



VELFÆRDSMagasinet

VEJLE KOMMUNE

– Specielt for førtids- og folkepensionister i Vejle Kommune

INFORMATION

fra
Vejle Kommune

Tema: Naturen som rekreativt rum

– naturen får humøret til at stige

Læs side 12

Ensomheden

– har fået en stemme

Nyt mentorprojekt „Fat om livet“

– udklækker nye peer-mentorer

03 /2021



Støttekoncert med trio Zenobia – til fordel for indsamling til mindesøjlen i Brejning

Den 21. september kl. 19.00 i Brejning Kirke

Zenobia er tre kvinder, der fortolker den danske sang-, salme- og visetradition.

Billetpris: 100 kr.

For mere info og bestilling af billetter kontakt Lene Bering, telefon 40 41 42 95 eller mail: lene123@live.dk.

Bestyrelsen for Kellers Minde arbejder fortsat på at skaffe midler til at opføre Bjørn Nørgaards mindesøjle, der skal rejses til fælles minde for alle de afdøde beboere fra De Kellerske Anstalter. ●

Læs mere på www.kellersminde.dk eller kontakt formand Jens Eskildsen, telefon 61 67 75 85.

Blicherbo – kun seks lejligheder tilbage

Drømmer du om at bo i et bofællesskab med andre ældre? Så kan du bo i en særlig type ældrebolig – en såkaldt tryghedsbolig – som kombinerer fællesskab og privatliv.

De boliger, som ligger i tæt tilknytning til plejecentret i Bredsten, er omdannet til et moderne bofællesskab Blicherbo med lejligheder, fællesområder med mulighed for fælles aktiviteter og en koordinator.

Det er et år siden, de første beboere flyttede ind. I dag bor der syv i alt: Fire mænd og tre kvinder. Men der er stadig seks lejligheder tilbage. Vil du høre mere om Blicherbo, besøge stedet og møde beboerne, så du kan få en fornemmelse af stedet? Så kontakt fællesskabskoordinator Trine Blaabjerg på telefon 29 67 36 85 eller boligguide Susanne Meyer, telefon 40 49 65 51. ●

Læs også mere på www.vejle.dk/blicherbo

Ældrefest – sæt kryds i kalenderen

Ældredagen 7. oktober 2021

Kl. 14-17 i Bygningen

Ved Anlægget 14 B, 7100 Vejle

Arrangementet er gratis og for alle 60+ borgere.

Læs mere om arrangementet i lokalpressen i løbet af september, hvor du også kan læse, hvordan du tilmelder dig. ●

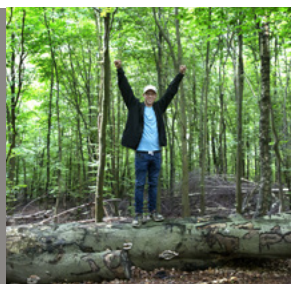


Foto: Nils Rosenvold

Store Grundet Sundhedsskov er skabt som et frirum, der kan bruges af alle. De kommende år vil der blive etableret flere sidde- og opholdspladser i skoven, ligesom der bliver bygget et toilet.

Redaktionen sluttede den 19. august 2021. Magasinet afleveres til FK Distribution den 7. september 2021 med efterfølgende omdeling den 15.-16. september 2021.

Har du set vores nye visuelle identitet?

Vejle Kommune har fået en ny visuel identitet, som er inspireret af en rejse gennem kommunens landskab, byer og organisationen i Vejle Kommune. En identitet, der passer til tiden og afspejler, hvem vi er i dag: En moderne og professionel kommune. Det er en visuel identitet, der kan sikre et fælles udtryk på tværs af kommunen, uanset om vi kommunikerer i den seriøse eller mere sjove ende af skalaen.

En visuel identitet er en organisations udtryk i form af farver, grafik, logo og skrifttyper. Vores visuelle identitet kommer til udtryk hver dag i vores dialog med borgerne. På hjemmesiden, i skilte i naturen, i breve og brochurer, på sociale medier og på siden af vores biler.

Vi er i gang fuld gang med implementeringen, men der vil gå et stykke tid, før alle gamle logoer og farver er erstattet af det nye. Velfærdsmagasinet vil også blive tilpasset den nye identitet og de nye farver. ☐



Indhold

Ghita Nørby giver ensomheden en stemme i Vejle	side 4
Brug din stemme – ældrerådvalg 2021	side 5
At få nyt værd som mentor	side 6
Center for Specialundervisning for Voksne	side 7
Nyt om hjælpemidler	side 8
Dorte går efter guld – ligesom Viktor Axelsen	side 10
Tema: Naturen som rekreativt rum	side 12
En tur i skoven renser hjernen	side 12
Naturen får humøret til at stige	side 15
– Vi hygger max herude	side 16
Nyt fra kommunen	side 18
Nu kan du også vælge økologisk mad	side 18
Sundhedskurser	side 18
Kontakt til kommunen	side 19
The Babushka Exhibition – ny kunstudstilling	side 20

Uddeling af grønne poser

Fra 14. september til 3. oktober uddeler vi de grønne poser til madaffald, så hold godt øje med dørmåtten i den periode. Husk – hvis du bor til leje, kan det være, du får poserne udleveret af din udlejer. ☐



www.aktivsammen.vejle.dk

Næsten 500 tilbud til dig der er 60+

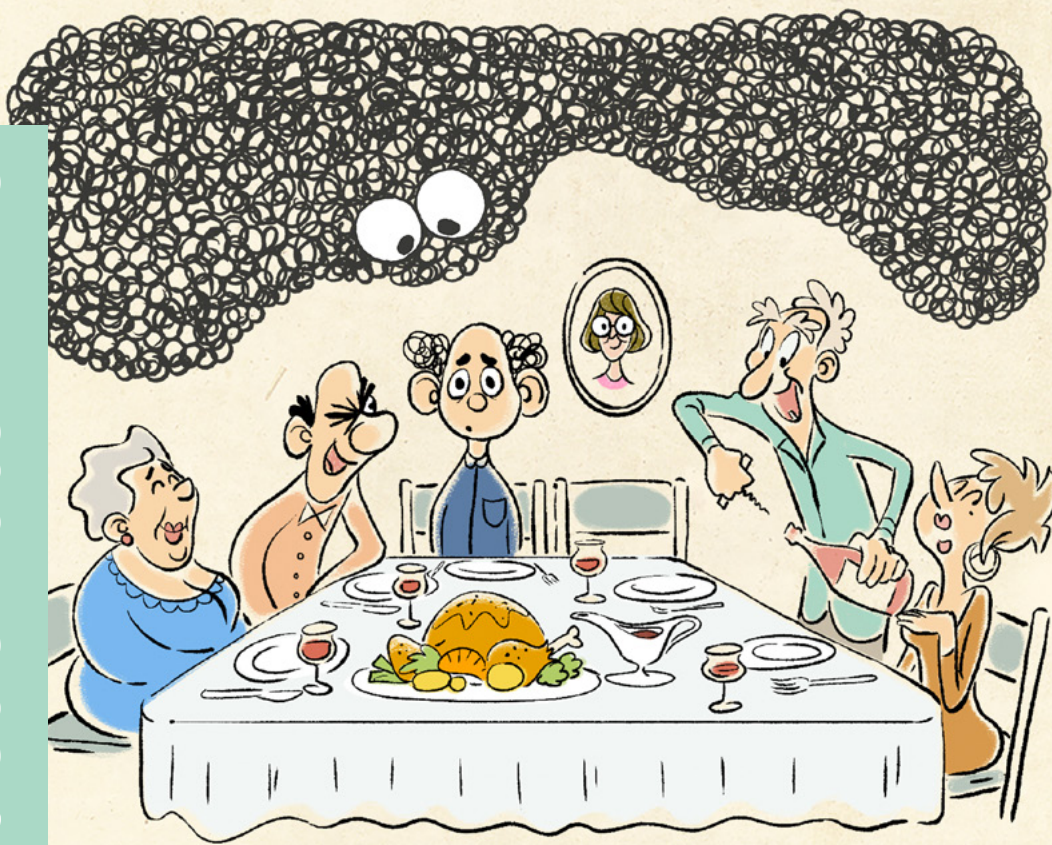
„Kreative aktiviteter, motion og bevægelse, foredrag, læsefællesskaber og meget, meget mere...“ ☐



Velfærdsmagasinet udgives af Vejle Kommune. Redaktion: Bodil Sørensen, Ældrerådet, tlf. 23 95 54 24, Connie Axel, Ældrerådet, tlf. 20 83 50 90, Anders Hareskov Andersen, Handicaprådet og Frivilligrådet, tlf. 28 56 84 44, Conni Damgaard, Velfærdsforvaltningen, ansvarshavende redaktør, tlf. 76 81 61 05, connd@vejle.dk.

