



VELFÆRDSMagasinet

VEJLE KOMMUNE

– Specielt for førtids- og folkepensionister i Vejle Kommune

INFORMATION
fra
Vejle Kommune

**Legepladser skal sætte
fut i ældre og handicappede**

Læs side 4

Tema: Ældre og ensomhed

Læs side 10

Ældrerådet

– har fået ny formand

„peer-to-peer“

– ny mentorordning i psykiatrien

01 /2015



Ældrerådet har fået ny formand

Ældrerådet i Vejle Kommune skal have en ny formand. Den hidtidige formand, Egon Sørensen, valgte at stoppe ved udgangen af 2014 af private årsager. Den 22. januar konstituerede Ældrerådet sig derfor med en ny formand, som blev Hans Erik Pedersen.

Med sit farvel sætter Egon punktum for 24 år i politik. I 1990 blev han valgt til Vejle Byråd for Socialdemokratiet, som han sad i byrådet for i tre en halv periode. Siden har han i tre

perioder siddet i „Ældrerådet“ det seneste år som formand.

Egons exit betyder også velkommen til 1. supplementen Anny Gosvig i Ældrerådet.



*Hans Erik Pedersen
Ny formand i ældrerådet*

Træt af sjat- og nat'tisseri?

Temaeftermiddag om bækkenbunden – kun for mænd

Sted: DGI-huset, judolokalet

Tid: Torsdag 26. februar 2015, kl. 13.00-15.00

Pris: 30 kr.

Tilmelding: mie@iidvejle.dk senest 24. februar

Arrangør: Vejle Kommune og Idræt i Dagtimerne

Sund bund

Temaeftermiddag om bækkenbunden – kun for kvinder

Sted: DGI-huset, judolokalet

Tid: Torsdag 12. marts 2015, kl. 13.00-15.00

Pris: 30 kr.

Tilmelding: mie@iidvejle.dk senest 10. marts

Arrangør: Vejle Kommune og Idræt i Dagtimerne



Forsidefoto: Nils Rosenvold

Anette Stystrup Bang:

– Nogle gange skal der kun lidt til at gøre den store forskel.

Læs mere på side 10.

Redaktionen sluttede 15. januar 2015.

Team Danmark havde indstillet sprinter og længdespringer Daniel Wagner Jørgensen fra Vejle for sin forbilledlige indsats inden for handicapidrætten. ►

Sprinter og længdespringer fra Vejle Daniel Wagner Jørgensen hyldet for sine store sportslige præstationer

Sprinter og længdespringer Daniel Wagner Jørgensen fra Vejle blev ved DR Sportens show Sport 2014 i Messecenter Herning hyldet for sine store sportslige præstationer, imponerende fighteregenskaber og dedikation til handicapidrætten.

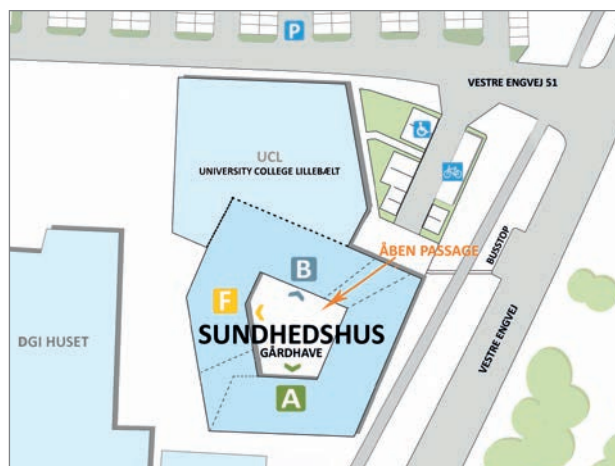
Team Danmark havde indstillet sprinter og længdespringer Daniel Wagner Jørgensen for sin forbilledlige indsats inden for handicapidrætten. Daniel Wagner Jørgensen har vist viljestyrke ved at sætte sig sportslige mål inden for handicapidrætten, efter at han som 14-årig fik amputeret sit ene ben efter en trampolinulykke. Siden har han vundet adskillige internationale medaljer i længdespring samt 100 og 200 meter sprint. Endvidere går Daniel Wagner Jørgensen helhjertet, nysgerrigt og engageret ind i innovationsprocesser omkring sit udstyr og ikke mindst sin protese.



Indhold

Ældeerrådet har fået ny formand	side 2
Kender du en, der har fået hjerneskade?	side 4
Legepladser skal sætte fut i ældre og handicappede	side 4
Erfaren guide-gruppe afprøver og udleverer velfærdsteknologiske hjælpemidler	side 5
Ny mentorordning i psykiatrien	side 6
Sidste nyt om NemID og Digital Post	side 8
Gymnasieelever designer fremtidens badeværelse	side 9
Tema: Ældre og ensomhed	side 10
Ensomheden har mange ansigter	side 12
Fremtidsværkstedet for aktive ældre	side 14
Kontakt til kommunen	side 15
Vinterferie på Vejlemuseerne	side 16

Find vej i Sundhedshus Vejle



INDGANG
A

Vejle Kommune

- Sundhedscenter Vejle
- Forebyggende hjemmebesøg
- Team Sundhedsfremme og Forebyggelse
- Enhed for Sundhedskoordinering

INDGANG
B

Vejle Kommune

- Myndigheds-afdelingen
 - Socialpsykiatri, Center Dag
 - Tandplejen
- Region Syddanmark**
- Afdeling for Traume- og Torturoverlevende

INDGANG
F

Idræt i

Dagtimerne

Velfærdsmagasinet udgives af Vejle Kommune. Redaktion: Jørgen Rønnemoes, Ældeerrådet, tlf. 75 83 25 85, Bodil Sørensen, Vejle, tlf. 23 95 54 24, Ældeerrådet, Anders Hareskov Andersen, Handicaprådet og Frivilligrådet, tlf. 28 56 84 44, Kim Lassen, Borger-service, tlf. 76 81 00 25, Conni Damgaard, Velfærdsforvaltningen, ansvarshavende redaktør, tlf. 76 81 61 05, connd@vejle.dk.

