

Det gode liv!

Magasin om Ældre Sagens arbejde

Indstik i Aarhus Stiftstidende • Lørdag 2. maj 2026



Sanne Lauridsen
hjælper med hørelse

16



Anders Baggesen er 67 og i fuld vigør på scenen **10-14**



Henrik Breyen har fået
48 nye børnebørn

21



Sus Tai Foo skaber ny energi
på kinesisk

4



Tim Johansen giver
råd mod svindel

18-19



Birte Vixø hjælper
indvandrere på vej

22



Det er ikke opgaven, der binder os sammen - det er relationerne.

Torben Dreier, formand for Ældre Sagen i Aarhus

Torben Dreier er formand for Ældre Sagen i Aarhus. Foto: Kim Haugaard

Det gode liv!

Indstik i Århus Stiftstidende lørdag 2. maj 2026 samt ekstra oplag til omdeling i Folkehuse, Ældre Sagen med mere. Udsendes desuden som e-avis med Ældre Sagens nyhedsbrev samt til medarbejdere i Aarhus Kommune

Udgivet i et samarbejde mellem Ældre Sagen Aarhus og Århus Stiftstidende

Ansvarshavende:

Chefredaktør Jan Schouby

Redaktion og tekst: Hans Petersen

Fotos: Kim Haugaard

Layout og produktion: Intergraphics

Find Ældre Sagens mange tilbud om kurser, foredrag og anden underholdning på www.aeldresagen/aarhus

Her kan du også finde liste over, hvor et medlemskab giver rabat til indgang på museer og lignende samt ved indkøb af varer

Du kan også læse om besøgsvenner, tryghedsopkald, Flyttevenner, akvarelmaling, udflugter og andre aktiviteter

Oplag: 28.500

Tryk: JFM

Tidligere udgaver af "Det gode liv" er udsendt i september 2023, april 2024, november 2024, april 2025 og november 2025.

Fællesskab vokser, når vi tør drømme stort

Af Torben Dreier, Formand for Ældre Sagen i Aarhus

Vi har talt om det før: Power og passion kender ingen alder.

Men hvad så nu? Hvad gør vi med den energi?

For sandheden er, at vi står midt i en tid, hvor flere ældre end nogensinde før har både lysten og evnen til at bidrage. Samtidig er der alt for mange, der står uden for fællesskaberne og savner noget at være en del af - sammen med andre

Det er ikke en modsætning. Det er en mulighed.

Jeg drømmer om, at vi i Ældre Sagen tager et nyt skridt. At vi ikke bare tilbyder aktiviteter, men bygger fællesskaber, hvor man hører til. Hvor man bliver set. Og hvor man selv får lov at bidrage.

For vi ved noget vigtigt: Fællesskab kommer før opgave.

Det er ikke opgaven, der binder os sammen - det er relationerne. Når vi kender hinanden, griner sammen og føler os trygge, vokser lysten til også at gøre noget for andre.

Derfor drømmer jeg om små, levende fællesskaber. Ikke store systemer, men grupper, der starter

i det små. To, tre eller fem mennesker, der finder sammen. Og som langsomt vokser til stærke fællesskaber, hvor 10 eller 20 bærer noget sammen.

Jeg drømmer også om, at vi bliver endnu bedre til at se hinanden. At vi anerkender den indsats, der bliver gjort - ikke kun med ord, men ved at give mening og retning til det, vi er en del af.

Og så drømmer jeg om tydelige indgange.

At det skal være let at træde ind som frivillig. At man ikke skal lede længe efter døren - men blive mødt, inviteret og taget med ind i fællesskabet. For vi har noget helt særligt i hænderne: Mennesker med livserfaring, tid, overskud og vilje til at gøre en forskel.

Det er ikke bare en ressource. Det er en kraft.

Hvis vi lykkes med at organisere den kraft i stærke fællesskaber, så kan vi ikke bare mindske ensomhed - vi kan skabe liv, mening og sammenhæng i en tid, hvor mange ellers risikerer at stå alene.

Så lad os tænke højt igen. Ikke kun om, hvad vi har været - men om, hvad vi kan blive.

Hvordan kunne dit næste fællesskab se ud - hvis du selv måtte være med til at skabe det?

DU ER INVITERET TIL SENIORJUNIOR!

Vil du danne nye venskaber og få minder for livet, mens du hjælper børn og unge med at ...

LÆSE

LEGE

SNAKKE

GRINE

LÆRE

SØRGE

DYRKE SPORT

TEGNE

... eller lige det, du er glad for?

Så er du inviteret til kaffe og kage på
Rådhuset d. 21 maj!

HER FÅR DU:

- Mulighed for at møde mange forskellige frivilligjobs, der arbejder med børn og unge
- Et indsigtfuldt oplæg om et langt og sundt seniorliv af professor Suresh Rattan
- Et lækkert kagebord!

LÆS MERE OG
MELD DIG TIL
VED AT SCANNE
QR-KODEN!



PRAKTISK INFO:

- For seniorer 65+
- Gratis entre
- Kl. 14:00-17:00



DU HAR ALTID MULIGHED FOR AT BLIVE EN DEL AF ET FRIVILLIGT FÆLLESSKAB!
LÆS MERE PÅ FRIVILLIGJOB.DK ELLER KONTAKT FRIVILLIGBU@AARHUS.DK

SENIORJUNIOR ER ET SAMARBEJDE MELLEM FRIVILLIGE FORENINGER, ILDSJÆLE, ÆLDRE SAGEN, FRIVILLIGCENTRET OG KOMMUNALE ARBEJDSPLADSER.

Energi fra jorden skaber forbindelse til himlen



Qi Gong har gjort Lene Rindom meget mere smidig. Foto: Kim Haugaard



Sus Tai Foo er født i Danmark. Hun har kinesisk far og dansk mor. Foto: Kim Haugaard

Den kinesiske bevægelsesform Qi Gong er særligt god for ældre

Af Hans Petersen

Der er bevægelse, men ret stille i rummet. Musik bogstaveligt talt risler ud af højttalerne som vand fra en kilde.

Sus Tai Foo er halvt kinesisk, halvt dansk. 75 år, meget slank og i god form. Hun er underviser er et godt eksempel for eleverne.

Selv passer hun godt til indholdet i programmet, for vi er i Ældre Sagens lokaler i Vester Alle i Aarhus. Qi Gong, en flere tusinde år gammel kinesisk bevægelsesform, er på dagsordenen.

Sus Tai Foo er klædt i kinesisk tøj - en sort silkejakke med lilla for, sorte bukser med tynde, hvide striber, strikkede, mønstrede strømper og kinesiske sko. Hendes fingernegle er lakeret mørkerøde. Når man følger hende, kan man nemt føle sig forledt til Riget i Midten.

I dag er der syv deltagere af de 12, som er meldt til Qi Gong: Fire kvinder og tre mænd. Alle følger minutiøst og koncentreret Sus Tai Foos vejledninger og bevægelser.

"Vi arbejder med energi. Hele kroppen er i gang, fra fod til hoved. Livgivende energi fra jorden skaber en forbindelse til himlen, så vi bevæger os med energi mellem jord og himmel. I Kina bliver det her brugt som medicin. Alt, der er blokeret i kroppen, kan det bryde igennem. De, der har skabt Qi Gong, har kigget på dyr og brugt deres bevægelser. En position hedder "Den hvide trane" og en anden "Omfavn tigeren". Det hele er tæt forbundet med naturen," forklarer Sus Tai Foo, der begyndte med Qi Gong som 20-årig.

"Qi Gong er rigtig godt for ældre mennesker. I Kina står befolkningen tidligt op og laver Qi Gong i parkerne inden solopgang, en til halvanden time ad gangen," siger Sus Tai Foo.

Hendes far er kinesisk og hendes mor er dansk. Faren flygtede fra Maos Kina i 1940. Han arbejdede som kaptajns dreng i officersmessen på skibet Jutlandia 1934-1940, slog sig ned i Københavnsområdet og åbnede den første kinesiske restaurant i Danmark. Han har også skrevet en bog, Gong Gong,

fra bedstefar til børnebørn. Sus' lillesøster Mei Mei Foo har skrevet en børnebog.

I 1971 flyttede Sus Tai Foo fra København til Norddjursland, de første mange år i kollektiv, men der bor hun ikke mere. I 2018 begyndte hun at undervise i Ældre Sagen i Vester Alle i Aarhus.

"Jeg har altid interesseret mig meget for den kinesiske kultur og taoismen og dyrket den selv. Trods min høje alder har jeg ingen smerter i kroppen, og jeg anbefaler de kinesiske teknikker til alle ældre. Det er gennemprøvet, enkelt og nemt," siger hun og forklarer, at de kinesiske bevægelsesformer er i familie med hinanden, for eksempel tai chi og karate. De er oprindeligt kampsporter," siger Sus Tai Foo. Qi Gong-øvelserne styrker immunforsvaret og giver balance i krop og sind og mere energi.

Selv udøver hun Qi Gong hver dag, halvanden til to timer morgen eller aften. Naturen er en perfekt kulisser til at lave det i, mener Sus Tai Foo.

Hun har besøgt Kina mange gange. Sidst var i 2010. "Jeg vil gerne af sted igen og se det hele. Alt er ændret, det går så stærkt, også i min landsby," siger hun længselsfuldt.

I salen henter deltagerne energi til den stille musik. Bevægelserne er enkle, blide og naturlige, og øvelserne styrker de indre organer og meridianerne, dæmper stress, sorger, nervøsitet, angst, vrede og had. De samler armene og laver lotussen, nu dragen og bagefter omfavnt tigreren.

FAKTA

Qi Gong er en flere tusinde år gammel kinesisk bevægelsesform. Det er enkle, blide og naturlige bevægelser, der udgør et kraftfuldt og effektivt behandlingssystem.

Øvelserne styrker de indre organer og meridianerne. De medvirker bl.a. til at fjerne stress, sorger, nervøsitet, angst, vrede og had. Øvelserne styrker immunforsvaret, giver balance i krop og sind og mere energi.



Sus Tai Foo er kinesisk klædt, når hun underviser. Foto: Kim Haugaard

"I laver en cirkel omkring knæene og hæver armene, ånder ind, ånder ud. Vi forbinder os til naturen," siger hun og viser det, mens deltagerne følger hende.

