

60+

NR. 1 · MAJ 2026 · 22. ÅRGANG

– et blad for seniorer i Albertslund



UDGIVET AF ÆLDRE RÅDET I ALBERTSLUND



60+

Foto og illustrationer:

Foto: Forside: Lise Buchardt

Forsiden:

Ældrerådets medlemmer:

Produktion:

Jungersen Grafisk ApS

Holsbjergvej 39

2620 Albertslund

FSC®-certificeret

ISO 14001 miljøcertificeret

Ældrerådets medlemmer:

Else Dahl Morthorst, formand

Joan Stubtoft, næstformand

Alice Hasselgren

Annemarie Wandt

Bente Bang Clausen

Claes Solborg Pedersen

Dorte Christiansen

Karin Helle Kornberg

Lars Messell

Palle Ortmann

Per Kjærgaard

Redaktion af 60+ bladet:

Else Dahl Morthorst (ansv.)

else@morthorst.net

Tlf: 3162 2097

Annemarie Wandt

wandt@mail.dk

Bente Bang Clausen

bentebangclausen@gmail.com

Dorte Christiansen

dorte.chr57@gmail.com

Lars Messell

lokomohinken@hotmail.com

Per Kjærgaard

Per.kjaergaard@yahoo.com

Deadline:

for det følgende blad:

1. september 2026.

Bladet omdeles i november



FSC
www.fsc.org

MIX

Papir | Støtter
ansvarligt skovbrug
FSC® C109833



Indhold

Formanden har ordet	3
Så er vi igang!	4
Præsentation af ældrerådet	5
Frivilligcenter Albertslund	6
Gå på opdagelse i Albertslunds fællesskaber	7
Velkommen til ny formand for Ældre- og Sundhedsudvalget	8
Et givende og varmt samarbejde gennem 5 år	9
Hvad er et Akut-team	12
Ældrerådets synlighed	13
Sundhedsreform	14
Bedre adgang til busstoppestederne i Albertslund	15
Pensionistklubber i Albertslund	16

Ældrerådets adresse er:

Damgårdshave, Damgårdsvej 12, 2620 Albertslund

Hjemmeside: www.aeldreraadetalbertslund.dk

Du kan kontakte Ældrerådet på aeldreraadetalbertslund@gmail.com
eller via formand Else Dahl Morthorst – tlf.: 3162 2097
eller e-mail: else@morthorst.net

Du kan læse mere om ældrerådet på hjemmesiden, hvor du også
finder dato for de planlagte Ældrerådsmøder.

Vi har som Ældreråd en oplysningspligt

Kommunale Ældreråd skal som folkevalgt myndighed tale de ældres sag over for kommunen. Vi har i den forbindelse oplysningspligt til borgere over 60 år.

Ældrerådet i Albertslund varetager denne oplysningspligt ved at udgive 60+.

Blå sider:
*Information fra Albertslund
Kommune*

Grå sider:
Information fra Ældrerådet

Hvide sider:
Artikler om bladets eventuelle tema og andre emner.

Formanden har ordet:

Kære læser

Så er det nye ældreråd i gang. Der skal lyde et stort velkommen til alle – ikke mindst de syv nye medlemmer!



Vi havde konstituerende møde tilbage i december 2025, hvor jeg blev valgt som formand og Joan Stubtoft blev valgt som næstformand. Til konstitueringsmødet var både de valgte medlemmer og suppleanter inviteret med.

Vi holdt vores første møde med de 11 nye medlemmer den 5. januar. Annemarie Wandt skriver nærmere om det i sit indlæg ”Så er vi i gang” – hvor hun også nævner de arbejdsgrupper, vi har nedsat.

Arbejdsgrupperne gør det muligt at grave dybere ned i særlige emner. Det kan vi have svært ved at nå på de ordinære møder. Her vil vi til gengæld hver gang have ældreloven på dagsordenen, så vi bliver klogere på den og den måde, den fungerer på her i Albertslund.

Vi skal også følge Sundhedsloven og ikke mindst de nye Sundhedsråd, som er sammensat af regionspolitikere og kommunale repræsentanter for de 9 kommuner, der hører under Sundhedsråd Amager og Vestegnen. Albertslunds repræsentant er borgmester Lars Gravgaard Hansen.

Vi er gået sammen i et netværk med ældre- og seniorrådene i de 9 kommuner, der hører under Sundhedsråd Amager og Vestegnen for at kunne drøfte de sundhedspolitiske emner og for at forsøge at blive repræsenteret i de patient- og pårørendeudvalg, der skal nedsættes, for at få borgerperspektiver med ind i beslutningerne. Vi synes, det er vigtigt, at de ældres stemmer høres i den sammenhæng. Så der er opgaver nok at tage fat på – men det nye ældreråd har både lyst, mod og kompetencer til at tage fat på opgaverne.

Ældrerådets synlighed er ét af de punkter, der skal arbejdes grundigt med. Vi måtte jo desværre konstatere, at mange ikke stemte til ældrerådet bl.a. fordi de ikke vidste nok om, hvad et ældreråd er og hvad vi arbejder med.

Vi synes jo selv, vi har arbejdet meget med Ældrerådets synlighed i de seneste fire år – men jo indlysende ikke nok. Men hvad kan vi gøre mere? – Det ville være rart at få nogle gode input fra jer, der nu sidder med bladet 60+. Skriv eller ring til os, hvis du har gode ideer, gerne vil have os ud og fortælle om ældrerådet eller andet.

Du kan skrive til aeldreraad@albertslund@gmail.com – eller kontakte mig, på else@morthorst.net eller mobil 3162 2097.

Else Dahl Morthorst
Formand for Ældrerådet

Så er vi i gang!