Avisen udkommer fire gange årligt – februar, maj, september og november. Oplag: 19.500. Grafisk design og opsætning: Vejle Kommune, Kommunikation. Tryk: Jørn Thomsen / Elbo A/S.

Kender du en, der har fået en hjerneskode?

Vejle Kommune har igen et pårørendekursus fire torsdage fra kl. 16 – 18 i Sundhedshus Vejle. Det begynder 5. marts 2015. Her kan pårørende få redskaber til at tackle hverdagen.

– Hver dag får en borger i Vejle Kommune statistisk set en blodprop, et slag, en blødning eller en anden form for skade på hjernen. Du kan være i gang med at pakke kufferten, klar til at tage på skiferie, og dagen efter er dit og dine pårørendes liv pludselig forandret totalt, siger Henriette Lund Kristensen fra Sundhedscenter Vejle.

Mange lever efterfølgende en hverdag, der ser helt anderledes ud, end før skaden indtraf. Udover de fysiske følger, som fx lammelser, er der typisk problemer med sproget, hukommelsen og måske en ændret personlighed.

– Den første reaktion hos de fleste pårørende er lettelse over, at deres ægtefælle eller forældre har overlevet. Men når der er gået noget tid, svinger mange pårørende mellem at have masser af håb for fremtiden og ikke kunne se nogen gode muligheder i den nye situation, fortæller Henriette Lund Kristensen og fortsætter:

– Det tager tid at erkende, at mange ting ikke bliver som før og at se muligheder frem for begrænsninger. Samtidig er der mange praktiske ting at forholde sig til. I alt virvaret er det vigtigt, at den pårørende ikke brænder sit lys i begge ender. ■

Neuropsykolog Grethe Pedersen, der har fokus på de følelsesmæssige rutsjeture, er gæsteunderviser på kurset to gange. De andre to kursusgange er der oplæg om faktuel viden og træning.

Henriette Lund Kristensen står for kurset i samarbejde med fagkonsulent Mogens Vedel fra Center for Specialundervisning for Voksne. Ideen med kurset er at give inspiration til at gøre hverdagen lidt lettere.

Kurset er for pårørende, der er i daglig kontakt med et menneske, der er ramt af en senhjerneskade. Fx ægtefælle, voksne børn, naboer, venner eller andre. Du skal dog bo i Vejle Kommune. Har du ikke mulighed for at deltage i kurset i marts 2015, kan du tilmelde dig næste kursus, som starter til foråret 2016.

Program og tilmelding

Du kan se programmet på www.vejle.dk/hjerneskode eller ringe til Sundhedscenter Vejle, Henriette Lund Kristensen på telefon 29 36 30 42.

Der er tilmelding til Henriette Lund Kristensen senest 20. februar 2015.

Legepladser skal sætte fut i ældre og handicappede

Danmarks første interaktive legepladser til genoptræning af ældre og handicappede er åbnet i Give. For leg er en menneskeret, uanset alder og funktionsniveau, og en ny vej til en bedre og sjovere genoptræning.

Firmaet PlayAlive sparker sammen med Vejle Kommune gang i leg for ældre og handicappede med deres bud på interaktive legepladser til de to målgrupper. De to legepladser, der ligger i Give, er ikke de klassiske typer med gynger og vipper, men indbyder til bevægelse gennem interaktiv leg med musikstumper fra gamle dage og gamle børnesange, og man kan lege med lys, som kan bruges til en række spil.

Ikke kun til leg.

– Legepladserne kan bruges til leg, men også til fysioterapeutiske lege, som vi har bygget ind i konceptet, siger Lau Kierstein, udviklingschef i PlayAlive. Firmaet har udviklet redskaberne sammen med borgere og medarbejdere fra Søndermarkens Bofællesskaber og Plejecenter Kastaniehaven, så redskaberne er tilpasset deres helt specielle behov.

For ud over at være et afbræk i hverdagen opfylder legepladserne også en vigtig rolle. De kan bruges til genoptræning og bevægelse på en god måde, siger Heidi Thomasen, der er fysioterapeut på Plejecenter Kastaniehaven: ■

Erfaren guide-gruppe afprøver og udleverer velfærdsteknologiske hjælpemidler

I hjælpemiddelteamet i Vejle Kommune er der i en projektperiode samlet 3 erfarne sagsbehandlende ergoterapeuter. De kalder sig for veltek-guider. De har tilsammen en meget bred berøring med mange brugere af hjælpemidler af alle slags og dermed også en stor viden og erfaring inden for feltet. De rådgiver borgerne og skaffer sig overblik over udbuddet af teknologiske hjælpemidler. En viden, som de efterfølgende deler med deres kollegaer.