Deltaget i 25 år

Birthe Dahlberg på 81 år er kommet dertil, at hun ganske enkelt ikke kan undvære Qi Gong. "Jeg har gået til det i 25 år på forskellige steder og er så godt inde i det, at en dag, læreren var syg, stod jeg for undervisningen. Det hjælper både på krop og sind. Hjernen bliver vasket, og jeg er kommet godt igennem et sygdomsforløb," siger hun, der også er frivillig besøgsven i Ældre Sagen. "Jeg føler mig frisk, når jeg går herfra. Man føler velvære, og så betyder samværet med de andre også noget," føjer hun til.

Selv laver hun Qi Gong en-to gange om ugen derhjemme eller efter behov. "Hvis jeg føler mig lidt sløj eller utilpas, laver jeg Qi Gong, og så bliver jeg frisk," siger hun. Lene Rindom på 66 år har gået til Qi Gong i et år. "Jeg er blevet meget mere smidig, og det mærkede jeg især, da jeg var på skiferie. Qi Gong giver mig også et fysisk velvære. Der er både noget kropsligt og mindfulness over det," tilføjer hun, der har påtaget sig en rolle i Ældre Sagen med tryghedsopkald for ældre.

Særlige venner giver en hånd, når hjemmet skal flyttes

Flyttevennerne planlægger og hjælper ældre borgere med brug for det

Af Hans Petersen

Når man er oppe i årene, kan det være svært at skifte bolig. Ikke mindst flytningen af de ofte omfangsrige ting, som mange har samlet gennem livet, kan være en byrde.

Men Ældre Sagens Flyttevenner træder gerne til for dem, der ikke kan hente hjælp hos familie, venner eller bekendte.

Anders Lindberg var en højt værdsat leder af Flyttevennerne. Da han døde for halvandet år siden, lå hjælpen brak i et stykke tid. Men nu er den på omgangshøjde igen takket være 73-årige Lone Hedelund, der koordinerer det hele. Det var 10 år siden, hun var gået på efterløn, så hun tænkte, at hun hellere måtte lave noget mere også efter at være gået på folkepension og have arbejdet deltids i nogle år. Hun gik til generalforsamling i Ældre Sagen og blev valgt som suppleant til bestyrelsen. Hvorefter Ældre Sagens leder Torben Dreier spurgte, om hun kunne tænke sig at koordinere Flyttevennernes arbejde. Sådan blev det.

Hun har en fortid som bibliotekar og fra forskelligt organisationsarbejde, så hun er vant til at samle trådene, akkurat det, som meget handler om, når en ældre borger skal hjælpes til et nyt sted og have et helt livs opsamlede ting med. Frivillige står klar til at række en hjælpende hånd.

"Vi er 11 inklusive mig," siger hun og tilføjer, at hendes frivillige job undertiden nærmest er et fuldtidsjob. "Vi har lidt udskiftning. Tre er holdt op, men tre nye er kommet til, så vi holder antallet," siger Lone Hedelund.

Når nogen vil spørge om en flytning, skal de ringe til kontoret hos Ældre Sagen. Derfra går opgaven videre til Flyttevennerne, som kontakter den, der har brug for flytningen. Og derefter går det slag i slag. "Selve flytningen tager vi os ikke af. Den klarer et flyttefirma. Men vi laver forarbejdet med at finde ud af, hvor møbler og genstande skal stå i den nye bolig, så de kan sættes på plads straks, de bliver afleveret. Det gør arbejdet meget nemmere," forklarer Lone Hedelund og fortsætter:

"Måske har borgeren et flyttefirma, han eller hun gerne vil bruge. Og ellers bruger vi Mohammad Aziz's firma, som vi har et godt samarbejde med," siger hun.

De frivillige, som er med på en flytteopgave, tømmer skuffer og hylder, tager billeder ned og pakker det hele i kasser. På den måde er alt forberedt, til flyttemændene kommer og slæber af sted med tingene. På det nye sted hjælper de frivillige med at pakke ud og sætte på plads.

"Hvis vi ved, hvor folk skal flytte hen, aftaler vi, hvor tingene skal stå. De bliver placeret rigtigt fra starten, så de ikke skal flyttes to gange," siger Lone Hedelund og understreger, at det er meget vigtigt, at der bliver lavet faste aftaler om alt.

Mange henvendelser

Der er god brug for flyttevennerne.

"Fra maj 2025 og til årsskiftet, havde vi 18 henvendelser, afsluttede 11 og videreførte fire, mens tre ikke blev til noget. I 2026 har der indtil april været otte afsluttede flytninger, to-tre igangværende og to, der afventer," oplyser Lone Hedelund.

"Mange er meget taknemlige for, at vi klarer den opgave, som er næsten uoverskuelig for mange ældre, og de tilbyder os måske et maleri eller en anden genstand som tak for hjælpen," forklarer Lone Hedelund.

"Men det må vi ikke tage imod," slår hun fast. "Hvis nogen ønsker at udtrykke deres tak, vil vi langt hellere have, at de tilbyder at give et beløb fra den kommende arv til Ældre Sagens Flyttevenner. På den måde vil vi kunne samle nogle tusinde kroner, som vi kan bruge, hvis vi uheldigvis ødelægger ting under flytningen. Så skal vi ikke diskutere det ret længe, men vi kan gå ud og købe en tilsvarende ting," siger Lone Hedelund.

FAKTA

Hvis du ikke har familie eller netværk og har behov for hjælp i forbindelse med flytning til ældrebolig eller plejehjem, så ring til Ældre Sagen i Aarhus på tlf. 86 13 09 26.

Du vil herefter blive kontaktet af Lone Hedelund, der er koordinator.

Hun har for nylig oplevet, at en borger, som ikke havde nærtstående familie, med hjælp fra en advokat havde testamenteret et anseligt beløb til en af landets velgørende institutioner. Og derudover gravøl på Restaurant Kohalen for deltagere i bisættelsen.

Personen døde kort tid efter flytningen, så fem deltagere mødtes til den lille mindesammenkomst for den afdøde.

"Det var rigtig hyggeligt, og vi fik talt om den afdøde i et godt selskab," siger Lone Hedelund.

Udfordringer

I sin tid som leder af Flyttevennerne har hun noteret nogle udfordringer, som hun arbejder på at løse. En af dem er for lang behandlingstid for at få godkendt økonomisk hjælp til flytningen. Det er for eksempel uholdbart ved pludselig sygdom, hvor flytning skal ske i en fart. Det sker også, at dyre huslejer i ældreboliger og på plejehjem kan hindre en flytning, og desuden mangler der undertiden hjælp efter flytningen til vask og indkøb.

Derudover er der en del praktiske ting som belysning og manglende skabe og noget så simpelt som et rullegardin. Dørtelefonen kan også være for langt fra beboerens siddeplads.

Anmodninger om hjælp til flytning kan komme flere steder fra: hjemmehjælpere, fysioterapeuter, ergoterapeuter eller centerledere. De kontakter Ældre Sagens kontor i Vester Alle 8 i Aarhus. Derefter tager Lone Hedelund ud og taler med den pågældende, og der bliver lavet en nedskrevet aftale om flytningen. Firmaet, der klarer de tunge ting, bistår ofte med en vurdering af, hvor mange flyttekasser, der skal bruges, og så videre.



Flyttevennerne hjælper med at pakke, pakke ud og sætte på plads. Her ses Lone Hedelund. Foto: Kim Haugaard

Min Sidste Vilje – en sidste omsorg for dig og dine kære

At tage stilling til sin egen afsked kan virke som en svær beslutning, men det er en af de mest omsorgsfulde handlinger, du kan foretage for dine pårørende. Ved at udfylde "Min Sidste Vilje" sikrer du, at dine ønsker bliver respekteret, samtidig med at du letter byrden for dine nærmeste i en svær tid. Hos Bedemand H.J. Madsen hjælper vi dig gerne med at udfylde dokumentet og sikre, at dine ønsker bliver tydelige og tilgængelige.

Hvad er "Min Sidste Vilje"?

"Min Sidste Vilje" er et dokument, hvor du kan angive dine ønsker for din begravelse eller bisættelse. Her kan du tage stilling til:

- Om du ønsker en jordbegravelse eller en bisættelse
- Hvor ceremonien skal finde sted
- Valg af kiste eller urne
- Blomster, musik og særlige læsninger
- Eventuelle ønsker om donationer i stedet for blomster

Ved at tage disse beslutninger på forhånd kan du sikre, at din afsked bliver, som du ønsker det, og samtidig aflaste dine pårørende, så de ikke skal gætte sig frem.



Digital eller fysisk – hvad passer dig bedst?

Hos Bedemand H.J. Madsen anbefaler vi, at du udfylder "Min Sidste Vilje" på den måde, der passer dig bedst.

- **Digitalt:** På hjemmesiden www.minsidstevilje.nu kan du logge ind med MitID og udfylde dokumentet online. Dette giver dig mulighed for at opdatere dine ønsker løbende og sikre, at dine pårørende har adgang til de rette oplysninger, når tiden kommer.
- **Fysisk:** Foretrækker du at have en papirversion, kan du downloade dokumentet fra vores hjemmeside www.bedemandmadsen.dk eller kontakte os for at få en trykt kopi. Vi hjælper dig gerne med at udfylde det og besvarer dine spørgsmål.

En sidste omsorg

Ved at udfylde "Min Sidste Vilje" viser du omsorg for dine efterladte og sikrer, at din afsked bliver, som du ønsker. Hos Bedemand H.J. Madsen står vi klar til at hjælpe dig med rådgivning og vejledning, så du kan tage stilling i ro og mag.

Kontakt os på telefon **86122866** for en uforpligtende samtale – vi er her for at hjælpe.

Bedemand 
H.J. Madsen

Særudstilling med kunstner Signe Klejs

afterglow

evigt ejes kun det tabte

Åbner 8. maj

Where art & science meet



**NATURHISTORISK
MUSEUM AARHUS**

NOJ Fonden



AAGE OG JOHANNE
LOUIS-HANSENS
FOND

Arhus
Stiftstidende



Jørgen Drejer med armbåndet. Privatfoto

Jørgen Drejer ryster ikke længere på hånden

Et armbånd om håndleddet har givet 67-årig et langt bedre liv

Af Hans Petersen

Jørgen Drejer er en lykkelig mand. Takket være et særligt armbånd, som han bærer, er han sluppet af med daglige rystelser, som gjorde livet besværligt og undertiden betød, at han faldt. "Mine rystelser begyndte for seks år siden," fortæller han, der er 67 år.

