, rengøring og kørsel til arrangementer. De ældre finansierer nyindkøb som fx edb-anlæg og musikanlæg via salg af kaffe og kage.

Odder Kommune: Aktiviteterne udgår fra aktivitetshuset, der er brugerstyret. Brugerne står for daglig drift og vedligeholdelse (køkkentjans - rengøring - havegruppe). Der er bl.a. spil, idræt, kulturelle aktiviteter, udflugter, sprogundervisning, modeshow, sko- og tøjmesse og "plej dig selv"-arrangementer. Endvidere er der mulighed for hobby- og kreative aktiviteter.

I aktivitetshuset er der desuden indrettet en kiosk med dagligvarer, der sælges til supermarkedspriser.

I **Randers Kommune** arrangerer ældrerådene møder på de enkelte centre med bl.a. samvær, banko og busture, hvor også kørestolsbrugere kan deltage. Aktivitetshuset i **Ringsted Kommune** er centrum for mange aktiviteter, fx kulturelle arrangementer, kreative aktiviteter, spil, kor, husorkester, motion og idræt. I kommunens område arrangeres aktiviteterne ofte sammen med præsten eller menighedsrådene. To gange årligt samles alle, der står for aktiviteter, og udveksler ideer.

I dagcentret i **Rosenholm Kommune** har frivillige organiseret en række udvalg, der planlægger og afholder aktiviteter og arrangementer.

I **Rougsø Kommunes** lokalcentre medvirker over 100 frivillige pensionister som ulønnede medhjælpere for de professionelle medarbejdere, og i **Rødovre Kommune** samler en pensionistforening et par gange om ugen 50-75 pensionister på plejehjemmene til bl.a. kortspil, film og videoeftermiddage.

I et område i **Sejflod Kommune**, hvor lokaleforholdene gjorde det svært at mødes, stillede den lokale boldklub klubhuset til rådighed i dagtimerne, hvor huset stod tomt. I dag arrangerer en ældreklub forskellige aktiviteter i klubhuset, og man har bygget et nyt motionsrum sammen med boldklubben.

I **Sønderborg Kommune** er kommunens dagcentre ramme om håndarbejde, kortspil,

seniordans, gymnastik, gudstjeneste og studiekredse.

Tinglev Kommune: Tre plejehjem og en skole er udgangspunkt for en række aktiviteter, der bl.a. omfatter håndarbejde, spil og træværksted. Endvidere danner kroer og forsamlingshuse ramme om foredrag, film, musik, revy- og dilettantforestillinger.

I Thyborøn-Harboøre Kommune drives kommunens aktivitetscentre ved ældres hjælp. Aktiviteterne består overvejende i samvær, spil, hobbyaktiviteter, oplæsning og altid sang.

I Tårnby Kommune arrangeres der hvert år en bustur til udlandet. Endvidere er der faste ugentlige arrangementer med bl.a. sang, musik, kortspil og idrætsaktiviteter.

Vejle Kommune: I 1994 startede tre personer en sogneklub for ældre og enlige. Aktiviteterne foregår i sognehuset, og efter en indledende sang fordeler man sig i grupper: en erindringsgruppe, en gruppe med akvarel- og silkemaling, strikning eller med indsamling af frimærker, hvorfra overskuddet går til Rumænien.

I Vojens Kommune arrangeres aktiviteter som seniordans, fælles cykelture, film, foredrag og udflugter i ind- og udland. Vennekredsen afholder arrangementer, hvor overskuddet går til arrangementer for ældre. Venne-kredsen har desuden anskaffet en handicapbus til transport af dårligt gående.

I Værløse Kommune ledes 28 af holdene på aktivitets- og genoptræningscenteret af pensionister. Ni af holdene er selvstyrende og deltagerne samles om en fælles interesse. Holdaktiviteterne fordeler sig på musiske, kulturelle, hobbybetonede og motionsprægede tilbud.

I Aarup Kommune fik en forening for ældre stillet en gammel sportshal til rådighed én formiddag om ugen. Ældre leverer arbejdskraft til vedligeholdelsen, og driftsomkostningerne afholdes også af de ældre. Hallen, der nu er overladt til foreningen, rummer forskellige aktiviteter, bl.a. motion, spil og socialt samvær. Hallen anvendes også af børn og unge fra kommunen, og man har besøg af udenlandske gæster, der studerer ældreaktiviteter i Danmark.

