



VELFÆRDSMagasinet

VEJLE KOMMUNE

– Specielt for førtids- og folkepensionister i Vejle Kommune

INFORMATION

fra
Vejle Kommune

Tema: Kong Gauers Gård

Gevinsterne kommer til at gå begge veje

Læs side 12

Ny frivilligkoordinator

– gode råd til frivillige foreninger

Coronavaccination

– godt i gang i Vejle Kommune

01 /2021



Nyt badge til dig, der er fritaget for mundbind

Sundhedsstyrelsen har lavet et nyt badge, der gør opmærksom på, om du er fritaget for at bruge mundbind i f.eks. offentlig transport og supermarkeder. Du kan være fritaget for at bære mundbind, hvis du f.eks. har astma, lungesygdommen KOL eller angst.

Du kan få et badge via en række patentforeninger, kommunale institutioner eller ved at bestille det direkte via trykkeriet Rosendahls på www.rosendahlsboghandel.dk

Selve badgen er gratis, men der vil blive pålagt ekspeditionsgebyr og portoudgift i forbindelse med forsendelsen.

I forvejen har Sundhedsstyrelsen lavet et andet badge, som du kan få, hvis du gerne vil signalere, at andre skal holde afstand. Dette badge kan også rekvireres via trykkeriet Rosendahls. 

Ekstraordinær coronapulje til frivillige sociale foreninger

Corona har ændret mange ældres hverdag, og de oplever, at de aktiviteter og fællesskaber, som de er en del af, bliver aflyst.

Det er dog vigtigt at holde fast i det sociale liv – trods corona. Så sidder du i en frivillig social forening, kan du søge den ekstraordinære coronapulje på 250.000 kr., der skal hjælpe ældre – sikkert – ind i fællesskaber. Puljen støtter initiativer, der fastholder eller udvikler nye aktiviteter, da det kan kræve ekstra ressourcer at gøre et arrangement coronasikkert eller arrangere nye aktiviteter.



Læs mere om puljen, hvordan du søger og få ideer til aktiviteter på www.vejle.dk/frivilligpulje eller kontakt frivilligkoordinator Vibeke Bundgård, tlf. 24 90 67 92. 



Grafik og billeder af Kong Gauers Gård er plukket fra oplægget fra arkitektfirmaet Årstiderne og Sweco og giver et indtryk af, hvordan det nyskabende byggeri kommer til at se ud.

Redaktionen sluttede den 14. januar 2021. Magasinet afleveres til FK Distribution den 1. februar 2021 med efterfølgende omdeling den 10.-11. februar 2021.

Idrætscertificering til dagscentre på handicap

Personalet i dagtilbud for voksne med handicap får nu en idrætscertificering, så de bedre kan motivere borgerne til bevægelse.

Certificeringen hedder „Tilpasset idræt og bevægelse“ og er, som titlen fortæller, idræt og bevægelsesaktiviteter, der er tilrettelagt, så mennesker med nedsat funktionsevne kan deltage uanset fysiske, mentale og sociale evner.

Certificeringen sker sammen med PARAsport, som underviser de cirka 50 medarbejdere, der arbejder i områdets dagtilbud for voksne med handicap, i pædagogisk idræt.

– 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 fremmer vi sundhed og fællesskaber ved at rykke aktiviteterne tættere på dem og ved at uddanne medarbejderne, så de er klædt på til motivere til mere bevægelse. Som en form for omvendt inklusion. For borgerne vil allerhelst være, hvor de kender omgivelserne og er trygge, siger handicapchef Peter Anders Larsen om baggrunden for at blive idrætscertificeret.

Han sammenligner initiativet med folkeskolens understøttende undervisning, hvor bevægelse integreres i den nuværende pædagogik. 



Indhold

Frivilligkoordinator klar med gode råd til frivillige foreninger.....	side 4
Bliv eller få en telefonven.....	side 5
„Jeg er en stolt dreng“	side 6
„Kan jeg glæde andre, glæder jeg også mig selv“	side 7
Gode råd om hjælpemidler.....	side 8
Et lille stik med stor betydning.....	side 10
Tema: Kong Gauers Gård.....	side 12
Gevinsterne kommer til at gå begge veje	side 12
Fremtidens fællesskab bliver bygget i Gauerlund	side 14
Kong Gauers Gård i hårde facts.....	side 16
Hvem kan få mad fra kommunen, og hvordan fungerer ordningen?... ..	side 18
Den gode dialog er vejen frem.....	side 18
Kontakt til kommunen	side 19
Pigen fra Egtved – Bronzealderikon i 100 år.....	side 20

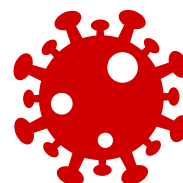


Spørgsmål til corona?

Ring til den nationale hotline på telefon 70 20 02 33. Den er åben alle dage fra kl. 6-24.

Du vil også kunne finde mange svar på www.coronasmitte.dk.

COVID-19 CORONAVIRUS



Vejle Kommune har også en hotline til coronaspørgsmål. Så finder du ikke svaret på dine spørgsmål på den nationale hotline, kan du ringe til Vejle Kommune på telefon 21 31 76 83 på hverdage fra kl. 10-14. 

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.

Gode råd til frivillige foreninger



Frivilligkoordinator Vibeke Bundgård er klar med gode råd til frivillige foreninger

Det skal være lettere at være frivillig forening i Vejle Kommune. Derfor er der nu ansat en frivilligkoordinator til at støtte de frivillige sociale foreninger i deres arbejde med at skabe fællesskaber og aktiviteter til gavn for kommunens ældre.

Vejle Kommunes nye frivilligkoordinator Vibeke Bundgårds hjerte banker for frivilligverdenen. Privat og arbejdsmæssigt. Hendes arbejdsliv har altid kredset om frivillighed og om at skabe frugtbare relationer mellem mennesker, bl.a. i sit tidligere job som konsulent ved Center for Frivilligt Socialt Arbejde. Efter arbejdstid er hun også selv et frivilligt forenings-menneske. I landsbyen Jordrup, hvor hun bor, har hun senest sat sine fingeraftryk på etableringen af et lokalråd. Hun ved derfor en del om, hvad der rører sig, og hvad der er vigtigt for de frivillige.