Han giver et eksempel:

"Når jeg havde været ude at spille golf og uheldigvis tabte, skulle jeg give øl. To ad gangen kunne jeg ikke hente ved disken, for jeg kunne ikke koordinere mine bevægelser. Det var meget generende," uddyber han og fortsætter:

"Jeg var bange for, at det var Parkinson og gik til læge. Heldigvis fik jeg besked om, at det var det ikke. Undersøgelser i Skanderborg viste, at det var almindelig rystesyge."

Så fik Jørgen Drejer et hint fra et familiemedlem om, at der fandtes nogle særlige armbånd, som har hjulpet mennesker af med deres rysten.

"Jeg købte sådan et, ATD hedder det, og det har hjulpet. Samtidig går jeg til akupunktur hver sjette uge, og det hjælper på balancen," siger en tilfreds Jørgen Drejer.

ATD står for Anti Tremor Device. Det er et armbånd, som ligner et ur.

Giver ro i kroppen

"Det er alle tiders. Det giver mig ro i kroppen og en god balance, og jeg har det på hele tiden undtagen om natten. For et par måneder siden stod det af, og jeg fik et nyt armbånd. Da jeg fik det på, mærkede jeg i kroppen, at det begyndte at vibrere, og jeg fik den indre ro tilbage," forklarer Jørgen Drejer og tilføjer, at hans fysioterapeut anbefaler armbåndet til andre, som har problemer med at ryste.

"Armbåndet koster 3500 kroner, og de er godt givet ud," mener Jørgen Drejer.

Han er på pension efter at have været typograf på Ringkøbing Amts Dagblad i en årrække og derefter i 20 år faglig sekretær i Teknisk Landsforbund. Han bor nu på tredje år med sin hustru Kirsten i Ringkøbing.

Sådan virker det

ATD, som står for Anti Tremor Device, er udviklet til patienter med Parkinsons sygdom.

Men den kan også nedsætte rystelserne hos folk, som lider af essentiel tremor (rystesyge).

Om den blot nedsætter eller helt stopper rystelserne er individuelt, men for langt de fleste har ATD'en en positiv effekt og giver et markant løft i livskvaliteten.

Om ATD kan hjælpe folk, som lider af rystelser af andre årsager, er endnu ikke testet.

ATD afgiver små vibrationer/rystelser til håndleddet. De får kroppen til at sende nogle signaler til hjernen. De får den til at lukke for de signaler, som får én til at ryste.

ATD virker uafhængigt af medicin og kræver ingen indgreb, uanset om man anvender den til behandling af Parkinson eller rystesyge.

Da ATD ikke gør andet end at vibrere på brugerens håndled, og dermed udnytte kroppens egne signaler, gør den ikke skade eller forværrer rystelserne permanent.

Fordi ATD virker helt uden medicin og indgreb, er det en risiko- og bivirkningsfri behandling af rystelserne.

Hvor stor antiryste-effekt brugerne oplever, varierer - nogle oplever at deres rystelser stopper helt, mens andre oplever, at de blot bliver nedsat.

Anti Tremor armbåndet er programmeret til at køre syv forskellige programmer, som automatisk skifter.

Det er individuelt hvor meget og hvor længe ad gangen, man har brug for at have armbåndet på.

Nogle oplever, at deres rystelser helt stopper, mens de blot bliver nedsat hos andre. En lille del mærker ingen virkning.

Selv en mindre reduktion af rystelser kan give en mærkbar forbedring af muligheden for f.eks. at spise selv og skrive med en kuglepen.

Anti Tremor armbåndet er forudindstillet med syv forskellige vibrationsprogrammer. Armbåndet skal ikke programmeres og er derfor helt klar til brug.

(Kilde: Anti Tremor Device)



Armbåndet er enkelt og let at tage på. Privatfoto

Tilbud til Ældre Sagens medlemmer

SPAR 100 KR PÅ ÅRSKORT

Lige nu kan medlemmer spare yderligere 100 kr. på årskort, som i forvejen er nedsat ved automatisk fornyelse.

Årskortet er fyldt med fordele, bl.a. **GRATIS TOGTUR** alle hverdage*, 15% på overnatning, gratis entré til 3 andre zoos og op til 50% på udvalgte attraktioner i hele Danmark.
Se alle fordele på Reepark.dk



FÅ TILBUDET
VIA QR-KODEN



*efter kl. 14 - gælder ikke helligdage og skolernes ferier, læs betingelserne på Reepark.dk

Jeg har aldrig dyrket at se bagud



Anders Baggesen er ældst i ensemblet på Aarhus Teater. Den næste er 20 år yngre. Foto: Kim Haugaard

Anders Baggesen er 67 år, men fit som en på det halve og en vigtig brik i Aarhus Teaters ensemble

Der er skuespillere, hvor du tydeligt ser, at det er dem bag rollen. Og så er der skuespillere, som du ikke ser, fordi de er rollen. Forskellige fra gang til gang i lige netop den rolle og situation. En af dem er Anders Baggesen.

Selv om du kender ham godt fra teatret, kan der gå lang tid, før du opdager, at han er med på scenen. For eksempel i Christian Lollikes fantastisk morsomme, ironiske og sarkastiske "Skolekomedien" om nutidens folkeskole i denne sæson. Der spillede han kvinden, lærerinden Anette, som er med i tre udgaver. Og ja, de to andre bag påklædningen er kvinder. Men nogle blandt publikum når ikke at finde ud af, at Anders Baggesen er inde i et af kvindekostumerne. Han forklarer det sådan:

"Du skal forstå din tekst, men de sidste skridt skal skuespilleren gå selv. Man lægger sig selv ind i det. Puster liv i det, så det bliver troværdigt. Der skal være belæg for det, man gør, men der må være sprækker, hvor det ikke kan forklares, men skal opleves. Hvis publikum er med på den og har sat sig i stolen og begejstres eller røres, mærker man reaktionen på scenen. Det holder en i gang." Med den topmålte professionalisme har han formået at bevare et smukt liv på de skrå brædder i så mange år.

Anders Baggesen er 67 år. Den næste i rækken efter alder i Aarhus Teaters ensemble er den 47-årige Jakob Madsen Kvols. Altså 20 års forskel på ældst og næstældst.

Baggesen har ikke tænkt sig at holde op, og han har kontrakt med teatret til 2030. Da er han 72. Han er slank og ser veltrænet ud, men der er ikke nogen særlig opskrift eller trylleformular for, hvordan det er muligt at holde sig så fit.

Og da vi besøger ham og hans mand, kunstner Erik Boje Nielsen, i Odder i deres velholdte og smukt og spændende indrettede hus fra 1917 ryger Anders Baggesen en cigaret i ny og næ. Men hvad er så forklaringen på, at en mand i den alder kan springe rundt på scenen og udfylde den ene rolle efter den anden af vidt forskelligt indhold og karakter?

"Jeg sørger for at gå en tur hver dag, men ellers træner jeg ikke fysisk. Min garderobe på teatret er på fjerde sal, så jeg skal op og ned ad trapper nogle gange. Det bidrager til formen. Når jeg skal spille, begynder den mentale opvarmning i sminkestolen. Det tager 20 minutter, og kvinder klarer det. Vi taler om alt muligt undervejs. Bagefter laver jeg nogle fysiske øvelser, så jeg får kroppen i gang, cirka 15 minutter, og så er jeg klar. Jeg lever et sundt liv, spiser sundt, den grønne linje, ikke fanatisk, men gerne råkost. Jeg river et æble og spiser en gulero. Vi kan godt lide at holde fester, Erik og jeg, men ellers spiser vi hverdagsmad.



Erik Boje og Anders Baggesen på en yndet plet foran huset i Odder. Foto: Kim Haugaard

Premierer og festivitets bagefter er skønne, men jeg elsker hverdagen. Min far sagde det sådan: "Hverdagen skal være lige så god som lørdagen."

Anders Baggesen fortæller videre:

"Måske har jeg et jernhelbred. Jeg er nysgerrig, undersøgende og i gang. Vi skal videre, vi skal se, hvad der er om det næste hjørne. Jeg har aldrig dyrket at se bagud. For mange taler om "I gamle dage..." Drop det, og ordet 'plejer' skulle stryges af vokabulariet."

Han er en af de 15 faste skuespillere på Aarhus Teater, ensemblet. Engang var de 35. Det var i 1977, da han begyndte som elev.

"At være i et ensemble, der laver så meget forskelligt, er som at være i et symfoniorkester. Vi får lov at spille på alle instrumenterne. Den ene dag morer

vi folk, andre gange er det dybeste alvor," siger han og tilføjer:

"At vi er færre i ensemblet nu end før, betyder, at der kommer en masse gæsteskuespillere. Som nu Kirsten Olesen, som jeg spillede sammen med i "Amour", kun os to på scenen. Jeg var heldig at opleve det. Stykket handler om et gammelt ægtepar, som har levet sammen i mange år. Kirsten

Olesen er 76 og stadig ydmyg over for sine roller. Vi er fra den generation, der har fået lov til at være skuespillere. Vi betragter det ikke som en selvfølge. Indgangsbønnen til et samarbejde er, at vi er udstyret med en sund tvivl. Vi gør tingene om og om igen. Scener skal være ligesom virkeligheden.

Fortsættes på side 12



Havestuen er fyldt med lys og forår. Foto: Kim Haugaard



Klaveret hører stuen til, og Anders Baggesen leverer gerne et nummer. Foto: Kim Haugaard



Med Kirsten Olesen i Amour. Foto: Emilia Therese



Som Anette i Skolekomedien. Foto: Kim Haugaard



I Julefeber. Foto: Kim Haugaard



I centrum i La Cage aux Folles. Foto: Per Morten Abrahamsen



I Julen findes ikke. Foto: Kim Haugaard

CV

Anders Baggesen, født 9. oktober 1958 i Vendsyssel. Skuespiller og teaterinstruktør.