Alle yder en indsats efter evne og helbred, og der er opstået en stor samhørighed om projektet og en stor tilfredshed med at være uafhængige af kommunale tilskud.

7. Information, kommunikation mv.

Aviser og informationsblade

I nedenstående kommuner har ældrerådene fremhævet produktion og udsendelse af blade og aviser mv., som bl.a. indeholder informationer om ældrerådet, kommende aktiviteter og om den kommunale service.

I **Børkop Kommune** udgiver ældrerådet en pensionistavis med informationer om den kommunale service og om kommende aktiviteter. Også **Farsø Kommunes** "Pensionist-guide" indeholder oplysninger om de fleste tilbud til ældre. Guiden udarbejdes i samarbejde mellem kommunens forskellige klubber og foreninger for pensionister og handicappede.

I **Fuglebjerg Kommunes** ældrecenter fremstilles "Fugleposten", der husstandsomdeles. Ældrerådet i **Helsing Kommune** har udarbejdet en pensionisthåndbog, der løbende ajourføres og udsendes til kommende pensionister.

Ældrerådet i **Holmegaard Kommune** har en fast meddelelsesrubrik i den husstandsomdelte ugeavis, hvor der oplyses om ældrerådets arbejde og kommende arrangementer, og i **Holmsland Kommune** udgiver en pensionistforening i samarbejde med kommunens sundhedsafdeling et hæfte med information om kommende aktiviteter mv.

I **Nyborg Kommune** indeholder bladet "Mellem ældre" information fra ældrerådet og en oversigt over aktiviteter mm.

I **Nørager Kommune** udgiver ældre- og handicaprådet i samarbejde med kommunen en aktivitetsavis, der omtaler alle aktiviteter for ældre. Avisen sendes ud to gange om året sammen med pensionsmeddelelserne. Ældreavisen "Stynede popler" udarbejdes af ældre i **Otterup Kommune** og i **Randers Kommune** udgiver ældrerådene en lokal avis, der udkommer måneds- eller kvartalsvis. I **Rougsø Kommune** udgiver en gruppe pensionister "Rougsø-posten", der er en informationsavis for pensionister og efterlønsmodtagere.

I **Rødovre Kommune** informerer "Nyt fra ældrerådet" om alt, hvad der vedrører ældre i kommunen, og i **Svendborg Kommune** samarbejder kommunen og ældrerådet om at udsende information om aktuelle aktiviteter til alle over 60 år.

Sydlangeland Kommunes informationspjece indeholder oplysninger om sociale ydelser mv. Pensionist- og ældrerådet i **Søllerød Kommune** udgiver et

informationshæfte med oplysninger om rådets aktiviteter og forskellige arrangementer og tilbud i kommunen. I **Varde Kommune** udgives en kommunal aktivitetskalender for ældre, og i **Årlev Kommune** udarbejder ældrerådet i samarbejde med kommunen og de lokale pensionistforeninger og -klubber 4 gange årligt et informationsblad, der udsendes til alle over 60 år.

Lokalradio

Frederikssund Kommune: Ældre- og handicaprådet har indgået aftale med den lokale radiostation om en ugentlig udsendelse "Radio for byens ældre og handicappede". Næsten alle byens ældre- og handicaporganisationer skiftes til at tilrettelægge en udsendelse af en halv times varighed ca. hver anden måned.

I **Vordingborg Kommune** redigerer en gruppe pensionister en times lokalradio hver 14. dag med orientering om ældrerådets arbejde, almen orientering om ældre samt kulturelt stof. Udsendelsen blev oprindeligt startet af det tidligere ældreråd.

Video og lydavis mv.

I **Gentofte Kommune** har ældre- og handicaprådet sammen med kommunen udarbejdet en video, der viser et udsnit af alle de aktivitetsmuligheder, der tilbydes kommunens ældre, og som i mange tilfælde skabes af ældre selv. Videoen kan lånes på biblioteket.