Ved udeblivelse af Velfærdsmagasinet, dødsfald m.m. kan du sende en mail til velfaerdsomag@vejle.dk. Avisen udkommer fire gange årligt – februar, maj, september og november. Oplag: 19.500. Grafisk design og opsætning: Vejle Kommune, Kommunikation. Tryk: Rosendahls A/S.

Ensomheden har fået en stemme



Ghita Nørby giver ensomheden en stemme i Vejle

Ny animationsfilm skal hjælpe med at bryde tabuer om ensomhed blandt ældre. Ghita Nørby lægger stemme til filmen, hvor ensomheden får karakter af en ufarlig uldtot, der vokser eller skrumper afhængig af, hvor meget ensomheden fylder.

Budskabet i kampagnen er enkelt, fortæller fællesskabskoordinator Dorte Bladt, der er en af folkene bag filmen:

– Næsten alle kender til ensomhed, og den kan fylde mere eller mindre i perioder af vores liv. Ved at dele det, som er svært, kan der tages hånd om ensomheden, hvis den fylder for meget. Vi er alle forskellige og kan have forskellige behov. Men det kan f.eks. være godt at tale med en god ven eller en af kommunens fællesskabskoordinatorer, som kan hjælpe med at finde en aktivitet eller et fællesskab.

Ensomhedsfilmen kører på infoskærme, Facebook og forskellige steder i by-

ens rum i det håb, at flere vil tale om, hvordan de har det. Desuden vil den indgå i undervisning af personalet i ældreplejen.

Sætter ind på flere fronter

Baggrunden for kampagnen er alvorlig. Mennesker, der føler sig ensomme, har højere risiko for en lang række sygdomme og ensomhed, er i vækst.

– Vejle Kommune har sat ind mod ensomheden hos ældre på mange fronter sammen med foreninger og organisationer, siger Peder Hummelose, der er formand for Sundheds- og Forebyggelsesudvalget i Vejle Kommune, og uddyber:

– Sammen står vi stærkere over for ensomheden. Det er grunden til, at vi på aktivsammen.vejle.dk har samlet næsten 500 aktiviteter, som borgere over 60 år, kan deltage i. Oveni det har vi sat gang i projektet „Følgeven til fællesskab“, og flere ansatte har nu fokus på at forebygge ensomhed gennem sam-



◀ *Næsten alle kender til ensomhed, og den kan fylde mere eller mindre i perioder af vores liv. Ved at dele det, som er svært, kan der tages hånd om ensomheden, hvis den fylder for meget.*

taler med borgere, samarbejde med frivillige og undervisning af personale i ældreplejen. Med de forskellige greb håber jeg, at vi på sigt får nedbragt antallet af ældre i Vejle Kommune, som føler sig ensomme.

Kender du ensomheden?

Eller kender du en, der gør? Vil du finde et fællesskab, der passer til dig og din situation? Så kan du kontakte en fællesskabskoordinator. Vejledningen er helt uforpligtende. Sammen kan I finde ud af, hvilket tilbud der interesserer dig – hvad enten det er banko, gymnastik eller frivilligt arbejde. Ring 51 84 10 36 eller skriv til faellesskab@vejle.dk. Er du over 65 år, kan du også tale med en af kommunens forebyggende sundhedsvejledere, der tager på hjemmebesøg. 

Brug din stemme – ældrerådsvale 2021

Hvert fjerde år er der valg til ældrerådet – næste gang er 16. november. Læs om valget, og hvordan du bruger din stemme.

Der skal vælges i alt 13 medlemmer og 6 suppleanter, og valget foregår på den måde, at de kandidater, der får flest stemmer, er valgt. De kandidater, der ikke vælges, er suppleanter i forhold til deres stemmeantal. Det nye ældreråd sidder fra den 1. januar 2022 og fire år frem.

Hvem kan jeg stemme på?

De kandidater, der gerne vil gøre en forskel for kommunens ældre, og som ønskede at stille op til valget, kunne frem til 30. august melde sig. *Læs mere om dem i næste nummer af Velfærdsmagasinet eller på www.vejle.dk/aellderadsvale.*

Flere måder at stemme på

I år foregår valget som fremmødevalg. Det betyder, at du fysisk møder frem på dit valgsted og afgiver din stemme. Der er ældrerådsvale samme dag, som du også skal stemme til byrådsvalget, så du kan afgive din stemme til begge valg på én gang. Er du berettiget til at stemme, modtager du et valgkort med posten. De borgere, der ikke kan stemme 16. november 2021, kan brevstemme på et lokalt plejecenter i uge 40 til 43. Dette gælder både for plejehjemsbeboere og stemmeberettigede borgere udefra.

Ønsker du at stemme på et plejecenter, møder du bare op. Du skal medbringe enten pas, kørekort eller sundhedskort, så du kan legitimere dig.

Brevstem i eget hjem

Det er også muligt at brevstemme i eget hjem. For at være berettiget til at brevstemme i eget hjem skal du have søgt om og være berettiget til at brevstemme i eget hjem til kommunal- og regionalvalget. Opfylder du dette krav, ringer du til Lone Søndergaard, Velfærdsforvaltningen, telefon 76 81 60 01 fra 1. til 5. november, som registrerer dig. Medlemmer fra det nuværende ældreråd kontakter dig efterfølgende og aftaler tidspunkt for besøg til brevstemning. Det bliver 17. eller 18. november.



Oversigt over plejecentre, hvor du kan brevstemme

4/10	Kl. 9-12, Atriumhaven (Brejning)
5/10	Kl. 13-16, Bakkegården (Vejle)
6/10	Kl. 9-12, Bakkeager (Bredballe)
7/10	Kl. 13-16, Gulkrog (Vejle)
8/10	Kl. 9-12, Midlertidige pladser i Vejle Midtby (ikke borgere udefra)
11/10	Kl. 13-16, Hejlskov (Egtved)
12/10	Kl. 9-12, Holmegården (Vejle)
13/10	Kl. 13-16, Hovergården (Vejle)
14/10	Kl. 9-12, Højagercentret (Jelling)
15/10	Kl. 13-16, Kastaniehaven (Give)
18/10	Kl. 9-12, Kløverhaven (Vejle)
19/10	Kl. 13-16, Lindegården (Vejle)
20/10	Kl. 9-12, Rosengården (Vejle)
21/10	Kl. 13-16, Sandbjerg (Thyregod)
22/10	Kl. 9-12, Smidstrupparken (Smidstrup/Fredericia)
25/10	Kl. 12-15, Sofiegården (Vejle)
26/10	Kl. 9-12, Stensvang (Vejle)
27/10	Kl. 13-16, Ågården (Egtved)
28/10	Kl. 9-12, Solgaven (Vejle)
28/10	Kl. 13-16, Betty Sørensen Parken (Vejle)
29/10	Kl. 9-12, Meta Mariehjemmet (Gadbjerg)
29/10	Kl. 13-16, Riis Friplejehjem (Give)

Mere information

Kontakt Svend Egon Christensen, ældrerådsformand og formand for valgbestyrelsen, telefon 29 71 59 75. 

