

ÅRSBERETNING 2025

POLITIK / UDVALG / AKTIVITETER /
UDFLUGTER / SOCIAL-HUMANITÆRT
ARBEJDE / REGNSKAB

Ældre  Sagen

ROSKILDE



Indhold

Formandens beretning	Side 3
Sundhedsområdet	Side 5
IT-undervisning	Side 8
IT-café	Side 9
IT-undervisning	Side 8
Programudvalget	Side 10
Handyman-ordning	Side 14
Sorggruppe	Side 14
Ældrepolitisk Arbejdsgruppe	Side 15
Besøgsvenner	Side 15
Anerkendelsesudvalget	Side 16
Koordinationsudvalget	Side 16
Kommunikationsudvalget	Side 16
Bestyrelsen	Side 17
Kontoret	Side 18
Strikkecafé	Side 19
Søndagscafé	Side 19
Højskoleophold på Jaruplund	Side 20
Ældrevejledning	Side 22
Litteraturkredse	Side 22
Pårørende gruppe demens	Side 23
Whist	Side 23
Tryghedsopkald	Side 24
Café Smil	Side 25
Herre- og Dameværelset	Side 26
Økonomien	Side 27



Redaktion:
Fleming Friis Larsen og Ib Misfeldt.

Grafisk produktion:
Bente Møller Johansen.

Trykt i 500 eksemplarer af
Frivilligcenter Roskilde.

Ældre Sagen Roskilde
Allehelgensgade 23 A, 4000 Roskilde
Vi flytter d. 1. maj til Ringstedgade 26, 4000 Roskilde

Åbent mandag til fredag kl. 10-12
Telefon 4635 3090

www.aeldresagen.dk/roskilde
aeldresagen.roskilde@mail.dk

Formandens beretning

v. Fleming Friis Larsen



2025 var et godt og aktivt år for Ældre Sagen i Roskilde. Vi er nu næsten 14.000 medlemmer i Roskilde og tilslutningen til vore møder, ture og arrangementer er stor. Så stor at nogle må gentages. Næsten 1000 nye medlemmer i 2025 og fremgangen synes at fortsætte. Det viser, der er brug Ældre Sagens mange tilbud.

Den brede folkelige opbakning betyder også, at vor stemme lokalt bliver stærkere både i forhold til politiske budskaber og vores indsats i hverdagen.

2025 har været et år præget af store landspolitiske begivenheder i form af strukturændringer i sundhedsvæsenet, en ny ældrelov og Kommunalvalget. Det har stor betydning for vores samfund og fylder selvfølgelig meget i vores lokale ældre-og sundhedspolitiske arbejde.

Op til kommunalvalget holdt vi lokalt flere vælgermøder i samarbejde med en række andre organisationer med fokus på



Fra et af vælgermøderne

ældreforhold. Også med Sundhedsgruppen om den nye struktur på sundhedsområdet, hvor det er vigtigt, at Ældre Sagen får en stemme. Alle møder velbesøgte såvel som et samarbejde med Sjællands Universitets Hospital i forbindelse med den årlige ”stokedag” var en succes.

Vi har lokalt valgt at opgradere det ældrepolitiske arbejde i højere grad med en ny ældrelov, som efter indholdet giver mere selvbestemmelse til den enkelte samt et princip om helhedspleje. Endvidere faste teams i plejesektoren, samarbejde med pårørende er vigtige elementer, som nu er sat i gang, og som vi vil følge tæt.

På sundhedsområdet er det lykkedes Ældre Sagen at få indflydelse i forhold til de 17 sundhedsråd, som fremover skal styre vort sundhedsvæsen og med politisk udpegede medlemmer. Til hvert råd tilknyttedes et patient-og pårørendeudvalg, og der oprettes 17 udvalg bestående af repræsentanter fra Ældre Sagen, Danske Patienter, Danske Handicaporganisationer og Danske Ældre Råd. Lokalt arbejder vi for en plads og har valgt en sundhedsambassadør for området.

I beretningsperioden er to nye aktiviteter etableret. Handymandordningen hvor medlemmer kan få hjælp til opsætning af lamper, reoler og andre opgaver. Det har vist sig at være en succes. På demensområdet er oprettet to grupper for

pårørende, som giver god støtte og hjælp. Sorggruppen er ligeledes fortsat med god tilslutning.

Herudover har der i beretningsperioden været god tilslutning til vore mange tilbud og aktiviteter, som vil skildres i årsrapporten. Danmark spiser sammen, herre- og dameværelset, litteratur, kort, IT-cafe og support, ældrevejledning, samt besøgsvenner, tryghedsopkald for at nævne nogle. Foredrag og møder samt rejser og ture er også velbesøgte. Ved nyhedsbreve, som sendes til alle medlemmer, orienteres om aktuelle forhold, såvel som vi annoncerer i Roskilde Avis. Et væsentligt element i vort arbejde er kontoret, som er åbent hver dag med 17 kontorvagter, der tager imod henvendelser fra medlemmerne og hjælper videre med praktiske forhold.

