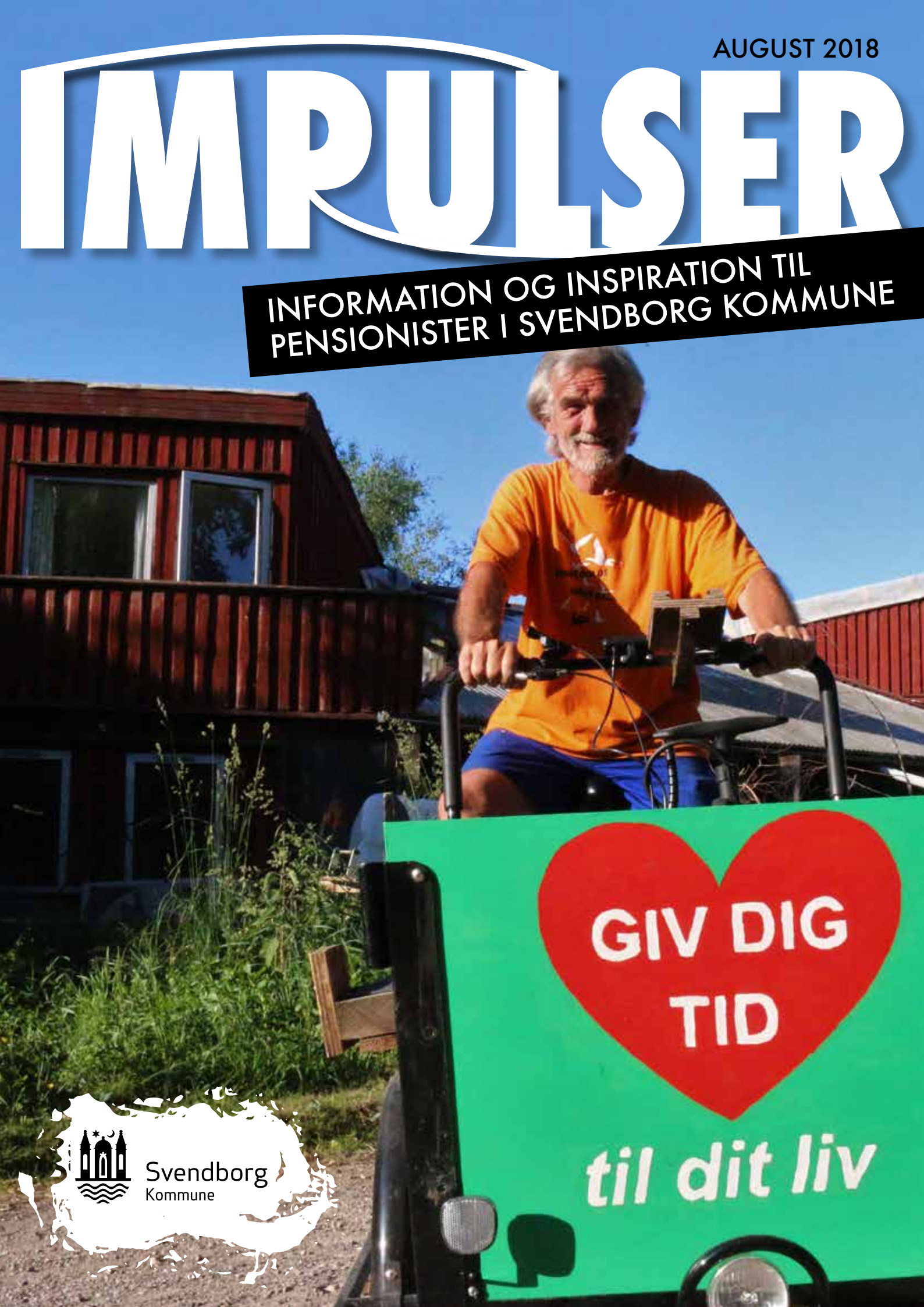
AUGUST 2018

IMPULSER

INFORMATION OG INSPIRATION TIL PENSIONISTER I SVENDBORG KOMMUNE



Svendborg
Kommune

IMPULSER

Impulser udgives af direktørområdet Social, Sundhed & Beskæftigelse i Svendborg Kommune.

Bladet udkommer i 10.000 eksemplarer som omdeles til alle folkepensionister. Andre interesserede kan hente bladet på bibliotekerne i Svendborg Kommune, Borgerservice og på Svinget 14, 5700 Svendborg.

Næste nummer af Impulser udkommer i januar 2019. Ideer til næste nummer skal være redaktionen i hænde senest den 1. november 2018.

Impulser udkommer to gange årligt i januar og august.

GRAFISK PRODUKTION OG DISTRIBUTION
Layout: Grafisk afd. Svendborg Kommune
Tryk: Trykteam
Distribuering: FK Distribution
Forsidefoto: Lars Kristensen.
Motiv: Giv dig tid

UDEBLIVER IMPULSER
Er du 65 år eller derover og har du ikke modtaget Impulser, så kontakt Kontoret i myndighedsafdelingen
socmyn@svendborg.dk
Tlf. 62 23 40 00 - tryk 3

IMPULSER ONLINE
Du kan læse Impulser på Svendborg Kommunes hjemmeside:
www.svendborg.dk/impulser

ANSVARSHAVENDE REDAKTØR
Ældrechef Kirsten Vie
kirsten.vie.madsen@svendborg.dk

REDAKTION
Redaktør – Peter Faber
Ældrerådet – Lars Kristensen
Svendborg Kommune – Anne Bøgegaard
Margit Lolk
Marianne Mølsted

I dette nummer:

JENS' GÅTUR

Hvis du trænger til motion, snak og kaffe - og det er tirsdag - så følg med MK'erne.