Af Annemarie Wandt – medlem af ældrerådet

Som nyvalgt medlem af Ældrerådet var det en fornøjelse at mødes med alle ”kollegerne” til konstitueringsmøde på Rådhuset den 10. dec. 2025!

Vi blev overordentligt godt modtaget - og fik dels rig mulighed for at fortælle om vore private og professionelle liv og ønsker for det kommende arbejde og samarbejde – dels blev vi briefet om alt vedr. organisationen – herunder vedtægter, forretningsorden m.m. Vi valgte formand (Else Dahl Morthorst) og næstformand (Joan Stubtoft) – og de to havde på forhånd produceret et meget omfattende informationsmateriale med utrolig meget relevant viden. Det var dejligt at blive mødt så hjerteligt – dels på det personlige plan (vi er 7 nye medlemmer) – dels ved at se, hvor professionelt, der arbejdes! Standarden er høj, der er store forventninger til os – til vores engagement og arbejdsindsats!

Hvilke emner/ temaer skal vi så arbejde med i den kommende periode?

På vores første formelle møde den 5. januar 2026 var der gjort plads til en meget seriøs proces - hvor vi alle sammen – hver for sig – reflekterede over, hvad vi hver især så som de vigtigste indsatsområder. Vi nedskrev vore ideer og tanker på labels og fremlagde det derefter for hele gruppen. Efter denne proces blev vi enige om at arbejde videre med flg. overordnede emner:

1. Synlighed - 2. Trafik -3. Ældreloven – herunder forebyggelse og ensomhed – 4. Ældreområdet økonomi

1. Synlighed. Vi skal sørge for at være i dialog med borgerne og øge kendskabet til Ældrerådets arbejde. Vi skal sikre tilstrækkelig information og styrke synligheden. Ex. via 60+-bladet, hjemmesiden og offentlige møder. Men også tænke i sociale medier – ex. Facebook, m.m.

2. Trafik. Vi ønsker bedre transportforhold og bedre tilgængelighed ved busstoppesteder og andre steder. Bedre busforbindelser, Servicebusser for ældre og gangbesværede, der holder ved boligområder, alm. flextrafik (i lighed med omegnskommunerne), bedre belysning ved tunneller og stisystemer.



3. Ældreloven – herunder forebyggelse og ensomhed. Vi skal have fokus på Ældrelovens implementering og kvalitetssikring. Sikre inddragelse af borgere og pårørende – bl.a. ved at holde møder med orientering og proces, hvor borgerne fortæller om deres behov. Vi skal have et godt samarbejde med forvaltning og politikere. Sikre forebyggelse vedr. sundhed - give træningsmuligheder. Sikre indflydelse på Sundhedsloven. Styrke et aktivt ældreliv med fællesskaber og sikre ufrivillig ensomhed. Have fokus på ældre og ensomme handicappede. Forebygge ensomhed – arbejde for mere omsorg og opfølgning samt følgeskab til aktiviteter. Styrkelse af centeraktiviteter og aktiviteter i boligområder. Sikre værdighed i ældrepleje - demensområdet – plejehjem.

4. Økonomi Større indsigt i kommunens overordnede økonomi – især inden for områder, der har relevans for os.

Hvordan arbejder vi? Ældreloven drøfter vi i hele Ældrerådet hen ad vejen. Vi nedsatte arbejdsgrupper til de øvrige tre områder. I hver arbejdsgruppe udarbejdes et kommissorium, der bl.a. skal beskrive hvilke temaer, der arbejdes med, og hvordan man vil arbejde med det. Der afrapporteres løbende til de øvrige i Ældrerådet.

Ovenstående proces gav en rigtig god energi og lyst til at komme i gang.

Vi valgte desuden repræsentanter til flg råd: Sundhedsrådet, borger – og pårørenderåd på Albertshøj, Humlehusene, Trænings-og Aktivitetscenteret, Damgårdshave, div. netværk, og andre arbejdsgrupper.

Præsentation af ældrerådet

– valgt i perioden 2026-2029

Foto af Lise Buchardt

Det nye ældreråd

Formand Else Dahl Morthorst,
Næstformand Joan Stubtoft

Medlemmer: Alice Hasselgren, Annemarie Wandt,
Bente Bang Clausen, Claes Solborg Pedersen,
Dorte Christiansen, Karin Helle Kornberg,
Lars Messell, Palle Ortmann og Per Kjærgaard

Arbejdsgrupper

Ældrerådets synlighed:
Palle, Joan, Claes, Lars og Per

Trafik- og tilgængelighed:
Alice, Bente, Annemarie, Lars og Dorte

Økonomi: Else, Joan, Annemarie, Bente og Palle

Ældrerådet er repræsenteret i forskellige fora.
Her er en oversigt over, hvem der repræsenterer
Ældrerådet hvor:

Sundheds- og forebyggelsesråd: Palle

*Beboer- og pårørenderåd på Albertshøj
plejecenter:* Karin

*Beboer- og pårørenderåd på Humlehusene
plejecenter:* Bente

Brugerråd i det åbne aktivitets- og træningstilbud:
Annemarie

Brugerrådet på Aktivitetscenter Damgårdshave:
Palle

Forretningsudvalget på Damgårdshave: Palle

*Arbejdsgruppe til at planlægge den kommunale
seniordag i 2026:* Joan og Annemarie
Netværk under Sundhedsråd Amager og Vestegnen:
Bente



Frivilligcenter Albertslund

ved Annemarie Wandt, medlem af Ældrerådet



I februar mødte jeg Signe og Cecilie – henholdsvis leder og projektleder – i Frivilligcenteret. Disse to superengagerede og dygtige medarbejdere fortalte levende om Frivilligcenterets formål og mange aktiviteter. Centeret er et sted, hvor mennesker mødes, hvor der skabes netværk og hvor almindelige borgere, frivillige foreninger og organisationer bl.a. kan få støtte – personligt og professionelt. Man kan læse meget mere om de mange aktiviteter på deres hjemmeside frivilligcenter.nu