Alle disse aktiviteter kan kun realiseres ved, at vi lokalt har mere end 200 dedikerede frivillige og tovholdere, som tager ansvar for arbejdet.

Bestyrelsen har igen i år valgt at udarbejde denne årsrapport, som skildrer Ældre Sagens arbejde og aktiviteter i Roskilde. Vi håber den vil være til glæde og gavn for modtagerne, som udover vore medlemmer vil omfatte byrådets medlemmer og andre samarbejdspartnere.



Her giver næstformand Flemming Jensen luft til udsmykningen ved STROKEDAGEN

Sundhedsområdet

v. Hans Jørgen Steffensen

Første del af sundhedsreformen blev vedtaget af Folketinget ved en lovpakke i 2025. Reformen skal bl.a. styrke det nære sundhedsvæsen, herunder med

- **Målrettede midler til at udbygge nære sundhedstilbud.**
- **Hjemmebehandlingsteams med sundhedsmedarbejdere, der kommer til borgerens eget hjem.**
- **Bedre fysiske rammer til lokale sundhedsindsatser.**
- **Sundheds- og omsorgspladser uden egenbetaling.**
- **Udvidet 96 timers behandlingsansvar for patienter, der er udskrevet fra sygehus.**



FAKTA

Ældre Sagen Roskilde Aktiviteter

KONTORET

200 åbningsdage
1000 henvendelser

IT HJÆLP OG UNDERVISNING

250 kunder

HANDYMANORDNING

85 kunder

FOREDRAG OG TURE

600 deltagere

JULE- OG ÅRSMØDE

120 deltagere

SOCIAL OG SUNDHEDSINDSATS

170 berørte

AKTIVITETSGRUPPER

12 grupper med 200 deltagere

CAFE SMIL

4000 måltider



Ved STROKEDAGEN fik deltagerne klar information om, hvilke faktorer der har indflydelse på risikoen for et STROKE

Andre elementer er udvidede patientretigheder samt indførelse af nye kronikerpakker. De skal i første omgang hjælpe KOL-patienter og patienter med lænderygmerter. Senere vil også patienter med diabetes 2 og hjertesygdomme blive dækket.

De 6 sundhedsråd i Region Østjylland er nye politiske organer etableret pr. 1. januar 2026. De skal samle regions- og kommunalpolitikere og skabe bedre sammenhæng i sundhedsvæsenet, med fokus på almen praksis, forebyggelse og tilbud tæt på borgerne. Sundhedsrådet for Østjylland og Øerne, som dækker bl.a. Roskilde, skal styrke samarbejdet mellem sygehuse, læger og kommuner og give større kommunal medbestemmelse.

Alle sundhedsråd etablerer et patient- og pårørendeudvalg (PPU). På den baggrund

har Ældre Sagens lokalafdelinger og koordinationsudvalg i 2025 samarbejdet om at etablere ældre- og sundhedsudvalg, der geografisk matcher de 6 sundhedsråd i Region Østjylland. Lokalafdelingen i Roskilde har arbejdet for at udpege en repræsentant, som skal sidde i patient- og pårørendeudvalg (PPU) under sundhedsrådet i Region Østjylland. Repræsentationen i PPU erstatter det hidtidige sundhedsudvalg nedsat af distrikt 7 og 8 i Ældre Sagens organisation.

Ældresagen deltog aktivt i planlægning og gennemførelse af STROKEDAGEN, hvor der var foredrag og rådgivning til de fremmødte omkring risikofaktorer for at få en blodprop eller en hjerneblødning.



Ældresagen Roskilde havde, som vi plejer, en stand på Roskilde Kommunes SUNDHEDSDAG. Standen var bemandet med erfarne kontorvagter. Placeringen tæt på samtale-teltet var central.



Ved Sundhedsdagen var der trængsel under Peter Qvortrup Geislings spændende foredrag om hvilke faktorer, der havde den største indvirkning på vores levetid, baseret på statistikken.

IT-undervisning

v. Anders Lee Christensen

Gennem 2025 har vi har kørt 3 forårshold med i alt 17 kursister og 5 efterårshold med i alt 29 kursister.

Vores udbud af disse kurser er, som vi ser det stadig relevante. Vi skal måske forbedre vore informationer om IT-Kurserne.

Vi havde til efteråret udbudt 4 typer kurser. Det viste sig, at der kun var tilmeldinger til 2 af kurserne (1. IT for PC og 2. IT for Tablet), som er de gamle kendinge. De 2 nye kurser vi havde oprettet (3. IT-Tekstbehandling og Regneark samt 4 Sociale platforme og Streamings-tjenester) var der ikke tilmeldinger nok til at de kunne gennemføres. Vi tilbyder dem igen

til foråret, og hvis der igen ikke er tilmeldinger nok, nedlægger vi dem.