GAMMELNOKKERNE

Forsamlingshuset på Drejø er blevet totalrenoveret.

6 HVOR ER KVINDERNE?

Billiardklubben i Stenstrup vil gerne tiltrække flere kvinder om det grønne klæde.

24 DET SVÆRE VALG

Fortællinger om udsatte menneskers forsøg på et anstændigt liv under 2. verdenskrig.

NR. 12 AUGUST 2018

indhold

3 Leder
4 Jens sætter gang i bentøjet og snakketøjet
6 Efterlysning
7 Skallen og Nyt Ældreråd
8 En sidste personlig hilsen
9 Plejecenterlæger
10 Svendborg Seniorakademi
11 Aktivitetstilbud
18 Demenskontakten
19 Gammelnokkerne
20 Svendborg Senior Idræt
22 En anden slags seniorbolig
24 Det svære valg – fattiggård eller fjendeland?
26 Mariannes klumme
27 Kontaktoplysninger

LEDER

Ældrechef Kirsten Vie

Svendborg Kommune spurgte på Ældrekonferencen den 1. marts 2018 byens borgere om, hvad de ønsker i forhold til fremtidens ældreliv. Der kom mange gode ønsker og bud på, hvordan der kan prioriteres og skabes gode og aktive ældreliv. Alle ideer og tanker er nu ved at blive samlet og indgår i arbejdet med udvikling af en masterplan, der skal tegne linjerne for ældreområdet frem til 2025 – en strategi for hvordan der politisk skal prioriteres i forhold til udvikling af fremtidens ældreområde.

Jeg vil gerne bruge anledningen til at takke alle deltagere og de fremmødte til Ældrekonferencen. Vi er i Svendborg Kommune glade for den store interesse, der var for at besøge de forskellige stande og give jeres besyv på det gode ældreliv. I løbet af efteråret vil borgere på forskellig vis fortsat blive inviteret til at kvalificere arbejdet med "Fremtidens Ældreliv".

I denne udgave af Impulser sætter vi fokus på forskellige former for aktiviteter og fællesskaber, der kan fremme det gode ældreliv og styrke den enkelte borgers trivsel og livsglæde. Vi har blandt andet en artikel om Jens Andersen, der er pensioneret graver i Sct. Jørgens Kirke og arrangerer gå-tur ud i det sydfynske. Her er der plads til snak og grin, men det handler også om at få gang i bentøjet. Du kan også møde "Gammelnokkerne" på Drejø, der med ihærdighed og arbejdsomhed har fået renoveret og etableret et nyt forsamlingshus på Drejø.

Svendborg Kommune og Ærø Kommune har i samarbejde etableret et nyt tilbud til borgere med demens og pårørende – Demenskontakten – læs mere på side 18. Demensområdet er fortsat et politisk højt prioriteret område, og det gør mig glad, at Svendborg Kommune kan tilbyde en bred vifte af tilbud og aktiviteter til borgere med demens og deres pårørende.

August er traditionen tro opstart af nye tiltag og aktiviteter. Der er mange aktiviteter i både de lokale foreninger, aktivitetshuse, idrætsforeninger, og i de kommunale tilbud. Vi håber, at det kan inspirere til at prøve noget nyt.

God læselyst!

Du kan følge arbejdet med masterplan 2025 på Svendborg Kommunes hjemmeside www.svendborg.dk/masterplan

GODE IDÉER til masterplan 2025 modtages gerne

De kan mailes til:
masterplan@svendborg.dk eller sendes til
Social og sundhed, Svinget 14, 5700 Svendborg

Vil du være vejviser?

Vejviserne er en gruppe af frivillige, der formidler kontakt mellem ældre borgere og sociale aktiviteter.
Vi besøger borgeren og sammen finder vi ud af hvad han/hun har lyst til at deltage i enten ude i byen eller privat.
Vi formidler kontakten og hjælper borgeren på vej.

Frivilliggruppen mødes hver tredje uge, hvor vi hygger og sparrer med hinanden. Besøg hos borgerne foretages oftest af to frivillige sammen og planlægges mellem de frivillige og borgeren. Antallet af besøg varierer efter behov. Timeantallet er fleksibelt, men påregn ca. 1 time om ugen.

Vejviserne er et samarbejde mellem Ældresagen, Kræftens Bekæmpelse, Røde Kors, Kontakt Mellem Mennesker og Hjemmeplejen i Svendborg. Vi holder til i frivillighuset.

For mere information
Kontakt Tanja Fribo: tlf. 2344 5812
tanja.fribo@svendborg.dk

Jens sætter gang i bentøjet og snakketøjet

Hvis du lige trænger til motion, snak og kaffe - og det er tirsdag - så er det en mulighed at følge efter Jens Andersen, når han går en tur

Tekst og foto Marianne Mølsted

Jens har været graver i Sct. Jørgens Kirke i 34 år, og nu er han blevet pensionist, og det er bare herligt, siger han, for det giver tid og mulighed for at gøre mange ting, som også kan glæde andre.

