

Beretning om lokalbestyrelsens/ koordinationsudvalgets virksomhed, til godkendelse

Landsforeningen Ældre Sagen

- rundede 1 mio medlemmer omkring september 2024. Det er cirka hver 6. som bor her i landet.
- Jeg tror ikke, at mange er i tvivl om, at Ældre Sagen har haft travlt, både med Ældrereformen og Sundhedsreform, men der er også andre opgaver, som fortjener et ord med på vejen. Et par af dem er:
- Ældretelefonen, som åbnede 3. juni 2024. Det er en samtalelinje, hvor det er mennesker, med relevant faglig baggrund, som besvarer opkaldene, og de har både tid og nærvær til at lytte, når livet slår knuder. På Ældretelefonen kan man være anonym og det har stor betydning, når man har brug for at tale om emner som pårørendes sygdom, ensomhed, problemer i forholdet til børn eller børnebørn, eller andre emner, som er for svære at tale om i omgangskredsen, hvis man da har en. Ældretelefonen er støttet af Trygfonden.
- Medlemsrådgivningen, som har omkring 48.000 opkald årligt, det svarer til at hver 20. medlem får brug for rådgivning fra jurister, økonomiske rådgivere og socialrådgivere i løbet af et år.
- Vi opfordrer alle i lokalafdelingen til at huske at bruge både Ældretelefonen og Medlemsrådgivningen.

Egedal

- Vi har et velfungerende koordineringsudvalg, som holder hinanden orienteret om stort og småt på 2 årlige møder.
- Men EKSÆ kom ikke så godt fra start. I forbindelse med den allerførste opgave, valgte den siddende formand at trække sig på grund af uenighed med resten af udvalget. Kort tid derefter var der udskiftning i repræsentationen fra Seniorrådet, og senere den samme måned, måtte vi erkende, at det ønskede borgermøde om seniorboliger ikke kunne stables på benene. Herefter gik resten af udvalget i flyverskjul i nogle måneder, og efterfølgende valgte vi at ændre på både ambitionsniveau og sammensætning. Vi betragter det nu mere som et netværk,

som i dag fungerer ved, at formanden for seniorrådet mødes med de 3 lokalformænd et par gange om året og derudover kan vi løbende trække på hinandens viden. Lad mig sige det sådan, det er droset så meget ned at et lokalt samarbejde med Ældre Sagens lokalafdelinger ikke har fundet plads i Seniorrådets årsrapport for 2024.

- Samlet set i Egedal er 77,4% af +67årige medlemmer af Ældre Sagen, og kigger vi på de +80årige, så er det 85,5%. Jeg synes, at det viser en flot opbakning både til Ældre Sagens mærkesager og til vores mange lokale aktiviteter i de 3 afdelinger.
- Vores lokale besøgstjeneste vokser stille og roligt, og har fået 2-3 flere besøgsvenner. Vi har også haft et arrangement i samarbejde med de 2 andre lokalafdelingers besøgstjenester, hvor vi holdt et eftermiddagsarrangement med en af kommunens demenskonsulenter på scenen. Her fik vi meget god information om alsidigheden i den sygdom, så besøgsvenner kunne være lidt bedre klædt på til at møde besøgsværter med demens.

