

Ældre Sagen SKIBBY

Årgang 23

juli 2025 - december 2025

Nr. 46

Side 4, Seniorbio. Denne sæson er fuldt pakket med gode film og store operaoplevelser. Det er ikke længere Ældre Sagen Skibby, som står for tilrettelæggelsen af seniorbio-programmet. Det er nu Skibby Kino, som står for det.

Side 8, Robotstøvsugere - robotteknologien er kommet for at blive. Man skal dog sikre en fornuftig implementering af robotstøvsugere.

Side 9, Vi har også en IT-Café hvor man kan få hjælp med problemer med telefon eller computer.

Side 13, spændende ture og rejser

Side 15, Selsø Slot årlige marked "Mad, kunst og livsstil" Søndag 15. juni kl. 10-16.

Side 16, Spændende artikel om rystesygge, en alvorlig men alt for ukendt sygdom.

Side 17, Ældreloven Der er tre centrale emner, som Ældre Sagen sætter fokus på.

Mobilepay 751529
Ældre Sagen Skibby

ADVARSEL!!!

Pas på svindel – fup og fidus – hvis du modtager falske SMSér mærkelig opkald, E-mails og andre mærkelige henvendelser....

Digitalstyrelsen sender kun til E-boks, opgiv derfor aldrig dit pasnummer, adgangskode til dit MITID, cpr. nr. til en modtaget E-mail eller hvis du bliver ringet op.

Hvis nogen vil afhente dit betalingskort, er det også svindel, så lad være med at udlevere det.

Årsmøde 2026

Der afholdes årsmøde fredag den 6. marts 2026. Der annonceres i Lokal Avisen 3 uger før.



Peter Kjeldsen

Formanden har ordet

Årsmødet i marts betød farvel til mange gode kræfter i lokalafdelingen. Især Formand Kirsten Nørskov og Næstformand Frede V. Christensen har i mange år præget det lokale arbejde. I år skulle det så vise sig, om vi kunne få nogle yngre kræfter ind. Det lykkedes Janne Elsborg og Peter Kjeldsen blev valgt ind og Karen Bille som suppleant.

Vi var lige blevet valgt ind, og blev så kastet ind i den lokale ældrepolitiske mølle. Støvsugersagen. På et

møde i Rejsestalden i Jægerspris, der var arrangeret af nogle politiske partier kom det frem, at de ældre i Frederikssund kommune uden videre er blevet pålagt, at anskaffe sig støvsugerrobotter eller robotter, der kan vaske gulv. De ældre skal selv stå for rensning og vedligeholdelse af robotten, selvom mange ikke er i stand til at gøre dette pga. handicap, svagelig førlighed eller lammelse. Dette er meget kritisabelt og kan ikke godkendes af nogen ældreorganisation.

Kommunen har henvendt sig til Ældre Sagen i Frederikssund og bedt os om, at træde ind og hjælpe de ældre med disse støvsugere. Vi har sagt nej. Vi vil ikke blandes ind i en fejlslagen visitationspolitik.

Der er ingen tvivl om, at robotstøvsugning eller gulvvask af robotter mange steder har været en stor succes og er afholdt af alle de ældre, som kan håndtere en sådan robot. Men når man i visitationen bare beslutter, bureaukratisk, at en person skal anskaffe sig en robotstøvsuger, fordi det mener man, at de godt kan håndtere og finde ud af, uden forudgående undersøgelse og instruktion. Så må man sige: "Den går ikke. Det er en ommer."

Peter Kjeldsen

Kniber det med hørelsen?

Ring og book en tid

Så gør noget ved det i dag
– det er nemmere, end
du tror. Hos Sund Hørelse
får du tryk og professionel
hjælp til en bedre hørelse.

VI TILBYDER:

- Gratis høreprøve
- 30 dages uforpligtende afprøvning
- Samme hørespecialist i hele forløbet
- Høreapparater i høj kvalitet fra flere producenter



HØRNU
HØRESENS MIDTPUNKT



Sund Hørelse
Tlf. 25 690 600

Centrumgaden 11
2750 Ballerup

Bymidten 18
4050 Skibby

www.sundhørelse.dk . info@bahc.dk

VIL DU VÆRE MOTIONSVEN?

Mon du skulle have lyst til at gøre en forskel for et menneske, der har svært ved at komme ud af hjemmet?

Jeg håber, der findes kvinder eller mænd i Skibby, der kunne tænke sig at blive motionsven.

Som motionsven kommer du hjem til en ældre person, som gerne vil motionere, men som ikke kan deltage på et hold. Sammen gennemfører I et lettere træningsprogram, hvor øvelserne ofte bliver udført siddende på en stol eller stående ved en stol. Et besøg vil ofte tage 1-2 timer.

Inden du starter som motionsven i Ældre Sagen, får du mulighed for at deltage på et kursus, hvor du får både teoretisk og praktisk indsigt i træning af ældre. I det hele taget vil Ældre Sagen i Skibby hjælpe dig med at få en god og tryk start som motionsven.