Jens er en aktiv mand, og da han blev opfordret til at "gå et par ture" med folk, der har lyst til det, sagde han selvfølgelig ja. Kirken støtter ham og sponsorerer brug af kopimaskine og computer, samt åbner sognehuset for gruppen.

- Nej, det er ikke en klub! Den slags kræver jo formand og kasserer og regnskab, og det kan jo hurtigt blive meget besværligt. Næ, man kommer bare, hvis man har lyst, så hver tur slutter med "vi ses på tirsdag", og Jens sørger for, at alle får en mail med besked om, hvor turen går hen og hvad der skal ske.

Jens Andersen er også en flittig fotograf, så han fotograferer hver eneste gang, der er aktivitet og lægger de mange fotos ud i "skyen", så deltagerne bagefter kan sidde derhjemme og blive bekræftet i, at det var endnu en dejlig tur, de var med på.

Jens kender en masse mennesker, og det gode rygte om hans gåture er spredt for alle vinde. Derfor er der som regel god opbakning, når der fløjtes til afgang.

Egentlig var det en mandegruppe, som Jens havde gang i at etablere. MK stod for MÆND KAN, men i vore ligeberettigelsestider stod det hurtigt klart, at mændene måtte dele gå-oplevelserne med kvinderne, og så gav MK pludselig en helt anden mening, MÆND og KVINDER.

Jens Andersen arrangerer turene og han sætter sig godt ind i de lokale forhold og fortæller om de steder MK'erne besøger. (Privatfoto)

Og de er mere end velkomne, kvinderne. De bidrager i hvert fald til, at snakken holdes i gang, og flere af mændene værdsætter også kaffen!

Men motionen er vigtig; det at holde sig fysisk i gang tæller. Derfor er det hver anden tirsdag, der er motion på programmet. Gode lange traveture med mulighed

På rad og række gennem naturen. En god oplevelse. (Privatfoto)

for megen snak med andre mennesker. Man får at vide, hvor lang turen er, og det er vigtigt, man er selvhjulpen, og hvis man bliver for slidt og træt, så stopper man bare. Denne tirsdag besøgte gruppen en langdysse, og man gik i skoven ved Lindeskov Hestehave - der er også mange gravhøje - og der blev også tid til at kigge ind og beundre den lokale gravers smukke have. Jens har mange kontakter, og graveren havde borde og stole nok til de 38 deltagere på turen, som siddende – med kaffen i hånden – kunne nyde de smukke blomstrende rhododendroner.

Jens planlægger ture og spørger altid ejeren, om de må gå ad hans stier og gennem hans skov. Men sommetider kan det planlagte ændre sig lidt. En sti kan være pløjet op, og man kan blive advaret om, at lige på den her private vej bor en ejer, der godt kan vifte med sit gevær, men så kan en nabo som regel altid hjælpe med en mystisk sti bag om et hus, så gruppen ikke generer en mindre venlig ejer. Der findes altid en løsning.

På disse ture deltager mange – også udefra kommende. MK Traverne, som er det formelle navn på gruppen, er ikke forbeholdt folk fra lokalområdet ved Sct. Jørgens; der er folk med fra hele det sydfynske område.

De tirsdage, hvor man ikke vandrer, samles man f.eks. om et virksomhedsbesøg eller et arrangement i sognehuset ved Sct. Jørgens Kirke med morgensang, og måske kommer organisten forbi og sætter musik til. Der kan også være besøg af en, der har noget på hjertet; f.eks. fortælle om en interessant rejse eller oplevelse.

Kort sagt, det handler om socialt samvær, og i så henseende er Jens Andersen en sand mester. Han formår at skabe aktivitet omkring sig og det påskønnes.

Klar til afgang. Der er altid stor tilslutning til vandreturene. Forude venter Vejstrup Ådal. (Privatfoto)

Efterlysning: Hvor er kvinderne?

Tekst og foto Lars Kristensen

Formanden for Billardklubben i Stenstrup, Jørgen Lehgård, vil gerne tiltrække flere kvinder omkring det grønne klæde. Der er gjort flere forsøg, men det er aldrig rigtigt lykkedes.

Kvinderne skal ikke ind i klubben for at servicere mændene med kaffe og bajere; de skal derimod selv have køen i hånden, kigge ud over det grønne klæde og finde ud af, hvordan det bedst lader sig gøre at få sendt de hvide baller af sted, så der væltes kegler. Helst dem alle.

Men kvinderne er fraværende i billardklubben, og grunden kan være, at billard ikke siger dem en pind, fordi de synes det er sjovere at vælte større kegler ved hjælp af større kugler - som i bowling. Eller sidde med en mindre strikkepind og have blødt garn i hånden i stedet for en billardkø.

I Stenstrup Billardklub er det muligt, i fred og ro, at spille både keglebillard og snookers, og at strikke, såfremt der også er behov for det.

Klubben havde i begyndelsen af maj i år 40 års jubilæum og det gik noget stille for sig.

Klubben har tidligere været en af landets agtværdige billardklubber, og den har fostret flere gode og habile billardspillere, som har spillet flere pokaler hjem til klubben.

Billard er i dag en sportsgren, der er ved at gå en stille og rolig glemsel i møde, nok også fordi der i DR ikke længere sendes finaler i keglebillard og karambole, som dengang Gunnar Nu Hansen sad og kommenterede sporten i DR.