Signe og Cecilie har sendt os 2 væsentlige artikler – en artikel om Frivilligcenterets flytning til nye rammer – og en artikel om Socialkompasset. Se flg:

Nye rammer, samme hjerte: Frivilligcenteret er landet på Gymnasievej

Af: Cecilie Østerby og Signe Aagaard

NYT HJEM FOR FRIVILLIGHED I ALBERTSLUND: Frivilligcenter Albertslund flyttede i april fra de tidligere lokaler på Bygningen 25 til nye rammer i Kultur+, som ligger i den tidligere Brøndagerskole på Gymnasievej 1.

Hvad er Kultur+?

Flytningen skete som en del af budgetaftalen for 2026, hvor flere forenings- og fællesskabsaktiviteter samles i bygningen Kultur+. Det vil skabe bedre muligheder for samarbejde samt styrke rammerne om foreningslivet.

I de nye lokaler har frivilligcenteret fået egne kontorer og et mindre mødelokale, samtidig med at vi er blevet en del af et større hus med andre foreninger og fællesskaber. Kultur+ byder på rummelige lokaler, køkkenfaciliteter og udearealer samt gode adgangsforhold og handicapadgang. Huset giver plads til mange forskellige fællesskaber og aktiviteter.

I forbindelse med flytningen er en større del af frivilligcenterets aktiviteter og møder rykket ind i husets fælles lokaler.

Et nyt samlingssted

Kultur+ udvikler sig til et samlingspunkt for foreningsliv og fællesskaber i Albertslund. Flere aktører er allerede flyttet ind, og huset skaber plads til nye samarbejder og aktiviteter på tværs. Selvom lokalerne er nye, forbliver frivilligcenterets kerneopgave den samme. Frivilligcenteret vil fortsat være det faste holdepunkt for rådgivning, sparring og støtte til lokale initiativer. I de nye rammer i Kultur+ har vi blot endnu bedre forudsætninger for at hjælpe fællesskaberne med at gro og finde vej til hinanden.

Vi glæder os til at byde både gamle og nye ansigter velkommen i de nye rammer.



Gå på opdagelse i Albertslunds fællesskaber

3 veje til det gode overblik

Sidste år blev Socialkompas Albertslund lanceret. I mellemtiden er hjemmesiden blevet fyldt med over 200 aktiviteter. Der er derfor rig mulighed for at gå på jagt i byens mange fællesskaber og finde noget, der passer lige netop til dig.

Hvad er Socialkompas – og hvorfor findes det?

Kender du det? Du leder efter en bestemt aktivitet, men det kan være svært at finde frem til det helt rigtige. Selv i Albertslund, der sprudler af foreningsliv, ender man tit med at lede i stakkevis af brochurer. Socialkompas er byens nye, fælles opslagstavle – bare i en altid opdateret udgave. Her er alle byens aktiviteter samlet ét sted. Uanset om du leder efter motion, et nyt fællesskab eller støtte, hjælper Socialkompas dig. Her finder du det hele hurtigt og overskueligt. Og bedst af alt, så er det helt gratis.

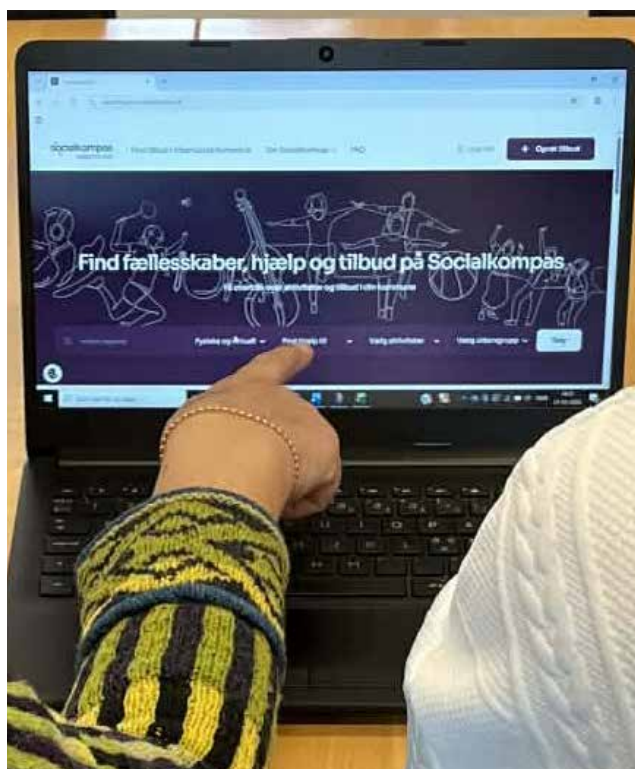
Tre måder du kan bruge Socialkompas på

1. Gå på jagt på egen hånd: Socialkompas er bygget op, så det er let at navigere i fra din tablet/ iPad, telefon eller computer.

- ◆ Find vej til senioraktiviteter med ét klik: Gå ind på www.albertslund.socialkompas.dk. På forsiden finder du knappen ”Senioraktiviteter” og et enkelt klik sender dig direkte videre til et væld af tilbud skræddersyet til seniorer.
- ◆ Brug kategorierne eller søgefeltet: Klik på kategorier som ”Fritid og fællesskaber” eller ”Rådgivning og vejledning”. Du kan også bruge søgefeltet og søge specifikt efter det, du leder efter. Det kan fx være ”tur”, ”kaffe” eller ”motion”. Så får du med det samme en liste over relevante muligheder. Husk: Prøv dig frem, du kan ikke gøre noget forkert.