I Vejle Kommune skal Vibeke Bundgård først og fremmest være sparringspartner og koordinator for kommunens mange frivillige foreninger, så de oplever, at det

er lettere at yde en frivillig indsats og holde gang i deres mange gode aktiviteter og tilbud for de ældre. Der er stor aktivitet rundt om i kommunen – når der ikke lige er coronakrise. Hendes opgave er først og fremmest at støtte og involvere foreninger og kommunale instanser, så de i fællesskab kan bekæmpe den tunge ensomhed, som en stor del ældre lever med. Det handler om livskvalitet for Vejles ældre. Hun arbejder tæt sammen med kommunens fællesskabskoordinatorer om opgaven. ▶



Kontakt

Sidder du i en frivillig social forening og har brug for hjælp, rådgivning, mangler ideer til aktiviteter eller information om aktuelle puljer, så kontakt frivilligkoordinator Vibeke Bundgård på telefon 24 90 67 92.

Af: Conni Damgaard

- ◀ *På grund af corona har frivilligkoordinator Vibeke Bundgård primært haft kontakt til de frivillige via skærm eller telefon, så hun glæder sig til en normal hverdag igen, hvor hun kan møde de frivillige fysisk.*

Frivillighed i en coronatid

Vibeke Bundgård havde første arbejdsdag midt i coronakrisen og har set, hvordan mange gode aktiviteter er lukket ned. For mange ældre er coronakrisen en svær tid. De må vinke farvel til deres vante aktiviteter og daglige fællesskaber. Det behøves de dog ikke, hvis det står til Vibeke Bundgård, der som noget af det første har arbejdet på sætte nye corona-egnede aktiviteter i gang og støtte foreningerne i at afholde coronasikre arrangementer på trods af vanskelighederne. Det er ekstra svært, når mange af de frivillige selv er ældre og i risikogruppen og derfor må passe på sig selv.

– Men det er lige nu, at det er vigtigt at holde modet oppe. For mennesker, der i forvejen har ensomhed som en del af livet, kan denne lange periode med social isolation være særdeles kritisk at gennemleve. Vi må tænke på nye måder at være sammen på, og der er heldigvis en del foreninger og frivillige, der allerede har fundet og iværksat nye kreative løsninger på at kunne fastholde mulighederne for at mødes. Bl.a. søger Ældre Sagen flere frivillige til deres nye ringetjeneste Telefonvenner (se nedenfor). Jeg kan kun appellere til vores medborgere om at tage skridtet og hjælpe med at få bugt med ensomhed og isolation. Kender du nogen i nabolaget eller i familien, der sidder alene, så tøv ikke med at kontakte dem på telefon. Ring til dem og hør, hvordan det går, siger frivilligkoordinatoren.

Vibeke Bundgård har også flere forslag til, hvordan foreningerne kan sætte gang i nye, sociale aktiviteter i mindre grupper eller skabe fysiske mødesteder, som inviterer ældre til, at de kan mødes på nye måder, f.eks. i digitale kaffe- og strikkeklubber eller læse- og foredragsgrupper. Der er en opgave med at få lært de ældre, der er uvant med at bruge it, de digitale muligheder. Der er i øjeblikket flere nye puljer, hvor frivillige sociale foreninger netop kan søge midler til aktiviteter, der kan hjælpe ensomme ældre ind fællesskaber. Aktuelt har Vejle Kommune afsat 250.000 kr. til at bekæmpe ensomhed (se side 2).

Bygger bro mellem foreninger og kommunen

De frivillige hilser også ansættelsen af en frivilligkoordinator velkommen:

– Det gør vores arbejde lettere, at der er kommet en frivilligkoordinator. Vejle Kommune er stor og med mange frivillige sociale foreninger, der ofte har behov for en vej ind i kommunen. Der er så meget, som vi i den frivillige og kommunale verden kan samarbejde om. Vi skal bare lige finde ud af hvordan. Derfor er vi meget tilfredse med at få en kontakt, der har som primære opgave at bygge bro, siger Else-Marie Schmidt, der er leder i Foreningernes Hus Vejle.

Selvom Vibeke Bundgård – trods corona – har haft nok at se til, glæder hun sig til, at hverdagen normaliserer sig, og hun kan komme mere rundt og tale med de frivillige:

– Så vi kan få et større samarbejde i gang. Meget af kontakten til de frivillige har indtil videre forgået via en skærm eller telefonen, så jeg glæder mig til, at vi kan mødes ansigt til ansigt. Fysiske møder og fællesskaber er klart at foretrække og kan noget særligt, lyder det fra frivilligkoordinatoren. ●

Bliv eller få en telefonven

Savner du hyggelige samtaler? Så meld dig hos Ældre Sagens Telefonvenner og giv dig selv og et andet menneske glæden ved en samtale.

Det er for dig, der ønsker en telefonven, der ringer til dig med jævne mellemrum. Og for dig, der gerne vil sprede glæde og ringe op til en, der savner selskab og en at tale med. I bestemmer selv, hvor ofte og hvor længe I har lyst til at snakke sammen.

Hvis nogen i din familie gerne vil have en telefonven, men ikke selv kan tilmelde sig, kan du sagtens gøre det for dem. Husk, at det skal være aftalt med vedkommende, at du gør det.

Sådan tilmelder du dig

Du kan tilmelde dig på www.aeldresagen.dk eller på telefon 82 82 03 00. Telefonen er åben hverdage kl. 9-15.



„Jeg er en stolt dreng“

Et rygestopforløb hos Vejle Kommune fik Jens Wind til at kvitte smøgerne efter 28 år. De sparede penge er blevet brugt til at opfylde en gammel drøm.



▲
Efter et halvt år fik Jens Wind råd til en motorcykel, da han stoppede med at ryge.

Af Marlene Grøftehaug

Når kalenderen runder den første april, sker der noget, Jens Wind næsten ikke kan vente på. Så skal han ud og hente sin motorcykel, som han købte sidste sommer.

– Huhu! Det bliver så vildt. Jeg glæder mig, lyder det med et grin fra den 43-årige mand, som bor i Jelling og arbejder hos virksomheden Campion i Vejle.