Målet er at hjælpe borgere i Vejle Kommune i eget hjem, som gerne vil forblive selvhjulpne ved hjælp af velfærdsteknologiske hjælpemidler. Målgruppen er borgere i eget hjem, som i dag i begrænset omfang eller slet ikke modtager hjælp og støtte i hjemmet.

De har allerede afprøvet et ur med vibrator og bilyd til en ældre kvinde med Parkinsons, som har problemer med at huske at tage medicin. Uret har en indbygget alarmfunktion og vibrerer, når kvinden skal tage sine piller. Kvinden kan nu selv tage sine piller flere gange om dagen. Et andet eksempel er en kvinde med leddegigt, som ikke længere kan tørre sig selv efter bad. Hun har nu fået sat en tørremaskine op i sit badeværelse, så hun kan klare at tage bad uden hjælp fra hjemmeplejen.

Kontakt veltek-guiderne

Guiderne vil gerne i kontakt med flere borgere, der oplever problemer med aktiviteter, de ikke længere kan udføre. Måske glemmer du at tage din medicin eller har problemer med at strukturere din hverdag. Guiderne vil undersøge, om der er et

produkt, som kan hjælpe dig og sammen med dig afprøve det. Hvis hjælpemidlet fungerer, kan du beholde det. ●

Guide

Kontakt

Hvis du ønsker rådgivning om velfærdsteknologiske hjælpemidler, så du bedre kan klare hverdagen hjemme, kan du træffe guiderne på telefon 76 81 80 86, mandag, tirsdag, torsdag og fredag fra kl. 8.30-9.30. eller på mail: veltekguide@vejle.dk

– Vi får noget konkurrence, og vi får noget naturlig bevægelse. Det er bedre end at trække legen ind i et standardiseret miljø, hvor vi ikke kan fange alle. Når vi fanger legen i fx de ældre, så kan vi samtidig træne og genopbygge dem, så de undgår at miste muskelstyrke.

En, som er helt med på tankegang, er Ida Langkjær, beboer på Plejecenter Kastaniehaven: – Det er skidegodt, og du kan tro, at jeg glæder mig. Det er sjovt, at man skal rubbe fingrene, og man skal have balance i kroppen.

Andre må gerne lege med!

Legepladserne må hellere end gerne bruges af andre: – Vores borgere er rigtig glade for at få besøg af andre. Så sker der noget! For det handler også om at udvide horisonten, om generationsmøder mellem børn, ældre og borgere med handicap og i det hele taget om at invitere folk udefra ind, så trivslen gror – ikke bare på Kastaniehaven og Søndermarken, men i hele byen, siger lederne fra hhv. Kastaniehaven og Søndermarkens Bofællesskaber, Emma Winther og Dorthe Schmidt Jensen. ●

– Vores borgere er rigtig glade for at få besøg af andre. Så sker der noget! ▼





Ny mentorordning

28-årige Karina Bach Jeppesen er glad for at have fået en mentor. Hun er blevet mere udadvendt, glade – ja, i det hele taget fået mere appetit på livet.

Unge har større tillid til andre i samme båd

I Vejle guider en gruppe unge med psykisk sygdom hinanden til en bedre tilværelse gennem en ny mentorordning. Projektet hedder peer-to-peer og betyder oversat „bruger-til-bruger-støtte“, da begge får gevinst ved ordningen.

– Det er svært at leve med en psykisk sygdom, og du har brug for al den hjælp, du kan få, og den vil jeg gerne være med til at give, siger 31-årige Remy Vang, som er mentor i projektet og selv har haft psykisk sygdom tæt inde på livet. Omvendt får han også selv noget ud af at være mentor:

– Jeg bliver i godt humør og får energi ud af at være noget for andre. Og så kan jeg være med til at trække min „peer“ op. Fordi jeg selv har været, hvor hun er i dag.

Det bekræfter Karina Bach Jeppesen, som er 28 år. Hun har selv stor tillid til sin mentor, som hedder Anne – faktisk mere tillid til Anne end til en traditionel behandler. Fordi mentoren kender hendes situation: – Det virker mere ægte og troværdigt, når mentoren selv har prøvet at være et sted, hvor livet gør ondt. Hun kender følelsen, så jeg behøver ikke forklare, hvordan jeg har det. Samtidig kan min mentor også være med til at motivere mig. Fordi jeg ved, at hun har været igennem det samme som mig. Hun er kommet ud på den anden side. Så kan jeg også!

Træner sociale færdigheder

Når hun er sammen med sin mentor, udfordrer hun alt det,

som er svært, og som tidligere isolerede hende, fx det at være blandt mange og nye mennesker. De øver ved at gå ture i byen sammen, på indkøb, på cafe – sådan som alle andre unge gør. De udfordrer også hendes mange fobier. Karina er fx højdeskræk og frygter i den grad tandlægestolen.

Og Karina er kommet langt. Faktisk så langt at hun har talt med sin psykiater om at trappe ned i den medicin, hun får. Hun er også blevet mere udadvendt og glad. Sådan helt „Ole Henriksen-glad“ siger Karina. Hun fortsætter sit parløb med sin mentor et par måneder endnu, og Karina planlægger på sigt selv at blive mentor for en anden ung med psykisk sygdom. ▶

Frivilligrådet

Formand: Anita Fogh, FrivilligCenter Give,
tlf. 75 73 43 36 / 41 63 11 60.