For mere information om ældrerådet kontakt medlemmerne af det nuværende råd. Find deres kontaktoplysninger på side 13.

Mentor projekt „Fat om livet“



At få nyt værd som mentor

På Center for Specialundervisning for Voksne (CSV) har projektet „Fat om livet“ udklækket nye peer-mentorer. Én af dem er Rikke Haugaard Petrun, der er klar til at hjælpe andre med skader i hjernen.

Rikke Haugaard Petrun er 24 år, da hun og en kammerat i 2014 kører galt på motorcykel. Kammeraten slipper med en hofteskade, men Rikke Haugaard Petrun ender med permanente skader i hjernen, og der går lang tid, før hun selv erkender, at noget har forandret sig for altid.

– Jeg tænkte: Jeg skal bare komme mig, og så kan jeg få et flexjob, og så bliver det hele nemmere. Men det skete bare ikke. Jeg følte, at jeg skuffede hele tiden, men nægtede at lytte til lægerne. Jeg ville ikke erkende, at jeg ikke kunne det samme som før.

Erkendelsen tog tid

Til sidst var det Rikke Haugaard Petruns datter, der satte hårdt mod hårdt.

– Min datter var træt af, at tingene sejlede hjemme hos os, og da jeg så en aften på grund af træthed og manglende overblik fik lavet en vandskade i vores lejlighed, endte hun med at sige: „Mor, jeg tror altså ikke, det går“.

Siddende i en pøl af vand i entreen, bliver hun enig med sig selv om, at det nok alligevel er tid til at søge hjælp og siger ja til at deltage på et kursusforløb på CSV Vejle. Det sætter fokus på energiforvaltning og selvforståelse, og da Rikke Haugaard Petrun i forsommeren 2020 er færdig, får hun sammen med tre andre tilbudt en uddannelse som peer-mentor gennem „Fat om livet“, hvor hun endelig kan vende sin hårdtjente erfaring fra at være en byrde til at være en kæmpe fordel i arbejdet med at hjælpe andre.

Mentorerne bærer håb

Bettina Olesen, underviser på peer-mentoruddannelsen, fortæller om forløbet:

– Når man første gang kommer på CSV, er man oftest nyramt af en skade i hjernen. Her starter man ud på forløbet „Den ▶

Af: Mette Juul Rasmussen CSV – afkortet artikel fra Hjerneskadeforeningens medlemsblad nr. 2.

Foto: Mette Juul Rasmussen

◀ *Bettina Schmidt Olesen (th) og Jenni Denise Hansen
– de to undervisere bag projekt 'Fat om livet'.*

røde tråd“. Forløbet er udviklet på CSV og har det formål, at deltagerne over tid skal lære deres nye situation at kende. Deltagerne lærer at mærke sig selv, holde hjernevil og sætte grænser, hvilket kan være en hård proces, når man måske ellers har levet et liv med masser af bolde i luften. Først når man selv står på den anden side af denne proces, er man klar til at hjælpe nyramte som peer-mentor.

Et samarbejde med et unikt resultat

„Fat om livet“ er støttet af Trygfonden og har set dagens lys som et nyt samarbejde mellem CSV, Social & Psykiatri og Hjerneskadeforeningen. Ifølge Bettina Olesen er der ingen tvivl om, at det er en enorm styrke, at der kan samarbejdes på tværs af fagligheder.

– Ideen om peer-to-peer-støtte er et værdifuldt kort på hånden. I Vejle Kommune har konceptet allerede været i gang på det psykiatriske område. Med „Fat om livet“ har man et

ønske om endnu bredere at kunne støtte borgere, der rammes på erhvervsevnen, så de igen kan føle sig samfundsnyttige og værdsatte.

– Peer-mentorerne er helt unikke, understreger Bettina Olesen:

– De har selv gennemgået erkendelsesrejsen og bliver heri gennem håbsbærere for andre, og hvor de kan se, at der er et liv på den anden side af restitutionen. Peer-mentorerne kan støtte på områder, hvor vi som fagpersoner ikke på samme måde kan nå ind.

– Mentorerne stråler på en helt anden måde, end da de startede deres rehabiliteringsforløb hos os som relativt nyramte. Når de selv starter, er fokus på deres egen rejse, og på det, der er svært. Men på mentoruddannelsen handler det pludselig om at finde styrke i det, man selv har gennemlevet.

Netop dét er også centralt for Rikke Haugaard Petrun:

– Jeg var så glad, da jeg fik mit mentordiplom, for det er et bevis på, at jeg igen kan bidrage med noget værdifuldt og hjælpe andre. ●

Center for Specialundervisning for Voksne består af afdelingerne: VSU og Kommunikation & Teknologi

VSU er den kompenserende undervisning på CSV Vejle, også kaldet voksen specialundervisning, og er for dig med særlige udfordringer. Du skal have afsluttet grundskolen for at kunne deltage i tilbud under VSU. Undervisningen er på få timer om ugen, på små hold og i en tidbegrænset periode. Målet med undervisningen er, at du oplever at få nye handlemuligheder i hverdagen og via undervisningen får lyst og overskud til f.eks. at benytte andre tilbud i Vejle. Peer-mentoruddannelsen er en del af VSU.

Afdelingen Kommunikation & Teknologi tilbyder udredning, rådgivning og vejledning til dig, der har specifikke funktionsnedsættelser inden for syns-, tale- og høreområdet samt teknologiske- og kommunikationshjælpemidler.

For mere info om peer-mentoruddannelsen kontakt: CSV Vejle, Kommunikation & Teknologi, telefon 76 81 55 50.

Læs mere om CSV på www.csv.vejle.dk

Rikke Haugaard Petrun kan se tilbage på et ►
livsændrende forløb.





Ved du,

at du kan søge om eller få tilskud til hjælpemidler både digitalt, telefonisk eller ved personlig henvendelse?

I Velfærdsmagasinet sætter vi fokus på hjælpemidler og gode råd – denne gang på, hvordan du kan søge om hjælpemidler.

Gode råd om hjælpemidler

Søg hjælpemidler døgnet rundt

Internettet er blevet danskernes primære indgang til den offentlige sektor, og spørger du: „Hvor skal jeg henvende mig?“, er svaret ofte: „Det kan du gøre på nettet!“. Men det er ikke altid helt let at finde rundt på nettet, og ifølge ÆldreSagen har over 150.000 ældre over 65 år aldrig været på nettet. Vejle Kommune ønsker at gøre det nemt for alle og tilbyder dig derfor forskellige muligheder for at søge om hjælpemidler – digitalt, ved fremmøde eller telefonisk.

Hvem kan søge?

Du kan søge om hjælpemidler, hvis du har en varig fysisk eller psykisk nedsat funktionsevne, og hvis hjælpemidlet i væsentlig grad:

- kan afhjælpe følgerne af din nedsatte funktionsevne
- kan lette dagligdagen i dit hjem
- er nødvendigt i dit arbejdsliv



Kontakt

Har du konkrete udfordringer i hverdagen og brug for råd og vejledning, så kontakt Hjælpemiddelteamet telefon 76 81 80 81, mandag-fredag kl. 8.30-11.00.