Jørgen Lehgård håber, at kvinderne måske kan være med til at skabe øget aktivitet i klubben, så han og de andre klubmedlemmerne støder til kvinderne med en opfordring: - Kom og spil med os.

Det kunne være Stenstrup Billardklub skulle invitere til bal-aften. Nu da klublokalerne ligger lige op til Stenstruphallens andre lokaler, kunne det jo være nærliggende, at en bal-aften hos billardklubben åbner mulighed for både bal-dans på det grønne klæde men også dansebal på gulvet i Stenstruphallens andre lokaler. Men det forudsætter, at kvinderne møder op.

Klubben holder sommerferie indtil første uge i september og Jørgen Lehgård venter spændt på, der er nogle kvinder, der tager imod opfordringen.

Billard er ikke en kvindesport, men det er et sjovt og udfordrende spil, siger Jørgen Lehgård, så han håber at se kvinder ved det grønne bord.

Ny formand i Skallen

Tekst og foto Margit Lolk

Skallen, som er et af Svendborg Kommunes aktivitetscentre/Fyrtårne for seniorer, blev indviet i 1990 af daværende borgmester Holger Rasmussen (S) og danner i dag rammen om mange forskellige aktiviteter.

Farvel og goddag!

Hans Halberg, som har været formand for Skallen igennem de sidste 13 år, ønskede ikke at genopstille ved seneste valg. Da Keld Jensen, 71 år, er pensionist med tid, lyst og overskud til at hjælpe andre, blev han opfordret til at stille op til formandsposten og blev valgt. Keld har bl.a. arbejdet som værkfører hos Contex i Svendborg i næsten 40 år.

Han er medlem af lokalbestyrelsen (IT webmaster) for Ældresagen i Svendborg-Gudme, hvor han bl.a., sammen med den tidligere formand Karen Pedersen, har taget initiativ til at tilbyde gratis IT hjælp til alle pensionisterne i kommunen, som er medlem af Ældresagen. Da han gennem nogle år har undervist seniorer i L'hombre i Skallen, er han heller ikke helt ukendt med, hvad der rører sig i foreningen Skallen.

Visioner for fremtiden?

På spørgsmålet om, hvilke visioner den nye formand har for fremtiden i Skallen, er svaret, at man som ny lige skal stikke fingrene i jorden og ikke prøve at ændre en hel masse, når foreningen lige nu kører fint og har mange brugere, men han har naturligvis et ønske om, at få strammet op på IT systemet i foreningen, så det bliver mere brugervenligt.

Keld Jensen foran det gamle ægpakkeri i Møllergade – deraf navnet Skallen.

Nyt Ældreråd klædt på til arbejdet

Tekst Peter Faber

Med syv nye medlemmer af Ældrerådet i Svendborg var strategien klar; de skulle hurtigst muligt klædes bedst muligt på til at blive konfronteret med de opgaver, som venter forude. Derfor har Ældrerådet besøgt Tåsinge Plejehjem, Område Vest, Det gode Madhus og haft møde med borgmester Bo Hansen og viceborgmester Lars Erik Hornemann – før besparelserne på ældreområdet blev besluttet.

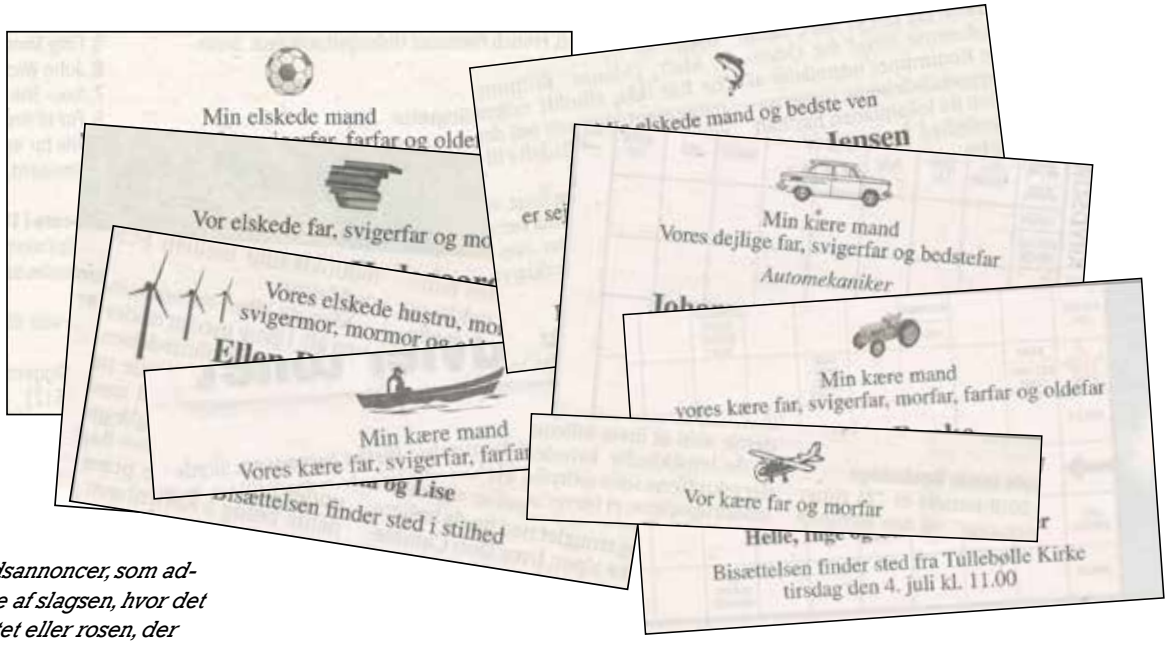
- Det gav os mulighed for at fremføre vores argumenter, siger formanden for Ældrerådet, Bent Aage Rasmussen. Han synes det er vigtigt, at især de nye medlemmer af rådet hurtigst muligt får kendskab til, hvilke opgaver det er, man skal forholde sig til og arbejde med, og derfor er introduktion til arbejdet vigtig.