I **Dianalund Kommune** producerer frivillige lydbånd med lokalt nyhedsstof mv. Lydbåndene distribueres via frivillige samt hjemmehjælpere og hjemmesygeplejesker.

I **Værløse Kommune** udsender en gruppe frivillige ældre en ugentlig lydavis til blinde, svagtseende og retarderede, så de kan følge med i lokalavisens stof på lige fod med andre. Avisen består af et lydbånd af op til 90 minutters varighed. Båndoptagere udlånes af kommunen, som også finansierer bånd og forsendelse.

I **Skævinge Kommune** er der etableret teleslynge i kommunens hovedbibliotek.

Information om ældreråd og klageråd mm.

Ældrerådet og klagerådet i **Brørup Kommune** har - foreløbig i en forsøgsperiode - indført fast telefontid, hvor ældre kan henvende sig.

En række ældreråd har udarbejdet foldere om ældreråd og klageråd. Det gælder **Skævinge Kommune**, **Stenløse Kommune**, og **Tørring-Uldum Kommune**.

I **Nexø Kommune** har ældrerådet afholdt en seance "Spørg bare", hvor grupper, der vil vide mere om ældrerådets arbejde, kan få rådet til at komme og besvare spørgsmål.

I **Nysted Kommune** arrangerer ældrerådet et årligt borgermøde, hvor der er mulighed for at stille spørgsmål til rådet samt til ansatte og politikere inden for ældreområdet.

Ældrerådet i **Vejle Kommune** har i samarbejde med ældreklubberne afholdt en temadag, hvor man oplyste om sit arbejde.

Messer og ældretræf

I **Kolding Kommune** påtager de store aktivitetscentre sig på skift at huse det årlige ældretræf med udstillinger, tegninger over nybyggeri til ældre, seniordans og diverse boder. Også kommunens medarbejdere samt kommunens fysio- og ergoterapeuter deltager. Arrangementet varer hele dagen med deltagelse af 4-500 mennesker.

I **Nykøbing-Rørvig Kommune** har ældrerådet afholdt messe med hjemmeplejen, hvor der var lejlighed til at se forskellige hjælpe- og støtteredskeer samt få svar på spørgsmål.

Et ældreprojekt i **Sejlfld Kommune** har i samarbejde med kommunen planlagt en ældremesse, hvor alle ældres tilbud til hinanden bliver præsenteret. 39 foreninger har tilmeldt sig som udstillere.

Kurser og erfaringsudveksling for ældreråd

I nogle kommuner har ældrerådene bl.a. fremhævet kurser og erfaringsopsamling mv. for ældrerådsmedlemmer.

Det gælder ældrerådene i **Hvidovre Kommune**, hvor Informationsudvalget arrangerede kursus for samtlige 40 ældrerådsmedlemmer, hvor ansvar, pligter og visioner blev gennemgået.

Fællesrådet for de 10 ældreråd i **Randers Kommune** arrangerer løbende kurser for medlemmer af ældrerådene. Fællesrådet koordinerer opgaver og initiativer, som har fælles interesse for ældrerådene, der i øvrigt fungerer selvstændigt.

Ældrerådet i **Vordingborg Kommune** har igennem flere år samarbejdet med ældrerådene i nabokommunerne. Der afholdes fællesmøder, hvor der udveksles ideer og erfaringer, og det vurderes, at møderne har stor betydning for ældrerådsarbejdet.

8. Introduktions- og informationsmøder for nye og kommende pensionister

Albertslund Kommune afholder forløbet "De unge ældre", der består af et introduktionsforløb, hvor alle kommunens 55-årige inviteres til at deltage, og en efterfølgende møderrække, der fortsætter indtil det 67. år. Formålet er at tilbyde denne gruppe et netværk, hvor man i fællesskab kan forberede sig på tilværelsen som ældre.

I **Helsingør Kommune** har ældrerådet og kommunen afholdt temadag om "Fremtidens pensionister". Kommunens indbyggere mellem 55 og 60 år blev inviteret, men alle var i øvrigt velkomne. Der var indlæg fra bl.a. socialministeren, socialudvalgsformanden, repræsentanter fra ældreorganisationerne samt en repræsentant fra interesseorganisationen "Bolitrig i Centrum", der bl.a. arbejder med og igangsætter projekter om alternative boligformer.