Er det noget for dig, kontakt aktivitetsleder:

Anne-Marie Kjerulff, tlf. 20 98 90 03
(bedst mellem kl. 10-12)

Anne-Marie

SENIORBIO

Denne sæson er fuldt pakket med gode film og store operaoplevelser

1. og 2. september skal vi se **Mørkeland**.

Filmen er en fortsættelse af **Kongekabale** fra 2004. Ulrik Torp, der en gang var en frygtløs undersøgende journalist, kæmper med arbejdsløshed og en midtlivskrise. Han befinder sig nu midt i en politisk konspiration.



6. og 7. oktober vises **Vejen Hjem**. Hvor langt vil du gå, for at redde de mennesker, du elsker? Det er det spørgsmål, som Nikolaj Lie Kaas er tvunget til at besvare, når han bliver smuglet ind i Syrien i en desperat søgen efter sin søn Adam.

3. og 4. november kan du se filmen **Here**. Det er en film om familier og de steder, som de bebor. Filmen er lavet af instruktøren af **Forest Gump** **Robert Zemeckis**. Han bruger igen **Tom Hanks** og **Robin Wright** i hovedrollerne.

Opera 28. september, 26. oktober og 23. november.

Operaprogrammet bliver offentliggjort i skibbykino.dk til august.

ÅRSMØDET

Sangerinden Lotte Riisholt lagde vejen forbi, Ældre Sagen Skibby

Lotte Riisholt gæstede fredag den 7. marts 2025, Ældre Sagen Skibby, hvor der blev afholdt Årsmøde m/ kaffe/the/kage. Efter spisning for medlemmer m/ledsager, fik publikum masser af både danske og udenlandske sange, skønt fortolket af Lotte. Hun var dermed til at skabe både liv og musikglæde. Lotte deltog også ”Danmark Spiser Sammen” i Skibby 2024.

I år er det 50 år siden Lotte Riisholt første gang optrådte offentlig på scenen. Det er blevet til mange singler og albums med både egne tekster, senest albums i serien ”Fra den gamle jukebox ”50-års jubilæum” hvor Lotte fortolker datidens danske og internationale hit. Lotte har igennem 50 år sat sit aftryk på populærmusikken på mange spillesteder/dansesteder landet over, blandt andet på TV Charlie &

Dansktoppen/Syng med og Tip et Hit på DK4, ligesom hun har deltaget flere gange på Dansktopfestivalen i Hedensted/Svendborg og sunget på Bakkens friluftscene med Fællesang på Bakken, Dansktop i Havnsø og hvert år Skt. Hans Aften AMFI Vestsjælland. Som synligt bevis på Lottes kvaliteter, modtog hun i 2018 Dansktopprisen som ”Bedste kvindelige Dansktopkunstner i Boxen Herning. Lotte Riisholt musik bringer de ældre sammen, men kan høres af alle mennesker, glad musik der giver livsglæde og hun møder publikum på et niveau, som vi nu er på. Det er medicin for kroppen.

At Lotte Riisholt er professionel hersker der ingen tvivl om. Med charme, højt humør og smil i stemmen serverer hun hvert eneste nummer på sin velkendte måde.

Kurt Terkelsen

Medl. Nr. 962577

Damgårdsvænget 49, 4050 Skibby

FRISØR **SANNE**

Bestil online: www.frisør.dk/frisør.sanne
Hovedgaden 24 4050 Skibby
Tlf.: 47 52 86 19

PAS PÅ SVINDEL – FUP OG FIDUS

HUSK!!!!

Der er følgende 5 meget enkelte råd, som er meget nemt at følge:

1. Udleverer **aldrig** MITID eller kontooplysninger til en i telefonen og lav **aldrig** en overførsel, fordi nogen forsøger at overtale dig til det.
2. Læs **altid** teksten i MITID-app eller SMS, inden du bekræfter.
3. Klik **ikke** på et link i en SMS eller e-mail, du ikke har bedt om.
4. Lad dig ikke narre af ”love scams” eller investeringsfup.
5. Tal med dine nærmeste om digital svindel og hold dig opdateret.

(Kilde Nordea.dk/svindel, sikkerhed og bedrageri).

HUSK OGSÅ!!!!

At Politiet **aldrig** ringer til borgerne omkring deres konti.



At du kan ringe til 114, hvis det skal bekræftes, at det er en rigtig betjent, man taler med i telefonen, der kan de hurtig se om vedkommende er betjent.

Hvad er love scamming? Romance/love scam, også kaldet romantisk svindel, er, når en person opretter en falsk profil og påtager sig en falsk identitet for at vinde et eventuelt offers tillid og kærlighed. De (svindlerne) er ofte eksperter i det de gør og fremstår derfor ægte, omsorgsfulde og troværdige overfor ofret.