Ikke mindst i år, hvor ældreområdet også var i spil, da kommunen fremlagde sit sparekatalog.

- I Ældrerådet var vi enige om en fælles holdning til alle de punkter, vi skulle forholde os til – med undtagelse af spørgsmålet om, hvorvidt der fortsat skal laves med på tre af kommunens plejecentre. Her var der uenighed, og det meldte vi klart ud, siger Bent Åge Rasmussen.

Ældreområdet skal ifølge sparekataloget beskæres med 16,3 millioner kroner, og det kan ikke undgå at gøre ondt, siger Ældrerådets formand.

- Vi har her i Svendborg en rimelig standard, når det handle om at servicere de ældre, og det er derfor ærgerligt, at vi skal spare. Vi behøver jo ikke at gå efter den laveste fællesnævner. Men nu er besparelserne vedtaget, og vi vil fra Ældrerådes side nøje holde øje med udviklingen, påtale urimeligheder og ellers arbejde konstruktivt på at gøre konsekvenserne af besparelserne så lempelige som muligt, siger Bent Aage Rasmussen.



Et lille udpluk af dødsannoncer, som adskiller fra de gængse af slagsen, hvor det oftest er korset, hjertet eller rosen, der pryder annoncen. Her ses bl.a. en lille fiskejolle, en flyvemaskine og en fodbold.

En sidste personlig hilsen

En lille vignet i dødsannoncen siger mere end mange ord om afdøde

Tekst og foto Peter Faber

En ny trend inden for dødsannoncer er ved at bide sig fast.

De skal være personlige; de skal sige noget om afdøde og ikke kun være en praktisk måde at fortælle omverden, at Hans Hansen er død, og hvornår han skal bisættes eller begraves. De skal med et enkelt symbol fortælle, at det er den Hans Hansen der er død; ham der var vild med sin grå Massey Ferguson traktor. For ham var livet bedst, når han sad i det skålformede traktorsæde og kørte ud over markerne. Derfor skal der en lille vignet med en traktor i dødsannoncen. Den fortæller nemlig bedre end ord historien om Hans Hansen.

Den tid er forbi, hvor et kors, et hjerte, en rose, en due med en olivengren i næbet eller tro/håb/kærlighedssymbolet er de eneste valgmuligheder de efterladte har, når dødsannoncen skal laves.

Nu er alt muligt, og flere og flere vælger derfor at gøre dødsannoncen personlig. Fodboldentusiasten får naturligvis en fodbold med i annoncen, læsehesten og litteraturelskeren får en stak bøger med i annoncen, vindmølleentusiasten tre små vindmøller, lystfiskeren en sprællende ørred, automekanikeren en bil, men ikke bare en tilfældig bil, men en NSU Prinz med hækmotor. En bil man må formode, at han har haft et ganske særligt forhold til. Flyveentusiastens dødsannonce er præget af et lille enmotors Cessna sportsfly, rutebilejerens farvel markeres naturligvis med en bus i dødsannoncen og tandlægen – eller hendes efterladte – valgte en stregtegning af en tand, da de indrykkede dødsannoncen.

Bedemand Peter Honorè, Svendborg Begravelsesforretning, bekræfter, at det er blevet populært at gøre dødsannoncen personlig.

- Med et klik eller to på en computer kan vi finde en hvilken som helst vignet, som symboliserer det, som afdøde forbindes med, og når muligheden er der for at gøre dødsannoncen personlig, så vælger mange den mulighed. Folk lader sig ikke begrænse. For de efterladte er det helt naturligt, at deres far, murermesteren, som hele livet har haft en murerske i hånden, også får en murerske i dødsannoncen, siger Peter Honorè.

Ham og hans kollegaer har adgang til et enormt vignet-katalog, som de frit kan plukke i, når de sammen med de efterladte sidder med computeren og udformer en dødsannonce.

Og med den nye trend starter også en historiefortælling.

Tidligere var det ikke ualmindeligt, at titler var en helt naturlig del af teksten på gravsten. Det var helt almindeligt at støde på en afdød landmand, gørtler, fisker, bødker, garver og manufakturhandler eller skolelærerinde på en tur rundt på danske kirkegårde, men så rullede anonymitets-bølgen over landet, og mange blev begravet helt anonymt eller med en sten med kun få og sparsomme oplysninger.

Det gik ud over historiefortællingen.

Men tendensen synes at være stoppet. Måske inspireret af besøg på sydlandske kirkegårde, hvor det ikke er ualmindeligt med meget personlige gravsteder med bl.a. fotos af afdøde og elskede ejendele; en tradition, som også er kommet til Danmark med indvandring fra fremmede verdensdele, og sidste skud på stammen over ting man kan gøre for at sætte et personligt aftryk på gravstedet er, at få indgraveret en QR-kode, så besøgende kan skanne gravstedet og hente information om afdøde.