Den orange maskine med masser af hestekræfter var formentlig blevet i drømmene, hvis ikke Jens for godt et halvt år siden tog en stærk beslutning. Han ville stoppe med at ryge efter 28 år med en pakke cigaretter i baglommen. Jens har diabetes, og til samtlige kontroller har lægerne spurgt, om det ikke var på tide at stoppe med nikotinen. Men hver gang afslog han – lige indtil en forårsdag i 2020.

– Jeg var til en kontrol, hvor jeg talte med lægen om rygningen. Hun fortalte mig om rygestoptilbuddet hos Vejle Kommune, og jeg fik et nummer at ringe på. Jeg ved ikke, hvad der skete, men hun trykkede på de rigtige knapper. Når vi tidligere havde snakket om rygestop, havde jeg sagt 'glem det', siger Jens.

Sparer penge

14 dage senere mødte Jens kommunens rygestopkonsulent, Tina Kreutzer. De lagde en plan for rygestoppet, så den sidste cigaret skulle ryges inden den 1. juli. Det blev ikke noget problem, for Jens stoppede faktisk før.

– Motivationen var der, fordi jeg ønskede at blive sundere. Samtidig var cigaretterne blevet dyrere. Så jeg tænkte: Det her gider jeg ikke mere. Og så stoppede jeg fra dag til dag. Og jeg har ikke haft abstinenser siden, siger Jens, som derfor heller ikke har brugt nikotintyggegummi eller plaster til at dulme smøgtrangen.

Tina Kreutzer viste ham app'en E-kvit, hvor man kan skrive sit forbrug ind – og når man stopper, begynder den at tælle, hvor mange cigaretter, man har sparet sin krop for, og hvor mange penge man har sparet. Især det sidste blev Jens fornøjet over. For efter et halvt år kunne han se, at han havde sparet 7500 kroner, som skulle medvirke til at finansiere et motorcykelkørekort og en motorcykel.

– Tro mig. Som en jyde med begge ben på jorden er det fedt at kunne se sort på hvidt, hvor mange penge man har sparet, og som ikke længere går op i røg, siger han.

Et genialt tilbud

Jens kan ikke komme i tanker om noget, der har været svært i forløbet. Ingen udfordringer undervejs har fået ham til at tænde en cigaret.

– Det har været skræmmende let at stoppe. Men jeg tror, at havde jeg været i en presset periode af mit liv, havde det ikke været så nemt. Det er den bedste beslutning, jeg nogensinde har taget. Så ja, jeg er en stolt dreng. Og min mor er også stolt, siger han og griner. Han roser kommunens rygestoptilbud og kaldet det ligefrem 'genialt'.

– Tina Kreutzer er fantastisk. Hun gav mig et lille dunk oveni hovedet, men det gør hun kun for at hjælpe. Jeg kan kun sige til andre: Kom i gang! Det vil I ikke fortryde. ●

Få et gratis rygestoptilbud

Send en SMS til 1910 med teksten SUND NU eller ring 76 81 81 01. Så finder vi det rigtige tilbud til dig. Hvis vi ikke kan mødes fysisk på grund af corona, er det altid muligt at få telefonrådgivning.

Læs mere om vores tilbud på vejle.dk/rygestop

Gratis rygestop



„Kan jeg glæde andre, glæder jeg også mig selv“

En snak og en kop kaffe med en besøgsven er et lyspunkt for mange, der savner selskab og endnu mere aktuelt i en coronatid.

Af fællesskabskoordinator Christina Kudsk Nielsen

Foto: Gregers Kirdorff

Årets første sne er faldet, himlen er grå, det er koldt og blæsende. Det er januar, og vi befinder os i Give. Lydia Sørensen, som er besøgsven for Ældre Sagen i Give, er på vej ind til Ingelise på det ugentlige besøg.

– I foråret var det slemt, fordi det hele lukkede ned på grund af coronasituationen. Vi kunne ikke tage på besøg. I stedet gjorde jeg det, at jeg omlagde mine besøg til ugentlige telefonsamtaler, fortæller Lydia, som lige nu er besøgsven for to mennesker.

Hun har været besøgsven i syv år. Jo mere coronarestriktionerne begrænser os, jo større er behovet for, at besøgsvenner trofast holder ved, og det ved Lydia:

– Det er ikke bare det sociale behov, der er svækket – det er både en svækkelse af krop og sjæl.

Naturligt at blive besøgsven

Som tidligere SOSU-hjælper var Lydia ikke et øjeblik i tvivl om, at hun ville være besøgsven, når hun gik på pension:

– Det er en naturlig forlængelse af arbejdslivet, fortæller hun og fortsætter med et smil. Og så kan jeg jo selv bestemme mine arbejdstider.

Lydia holder meget af at tale med mennesker og oplever, at hun gør en markant forskel for de mennesker, som hun besøger. Igennem sit arbejdsliv har hun set især mange ældre men-

nesker være ensomme, og det synes hun ikke er værdigt. Som besøgsven oplever hun, at ved at sidde og lytte ofte over en kop kaffe giver hun dem livskvalitet:

– Der er så mange ensomme mennesker, hvor det opleves som et stort lyspunkt i tilværelsen, når besøgsvennen kommer til en snak og en kop kaffe. Jeg kan kun sige, at jeg er utrolig glad for at være besøgsven, og det vil jeg ikke være foruden. Det er utrolig meningsfuldt.

Kemien bliver afstemt

Det kan være svært at tage imod og bede om at få en besøgsven. Sådan var det også for Lydias besøgsven Ingelise. Hun mente ikke, hun havde det behov, men blev opfordret til at give det en chance. Ingelise kunne jo altid sige fra, hvis hun ikke syntes, der var god kemi mellem hende og besøgsvennen.

I dag er Ingelise meget glad for, at hun sagde ja til at give det en chance:

– Jeg betragter slet ikke Lydia som min besøgsven, men som en god veninde, fortæller Ingelise. ■

Vil du være besøgsven?