Vores IT instruktører oplever en generel glæde fra vore kursister. Det viser sig gang på gang, at vi åbenbart rammer plet med det indhold, vi har på kursus 1. IT for PC og 2. IT for Tablet. Der er mange af vore kursister, som takker for vores indsats, og udtrykker håbet om, at vi fortsætter, og samtidig siger, at de vil udbrede kendskabet til vore tilbud.

NB. Vi Instruktører, der deltager i undervisning, sørger også for at give input til kursuskoordinatoren for IT, således at vi er tidssvarende. Hele IT området er jo som bekendt meget dynamisk.



Planlægningsmøde for vore IT-frivillige

IT-café v. Erling Olsen



Aktivitet i IT-cafeen, her bliver de besøgende hjulpet med telefoner, bærbare PC-ere og tablets

PC, iPad og smartphone opfører sig ikke altid, som man kan ønske sig. Kort sagt: ”De kan drille og udfordre os”.

Derfor har vi i Allehelgensgade 23A vor IT-cafe, hvor et hold dygtige frivillige IT-folk hver tirsdag fra kl. 13:00 sidder klar til at hjælpe.

Gennem 2025 har vi mødt - og løst - over 200 udfordringer på vore medlemmers IT-udstyr, og vi ser frem til, at også i fremtiden vil vore medlemmer besøge IT-cafeen, når det tekniske udstyr giver grå hår.

Har man mødt et problem, som man ikke selv kan løse, så tager man simpelthen sit udstyr under armen og besøger IT-cafeen. Og hvis udstyret ikke kan flyttes hjemmefra, så kan vores udkørende PC-doktorer komme på besøg derhjemme. PC-doktoren hjælper med tekniske indstillinger af PC, iPad, tablet, netværk og printer. PC-doktoren har ikke mulighed for at yde assistance til indstilling af TV og lignende. Her henvises til byens Radio- og TV-forhandlere.



Her er undervisningen i fuld gang i Hedeboparkens lokaler

Programudvalget

v. Flemming Jensen

Programudvalget er det udvalg, der står for at arrangere ture, rejser foredrag og andre arrangementer. Vi tilstræber, at vores udbud dækker et bredt spekter indenfor natur, rejser, historie og kultur, herunder musik.

Programudvalget står også for udgivelse af Årsprogrammet, som alle medlemmer af Ældre Sagen i Roskilde modtager. Årsprogrammet blev i 2025 trykt i mere end 9000 eksemplarer.

Programudvalget består af 8 faste med-

lemmer, som står for planlægningen og gennemførelsen af ture og rejser. Programudvalget mødes jævnligt, ca. 10 gange om året, med henblik på udarbejdelse og udgivelse af Årsprogrammet. De enkelte medlemmer bruger desuden en del tid på at arrangere og gennemføre de enkelte ture og arrangementer.

Sammen med AOF står udvalget også for planlægning og gennemførelse af foredragsrækken, som afvikles på Margrethegården, og som stadig er en succes blandt vores medlemmer.

Undgå at blive svindlet

Alt for mange ældre bliver svindlet på nettet eller ved telefonopkald. Nordea i Algade lagde lokaler og kaffebord til, mens politiet fortalte, hvad man skal



gøre - eller absolut ikke gøre - for at undgå at blive franarret penge og smykker. Mere end 50 medlemmer af Ældre Sagen gik hjem med gode råd til efterlevelse.



Det traditionelle julemøde med lotteri, gløgg og æbleskiver og julesange samlede igen i år 100 deltagere til en hyggelig eftermiddag på Margrethegården

15 ture med forskelligt indhold og sigte og 7 foredrag var planlagt i 2025, og alle disse arrangementer blev gennemført.

Vi arbejder løbende på at tilpasse turene til vores målgrupper.

Desuden blev der afholdt flere ad hoc arrangementer. Her kan nævnes:

- Musikarrangement i Himmelev Sognegård 100 deltagere.
- Danmark spiser sammen blev afviklet 2 gange, hvor til der hver gang var 80 deltagere.
- Et ad hoc arrangement om it-svindel med 80 deltagere udsolgt.
- Vandring til Roskildes kilder, 30 deltagere, udsolgt.
- Højskoleophold på Jaruplund Højskole med 30 deltagere.

I alt har der deltaget mere end 1000 medlemmer i de arrangementer som Programudvalget har arrangeret.

Pandrup Grafiske stod for trykningen af vores Årsprogram. Pandrup leverede et fint program og til tiden. Trykningen og omdelingen er uden omkostninger for Ældre Sagen, da Pandrup Grafiske står for annonce-salget og dermed også indtjeningen for annoncerne.