Ølstykke

- Lokalt mærker vi også medlemsfremgangen. Sidste år var vi 3465 medlemmer. I år er vi 3738 medlemmer. Så vi bliver flere og flere - og det er jo rigtig dejligt.
- Frivilligt arbejde gør andre mennesker glade og er fundamentet for vores lokalafdeling. Når vi kigger på tallet for antal frivillige, så ligger vi stabilt omkring de 140 og har gjort det i flere år. Det er vi også rigtig godt tilfredse med. Nogen ville måske mene, at når vi nu bliver flere medlemmer, så burde der også være flere frivillige, men når vi kigger på landsgennemsnittet for antal medlemmer pr frivillig, så ligger vi et pænt stykke højere end gennemsnittet, så vi skal ikke klage. Tværtimod! Vores frivillige i Ølstykke holder nemlig ved i mange år, og giver en kontinuitet og ro i afdelingen, som er vigtig for de af vores medlemmer, som har glæde af vores aktiviteter. Det er imponerende, at vi igen i år på den årlige frokost for vores frivillige kunne uddele så mange årsmål, som tilfældet er. I 2024 uddelte vi 10-årsmål til: Torben Jørgensen, Lene Dahl, Kamal Khan, Kai Normann Andersen, Jytte Andersen, Harly Nielsen, Gunvor Holdrup, Inge Nørskov og Bente Øhlers. Helle Arnø fik en 15-årsmål, og ikke mindre end 5 medlemmer fik vores 20-års mål, det er Niels Herløw, Jens Moestrup, Lise Berg, Ketty Jørgensen og Erik Jørgensen.
- I bestyrelsen har vi i det forgangne år arbejdet med, hvad vi i bestyrelsen kunne gøre for at støtte mere op omkring vores frivillige, og vise at deres arbejde er påskønnet og værdifuldt. Derfor har vi holdt møder med mange af de frivillige.

Møderne har været holdt i grupper; for eksempel motionsfolk sammen med Benny, som har ansvaret for motion - og så videre. Det blev taget rigtig godt imod, så det er noget, som vi har tænkt os at fortsætte med årligt. Ved mødet med brevdruerne havde vi en hel kagemand til overs - hvis nogen af jer tænkte, gad vide hvad der blev af den, så kan jeg fortælle, at den kørte vi til Egeparken plejecenter, som tog rigtig god imod. Som en lille ekstra opmærksomhed i 2024, har vi også bragt julekort ud til de frivillige.

- Bestyrelsen er jo også selv frivillige, og en del af vores opgaver er bestyrelsesmøderne. Efter det konstituerende møde har vi har haft 11 bestyrelsesmøder. Samarbejdet har været rigtig godt og alt i alt har det været et godt år i bestyrelsen, omend vi nogle gange har savnet at være lidt flere hænder til at løfte opgaverne.
- Vi har nedlagt kontortelefonen, der var meget få opkald i kontortiden, så den udgift sparede vi væk. Der bliver også lidt færre kontortider fremover, for selvom det er hyggeligt, at sidde et par stykker fra bestyrelsen, så er det efterhånden sjældent, at flere end 1 eller 2 lægger vejen forbi og tilmelder til arrangementer. Vi skal nok sørge for, at der er kontortider i forbindelse med tilmeldingsstart på de populære arrangementer. Og så er I jo altid velkomne til at ringe til en af os, vi behøver ikke begrænse os til kontortid en time om måneden for at tale sammen! Vi begrænser os heller ikke til en måde at få vores budskaber ud til jer; vi bruger både vores lokale blad, hjemmesiden, nyhedsbreve, Det sker lokalt og Facebook.
- Vores blad er blevet lidt større og fået byttet lidt rundt på overskrifter og rækkefølge; altsammen for at forbedre læsevenligheden. Forhåbentlig kan I se det store arbejde, som er lagt i bladet - også selvom der poppede lidt forkerte datoer op i det seneste nummer. Vi lærer af fejlene og satser på også at blive bedre til korrekturlæsning. Vi rakte ud til jer i et nyhedsbrev og bad om flere brevdruer. Tusind tak til alle jer, som meldte jer, det var vi meget glade for. Og selvfølgelig også tusind tak til alle de andre trofaste brevdruer. Ingen brevdruer - ingen blad!
- Næsten alle, som tilmelder sig et arrangement eller en aktivitet, bruger vores hjemmeside. Det er dejligt. Desværre er der stadig nogle få, som ikke anfører sit telefonnummer og eller mailadresse. Vi sidder jævnligt med en plads til for eksempel Spis sammen på kroen, og vil gerne i kontakt med den første på venteliste. Men når hverken mailadresse eller telefonnummer er oplyst, så går pladsen til den næste på listen.
- Ældre Sagens nyhedsbreve indeholder mange interessante oplysninger. Det gør vores lokale nyhedsbreve også. Det er nyhedsbreve, som udsendes på mail og vi anbefaler, at I abonnerer på dem begge. Der ligger små visitkort rundt omkring på bordene, som fortæller hvordan man melder sig til at modtage det lokale nyhedsbrev i sin mailboks. Et af de emner, hvor vi for nylig brugte det lokale