Næstformand: Yasser Rady, Humanitære foreninger

Sekretær: Birger Kruse, Vejle Kommune tlf. 21 77 18 11.

Kortere sygdomsforløb

Lene Hoffensetz, der er projektleder i Vejle Kommune, ser store perspektiver i projektet: – Erfaringerne fra lignende projekter i udlandet viser, at begge parter får det bedre. Ordningen mindsker antallet af indlæggelser og afkorter sygdomsforløbet, fortæller hun.

I Vejle Kommune har projektet kørt siden november 2013, og de første 14 peers og 14 mentorer er løbende blevet matchet siden august 2014. Mentorerne har i december 14 afsluttet deres undervisning i projektet og fortsætter deres samvær med peers hen i foråret. Et nyt hold peers og mentorer er ved at blive rekrutteret, og planen er, at de skal matches og i gang med deres samarbejde i løbet af februar og marts 2015. Ud fra nuværende tilbagemeldinger fra både peers og mentorer tegner projektet til også at blive en succes i Vejle. 

Vil du vide mere?

Projektet kører indtil udgangen af 2016. Hvis du vil vide mere om projektet – eller har lyst til at melde dig som mentor eller få en mentor, så kontakt projektleder Lene Hoffensetz på telefon 29 13 14 60.

Et samarbejde mellem socialpsykiatrien og Psykiatrifonden

Projektet hedder „Peer-to-Peer“ og er et samarbejde mellem Psykiatrifonden og socialpsykiatrien i Vejle Kommune. Projektet finansieres af Socialministeriet som et 3-årigt forsøgsprojekt, hvor mentor og peer laver en aftale på et halvt år ad gangen.

Som en del af projektet bliver mentorer uddannet og klædt godt på, så de kan bruge deres egen historie og give håbet videre til andre unge.

Lido Cafeen

– øvested for mentorordningen

Deltagerne træner også deres sociale færdigheder gennem cafebesøg. Det kan virke overvældende at komme ud blandt andre for mange psykisk sårbare. Derfor mødes projektdeltagerne et par gange om ugen i Lido Cafeen i Vejle til kaffe, hygge og socialt samvær med hinanden.

VejleMuseerne

OPLEVELSER I TIDEN



Kunstonsdag – Jane Muus

Onsdag 4. marts kl. 16.30

Jane Muus var en meget produktiv grafiker og illustratør. Som digteren Dan Türell holdt hun af hverdagen. Kunsthistoriker Trine Grøne fortæller om Jane Muus og hendes kunstneriske praksis gennem næsten 70 år og viser en dokumentarfilm undervejs.

Pris: 50 kr. Medlemmer af Kunstmuseets vennekreds: Gratis.

Sted: Foredraget foregår på Kunstmuseet.

Kunstforedrag med Anette Harboe Flensburg

Onsdag 18. marts kl. 15.30

Anette Harboe Flensburgs arbejde tager udgangspunkt i en traditionel genre: hun maler interiører. Stemningsfulde rum,

som på én gang virker både konstruerede og realistiske. Hendes værker er baseret på fotografiske forlæg, som forskydes og manipuleres gennem eksempelvis lysindfald og skala. På den måde bliver Harboe Flensburgs malerier til vinduer mod en uvirkelig virkelighed, som udfordrer vores rumlige forståelse.

Pris: 100 kr. Medlemmer af Kunstmuseets vennekreds eller af Engelsholm Højskoles forening: 50 kr.

Sted: Rosborg Gymnasium, Vestre Engvej 61, 7100 Vejle

GRATIS OMVISNING PÅ KUNSTMUSEET

Søndag 29. marts kl. 14

Et værks betydning: Med udgangspunkt i ét enkelt værk har inspektør valgt at fortælle og perspektivere kunstens udtryk.

FrivilligCenter Vejle: Anders Hareskov Andersen, Lisbeth Hansen, FrivilligCenter Egtved: Kent Jensen, Villy Nielsen, FrivilligCenter Jelling: Nis Bruun, Gudrun Møller, FrivilligCenter Børkop: Torben Madsen, Inge Hansen, FrivilligCenter Give: Anita Fogh, Karin Tingsager, Handicaporganisationer: Susanne Clausen og Kari Overhalen, Patientforeninger: Birthe Bjerg, Suppleant: Lisa Fürstenberg, Ældregrupper: Erik Dam, Jørgen Rønnemoes, Børn og Unge: Lotte Dich Pedersen, Humanitære foreninger: Yasser Rady, Bjarne Sørensen, Væresteder: Bettina Sørensen, Per Kragh.



Sidste nyt om Digital Post og selvbetjening

Nye selvbetjeningsløsninger

Fra 1. december 2014 er det blevet obligatorisk at søge om familieydelse, boligstøtte, pension og barselsdagpenge og melde ændringer digitalt til Udbetaling Danmark.

Der er forskel på Digital Post og Obligatorisk Digital Selvbetjening

Digital Post og obligatorisk digital selvbetjening er ikke det samme, og du er derfor ikke automatisk undtaget for obligatorisk selvbetjening, selvom du er fritaget for Digital Post. Det skal du søge særskilt om hos Borgerservice.

Du kan blive fritaget fra Digital Post permanent eller for en 2-årig periode, hvis:

Du opfylder mindst én af fritagelsesgrundene, hvilket f.eks. kan være, at du ikke har en computer eller, at du af fysiske/psykiske årsager ikke kan håndtere Digital Post.