Fra turen til De Kongelige Stalde ved Christiansborg og Christiansborg Slotskirke



Fra besøget på Slagteriskolen Roskilde



Bustur til Egeskov Slot med guidet rundvisning på Slottet, på egen hånd i de mange andre udstillinger og frokost i stedets restaurant



Fra turen til Tegners museum og Eremitagen, her er mange af Tegners skønheder



Birgitte:
Hvor er det en god ordning.
Jeg nød godt af handy-
man Erik A. Nielsens
reparation af spisebordet
og ophængning af
badeforhæng”

*En af vores frivillige handy-
men hjælper et medlem med at
reparere et fint ældre bord*

Handyman-ordning - NYT INITIATIV I 2025

v. Jens Børsting

Tilbuddet om at få hjælp af en handy-man til mindre håndværksmæssige opgaver startede op i marts 2025, og inden udgangen af det første år vil der være mere end 80 medlemmer, som har nydt godt af hjælp fra Ældresagens handy-men. Der hjælpes med opgaver som ophængning af hylder, lamper og billeder, typisk opgaver der kan klares på 1 times tid, og hjælpen er gratis for Ældresagens medlemmer.

Ønske om hjælp går gennem kontorets frivillige og via en koordinator, som fordeler opgaverne til handymændene ud fra deres kompetencer og geografiske placering. De 5 handy-men har haft en travl opstart, men alle er indstillede på at fortsætte arbejdet fremover, da opgaven klart har sin berettigelse, og da der udvises stor taknemmelighed fra modtagerne af deres indsats.

Sorggruppe

v. Else Hass

Sorggruppen består af 5 frivillige, som tilbyder sorggruppe forår og efterår i 8 uger á 2 timers varighed. Er man sammen i en gruppe, kan der opstå fælles åbenhed, så det er lettere at tale om det svære.

Spørgsmål og snakken åbner op for en masse ting.

- At komme til at se en mening med livet igen.
- At blive hørt i din sorg og modtage forståelse for dine tanker og følelser.
- Evt. skabe et nyt netværk.
- At få forståelse for sorgens naturlige udtryk.
- At få klarhed og fokus i dit videre og forandrede liv. At mærke glæde.
- At tænke på andet end sit tab.
- Mærke lyst til og mod på fremtiden.
- Sove, læse og koncentrere sig igen.

Vi samarbejder med sundhedskonsulenterne i Roskilde Kommune.

ÆPAG

Ældrepolitisk Arbejdsgruppe

v. Fleming Friis Larsen

ÆPAG er ældrepolitisk arbejdsgruppe som dækker hele kommunen og er talerør for Roskilde, Ramsø og Gundsø afdelinger som alle er repræsenteret i udvalget.

Opgaverne i 2025 var fokuseret på både kommunalvalg og regionsvalg. ÆPAG er ligeledes ansvarlig for samarbejde med Sjællands Universitets Hospital om den årlige strokedag, såvel som udvalget har kontakt til Ældrerådet om ældrepolitiske emner.

Andre emner som er aktuelle er den nye ældrelov og helhedspleje samt ny struktur på plejeområdet med fokus på tidlig forebyggelse. Sundhedsreformen var tema for et valgmøde i samarbejde med Sygehusgruppen i Roskilde. Et samarbejde vi gerne ser intensiveret i forbindelse med etablering ” Sundhedscentrum Roskilde” når der sker flytning til Køge. Hertil kommer at ÆPAG er repræsenteret i bruger-pårørenderåd på kommunens plejecentre og har et samarbejde på demensområdet.

Besøgsvenner

v. Eva Svendsen

Det har været et stille år ift. min opgave, at finde frivillige besøgsvenner til ensomme, ældre mennesker.

Vi har p.t. 40 besøgsvenner, men det er slet ikke nok, da ventelisten til at få en be-

søgsven er på 18. Derfor leder jeg med lys og lygte efter mennesker med overskud til at besøge et ensomt menneske.

Det er berigende at glæde et andet menneske med besøg, men også at føle selv få noget igen.

Anerkendelsesudvalget

v. Jens Børsting

Ældre Sagens arbejde er helt afhængig af det frivillige arbejde, der udføres af vores godt 200 frivillige, som spænder over et bredt udvalg af opgaver, som de er beskrevet i denne beretning.

De frivillige yder indsatsen, fordi de har lyst til at gøre en indsats for andre og i mange situationer også sammen med andre frivillige. Det er afgørende, at det er hyggeligt og givende at være med i det frivillige arbejde, og vi har heldigvis rigtig gode tilbud om kurser og møder, hvor

man som frivillig kan blive klædt på til den opgave, man har påtaget sig.

Vi påskønner de frivillige gennem et årligt foredrags- og musikarrangement, ligesom de enkelte udvalg kan holde en sommer- eller julefrokost, mens andre vælger at tage på en udflugt.