Selvom besøgstjenesterne først matcher besøgsvenner og værter, når corona tillader det, giver det god mening at melde sig. Der er omkring 11 besøgstjenester i Vejle Kommune. Du kan finde dem på www.aktivsammen.vejle.dk eller ringe til en fællesskabskoordinator, hvis du vil vide mere, telefon 51 84 10 36.



Ved du,

At søvnens vigtigste opgave er at vedligeholde hjernen? At mangel på søvn kan føre til nedsat hukommelse og svækket reaktionsevne? Og at langvarig dårlig eller manglende søvn udgør en øget risiko for senere at udvikle demenssygdomme? I Velfærdsmagasinet sætter vi fokus på gode råd og hjælpemidler – denne gang får du gode råd om søvn.

Sov godt

Søvn er nødvendig for vores overlevelse, da kroppen genopbygger celler, muskler, knogler og væv, mens du sover. Søvn forbedrer immunforsvaret, udrenser affaldsstoffer bl.a. i hjernen og påvirker funktioner som koncentration, hukommelse og indlæring. En god søvn er derfor lige så vigtig for din generelle sundhed som sund kost og motion.

Har du svært ved at falde i søvn? Vågner du tidligt og føler dig ikke udhvilet? Eller vågner du mange gange i løbet af natten? Så er du ikke alene. Næsten 46 % af alle danskere lider i perioder af søvnbesvær. Forbigående søvnproblemer er helt almindeligt. Stort set alle oplever at sove dårligt en nat eller i et par uger. Det kan der være mange helt naturlige grunde til. F.eks. er vores hjerner designet til at vågne et antal gang om natten. Det kan også være toiletbesøg, som forstyrrer søvnen – eller sygdom, stress, bekymringer, sorg mv. Ofte ven-

der søvnen tilbage til af sig selv, men for nogle mennesker kan søvnproblemer være langvarige, og så kan man have brug for en snak med sin læge.

Det er vigtigt at kende sit eget søvnbehov. Der er stor forskel på, hvor meget vi har brug for at sove. Det gennemsnitlige søvnbehov for voksne er 7-8 timer og for ældre ca. 6-7 timer. Man siger generelt, at hvis du føler dig udhvilet og fungerer fint, får du tilstrækkeligt med søvn.

Gode råd til en god og sund søvn

- Sæt samme tid af til søvn hver nat: 6-8 timer afhængigt af dit søvnbehov.
- Stå op på samme tid hver dag, også i weekenderne. Sover du en time til middag, skærer du en time af nattesøvnen og går senere i seng. ▶



Kontakt

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

De kan også svare på spørgsmål til produkterne i denne artikel.

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.

- Sørg for at være både fysisk og mental aktiv hver dag. Gåture, avislæsning eller kortspil med vennerne kan fremme en god søvn. Du skal dog ikke dyrke intensiv motion før sengetid.

I løbet af aftenen

- Undgå koffeinholdige drikke efter kl. 16, da koffein virker opkvikkende. Hold også igen med alkohol og rygning.
- Skriv dine bekymringer ned i løbet af aftenen, hvis tankemylder betyder, at du har svært ved at sove. Så undgår du at tage bekymringerne med i seng.
- Gå ikke sulten i seng, men spar på mad og drikkevarer lige før sengetid.

Inden du skal i seng

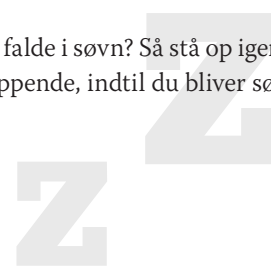
- Giv dig selv tid til at slappe af i mindst en time, inden du går i seng. Lyt til stille musik, læs i en bog eller tag et varmt bad. Det kan også hjælpe at dæmpe lyset sidst på aftenen. Undgå lys fra tablet, telefon og fjernsyn en time, inden du går i seng. De udsender et blåt lys, der hæmmer produktionen af melatonin, som er det hormon, der hjælper kroppen med at falde i søvn.
- Sørg for at have et fast godnat-ritual, som får dig ned i tempo. Så ved kroppen, at nu skal den sove.

Når du går i seng

- Sørg for et godt sove miljø: En god seng og et køligt, mørkt og stille soveværelse. Brug ørepropper

og sovemaske eller sæt mørklægningsgardiner op, hvis du er generet af lyd og lys.

- Lav en simpel afslapningsøvelse, hvis du har uro i kroppen: Læg dig ned, spænd musklerne for så at give slip og slappe af igen. Gentag øvelsen et par gange. Eller brug en simpel vejtrækningsøvelse: Tæl til 4, mens du ånder roligt ind, Hold vejret, mens du tæller til 4. Ånd roligt ud, mens du tæller til 4. Hold atter vejret, mens du tæller til 4. Gentag, så mange gange, som du har brug for.
- Kan du stadig ikke falde i søvn? Så stå op igen og lav noget rart og afslappende, indtil du bliver søvnig. 



Hjælpemidler til en bedre søvn

Der findes forskellige dyner, som kan hjælpe til en bedre søvn, bl.a. tyngdedyner.

Tyngdedyner er tunge dyner, som lægger sig tæt om kroppen og kan virke beroligende og afslappende. Tyngdedyner findes i forskellige vægtklasser og med forskelligt fyld. De tyngdedyner, der findes i butikker og på nettet, indeholder oftest glaskugler. Du kan købe tyngdedyner i almindelige butikker og på internettet. De fås fra 500 kr. Du bør ikke bruge en tyngdedyne, hvis du har sygdomme i åndedrætssystemet eller ikke selv er i stand til at tage dynen af.

Har du mere omfattende søvnproblemer, f.eks. hvis du vågner flere gange om natten eller har stor motorisk eller psykisk uro, kan kugledynen være en hjælp.

Kugledynen er et sansestimulerende hjælpemiddel, som bl.a. stimulerer muskelledsansen og giver dybere og mere punktvis tryk. Når du bevæger dig under dynen, flytter kuglerne på sig, hvilket ændrer trykket let og giver nye sanseinput til hjernen. Kugledynen kan øge kropsfornemmelsen, virke beroligende og give en dybere og mere uforstyrret søvn. En kugledyne kan købes i specialbutikker og koster mellem 4.000-7.000 kr.