Du kan kun blive undtaget fra digital selvbetjening fra gang til gang, bl.a. fordi:

- Undtagelse kræver en individuel og konkret vurdering, når behovet opstår.
- Løsningernes sværhedsgrad kan variere. Du kan muligvis godt anvende én løsning, men ikke en anden.
- Du har langt mere sjældent behov for at søge en offentlig myndighed via en selvbetjeningsløsning end for at tjekke din digitale post fra det offentlige.
- Undtagelsesårsagerne er lidt anderledes end ved fritagelse, f.eks. er det ikke en undtagelsesgrund alene, at man ikke har en computer.

Det er ikke muligt at lave en liste over alle de forhold, der kan forhindre dig i at ansøge digitalt. Men her er en række eksempler.

- Personer med fysiske eller psykiske handicaps eller lidelser.
- Socialt udsatte eller hjemløse.
- Personer uden it-kompetencer.
- Personer med sprogsværligheder eller svært ordblinde.

Specielt for Udbetaling Danmarks områder

Fra 1. december 2014 er det blevet obligatorisk at søge om familieydelse, boligstøtte, pension og barselsdagpenge hos Udbetaling Danmark. Har du problemer med at bruge selvbetjeningsløsninger på Udbetaling Danmarks områder, skal du ringe til Udbetaling Danmark. Men hvis du ønsker at søge om fritagelse, er det Borgerservice, som skal fritage dig og tilbyde betjening på anden vis som fx at ansøge via en papirblanket. Det sker ud fra en individuel konkret vurdering, når behovet opstår.

Hjælp til selvbetjening

Ring til Hotline Syddanmark og få hjælp til digital selvbetjening på telefon 76 81 09 00.

Mandag-torsdag: kl. 8-21, fredag: kl. 8-14, lørdag lukket, søndag: kl. 15-21

Sådan sender du et brev til det offentlige via Digital Post på borger.dk

- Gå ind på borger.dk og log på med dit NemID.
- Vælg „Digital Post“ i menuen øverst på siden.
- Tryk på „Skriv ny post“ øverst til højre.
- Tryk på „Vælg modtager“ i det øverste felt.
- Skriv navnet på modtageren under: „Søg efter modtager“ fx „Vejle Kommune“.
- Tryk på „Søg“ og „Vejle Kommune“ kommer frem i feltet under.
- Tryk på den lille pil ud for „Vejle Kommune“ og vælg emne/afdeling. Du kommer nu tilbage til postmeddelelsen.
- Skriv en overskrift på din henvendelse under „Emne“.
- Tryk på feltet „Angiv hvad din forespørgsel drejer sig om“ og vælg et emne.
- Skriv teksten til dit brev i det store felt og tryk på „Send“ nederst i venstre hjørne. Du har nu sendt et brev til Vejle Kommune.

I næste nummer kan du læse om, hvordan du giver en pårørende, som allerede har Digital Post, adgang til at læse din Digitale Post.

Digital Post-nyt



2y på Vejle Tekniske Gymnasium giver her deres bud på en intelligent badeværelsesløsning til handicappede.

Gymnasieelever designer fremtidens badeværelse til handicappede

2y på Vejle Tekniske Gymnasium skal som en del af deres designundervisning komme med bud på løsninger til det intelligente badeværelser for handicappede, så de får en bedre oplevelse og kan meget mere selv.

– Vi gør det for at få andres ideer og perspektiver på vores pædagogiske arbejde. Men også ud fra tanken om, at yngre hjerner tænker anderledes end de gamle engang, siger Lotte Mikkelsen, konsulent på LæringsCenter Brejning, om det lidt utraditionelle samarbejde med de unge.

Eleverne arbejder ud fra begrebet „nudging“ – eller adfærdsdesign. Deres løsninger skal på en sjov og motiverende måde få borgerne til at ændre adfærd, så de bliver mere selvhjulpne og selvstændige. Den konkrete opgave går ud på at designe løsninger til et badeværelse i „Rubens Verden“. Det er et moderne velfærdslaboratorium bygget op om en fiktiv borger, Ruben, med forskellige behov for støtte for at klare hverdagen.

Oliver Laursen fra 2y griber straks ideen:

– Det er motiverende, fordi vi kan gøre en forskel, så det ikke bare er rent skolearbejde. Det er mennesker, der er anderledes end os selv, og vi skal se på, hvad der er godt for dem. Vi kan trække på erfaringer fra den hverdag, vi selv kender. Som gymnasieelever adskiller vi os fra andre designere, fordi vi er så sociale. Det er fx godt, at vi er en hel klasse. Så kan vi få ideer sammen.

Eleverne er inviteret ud på LæringsCenter Brejning for at fremlægge deres ideer for inviterede pædagoger, og eleverne kommer vidt omkring: Fra lysende fliser med fodaftryk til

et rødt reb til at guide brugeren hen til vask, toilet og bruser – og koder, som kan scannes med en smartphone, så brugeren kan blive vejledt i, hvordan man fx vasker sig.

Den personlige brusekabine

Da alle har givet deres bud på fremtidens badeværelse, bliver ideen om en personlig brusekabine kåret som den bedste. Kabinen skal bygges med bevægende, justerbare vandstråler og et lysende brusehoved.