Koden kan indeholde billeder og levnedsbeskrivelse og den kan f.eks. henvise til en hjemmeside, hvor familie og venner kan skrive deres tanker omkring afdøde.

Men første skridt på vejen mod en mere personlig exit fra denne verden er, at vi vælger at pryde dødsannoncerne med en lille vignet, der siger noget om den vi var, da vi var levende.

Plejecentre med egne læger

Tekst og foto Anne Bøgegaard

På Vindeby Pilevej Plejecenter, der har haft en fast læge fra Lægerne Sølund-Hansen tilknyttet siden november 2017, er der stor begejstring for ordningen.
- Det er til gavn for både beboere og personalet, når det er den samme læge, der kommer på plejecentret. Vi kan hele tiden være på forkant. Vi oplever også et godt samarbejde mellem lægen og pårørende til beboere, siger sektionsleder Lene Ditlevsen.

Samme lægehjælp som før

Jan Erik Lindstedt, der er beboer på Vindeby Pilevej Plejecenter, har netop skiftet til den faste læge. I den anledning besøger den faste læge Camilla Tørrild Jan i hans bolig på Vindeby Pilevej, for at snakke med ham om hans helbredstilstand.
- Hvordan har du det Jan, spørger Camilla idet hun træder ind i Jans bolig. For Camilla er det vigtigt at møde og tale med beboerne.
- Det handler om at lære beboerne at kende, fortsætter Camilla. I dag får Jan målt blodtryk, og det ligger pænt indenfor normalen.
Beboerne på plejecentrene kan frit vælge, om de ønsker at skifte læge til den fasttilknyttede læge på plejecentret, eller om de vil beholde deres nuværende praktiserende læge. Det er muligt for beboerne at skifte til den fasttilknyttede læge, uanset om der er lukket for tilgang. Beboerne modtager den samme lægehjælp som tidligere. Lægen har blot sin gang på plejecentret. Det betyder, at plejepersonalet bedre kan koordinere besøgene, og på den måde være på forkant med beboernes helbredstilstand. Ligesom der kommer en bedre kontinuitet i og opfølgning på lægebesøgene, sådan at man kan undgå unødige indlæggelser og genindlæggelser.
For plejecenterlægerne er der også en stor gevinst ved at være læge på et plejecenter.
- Jeg kender personalet – de er øjne på dagligdagen. Og så møder jeg beboeren, der hvor de er og bor udtaler Camilla.

Jan Erik Lindstedt får målt blodtryk af Camilla Tørrild.

Svendborg Seniorakademi

Mødestedet for *alle* seniorer

De nysgerriges samlingssted

Tekst Mette Marslund

Nysgerrigheden – det er den, som er kerne og centrum i Seniorakademiet.

Vi er nemlig en forening af nysgerrige mennesker, der synes, at livet stadig er spændende, forbavsende og fuldt af oplevelser. Og vi mødes for at blive lidt klogere på både livet og os selv, og for at dele de oplevelser, som gør tilværelsen mere interessant og rig for alle mennesker.

Nysgerrigheden har som bekendt ingen alder! På Seniorakademiet er der er ingen grænser for, hvad vi kan samles om. Kunst, naturvidenskab, litteratur, musik, strikning, film, IT og samfundsproblemer. Vi mødes i mindre grupper og diskuterer, læser, ser og lytter. Vi inviterer til foredrag, filmklub og debat. Og hvis nogen synes, at vi mangler en gruppe om det, som de specielt brænder for, prøver vi at få den sat i gang.

På Seniorakademiet tager vi fællesskabet alvorligt, selvom fællesskaber ikke er så moderne længere. Men vi synes, at den enkelte bedst folder sig ud sammen med andre, og at det er givende for mennesker at forpligte sig på noget, der er større end den enkelte. Vi prøver at skabe gode rammer for alle, så vi sammen kan trives og udvikle os. For når man bliver ældre er det vigtigt at være sammen med andre, så man kan blive forbavset og forundret og måske endda forandret i mødet med andre mennesker. Det er nemlig på den måde, man holder sin hjerne i gang, siger videnskaben! Man skal være nysgerrig hele livet!

Vi holder Åbent hus for alle nysgerrige den 17. august kl. 13-16. Her kan du få noget at vide om, hvem vi er, og hvad vi kan tilbyde.

Se på vores hjemmeside www.seniorakademiet.dk eller kom ned og besøg os i Ørkildsgade 21, stuen. Vores kontor er åbent mandag, onsdag og fredag kl. 10-13. Du kan også ringe til os i kontortiden på tlf. 30 69 37 67.

Savner du en bogklub eller litteraturstudiekreds? Vi hjælper jer med at komme i gang og tilbyder lokaler og faciliteter.

Strikningens historie og kultur – er det noget for dig??

Der er også noget for Mænd!! – vi laver debat-grupper om naturvidenskab og filosofi og samfundsforhold

Jørn Jørgensen:

Jeg begyndte at undervise i IT, da jeg gerne ville bruge min viden til at gøre pensionister bedre til at bruge og forstå, hvad en computer kan bruges til.

Niels Østergaard:

Det, som fik mig til at blive medlem af Seniorakademiet, var min lyst til at være med til højskoledagene, filmeftermiddage, samtalecafeen og det social fællesskab, som er i huset.