Du kan enten låne hjælpemidlet eller få tilskud til selv at købe det. Det er dog vigtigt, at du tager kontakt til kommunen, inden du køber det. Kommunen giver dig støtte til at anskaffe det bedste egnede og billigste hjælpemiddel. Ønsker du et dyrere hjælpemiddel, betaler du selv den ekstra udgift.

Hvordan kan jeg søge?

Betjen dig selv på www.vejle.dk/hjaelpemidler

Vejle Kommune er en digital kommune. Det betyder, at du så vidt muligt skal søge om hjælpemidler ved at bruge selvbetjeningsløsningerne på www.vejle.dk. Det er smart, da den digitale selvbetjening har døgnåben, og du undgår den ventetid, der kan opstå i telefonen.

Du finder de digitale ansøgninger på siden „Søg hjælpemidler“ på www.vejle.dk/hjaelpemidler. Her er der ansøgninger til mange forskellige hjælpemidler og når du går ind på de enkelte ansøgninger, står der, hvad du skal have klar, og hvordan du gør. Vær opmærksom på, at alle digitale ansøgninger kræver NemID. ▶

Her er eksempler på nogle af de hjælpemidler, du kan søge digitalt:

- **Søg om hjælpemidler, forbrugsgoder eller boligændringer**

Her kan du f.eks. søge om støtte til el-køretøj, lån af kørestol, rollator, toiletforhøjer, seng, kugledyne, ramper, at få lavet ændringer i din bolig osv.

- **Søg om personlige hjælpemidler**

Du kan f.eks. søge om tilskud til ortopædisk fodtøj, arm- og benprotese, støttekorset, bandager, stomi-hjælpemidler, inkontinenshjælpemidler, teleslynge, forstærkertelefon, dørklokkeforstærker og vibrationsvækkeur.

- **Søg om kompressionsstrømper**

Du kan søge om tilskud til kompressionsstrømper, også kaldet støttestrømper, hvis du har en kredsløbsslidelse som f.eks. årekunder, ødem efter strålebehandling, væske i benene eller følger efter blodprop- per i ben eller arme.

- **Søg om synshjælpemidler**

Du kan f.eks. søge om tilskud til øjenproteser, talende ure, digitale afspillere, synsforstærkeranlæg mv.

- **Søg om støtte til handicapbil**

Du kan søge om tilskud til bil, hvis du har et handicap.

- **Søg om hjælpemidler på vegne af 3. person**

Bemærk, at dine pårørende i de fleste tilfælde kan søge på dine vegne ved at bruge ansøgningen „Søg om hjælpemidler på vegne af 3. person“.

- **Søg om hjælpemidler med tro- og loveerklæring**

I enkle sager afgør vi din ansøgning på baggrund af en digital tro- og loveerklæring. Hvis du allerede får tilskud til et hjælpemiddel, kan du med denne erklæring søge om udskiftning af fodindlæg, støttekorset, paryk, brystprotese, kompressionsstrømper, badebænk, toiletforhøjer, rollator og albuestokke. Hvis du ikke tidligere har fået en bevilling, kan du søge om tilskud til: Materialer til måling af blodsukker, brystprotese, badebænk og albuestokke. Sagsbehandlingstiden er højst fem dage. 



Brug „Kvikservice“

Brug „Kvikservice“, som er hurtig sagsbehandling, når det drejer sig om enkle og ukomplicerede henvendelser.

Er du over 18 år, har varigt behov for et hjælpemiddel, og er sagen ukompliceret, kan du møde personligt op i Kvikservice og tale med en sagsbehandler, der kan rådgive dig og afgøre, om du kan få hjælp. Det kan f.eks. dreje sig om albuestokke, transportkørestole, toiletstole, rollator og andre småhjælpemidler. Har Kvikservice hjælpemidlet på lager, får du det med hjem med det samme. Er din henvendelse mere kompliceret, hjælper sagsbehandleren dig videre.

Du finder Kvikservice på Niels Finsensvej 20, 7100 Vejle. Kvikservice har åben hver torsdag fra kl. 13-17 og kræver ingen henvisning fra læge eller sygehus. Er du i tvivl, om dit

problem er ukompliceret, så ring i forvejen og tal med en sagsbehandler på telefon 76 81 80 81 (alle dage fra kl. 8.30-11.00).

Ring eller mød op i Sundhedshuset

Er du fritaget for digital post, eller har du problemer med at bruge den digitale ansøgning på grund af sprog vanskeligheder, handicap, manglende digitale evner mv., kan du altid kontakte Hjælpemiddelteamet på telefon 76 81 80 81. De har telefontid alle hverdage fra kl. 8.30-11.00.

Du kan også møde personligt op i Sundhedshuset i Vejle, Vestre Engvej 51B, 4 sal, mandag-onsdag kl. 9.00-15.00, torsdag fra kl. 9.00-17.00 og fredag fra kl. 9.00-15.00.



ROL De Rare Olympiske Lege

Dorte går efter guld – ligesom Viktor Axelsen

I Karriereværkstedet er der stor fokus på bevægelse. I øjeblikket trænes der til De Rare Olympiske Lege (ROL). Dorte Konradsen er en af de borgere, der er trukket i træningstøjet og gør sig klar til legene.

Dorte Konradsen, der er tilknyttet Karriereværkstedet, Vejle Kommunes tilbud om beskyttet beskæftigelse, sad ligesom tusindvis af andre danskere klistret til skærmen og fulgte de danske OL-atleters kamp om medaljer – ikke mindst håndboldherrerens forsøg på at generobre OL-guldet og Viktor Axelsens badmintonkampe, som resulterede i en medalje af det ædleste metal.

De er så seje, fortæller hun, og de har motiveret hende endnu mere til selv at få en medalje om halsen, når hun til september skal deltage i OL, nærmere bestemt de Rare Olympiske Lege (ROL) 10. september. Et sportsarran-

gement arrangeret af Vejle Kommune med discipliner tilrettelagt særligt til mennesker med funktionsnedsættelser som udviklingshæmning, ADHD og autisme. Undersøgelser viser, at disse målgrupper har større problemer med overvægt og livsstilssygdomme sammenlignet med resten af befolkningen. ROL er en struktureret indsats, som er tiltænkt at motivere borgerne til træning i hverdagen, og som samtidig skal skabe en ramme for medarbejderne til at facilitere træningen.

ROL løber af stablen for tredje år i træk. Dorte Konradsen har været med de sidste to år og glæder sig også til legene i år: – Det er altid rart at være sammen med de andre fra Karriereværkstedet, og det er også rart at få rørt sig og konkurrere om medaljer. Vi har det så sjovt, siger Dorte Konradsen og tager en sidste slurk af sin kaffe, inden hun rejser sig for at deltage i den ugentlige bevægelsestræning i multisalen på Ellehammersvej, Karriereværkstedets afdeling i Vejle. ►

Af: Conni H. Damgaard

◀ Dorte Konradsen og Jimmi Karlsen til bevægelsestime i Karriereværkstedets multisal, hvor de øver kasteteknikken til ROL-disciplinen håndboldgolf.

Pædagogisk idræt

Dorte Konradsen er i det hele taget meget aktiv. Udover at træne og deltage i ROL går hun også til ridning én gang om ugen, og hun er derfor på mange måder et mønstereksempel, når det kommer til motion og bevægelse blandt handicapområdets borgere.

Alle medarbejdere i Karriereværkstedet og udvalgte medarbejdere fra de øvrige dagtilbud på handicapområdet har fået en idrætscertificering, så de kan motivere borgerne til mere bevægelse og idrætsglæde i hverdagen.

Certificeringen hedder „Idrætscertificering af institutioner for mennesker med udviklingshandicap“ og er, som titlen fortæller, idræt, der er tilrettelagt, så mennesker med nedsat funktionsevne kan deltage uanset fysiske, mentale og sociale evner. Certificeringen er sket sammen med VIA og PARAsport, som har undervist medarbejderne i pædagogisk idræt.