2. Gør det sammen: Kan det digitale drille lidt? Så spørg din nabo, en god ven eller måske dit barn eller barnebarn, om I skal kigge på Socialkompas sammen over en kop kaffe. Det er en hyggelig måde at opdage nye sider af Albertslund på, og måske finder I noget, I sammen kan tage af sted til.

3. Lad os vise dig genvejene: I Frivilligcenteret hjælper vi dig gerne i gang med en introduktion og viser, hvordan du nemt finder det, du søger. Så kan du fremover selv navigere trygt rundt på Socialkompas.



Hvem er vi? Bag Socialkompas står Frivilligcenteret Albertslund. Vi er en lokalforening, der arbejder for at støtte og synliggøre det frivillige sociale arbejde i byen. Vores opgave er at bygge bro mellem borgere, foreninger og kommunen. Har du brug for hjælp til Socialkompas, eller vil du have din aktivitet med på siden, så tøv ikke med at række ud til os. Du kan skrive en mail til kontakt@frivilligcenter.nu eller ringe på: 2778 9793. Socialkompas Albertslund finder du på: www.albertslund.socialkompas.dk

Velkommen til ny formand for Ældre- og Sundhedsudvalget

Efter kommunalvalget er fagudvalgsstrukturen ændret. I de forgangne fire år har vi haft et Ældreudvalg og et Social- og Sundhedsudvalg. I denne valgperiode har vi et Ældre- og Sundhedsudvalg og et Erhvervs-, Beskæftigelses- og Socialudvalg. Formand for Ældre- og Sundhedsudvalget er Dogan Polat.



Dogan repræsenterer Socialdemokratiet og har siddet i Kommunalbestyrelsen i 16 år. I sit civile liv er Dogan uddannet maskiningeniør fra Danmarks Tekniske Universitet – men da det ikke lykkedes at få arbejde som maskiningeniør blev han ansat som lokomotivfører hos DSB, hvor han nu har arbejdet i 21 år.

Som ny formand for ÆSU lægger Dogan bl.a. vægt på:

- ◆ Fællesskaber og foreningsliv
- ◆ Forebyggelse – herunder også fokus på den mentale sundhed
- ◆ Kørsel og transport

Han siger bl.a.: Én af de helt store udfordringer er Albertslunds sundhedsprofil. Den kalder på handling, ligesom den demografiske udvikling, som betyder, at kommunen får flere og flere borger på 80+.”

”Jeg vil lytte før jeg kommenterer og beslutter – og vi skal skabe tingene i fællesskab i Ældre- og Sundhedsudvalget”, udtaler Dogan, som samtidig ser frem til samarbejdet med Ældrerådet.

Dogan kender lidt til ældreområdet og har øje for, at meget fungerer rigtigt godt og det anerkender han fuldt ud. Der er derfor meget at bygge videre på og medarbejderne gør et godt stykke arbejde. Men der vil også være ting, der kan gøres bedre og det vil han gerne sætte fokus på.

Dogan vil gerne ud i ”virkeligheden” og har derfor et ønske om at komme rundt i ældreområdet i praktik, så han kan lære hverdagen at kende

Jeg vil på Ældrerådets vegne byde Dogan velkommen som formand for Ældre- og Sundhedsudvalget. Vi ser frem til et godt og konstruktivt samarbejde – både med formanden og resten af udvalget.

Else Dahl Morthorst
Formand for Ældrerådet.

Har du brug for at komme hjemmefra og lave noget sammen med andre?



Tag et kig på Damgårdshaves hjemmeside og se, om der er et tilbud, der passer dig.

Aktivitetscenter Damgårdshave
Damgårdsvej 12
www.damgaardshave.dk



Et givende og varmt samarbejde gennem 5 år...

Af Dorte Christiansen, medlem af Ældrerådet

Som nyvalgt til Ældrerådet i Albertslund kommune er jeg blevet nysgerrig på, hvilke aktiviteter vi tilbyder vores ældre borgere. Da jeg selv er pensioneret pædagog, kunne jeg godt tænke mig at dykke ned i, hvad møder med børn kan gøre for at højne de ældre borgeres livskvalitet og livsglæde.

Jeg ved tilfældigvis at Børnehuset Kastanjen samarbejder med Humlehusene, som er et plejecenter for borgere med demens. Denne artikel handler om, hvad børnene og de ældre får ud af dette samarbejde:

I Børnehuset Kastanjen i Albertslund har vi et meget givende og inspirerende samarbejde med Demensplejehjemmet "Humblehusene", som også ligger her i byen. Dette samarbejde har indtil videre varet i 5 år.

Samarbejdet består i at børnene fra børnehaven bliver inviteret ned til særlige begivenheder i Humlehusene – det er altid til fastelavn, til påske, til halloween og til jul. Til fastelavn kommer børnene udklædte og slår katten af tønden. Til påske er der påskeægssjagt i haverne. Til halloween kan vi skære græskar, men også farvelægge halloween tegninger

og klippe. Til jul går børnene luciaoptog for alle beboerne. Vi er også -helt spontant – blevet inviteret til sneboldkamp, da Danmark blev dækket af et tykt lag sne.

Modsat er beboerne også nede og besøge os i institutionen. Nogle gange for at besøge og hygge med børnene. Andre gange til festlige lejligheder – f.eks. til sensommerfesten. Vi har også inviteret beboerne på suppe i vores bålhus, og så får vi altid besøg på årets børnefestuge, hvor beboerne kommer i ladcykler og besøger vores lejr på pladsen. Det er altid i det omfang som beboerne kan overskue.