Uddannet fra Skuespillerskolen ved Aarhus Teater i 1980. Tilknyttet teatret størstedelen af sin karriere og har optrådt på mange af landets andre scener.

Debut 1979 på Aarhus Teater i musicalen West Side Story. Har medvirket i over 100 forestillinger.

Modtog 2005 en Reumert for sin rolle i Lykke-Per på Aalborg Teater. Var nomineret til samme for rollen som Alfred i My fair Lady. Har desuden fået en del andre priser. 40-års jubilæum som Grandpa Joe i Aarhus Teaters Charlie & Chokoladefabrikken i 2021.

Spiller i Barbara på Aarhus Teater 2. maj-4. juni 2026.

Har også medvirket i revyer, film og tv-serier.

Bor i Odder med Erik Boje Nielsen. Fra sit første ægteskab 1980-1990 har han to børn, Julie Marie Baggesen Høgsberg, 45 år, og Andreas Baggesen, 43 år. Ingen af dem er blevet skuespillere som deres far. Desuden to børnebørn.

Alt er gennemarbejdet til mindste detalje, hvornår jeg drikker og hvorfor."

Fire roller på en sæson

Skuespillerne har som regel fire roller i en sæson. "Det kan være store og små. Men for mig er alle lige vigtige. For eksempel spiller jeg provst, en meget lille rolle, i Barbara, som er på Scala-scenen lige nu. Rollen betyder meget, selv om den er lille, og det gælder om at være ydmyg over for enhver rolle. Chefen forventer, at jeg løser de opgaver, jeg får, på den bedste måde. Der er altid en mulighed i materialet. Jeg spørger ind til den i prøveforløbet. Hvad er det, hvilken person er det, hvad vil den fortælle..., siger han og tilføjer med en vis stolthed: "Siden jeg kom til teatret i 1977, har jeg ikke haft en eneste pause." Der har altid været bud efter ham.

Kollegaen Jakob Madsen Kvols giver ham denne karakteristik i en podcast på aarhusiteater.dk: "Anders Baggesen tør fylde noget på scenen. Han er ikke bare teatralisk, har høj energi og godt humør og er nem at være sammen med, morsom og underholdende. Han kan sine klassikere, er teknisk dygtig og god til at bruge replikkerne. Han er sarkastisk og gør ikke meget væsen af sig selv, skal ikke fylde hele tiden. Han er en eminent taler, god til at improvisere og rammer spot on, hvad der er på spil hos den enkelte."

Musicals har han taget del i masser af gange. Det var ikke så fint at spille musicals, da jeg begyndte. Det har heldigvis ændret sig, for det er ikke kun underholdning.

"Jeg har været med i omkring 45 musikforestillinger og musicals, og det er jeg glad for. Musik løfter,

bærer og drager. Følelser sættes i gang," siger han og supplerer:

"Cabaret" er en særlig forestilling, som jeg har været med i både i Aarhus og i København, den ene gang med Ulla Henningsen. Den handler om en klub i Berlin i 1930, om nazismen og jøderne, og seksualiteten er fri. Tiden har lært mig, at jeg her virkelig var med til at fortælle noget om nazismen og jøderne."

Elskede at optræde

Det med at blive skuespiller begyndte helt i barndommen. Anders Baggesens far Jens Baggesen var lokalpolitiker og borgmester i den tidligere Løkken-Vrå Kommune 1975-1986.

"Vi boede i Rakkeby, en lille by mellem Blokhus, Løkken og Hjørring. Mine forældre lod os prøve det hele. Vrå Højskole lå i nærheden, og der sprudlede kreativiteten. Stedet betød meget, der var højt til loftet og børneteater på skolen, og jeg havde de allerbedste timer, når vi spillede dukketeater og skuespil. Sangundervisning fik jeg på Hjørring Seminarium," siger Anders Baggesen.

"Jeg var hysterisk med at optræde og ville gerne på teatret. Vi børn havde ubegrænset frihed. Det gjaldt om at finde sig selv. Jeg har aldrig hørt mine forældre tale om, at noget var pinligt. Hvis noget var det, var det fordi, vi ikke kunne sige undskyld. Kan du sige tak og undskyld, er alting godt. Vær aldrig bange for at rydde op i dit liv. Vi må stole på, at sår kan hele, og at tillid kan bygges op igen. Vi er nødt til at kunne tilgive hinanden, har jeg lært. Min far var meget karismatisk, og vi optrådte sammen. Han læste op, og jeg sang.

Fortsættes på side 14



Erik Boje Nielsen er kunstmaler, og hans værker hænger i huset. Foto: Kim Haugaard

Fortsat fra side 12

I sommerhuset i Lyngby hos Susse Wold og Erik Mørk læste jeg "Den lille Prins" op, da jeg var 17 år, og min far talte med Erik Mørk om mulighederne for teatret. Senere på året gik jeg til optagelsesprøve,

kom ind og har været der siden," siger Anders Baggesen.

Også instruktør

Undervejs i karrieren har Anders Baggesen også været instruktør, for eksempel i Astrid Lindgrens

Emil fra Lønneberg på Aarhus Teater, My Fair Lady på Den Jyske Opera og blandt andet West Sidde Story på Vilhelmsborg Festsplil, hvor han var i 10 år. Festsplillet levede i mange år i parken ved godset mellem Beder og Mårslet.

"Det er et stort ansvar, for man vil jo gerne have de bedste skuespillere og kan ikke bare kræve ind. Jeg kan lide at instruere, men det skal jeg ikke mere. Nu koncentrerer jeg mig om skuesplillet," siger han.

Sommerhus i Ajstrup

Fritiden bruger de ofte ved Ajstrup Strand, hvor Anders Baggesen og Erik Boje Nielsen har haft sommerhus i 20 år. Både i det og i hjemmet i Odder er skabe fyldt op med musselmalet, kongeligt porcelæn.

"Jeg er vild med det og har samlet lige siden, jeg var 14 år, da min mors veninde gav mig en lille stak. Nu er det blevet en større samling, og jeg supplerer den stadig," siger Anders Baggesen og viser, hvad der står bag glaslågerne i det gamle, smukke skab. Den ene stue er også forsynet med et klaver, og det bliver brugt jævnligt.

"Både Erik og jeg spiller," siger han.

At hjemmet er kreativt understreges af Erik Boje Niensens mange malerier på væggene. I værkstedet i kælderen er han flittig med penslerne, og mange af hans billeder går som varmt brød i København.



”

Vi må stole på, at sår kan hele, og at tillid kan bygges op igen.

Anders Baggesen

Musselmalet kongeligt porcelæn er en lidenskab for Anders Baggesen. Det kommer på bordet, når der er mange gæster i huset, og det er der ofte. Foto: Kim Haugaard

Ældre @ Sagen

ÆOF

Du finder nu et væld af kurser og aktiviteter for seniorer på Ældre Sagens Oplysningsforbund- og Ældre Sagen hjemmeside. Vi har noget for enhver smag, uanset om du er interesseret i motion, kreative fag, sprog, IT eller høre mere om hverdagen, som omgiver os.

Vores kurser og aktiviteter er et godt sted at møde nye mennesker, lære nyt og holde dig aktiv. Vi har begynderkurser på de fleste hold.

Tilmeld dig fra 18. maj og kom i gang med efterårets kurser og aktiviteter!

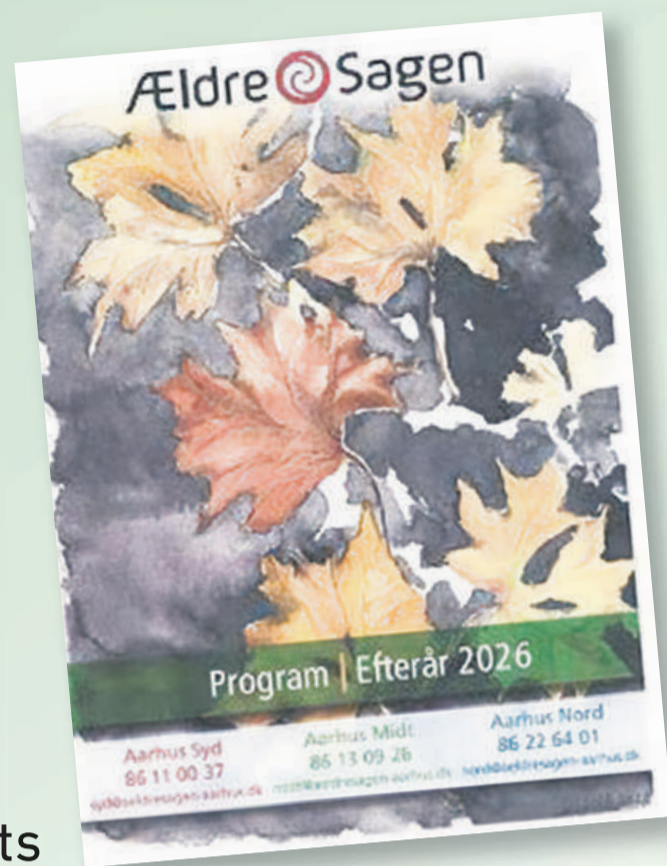
Se mere på vores hjemmeside:

www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/aarhus eller på kontoret: 86 13 09 26

<https://www.aeldresagen.dk/tilmeld-lokalt-nyhedsbrev?divisionId=751>

Program: <https://www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/aarhus/aktuelt/program>

Facebook: <https://www.facebook.com/aeldresagenaarhus>



MOTION

- Yoga flere holdtyper
- Yoga for mænd
- Yoga hensyntagende
- Pilates
- Qi Gong
- Zumba
- Vandgymnastik
- Svømning
- Gåture
- Line Dance

KREATIVE FAG

- Akvarelmaling
- Acrylmaling
- Patchwork
- Blomsterdekoration
- Korsang
- Slægtsforskning
- Erindrings-skrivning
- Mad for mænd
- Bridge
- Bridge for begyndere

SPROG

- Engelsk
- Tysk
- Fransk
- Fransk for begyndere
- Spansk
- Spansk for begyndere
- Italiensk
- Italiensk for begyndere

IT

- Grundlæggende IT
- Office-pakken
- Internettet
- Windows
- E-mail
- Sikkerhed på nettet
- Apple
- Foto

FOREDRAG & TEMAMØDER

- Sundhed
- Livsstil
- Historie
- Kultur
- Rejser
- Politik
- Økonomi
- Teknologi

Det værste er, når dårlig hørelse ender i social isolation

Kom til undersøgelse lige så snart, du fornemmer, at din hørelse er svækket, siger kvinde, der er ekspert på sin egen måde

Af Hans Petersen

Det kan være svært nok at høre dårligt, men endnu værre kan det være at blive isoleret på grund af høretab.