Hobro Kommune inviterer én gang i kvartalet alle, der fylder 67 år, til informationsmødet: "Det gælder din hverdag som pensionist", hvor medarbejdere fra kommunen orienterer om beregning af folkepension, mulighederne for boligstøtte og hjemmeplejens service. Endvidere informerer pensionistrådet om alle aktiviteter, der kan have interesse for ældre.

I et af lokalområderne i **Aalborg Kommune** er der afholdt informationsmøder for nuværende og kommende efterlønsmodtagere. Formålet var at orientere om tilbud og muligheder i aktivitetscentrene, og der var bl.a. oplæg af en læge om "den tredje alder", oplæg af den lokale "altmulig igangsætter" og projektleder, og en orientering om ældrerådets arbejde. Invitationen til møderne blev husstandsomdelt. Det vurderes, at arrangementet var en stor succes og en ideel måde at etablere kontakt til relevante brugere.

9. Tema- og debatdage mv. om den tredje alder

I **Billund Kommune** har ældrerådet og pensionistforeningen arrangeret temamøde om "Menneskets sidste tid, død og begravelse" med deltagelse af præsten og en bedemand. Der er også afholdt en temaeftersmiddag om "Gaver, arv og testamente".

Ældre- og handicaprådet i **Frederikssund Kommune** afviklede i 1996 et 5 dages kursus for personer, som fyldte 64 år i løbet af året. Kurset "Hold dig grøn i toppen - styrk kroppen" indeholdt emnerne personlig udvikling, motion, lokalsamfund, aktiviteter, netværk, kost samt vedligeholdelse af balancen.

En gruppe pensionister og ansatte i **Rødning Kommune** har deltaget i projektet

"Frivillig social indsats til pensionister og personer over 60 år i Rødding Kommune".

Formålet var at kortlægge behovet for en øget frivillig social indsats i kommunen.

Målsætningen var bl.a. at inspirere ældre til at igangsætte og udvikle aktiviteter, der øger det almene velvære, at udbygge samarbejdet mellem det offentlige og de frivillige, og at øge indsatsen over for de "svageste", som ikke altid kan bruge centrene faciliteter.

Disse spørgsmål er belyst i en spørgeskemaundersøgelse, og konklusionen af undersøgelsen viste, at der er behov for øget frivilligt socialt arbejde til bestemte opgaver, som kommunen ikke varetager. Der er desuden behov for øget netværk omkring bopælen.

Rønnede Kommune afholder hver vinter 6 eftermiddage med oplysning om sundhed o.lign. eller med underholdning.

I **Sindal Kommune** afholdes der en eller to gange om året en temadag, hvor aktuelle emner om kommunal planlægning bliver diskuteret. Disse drøftelser er ofte grundlag for politikernes videre planlægning.

Suså Kommune har i 3-4 måneder været i gang med et debatforløb for ældre medborgere om deres syn på "det gode liv". Målet er at skabe et godt oplæg til kommunens politikere. Undervejs har begreber som tryghed, uafhængighed, mestring af egen situation mm., samt mere konkrete emner som bl.a. ældreboliger og transport været til diskussion.

10. Bofællesskaber og indretning af nybyggeri

Bofællesskaber

En række ældreråd fremhæver bl.a., at man er i gang med temadage og studiekredse med henblik på oprettelse af bofællesskaber.

I **Børkop Kommune** er der oprettet studiekredse for personer, der evt. er interesserede i at være med til at oprette bofællesskab. I **Hillerød Kommune** arbejder 80 personer på at oprette 2-3 bofællesskaber.

Ældrerådet og **Nexø Kommune** arrangerede en temadag, og der er nu nedsat en studiekreds med personer, der forventer at have etableret et bofællesskab i foråret 1998. I **Skagen Kommune** er der p.t. nedsat to studiekredse med personer, der evt. er interesserede i at etablere bofællesskaber.

Ældrerådet i **Stenløse Kommune** deltager i en arbejdsgruppe, der skal udarbejde forslag til kommunen om udformning af et bofællesskab med individuelle boliger, der rummer mulighed for selvstyrede aktiviteter og gensidig hjælp beboerne imellem.