Gode råd og vejledning

Få vejledning om søvn

Er du over 65 år? Få en samtale med en sundhedsvejleder ved de forebyggende hjemmebesøg, og hør hvad du kan gøre for at få en bedre søvn. Tlf. 76 81 80 96. Telefонтid: mandag-torsdag 8.30-10.00.

Søvnkursus

Recovery College har et søvnkursus med få deltagere for borgere med psykiske og sociale udfordringer. Interesseret? Læs mere på recoverycollege.vejle.dk eller ring til tlf. 76 81 91 50.



Vaccination mod corona

Et lille stik med stor betydning

Den 30. december begyndte de historiske vaccinationer mod corona i Vejle Kommune. De første stik gik til ergoterapeut Louise Madsen og plejehjemsbeboer Inge Hansen. Den 8. januar havde alle de beboere, der havde takket ja til en vaccine, modtaget første runde af vaccinen.

Mens mange af os sad derhjemme med god mad og julehygge i dagene mellem jul og nytår, herskede der stor travlhed på Vejles plejecentre. Oprindeligt fik Vejle Kommune besked om, at beboerne på fire plejecentre skulle vaccineres på årets to sidste dage. Men pludselig var der mere vaccine til Vejle, og det betød, at ledere, medarbejdere og de læger, der er tilknyttet Vejles plejecentre, fik travlt med at planlægge og organisere vaccinationen, så intet af den dyrebare vaccine gik til spilde.

Telefonlister sikrede, at der altid var nogen at ringe til, som kunne komme og få vaccinen, hvis der var udsigt til, at der var vaccine i overskud. Vaccinen er nemlig så sart, at den ikke kan fragtes rundt, men skal bruges på stedet og med det samme. Det betød, at beboerne på i alt 11 plejecentre, næsten 500 beboere, allerede 3. januar var vaccineret. De medarbejdere, der var på arbejde, da beboerne blev vaccineret, cirka 250 ansatte, fik også vaccinen tilbudt.

Onsdag den 6. januar var der igen vaccine til Vejle, og beboere på de sidste 10 plejecentre i kommunen fik deres første vaccine. Fredag den 8. januar var første runde af vaccinationerne på kommunens plejecentre gennemført. Andet stik blev givet 3-6 uger efter det første stik.

Det er frivilligt, om man vil modtage vaccinen. Det gælder både beboere og ansatte. Alle kan sige nej tak, hvilket næsten ingen har gjort på Vejles plejecentre. Langt over 90 procent af beboerne takkede ja til vaccinen.

Vaccinationsrækkefølge

Da alle plejehjemsbeboere havde fået første stik, var Vejle Kommune klar til næste skridt for at udbrede vaccinen mod corona, og gruppen af +65-årige, der modtog hjemmehjælp og personlig pleje, ca. 870 i alt, blev tilbudt en vaccine.

I startfasen er det kun muligt for et mindre antal borgere at blive vaccineret, da antallet af vacciner er begrænset. Det er ▶

Ældrerådet

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

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

◀ *Den første vaccine ankommer til Plejecenter Kastaniehaven i Give den 30. december 2020.*

Sundhedsstyrelsen, der fastlægger rækkefølgen for, hvem der får tilbudt vaccinen hvornår.

Sundhedsstyrelsen understreger, at alle får besked, når det er deres tur til at få tilbudt en vaccine. De opfordrer derfor til, at man lader være med at ringe til lægen eller til sygehuset for at få en tid.

Når det er din tur til at få vaccinationen, får du besked i e-Boks eller pr. brev, hvis du er fritaget for digital post. Først når du har fået besked, kan du bestille tid på Sundhedsstyrelsens hjemmeside www.vacciner.dk

Du skal bruge NemID til at bestille tid. Har du ikke et NemID, kan du bestille tid til vaccination ved at ringe til Region Syddanmark, telefon 99 44 07 17 alle dage inkl. weekend og helligdage kl. 9-15.

Inge Hansen fra Plejecenter Kastaniehaven var den første plejehjemsbeboer i Vejle Kommune, der fik vaccinen mod corona.



▲
Ergoterapeut Louise Madsen var den første ansatte, der fik vaccinen. Fotos: Ludvig Dittmann.

Fra første stik til sidste

De første vacciner blev givet på Plejecenter Kastaniehaven i Give onsdag den 30. december. Det allerførste stik gik til ergoterapeut Louise Madsen onsdag morgen klokken 08.54, og sprøjten blev ført af læge Jonas Kromann-Larsen fra Lægehuset i Give.

Louise Madsen glædede sig over, at vaccinationerne nu er i gang, men forudser, at der stadig går noget tid, inden den corona-fri hverdag for alvor kan vende tilbage. Den første beboer på Kastaniehaven, Inge Hansen, blev vaccineret kl. 9.20.

På alle plejecentre så både beboere og personale frem til vaccinationen, og begivenheden blev fejret alle steder med alt fra guleærter og en lille skarp, brunch til klavermusik, flag og balloner.

De sidste stik i første vaccinationsrunde blev givet på Plejecenter Hovergården i Vejle. Det gik til 96-årige Jens Lindhard Kejser Christensen, der flyttede ind på Hovergården i 2020 sammen med sin hustru Inga gennem 71 år. Inga blev vaccineret umiddelbart før sin mand. ■

Vaccinationscentret i Vejle

I Vejle ligger vaccinationscentret på Dofovej 2B – lige om hjørnet fra testcentret på Tysklandsvej.

Anna Marie Bjorholm Dahl, tlf. 21 19 74 39, Anny Gosvig, tlf. 60 61 65 23, Bent Illum Eskesen, tlf. 20 85 59 95, Bodil Sørensen, mobil 23 95 54 24, Connie Axel, tlf. 20 83 50 90, Dorte Rørbye, mobil 22 36 94 48, Erik M. Andersen, mobil 40 46 16 52, Inge Merete Kristiansen, tlf. 23 62 66 14, Inge Nordheim, mobil 30 73 00 71, Marie Schouenborg, mobil 40 34 66 25, Povl Tiedemann, mobil 40 21 64 72, Hans Erik Pedersen, mobil 41 81 55 00.