Sanne Lauridsen kender til det med dårlig hørelse. Ikke fordi hun er isoleret fra fællesskaber og omverden, men fordi hun har et arveligt høretab og har oplevet, hvad det kan betyde.

"Der var gang i mig, og jeg har tit været sat i skamkroen eller sat uden for døren i skolen, fordi lærerne troede, jeg ikke hørte efter," fortæller hun, der gik i Holme Skole i 10 år og tog realeksamen. I dag er hun 66 år og bor i hus i Tilst.

Hun var heldig, at der var lige nøjagtig for mange elever til en klasse på hendes årgang, så de blev delt i to med 13-14 elever i hver klasse.

"Det gjorde det hele meget mere overskueligt for lærerne og betød større opmærksomhed på den enkelte elev," forklarer hun.

Den dårlige hørelse er en familiesvaghed, så Sanne Lauridsen har været vant til, at der blev talt tydeligt derhjemme.

For eksempel var hendes morbror helt døv, og hendes egen søn og barnebarn har svækket hørelse. "Man lærer nogle gode råd som at have øjenkontakt med og mund aflæse den, der taler, og ved en fest skal man helst placeres på en bestemt måde. Et rundt bord er bedre end et firkantet. Man får lydbilledet smadret, hvis man sidder i midten, og for folk med diagnoser betyder det meget, for de har tendens til ellers at blive forvirrede," forklarer hun og noterer, at når andre ved, at folk har høretab, tager de hensyn til det.



Sanne Lauridsen giver gerne gode råd til andre.
Foto: Kim Haugaard



Gode råd kan gives på mange måder.
Foto: Kim Haugaard

Man skal erkende det og fortælle det. Det er også vigtigt for den hørehandicappede at skabe det, hun kalder lyttepauser. Der kan være brug for øjeblikke og minutter borte fra tale og støj. Det kan for eksempel klares ved, at den hørehandicappede i et selskab tilbyder at tage ud af bordet eller hjælper med at vaske op. Imens får ørerne en hvilepause.

"Ved møder i Høreforeningen Aarhus Lokalafdeling gør vi det for eksempel helt bevidst," siger Sanne Lauridsen, der er formand for lokalafdelingen.

Hun synes, at det største problem er, når personer med dårlig hørelse ender i social isolation. "Det kan komme gradvis. Man opdager ikke, at man mister nogle toner, og momentvis bliver hørelsen dårligere. Måske vil ægtefællen ikke gå med til en undersøgelse. Man trækker sig, kommer ikke med til arrangementer mere, holder sig hjemme. Bor man alene, trækker man sig endnu mere," siger hun og opfordrer til gå til ørelæge så snart, fornemmelsen for nedsat hørelse er der.

"Ikke alle ved, at de hører dårligt, men de kan være opmærksomme på signaler: De skruer højt op for tv, radioen får også et hak op, og der kan være andet," siger hun og fortsætter: "Gå til ørelæge og få det tjekket. Der kan også være andet, for eksempel en tumor, som det er godt at få opdaget i tide," siger Sanne Lauridsen og tilføjer, at jo længere tid, der går, jo længere tid tager det at få hørelsen tilbage og lære lydene at kende igen.

Konsekvensen af den dårlige hørelse kan naturligvis være høreapparater, og det kan være en svær begyndelse. Nogle lyde høres unaturligt højt, andre lyde forsvinder, og personen trækker sig fra sociale sammenhænge, læser en bog i stedet og får tekst på tv-udsendelserne.

"Lydniveauerne kan også være en udfordring, men ved hjælp af telefonen kan man sørge for, at lyden ikke kommer over 80 decibel," siger hun og under-

streger, at det kan være et lille frikvarter at gå en tur uden at have noget i ørerne," siger hun. Tinnitus er en anden ting, som generer mange. "Den kan komme af stress og høj musik," siger hun, der er med i Aarhus Handicapråd, hvor hun arbejder meget med kommunikativ tilgængelighed. "Man kan gøre meget for at hjælpe sig selv, når man hører dårligt, men ikke alt er man herre over," siger hun og ser sig rundt i den stue, hvor hun bor. "Glasvægge er ikke gode, troldekt på lofter og bare et gardin kan gøre lyden meget bedre for folk med hørehandicap. Og så skal man ikke være bange for at fortælle, hvis man har det svært med at høre eller følge med. I en kirke er der for eksempel gode positioner, hvor man hører bedre end andre steder, og man skal ikke sætte sig bagest for ikke at "blive opdaget". Man skal bruge mulighederne, være modig og kende sine rettigheder," siger Sanne Lauridsen.

Hun synes, at udviklingen inden for høreapparater har været voldsom og fantastisk.

"Nu kan man få lyden fra telefonen direkte op i øret," siger hun.

Hun er aktiv efterlønner, der går i kvindeklub og er bisidder for dem, der har brug for det.

I sit aktive liv har hun været edb-assistent/datamatiker og blandt andet arbejdet tre år med it i DSB i København, arbejdet i Provinsbanken og Danske Bank, først som programmør og siden som teknisk supporter og i sin fagforening, inden hun i 2014 kom tilbage til Aarhus, hvor hun arbejdede som teknisk supporter, til hun gik på efterløn i 2024.

Og så støtter hun fællesskaber.

"Vi er mange i samme situation, så kom og vær sammen med nogle af os andre. Alder har ingen betydning. Fællesskabet er det vigtigste, et forum af folk med samme handicap, og dem træffer man i Høreforeningen Aarhus Lokalafdeling," siger hun, der også har været tillidsmand i mange år.

FAKTA

800.000 danskere lever med lyd- og høreproblemer. Det kan være nedsat hørelse, tinnitus, meniere eller andet.

Høreforeningen giver medlemmerne råd og støtte samt et netværk med andre i samme situation.

Høreforeningen tilbyder medlemmer bisidderservice ved for eksempel møder med offentlige myndigheder, bank eller sundhedsvæsen. En bisidder er en neutral sparringpartner.

Alle har ret til et gratis høreapparat fra det offentlige, og der er frit sygehusvalg i Danmark

Oplevelser nær dig – hele foråret

ENTRÉ TIL MARSK TOWER

Kom helt til tops i det 25 meter høje tårn.

IKKE-ABONNENT

FRA 95 KR.

PR. PERSON

ABONNENT

FRA 75 KR.

PR. PERSON



ENTRÉ TIL UNIVERSE SCIENCE PARK

En dagfyldt med leg, virtual reality, raketter og naturfænomener.

IKKE-ABONNENT

FRA 285 KR.

PR. PERSON

ABONNENT

FRA 199 KR.

PR. PERSON



ENTRÉ TIL TERRARIET REPTILE ZOO

Oplev mere end 110 forskellige krybdyr, padder, invertebrater, fisk, fugle og pattedyr.

IKKE-ABONNENT

FRA 140 KR.

PR. PERSON

ABONNENT

FRA 90 KR.

PR. PERSON



ENTRÉ TIL TIVOLI FRIHEDEN

Entrébillet og turbånd i 2026 til fordelspris - kun for abonnenter.

IKKE-ABONNENT

FRA 180 KR.

PR. PERSON

ABONNENT

FRA 95 KR.

PR. PERSON



ENTRÉ TIL DET FYNSKE DYRSKUE

Kom tæt på dyrelivet en valgfri dag i weekenden 5. - 7. juni 2026.

IKKE-ABONNENT

FRA 150 KR.

+ GEBYR

ABONNENT

FRA 90 KR.

+ GEBYR



ENTRÉ TIL RANDERS REGNSKOV

Gælder til en valgfri åbningsdag i 2026.

IKKE-ABONNENT

FRA 150 KR.

PR. PERSON

ABONNENT

FRA 120 KR.

PR. PERSON



Læs mere og bestil på [Avisfordele.dk](https://avisfordele.dk)

Scan QR-koden og læs mere på avisfordele.dk



Avisfordele

Din avis - dine fordele!

Avisfordeles kundeservice tlf. 65 45 58 59 - hverdage kl. 9-14

Vi tager forbehold for trykfejl, prisændringer, udsolgte/aflyste tilbud. Gælder så længe lager haves.

Pas på: "Der er lidt Låsby-Svendsen i de fleste af os"

Konsulent fra politiet og bankansatte giver gode råd om it-svindel.

Af Hans Petersen

Overalt er der svindlere, som forsøger at få fat i vores penge og værdier. It-svindel er stærkt udbredt. Og det bliver kun værre.

"Udviklingen af snyderiet går stærkt, ja hurtigere end nogensinde før. Svindlen er organiseret, og der er ligefrem callcentre, som svindlerne ringer fra og centrerer deres lyssky aktiviteter omkring," siger Tim Brockway Johansen, konsulent for Forebyggelsessektionen hos Østjyllands Politi i Aarhus.

Hos det østjyske politi arbejder 80 mand i afdelingen for økonomisk kriminalitet med at opklare de mange sager.

"Vi vil gerne nå dem alle, men det er ikke muligt. Det går stærkere end nogensinde med forsøg på at svindle folk, ikke mindst fordi mange er begyndt at bruge kunstig intelligens," siger han, der har arbejdet fem år med emnet.

Han fortalte om de mange farer, der lurer, ved et arrangement for Ældre Sagens medlemmer, lavet i samarbejde med Nykredit og Spar Nord i Aarhus. Herfra deltog privatkundeforfører Camilla Rosenlund Haferbier og assisterende private banking-rådgiver Sanne Skovgaard.

Flest unge bliver snydt

At pladserne blev revet væk på ganske kort tid, viser, hvor stort emnet er for den ældre generation. Det er ellers ikke dem, der bliver mest udsat for it-svindel. Værst går det ud over de 30-49-årige og dernæst de 10-29-årige.