Indretning af nybyggeri

I **Frederikssund Kommune** har ældre- og handicaprådet sammen med kommunens tekniske forvaltning udarbejdet en checkliste med henblik på at gøre alt nybyggeri så fleksibelt, at bygningerne for færrest mulige omkostninger også kan tilpasses svært handicappede mennesker. Checklisten samler de vigtigste bestemmelser fra Bygningsreglement 95 (Bygge- og Boligstyrelsens regler om etageboligbyggeri mv.) samt anvisningerne fra Statens Byggeforskningsinstitut om bl.a. adgangsforhold og boligfaciliteter.

Ældrerådene i **Hvidovre Kommune** udskrev en konkurrence, hvor kommunens ældre kunne komme med bud på, hvordan en ældrebolig bør udformes.

11. Samarbejde mellem ældreråd og kommune

Ældrerådet i **Fladså Kommune**, som har bestået siden 1993, har haft mange opgaver. Ældrerådet vurderer, at man har indflydelse på kommunens planlægning og på gennemførelsen heraf.

I **Haderslev Kommune** holder handicap- og ældrerådets boliggruppe sig orienteret om ældreboligpolitik og vurderer de kommunale projekter om handicap- og ældreboliger. Trafikgruppen skal følge og vurdere trafikforholdene i kommunen samt fremsætte forslag til forbedring af forholdene. Den sociale gruppe skal i videst muligt omfang følge udviklingen inden for ældre- og handicapomsorgen, fx om boliger, integreret hjemmepleje og omfanget af genoptræning.

Bruger- og ældrerådene i **Hals Kommune** har til opgave at slutte op om igangværende projekter og igangsætte nye. Ældrerådet har et årligt beløb at disponere over, og der stilles lokaler til rådighed i det tidligere plejehjem. Pengene anvendes bl.a. til udflugter for handicappede og gangbesværede samt kørsel til aktiviteter og festarrangementer for denne gruppe.

Ældrerådet i **Hillerød Kommune** arbejder på at finde bedre løsninger i takt med udviklingen. P.t. arbejder man bl.a. på et forslag om at nedsætte hjemmehjælpens tidsforbrug til indkøb og konvertere de sparede timer til bedre hjemmehjælp samlet set.

Ældrerådet arbejder endvidere på at forbedre informationen om ældres rettigheder og pligter og på at ændre udskrivningen af medicin til mindre portioner. En særlig gruppe i

ældrerådet tager sig af trafikområdet, og man har erfaring for, at kommunen er positiv over for forhold vedr. bustrafik og fortove, som ældrerådet påpeger bør ændres. En anden af ældrerådets grupper har i samarbejde med en plejehjemsleder udarbejdet forslag til en geriatriplan for amtet. Planen indeholder bl.a. forslag om øget samarbejde mellem amt og kommune.

Ældrerådet i **Højer Kommune** har eksisteret siden 1987. Der er et godt samarbejde med alle afdelinger i kommunen, og ældrerådet inddrages i alle beslutninger på ældreområdet. Især samarbejdes der meget om kommunens plejehjem.

Ældrerådet i **Langebæk Kommune** arbejder p.t. med bustransport for ældre, og ældrerådets arbejde i **Langå Kommune** har resulteret i oprettelse af et aktivitetscenter, der bruges ganske meget. Ældrerådet har behandlet emner som læskure ved busholdepladser samt placering af ældreboliger og arbejdsplaner for hjemmeplejen.

Ældrerådet i **Middelfart Kommune** er involveret i planlægningen af en større udbygning af de eksisterende plejehjem og nybygning af ældreboliger. Planlægningen indeholder også forslag om inddragelse af kulturelle aktiviteter, sport, gymnastik, værkstedsarbejde mm.

Ældrerådet i **Nysted Kommune** har kvartalsmøder med socialudvalget og har i det hele taget et godt samarbejde med kommunalbestyrelsen. Ældrerådet bliver hørt i alle relevante sager. Ældre- og handicaprådet i **Nykøbing-Rørvig Kommune** har bl.a. udarbejdet en trafikanalyse.

Ældrerådet i **Nørre-Rangstrup Kommune** tildeles et rammebeløb i kommunens budget. Ældrerådet fordeler en del af beløbet til foreninger mv. og anvender restbeløbet til arrangementer for alle ældre i kommunen.