HORNSHERREDS
STØRSTE
COMPUTERBUTIK

Butikssupport: 125 kr. pr. kvarter

MINORSUPPORT

IT-SUPPORT TIL PRIVATE & MINDRE ERHVERVSDRIVENDE

Bymidten 2, 4050 Skibby

RING 34105074

Butikken har åben alle hverdage 9:00-17:30

Support hos dig, ring og bestil tid

IT Support til private & mindre erhvervsdrivende

Vi hjælper dig med din computer, printer, telefon, tablet, iPad, internet etc.

Vi opsætter og flytter data fra din gamle pc, telefon, tablet eller iPad.

Vi sælger computere, printere, telefoner, tablets og iPads.

HOS OS VIL VI

SUPPORTERE & SERVICERE

DIG HELE VEJEN!



HUS Madsen

31 40 90 00

- din lokale ejendomsmægler



- ✓ Lave salgsomkostninger
- ✓ Høj service
- ✓ Stort lokalkendskab
- ✓ Mange års erfaring
- ✓ Uafhængig af banker

Hilsen fra HUSMadsen
Dorrit og Susan

HUSMadsen | Hovedgaden 80C, 4050 Skibby | Tlf. 31409000 | mail@husmadsen.dk | husmadsen.dk

Robot støvsugere – om igen!



Frederikssund Byråd har nu besluttet, at man lige stopper processen med den såkaldte implementering, dvs. indkøring af selvkørende støvsugere og gulvvaskere. Dette er sket efter en øredøvende kritik fra brugere, pårørende og Ældre Sagen samt alle andre ældreorganisationer.

Administrationen har nu lavet et nyt oplæg til, hvordan en implementering skal ske. Der lægges bl.a. op til, at implementering vil tage længere tid og implementeringen udskydes med 4 måneder. Man skal fra kommunens side besøge hver enkelt borger for at vurdere, om borgeren er i stand til at håndtere støvsugeren/gulvvaskeren. Man må ikke længere rent administrativt, beslutte at den enkelte borger kan håndtere en robot. Når hver enkelt borger skal besøges, så kræves der flere hænder. Derudover så skal personalet selv uddannes i at betjene støvsugerne, så de bedre kan vejlede de ældre. Man kan jo så her i sit stille sind undre sig over, hvordan man kan pålægge ældre at betjene støvsugere, som man egentlig ikke selv er uddannet i?

De fleste af de ældre har haft hjemmehjælp til rengøring indtil nu. Det er de blevet visiteret til. Der vil nu være et ophold på 4 måneder, fordi man bliver nødt til at ansætte flere visitatorer.

Der er ingen tvivl om, at robotteknologien er kommet for at blive. I andre kommuner har man for længst lavet en fornuftig implementering af robotstøvsugere. Mange ældre, som er selvhjulpne, er glade for dem, fordi det giver dem frihed.

It-Caféen



Så er det blevet sommerferietid, og så kan tiden i et vist omfang jo bruges til planlægning for næste sæson!

Ser vi tilbage på den forgangne periode, så er det gået ganske godt, men der er jo som regel mulighed for forbedringer. Vi lytter til de ønsker og forslag, der kommer fra vore besøgende, og vi følger med i fagpressen for at få de sidste nyheder med. Og så hjælper vi naturligvis i videst muligt omfang med at løse de problemer vi bliver præsenteret for.

Et af de punkter, hvor vi nok ikke er helt up to date, er IT-Caféens bemanning. Vi er ”kun” to i øjeblikket, der giver hjælp til de besøgende. Fra andre IT-Caféer hører vi, at det er ret normalt at assistere ved hjemmebesøg. Det er hos os sket et par sjældne gange, men måske kunne vi få denne aktivitet til at virke hos os, hvis vi agiterede for sagen og havde ekstra hjælpere!

Vi har i tidligere udgaver af bladet spurgt om nogen M/K kunne være interesserede i at hjælpe til i Caféen, men det kniber med tilslutningen! Lad os høre fra jer! Der er ikke noget at være bange for! Udover de tekniske emner, er der selvfølgelig snak om meget andet, så der også lidt hyggeklub over Caféen!

Arrangementer

Perioden juli 2025 - december 2025

Hvor andet ikke er oplyst, foregår aktiviteten på Nyvej 7B, Skibby.

Banko

Sted: Gymnastiksalen,
Ældrecenteret, Nyvej 7B
Søndage kl. 13,30 – 16,30

Hver tredje søndag i måneden.

Starter 17. August 2025

2	25	38	63	70
8	28	45	58	80
13	47	64	74	88

1		43	63	73	83
14	31	47	51		89
4	27	34	69	76	

15 spil med præmier på 1, 2, og 3 rækker.

Side-, pot- stjernebanko. Ølspil og lotteri.

Medbring selv det du vil indtage.
Intet fra køkkenet.

Benny Andersen, tlf.: 40 15 26 30.
dalbyhuse6@gmail.com

For medlemmer med pårørende.

Bowling

Torsdage kl. 13.00-14.00, der spilles en time hele året.

Sted: Mega Bowl, Mellemvang 5,
Holbæk, (samkørsel).

Pris 43,50 kr. + 15 kr. For kaffe og sko

Der spilles hele året.