Men den ældste generation er mere utryk ved it end de unge, såkaldt digitalt indfødte.

Svindlen kan handle om at opsnappe cpr-numre og trække penge fra andres konti, det kan være falske bankbude, som lokker folk til at afgive cpr-nummer og koder til deres konto.



Omkring 60 mødte op for at få gode råd. Foto: Kim Haugaard

Men det kan også være svindel med investering, hvor for eksempel AI-skabte indslag på Facebook eller andre kanaler lader kendte mennesker få falske stemmer og lovpriser investeringer, der er svindel. Dem bliver der flere af, fordi det går godt for "investoren" i det falske spil i starten. Du sætter nogle penge ind, og i den første tid giver det gevinst, så du investerer mere og ser glad ud... lige indtil den dag, du vil hente pengene hjem. Så er der ikke nogen. De ligger i svindlernes lommer.

"Vi tænker måske, at den hopper vi ikke på, men det er min erfaring, at der er lidt Låsby-Svendsen i os alle sammen," sagde han og hentydede til den kendte handelsmand, der købte og solgte alt mellem himmel og jord med håndslag som kvittering og en tyk tegnebog i inderlommen.

Pas på koder

Vi er ikke gode nok til at passe på vores koder, mener Tim Johansen.

"Når jeg står i en butik og handler, kan jeg for eksempel se alle de pinkoder, der bliver indtastet ved kassen. Ingen dækker dem med den anden hånd eller noget andet," siger han.

Også i banken oplever personalet de mange forsøg på at snyde kunderne, og Sanne Skovgaard, assisterende private banking-rådgiver i Spar Nord/Nykredit sagde, at det er godt at drøfte emnet.

"Jo mere, vi taler om det, jo større er sandsynligheden for, at vi husker at holde hovedet koldt, når vi bliver kontaktet af en svindler," sagde hun og fortsatte:

"Svindlen begynder med en sms eller et klik. Måske opdager I noget og skynder jer at stoppe og tænke pyh ha, det gik... Men et par dage efter kommer der et opkald fra en myndighedsperson, og så kører det. Vær altid opmærksom, men der kan være et særligt pres på bestemte tidspunkter, for eksempel når det er tid for tilbagebetaling af skat.

ATP og Mobilepay, kan også kontakte os for at bede os opdatere oplysninger.

De falske bankbude er der stadig, men undertiden er nogle af dem inde at brumme. Men de kommer tilbage.

Svindel med investering rammer især mænd på 70+, der selv mener, at de er investeringsguruer og har hørt, at Holch Poulsen er blevet rig på kryptovaluta eller lignende. Nogle reagerer på en annonce fra en investeringsrådgiver, der kunne hedde Charlie. Han ringer, og de taler sammen i mange dage. Charlie hjælper med at investere, og det går godt. Beløbet stiger, og kunden smider flere penge i, lige indtil han skal have pengene ud. Så er de der ikke mere. Og det er Charlie heller ikke."

Falske webshops

Tim Johansen nævnte falske webshops som en risiko og fem kendetegn, der kan afsløre svindleren: Varen er markant billigere end andre steder.



Tim Johansen gav mange gode råd til at undgå svindel. Foto: Kim Haugaard

Der er priser med skæve beløb.

Webadressen ser underlig ud.

Beløbet og butiksnævnet er ændret, når du skal godkende beløbet.

Der er ingen "om os"-side på hjemmesiden, eller beskrivelsen lyder utroværdig.

En anden risiko er falske sms'er, hvor svindlerne giver sig ud for at være ens børn, der beder om en tjeneste. Den handler om, at barnet skal overføre nogle penge. Netbanken virker ikke, påstår barnet og beder far eller mor overføre beløbet, som vil blive betalt tilbage i morgen.

Lad være...

Trickyveri

Trickyveri er også en risiko. Men man kan gøre noget selv. Her er nogle punkter:

Undgå at have taske/pung synlig på indkøbsvogn eller rollator.

Undgå at have mange kontanter på dig.

Tænk over og undgå helst at hæve penge ved automater. Er større beløb nødvendige?

Hæv eventuelt penge sammen med andre, som kan være børn eller børnebørn.

Lig ikke inde med kontanter.

Luk kun folk ind, du kender, og efter aftale.

Vær opmærksom, når du handler, på personer, der henvender sig.

Hav fokus på dine ejendele. Hav pung eller kontanter i inderlommen, hvor de er svære at få fat i.

Gode hjemmesider og nettrafik

Tim Johansen gør også opmærksom på gode hjemmesider og apps som borger.dk, Tjek på nettet.dk samt Mit digitale selvforsvar, der bliver opdateret daglig med de seneste forsøg på svindel.

Han har flere gode råd om trafik på nettet: Opgiv eller send aldrig personnummer eller adgangskode.

Log ikke ind med MitID på tvivlsomme links.

Opgiv ikke bankoplysninger på links, telefon, mail eller sms.

Ved telefonopkald: Er nummeret udenlandsk eller skjult? Kræver de, at du skal handle med det samme, og/eller opgive personlige oplysninger?

Er du i tvivl, så ring til det navn, der fremgår af henvendelsen.



Låsby-Svendsen

Jens Peter Svendsen, også kendt som Låsby-Svendsen, var en krejler af den gamle slags. Sit tilnavn fik han, da han som ung købte en mark i Låsby mellem Århus og Silkeborg og skabte sig en brugtvognshandel, der udviklede sig til handel med hvad som helst. Han handlede på markeder med alt fra heste til tæpper.

Hold øje med afsender i mail og sms. Kig efter stavfejl, mærkelige formuleringer, noget som haster og henvendelser fra nogen, du ikke kender. Vær især opmærksom under særlige begivenheder som tilbagebetaling af skat, Black Friday og større arrangementer.

Hvornår dækker banken?

"Hvad gør banken, hvis jeg bliver snydt?" spurgte en deltager.

"Det er der ikke et entydigt svar på," sagde Camilla Rosenlund Haferbier. "I de fleste tilfælde hjælper banken med at dække tabet. Men det afhænger af, hvordan svindlen er sket og hvordan kunden har ageret."

"Gode passwords er den første nøgle til sikkerhed," sagde Tim Johansen og anbefalede et password med mindst 12 karakterer. Jo flere karakterer, jo vanskeligere er det at bryde ind," mener han.

"Lad være med at bruge ord som "Sommer", "Vinter" eller "Fido" som password. Det gør alt for mange," sagde han.

Han anbefaler to forskellige passwords til emails og til banken og lignende. En ekstra sikkerhed er to faktor-løsningen med MitID oveni.

Passwords må man gerne skrive op og have liggende derhjemme.

"Ingen bryder ind hjemme hos nogen for at skaffe et password," tilføjer han.

På et spørgsmål om at bruge ansigtsgenkendelse sagde han, at det er et godt værktøj.

"Men det er ikke klogt at tage en pirattaxa og falde i søvn, hvorefter chaufføren tager telefonen og åbner den med den søvnige passagers ansigtsgenkendelse," sagde han.

Hvis der kommer en mail, som tilsyneladende er fra Skat, er der noget galt. Skat sender beskeder ud i e-boks.

"E-boks plejer at være rigtigt og sikkert," siger Tim Johansen.

Og sådan er der masser af fælder og gode råd til at undgå dem. 70 ældre gik klogere hjem og bedre rustet til at undgå svindel.



Jørn Østergaard har oplevet mange forsøg på snyd. Foto: Kim Haugaard



Karen Mathiesen (til højre) mener, hun blev udsat for et identitetstyveri. Foto: Kim Haugaard

Ekspedienten aflurede koder

77-årig århusiansk kvinde har oplevet identitetstyveri.

Af Hans Petersen

Ved Ældre Sagens arrangementet om it-svindel var der blandt deltagerne adskillige eksempler på snyd. Karen Mathiasen, Aarhus, 77 år, har oplevet et identitetstyveri, som skræmte hende.

Det skete i forbindelse med køb af en ipad i en forretning i Aarhus. Hun mener, at ekspedienten ved betalingen i butikken aflurede hendes identitet og misbrugte det derefter.

"Siden oplevede jeg at blive opkrævet for forskellige køb, jeg ikke havde foretaget. Helt galt gik det, da den unge mand henvendte sig til mig privat og fortalte, at han skulle i gang med noget efteruddannelse og derfor manglede penge, så han spurgte, om jeg ville hjælpe med at betale hans husleje. Heldigvis fik jeg det anmeldt, og politiet fulgte op

på sagen. Den unge mand blev fyret i forretningen, og forfølgelsen blev stoppet," siger hun.

Karin og Mogens Hald fra Aarhus, 75 og 78 år, hentede gode råd ved arrangementet om it-snyd. De er meget opmærksomme alt, der kan ligne it-snyd. "Vi fik for mange år siden trukket 15.000 kroner uberettiget på vores konto af et shoppingcenter, og siden har vi været meget på vagt over for, hvad der sker. Især holder vi øje med afsenderen, når vi modtager mails," siger de.

Jørn Østergaard, Aarhus, 80 år, har oplevet mange forsøg på snyd og er blevet snydt en enkelt gang. "Jeg modtog et abonnement på noget, som jeg ikke selv havde bestilt. Under forsøget på at opklare det, endte jeg helt på Cypren. Heldigvis var det ikke store beløb, omkring to gange 250 kroner, inden jeg slap ud af det," siger han og tilføjer, at han er meget opmærksom på falske opringninger fra for eksempel Paypal.

Arrangementet var et samarbejde mellem Ældre Sagen, Nykredit og Spar Nord.



Karin og Mogens Hald fik trukket 15.000 kroner fra deres konto. Foto: Kim Haugaard

Vil du være frivillig er der masser af muligheder

Få overblik over jobbene på møde på Aarhus Rådhus.

Af Hans Petersen

Aktive seniorer og børn er ofte et særdeles godt match i Aarhus.

Derfor vil Aarhus Kommune bringe endnu flere af de mange ældre personer, der har så meget at byde på, i spil for børnene og de unge. Erfaringerne viser, at det skaber flere vindere.

Ældre Sagen samt magistraterne for Børn og Unge samt Sundhed og Omsorg er gået i samarbejde om at skaffe endnu flere frivillige.