Aktivitetshuse i Svendborg

Strammelse Brugerlaug

Madsegyden 29, Tåsinge. Tlf. 62 54 10 04
Huset er åbent for medlemmer hver dag kl. 9.00 - 11.30 og 14 - 16, samt de tider der er angivet i vores program, - eller efter aftale. Der er mulighed for at benytte træ- og metalværkstederne, og arbejde sammen med andre medlemmer. Det kan være ved restaurering af møbler, stenslibning, strik eller syning og hvad der kommer af ønsker. Vi hjælper hinanden - der er ikke undervisning. Materialer er din egen udgift. Du kan også være med til at spille billard, petanque eller kort.
Sang sidste fredag i måneden - se i program.
www.strammelse-brugerlaug.dk
E-mail: strammelse@pc.dk

Svendborg Seniorakademi

Ørkildsgade 21,st., Svendborg. Tlf. 30 69 37 39
Her er et stort udbud af studie- og debatgrupper, og undervisning i mange forskellige emner som f.eks. IT, kunst, kultur, filosofi og musik.

Åbent Hus fredag den 17. august kl. 13 - 16

Kursusprogram findes på bibliotekerne og hjemmesiden. Hvis du har emner, du gerne vil undervise i, hører vi gerne fra dig.
www.seniorakademiet.dk
E-mail: kontor@seniorakademiet.dk

Seniorværkstederne i Svendborg

Ndr. Ringvej 18, Svendborg. Tlf. 62 22 95 69.
Seniorværkstederne er åbne mandag-fredag 9-13. Nogle aktiviteter til kl. 16.
Aktiviteterne i de mange værksteder spænder vidt, og er i stadig udvikling – bliv inspireret på vores hjemmeside. I værkstederne er man velkommen til at fremstille eller reparerer ting til eget brug. Kom forbi og få en uforbindende rundvisning i samtlige værksteder.

Vi holder åbent hus
lørdag den 1. september 2018 - kl. 10 - 13

www.senior-vst.dk
E-mail: kontoret@seniorvst.dk

Skallen

Møllergade 99, Svendborg. Tlf. 62 20 10 55
Skallen er et handicapvenligt kommunalt aktivitetshus for seniorer og førtidspensionister. Huset kan bruges af foreninger, klubber og grupper i målgruppen, Der foregår mange aktiviteter spændende fra møder, foredrag, engelsk, håndarbejder til billard og dans.
For nærmere oplysninger ring eller kig ind på kontoret tirsdag, onsdag og torsdag kl. 9-11 - i august dog kl. 9-10.
www.skallen-svendborg.dk
E-mail: skallen@nypost.dk

Pensionistforeninger, klubber og grupper

Bjerreby-Klubben, Tåsinge
Bjerreby Forsamlingshus, Bjerrebyvej 66.
Mandag (hver anden) kl. 14 – 16 Foredrag, sang, musik, banko, fællesspisning
Kontakt: Nancy Petersen - telefon 22 91 34 19

Brudager Ældreklub
Brudager Forsamlingshus, Brudager Bygade 11.
Torsdag i ulige uger kl. 14.
Lysbilleder, foredrag, sang og musik, spillegilde, 2 udflugter
Kontakt: Jonna Pedersen - telefon 62 28 13 99/61 76 31 81
Mail jopgranly@mail.dk

Egense Pensionistforening
Sygekassens Hjem, Christinedalsvej 20, Svendborg
Hver anden onsdag kl. 15.00 - 17.00. Sang, lysbilleder, banko, udflugter.
Kontakt: Jane Mogensfeldt – telefon 27 58 70 24

Hesselager Pensionistforening
Hesselager Plejecenter, Langgade 2
Hver anden mandag kl. 14 - 16 Socialt samvær, foredrag, banko, udflugter
Kontakt: Karen Nielsen - telefon 25 17 59 42

Hundstrup Seniorklub
Hundstrup Fritidshus, Fillipavej 64
Første mandag i måneden kl. 14 - 17 Foredrag og lysbilleder, musik, sang, udflugter
Kontakt: Susanne Knudsen - telefon 20 36 36 89

Som førtidspensionist kan du benytte de samme tilbud som andre pensionister.

SÆRLIGT FOR FØRTIDSPENSONISTER

SVUP - foreningen for førtidspensionister
Aktivitetshuset Skallen, Møllergade 99.
Torsdag kl. 13 - 16. Socialt samvær.
Kontaktperson:
Mette Pedersen, tlf. 50 57 27 14 eller
Lisbeth Larsen, tlf. 22 98 05 49

Kirkeby Ældreklub
Kirkeby Menighedshus, v. Kirkeby Kirke.
Torsdage kl. 14.00 - 16.00
Foredrag/film, socialt samvær, fællesspisning, udflugter
Kontakt: Jette Kølleskov – telefon 21 47 50 19
Mail jette-mogens@c.dk

Klub 13, Dansk Blindesamfund, Svendborg
Aktivitetshuset "Skallen", Møllergade 99
Anden tirsdag i hver måned august – maj kl. 13.45 - 16.00
Kontakt: Carsten Dan Jacobsen – telefon 22 57 92 25
Sydøstfyns Pensionistforening
Kontakt: John Sørensen – telefon 40 72 83 51
Mail galdbjerg16@gmail.com