nyhedsbrev på mail til, var at slå lidt på tromme for at tilmelde til vinsmagningen i februar. Mindre end 24 timer senere havde 22 personer tilmeldt sig og så var der ikke flere pladser. Så nogle gange skal man ikke vente for længe med at tilmelde sig, når vi skriver om, at der er ledige pladser.

- Vores arrangementer og aktiviteter nævnes også i bladet "Det sker lokalt", som er med i bladpakken fra Ældre Sagen. Der er en lang produktionstid, og selvom vi gør alt hvad vi kan, så kan vi ikke altid nå at få arrangementer nævnt korrekt.
- Vi prøver at være synlige på Facebook for vores lokalområde, og har 2 til 3 opslag om måneden på vores Facebookside. Vi forsøger at veksle mellem informationer om for eksempel it-svindel, invitationer til vores arrangementer og andre typer opslag. Der er 280 følgere og antallet vokser støt.
- I september måned deltog vi på rådhuset i Egedal kommunes frivilligdag "Sammen om frivilligheden". Vi var med, så vi kunne vise både byråd, kommunens medarbejdere og alle de andre borgere i kommunen, at vi er med, og vi er en del af samfundet! Det var en fornøjelse at opleve, hvor positivt de besøgende oplevede vores tilstedeværelse. To af vores aktiviteter løb af med en del opmærksomhed på dagen. Den ene var skolevennerne. Det er en af de opgaver, som vi løfter rigtig flot her i Ølstykke. Derfor havde bestyrelsen indstillet aktivitetsleder for skolevennerne Marie Louise Borgen til årets ildsjælepris i Egedal. Desværre var der også mange andre flotte indstillinger, så hun vandt ikke, men skolevenner kom vist på kommunens landkort den dag. Vores krolfhold var indstillet til en pris - årets fællesskabspris - af en af kommunens medarbejdere. Indstillingen beskrev vores krolfhold som altid at være imødekommende, og supergode til at tage imod nye spillere. Også her var det en af de andre indstillinger, som løb med prisen.
- Igen i 2024 stod vi for kaffen under Danske Lægers Vaccinationservice forskningsvacciner. Det blev lidt noget rod. Danske Læger valgte nemlig at de almindelige vacciner også blev givet på Græstedgård, så der var en del rend frem og tilbage på Græstedgård af folk, som ledte efter deres vaccinationssted. Tilmeldingsystemet gav også anledning til forvirring hos mange, og i nogle tilfælde var tiderne udsolgt før man fik en invitation. Forhåbentlig har Danske Lægers Vaccinationservice lært af det, vi har i hvert fald gjort vores - og vi er stadig gode venner, en del af chokoladerne på bordet er fra dem som tak for hjælpen.
- I slutningen af november måned takkede vi ja til en invitation af foreningerne i kommunen til dialogmøde med Socialdemokratiet i Egedal. På mødet fik vi

mulighed for at gøre opmærksom på nogle af vores ønsker for den kommende byrådsperiode. Noget af det vi nævnte den dag, var:

- Der er mangel på velegnede seniorboliger, som er til at betale, og hvor der er handlemuligheder i gåafstand
 - Vi har brug for bedre rammer for - og støtte til - seniorfællesskaber for eksempel bedre forhold på kulturcentre; det kan være mere opbevaringsmulighed og bedre og nyere teknik
 - Flere aktiviteter på plejecentrene
- Vi har mange forskellige aktiviteter og langt de fleste kører mere eller mindre uændret fra år til år. Det er dejligt for det betyder, at der er god tilslutning til dem. Vi har mange tilbud; bridge, whist, engelsk, sang, værksted, maling, strik og selvfølgelig også søndagsmødestedet, værelser og litteratur. It-aktiviteterne; slægtsforskning, it-cafe og it hjælp i hjemmet. Og dertil en hel del motionsaktiviteter; bowling, gymnastik på Græstedgård, stolegymnastik her i salen, gåturene, cykelholdene, stræk og bøj, krolf og skånsom fitness. Jeg vil sige lidt mere om et par af dem:
- Skånsom fitness konkurrerer med 16 andre foreninger i kommunen om adgangen til Sundhedscentrets fitnesslokaler og det medførte desværre, at vi ved fordelingen af tider i 2025 måtte undvære vores torsdage. Vi var blevet tildelt et meget sent tidspunkt på aftenen og det var vores vurdering, at mange ikke ville være trygge ved at skulle hjem så sent. Det lykkedes os, at få den lille sal om onsdagen i stedet for. Der er plads til færre deltagere, men vores fysioterapeut har lagt et godt program for dem, som var heldige at få plads.
 - Vi har i løbet af året ændret på ventelistesystemet til værelser og litteraturkredse. I stedet for at de enkelte aktivitetsledere skal huske på en venteliste, så er det nu bestyrelsen som har den opgave. Dermed har vi et bedre overblik over, hvornår det er på tide, at stable en aktivitet mere op. Det er blevet taget godt imod.
 - Stræk og bøj. Når vi siger Stræk og Bøj, så siger mange Tove & Benny. Og de har da også været aktivitetsledere længe nok til at have haft kobberbryllup med den aktivitet, men de stopper når denne sæson slutter! Og det skal de have lov til. Så vi skal have en eller to nye aktivitetsledere til Stræk og Bøj. Endnu har ingen meldt sig, men vi håber stadig at det lykkes, så vi kan have det på programmet igen til efteråret!

- I løbet af året har vi også haft mange spændende arrangementer.
 - Her i bibliotekssalen har Kaj været primus motor for, at vi har været koblet op til Aarhus Universitets Naturvidenskabelige afdeling, når de har sendt live streaming af foredrag. Disse foredrag har tiltrukket omkring 80 mennesker hver gang.
 - Vi har også haft et kursus i at klare os selv i 3 døgn. Der var en del aha-oplevelser den formiddag, hvor en frivillig fra Borgerberedskabet underholdt og fortalte om alt fra røgalarmer til solcelleopladere.
 - Danmark spiser sammen mod ensomhed har tidligere været for en håndplukket skare, som blev inviteret på kroen. I 2024 valgte vi at sadle om og åbne for, at alle som ønskede at møde nye mennesker kunne komme til et lille arrangement. I foråret serverede vi kaffe og varme hveder ved et formiddagsarrangement og i efteråret blev det et eftermiddagsarrangement med kaffe og lagkage. Ved begge arrangementer havde vi deltagelse af nogle af vores byrådspolitikere, og de deltager meget gerne igen. Det er en god måde at hjælpe vores politikere til at huske, at sårbare ældre mennesker ikke bare er tal i statistikker og budgetter.
 - Jazz og dans arrangementer i marts nåede op på 67 deltagere og det troede vi egentlig var flot, men så kom novembers jazz og dans og der var 83 tilmeldt! Det er dejligt, at et arrangement, som startede som en forårsfest i 2009, stadig er levende og aktuelt.
 - Ganløse revy måtte aflyse på grund af tekniske problemer. Vi fik tilbudt nye datoer med ret kort varsel, og vi måtte se i øjnene, at det blev umuligt at koordinere, så derfor blev vores arrangement aflyst. Så i år kan vi glæde os dobbelt til at opleve den lokale revy.
 - I maj måned havde vi en bustur til flere tyske destinationer. De fleste tilbagemeldinger var, at det havde været en god tur, men der var også kritik både over en del af forplejningen og over, at Berleburg slot ikke var åbent for besøgende trods løfter herom fra rejseselskabets side.
 - I foråret havde vi et par spændende ture, Roskilde Kloster og Frimurerlogens domicil i København. Begge ture var så efterspurgte, at vi skyndte os at arrangere ekstra ture til dem begge, så alle kunne komme med. I begge tilfælde blev pladserne på ekstraturene tilbudt til de, som stod på venteliste, inden vi åbnede for tilmelding i øvrigt. Så hvis I ser, at der er venteliste til en tur eller et arrangement, som I egentlig gerne ville have været med til, så skriv jer gerne på venteliste, så vi kan se om der måske kan være tilstrækkelig efterspørgsel til en ekstra tur. Bordet fanger ikke!