Skulle du have mod på at påtage dig en frivillig indsats, kan du kontakte kontoret eller et bestyrelsesmedlem og høre mere om de mange muligheder, der er for at deltage.

Koordinationsudvalget

v. Fleming Friis Larsen

Ældre Sagen i Roskilde kommune har ca. 19000 medlemmer og dermed hovedparten af borgere over 60 år. For at tale med en stemme i kommunale forhold er der oprettet et koordinationsudvalg med repræsentanter fra de tre afdelinger af Ældre

Sagen. Roskilde har formandsposten og udvalget mødes et par gange årligt eller efter behov.

Erfaringsudveksling og inspiration er emner der drøftes samt lokale forhold som har betydning for ældre borgere.

Kommunikationsudvalget

v. Fleming Friis Larsen

Varetager al kommunikation til omverdenen med en klar målsætning om synlighed og tydeliggørelse af Ældre Sagens aktiviteter. Udvalget har ansvar for en medieaftale med Sjællandske Medier, som indebærer annoncering i Roskilde Avis med omtale af vore arrangementer.

Hver måned annonceres om kommende ture og møder såvel som nyhedsbreve udsendes med samme indhold og aktuelle emner. Udvalget er ligeledes ansvarlig for hjemmesidens opdatering samt årsberetningen.



Bestyrelsen

Ældre Sagen
Roskilde



Formand
Fleming Friis Larsen
Tlf. 2999 1614
fleming@friislarsen.dk



Næstformand
Flemming Løvskov Jensen
Tlf. 4234 2445
lovskov@hotmail.com



Sekretær
Erling Olsen
Tlf. 2121 4852
erlingolsen48@gmail.com



Hans Jørgen Steffensen
Tlf. 2971 1624
hansjorgensteffensen20@gmail.com



Kasserer
Niels Tofte
Tlf. 3069 9436
n.tofte@mail.dk



Kirsten Stieper
Tlf. 2213 0279
kirsten.stieper@outlook.dk



Per Olander
Tlf. 4082 4635
olander@mail.tele.dk



Ib Hartmann Misfeldt
Tlf. 4089 0595
misfeldtibgmail.com



Anne Grethe Himmelstrup
Kasserer Tlf. 4635 9000
ks.roskilde.265@aeldresagen.dk



Kiss Stokholm
Tlf. 2423 1451
kiss.stokholm@gmail.com



Jens Anders Børsting
Tlf. 2428 4844
borsting04@gmail.com



Tilmelding på kontoret til en af vore ture

Kontoret

v. Kirsten Stieper

Ældre Sagens kontor har en helt central funktion i vort daglige arbejde og service til vore 14.000 medlemmer. Hver mandag til fredag fra 10-12 er der på skift 17 kontorvagter til rådighed for tilmeldinger, forespørgsler, henvisninger mv. til både de der skriver, ringer eller møder op på kontoret.

Ligeledes er der også tid til at komme forbi til en kop kaffe og en hyggelig snak. Vi har også to mødelokaler som dagligt bruges til udvalgmøder, IT-cafe og undervisning samt andre aktiviteter. Vi lægger vægt på en hyggelig og god atmosfære til alle der kommer forbi vort kontor.



*Ældre Sagens kontor i Allehelgensgade 23 A.
Vi flytter d. 1. maj til Ringstedgade 26.
Alle medlemmer er velkomne 10-12 på hverdage.*

Strikke Café

v. Mona Ibsen

I september kunne strikkecafeen fejre 10.års fødselsdag. Med kaffe og Otello lagkage , samt besøg af cafeens stifter Tordis Sværke. Nogle er faldet fra i årenes løb andre er kommet til, som Else sagde: hvor er det hyggeligt at mødes med andre med samme interesse. Vi strikker, vi snakker, vi griner, vi hygger, der er altid plads til en til.

Mona og Tordis



Søndagscafé

v. Gurli Jakobsen

Generelt om Søndagscaféen kan siges, at vi stadig har et fint fremmøde. Fremmødet spænder fra ca. 7, 8 til som i dag 13 deltagere - vejrliget spiller også en rolle. Alle hygger sig og snakken går lystigt over

en kop kaffe og lidt brød (hjemmebragt som hjemmebagt). Vi kunne måske ønske, at flere mænd havde lyst at deltage. Dog må siges, at de mænd som kommer, falder fint ind i "hønsegården".