I Karriereværkstedet har de så meget fokus på bevægelse i dagligdagen, at de har ansat bevægelseskonsulent Signe Nordahl til at få sat skub i bevægelsen på stedet. Hun er uddannet fysioterapeut og har en kandidat i idræt og sundhed.

– Mennesker med handicap har samme behov for motion og fællesskaber som alle andre, men samtidigt også behov, som det er svært at tilgodese i traditionel foreningsidræt. Derfor har handicapområdet valgt at fremme sundhed og fællesskaber ved at rykke aktiviteterne tættere på dem og ved at udanne medarbejderne, så de er klædt på til motivere til mere bevægelse, siger Signe Nordahl.

Hun fortæller, at alle borgere tilknyttet Karriereværkstedet har faste bevægelsesmoduler i deres ugeskemaer, som sikrer, at de får rørt sig. Og at ROL-arrangementet bruges som en slags gulerod i dagligdagen – som noget man træner henimod og glæder sig til at være en del af. Hun underviser både borgerne og medarbejderne. Hun har for eksempel lavet en mappe med forslag til pædagogiske idrætsaktiviteter til personalet.

– Og det er idræt og bevægelse i bred forstand. Nogle borgere sidder i kørestol og kan kun bruge armene. Andre bruger en rollator. Og så er der de borgere, der sagtens kan både løbe og cykle. Men alle kan være med.



▲ Dorte Konradsen glæder sig til De Rare Olympiske Lege. Hun vil gerne have en medalje, men det vigtigste er trods alt at have det sjovt.

Fodboldgolf og støvekast

Det samme gælder, når det kommer til ROL. Legene foregår på de forskellige bo- og dagtilbud i Vejle Kommune, så flest mulige kan være med. I Karriereværkstedet er der fodbold- og håndboldgolf, boccia, støvekast, kartoffelræs og stafet på programmet.

Dorte Konradsen ved, at hun i hvert fald stiller op i håndboldgolf og boccia. Og måske støvekast. Og det er det gode ved ROL, som netop kan tilpasses borgerne, deres humør og gå-på-mod på selve dagen.

Dorte Konradsen har heldigvis masser af gå-på-mod og går efter medaljer, men mindre kan nu også gøre det. Det vigtigste er at have det sjovt, siger hun og smiler. ■



Tema: Naturen som rekreativt rum



En tur i skoven renser hjernen

Vind, dufte, træer og planter er balsam for vores mentale sundhed, og den viden er baggrunden for Sundhedsskoven i Vejle. Her får borgerne hjælp til svære livssituationer under trækronernes susen.

Et par grene knækker under Jacob Hansens kondisko, mens han bevæger sig hen over den fugtige skovbund. Over hans hoved kigger solen frem og sender gyldne striber af lys ned mellem trækro-
nerne, mens et par fugle holder koncert.

Jacob Hansen kommer i Store Grundet Sundhedsskov i Vejle mindst én gang hver 14. dag, hvor han mødes med andre borgere. Og han nyder at trække vejret sammen med træerne.

– Det renser hjernen at komme i skoven. Er jeg sur og træt af noget, når jeg går herud, forsvinder det. Bagefter kan jeg ikke huske, hvad jeg var sur over, fortæller 30-årige Jacob Hansen, som er tidligere misbruger. Når han er af sted med sin gruppe, går tiden med at gå stille sammen, tale eller lave forskellige øvelser sammen med personalet fra Center for Social Rehabilitering. For Ja-

Tips til ro og nærvær

Gå en tur i St. Grundet Sundhedsskov eller find et andet skov- eller naturområde, du har lyst til at besøge.

Gå langsomt – gerne i et lavere tempo, end du plejer. Fokuser på dine omgivelser.

Brug dine sanser. Lugtesansens kan du fx aktivere ved at grubbe et blad og dufte til det.

Mærk balancesansen ved at fokusere på dine fødder. Gå gerne ud på den ujævne skovbund uden for stierne.



Ældrerådet

Formand: Svend Egon Christensen, tlf. 29 71 59 75

Sekretær: Morten Eriksen, Vejle Kommune, tlf. 76 81 81 18

Af: Marlene Grøftehauge

Foto: Nils Rosenvold

◀ *Jacob Hansen har opdaget effekten af at opholde sig i naturen, og han nyder at være en del af naturgruppen under Center for Social Rehabilitering.*

cob Hansen gør det en stor forskel, at terapien foregår uden-dørs i stedet for inde i et lukket lokale.

– Det gør mig bedre til at håndtere mine stemmer i hovedet, fordi jeg lytter til fuglenes pippen i stedet for stemmerne, forklarer han.

Tankepresset letter

Sundhedsskoven grænser op til Vejle by, men når man går der, høres byens støj og puls ikke. Rundt omkring er der anlagt områder, hvor man for eksempel kan stoppe op og træne sin balance på snoreværk, udføre liggende meditation på træstammer eller tænde et bål og have samtaler omkring det. Camilla Jørgensen og Line Olesen, som er facilitatorer for

naturgruppen, oplever gode effekter hos borgere i forskellige svære situationer i livet.

– Det giver så meget mere at være herude end at sidde omkring et bord i et lokale. Presset på tankerne letter, når borgere skal bruge opmærksomhed på at gå op ad en skrænt eller på at mærke lyde og dufte omkring dem, fortæller Camilla Jør-

Store Grundet Sundhedsskov er skabt som et frirum, der kan bruges af alle. De kommende år vil der blive etableret flere sidde- og opholdspladser i skoven, ligesom der bliver bygget et toilet. ▼

Fakta: Sundhedsskoven

Sundhedsskoven finder du i Store Grundet Skov, som Vejle Kommune købte i 2017 og har indrettet som et åndehul for alle slags borgere. Både dem, der ønsker at komme ned i gear og få ro på pulsen og de sårbare og udsatte, som får en bedre trivsel af at opholde sig i skovens dybe stille ro.

Sundhedsskoven er på hele 63 hektar og rummer vandrestier, stejle skrænter, naturlige kilder samt bål- og siddepladser.

Find øvelser og se vandrerruter på:
www.vejle.dk/sundhedsskov

Kontakt afdelingsleder Karen Iversen på kariv@vejle.dk, hvis du som borger eller medarbejder ønsker yderligere information om Sundhedsskoven.



Tema: Naturen som rekreativt rum



▲
En meditation under trækrønerne får ro på tanker. Her er det facilitator Camilla Jørgensen, som guider Jacob Hansen.

gensen, der ligesom sine kolleger også bruger tid på at kigge på planter, dyr og svampe alt efter årstiden. Det skaber helhedsoplevelser og giver borgerne lyst til at bruge naturen på egen hånd også, hvilket Jacob Hansen kan bekræfte:

– Jeg bor i Egtved, hvor der også er meget natur. Den er jeg blevet meget bedre til at bruge.

Meditation på træstamme

I en lysning i skoven ligger en tyk væltet træstamme. Camilla Jørgensen inviterer Jacob Hansen til at lægge sig op på den og giver ham en guidet meditation.

– Mærk, hvordan træet støtter dig fra hoved til fødder. Læg mærke til dufte-

ne omkring dig. Træk vejret ned i maven, siger hun med lav og rolig stemmeføring.

Da Jacob Hansen rejser sig igen, føler han sig afslappet. Men det gør han nu altid efter en god tur i Sundhedsskoven.

– Når jeg har været af sted, er jeg klar på at komme i gang med dagligdags gøremål derhjemme. Jeg har energien til det, siger han med et smil og tilføjer:

– Jeg kan virkelig anbefale alle at komme ud og gå i naturen. Bare 15 minutter hver dag kan gøre en forskel. ●

Frivilligrådet

Formand: Anders Hareskov Andersen, Foreningernes Hus Vejle, tlf. 28 56 84 44. Næstformænd: Knud Møller, Frivilligcenter Give, Susanne Clausen, Broen.