Tema: Kong Gauers Gård



Gevinsterne kommer til at gå begge veje

Når Kong Gauers Gård slår dørene op, vil Helge på 90 år og Freja på fire møde hinanden i deres hverdag. Målet med plejecenter og børnehave på samme grund er at integrere generationerne og folde livskvaliteten helt ud for både unge og ældre.

Jorden er endnu brun og bar på den udstykning, hvor Vejle Kommunes nye banebrydende fællesinstitution med plejecenter og daginstitution skal ligge i Gauerslund.

Den lille landsby sydøst for Vejle har kirken, skolen og hallen som sine kraftcentre og lige her – nærmest midt i mellem – skal den nye institution ligge. Uden at bruge bilen kan man let komme fra børnehave til skole og plejecenter og den modsatte vej. Og med lidt god forestillingsevne er det ikke svært at få billeder på nethinden af glade børn og milde ældre i et positivt samspil med hinanden.

Om to år åbner fællesinstitutionen Kong Gauers Gård med plejecenter og daginstitution, og det glæder seniorchef Helle Brinch sig meget over:

– Det er et ambitiøst projekt, hvor man vil mere end blot at bygge to institutioner på den samme grund. Det handler om at skabe et fællesskab, hvor der er naturlige møder mellem generationerne, og hvor arkitekturen og de daglige aktiviteter understøtter fællesskabet. Det er enormt spændende, siger hun og nævner, at arkitekterne har arbejdet efter 'strømpedefodsprincippet', som betyder, at der skal være let adgang mellem daginstitution og plejeboliger, så man kan komme tørskoet og nemt på besøg hos hinanden.

Set med Helle Brinchs briller er gevinsterne ved det nytænkende projekt til at få øje på: ▶

Af: Marlene Grøftehaug

Foto: Nils Rosenvold

– Først og fremmest bliver institutionen ramme om nogle fællesskaber, som skaber livsglæde og livslyst hos begge målgrupper. Børn, som er vant til at skulle have hjælp til for eksempel at binde snørebånd, vil opleve, at de kan hjælpe et ældre menneske med at hælde vand op. Børnene bliver set, og de lærer at udsætte deres egne behov, fordi en anden måske har et mere akut behov i en given situation, siger Helle Brinch. Hun forudser, at der vil opstå nogle skønne venskaber mellem børn og ældre – også selv om de ældre kan være svækkede eller måske demente. Hun er dog godt klar over, at venskaberne kan slutte naturligt, før barnet ønsker det.

– Børnene vil komme tæt på døden, fordi de ældre falder bort. Det har vi drøftet, men vi er enige om, at det kan børn godt tåle at opleve. De lærer, at døden er en naturlig del af livet – der skal bare være plads til en sorgproces bagefter.

Vigtigt at grine og lege

Ensomhed og depression er et stort problem blandt ældre i Danmark. Men når man bor helt tæt på en flok glade børn og oplever deres livsglæde, vil det modvirke depression og de negative konsekvenser af den, mener Helle Brinch:

– Det er tanken, at børn og ældre skal synge, spise og bevæge sig sammen. Man kan godt tage en sørøverhat på hovedet og lave sjov med børn, selv om man sidder i kørestol. Det er vigtigt at grine, lege og slippe sig selv fri, siger Helle Brinch, som også håber på, at de ældres appetit bliver større i samværet med krudtuglerne.

Vejle Kommune har gode erfaringer med at lade børn i børnehave- og skolealderen besøge ældre på plejecentrene. Børnene læser op for de ældre som såkaldte 'læsevenner' eller går lucia-optog for dem til jul. For blot at nævne et par eksempler. Men med Kong Gauers Gård behøver ingen fragte sig fra sted til sted for at dyrke fællesskaber – man vil i ste-

det befinde sig på den samme matrikel til daglig. De ældre får hver deres private lejlighed med tilhørende terrasse, og Helle Brinch påpeger, at der skal være respekt om deres privatliv og behov for ro og afskærmning.

– Det handler om at have respekt for hinanden. Nogle ældre vil i perioder have behov for ro og afskærmning. Og nogle børn vil ikke nødvendigvis have lyst til at være sammen med ældre. Man kan deltage i fællesskabet, hvis man har lyst, og der er mange måder at deltage på. De ældre vil for eksempel også kunne være med på afstand, hvor de kan sidde på deres terrasse og følge med i livet på legepladsen. Vi laver ingen høje hække, der spærrer udsynet, fortæller Helle Brinch, der påpeger, at den gode synergi mellem grupperne ikke kommer til at ske af sig selv. Den skal indarbejdes i organisationen fra ledelse til medarbejder.

– Vi er ikke færdige med at finde ud af, hvordan organisationen skal fungere. Der skal noget nytænkning til, så gevinsterne for både ældre og yngre kommer til at kunne mærkes rigtigt. ■



Helle Brinch, seniorchef i Vejle Kommune, glæder sig over det ambitiøse byggeri, som Kong Gauers Gård udgør. Mange idéer til indretningen er i spil både ude og inde – for eksempel er der tale om bålhytte, køkkenhaver, frugtland, orangeri, fiskesø og dyreholdet på det fælles areal i det fri. ▼

Derfor skal institutionen ligge i Gauerslund

Den lille landsby sydøst for Vejle kommer på Danmarkskortet, når Vejle Kommune som den første i Danmark åbner en institution, hvor plejecenter og daginstitution er bygget sammen. Prognoser har vist, at der kommer til at mangle plejeboliger i Børkopområdet, hvor Gauerslund ligger. Samtidig er Gauerslund i vækst og tiltrækker mange børnefamilier, som bygger deres eget hus. Og der i dag ingen børnehaver i Gauerslund – man skal til Børkop eller Brejning for at få sit barn passet.





Tema: Kong Gauers Gård

Fremtidens fællesskab bliver bygget i Gauerslund

Om et par år åbner Danmarks første integrerede plejecenter og daginstitution 'Kong Gauers Gård' – spækket med muligheder for berigende fællesskaber og aktivitet både inde og ude. Byggeriet er bæredygtigt på flere måder.