Starter efter sommerferien
14. august 2025

For yderligere kontakt:

Linda Christiansen, tlf.: 40 31 74 23.

Mail: slch@privat.dk

Bordtennis

Kontakt venligst:

Inge Rasmussen for tidsbestilling

Sted: Gymnastiksalen, Nyvej 7 B.
Bordtennis i Brugerrådets regi.

Inge Rasmussen, 26 74 86 45

IT-Café

Torsdag kl. 9.30 - 11.30

Sted: Ældrecenteret Nyvej 7 B 1.sal
lokale 2

Tilmelding: unødvendig.

Det koster 10 kr. pr. gang, hvilket medfører risiko for en kop kaffe eller to.

Der holdes sommerferie

Starter 4. september 2025

For yderligere kontakt:

Jørgen Jannerup tlf.: 20 23 41 83
jorge_jannerup@yahoo.dk

Madklub

Sted: Dagligstuen Nyvej 7B 1. sal
Skibby.

Sidste onsdag i følgende måneder:

24. sept., 29. okt., 26. nov., 3. Dec.

Kl. 12.30 - 17.00.

Vi hygger os sammen med god mad
og kaffe/ kage.

Pris: 100 kr. pr. person. (kan variere.)

Al henvendelse kan ske til:

Jette Ringius, tlf. 91 25 26 40,
E-mail: jette@ringius.dk

Mandeholdet

Mandage kl. 9.30 - 12.00

Sted: Snedkerværkstedet, Skibbyhøj

Starter 6. oktober

Deltagerne skal selv indkøbe de materialer de skal bruge.

Ældre Sagens forsikring dækker ikke deltagerne i tilfælde af skader.

Deltagerne må selv have en forsikring, hvis man ønsker denne dækning.

Max ca. 12 personer

Nærmere oplysning og tilmelding:
Elo Andersen, tlf. 20 14 02 81.

Litteraturkreds 1 og 2

1. kreds - næstsidste fredag i måneden kl. 10.30-12.00 senest.

Sted: Centret på Nyvej, lokale 3, 1. Sal.

Starter op 22. August 2025

Der er ikke litteratur i efterårsferien.

Tilmelding:

Birgit Rohleder, tlf.: 23 71 24 43 eller
Lisbet Steensgaard,
tlf.: 44 91 79 68 eller 24 47 71 48.
tolist@post.tele.dk

2. kreds - 2. fredag i måneden
kl. 10.30-12.00 senest.

Starter op 12. september

Der er ikke litteratur i efterårsferien..

Sted: Centret på Nyvej, lokale 3, 1. Sal.

Tilmelding:

Missa Mølbak, tlf.: 60 16 84 43,
missa@outlook.dk

Seniorbio

I samarbejde med
Ældre Sagen i Skibby og i Jægerspris
samt Skibby Kino

Nedenstående mandage og tirsdage
kl. 13.30. Dørene åbnes kl. 13.00.

PROGRAM

1. + 2. sept.: Mørkeland

6. + 7. okt.: Vejen Hjem

3. + 4. nov.: Here

OPERA:

28. september

26. oktober

23. november

Pris kr. 70,- for løssalg



**RET TIL ÆNDRINGER
FORBEHOLDES**

Henvendelse: Skibby Kino

Se filmenes handling på: www.skibbykino.dk

Se omtale andet sted i bladet

Sprog

Kursus i engelsk samtale

Mandage kl. 10.00 - 11.30.

Sted: Midtbanevej 15, 4050 Skibby

Starter op 1. september

Underviser: Annette Foght-Sørensen.

Tilmelding: Ole Kjerulff, 53 57 03 69.

Let motion

Tirsdage kl. 10.00 - 11.30

Sted: Gymnastiksalen, Centeret
Nyvej 7B, indgang fra biblioteket.

Dårligt gående lukkes ind via branddøren.

Træning for både ”stærke” og ”svage”.

Let motion er i fuld gang på Nyvej hver tirsdag.

Det er stående/siddende motion, hvor der arbejdes med bevægelighed, styrke, puls m.m. og afslutter med afspænding liggende på gulv.

Starter 2. september

Tilmelding ved fremmøde.

For yderligere oplysninger kontakt:
Underviser Jette Roed Rasmussen
tlf. 41 44 58 30 e-mail:
jette.roed.rasmussen@gmail.com

Herreværelset

Hver tirsdag på lige uger kl. 12.30.

Sted: Sønderby Kultur & Bryghus

Der er en stor succes og der er flere der tilmelder sig. Aktiviteterne består i at spise frokost sammen, at tale med hinanden og at høre på fortællekunst udøvet af herrerne. Det påtænkes, at der arrangeres ture til andre steder.

Starter 2. September.

Henvendelse for yderligere oplysninger:

Peter Kjeldsen, tlf.: 51 94 00 02

Mailadresse: peterkjeldsenw@gmail.com

Linedance

Let øvede og begynder

Torsdage kl. 10.30 til 12.30

Sted: Gymnastiksalen, Nyvej 7B,
indgang ved biblioteket.