– Jeg kan især se potentiale i den måde, gruppen har haft fokus på borgerens særinteresser på – for at fange lysten til at blive i badet. Vi kan ikke sætte produktet i produktion, men vil lade os inspirere af projektet i en mindre målestok, siger Lotte Mikkelsen om vinderprojektet. Hun tilføjer, at elementer fra elevernes ideer vil indgå i centrets fremtidige udvikling af velfærdslaboratoriet Rubens Verden. ●

Det intelligente badeværelse

Tema Ældre og ensomhed



*Anette Styrup Bang, seniorchef i Vejle Kommune:
– Nogle gange skal der kun lidt til at gøre den store
forskel.*

Et lille skub ind i fællesskabet

I de kommende to år gøres der i Vejle Kommune en indsats for at mindske antallet af ældre, der føler sig ensomme. Det er seniorområdet's personale, som er i daglig kontakt med ældre, der kan hjælpe og vise vej til fællesskabet, hvor det gode liv måske kan genfindes.

Ind imellem er det rigtig godt at være sammen med andre mennesker. Bare nogle timer. Få talt, diskuteret og grinet sammen. Både høre på, hvad andre har at fortælle, og selv få mulighed for at fortælle, hvad man har oplevet eller går og tænker på. Så bliver man lidt lettere i sindet og går gladere hjem. Også selv om man ikke har nogen at komme hjem til. For mange ensomme ældre kan det være en stor op-

gave blot at komme i overtøjet og ud af døren for at møde andre. Men der er hjælp på vej til dem, der har lyst til at komme ud, men som ikke synes, at de magter at gøre det alene. ►

Ældrerådet

Formand: Hans Erik Pedersen, Vejle, tlf. 23 81 90 36
Sekretær: Birger Kruse, tlf. 76 81 60 30, birkr@vejle.dk
Velfærdsforvaltningen



Johnny Møller:

– Der er store ressourcer i mange foreninger og klubber. Og mange af dem vil gerne blive bedre til at tage imod nye medlemmer.

Tema Eldre og ensomhed

Ensomheden har mange ansigter

Vejle har sammen med 24 andre kommuner foretaget en stor undersøgelse, der viser mange aspekter af ældres ensomhed, bl.a. hvordan den udmønter sig, og hvad der kan gøres.

– Hvis man føler sig ensom og alene, er det svært at finde ud af, hvilke aktiviteter man skal melde sig til. Men undersøgelser viser, at hvis man har en at følges med, bliver tingene ikke så uoverskuelige, siger Johnny Møller.

Han er økonomisk administrativ koordinator i Område Nord inden for seniorområdet i Vejle Kommune med kontor på Sofiegården i Vejle by.

Han var en af Vejle Kommunes to repræsentanter i Marselisborg-projektet. I sin fritid er han foreningsmand og har blandt andet skrevet en masteropgave om frivilliges arbejde i et ældrecenter. Han beskrev blandt andet, hvad der skal til, for at man til stadighed kan rekruttere og fastholde frivillige i arbejdet.

– Foreninger bør måske i højere grad beskrive det arbejde, der skal gøres i foreningen. Man kan sige, at de kan udforme „stillingsbeskrivelser“, så den enkelte

frivillige ved, hvad der forventes af ham/hende. Det kan også være med til at understrege det nødvendige i at være meget opmærksom på, hvordan man modtager nye medlemmer og får dem godt integreret i foreningslivet, siger Johnny Møller.

Der er ændringer på vej i kulturen inden for ældreplejen flere steder i Danmark. Man er begyndt at arbejde ud fra filosofien „The Eden Alternative“ (Et alternativt Paradis), som allerede er udbredt i lande i Europa, USA, Australien og New Zealand. Formålet er at fjerne ensomhed, kedsomhed og hjælpeløshed, som mange ældre rammes af, når de flytter ind på et plejecenter. Tanken er, at institutionslivet skal erstattes af et genkendeligt hverdagsliv. Fordi man bliver gammel, har man stadig mulighed for at udvikle sig og lære nyt – også selv om man bliver skrøbelig og har brug for megen støtte og hjælp. Et af de ældre-centre i Vejle Kommune, der arbejder med disse principper, er Højagercentret i Jelling. ►

Handicapråd

Formand: Peter Skov Jørgensen, Muskelsvindfonden, tlf. 23 32 40 62, næstformand: Gitte Frederiksen, (V), tlf. 24 42 86 96, sekretær: Nanja Søbakke Kreutz, nasr@vejle.dk, tlf. 76 81 15 52.

Af: Anna Marie Bohsen

Foto: Nils Rosenvold

” Der er ingen forskel på at være ældre og ensom ude på landet og inde i byen. Ensomheden er lige knugende begge steder. Men man bliver heller ikke automatisk ensom, fordi man bliver ældre.

” Der er stor risiko for, at man føler sig ensom og alene, når man mister sin ægtefælle, kæreste eller nære venner. Men undersøgelsen viser også, at efterhånden som tiden går, bliver ensomheden mindre udtalt hos mange.

” Det er blot nogle af de resultater som en landsdækkende undersøgelse om ældres ensomhed har givet. I undersøgelsen „Marselisborg-projektet om ældres ensomhed“ har Vejle deltaget sammen med 24 store og mindre kommuner. I alt svarede 8.830 borgere på 65+ beredvilligt på en lang række spørgsmål. Svarene blev suppleret med 24 dybtgående interviews for at få så mange nuancer i svar-billedet som muligt. For ensomhed ikke er en bestemt størrelse, men har mange ansigter.