Kan børn gå i børnehave på et plejehjem? Kan plejehjemsbeboere leve med små børn tæt på i deres hverdag? Hvis man spørger Vejle Kommune, er svaret på de spørgsmål et rungende JA. Og når Ketty Christiansen fortæller om den kommende fællesinstitution med plejecenter og daginstitution i Gauerslund, spærrer folk også øjnene op. Det er da heller ikke svært at blive imponeret over det spændende, nytænkende byggeri, som skal stå klar i foråret 2023.

– Jeg har hørt flere sige, at de vil flytte til Gauerslund. Det kan jeg også godt forstå. Det er fællesskabet, der trækker, siger Ketty Christiansen, som er bygherrerepræsentant i Vejle Kommune.

Byggeriet, som skal placeres på en 78.000 kvm stor grund ved siden af kirken i Gauerslund, bliver arkitektonisk smukt med materialer som træ, tegl, stål og sedum (også kaldet 'grønt tag'). Der bliver en afdeling med lejligheder til plejehjemsbe-

boerne, en afdeling med plads til vuggestue- og børnehavebørn og i midt i det hele – institutionens store bankende hjerte – i form af et fællesareal, hvor mulighederne for aktivitet og fællesskab er nærmest uanede:

– Der bliver en sal, hvor man kan for eksempel se film og lave gymnastik, en beauty-salon, hvor de ældre kan få ordnet hår og børnene lege frisør samt et pædagogisk køkken, hvor børn og ældre sammen kan bage boller og bage dem. For bare at nævne nogle af de aktiviteter, vi har tænkt på, fortæller Ketty Christiansen, som ser frem til, at en kommende ledelse vil fylde rammerne ud med idérigdom og åbent sind.

Regnvandet ender i en sø

Fem arkitektfirmaer fik til opgave at give deres bud på fremtidens institution, hvor FN's verdensmål er tænkt ind på forskellige måder. Det blev Årstidernes Arkitekter og Sweco, som vandt konkurrencen og har sat stregerne til det nytænkende hus i Gauerslund. Her er bæredygtige materialer i byggeriet og bæredygtighed i udeområdet prioriteret højt. Det viser sig blandt andet i form af et regnvandsanlæg, som samler regnvandet op og kan bruges til at vande haven med om sommeren – og hvor det resterende vand løber ned i en klimasø med naturligt liv i form af små dyr i vandet. ►

Af: Marlene Grøftehaug

Foto: Nils Rosenvold

Institutionen kommer til at ligge som nabo til kirken i Gauerslund. Der bliver etableret en underjordisk tunnel, så gående og cyklende kan komme sikkert over vejen og hen til Fælleshåbsskolen og hallen på den anden side af vejen.



– Området ved klimasøen er tænkt som et samlingspunkt, hvor også børnene fra skolen kan komme ned og have biologitimer. Der bliver borde, bænke og vilde blomster, som tiltrækker humlebier og skaber liv. Og så sparer vi en stor udgift til at grave et stort regnvandsrør ned under vejen, fortæller Ketty Christiansen, der også får opfyldt verdensmålet om et bæredygtigt lokalsamfundet gennem byggeriet.

– Vi inviterer borgerne indenfor på mange måder. Det er tanken, at alle i Gauerslund skal kunne bruge legepladsen, løbestierne og søen, besøge mini-dyrehaven og orangeriet og bruge fællesrummet til fællesspisning eller bio-aften. På den måde bliver institutionen en del af et stærkt lokalsamfund med plads til og respekt for alle, siger Ketty Christiansen, som på nuværende tidspunkt ikke ved, om Kong Gauers Gård bliver åben for alle hele døgnet eller kun efter børnehavens lukketid om eftermiddagen.

Inspireret af områdets gårde

Byggeriets arkitektur er inspireret af de gamle gårde og gårdmiljøer i Gauerslund. Bygningerne bliver derfor bygget i stil med en trelænget gård, og bogrupperne for de ældre bliver placeret omkring det fælles aktivitetscenter – som var det en gårdsplads fyldt med liv som på gårdene i gamle dage.



– Firmaet vandt konkurrencen på deres idé om at bygge i gammel gårdstil, og at det er bygget op i træ. Begge dele faldt vi for, siger Ketty Christiansen, som tilføjer, at der samtidig bliver arbejdet med farver og piktogrammer i indretningen. Det skal hjælpe både unge og ældre med at finde vej rundt i området i hverdagen.

Indeklimaet er der også stor fokus på det gode indeklima med rum, hvor det er behageligt at opholde sig. Det vil blandt andet sige, at vinduerne i fællesarealet åbner automatisk, når temperaturen overstiger 25 grader. Og samtidig bliver der lavet nogle træ-overdækninger uden for vinduerne, som sørger for at afskærme solens skarpe stråler delvist.

Ketty Christiansen ser frem til at åbne Kong Gauers Gård og at se det få liv og form, når medarbejdere, beboere og børn rykker ind.

– Vi har forsøgt at skabe synergi mellem generationer, og jeg glæder mig til at se, hvordan de kommende medarbejdere kommer til at bruge og løfte huset, siger hun. ●



◀ *Ketty Christiansen har været med i processen med den nytænkende fællesinstitution fra første idé. Hun glæder sig over byggeriets store potentiale på mange led. Hun er fotograferet på grunden i Gauerslund.*

Tema: Kong Gauers Gård



Frivilligrådet

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

Hvem kan få mad fra kommunen, og hvordan fungerer ordningen?

Vejle Kommune har haft udbud på madservice og har besluttet at fortsætte med Det Danske Madhus som leverandør af mad fra 1. februar 2021 og i de næste fire år.

Du kan få mad fra kommunen, hvis du har et varigt behov og ikke selv kan lave varm mad. Du har to valgmuligheder: Mad fra Det Danske Madhus eller et fritvalgsbevis, så du kan købe maden, hvor du har lyst. Du kan også bruge kommunens cafeer. Du kan blive bevilliget mad i en midlertidig, kortere periode, f.eks. hvis du har brug for særlig kost under eller efter et stråle- eller kemoforløb, tyggevenligt kost eller lign.

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.

Leverandøren, du laver aftale med, skal leve op til de krav, kommunen stiller.