Starter 4. september

Tilmelding:

Birgitte Meedom Larsen,
tlf. 22 17 54 62

birgittemeedom@live.dk

TRYGHEDSOPKALD

En aftale om at blive ringet op om morgenen fra vores Tryghedsopkald kan give ro i sindet.

Tager du ikke telefonen, kontakter vi dine pårørende.

Henvendelse for nærmere oplysninger til:

Tove Jacobsen på tlf.: 60 66 19 44

eller

Esther Frederiksen, tlf. :51 26 54 44

Modtager du ikke lokalavisen i det område du bor i?

Det kan skyldes, at distributøren ikke ved at du bor der. Så bør du tage kontakt til distributøren **FK Distribution**. Det er dem der deler avisen ud. Ring – eller skriv til dem på

43 43 99 00 eller **reception@fk.dk**

TURE/REJSER

Tur til Folketinget med rundvisning

Vi har en ny tur til Folketinget 24. oktober med rundvisning kl. 10-11 af selveste skatteministeren, Rasmus Stoklund Holm-Nielsen.

Oplysninger om arrangementet vil løbende blive opdateret så hold øje med hjemmesiden.

3 dages spændende tur til Odder og Djursland

I samarbejde med Danske Seniorer Skibby og Adrian Rejser en 3 dages spændende tur til Odder og Djursland m.m.

Turen inkluderer ½ pension samt 2 frokoster og varm mad på hjemturen, samt udflugter, som i programmet. Drikkevarer er for egen regning.

Pris dobbeltværelse kr. 3.495,00. Tillæg for enkeltværelse kr. 500,00

Tilmelding senest 25. juni 2025 til René K. Jensen på tlf. 4041 8798 eller mail dsskf@outlook.dk

Se detaljeret beskrivelse på vores hjemmeside.



MENY Skibby laver gerne mad ud af huset til din næste familie komsammen, fest, eller vil du bare gerne have noget nemt og hurtigt til aften. Ingen opgave er for stor for os.

Se bla. vores lækre udvalg af dagens ret i butikken til kr. **54,95**, samt vores udvalg af smørrebrød.

Skulle du have nogle specielle ønsker, så klarer vi også dette. Kom ind og snak med vores delikatessepersonale, så finder vi en løsning sammen.

Åbent alle ugens dage fra kl. 8 – 20

Tlf.: 47 52 80 22

Med venlig hilsen delikatessepigerne

BESØGSVENNER

Find en besøgsven til en hyggesnak og få en kopi kaffe, tage en gåtur eller tage ud at handle eller andet.

Besøgsven og -vært aftaler selv hvornår man mødes.

NB:

Vi søger i øjeblikket flere besøgsvenner M/K. Har du lyst til at møde nye mennesker og besøge en, som sidder alene? Hvis du vil være med til at gøre en forskel og du har et par timer om ugen, eller du har behov for at finde en besøgsven, så henvend dig for flere oplysninger til:

Gitte Svendsen

Mail: broberg64@live.dk,

tlf. 22 24 99 36

BOWLING I HOLBÆK



Skibbowlerne mødes hver torsdag hos Citybowling i Holbæk ca. kl. 12.30. Vi plejer at arrangere samkørsel, så vi skiftes til at køre. Når vi er kommet frem, drikker vi en kop kaffe. Nogle spiser en kage og så kører der hyggesnak og derefter starter spillet fra kl. 13-14.

Pris 43,50 pr. spiller med 3 på banen. Vi holder sommerferie i juli og juleferie fra d 20.-12. 2024 til 2-1. 2025.

KOM OG VÆR MED

Med venlig hilsen
Linda, Skibbowlerne
Tlf.: 40 31 7 423

Skibby Apotek

Skibby Apotek

Hovedgaden 40, 4050 Skibby

Skib130@apoteket.dk Tlf.: 47 52 80 07

Jægerspris Fasan Apotek

Møllehegnet 2A, 3630 Jægerspris

Skib130@apoteket.dk Tlf.: 47 50 34 26

Jægerspris Fasan Apotek er rykket til nye lokaler ved SuperBrugsen i Jægerspris. Her er igen lager af receptpligtig medicin, så recepter kan ekspederes med det samme.

Selsø Slots årlige marked

”Mad, kunst og livsstil”
Søndag d 15. juni kl. 10-16.

Igen i år afholdes det populære sommermarked. Og igen er der nye, såvel som kendte udstillere, som vil fylde pladsen og hele alléen.



I år koster det 20 kr. pr. pers. i entré til markedet (børn u. 12 år gratis). Partout billet til både marked og museum: voksen 60 kr., 12-17 år 25kr. Indtægten går ubeskåret ind på museets vedligeholdelseskonto.

Tag dit barnebarn med og oplev den fantastiske stemning på markedet, hvor du kun kan købe kvalitetsting, smage den lokale øl, spise lokale produkter, købe håndværker ting, rom, vin og alt hvad hjertet begærer. Og ikke mindst: få dig en svingom.