” Undersøgelsens resultater indgår i det omfattende projekt med at mindske antallet af ensomme ældre i Vejle Kommune. Et projekt, som løber over de næste 2 år, og der både involverer de kommunalt ansatte, som i deres daglige arbejde møder ældre mennesker, og foreninger, klubber og organisationer i kommunen.

” Der er stor risiko for, at man bliver ensom og uønsket alene, hvis man føler, at både helbred og økonomi er dårlig, og har man kun boet i lokalområdet nogle få år og derfor ikke har et netværk.

Hvis man også har været uden for arbejdsmarkedet, da man gik på pension, og måske har en ikke-vestlig baggrund og kun taler lidt dansk, kan det være svært at finde vej til fællesskabet.

Fakta om undersøgelsen og resultater

Vejle har sammen med 24 andre kommuner foretaget en stor undersøgelse, der viser mange sider af ældres ensomhed.

” Ensomheden i sig selv kan også give et dårligt helbred.

” Der er mindre risiko for ensomhed, hvis man har god kontakt med familie og venner, er åben og har nogen at tale med, når man har problemer og dele oplevelser med – og et aktivt socialt liv i det område, hvor man bor.

” Der er 20 procent af de ældre, der selv er med i frivilligt arbejde i en forening eller organisation.

” 25 procent af de ældre føler, at ensomheden er værst om vinteren, i aften- og nattetimerne og ved højtiderne.

” Man kan godt føle sig ensom, selv om man deltager i aktiviteter eller udfører frivilligt arbejde. Socialt samvær er ikke nok. Der skal også være nærvær og omsorg. Man skal blive set! ●

Dan Skjerning (S), tlf. 40 43 95 65, Martin Jensen (S), tlf. 20 31 23 22, Charlotte Faber Stech Mortensen (V), Yelva Bjørnholdt Jensen, Velfærdsforvaltningen, tlf. 29 26 37 11, Jan Lomholt, Teknik & Miljø, tlf. 76 81 21 29, Lars Agergaard, Autistforeningen, tlf. 75 82 76 97, Kirsten Marie Sørensen, LEV, tlf. 75 73 58 09, Jens Bork, Dansk Handicap Forbund, tlf. 75 73 19 95, Ingrid Petersen, Muskelsvindfonden, tlf. 29 26 14 72, Thomas Wetche, Dansk Blindesamfund, tlf. 28 70 25 22, Anders H. Andersen, Landsforeningen Ligeværd, tlf. 28 56 84 44.



Grete Holbech:

– Jeg er tidligere skolelærer, så det ligger nok helt naturligt til mig at organisere og sætte aktiviteter i gang – og så er det en dejlig sidegevinst at se, at andre bliver glade af at komme her.

Tema Eldre og ensomhed

Fremtidsværkstedet for aktive ældre: „Her hjælper vi hinanden!“

Fremtidsværkstedet er en klub i Strandgade i Vejle, hvor ældre mænd og kvinder mødes til kortspil, hygge, sysler, håndværk mv. Her er det medlemmerne selv, som driver og bestemmer over stedet.

– Eneste krav for at komme her er, at du er over 60 år og kan klare dig selv. For her er intet fast personale. Men vi hjælper gerne hinanden og byder ind med det, vi kan, fortæller Grete Holbech, som er klubbens bestyrelsesformand. Der er i alt 7 bestyrelsesmedlemmer, som er valgt ind af medlemmerne, og som alle har faste opgaver som fx at bemande stedet i åbningstiden.

Grete startede selv med at komme i klubben, fordi hun gerne ville lave glas-ting og mødes med andre ældre. Så fandt hun ud af, at hun også kunne hjælpe andre:

– Jeg er tidligere skolelærer, så det ligger nok helt naturligt til mig at organisere og sætte aktiviteter i gang – og så er det en dejlig sidegevinst at se, at

andre bliver glade af at komme her. For mange af medlemmerne bor alene, og det er vigtigt at komme hjemmefra – ud af ensomheden, siger hun.

At holde sig selv i gang

En af dem, som ikke „gider sidde hjemme og kigge ind i væggen“, er 81-årige Arne Jacobsen. Han kommer i værkstedet mandag til torsdag:

– Og hvis der var åbent i weekenden, kom jeg også lørdag og søndag. Jeg har været aktiv hele livet – arbejdet i landbruget siden jeg var 14 år og altid brugt mine hænder, forklarer Arne og fortsætter: – Jeg slapper bedst af ved at holde mig i gang. Her kan jeg reparere stole eller lave træværk for andre. For jeg gider ikke sidde hjemme og glo. Så kommer jeg bare til at spekulere.

Fremtidsværkstedet har efterhånden mange år på bagen og blev oprindeligt dannet af 10-15 pensionerede håndværkere, som havde brug for et sted at mødes. Kommunen tilbød dem et lokale i det gamle elværk. Siden er klubben flyttet og har fået



Kontakt til kommunen

Myndighedsafdelingen

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

Vestre Engvej 51A og 51B

Mail: myndighedsafdelingen@vejle.dk

Åbningstider for telefoniske henvendelser

Tlf. 76 81 00 00, telefontid kl. 8.30-11.00

Åbningstider ved personligt fremmøde

Mandag-onsdag: kl. 10.00-15.00

Torsdag: kl. 10.00-17.00, Fredag: kl. 10.00-14.00

Har du brug for hjælpemidler, skal du kontakte:

Myndighedsafdelingen, Sundhedshus Vejle

Vestre Engvej 51A og 51B, Tlf.: 76 81 80 81

Mail: myndighedsafdelingen@vejle.dk

Kvikservice for hjælpemidler

Har du en varig funktionsnedsættelse, og har du brug for et hjælpemiddel, som kan lette din dagligdag? Så besøg kommunens Kvikservice. Brug Kvikservice, når det handler om enkle problemer.