Folkeskolen har allerede mange voksne, der stiller sig selv og deres fritid til rådighed, men der er masser af andre muligheder, for eksempel bogspiloppen og Børns voksevenner (se liste i faktaboks ved denne artikel).

Nogle af politikerne i byrådet gør en fornyet og ekstra indsats for at bringe flere seniorer i spil. Rådmandene Thomas Medom (Socialistisk Folkeparti) fra Børn og Unge og Metin Lindved Aydin (Radikale Venstre) fra Sundhed og Omsorg har sat et projekt i gang sammen med frivilligcenteret og alle frivillige sociale foreninger samt Ældre Sagen.

De gør, hvad de kan, for at få budskabet ud på et møde på Aarhus Rådhus torsdag 21. maj kl. 14-17. Her kan interesserede få mere at vide om de mange frivilligjob. Der er mange muligheder. Man kan tilmelde sig listen "2 Timer Om Ugen" - hvis det er det, man har mulighed for at bidrage med. Her kan man komme i en sprogklub, eller en voksen kan møde et barn to timer om ugen.

"Lige nu har de 146 frivillige og 56 børn på venteliste, alene i Aarhus," siger projektleder i Aarhus Kommune, Anders Probst-Jensen.

Generationers møde

"Der bliver allerede gjort en kæmpe indsats af frivillige i Aarhus Kommune. Der er mange og mangfoldige fællesskaber, og de udvikler sig. Undersøgelser viser, at 43 procent af kommunens voksne borgere



Hjælp til at sætte håret er en god ting. Foto: Aarhus Kommune



En bold er en god genvej mellem voksne og børn. Foto: Aarhus Kommune

er frivillige under en eller anden form, og det giver også et perspektiv på generationernes møder," siger rådmand Thomas Medom og fortsætter: "Tilmed foregår der meget frivilligt arbejde, som ikke bliver registreret eller talt op, så i virkeligheden er der langt flere frivillige. Mange engagerer sig i børnefodbold eller tager med på en sheltortur, der ligger uden for det klassiske foreningsliv. Der er mange måder at yde en indsats på. Meget af det, de voksne gør, giver børn noget ekstra i en travl hverdag, og i virkeligheden giver frivillighed noget til alle parter, livsglæde og fællesskab."

Medom oplever, at fagpersonerne er positive over for samarbejde med de frivillige.

"Derfor skal vi gøre samarbejdet så lidt bureaukratisk som muligt. Det skal være nemt at gå til," siger rådmanden.

Skaber sammenhæng

in, rådmand for Sundhed og Omsorg, mener, at frivillighed er afgørende for sammenhængskraften i Aarhus.

"Jeg har selv været en del af foreningslivet i mange år og er i dag blandt andet taekwondotræner for børn med særlige behov. Det er noget af det mest meningsfulde, jeg laver. At se børnene udvikle sig og finde deres plads i et fællesskab gør stort indtryk hver eneste gang," siger han.

Han mener, at foreningslivet er en af grundstenene i vores samfund.

"Det er her, vi mødes på tværs og engagerer os i noget, der er større end os selv. Uanset om det er idræt, kultur eller sociale fællesskaber, handler det om det samme: at være noget for andre. Frivillighed

Hør mere her

Mød de mange frivilligjobs torsdag 21. maj på Aarhus Rådhus kl. 14-17.

Få overblik over mulighederne på aarhus.dk, søg på 'frivillig'.

skaber stærke fællesskaber. Når vi engagerer os, styrker vi både hinanden og os selv. Vi oplever mening, tilhør og livskvalitet, og det er vigtigere end nogensinde," siger Metin Aydin.

I Sundhed om Omsorg spiller frivilligheden en helt central rolle, påpeger rådmanden.

"Det er ikke bare noget, vi taler om. Det er noget, vi arbejder med hver dag. Jeg ser, hvordan frivillige er med til at skabe trygge fællesskaber, hvor mennesker bliver set og hørt. Frivillige er også med til at bryde ensomhed. Især blandt ældre og sårbare. Et besøg eller en samtale kan virke som små ting, men kan betyde alt for den enkelte," siger han og fortsætter:

"Frivillighed giver mange ældre en hverdag med indhold, værdighed og livsglæde. Det handler om at have noget at stå op til og være en del af et fællesskab. For mig er det kernen i frivillighed: at skabe liv mellem mennesker og tage ansvar for hinanden."

FAKTA:

Foreninger, der arbejder for børne- og ungesagen i Aarhus:

Aarhus Børnehøjskole, Blå Kors Udsigten, Bogspiloppen, Børns Vilkår, Børns Voksenvenner, Center for Digital Pædagogik, Citykirken/Kirkernes Sociale Arbejde, Det Grønlandske Hus, Det Nationale Sorgcenter, Dialog på Tværs, Folkekirkens Familiestøtte, Fonden Bindeleddet, Foreningen for Uddannelse og Trivsel, Foreningen Grønlandske Børn, headspace, headspace Family, HomeStart, HUSRUM - Jysk Børneforsorg, GirlTalk, KFUM/KFUK, KFUM/KFUK Fairhuset Aarhus, Leg og lær i Frydenlund, Lev Venner, Ligeværd, Paradigmeskiftet, Red Barnet, Red barnet Ungdom - Barnets Ven, Røde Kors, Backup, Sind Rådgivning, Sind Ungdom, Skyggebørn, Social Sundhed, TrivselsAlliancen, TUBA Aarhus, Ungdommens Røde Kors, Røde Kors Aarhus og Ventilen.

Skoler der samarbejder med frivillige i Aarhus:

Højvangskolen, Frederiksbjerg skole, Mårslet skole, Beder skole, Bavnehøj Skole, Rundhøj Skole, Ellevang Skole, Lystrup Skole, Kragelundskolen, Tranbjergskolen, Vestergårdskolen, Engdalskolen, Skæring Skole, Næshøjskolen, Sødalskolen, Elsted Skole, Møllevangskolen, Holme skole, Skjoldhøj skole og Samsøgades skole.

Rådmanden oplyser, at hans afdeling arbejder med flere tiltag, der skal gøre det nemt og attraktivt at være frivillig i Sundhed og Omsorg.

"Vi har blandt andet etableret en Frivillig- og Erhvervsalliance, hvor foreninger kan udvikle og afprøve idéer i samarbejde med erhvervslivet. Vi åbner Folkehusene endnu mere, så de bliver levende samlingssteder for frivillige og foreninger, og vi styrker den lokale frivillighed ved at gøre det lettere at engagere sig og bygge videre på de kræfter, der allerede findes i lokalsamfundene," siger han og peger på, at de frivillige får meget igen - både menneskeligt og personligt. Mange oplever en stærk følelse af mening ved at gøre en forskel. Man bliver en del af et fællesskab, møder nye mennesker og opbygger relationer. For mange er det netop fællesskabet, der driver engagementet," siger Metin Aydin.



Altid skønt at få læst op eller hjælp til at læse.
Foto: Aarhus Kommune



Henrik Breyen: "Vi møder eleverne med kærlighed, og de mærker det." Foto: Hans Petersen

"Jeg føler, at jeg har fået 48 børnebørn"

Ordningen med frivillige på Mårslet Skole høster ros hos både lærere og deltagere.

Af Hans Petersen

73-årige Henrik Breyen er en af de frivillige, der møder eleverne på Mårslet Skole. Han er sammen med de mellemste klassetrin på skolen. Det begyndte med fjerde og femte klassetrin for et par år siden to gange om ugen og en time hver gang. Og han er der stadig.

"Jeg har fortalt børnene om for eksempel stenalderen, egypterne og romerne, og eleverne er meget interesserede. Når de for eksempel har et spørgsmål, skal de række hånden op på den romerske måde," forklarer Henrik Breyen og viser, hvordan hånden skal lukkes, når den løftes i vejret.

Han har også lavet et museum til klasserne og udtrykker kort det, der er sket for ham:

"Jeg føler, at jeg har fået 48 børnebørn," siger han. På Mårslet Skole er de frivillige seniorer tilknyttet en klasse eller to, og her går de til hånd på forskellige måder, oftest en gang om ugen.

En gang om året bliver de cirka 15 frivillige samlet af skoleleder Inge Pedersen til en tak og en slags evaluering. Også lærerne er med.

Hver gang er der lutter fornøjelige og løjerlige ud-sagn.

Lene Barrett på 76 år har været lærer på Beder Skole i 37 år og holdt op der for 13 år siden, men har undervist lige siden, især i matematik og fysik, flere år som frivillig.

"Jeg har på ingen måde fortrudt, at jeg er gået ind i den nye ordning som frivillig. Jeg har altid elsket at være lærer, og nu er det som at begynde igen. Jeg får det hele genopfrisket," siger hun.

Leif Tarp på 74 år har en baggrund som håndværker og havde fra begyndelsen håbet at kunne inspirere eleverne. Han er uddannet tømrer og bygningskonstruktør og har arbejdet 22 år på Den Jyske Håndværkerskole i Hadsten og undervist tømrere og tækkemænd.

"Jobbet som frivillig har helt levet op til mine forventninger. Der er stor forskel på at undervise voksne, som jeg gjorde før, og børn. Det er en helt anden metode. Børnenes verden er inspirerende for mig, og det er dejligt at se, at de går til opgaverne med mod og vilje. De er imødekomende og åbne," siger Leif Tarp.

Emma Søe, en anden af de frivillige, fortæller, at da en af eleverne spurgte, hvad hun fik for jobbet, svarede hun: "Min løn er, når I siger hej og smiler." Og da hun kort tid efter mødte eleven på vejen derhjemme, råbte hun "Hej Emma" og smilede. En lærer betegner de frivillige som "flødeskum i timerne". En anden mener, at det ikke kun handler om at hjælpe eleverne med opgaver, men også at holde dem til ilden, og det lykkes.

Skoleleder Inge Pedersen: "Vi har fået rigtig god erfaring og vil gerne have flere frivillige. Kender I nogle interesserede, så få dem til at komme."



Lene Barrett.
Foto: Hans Petersen

Leif Tarp.
Foto: Hans Petersen

Inge Pedersen.
Foto: Hans Petersen

Systuen betyder langt mere end tøjet

Birte Vixø har skabt et helle for indvandrerkvinder.