En rystende folkesygdom som kun få kender

Rystesyge er en sygdom der kaldes Essentiel Tremor. Essentiel Tremor (rystesyge) rammer ca. 2.100 danskere hvert år – unge som ældre. Med rystelser på hænder og arme, ben og/eller hoved kan det være umuligt at drikke, spise, skrive, låse døren, male, skrue, lægge makeup og meget mere.



Rystelserne er invaliderende og man kan blive ramt i alle aldre, men da den arvelige del af sygdommen er progressiv, betyder det, at rigtig mange ældre er ekstra plaget af rystelserne. Sygdommen er arvelig med 50% og 8% over 60 år lider af rystesyge. Jeg blev ramt af sygdommen i en alder af 12 år, men vidste ikke hvad det var og det vidste lægen heller ikke.

I 2017 fandt jeg tilfældigvis ud af, hvad jeg fejlede og kunne fortælle min læge, hvad jeg havde erfaret. Jeg begyndte at undersøge mere om sygdommen, men informationer var sparsomme og det gik langsomt op for mig, hvor mange der lider under sygdommen, uden at vide hvad de fejler og hvad der kan gøres for at hjælpe rystelserne.

Jeg stiftede Essentiel Tremor foreningen i 2019, hvor jeg var formand i 4 år og har siden kæmpet for udbredelse af kendskab i sygdommen både i vores sundhedssystem og blandt befolkningen. Jeg synes, det er utrolig vigtigt at få talt om emnet, så vi kan hjælpe hinanden med at forstå og hjælpe og ikke mindst hjælpe lægen med at hjælpe os.

Jeg holder i dag foredrag om rystesyge for både rystesyge og pårørende. Mine foredrag handler om mit liv og erfaringer med rystesyge, samt information om at få den bedste hjælp fra det offentlige system, medicin, behandling og gode råd.

Susanne Thorndahl

Ældreloven

d. 1. juli træder en længe ventet lov i kraft. Ældreloven. Ældre Sagen har været med lige fra starten og har i høj grad tegnet lovens udseende og hensigter. Det er *ikke* et arbejde, der startede for 6 måneder – eller et år siden. Det var et arbejde, som Ældre Sagen lagde sporene til allerede i 2019.

Det fortæller lidt om, hvor langsomt et sådant lovgivningsarbejde er.

Hvad er ældreloven?

Ældreloven sætter selvbestemmelse, omsorg og relationer i centrum og sygeplejen er blevet en del af helhedsplejen. Ældreloven udstikker retningen for, hvordan kommunerne skal sikre mere selvbestemmelse, omsorg og gode relationer for de ældste borgere. Helhedspleje, borgernær visitation, faste teams, forenklede dokumentations- og tilsynsprocesser og velfærdsteknologi skal bl.a. være med til at sikre et kvalitetsløft i ældreplejen.

Dette en meget vidtrækkende lov, som ikke bare flytter nogle hegnspæle her og nu hos kommunen, men som også kommer til at gælde fremtidige generationer, vore børn og børnebørn.

Kommunevalget 2025

Op til kommunevalget i november har Ældre Sagen valgt nogle bestemte hovedemner, som man bør tage op på valgmøder/borgermøder. Der er her tale om tre emner, som Ældre Sagen sætter fokus på.

Rengøring til hjemmehjælpsmodtagere.

Kontinuitet i hjælpen – faste teams

Flere plejehjemspladser



OBS: ÆLDRE TELEFONEN

"Når livet slår knuder"

Ældre Sagen vil oprette en ældretelefon hvor man kan ringe anonymt og tale med frivillige om det, der fylder. Det kan være følelsen af ensomhed, en ægtefælles sygdom angst for at dø og meget andet.

Telefonen gik i luften den 3. juni 2024.

Der kan ringes på tlf. 32 210 210 på mandag-fredag kl. 9.00 – 15.00.

Kom med til LET Motion i sommer.

Vi mødes hver tirsdag klokken 10 i sommer ved spejderhytten. Kom og vær med og oplev forår og tidlig sommer i de dejlige omgivelser.



Efter en fællessang og opvarmning går turen rundt i Nordmandsmosen, crossbanen og tilbage til kaffebordet med pandekager og videre socialt samvær. Det er rigtig hyggeligt.



LET motion starter indendørs til september, alle er velkomne.

Hilsner

Jette Roed



Skibby Plæneklipper- & Auto Mester



Reparation og salg af:

Havetraktorer
Plæneklippere
Buskryddere
Motorsave
Hækkeklippere

AUT. FORHANDLER AF:
Stihl, Husqvarna, MTD,
Cub-Cadet, Craftsman, Stiga,
Texas og Klippo

HUSK vintereftersyn

AutoMester:

- **Forsikringsskader**
Vi samarbejder med alle forsikringselskaber
- **Vi servicerer alle bilmærker**
Både person- og varebiler
- **Klargøring til syn**
- **Autotransport**
- **Køb og salg af biler**

Automester
for dig!
Vi står på hovedet

HUSK
Bilens garanti
gælder stadig, når
du får lavet service
hos os!