KVIK-Service

Hjælpemiddeldepotet, Niels Finsensvej 16B i Vejle

Åbent hver torsdag kl. 13.00-17.00

Kontakt til områdekontoret

Kontakt områdekontoret, hvis du vil deltage i aktiviteter, har pårørende på et plejecenter eller får hjemmehjælp og har valgt Vejle Kommune som leverandør.

Område Nord, Sofievej 2-4 i Vejle

Tlf. 76 81 77 00, Mail: omraadenord@vejle.dk

www.omraadenord.vejle.dk

Område Øst, Gulkrog 9 i Vejle

Tlf. 76 81 71 00, Mail: omraadeost@vejle.dk

www.omraadeost.vejle.dk

Område Vest, Teglgårdsvej 15, 3. sal i Vejle,

Tlf. 76 81 79 00, Mail: omraadevest@vejle.dk

www.omraadevest.vejle.dk

Demensenheden

Gl. Kolding Landevej 43 i 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

Kontakt Borgerservice

Kørekort	76 81 01 56
Pas	76 81 01 56
Helbrestillæg, personligt tillæg	76 81 01 61
Sygesikring	76 81 01 56
Begravelseshjælp	76 81 01 74
Skat	(kun personlige henvendelser)

vokseværk. I skrivende stund har klubben 274 medlemmer – både mænd og kvinder. Ikke at klubben har gjort meget væsen af sig. Rekruttering af nye medlemmer er primært sket gennem mund-til-mund-metoden, men der er plads til flere, så ring eller kig endelig forbi, lyder opfordringen fra Grete Holbech. ●

Fremtidsværkstedet

Strandgade 63, 7100 Vejle

Telefon 75 72 65 22, mail: fremtidsvaerkstedet@mail.dk

Åbningstider: Mandag til torsdag fra kl. 10.00-16.45.

En af dem, som ikke „gider sidde hjemme og kigge ind i væggen“, er 81-årige Arne Jacobsen. Han kommer i værkstedet mandag til torsdag. ►



Vinterferie på Vejlemuseerne

Der er masser af oplevelser for både børn, forældre og bedsteforældre på VejleMuseerne i vinterferien.

Kulturmuseet Spinderihallerne

Jagten på den forsvundne tråd

Lørdag 7. – søndag 15. februar kl. 10-17

Hjælp spinderiejereren med at finde den forsvundne tråd og vær med i konkurrencen om spændende præmier!

Kunstmuseet

Maskens dag for familier og børn (5-12 år)

Tirsdag 10. februar kl. 11.00

Kan du gætte, hvem jeg er? Kom og byg din egen fastelavnsmaske, hvor vi skal trylle med, gamle æggebakker, knapper, perler, dukkeler, maling og farverige plakater.

Pris: 25 kr. pr. person til materialer.

Ingen tilmelding



Fortælletime for børn (4-8 år)

Onsdag 11. – fredag 13. februar kl. 11.00

Kunst er eventyrlig, og museets inspektør har valgt et kunstværk og et eventyr eller en fabel som baggrund for at tale med børnene om kunstværket. Fortællestunden slutter i kunstmuseets værksted, hvor børn og voksne efterfølgende kan udfolde sig med sjove og kreative aktiviteter.

Ingen tilmelding.

Fire arkæologiske foredrag

17. februar og 3., 17. og 31. marts kl. 19.30

Hør om arkæologisk iscenesættelse, om hvor Gorm og Harald kom fra, om brug og mis-

brug af arkæologiske kilder, politik og magt på Harald Blåtands tid, om fundet af en befæstet kongsgård ved Lillebælt og meget mere. Vejle-Museernes arkæologer ruller deres store viden ud i fem foredrag i februar og marts. Foredragene foregår på Kulturmuseet Spinderihallerne.

Pris: 50 kr. pr. foredrag. 200 kr. ved køb af alle fem foredrag.



Kunstforedrag med Julie Nord

Onsdag 25. februar kl. 19.30

Billedkunstner Julie Nord tegner. Hun tegner piger, fugle, mønstre, skygger, kaniner, familieportrætter, helikoptere, blomster og landskaber. Men glansbillederne er forstyrrede, og ingenting er, som det ser ud.

Pris: 100 kr. Medlemmer af Kunstmuseets vennekreds eller af Engesholm Højskoles forening: 50 kr.

Foredraget foregår på Kunstmuseet.

Ranbøldalmuseet

Onsdag 11. februar kl. 10-16

Papir- og væveværkstedet er åbent. Kom og lav dit eget håndlavede papir eller prøv at væve med kludestrimler på båndvæv. Man kan købe te, kaffe og kakao. Ingen tilmelding.

Pris: 25 kr. pr. person til materialer.

**GRATIS
OMVISNING PÅ
KUNSTMUSEET**

Søndag 22. februar kl. 14
Kunstmuseets inspektør viser om i særudstillingen „Unra-
vel“ af Pernille Egeskov.