I **Odense Kommune** arrangerede ældrerådet i samarbejde med handicaprådet en offentlig høring om rengøringsområdet indenfor hjemmeplejen forud for budgetbehandlingen i 1996. Politikere var indbudt som deltagere i en paneldiskussion, og ældrerådet vurderer, at høringen var medvirkende til, at byrådet bevilgede yderligere penge til området.

Endvidere vælger ældrerådet to medlemmer til tilsynsudvalget for plejehjem og plejecentre. Herved har ældrerådet mulighed for at følge med i, hvordan beboerne har det, og om plejen og aktivitetsniveauet er tilfredsstillende.

Ældre- og handicaprådet i **Sallingsund Kommune** samarbejder meget med brugerrådene på kommunens ældrecentre, og ældre- og handicaprådet i **Skibby Kommune** har været igangsætter og fødselshjælper for adskillige aktiviteter, hvor kommunen og præstegården stiller lokaler til rådighed. Rådet holder møder med den kommunale forvaltning og er bl.a. aktivt med i planlægningen af et nyt byggeri for

ældre.

Pensionist- og ældrerådet i **Søllerød Kommune** blev oprettet i 1992, og man holder kvartalsvise møder med socialforvaltningen og halvårlige møder med socialudvalget, ligesom der altid er mulighed for at kontakte disse. Rådet modtager dagsordener for møderne i socialudvalget og kommunalbestyrelsen, og nogle af pensionist- og ældrerådsmedlemmerne har fået installeret en fax, så det er muligt hurtigt at orientere medlemmerne eller indhente kommentarer. Ældrerådets arbejde er opbygget om arbejdsgrupper, der beskæftiger sig med hver sit område bl.a.: bolig, trafik, sundhed, økonomi, hjemmepleje samt information.

Ældrerådet i **Sydals Kommune** ser det som en vigtig opgave at skabe god kontakt til og have føling med, hvad der sker i "baglandet". Dette sker bl.a. gennem møder, der afholdes i sognene. Debatten bliver efter ældrerådets mening bedre i disse mindre forsamlinger. En kommunal repræsentant deltager og redegør for aktuelle spørgsmål.

Ældrerådet har i samarbejde med en handelsskole gennemført en undersøgelse af ældres vilkår.

Ældrerådet i **Sydlangeland Kommune** var blandt initiativtagerne til, at borgerne blev inddraget i planlægningen af en større udbygning af plejehjemsområdet.

Der blev oprettet en borgergruppe, der kom med forslag til det fremtidige byggeri mv., og forslagene har dannet grundlag for de politiske beslutninger. Bl.a. blev et projekt om et nyt ældrecenter i udkanten af byen skrinlagt efter pres fra ældrerådet og borgerne, der i stedet udarbejdede et forslag til ombygning af et utidssvarende plejehjem. Dette forslag medførte, at det fremtidige ældrecenter kom til at ligge midt i byen, nær busstoppested, den lokale skole, bibliotek mv.

I **Vordingborg Kommune** har det nyvalgte ældreråd været på besøg i alle kommunens institutioner for ældre samt i centralkøkkenet og tandplejen, dels for at orientere sig om kommunens tilbud, dels for at præsentere ældrerådets medlemmer, som tilkaldes til beboermøder og i forbindelse med problemer eller klager. Kommunen har i en skrivelse til de kommunale udvalg og forvaltninger indskærpet, at ældrerådet - i god tid inden der træffes beslutninger - skal høres om alle spørgsmål, der har betydning for ældre.

Ældrerådet i **Vejle Kommune** forhandler p.t. med det regionale trafikselskab om en omlægning af visse ruter af hensyn til de ældre. Man forhandler endvidere med kommunen om renovering af gangtunneler og fortovsopkørsler, så de er lettere at anvende for gangbesværede og kørestolsbrugere.

Ældrerådet i **Aaskov Kommune** er blevet vel modtaget af kommunalbestyrelse, forvaltning og bagland. Ældrerådet har haft en række sager til udtalelse og stillingtagen,

bl.a. besparelser i den kommunale madordning, forslag om nedlæggelse af det lokale apotek og anvendelse af "grønne" materialer i et kommende boligområde.