- I december havde vi planlagt en julebyvandring i København, som desværre måtte aflyses på grund af manglende tilmeldinger. Det samme var tilfældet med udflugten til Nykøbing Falster revyen i januar i år.
 - Spis sammen på kroen arrangementerne har også stor tilslutning. Vi har forsøgt at justere lidt på antallet og åbnet for lidt flere tilmeldinger, men vi lander på 50 alligevel. Så selvom der til tider kan være venteliste, så er der ikke tilstrækkeligt grundlag for at indgå aftale om flere pladser på kroen.
 - Og det er jo netop også derfor, at vi sidste år på årsmødet lovede at flytte julefrokosten til Græstedgård. Det lykkedes at arrangere en julefrokost, som fik plads til alle. Det var kroens gode mad og det var et rigtig vellykket arrangement - der var vist noget om, at der ikke var remoulade nok, men hvis det er det værste, så synes jeg godt, at vi kan kalde det for en succes.
 - I oktober havde vi en dejlig bustur til Lolland, hvor vi først besøgte det store tunnelbyggeri til Femern og derefter en dejlig frokost i Bangs have og et besøg ved Maribo kirke. Vi gentager arrangementet til april, og håber på, at vi denne gang også får mulighed for at se Pilen, som er deres nye udsigtspunkt.
 - I år havde vi flyttet nytårskuren til Græstedgård. Vi havde Per Bjørn til at spille og underholde os, og med Hannes lækre kransekage og kassererens fri bar, glemte vi fuldstændig snevejret udenfor - også selvom kommunen ikke fik ryddet sne i tide på Græstedgård, de kom og fejede, mens vi ryddede op.
 - I februar havde vi vinsmagning på programmet. Vi var lidt nervøse, for det gik lidt trægt med tilmeldingerne, men som tidligere nævnt, så gik det pludselig stærkt, så vi udvidede med ekstra pladser til de første på ventelisten. Arrangementet gik rigtig godt, og vi pønser lidt på at udvide vores repertoire med flere af samme slags, så vi har 1 aftenarrangement i hver sæson.
- Som I forhåbentlig har læst i bladet - og hørt her -, så har bestyrelsen haft mange jern i ilden i år. Vi har godt kunnet mærke, at vi kun har været 5 bestyrelsesmedlemmer og 1 suppleant. Derfor har der været ting, som vi ikke har deltaget i eller ikke selv har afholdt. Det for eksempel nogle af møderne i Ældre Sagen i Snorresgade, og det gælder også afholdelse af præsentationsmøde for nye medlemmer. Vi håber, at sådan et møde kan blive en realitet igen i de kommende år. Det er heller ikke lykkedes, at få et eller flere kurser i faldteknik op og stå. Vi har forgæves forsøgt at kontakte et par mulige udbydere, som ikke vender tilbage til os. Vi må nok erkende, at sådan et kursus ikke bliver en realitet i vores regi.

- Jeg vil slutte af med at fortælle, at jeg juledag var på julebesøg på plejecentrene med en kurv fyldt med chokolade fra Anthon Berg. Det var en fornøjelse at se fællesrummene julepyntede og endnu mere at blive budt så velkommen af de tilstedeværende beboere og personale. Det vil være en oplevelse, som jeg personligt tager med mig videre, og som vi i bestyrelsen vil kigge på at gentage næste år, men mere om, hvad vi gerne vil på den front i det kommende år, når vi kommer til det punkt i vores dagsorden her til aften. Dette var ordene i vores beretning på årsmødet i 2025.