Er du ikke berettiget til mad, kan du kontakte Myndighedsafdelingen, som kan fortælle om de muligheder, der ellers er for mad. De kan også vurdere, om et rehabiliterende forløb måske kan hjælpe dig, så du stadig helt eller delvis kan tilberede et måltid mad. Du kan også få information om f.eks. køb af færdigretter i nærmest dagligvareforretning eller indkøbsordninger. Det Danske Madhus sælger og leverer også til dig, selvom du ikke kan få madservice gennem kommunen. 



Kontakt

Kontakt Myndighedsafdelingen på tlf. 76 81 80 82 eller Det Danske Madhus på tlf. 70 70 26 46 for mere information.

Den gode dialog er vejen frem

Kontakt os gerne, hvis der er forhold, som undrer dig. Læs om dine forskellige kontaktmuligheder.

Når et samarbejde skal fungere, er dialog med og tilbagemeldinger fra borgere og pårørende vigtig, og det er noget vi hele tiden arbejder på at blive bedre til og bruger til at udvikle vores tilbud på velfærdsområdet. Det er også vigtigt at afstemme forventninger, da vi alle er forskellige, bor forskelligt – og ikke mindst har forskellige opfattelser og måder at løse opgaver på.

Så er der forhold, du undrer dig over, f.eks. kvaliteten af din eller din pårørendes pleje i eget hjem, på et plejecenter eller et bosted, rengøringen eller lign., vil vi gerne, at du kontakter os, så vi har mulighed for at svare dig og evt. mulighed for at rette op på forholdene, hvis dette er nødvendigt.

Derfor vil vi gerne tydeliggøre, hvordan du skal gebærde dig. Allerstørst bør du

kontakte det nærmeste personale eller lederen. Hvis du ikke bryder dig om dette eller ikke synes, at du får de svar, du ønsker, kan du kontakte den pågældende fagchef eller direktøren for området. Du finder kontaktoplysninger på vejle.dk eller ved at ringe til telefon 76 81 00 00. I Vejle Kommune er der også en borgerguide, der altid er klar til at hjælpe dig med kontakten til rette myndighed eller medarbejder. Telefon 76 81 09 99, telefontid mandag-onsdag kl. 12-14 og torsdag kl. 12-15.

Når vi modtager en henvendelse, afdækker vi typisk sagen sammen med Myndighedsafdelingen, som bevilliger hjælpen, og personalet, inden du får et svar.

Der er også de mere formelle klagemuligheder. Hvis du vil klage, f.eks. over tildeling af din hjemmehjælp, skal du klage til Myndighedsafdelingen (se kontaktinformation på side 19). De vurderer så, om de fastholder eller ændrer afgørelsen, og du får skriftligt svar senest efter fire uger. Hvis de holder fast i afgørelsen, sendes din klage videre til Ankestyrelsen. Hvis du vil klage over leverandøren af hjemmehjælp, skal du selv kontakte din leverandør. 

Nyt fra kommunen



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, velfærdsteknologiguiderne, syns- og teknologiske hjælpemidler og handicappede.

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

Tlf. 76 81 80 81, telefontid kl. 8.30-11.00

Mail: myndighedsafdelingen@vejle.dk

www.vejle.dk/hjaelpemidler

Kontakt til områdekantoret

Kontakt områdekantoret, hvis du vil deltage i aktiviteter, har pårørende på et plejecenter eller får hjemme-hjælp og har valgt Vejle Kommune som leverandør.

Område Nord, Sofievej 2-4, 7100 Vejle

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

www.omraadenord.vejle.dk

Område Øst, Gulkrog 9, 7100 Vejle

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

www.omraadeost.vejle.dk

Område Vest, Teglgårdsvej 15, 3. sal, 7100 Vejle

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

www.omraadevest.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 besøg kommunens Kvikservice.

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

Helbredstillæg, 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

Den Mobile Borgerservice kører ikke lige nu pga. Corona-restriktionerne.

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-torsdag 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



Pigen fra Egtved – Bronzealderikon i 100 år

I februar 2021 er det præcis 100 år siden, Egtvedpigen blev fundet en iskold vinterdag i resterne af en stor bronzealdergravhøj på Egtved Holt. Vejlemuseerne fejrer jubilæumsåret med en stor, ny særudstilling på Kulturmuseet og masser af aktiviteter i Egtved.

26. marts 2021 slår Kulturmuseet dørene op til særudstillingen **Pigen fra Egtved – Bronzealderikon i 100 år**.

Publikum kan glæde sig til en spændende udstilling med en række dramatiske øjebliksbilleder fra både 1370 f.Kr. og 1921. Øjebliksbillederne danner rammen for fortællingen om Egtvedpigen, hendes samtid og den fascinerende udgravning for hundrede år siden.

Tæt på den unge bronzealderkvinde

Egtvedpigen blev udgravet med moderne videnskabelige metoder, og gennem de første 100 års forskning er der indsamlet en enorm viden om hende.

Nye brikker bliver hele tiden føjet til puslespillet og bringer os lidt tættere på den unge bronzealderkvinde. Hun er som os og alligevel så forskellig. Derfor er hun stadig relevant og vedkommende 3390 år efter hendes alt for tidlige død.

Forankring i Egtved

Egtvedpigen er en del af vores fælles historie, og vi vil gerne have så mange som muligt med til at fejre 100-års jubilæet for fundet.

Vejlemuseerne samarbejder med foreningen Egtvedpigens Venner og Egtved Museumsforening om foredrag og jubilæumsarrangementer. Egtvedpigen er hjertet af den nuværende Egtved by, og derfor er vi glade for et tæt samarbejde med lokalområdet. ●

Læs mere om udstillingen på vejlemuseerne.dk/pigen-fra-egtved

Tilmeld dig nyhedsbrevet på vejlemuseerne.dk/nyhedsbrev for at få besked, så snart vi åbner for tilmelding til foredrag og andre spændende arrangementer

*Foto: Roberto Fortuna,
Nationalmuseet*



Kulturmuseet

Spinderigade 11, Vejle
Åbent: Tirsdag-søndag
kl. 10.00-17.00
Altid gratis adgang