12. Kommuneoversigt og kontaktpersoner

Albertslund

Ældrerådskonsulent

Lise Jensen

Damgårdsvej 12,
2620 Albertslund
tlf. 43 64 98 22

Billund

Bramming

Brugerrådsformand

Lis Wimmelmann

Søndergade 6, 6690 Gørding
tlf. 75 17 82 69

Formand for Ældrerådet

Kristine Kehlet

Kildeparken 3, 6740 Bramming
tlf. 75 17 45 76

Brovst

Brøndby

Brønderslev

Brørup

Erna Christensen

Rahbæks Allé 24, 6650 Brørup
tlf: 75 38 42 81

Poul Haahr Poulsen

Vinkelvej 20, Lindknud,
6650 Brørup
tlf. 75 38 80 71

Børkop

Dianalund

Fanø

Formand for Ældrerådet

H.J. Vestergaard,

Ved Skibsværftet 4, 6720 Fanø

Næstformand for Ældrerådet

Anna Marie Brinch

Vangled 16, 6720 Fanø

Farsø

Lis Bille Hansen

Tingvej 9, Hvalpsund, 9640 Farsø

Inge Ljungberg

Viborgvej 29, Strandby,
9640 Farsø

Fladså

Frederikssund

Næstformand for Ældre- og
handicaprådet

Svend Erik Lauritsen

Stationsparken 8,
3600 Frederikssund
tlf. 47 32 23 62

Formand for Ældre- og
handicaprådet

Irma Moll

Nørreparken 9,
3600 Frederikssund
tlf. 47 31 06 17

Fuglebjerg

Ældrerådsmedlem

Kirsten Hansen

Hindholmvej 23, 4520 Fuglebjerg
tlf. 55 45 32 95

Ældrerådsmedlem

Anni Ravn

Benediktevej 7, 4520 Fuglebjerg
tlf. 55 45 34 72

Galten

Erode Balle Kristensen

Porskjærvej 16, 8464 Galten
tlf. 86 94 34 77

Gentofte

Kontorchef Jørgen Møller

Social- og Skoleforvaltningen,
Pensionsafdelingen
Rådhuset, Bernstorffsvej 161
2920 Charlottenlund
tlf. 39 98 05 20

Glamsbjerg

Grenaa

Greve

Henv. vedr. Netværkskontoret:
Netværkskontoret,
Frydenhøj Allé 100, 2670 Greve
tlf. 43 60 00 93

Henv. vedr. øvrige aktiviteter:
Ældrekoordinator
Lise Høst
Greve Kommune, Holmeagervej 2
2670 Greve
tlf. 43 97 92 61

Grindsted

Haderslev

Hals

Hashøj

Haslev

Kathrine Hansen

Køgevej 39, 4690 Haslev
tlf. 56 31 32 31

Helsinge

Helsingør

Herlev

Herning

Formand for Ældrerådet
Ilse Mosekjær Madsen
Præstehaven 14 A, st.th.,
7400 Herning
tlf. 97 20 82 76

Hillerød

Ved alle henvendelser:
Formand for Ældrerådet
Regnar Berdiin
Fredskovhellet 24, 2.th.
3400 Hillerød
tlf. 42 26 34 34

Formand for plejehjemsgruppen
Beth Jensen
Køgemestervej 11, 3400 Hillerød
tlf. 42 26 27 59

Formand for
Hjemmehjælpsgruppen
Helle Ludvigsen
Køgemestervej 1, 3400 Hillerød
tlf. 42 26 30 79

Hinnerup

Hobro

Formand for Pensionistrådet
Jytte L. Sørensen
Skivevej 66, 9500 Hobro
tlf. 98 52 40 23

Holmegaard

Holmsland

Hvalsø

Hvidovre

Netværkskontoret

Søstjernevej 1, 2650 Hvidovre

Højer

Hørsholm

Henv. vedr. rådgivningsordning:

Eli Mohn Andreassen

Ved Hegnet 16, 2960 Rungsted

tlf. 42 86 41 64

Henv. vedr. indkøbs- og

ledsageordninger:

I.O. Svendsen

Opnæsgård 81, 2970 Hørsholm

tlf. 42 86 81 20

Ikast

Karlebo

Næstformand i ældrerådet

Kirsten Vedum

Nivåpark 27, 2990 Nivå

tlf. 49 14 54 51

Kjellerup

Kolding

Langebæk

Langå

Lemvig

Lyngby-Taarbæk

Løgumkloster

Middelfart

Nexø

Formand for Ældrerådet

Else Marie Carlslund

Kirkebakken 5, 3740 Svaneke

tlf. 56 49 63 77

Næstformand for Ældrerådet

Sven-Erik Schou

Ellegade 2, 3730 Nexø

tlf. 56 48 81 40

Sekretær for Ældrerådet

Nina Olesen

Torvegade 22, 3730 Nexø

tlf. 56 49 36 82

Nyborg

Formand for Ældrerådet

René Jensen

Kongegade 24, 5800 Nyborg

tlf. 65 31 00 29

Nykøbing-Rørvig

Eva Abelstedt

P. Jørgensensvej 18

Øster Lyng, 4500 Nykøbing Sj.

Magdalene Lohmann

Bystrædet 11, 4500 Nykøbing Sj.

Nysted

Johannes Andersen

Sakskøbingvej 6, 4880 Nysted

tlf. 53 87 15 54

Bøye Mortensen

Fjordvej 16, 4880 Nysted

tlf. 53 87 17 95

Nørager

Laurits Dalsgaard
Østergade 26, Haverslev
9610 Nørager
tlf. 98 65 40 46

Nørre-Rangstrup

Odder

Odense

Otterup

Randers

Formand for Fællesrådet for de 10
ældreråd
Povl Bak Nielsen
Tebstrupvej 71, 8900 Randers
tlf. 86 43 31 10

Ringsted

Rosenholm

Formand for Ældrerådet
Erik Bøgh
Ådalen 30, Skørting, 8544 Mørke
tlf. 86 97 44 70

Roskilde

Rougsø

Rødding

Rødovre

Rønde

Rønnede

Beskæftigelsesvejleder
Marian Rask
Rønnede Kommune, Rådhuset,
Industrivej 2, 4683 Rønnede

tlf. 56 71 12 77
(bedst man-ons. ml. 8-9)

Sallingsund

Sejflod

Sindal

Inger Andersen
Nørregade 60 C, 9870 Sindal

Skagen

Skibby

Skævinge

Stenløse

Suså

Svendborg

Bent Jacobsen
Rømerparken 14, 5700 Svendborg
tlf. 62 22 04 34

Sydals

Sydlangeland

Robert Jacobsen
Haugbøllevej 15, Lindelse
5900 Rudkøbing
tlf. 62 57 11 99

Søllerød

Formand for Pensionist- og
Ældrerådet
Kirsten Weischer
Concordiavej 3 C, 1.tv.,
2850 Nærum
tlf. 42 80 02 82

Pensionist- og Ældrerådet
Skodsborg Strandvej 175,

2942 Skodsborg
tlf. 42 80 35 54

Sønderborg

Them

Sekretær
Asta Simonsen
Rodelundvej 9, 8653 Them
tlf. 86 84 70 24

Thyborøn-Harboøre

Tinglev

Tornved

Tørring-Uldum

Omsorgsleder
Dagny Høj
Tjørnevej 6-8, 7171 Uldum

Formand for Ældrerådet
Tage Jensen
Ålevej 33, 7160 Tørring

Tårnby

Vallø

Varde

Vejle

Vojens

Vordingborg

Ældrerådet i Vordingborg-
Kommune
Valdemarsgade 43
4760 Vordingborg
tlf. 53 77 14 01

Værløse

Aabenraa

Aalborg

Grethe Højer
Kærbyparken 16, 9000 Aalborg
tlf. 98 13 02 38

Aktivitetscentret Gundorfslund
Centerleder
Leif Grønhøj
Gundorfslund 32, 9000 Aalborg
tlf. 98 12 76 00, fax. 98 10 11 91

Årslev

Formand for Ældrerådet
Ove Jensen
Kildevænget 5, Nr. Lyndelse
5792 Årslev
tlf. 65 90 11 07

Aarup

Aaskov