Puk fortæller:

Jeg hedder Puk og er pædagog i Børnehuset Kastanjen og har været i humlehusene masser af gange. Ofte er jeg der med den gruppe børn, som skal starte i sfo/skole.

Disse børn har en forståelse for, at når vi er i Humlehusene, så taler vi med små stemmer og at vi går – selv om det er meget fristende at løbe ned af de mange lange gange :-)

Vi forbereder børnene, når vi skal afsted, men vi pådutter dem ingen regler om hvordan de skal



opføre sig omkring beboerne. Børnene følger deres instinkter, rummelighed og naturlige omsorg. Hvis en beboer tager et barn i hånden, så slipper barnet den ikke, men fastholder hånden i sin, som den naturligste ting i verden.

En dag overhørte jeg en samtale mellem en beboer og en pige på 5 år. Beboeren spurgte pigen: #Hvor gammel er du så? Pigen svarede: "Jeg er 5 år." Efter kort tid spurgte beboeren igen: "Hvor gammel er du?" "Jeg er 5 år" svarede pigen. Kort tid efter spurgte beboeren igen: "Hvor gammel er du?" Pigen svarede: "Jeg er 5 år". Pigen kigger op på mig og siger: "Jeg bliver bare ved med at svare, for jeg ved godt, at hun ikke husker så godt" Dette viser mig, at pigen udviser sin naturlige omsorg og rummelighed overfor beboeren. Beboeren bliver ikke afvist eller latterliggjort pga. sin manglende hukommelse, men derimod omfavnet og imødekommet.

Vi har masser af eksempler på disse små kærlighedserklæringer mellem børnene og beboerne, når vi er på besøg. Vi ser at beboerne lyser op, når de giver børnene en tur på cykel ude i haverne. Vi ser en lille tårer trille når børnene går syngende igennem gangene med lys i hænderne. Nogle gange ser vi spontan glæde og skynder os at smile tilbage.

I samværet med børnene bliver beboerne mødt fordomsfrit, spontant og omsorgsfuldt. Børnene

dømmer ikke og bliver ikke irriteret. I samværet med børnene kan beboeren være helt sig selv, og spejle sig i det barn, han eller hun var engang.

Men hvad får beboerne ud af det og hvilke forventninger har I til, når børnene kommer?

Aktivitetsmedarbejderne Semra og Henriette mødes med os og deler deres erfaringer om samarbejdet.

Det er svært at forberede beboerne på, at børnene kommer. De fleste kan dog godt huske at de har været her – men måske ikke i hvilken sammenhæng. Efterhånden ved Semra og Henriette godt, hvem der kan rumme at få besøg. Nogle kan sidde længere end andre. Andre er mere modtagelige for mange indtryk.

Til fastelavn er beboerne kun klædt ud, hvis de har lyst, og det er som regel bare en hat.

Det er vigtigt for Semra og Henriette at alle beboerne får glæde af børnenes besøg. Mange lyser op og spørger "Kommer der børn?" Beboerne tager spontant børnene i hænderne, og det bliver børnene stolte over – som om de har en vigtig opgave. Når de tegner og klipper sammen, hjælpes de ad med at finde de rigtige farver, og de opmuntrer hinanden "Hov, du mangler at farve der" eller "Det skal være denne her farve". Børnene bliver meget ansvarlige, som om de fornemmer at de skal passe på de ældre.

Det er også vigtigt at beboerne er motiveret til at være sammen med børnene. Hvis personalet får øje på, at de ikke trives, så bliver beboeren hentet. Semra og Henriette spørger: ”Vi har en aktivitet – kunne du tænke dig at være med?” Hvis det er et klart og tydeligt nej, så spørger vi ikke igen. Det er ikke meningen at beboerne bare skal placeres og underholdes.

De fleste beboere kan huske det faste personale. Måske ikke deres navne, men de kan genkende dem. Derfor prøver personalet i så vidt muligt omfang at rykke rundt på sig selv i stedet for at kalde nye vikarer ind, som kan gøre beboerne urolige. I den nye ældrelov er der fokus på at se beboernes individuelle evner, og derfor er der beboere der dækker bord, tjekker varer, hjælper med madlavningen og folder servietter. Semra og Henriette har også øje for hvis en beboer bliver særlig glad for en aktivitet f.eks. farvelægge, lægge puslespil og strikke.

Hvis de ældre er urolige, kan det også være på grund af smerter. Derfor er der en fast læge og sygeplejerske tilknyttet Humlehusene, som er meget dygtige til at regulere beboernes medicin. Nogle gange er det også fint bare at holde i hånden – det giver ro og tryk.

Henriette og Semra laver aktiviteter for beboerne alle ugens hverdage. Der er faste aktiviteter, som

f.eks. at synge i kommunens ”Huskekor” og at mødes og synge på biblioteket hver fredag. Selv om man ikke kan synge med på sangene, kan man sagtens bare nynne med, og opleve fællesskabet alligevel. Der er ture til dyregården og Kroppedal, men også bare en tur med bussen med kaffe og the. Det kan også være at plukke vintergækker på en tidlig forårsdag eller sidde og se på hundetræning hver torsdag. Beboerne har godt af at mærke den kolde sne og solens varme stråler.

Semra og Henriette er glade for samarbejdet med børnehaven. Børnene er glade for at komme i Humlehusene og løber dem i møde og giver knus. De oplever at pædagogerne har styr på børnene, og alle har et stort ønske om, at samarbejdet fortsætter.

Vellykket samarbejde

Samarbejdet mellem plejehjemmet og børnehaven er særdeles vellykket, og har skabt meningsfulde relationer på tværs af generationer. Gennem fælles aktiviteter har både børn, beboere og medarbejdere oplevet øget trivsel, glæde og gensidig forståelse.