Af: Marlene Grøftehaug

Foto: Nils Rosenvold

Naturen får humøret til at stige

Tiden med coronavirus og nedlukning har fået manges øjne op for, hvor skønt det er at opholde sig i naturen. Og det er ikke så mærkeligt, for en gåtur i skoven eller i et grønt område har positiv effekt på vores nervesystem, siger sundhedskonsulent Peter Vestergaard.

Da Mette Frederiksen lukkede Danmark ned 11. marts 2020, strøg mange mennesker ud i deres have, i den nærmeste park – eller de tog på udflugt til en lokal skov eller strand. Her kunne man være uden at komme for tæt på andre, og mange kunne fortælle, at nærheden til naturen gjorde en masse godt for dem. Flere undersøgelser har da også vist, at vores humør stiger, hvis vi opholder os i naturen, fortæller sundhedskonsulent Peter Vestergaard fra Vejle Kommune.

– Naturen er rummelig og åben. Den stiller ikke krav og forventninger, og derfor har den stor indflydelse på, hvordan man trives. Den er med til at skabe balance i vores nervesystem. Og så er der ingen regler i naturen på samme måde som i byen: Her kan man synge lige højt, man vil.

Oplevelser for alle sanser

Peter Vestergaard, som er uddannet friluftvejleder og idrætslærer, tager ofte forskellige grupper af borgere med ud i naturen omkring Vejle. Han oplever, at folk bliver fredfyldte i mødet med naturens små og store oplevelser.

– Pludselig står der et rådyr få meget fra én. Eller man hører en spætte slå på et træ tæt ved. Og når jeg spørger folk til deres barndomsoplevelser med naturen, bliver nogle helt rørte. Det er ofte stærke og sanselige erindringer om for eksempel en skøn efterårstur, hvor man fandt et æbletræ, eller en overnatning, hvor man gik i langt græs og fik våde tæer, siger han og peger på, at naturen også er en glimrende motionsplads, hvis man har lyst til at løbe, gå eller klatre i træer.

'Kom nu ud!'

I Give mødes Kirsten Jeppesen hver tirsdag eftermiddag med andre ældre, som hun går tur med i et gå-fællesskab. Hun er enig med Peter Vestergaard i, at temperaturen på humørbarometeret stiger på en tur.

– Da jeg så opslaget om turene, tænkte jeg straks, at det ville jeg være med til. Man snakker med de andre og får vendt

nogle ting fra sin hverdag. Og så oplever vi, hvad der sker i byen og følger med. 'Sund sjæl i et sund legeme', sagde man, da jeg blev uddannet gymnastiklærer for mange år siden. Og det passer jo stadig, siger 78-årige den kvinde, der altid har elsket udeliv og tidligere var spejder. Forskellen på at gå uden for i stedet for at sidde indendørs i en stue er stor, mener hun.

– Jeg får det bedre psykisk at komme udenfor. Og det gælder i al slags vejr. Et regnvejr kan vi da sagtens holde til. Nogle gange siger jeg til mine veninder: I kan da ikke sidde derinde. ●

'Kom nu ud!'

Vil du være gæst?

Projektet „Gæster“ i Vejle Kommune sætter fokus på den sociale gåtur, hvor fællesskab, motion og den friske luft bliver omdrejningspunktet.

Som gæst er du med til at skabe fællesskaber med udgangspunkt i gåture i dit lokale miljø.

Gæsterne er frivillige, som har lyst til at afsætte en time eller to om ugen til at gå ture med andre. Derudover skal du have lyst til at arbejde for fællesskabet i dit lokalsamfund og være smilende – også i regnvejr.

Du får et gæstkursus med introduktion til rollen, lækker beklædning og hjælp til at markedsføre dine ture på Facebook mv.

Er du blevet nysgerrig og vil vide mere, kan du kontakte Kent Feldager Madsen, Idræt i Dagtimerne Vejle, kent@iidvejle.dk, tlf. 20 45 05 11.

Foreningernes Hus Vejle: Anders Hareskov Andersen, Lisbeth Hansen. FrivilligCenter Egtved: Villy Nielsen. Frivilligcenter Jelling: Knud Dupont. FrivilligCenter Børkop: Torben Madsen. FrivilligCenter Give: Knud Møller. Handicaporganisationer: Jens Bork. Ældregrupper: Anna Marie Jensen. Børn og Unge: Susanne Clausen, Broen. Humanitære foreninger: Bjarne Sørensen, Danske Bloddonorer. Væresteder: Jette Bast, Vejle Krisecenter. Voksenudvalget: Gitte Frederiksen (V). Seniorudvalget: Azra Hasanbegovic (A). Velfærdsstaben: Trine Kragelund Jensen. Administrativt: Irena Vreco.



– Vi hygger max herude

Hver tirsdag mærker borgerne på et bofællesskab i Vejle naturens kraft helt tæt på. På et grønt område på Brejning Havn udfolder de sig med kanosejlads, spil, bål og meget mere. Det skaber livsglæde.

– Kom, Søren. Nu er det din tur. 24-årige Søren Funding tager sigte og kaster en rund træstok hen over græsplænen i en omgang kongespil. Søren og hans kammerater fra bofællesskabet Postens Vej i Brejning er i fuld gang med 'ude-dag', som foregår på havnen i Brejning hver tirsdag.

– Vi hygger max herude, siger Søren, som synes, at han får snakket med en masse kammerater, når han er af sted. Han er også glad for frokosten, som typisk består af en sandwich eller bålmad – og så synes han, det har været sjovt at prøve at sejle i kano. På spørgsmålet om han ikke var nervøs for at falde i vandet første gang, griner han blot og smiler med hele ansigtet.

Alle kan få en kanotur

– Du er så sej, Søren, siger Anette Bak-kensen, som er stedfortrædende leder

på Postens Vej. Hun nyder synet af borgere, som er i gang med kongespil ligesom Søren. En anden gruppe griner højt af gummistøvlekast-konkurrence, mens andre vinker til os fra en kano, der glider lydløst over vandet. Nogle borgere kan selv stige ombord i en kano, mens andre har brug for at komme en tur i den transportable lift, som personalet har stillet op i vandkanten.

– Det kræver en stor indsats fra personalet at give borgerne oplevelserne herude, men det er alt arbejdet værd, når vi ser den glæde og livskvalitet, det giver, fortæller Anette Bak-kensen.

Stærkt fællesskab og færre konflikter

Udedagen blev skabt i 2015, fordi bofællesskabet ønskede at ▶

Handicapråd

Formand: Peter Skov Jørgensen, Dansk Handicap Forbund, tlf. 75 82 58 30 / 23 32 40 62.

Næstformand: Gitte Frederiksen (V), tlf. 24 42 86 95.

Sekretær: Nanja Søbakke Kreutz, tlf. 76 81 15 52.

Af: Marlene Grøftehaug

Foto: Nils Rosenvold

◀ *Rasmus Jørgensen er glad for en tur i kano og for at lave kærligt sjov med sine omgivelser. Velfærdsmagasinets udsendte fotograf og journalist fik en masse røg.*

give sine beboere sansemæssige oplevelser i naturen. Nogle af de ansatte uddannede sig til klatre- og kanoinstruktører, og Friluftsrådet sponsorerede en stor trailer fyldt med udstyr til udeliv. Og så var vejen banet for timevis af dejlige oplevelser ved vand, strand og skov.