Højskoleophold på Jaruplund

v. Anne Grethe Himmelstrup og Birgitte Hansen

Er lyset for de lærde blot

Det er titlen på en sang, som Grundtvig skrev i 1839 som en slags programerklæring for folkelig oplysning. Ordet lys skal forstås i betydningen oplysning. Grundtvigs form for oplysning stod i kontrast til universitetskulturen - de lærde - og sangen blev en indledning til det folkeoplysningsarbejde, som fortsat finder sted på landets højskoler. I vers 1 hedder det bl.a.:

**Er lyset for de lærde blot til ret
og galt at stove?**

**Nej himlen under flere godt, og
lys er himlens gave**

Og det folkeoplysningsarbejde så vi frem til, da vi mandag den 6. oktober 2025 drog afsted en busfuld medlemmer fra Ældresagen i Roskilde mod Jaruplund Højskole, der ligger lige syd for grænsen 12 km fra Flensborg. Ældresagen i Roskilde har gennem flere år haft et frugtbart samarbejde med højskolen, som er den danske højskole i Slesvig. Højskolen ligger meget smukt i naturen, og har mange hyggelige opholdsområder. Vi så frem til dage med substans og hyggeligt samvær, og det fik vi i rigt mål!

En dag på Jaruplund Højskole starter i spisesalen til dejlig morgenmad, der er morgensamling, sang og foredrag om formiddagen og eftermiddagen og na-

turligvis både kaffepauser og frokost ind i mellem. Om aftenen er der også enten musik, foredrag eller andre aktiviteter, og dagene slutter med hyggeligt samvær og aftenkaffe i dagligstuen.

Fra Nordfrisisk Institut kom foredragsholder, der indviede os i Nordfrisernes historie, kultur og kamp mod naturen i marskegnene. Friserne er et gammelt folkeslag, der indvandrede til Tyskland i det 8. Årh. og fortrinsvis bosatte sig på øerne Sild, Føhr og Amrum.

En hel dag var vi på udflugt til øen Føhr, hvor vi oplevede det storslåede, men også barske landskab præget af Vesterhavet. Et af dagens mange højdepunkter var museet "Kunst an der Westkuste" efterfulgt af den selvsmurte frokost sat til livs langs kirkemuren til friserne domkirke i skønt efterårsvejr. Det var turen mod vest.

Dagen efter gik turen mod øst - først til imponerende Slesvig Domkirke, dernæst via det venlige landskab omkring Angel og Kappel til en overdådig laksetallerken på restaurant, inden vi skulle sejle på Slien ud til dens udmunding i Østersøen. Kaffe og kage ombord, og selv efter den fyldige frokost gik vi "ombord" i noget nær de største stykker tærte nogensinde set. Så der var brug for en spadseretur på det alleryderste næs inden Østersøen bredte sig foran os. Således berigede på krop og sjæl kom vi retur til højskolen,



Jaruplund højskole er smukt placeret ved Flensborg fjord

hvor aftensmaden ventede! Dagen sluttede på smukkeste vis med fortællekoncert "Mozart på rejse" bygget op omkring Mozarts tidlige breve og musik.

Inden vi om fredagen satte kursen mod Roskilde, havde vi også hørt foredrag om Krigens sidste uger i Flensborg og Den danske Tysklandsbrigade. På vejen hjem

nåede vi som afslutning et besøg i en smuk ny kirke i Kolding.

Vi var mange afsted, men på højskolen og på turene kom vi i snak og hjalp hinanden undervejs. Det var en virkelig dejlig højskoleuge med "hjerne og hjerte" - i sandhed livsoplysning - stærkt vanedannende og meget hyggelig.

Ældrevejledning

v. Hans Jørgen Steffensen

2025 blev et nyt travlt år for afdelingens ældrevejledning. Vejledning og rådgivning har omfattet mange forskellige problemer, som medlemmer i Roskilde Kommune har haft brug for at få afklaret eller løst. Gennemgående temaer er tilbagetrækning fra arbejdsmarkedet, samspil mellem offentlige pensioner og arbejdsmarkedspension, kontakt med sundhedsvæsenet, mulighed for ældrevenlig bolig, pleje og omsorg, sikring af hjælp, hvis man bliver kognitivt udfordret.

En mere generel problemstilling er, at digitaliseringen betyder stigende udfordringer for medlemmer, som er fritaget for digital post, og som rammes af gener ved langsom omdeling af breve. Virkningerne af at Post-Nord stopper omdeling af breve fra 2026 kan betyde en yderligere serviceforringelse for de borgere, der er digitalt fritaget.

I den positive ende er det, at det undertiden lykkes at hjælpe medlemmer, som er kommet i en vanskelig situation. Et eksempel: En 86 år gammel mand blev af en offentlig myndighed præsenteret for et krav om tilbagebetaling af 320.000 kr, da myndigheden mente, at han på grund af langvarige ophold på Filippinerne under corona pandemien havde modtaget urettiltelligt tillæg til folkepension. En nærmere gennemgang af mandens rejsepas, flybilletter og dagbøger viste dog, at der ikke var grundlag for det rejste krav, ligesom manden havde et beskedent økonomisk råderum. Slutresultatet blev, at myndigheden stillede sagen i bero og frafaldt krav om en tilbagebetalingsaftale, og manden kunne herefter ånde lettet op.