Børnene har fået indsigt i de ældres liv, udviklet empati og sociale kompetencer, mens beboerne har oplevet livsglæde og nærvær.

Samlet set viser samarbejdet at relationer mellem børn og ældre bør videreføres og udvikles fremadrettet.



Hvad er et Akut-team

Af Lars Messell, medlem af Ældrerådet

Vestegnens kommuner har indgået en aftale om at have et Akut-team, der kan rykke ud til borgere i alle døgnets 24 timer, hvis de er i nød. Et Akut-team består af en sygeplejerske og en socialpædagog.

Et Akut-team behandler:

- ◆ Lægehenviste borgere med akut opstået somatisk sygdom eller forværring af kendt sygdom med behov for observation, pleje og/eller behandling, men uden behov for hospitalsindlæggelse.
- ◆ Lægehenviste borgere, der efter udskrivning fra somatisk hospital fortsat har komplekse pleje- og/eller behandlingsbehov, der kræver de særlige sygeplejefaglige kompetencer, som er til stede i en akutfunktion.
- ◆ Borgere henvist fra hjemmeplejen eller sygeplejen, hvor der er behov for faglig sparring med akutfunktionens sygeplejerske med henblik på en vurdering af den aktuelle indsats.
- ◆ Borgere eller bekendte eller pårørende som har ringet efter en ambulance, hvor det vurderes at akutfunktionen skal tage ud til borgeren for at vurdere om der er behov for en hospitalsindlæggelse. Vi er blevet kontaktet af en ældre dame som spurgte, om vi kunne forklare hende, hvad "Akut-team" er for noget.

Hun fortalte:

Jeg gik derhjemme og følte mig dårligere og dårligere. Tænkte at jeg nok hellere måtte ringe efter en ambulance. Ringede på 112 og fortalte damen, at jeg var så dårlig at jeg havde brug for en ambulance. De ville komme hurtigt, sagde hun.

Lidt efter kom der en bil, men det var ikke en ambulance. Det var en mand og en dame, som sagde at de kom for at se, om de kunne hjælpe med noget. Så kom de ind og snakkede med mig og fik at vide at jeg havde det rigtigt dårligt og derfor havde brug for at komme på hospitalet. Det kunne de godt se. Så spurgte de til mine piller, og så måtte jeg sige at dem havde jeg ikke fået taget om morgenen. Så sagde de at hvis jeg tog de piller nu, så ville jeg få det bedre i løbet af et par timer, og så var der ikke brug for hospital. Men jeg skulle ringe til min læge i morgen og fortælle hvad der var sket.

De var meget flinke, men jeg forstod ikke hvad de var for nogen. Det er jo ikke nogen, man kan ringe til.



Har du lyst til en
cykeltur – f.eks. ud
i naturen – men kan
du ikke selv cykle?
Du kan altid ringe
til Torben på
tlf.: 2058 0657
eller til Jørgen Piil
tlf.: 2733 1084.
De vil meget gerne
køre dig en gratis tur
i rickshaw.

Ældrerådets synlighed

Else Dahl Morthorst, formand for Ældrerådet

Ved ældrerådsskiftet måtte vi desværre konstatere, at mange ikke vidste, hvad ældrerådet er og hvad vi arbejder med.

Efter omtale i Albertslund Posten af den lave valgdeltagelse modtog ældrerådet en mail, som meget godt beskriver problemet med det manglende kendskab til ældrerådet:

Jeg tillader mig at gengive mailen (anonymt):

Kære Ældreråd i Albertslund

Vi har læst artiklen i Albertslund Posten om den lave valgdeltagelse til Ældrerådet. Vi vil gerne bidrage med et par ærlige refleksioner om, hvorfor valgdeltagelsen blandt 60+ måske er så lav – og hvorfor mange, som os, oplever jer som usynlige.

Til at begynde med vil vi anerkende jeres frivillige indsats. Det er vigtigt, og det fortjener respekt.

Når det er sagt, så vidste vi ærligt talt ikke, at der overhovedet var valg til Ældrerådet, før vi stod i valglokalet. Der var ingen synlig information, og derfor havde vi ingen chance for at forholde os til kandidater eller jeres arbejde, før det var for sent. Det tror vi, mange andre også oplevede.

Derudover føler vi, at kommunikationen fra Ældrerådet primært henvender sig til en generation ældre end os. Bladet 60+ virker som noget, vores forældre ville læse – ikke noget, der afspejler livet for nutidens 60 til 70-årige, som ofte stadig er aktive, på arbejdsmarkedet, engagerede og langt fra har følelsen af at være "gamle".

For os handler det ikke om manglende interesse, men om manglende relevans og synlighed. Vi ved ikke, hvad I arbejder med, eller hvordan det påvirker eller kunne påvirke vores hverdag.

Hvis vi må komme med et par forslag, så kunne I med fordel:

- gøre valg, kandidater og jeres opgaver langt mere synlige forud for valget

- målrette kommunikationen til alle 60+, ikke kun de ældste
- være mere til stede dér, hvor vi faktisk færdes – også digitalt
- vise konkrete eksempler på, hvordan jeres arbejde gavner både de aktive seniorer og de ældre med behov for hjælp.

Dette er ment som en konstruktiv tilbagemelding fra os som borgere, der gerne vil bakke op – men som først kan gøre det, når vi føler os bedre informerede og inkluderede.

Underskrevet to kvinder på 62 år.

Og ja det er måske rigtigt, at bladet 60+ ikke i så høj grad henvender sig til yngste ældre – dem fra 60 år. Det er en gruppe, som Ældrerådet også er talerør for, MEN – der er ikke nok fra den målgruppe, der er repræsenteret i Ældrerådet.