Af Hans Petersen

Birte Vixø har et hjerte af de helt store. I 21 år har den nu 81-årige tidligere frisør hjulpet indvandrerkvinder gennem livet i det land, der var totalt nyt for dem, da de kom hertil.

Nogle af kvinderne er af den første generation, som kom til Danmark uden andet sprog end deres hjemlands, og nogle af dem er analfabeter.

Siden den århusianske frisør lagde saksen på hylden og gik på efterløn, da hun blev 60 år, har hun skabt og stået for systuen i Gellerup for de mange kvinder. I begyndelsen var det svært at få dem med og ikke mindst at formå dem til at blande nationaliteterne. Men med tålmodighed og tillid fik hun dem på banen. Nu møder cirka 20 af den godt og vel 30 kvinder store flok op hver tirsdag, når der står syning på skemaet, men hvor titlen i Ældre Sagens program i virkeligheden er "multietnisk arbejde". Folkehuset i Gellerup er destinationen, hvor der bliver arbejdet i systuen, repareret og syet nyt tøj. Men der hører meget mere socialt arbejde med. "Når nogle har ondt i livet, trøster vi dem, og når andre skal ringe til lægen, hjælper vi. Skal de besøge lægen inde i byen eller på apoteket, tager vi med, for de kan ikke finde rundt i den store by eller tage bussen hjem. Gellerup er deres hjem, og en del af dem har hele deres sociale liv der. De bevæger sig helst ikke uden for området," forklarer Birte Vixø, der er vokset op i et arbejderhjem i Aarhus og har tilbragt sit liv i byen. Når hun da ikke lige har været på en af sine mange og lange udlandsrejser. Mere om det senere.

Syv frivillige hjælper også. Når folk fra Aarhus Kommune skal tale med indvandrerkvinderne, foregår det i et lokale på lokalcentret. Dem lukker de ikke deres døre op for. De er meget utrygge ved det offentlige system, men Birte Vixø kender de, og hun hjælper også med at få tingene forklaret for dem, der ikke forstår dansk.

Hun laver også julefest for dem, og andre gange spiser de sammen.

"Så kommer kvinderne med mad fra deres hjemland, og ingredienserne har de nemt ved at hente i Bazar Vest," siger Birte Vixø, der altid har interesseret sig for andre kulturer og religioner.

"Vi er blevet færre, for nogle er døde, og der kommer ikke nye til. For de senere generationer har gået i skole her og lært sproget, så de klarer sig. Samtidig stiller kommunen større krav til dem og deres tid om job og uddannelse," føjer hun til.

Selv er Birte Vixø international, for gennem hele sit liv har hun taget på lange rejser til fremmede lande. For nylig var hun alene af sted til Paris. Her var emnet noget særligt: et barnebarn læser en ph.d. i den franske hovedstad. Det var Birte Vixø's fjerde besøg i Paris.

Som pensionist har hun både været i Thailand og Tanzania i Afrika i to måneder i hvert land for at lave u-landshjælp, og da hun var 60 år, var hun to måneder alene i Indonesien med rygsæk og besøgte Java, Bali og Lombok.

Hun har været masser af andre steder som Australien, Sydamerika, Cuba og Florida, ja, vi kan blive ved.

"Jeg har fået så meget hjælp i de mange lande, jeg har besøgt, at jeg gerne giver noget tilbage til andre nationaliteter, som kommer her til landet," siger hun ståfast.

"Men turen til Paris var vist min sidste lange rejse på egen hånd. Alt med billetter og lignende sker nu elektronisk, og det gør det vanskeligt for mig," siger hun.

Formen er ellers god nok, for hun cykler og dyrker yoga hver dag og har gjort det i mange år.

"Men lidt gigt hist og her gør det ikke nemmere.

45 år som frisør har sat sine spor," tilføjer hun.

Nationaliteter knyttet sammen

I Folkehuset i Brabrand mødes tyrkiske kvinder nu med arabiske kvinder, men det tog tid, inden de fandt sammen.

"De tyrkiske kvinder havde lokale på første sal og de arabiske i stuen i huset. Jeg henvendte mig, men de ville ikke mødes. Først efter et par år lykkedes det at få dem knyttet sammen, og nu går det godt. Otte frivillige danskere er der til at hjælpe," siger Birte Vixø og tilføjer et men:

"Systuen dør sammen med os, for der kommer ikke nye til," siger Birte Vixø.

Tyrkiske og arabiske kvinder, der kom efter en del år, er helt anderledes oplyst og har gået i skole her, så de har ikke samme behov for at blive understøttet.

Hun forsøgte ellers at hjælpe nogle af de ukrainske flygtninge, der var indkvarteret på et nedlagt plejehjem i Brabrand.

"De er meget yngre end dem, der kommer på systuen nu, men kommunen aktiverer dem selv," siger hun.

Skal flytte

Snart skal Folkehuset i Gellerup renoveres, så til nytår skal systuen flyttes til en nedlagt højskole overfor i et år, inden den kan vende tilbage til de renoverede lokaler.

I Rosenhøj startede Birte Vixø for 10 år siden på et lignende multietnisk arbejde om onsdagen, forklarer hun.

Her hjælper Boligforeningen med symaskiner, og arbejdet der sker på lidt andre præmisser end i Gellerup. Der er to frivillige og 10-15 besøgende hver gang.

Dertil har hun i Gammel Åby en kolonihave, som også skal passes, og det kan hun lide.

"Jeg skal vide, at jeg har noget at stå op til hver dag. Det holder mig frisk, og min have har altid været min store interesse," siger hun.

FAKTA:

Multietnisk arbejde. Aktiverer ældre kvinder af anden etnisk herkomst.

Gellerup. Tirsdag kl. 10-13. Rosenhøj. Onsdag kl. 10-13. Ældre Sagen Aarhus.



Birte Vixø i systuen. Foto: Kim Haugaard. Foto: Kim Haugaard

Musikhuset og Ældre Sagen hjælper til nye relationer

Kom i Musikhuset med rabat og gerne alene - det begynder med en drink.

Venskaber, bekendtskaber, ja, relationer i det hele taget betyder meget for vores velvære. Ung som gammel.

Jo ældre, vi bliver, jo sværere kan det være at finde nogen at gå ud med for at opleve noget sammen. Nu hjælper Musikhuset Aarhus og Ældre Sagen Aarhus folk på vej.

Det sker med tre arrangementer, hvor man kan komme alene eller følges med andre. Men vigtigst: Det hele begynder i Ældre Sagens lokaler i Vester Alle 8 i Aarhus.

Her står en drink klar for dem, der vil med til et eller flere af de tre arrangementer. Når drinken er drukket er der fælles afgang til Musikhuset, som ligger lige ovre på den anden side af Vester Alle.

Der er billetter med rabat, så det er et dobbelt godt tilbud.

"Vi baner vejen for, at flere kan komme ud for at få en oplevelse sammen med andre, også selv om de kommer alene," siger Torben Dreier, formand for Ældre Sagen i Aarhus.

"Musikhuset arbejder sammen med Ældre Sagen om at skabe arrangementer, hvor det er let at være med. Både alene og sammen med andre. Musik og scenekunst samler mennesker, og vi vil gerne bidrage til nye fællesskaber omkring de oplevelser, vi deler. Det kan styrke både glæde og livskvalitet i hverdagen. Samarbejdet er et eksempel på, hvordan vi sammen kan åbne dørene endnu mere og skabe plads til, at flere føler sig hjemme i Musikhuset," siger direktør Jan Christensen.

Det handler om disse tre forestillinger med særpris til medlemmer af Ældre Sagen:

"Truckervask til ældrebyrden"

Onsdag den 23. september kl. 19.30

Normalpris 450 kr. / Særpris til Ældre Sagen 390 kr.

"Musefælden - Agatha Christie med Folketeatret"

Tirsdag den 10. november kl. 19.30

Normalpris 450 kr. / Særpris til Ældre Sagen 390 kr.

"Milling og Molbech - BEE GEES "

Søndag 18. oktober kl. 19.00

Normalpris 435 kr. / Særpris Ældre Sagen 375 kr.

Truckervask til Ældrebyrden er et nyskrevet drama om værdighed og varme hænder. Den arbejdsløse mekanikerassistent, Nicky, søger desperat et job og ender som ufaglært medhjælper på plejehjemmet Solsiden. Her åbner sig et univers langt fra det liv, Nicky kender, og han bliver en del af et kaotisk og skæbnesvangert plejehjemsdrama, der tvinger ham ud af sin komfortzone.



Milling og Molbech og Bee Gees.



Truckervask til Ældrebyrden.

Musefælden er krimi-teater af legendariske Agatha Christie med Folketeatret. En gruppe mennesker er sneet inde på et afsides liggende pensionat. Her hører de i radioen om et mord i nærheden, og da de får besøg af en skiløbende politikommisær, står det klart, at morderen højst sandsynligt er iblandt dem. Musefælden har verdensrekorden som den mest spillede teaterforestilling med over 30.000 opførelser i Londons West End siden premieren i 1952.

Milling og Molbech - Bee Gees er diskofeber og musikhistorie. Duoen tager endnu en ikonisk popgruppe under kærlig og ærlig behandling. Med mere end 150 millioner solgte albums og adskillige rekorder på hitlisterne er Gibb-brødrene fra Bee Gees blevet legender på popscenen. Vi får de bedste historier om brødrene.

Billetter kan bestilles her:
musikhuset.dk
Det er også muligt at bruge
denne QR-kode:



MUSIKHUSET AARHUS



We Want Miles!

Marcus Miller salutes
Miles Davis

6. juli

Who Killed Bambi

Steffen Brandt, eee gee,
Kira Skov, Peter Sommer,
Mattias Kolstrup & Selina Gin

18. juni

Glemte kvinder, der ændrede Danmarkshistorien

Gry Jexen, Bodil Jørgensen og Natasja Crone
11. maj

Niels Skousen

30. maj

Montreal Symphony Orchestra

26. august

Anne Linnet

26. september

Juleshowet med Danmarks Underholdningsorkester

Nicklas Sahl, Pernille Rosendahl, Troels
Gustavsen og Stine Bramsen

11. december

→ musikhuset.dk