Dæk med 3 års
garanti!



Hovedgaden 77 - 4050 Skibby
Tlf. 4752 9875 - 4061 9875
spa@spla.dk - www.spla.dk

ÅBENT:
Mandag-fredag
kl. 7.00-16.30

Fra d. 1.4 - 1.10
Lørdag
efter aftale



Klinik for Fodterapi

Hovedgaden 39A
Tlf.: 47 52 80 20
www.skibby-fodterapi.dk
skibbyfodterapi@hotmail.com

Forhandler af
new feet
MEDICAL FOOTWEAR

10% rabat
på fodtøj til
Ældre Sagens
medlemmer

Under koordinationsudvalget, hvor alle 4 lokalbestyrelser samarbejder, har vi:

VÅGETJENESTEN

Der våges hos alle døende borgere på Frederikssund sygehus, på bosteder, på plejecentre og i private hjem i hele Frederikssund kommune.

Var det noget for dig at blive våger? Du kommer på kursus m.m.

Henvendelse til Inge Askjær på tlf. 22376188 eller på mail:
ingeaskjaer@gmail.com.

DEMENSVENLIG AFDELING, SKIBBY

I Skibbyområdet har vi hårdt brug for besøgsvenner til demensramte.

Vi prøver endnu engang at efterlyse besøgsvenner til demensramte i Skibbyområdet og ikke mindst en demensansvarlig, som kunne tænke sig at lave lidt arrangementer for demente og deres pårørende i eget hjem. Ældre Sagen har kurser, så man bliver godt klædt på til opgaven.

Er der nogle der godt kunne tænke sig at lave lidt frivilligt arbejde og stå som ansvarlig i vores område, hører vi gerne fra jer.

Henvendelse til: Kirsten Børregaard Nørskov, tlf. 22 47 71 96.

MEDLEMSKAB AF ÆLDRE SAGEN

Enkeltmedlemsskab: 135 kr. halvårligt (landsdækkende)

Familiemedlemsskab: 220 kr. halvårligt (landsdækkende)

Man kan blive medlem fra det fyldte 18. år.

Hvis man ønsker at melde sig ind, kan man kontakte Ældre Sagen på tlf.: 33 96 86 86, eller kontakte Kirsten Børregaard Nørskov på tlf.: 22 47 71 96.

På Ældre Sagens hjemmeside www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/skibby kan man se vores aktiviteter”

KENDER DU SYMBOLET FOR DEMENS?

Demens er en folkesygdom, som hvert år ændrer livet for tusindvis af danskere og antallet forventes at stige i de kommende år.



Demens rammer typisk personer over 65 år men kan forekomme tidligere i livet. Selvom risikoen for demens stiger med alderen, skyldes demens dog ikke alderdom men sygdom.

Demens er en fællesbetegnelse for en tilstand i hjernen, hvor de mentale funktioner svækkes. Fælles for demenstilstanden er, at den som oftest gradvist vil resultere i:

Intellektuel svækkelse (hukommelse, overblik, dømmekraft, orienteringsevne)

Ændret personlighed (nye vaner, ændrede hensyn til andre)

Fysiske symptomer (tab af funktionsevne)

Kommunikationsvanskeligheder (tale, forstå, handleevne)

Ændret adfærd (interesser og humør, vrede, isolation, ligegyldighed, manglende hensyn, overstadighed)

(Kilde: Uddrag af pjece udarbejdet af Ældre Sagen)

DIGITAL SVINDEL Hvad gør Ældre Sagen?

Vi har fået gode løsninger, og vi kæmper videre

- Deltager i Digitaliseringsministerens arbejdsgruppe mod digital svindel.
- Medlem af det Det Kriminalpræventive Råd
- Udvalget for Borgernes Digitale og Daglige Tryghed
- Medlem af Politiets FIT - forum mod it-relateret økonomisk kriminalitet
- Samarbejder med bl.a.:

Forbrugerrådet TÆNK, Teleindustrien og Finans Danmark

Vi bekæmper svindel lokalt

1.500 dybt engagerede it-frivillige i lokalafdelingerne informerer om svindel og gode råd til at passe på sig selv, fx på

- It-caféer
- Informationsmøder (fx i samarbejde med lokalt politi og/eller banker)
- Via vores informationskanaler, fx

Hjemmeside, Medlemsblad, Nyhedsbreve og Hjertesager podcast

HVAD BETYDER DET AT VÆRE DEMENS/BESØGSVEN



At være besøgsven til en demensramt er at være ven med et menneske, der har svært ved at huske, og som måske stiller det samme spørgsmål flere gange. Som med andre venner bringer man lidt lys og glæde ind i den dementes hverdag og taler om det, der kan berige begge parter.

Besøgsvennen behøver ikke at komme hver dag eller hver uge, men kommer regelmæssigt og giver den dementes pårørende et afbræk i en ensformig hverdag og mulighed for at opleve noget andet.