Derfor rækker vi nu ud og spørger:

- ◆ hvad er I interesseret i at blive klogere på
- ◆ hvilke emner synes I, vi skal tage op i kommende numre af 60+
- ◆ er der nogle, der vil bidrage aktivt med relevant stof?

Vi tager meget gerne imod input, som kan sendes til aeldreraadetalbertslund@gmail.com

Alle er meget velkomne til at bidrage. Vi er kun interesseret i at bladet 60+ bliver så interessant som overhovedet muligt for alle ældre.

Ældrerådet har også nedsat en mindre arbejdsgruppe, som skal arbejde med forslag til, hvordan vi kan blive mere synlige.

Sundhedsreform

Af Bente Clausen, medlem af Ældrerådet

I 2024 kom sundhedsreformen underskrevet af regeringspartierne og de fleste af folketingets partier. Baggrunden for reformen er et sundhedsvæsen under pres med et stigende antal ældre og færre i den arbejdsdygtige alder. Vi har i Danmark et specialiseret sygehusvæsen, men der er behov for også at få styrket den del af sundhedsvæsenet, der er tættest på borgeren. Det er vigtigt at kunne leve godt også selv om man har en sygdom.

En anden grund til at denne sundhedsreform kom, var et ønske om at gøre op med forskellene i lægedækning. Der er områder i Danmark, hvor det er vanskeligt at få en praktiserende læge eller en speciallæge i nærheden af, hvor man bor. Der er fra aftalepartierne et ønske om, at ressourcerne bruges der, hvor behovet er størst.

Formål: At sikre et mere sammenhængende og ensartet sundhedsvæsen på tværs af landet, samtidigt med at der skabes større nærhed og tryghed for borgerne og social og geografisk ulighed reduceres.

Store ændringer:

Det er i sundhedsloven besluttet at der skal være 4 regioner i stedet for 5. Region Hovedstaden og Region Sjælland er slået sammen til 1 kæmpe region – Region Østjylland – med virkning fra 2027, men 2026 er et overgangså, hvor der skal samarbejdes. Hovedsædet bliver fra 2027 i Sorø, hvor den nuværende regionsgård er ved at blive udbygget. Lars Gårdhøj er valgt til regionsrådsformand.

Psykiatrien og somatikken skal integreres så der bliver en bedre sammenhæng for patienter med både somatisk og psykisk lidelse.

En meget vigtig del af sundhedsreformen er oprettelse af 17 sundhedsråd. Disse sundhedsråd er politiske og der sidder regionspolitikere og kommunalpolitikere. Der er altid en politiker mere fra regionen end kommunen. Fra kommunerne er det enten borgmesteren eller en udvalgsformand. Sundhedsrådene er forankret under 1 akuthospital. Her i Albertslund er det vores borgmester Lars Gravgaard. Albertslund hører til sundhedsråd Amager Vestegnen og udover Albertslund er det Dragør, Tårnby, Hvidovre, Brøndby, Glostrup, Ishøj, Vallensbæk og Høje Tåstrup, der hører til dette sundhedsråd. Akutsygehuset er Hvidovre. Formand for rådet er Tormod Olsen fra regionen. I 2026 er det forberedende sundhedsråd.

Det er tanken, der under de forskellige sundhedsråd bliver et patient/pårørende udvalg (PPU) der skal høres/inddrages. Hvordan udpegningen til disse udvalg bliver ved vi ikke, men der arbejdes både fra Danske Ældreråd og mere lokalt på, at ældre/seniorrådene får en plads. Udmeldingen kommer fra Christiansborg.

Ældre/seniorrådene under sundhedsråd Amager Vestegnen har dannet et netværk med 1 repræsentant og 1 suppleant fra hvert ældre/seniorråd samt bestyrelsesmedlem i Danske Ældreråd fra vores kreds. Vi vil holde os ajour med dagsordener fra sundhedsrådet og prøve at påvirke, hvor vi kan. Hvis ældre/seniorrådene får en plads i PPU udpeges 1 fra netværket.

Flytning af opgaver fra kommuner til region;

Med aftalen flyttes myndigheds – og finansieringsansvaret for en række sundheds opgaver fra kommune til region pr. 1. januar 2027. Det drejer sig om:

- ◆ Akutsygeplejen
- ◆ Sundheds – og omsorgspladser (70% af de midlertidige pladser i kommunen, kommunen skal stadig have mulighed for aflastningspladser)
- ◆ Patientrettet forebyggelse
- ◆ Specialiseret rehabilitering og en del af avanceret optræning

Der er forskellige måder at gøre dette på: enten overtager regionen helt eller der laves en aftale, hvor både kommune og region deltager, eller kommunen kan fortsætte driften med en horisontal aftale med regionen.

Albertslund Kommunalbestyrelse beslutter opgaveflytningen endeligt i løbet af første halvår 2026. Vi beskriver det nærmere i næste nummer af 60+ Sundhedsstyrelsen udarbejder kvalitetsstandarder og der er kommet kvalitetsstandard for sundheds- og omsorgspladser. Danske Ældreråd har afgivet høringssvar

Det bliver spændende at se, hvordan sundhedsreformen udmøntes. Vi vil i ældre/seniorrådene følge med og håber, som tidligere beskrevet, at også de ældres stemme bliver hørt.

Bedre adgang til busstoppesteder i Albertslund

Af Tina Flohr Karlsen, Albertslund Kommune, Trafik og Natur

Albertslund Kommune har i samarbejde med Ældre- og Handicaprådet lavet en handleplan, som hedder ”Ældres mobilitet med bus som transportform”. Handleplanen peger på konkrete forbedringer ved udvalgte busstoppesteder i kommunen. Det skal nemlig være let at tage bussen – også når man bliver ældre.