– Det er fantastisk at komme ud og bruge den smukke natur omkring os. De store vidder og mangeartede sanseoplevelser styrker fællesskabet og giver en ro i gruppen. Vi kan tydeligt mærke, at konflikterne herude er færre – og kommer der alligevel nogen, kan borgerne hurtigere løse dem. Samtidig har vi stort fokus på sundhed og bevægelse, hvilket er omdrejningspunkt for aktiviteterne her, siger Anette Bakkensen.



Zumba og popcorn over bål

Victor Bøje Hansen er også fan af udedagene. Han er 22 år og har boet på Postensvej i et år. Han kan lide at spille kongespil, danse zumba og lave popcorn over bål.

– Det er dejligt at komme ud. Man slapper af, siger han og rejser sig for at gå tilbage til Postens Vej med en lille gruppe. Det er frivilligt, om man vil blive på havnen og spise frokost eller gå hjem til bofællesskabet sammen med en pædagog.

En lille flok har lyst til endnu en kanotur på det blanke hav, som glitrer under solens stråler, og hvor kvinderne bliver kærtegnet af en blid vind. ■

Det grønne område ved Brejning Havn er perfekt til udedagene. Når det bliver efterår, er der stadig udedag, men de foregår på området ved Postens Vej i stedet for på havnen.

Søren Funding nyder udedagene sammen med sine bofæller og kammerater fra Postens Vej. Her giver han den gas med kongespil. ▼



Karl Erik Lund (O), tlf. 21 54 83 37, Azra Hasanbegovic (A), tlf. 60 13 03 08, Henning Dam (A), tlf. 21 69 98 61, Sri Sundarampillai, Velfærdsforvaltningen, tlf. 24 91 18 04, Henrik Michael Kragh, Teknik & Miljø, tlf. 76 81 24 32, Anette Ravn Olsen, Børne- og Ungeforvaltningen, tlf. 23 88 58 06, Annette Christiansen, Autistforeningen, tlf. 20 73 05 01, Kirsten Marie Sørensen, LEV, tlf. 75 73 58 09, Jens Bork, Dansk Handicap Forbund, tlf. 75 73 19 95, Flemming Leer Jakobsen, SIND, tlf. 20 18 82 64, Thomas Wetche, Dansk Blindesamfund, tlf. 28 70 25 22, Anders H. Andersen, Landsforeningen LigeVærd, tlf. 28 56 84 44.

Nu kan du også vælge økologisk mad

Du har tidligere på året kunne læse i Velfærds magasinet, at Vejle Kommune efter udbud fortsætter med Det Danske Madhus som leverandør. Som en del af udbuddet skulle det desuden være muligt at vælge økologisk mad. Det er det fra 1. september 2021.

Hvem kan få mad fra kommunen?

Det kan du, hvis du har et varigt behov og ikke selv kan lave varm mad, og du har nu tre valgmuligheder: Konventionel eller økologisk mad fra Det Danske Madhus eller et fritvalgsbevis, så du kan købe maden, hvor du har lyst. Bor du i nærheden af en af kommunens cafeer, kan du også bruge dem.

Vælger du mad fra Det Danske Madhus – fra 4-7 hovedretter om ugen – får du nedkølet mad leveret en gang om ugen. Vælger du et fritvalgsbevis, kontakter du selv den leverandør, du ønsker, og aftaler udbringning mv. Med et fritvalgsbevis får du tilskud til et hovedmåltid og en ugentlig udbringning, der svarer til det, der ydes til mad fra Det Danske Madhus. Din leveran-



dør skal leve op til de krav, der er stillet i kommunens indsatsbeskrivelse på madserviceområdet.

Er du ikke berettiget til mad, kan du kontakte Myndighed. De kan fortælle om alternative muligheder, eller om et rehabiliterende forløb måske kan hjælpe dig, så du stadig helt eller delvis kan tilberede et måltid mad. Det Danske Madhus sælger og leverer også til dig, selvom du ikke kan få madservice gennem kommunen.



Kontakt

Har du spørgsmål kan du kontakte Myndighed på telefon 76 81 80 82 eller Det Danske Madhus på telefon 70 70 26 46.

Nyt fra kommunen

Sundhedskurser

Lær at tackle angst og depression

- **Dato: 7. september-26. oktober**
Tirsdage kl. 17.00-19.30
(7 gange á 2,5 time)
Sukkertoppen 2B, 7100 Vejle
- **Dato: 2. november-24. december**
Tirsdage kl. 17.00-19.30
(7 gange á 2,5 time)
Sukkertoppen 2B, 7100 Vejle

Rygestopkurser

- **Dato: 1/9, 8/9, 22/9, 29/9, 13/10**
Onsdage kl. 13.15-14.45
Sundhedshuset i Vejle
- **Dato: 6/10, 13/10, 27/10, 3/11, 17/11**
Onsdage kl. 9.15-10.45
Sundhedshuset i Vejle

- **Dato: 6/10, 13/10, 27/10, 3/11, 17/11**
Onsdage kl. 15.30-17.00
Sundhedshuset i Vejle
- **Dato: 12/10, 26/10, 2/11, 9/11, 16/11**
Tirsdage kl. 13.00-14.30
Sundhedshuset i Give
- **Dato: 3/11, 10/11, 24/11, 1/12, 15/12**
Onsdage kl. 13.15-14.45
Sundhedshuset i Vejle

Bækkenbundskurser

- **Fredag 8. oktober kl. 10**
(for mænd)
- **Fredag 22. oktober kl. 10**
(for kvinder)

Find en oversigt over kurser på www.vejle.dk/kurser

Kontakt til kommunen

Myndighedsafdelingen

Kontakt Myndighedsafdelingen, hvis du har et fysisk, psykisk eller socialt problem og har brug for hjælp fra Vejle Kommune.

Myndighedsafdelingen
Vestre Engvej 51B
7100 Vejle
Mail: myndighedsafdelingen@vejle.dk

Åbningstider for telefoniske henvendelser

Tlf. 76 81 00 00, telefontid: kl. 8.30-11.00 for hjemme-
hjælp, boliger, handicap og socialpsykiatri.

Tlf. 76 81 00 00, telefontid kl. 8.30-9.30 for personlig
hjælper (BPA), personlige hjælpemidler, velfærdstek-
nologiguiderne, syns- og teknologiske hjælpemidler
og handicappbiler.

Åbningstider ved personligt fremmøde

Mandag-onsdag: kl. 9.00-15.00
Torsdag: kl. 9.00-17.00, Fredag: kl. 9.00-14.00

Har du brug for hjælpemidler, skal du kontakte

Myndighedsafdelingen
Vestre Engvej 51B
7100 Vejle

Tlf. 76 81 80 81, telefontid kl. 8.30-11.00
Mail: myndighedsafdelingen@vejle.dk
www.vejle.dk/hjaelpemidler

Kontakt til Senior – Administration

Kontakt Senior – Administration, hvis du vil deltage i
aktiviteter, har pårørende på et plejecenter eller får hjem-
mehjælp og har valgt Vejle Kommune som leverandør.

Senior – Administration

Gulkrog 9, 7100 Vejle
Tlf. 76 81 71 00
Mail: senioradm@vejle.dk

Demensenheden

Gl. Kolding Landevej 43, 7100 Vejle
Tlf. 76 81 66 00
Mail: demensenheden@vejle.dk

Frit valg af leverandør

Du kan finde alle godkendte leverandører til hjælp og
pleje på www.vejle.dk/fritvalg

Kvikservice for hjælpemidler

Har du en varig funktionsnedsættelse, og har du brug
for et hjælpemiddel, som kan lette din dagligdag? Så be-
søg kommunens Kvikservice. Ring gerne i forvejen og tal
med en sagsbehandler på telefon 76 81 80 81.