Litteraturkredse

v. Anne Knudsen

Ældresagen har pt 6 litteraturkredse med i alt 50 medlemmer. Alle kredse mødes en gang om måneden fra september til april, hvor man diskuterer den bog, man har læst.

Her er kreds 3, der mødes hver tredje onsdag i Frivilligcentret og netop har diskuteret Søren Pilmarks bog "Rasmus"

Pårørendegruppe demens

v. Kiss Stockholm

Facilitator er frivillig Kiss Stockholm - uddannet psykoterapeut med egne erfaringer indenfor området.

Der blev oprettet to pårørendegrupper november 2024. En for pårørende til ægtefæller og en for pårørende til forældre med demens.

Formålet er, at dele de udfordringer, erfaringer og følelser, der er forbundet med at være pårørende til en dement. At skabe et trygt rum, hvor vi deler alt det, der er svært og det, der fylder i hverdagen. Deltagerne bestemmer selv, hvad de har brug for at dele i gruppen, og der er selvfølgelig tavshedspligt.

Når en pårørende bliver ramt af demens, sker der en gradvis ændring af hverdagen som er svær at navigere i. Ofte føler man sig alene og frustreret over den nye situation, derfor er det vigtigt, at kunne

dele sine oplevelser med andre i samme situation.

Emnerne i gruppen er mange blandt andet - hvordan håndteres:

- Sorg - i forhold til gradvis at miste det menneske man kender.
- Stress - over at man som pårørende kommer til at overtage flere og flere opgaver i hjemmet.
- Vrede - som man kan møde fra den demente.
- Afmagt - overfor den store opgave, det er at være pårørende.
- Ændring i hverdagslivet enten i hjemmet eller på plejehjem.

Vi mødes to timer - ca. en gang om måneden. Forløbet har ingen slutdato. Man kan deltage lige så længe, der er behov.



Whist

v. Ole Bæk Nielsen og Hella Olsen

Der er to whist hold, et mandags og et torsdags hold. Mandagsholdet har lokale i Frivilligcentret og spiller mandag fra kl. 13.00 - 17.00. Der er 20 spillere på holdet, og fremmødet er næsten 100%. Kl. 14.30 holder vi kaffepause. Torsdagsholdet spiller torsdag fra kl. 13.00 - 17.00. Holdene aftaler indbyrdes, hvem der har kaffe og brød med. Efter en let rengøring forlader vi lokalerne efter hyggelige eftermiddage. Der spilles ikke fra maj til august.

Tryghedsopkald

v. Margit Andersen

Tryghedsopkald er en service Ældresagen yder til alle borgere i Roskilde Kommune, som har bedt om at få et telefonisk opkald som en ekstra sikkerhed i eget hjem. Telefonopkaldet foretages typisk mellem kl. 8-9 hver dag af en såkaldt ”ringer” fra Ældresagen. Det skaber tryghed at få et ”God Morgen” i telefonen og en kort snak om ”alt er vel”.

Såfremt telefonen ikke bliver taget af borgeren, ringes der til Roskilde Hjemmepleje, som rykker ud og låser sig ind og tilser, om der er behov for hjælp. Borgeren har ved opstart af tryghedsopkald deponeret en nøgle hos Hjemmeplejen, samt givet dem en skriftlig tilladelse til, at de må lukke sig ind for at tilse, om alt er vel.



I sådanne situationer orienteres pårørende eller de kontaktpersoner, som borgeren har opgivet, at der må ringes til.

Vi har 14 frivillige - og stor tak til dem, som ringer hver eneste morgen året rundt.

Vi har løbende behov for frivillige, og derfor er der også i 2025 gjort et stort stykke arbejde for at tiltrække nye frivillige til Tryghedsopkald. Der annonceres typisk i lokale aviser, og de digitale medier er også sat i spil. Udover annoncering har vi pjecer, som kan deles rundt og som fortæller, hvad opgaven som Tryghedsopkalder indebærer.

I øjeblikket har vi 39 ældre borgere, som modtager Tryghedsopkaldet hver eneste dag. Ved behov for flere nye borgere annoncerer vi i de lokale aviser, hvor vi oplyser om, hvad et Tryghedsopkald kan betyde for en ældre borger. Vi har desuden pjecer, som kan omdeles på relevante steder, hvor de ældre borgere ofte kommer.

Samarbejdet mellem Ældresagen og Hjemmeplejen fungerer særdeles fint.