I Albertslund er der omkring 130 busstoppesteder. Det er ikke muligt at forbedre dem alle på én gang. Derfor bliver projekterne udvalgt og prioriteret trin for trin.

Hvad er allerede gjort?

I budget 2025 blev der afsat 1 mio. kr. til de første forbedringer.

Ved **Albertslund Station** er der nu sat fem nye bænke op. Tidligere var der kun få siddepladser i buslæskærmene. De nye bænke har givet plads til mindst 15 ekstra siddende passagerer, og de bliver flittigt brugt.

Der er også anlagt et **nyt fortov langs Kærmo-sevej**. Det giver bedre og mere sikker adgang til busstoppestederne ved Tranehusene og bedre forbindelse til Galgebakken. Arbejdet fortsætter i 2026, hvor der også etableres et kort fortov på Trippendalsvej samt to nye fodgængerfelter.



Derudover er der arbejdet med planlægning af forbedringer ved busstoppestederne **Falkehusene på Trippendalsvej**. Her afventes færdiggørelse af andre vej- og trafiksikkerhedsprojekter.

Nye forbedringer i 2026

I budget 2026 er der igen afsat 1 mio. kr. til forbedringer af busstoppesteder.

I samarbejde med Ældre- og Handicaprådet har kommunen udvalgt tre nye projekter:

Vegavænget

Der udarbejdes tegninger til forbedringer ved stoppestederne. Fokus er på bedre adgang, tryggere krydsning af vejen og mere overskuelige forhold.

Bedre belysning

Ved fem stoppesteder mangler der lys i den ene side af vejen. Her sættes der nye lygtepæle op, så det bliver trykkeligere at færdes – især i de mørke timer.

Falkehusene på Trippendalsvej

Arbejdstejningerne færdiggøres i 2026. De kan blandt andet føre til nye forslag om nye fortove eller sikre krydsningsmuligheder.

Hvad betyder det for borgerne?

Forbedringerne gør det lettere og trykkeligere at bruge bussen – især for ældre og borgere med nedsat mobilitet. Bedre adgang, mere lys og flere siddepladser giver større trykthed og frihed i hverdagen.

Under arbejdet med handleplanen har borgere over 65 år deltaget i en spørgeskemaundersøgelse. Her har de fortalt om deres oplevelser og udfordringer ved busstoppestederne. De svar har været med til at forme projekterne.

Kommunen og Ældrerådet arbejder videre med at gøre Albertslund mere tilgængelig – også når man bliver ældre.

Pensionistklubber i Albertslund

AIF Senior Idræt

Ole Lindholdt
Horsholmstræde 4
Tlf.: 4252 6682
olelindholdt1@gmail.com

AIF Tennis

Lennart Bjerring
Skallerne 14
Tlf.: 3084 0028
Lennart.bjerring@gmail.com

Albertslund bordtennis

Jan Kingo
Nordmarks alle 20, kælder
Tlf.: 2273 4754
kingo@hansen.mail.dk

Banehegnets Ældreklub

Lena Toftlund
Banehegnet 18
Tlf.: 2046 7988
Lenatoftlund@gmail.com

Bridge Damgårdshave

Mandag og tirsdag
Vibeke Thornholm
Tlf.: 6160 7245

Damgårdshave Lystfiskerklub

Holger Hansen
Præstehusene 7
Tlf.: 4129 4173
holgerpeterh@gmail.com

Dammen – 93

Anita Kallesø
Damgårdsvej 12
Tlf.: 2620 0011
anitakallesoe@gmail.com

Fotogruppen Damgårdshave

Mogens Nilsson
Damgårdsvej 12
Tlf.: 2946 9242

Galgebakkens Seniorklub

Anne Grethe Kryger
Galgebakken Vester 215
Tlf.: 2360 0994
agkryger@gmail.com

Herstedøster Seniorklub

Sonja Andersen
Tlf.: 2232 4745
logs@herstedoster.dk

Hjørnegårdsstrædes seniorklub

Karen Lise Drewes Nielsen
Tlf.: 2537 3175
lisedrewes@hotmail.com

Kulturellen – Hedemarken

Alice Kristensen
Tlf.: 25774625
Alice.kristensen@hedemarken.dk

Onsdagsklubben

Steen Sørensen
Sundhedshuset
Tlf.: 9168 8279
teuboey@hotmail.com

Patchwork Damgårdshave

Joan Seirup
Tlf.: 2720 5904
joan@woulfsbach.dk

Pensionisthaveforeningen

Udsigten

Steen Grønberg
Nøglens Kvarter 13A
Tlf.: 2183 4937
Steeng2@gmail.com

P.K.V.6

Birgitte Hundevad
Æblets Kvt. 5B
Tlf.: 2851 6733
birgitte.hundevad@gmail.com

Røde Vejmølle Parks Kulturelle Forening

Holger Hansen
Præstehusene 7
Tlf.: 4129 4173
holgerpeterh@gmail.com

Seniorklubben Skovengen

Sonja Andersen
Snebærhaven 137
Tlf.: 22324745
logs@herstedoster.dk

Torsdagsklubben – Solporten/ Grønneled

Ina Nielsen
Solporten 1
Tlf.: 2728 4364
Inanielsen3@gmail.com

Vejrmøllens Fiskeklub

Steen Thystrup
Humlehusene 2
Tlf.: 6165 3500
vejrmolle@gmail.com

Ældreklubben

Godthåbsparken
Kirsten Kjersgaard
Skyttehusene 33
Tlf.: 4230 3358
moelner@email.dk

Ældre Sagen - Albertslund

Lisbeth Lundbergh
Damgårdshave
Damgårdsvej 12
Tlf.: 3082 0530
lisbethlundbergh@gmail.com