Som besøgsven tilbydes informationer og kurser, så besøgsvennen er

klædt på til at være besøgsven til en demensramt.

For at besøgsvennerne ikke skal køre længere end højst nødvendigt, gør Ældre Sagen alt for at besøgene ligger så tæt på ens egen bopæl som muligt.

Vi søger interesserede, kunne eventuelt være pensioneret SOSU'er eller andre, som har arbejdet med demente, som kunne tænke sig at blive besøgsven og ønsker uforpligtende information, så kontakt den demensansvarlige for alle 4 lokalebestyrelser i kommunen:

Kirsten Holst, på mail:

mkholst@mail.dk

Eller tlf: 40 36 59 66.

ÅBENT
360 DAGE OM ÅRET



XL-BYG BJERGMARK



XLBYG_BJERGMARK



HOVEDGADEN 1 A · 4050 SKIBBY · TLF.: 47 59 00 00

Ældre Sagen

Skibby Lokalbestyrelse

Formand/medl. af koordineringsudv., delg. forsami., distr. Af lokal blade til brevdue, influenzavaccination

Peter Kjeldsen 51 94 00 02
e-mail: peterkjeldsenw@gmail.com

Næstformand/medl. Af koordineringsudv., Suppl. til delg. forsam., Annoncekonsulent. PR.Kontakt til pressen.

Janne Elsborg Larsen 25 13 69 91
e-mail: janneelsborg@outlook.dk

Bestyrelsesmedlem/Kasserer, Bankospil

Benny Andersen 40 15 26 30
e-mail: dalbyhuse6@gmail.com

Bestyrelsesmedlem/Besøgsvennetjenesten, medlem af ad hoc-gruppe u/koordinat. Udv., Brevdue.

Gitte Svendsen 22 24 99 36
e-mail: broberg64@live.dk

Bestyrelsesmedlem/IT-kontaktperson, stedfortr. webmaster

Jørgen Jannerup 20 23 41 83
e-mail: jorge_jannerup@yahoo.dk

Bestyrelsesmedlem/Ældre-, social og sundhedspolitik, Bisiddertjenesten

Lise Lotte Due 20 40 41 35
e-mail: lilodue@outlook.dk

Bestyrelsesmedlem/Sekretær, Brevdue og kontaktperson for Vågetjenesten.

Inge Askjær 22 37 61 88
e-mail: ingeaskjaer@gmail.com

1. Suppleant/Endagsture og Medlem af koordinationsudvalget

Susanne Bettina Jørgensen 22 90 30 92
sbjoe@frederikssund.dk

2. Suppleant

Karen Bille 20 66 17 58
kbi195820@gmail.com

Ældre Sagens hjemmeside
www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/skibby

Deadlines for løbende indsendelse af materiale til Ældre Sagens medlemsblad er for bladet, der skal ud i uge 24/25, til og med 15. april, og for bladet, der skal ud i uge 50/51 til og med 15. Oktober, til:

Peter Kjeldsen mail: peterkjeldsenw@gmail.com

Udgives af: Ældre Sagen Skibby Redaktionen:
Layout: **Bjørn Elkær Andersen**, mail: beandersen5554@gmail.com.
Korrekturlæser: **Lisbeth Hybel**, mail: hybellisbeth@gmail.com
Tryk: **KLSPurePrint**

DEN HJÆLPENDE HÅND

Lad være at være irriteret over, at man ikke har kræfter til at lave det man kunne da man var yngre. Ring efter **Den hjælpende hånd**.

Vi har nu 3 frivillige hjælpere som kan være behjælpelige med diverse småreparationer, som man ikke selv kan klare. Det kan være udskiftning af el-pære eller sikringer, ophængning af billeder eller postkasse eller meget andet.

Karsten Roed kan kontaktes på hverdage kl. 8-9
mobil: 22 97 71 52

Finn Petersen
Telf.: 29450369
Mail: fipe@webspeed.dk

Medlemskab af Ældre Sagen påkrævet

WEBMASTER TIL VEDLIGEHODELSE AF "DET SKER" OG HJEMMESIDEN
Bjørn Elkær Andersen står for vedligeholdelse af ovennævnte medier.

BISIDDERORDNINGEN

Hvis du er usikker, når du f.eks. skal til møde i kommunen, banken, en advokat, læge, m.m. kan du få en ledsager - en Bisidder - som kan forklare og huske sammen med dig. Bisidderne har tavshedspligt.

Bisidderordningen har vi stadig i Skibby under Skibby afdelingen.

De 2 bisiddere, som er bosiddende i Skibby er:

Else Flensted Rasmussen
eller Lise Lotte Due,

tlf. 20 29 50 35
tlf. 20 40 61 35

LOKALE NYHEDSBREVE - FÅ NYHEDERNE HURTIGT

Gå ind på Ældresagen.dk/skibby. I bunden af siden kommer følgende frem:

Nyhedsbrev

Få nyheder fra din lokalafdeling tilsendt via e-mail.
Tilmeld dig til det lokale nyhedsbrev.