FAKTA

Ældre Sagen på landsplan
1 Million medlemmer
20.000 frivillige

Ældre Sagen Roskilde
13.483 medlemmer
Over 200 frivillige
Medlemsantallet er steget med
8% i 2025



Café Smil serverer middag i Ringparken

Café Smil

v. Flemming Molin

Ældre Sagen Roskilde var i 2014 medstifter af Café Smils to sociale Caféter - én i Solparkens beboerhus i Trekroner og en i Ringparkens ved Køgevej. Caféterne kunne således i 2024 fejre 10 år jubilæum. Caféterne har åbent henholdsvis hver onsdag og torsdag fra kl. 12 - ca. 13.30 og tilbyder et veltillavet varmt måltid mad til en pris af kun 40 kr.

Det blev i 2025 tilsammen ca. 80 åbningsdage, og der blev serveret knapt 4.000 måltider.

Caféterne modtog i 2025 - efter ansøgning - et tilskud fra Roskilde Kommunes frivilligmidler på 20.000 kr., hvilket har været

medvirkende til, at den lave måltidspris har kunnet fastholdes til trods for de stigende fødevarerpriser.

FødevarerBanken, som formidler overskudsfødevarer i kampen mod madspild, leverer mange af råvarerne gratis til caféerne - som dog hver må betaler 1.000 kr. om måneden for transporten.

Maden tilberedes og serveres af 70 frivillige, hvoraf mere end 2/3 er medlemmer af ÆS.



Det lokale band fra Sejlklubben "På Gyngende Grund" underholdt deltagerne i Danmark Spiser Sammen i Ringparkens Beboerhus

Herre- og Dameværelset

v. Henrik Christiansen og Gurli Jakobsen

En gruppe herrer eller damer (60+) mødes henholdsvis den første eller den tredje fredag i måneden og spiser en god frokost sammen ... og så bliver der snakket!

Det hænder hyppigt, at en af deltagerne bruger et kvarters tid til at fortælle om sit liv og sine oplevelser.



Henrik og Gurli gør klar til henholdsvis Herre- og Dameværelset

Økonomien

v. Anne Grethe Himmelstrup

Regnskabet for 2025 udviser et underskud på knap 89.000 kr. Såvel indtægter som udgifter er præget af medlemsfremgangen til Roskilde Lokalfdeling. Således var der ved årsskiftet 13.483 medlemmer mod 12.469 året før. 1.014 nye medlemmer eller en øgning på over 8%.

Der er herudover foretaget udskiftning af forskelligt teknisk udstyr - en investering,

der var nødvendig ud fra en teknologisk synsvinkel, men som også ikke mindst er foretaget i lyset af, at vi i 2025 har modtaget en betragtelig arv jf. formandens beretning. Midlerne er deponeret hos Landsorganisationen jf. bestemmelserne om arv og henstår centralt der, indtil lokalafdelingens plan for anvendelse foreligger.

Ældre Sagen Roskilde afdeling Budget og årsregnskab 2025 samt budget 2026

INDTÆGTER	Budget 2025	Resultat 2025	Budget 2026
KONTINGENTANDEL M.V. FRA LANDSFORENINGEN	410.000	422.448	458.000
OFFENTLIGE TILSKUD	35.000	49.700	50.000
ANDRE TILSKUD, BIDRAG, GAVER, RENTER M.V.	25.000	13.806	25.000
ARRANGEMENTSINDTÆGTER	410.000	433.685	430.000
INDTÆGTER I ALT	880.000	919.640	963.000
UDGIFTER			
ARRANGEMENTSUDGIFTER	510.000	569.983	580.000
MARKEDSFØRING OG ANNONCER	80.000	88.045	85.000
KØRSEL OG BEFORDRINGSFODTGØRELSE	25.000	34.733	25.000
HUSLEJE OG LOKALEUDGIFTER	175.000	144.623	165.000
TLF-GODTGØRELSE, INVENTAR OG KONTORHOLD	120.000	159.516	135.000
GAVER, BLOMSTER OG ANDEN REPRÆSENTATION	7.000	11.684	15.000
UDGIFTER I ALT	917.000	1.008.584	1.005.000
RESULTAT	-37.000	-88.944	-42.000
EGENKAPITAL ULTIMO		624.495	582.495*

*Excl. arv

MÅL OG STRATEGI

ALLE SKAL HAVE MULIGHED FOR AT LEVE ET GODT LIV – HELE LIVET

Mange ældre lever gode liv i Danmark, men vi har stadig meget at kæmpe for: Værdig omsorg og pleje. Liv i meningsfulde fællesskaber. Og et inkluderende arbejdsmarked, hvor ældre medarbejdere får de bedste rammer for at bringe deres styrker i spil.

Ældre Sagen Roskilde flytter d. 1. maj
til nye mere medlemsvenlige og moderne lokaler på adressen
Ringstedgade 26, 4000 Roskilde

Ældre  Sagen

Ældre Sagen Roskilde · Allehelgensgade 23 A, 4000 Roskilde
Åbent mandag til fredag kl. 10-12 · Telefon 4635 3090
www.aeldresagen.dk/roskilde · aeldresagen.roskilde@mail.dk