KVIK-Service, Niels Finsensvej 20, 7100 Vejle
Åbent hver torsdag kl. 13.00-17.00

Kontakt Borgerservice

Kørekort	76 81 01 56
Pas	76 81 01 56
Helbrestillæg, personligt tillæg	76 81 01 74
Sygesikring	76 81 01 56
Digital Post	76 81 01 74
Skat	(kun personlige henvendelser)
Øvrige områder	76 81 00 00

Husk at bestille tid, inden du møder op i Borgerservice i
Skolegade 1, 7100 Vejle. Tid kan bestilles på www.vejle.dk,
eller du kan ringe til os på ovenstående numre og få hjælp
til at få en tid.

Borgerguide

Nanja Søbakke Kreutz 76 81 09 99
Telefontid: Mandag-onsdag: kl. 12-14, torsdag: kl. 12-15

Mobil Borgerservice – køreplan

Børkop: tirsdag kl. 10.00-13.00, MarKant, Ågade 6
Egtved: onsdag kl. 9.00-12.00, Roberthus, Tybovej 2
Give: torsdag kl. 9.00-12.00, Huset, Rådhusbakken 9
Jelling: torsdag kl. 13.30-16.30, Byens Hus, Møllegade 10

Sundhedshus Vejle

Forebyggende hjemmebesøg

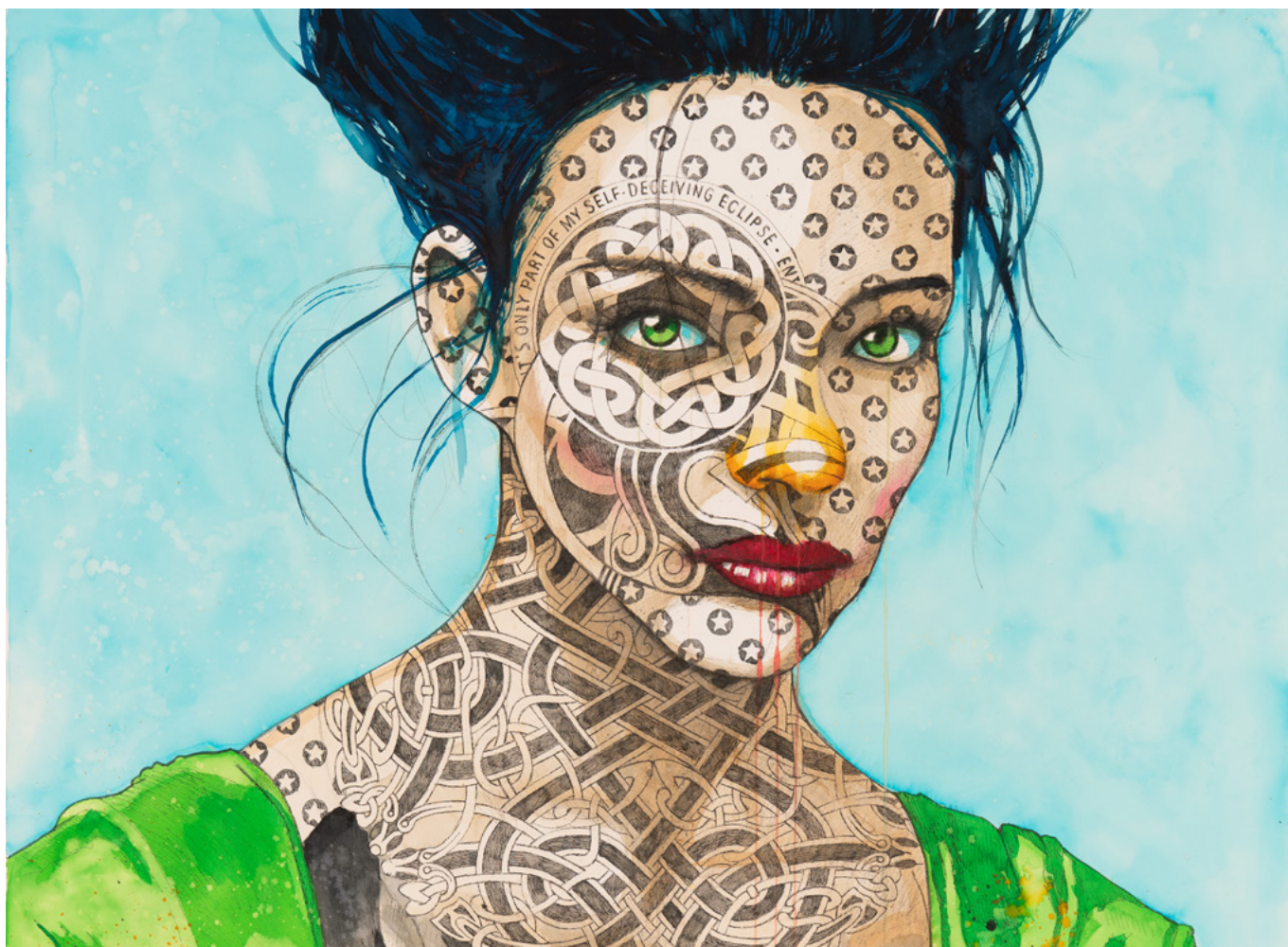
Telefon 76 81 80 96
Træffes mandag-torsdag kl. 8.30-10.00

Genoptræning efter sygehusophold

Telefon 76 81 83 00
Træffes mandag-fredag kl. 8.00-10.00
Mail: sundhedscenter@vejle.dk

Sundhedskurser

Telefon 23 65 61 15
Træffes mandag-fredag kl. 8.30-9.30
Find en oversigt over kurser på www.vejle.dk/kurser



Ole Aakjær: The Babushka Exhibition

Ny udstilling på Vejle Kunstmuseum

The Babushka Exhibition er Ole Aakjær's første soloudstilling på et dansk kunstmuseum og vises i Vejle frem til 7. november. Oles babushka'er er til forskel fra de russiske ikke ens, men individuelle og unikke.

Måske kender du de klassiske russiske babushka-dukker: De åbnes på midten, og inden i den første, finder man en ny dukke. Inden i dén, endnu én. Og så fremdeles, til den aller-mindste er fundet frem. Titlen på Ole Aakjær's udstilling på Vejle Kunstmuseum er en henvisning til de mange lag, der optræder i hans portrætter. Psykologien skræller lag af lag, Ole Aakjær åbner babushka'er.

Ole Aakjær fortæller:

– Retten til at være sygelig selvoptaget er kunstnerens privilegium. Ja, det er faktisk et krav, en basisposition og en nødvendighed, hvis man vil skabe noget ægte. Det kunstneriske guf gemmer sig nede i „kælderetagen“ – i de mørkeste afkroge af min sind. Det er dernede mine bedste og mest autentiske værker opstår.

Mænd eller kvinder?

Ole Aakjær's babushka'er er til forskel fra de russiske ikke

ens, men individuelle og unikke. Ofte meget smukke kvindeansigter, som skeptisk betragter os. Vi ser nysgerrigt tilbage på kvinden i billedet, men vi inviteres ikke helt ind, i første omgang. Damen er kompleks, vanskelig, lidt uoverskuelig at aflæse. Krævende. Hun udfordrer til nærmere bekendtskab og granskning. Ole Aakjær fortæller:

– Selvom mine værker næsten altid forestiller kvinder, er der i virkeligheden tale om selvportrætter. Det er ikke interessant for mig at male portrætter af mænd – det virker bare ikke for mig. Og det er heller ikke et mål at male kvinder set gennem en mands øjne. Den eneste interessante udfordring er at forsøge at blive klog på mig selv. ●

Der er gratis adgang til udstillingen på Vejle Kunstmuseum.

VejleMuseerne
OPLEVELSER I TIDEN



VEJLE
KOMMUNE