Skårup Pensionistforening
Pensionisternes Hus, Skårup Stationsvej 10
Hver mandag kl. 14 -16: Der spilles kort, snakkes, laves håndarbejde med mere. Mød bare op, der er plads til flere.
Hver tirsdag kl. 13.30 -16.00: Nørkle eftermiddag.
Onsdag i lige uger kl. 14.00 - 16.00. Socialt- og kulturelt samvær, foredrag, sang og musik, lysbilleder, udflugter.
Kontakt: Ingelise Petersen - telefon 24 25 25 16
Mail ingelise49@live.dk

Stenstrup/Lunde/Kirkeby Seniorer
Stenstrup Forsamlingshus.
Banko, hygge, udflugt, foredrag, sang og musik
Kontakt: Hartvig Findorf - telefon 21 21 38 29
Mail h.findorf@gmail.com

Svendborg Pensionistforening
Aktivitetshuset "Skallen", Møllergade 99 Svendborg.
Onsdag kl. 09.00 - 14.30. Foredrag, frit samvær, fællesspisninger, udflugter, pakkefest, sang og musik.
Kontakt: Grethe Sørensen - telefon 27 57 10 94
Mail grethehs@webspeed.dk

Sydfyns Seniorklub
Vejstrup Forsamlingshus.
En gang månedligt (rullende dage) kl. 14 i vintermånederne. Foredrag, musikunderholdning/-oplevelser, teaterture, udflugter, ferieture.
Kontakt: Connie Jorsal – telefon 62 23 15 36
Mail vacon@privat.dk

Tingmarken Beboerforening, Landet
Fælleshuset hver den 1. og 3. fredag i måneden til foredrag/film, udflugter, banko, fællesspisning og sang. Hver tirsdag og onsdag eftermiddag spilles petanque.
Kontakt: Lone Oldelund Pedersen - telefon 22 25 27 87

GLEMTE VI DIN FORENING?

Så kontakt Birthe Bergmann på birthe.bergmann@svendborg.dk eller 24 88 63 31

Thorsengklubben

Tåsinge Forsamlingshus,
Elvira Madigans Vej 41, Landet. Vi er en hyggelig og dynamisk pensionistforening med mange forskellige aktiviteter – banko - udflugter- fællesspisning og foredrag.
Yderligere oplysninger og program:
Lis Andersen - telefon 51 35 50 69
Mail lis.jorgen@troensemail.dk

Thurø Pensionistforening

Thurø Konfirmandstue
2. torsdag i måneden kl. 14 - 16. Underholdning, sang, udflugter, lotteri, samvær.
Kontakt: Jørn Jensen – telefon 23 34 26 50
Mail j-leon@webspeed.dk

Tved Ældreklub

Tved Forsamlingshus.
Tid: se program i udhængsskab ved spar købmand, Tved. Underholdning, foredrag, sang, årstidsfester, udflugt, hyggeligt samvær
Kontakt: Inge Schaffrat - telefon 28 14 87 85
Mail ingeschaffrath2202@hotmail.com

Ældreklubben Fruerlunden/Parken

Fælleshuset
En torsdag om måneden kl. 18. Socialt samvær, underholdning med mere.
Kontakt: Joan Linke - telefon 31 23 42 93

Ældre Sagen

Ældre Sagen er en landsdækkende forening, som varetager svage og ældres interesser.
I Svendborg Kommune findes der 2 afdelinger, nemlig Egebjerg, som har aktiviteter på Vestermarkskolen, afd. på Skolebakken i Ollerup (Bymarkskolen) og Svendborg – Gudme, der holder arrangementer i Skallen, Møllergade 99.

Egebjerg: Formand Ingeborg Alslev
telefon 62 24 23 83 / 30 27 12 83
Mail ifalslev@privat.dk

Svendborg – Gudme:
Formand Birgit Price- telefon 29 66 83 08
Der afholdes arrangementer i Skallen ca. hver 4. torsdag kl. 13.30 - 16.
Programmer fås ved arrangementerne eller kan hentes på vort kontor i kælderen i Borgerforeningen, indgang Teatergade, tirsdage og torsdage kl. 10 - 11.
Kontakt: tlf. 62 80 08 18

I Ældre Sagen Egebjerg lokalafdeling tilbyder en række frivillige, der har tavshedspligt, gratis hjælp inden for følgende. Man behøver ikke at være medlem af Ældre Sagen for at få hjælp:

BESØGSVEN - Kontaktpersoner: Ingeborg Alslev, tlf. 30 27 12 83, og Karen Strandhave, tlf. 29 47 96 10.

BISIDDER, VEJLEDER OG TRYGHEDSOPKALD - Kontaktperson: Ingeborg Alslev, tlf. 30 27 12 83.
Endvidere tilbydes:

PC-HJÆLP - Vi har mulighed for at tilbyde individuel it-undervisning og pc-hjælp for Ældre Sagens medlemmer i lokalområdet.
Kontaktperson: Keld Larsen, tlf. 62 24 49 25.

LÆSEKREDS - 1. torsdagen i måneden kl. 14-16. (Juni-august inkl. holder vi ferie). Sted: Ollerup Plejecenter, "Udsigten". Kontaktperson: Gerda Stensgaard Hansen, tlf. 51 26 82 63.

SØNDAGSCAFÉ - To gange om efteråret og to gange i løbet af foråret afholdes søndagscafé med fællesspisning, kaffe og underholdning. - Der er deltagerbetaling. - Hold øje med Den Lille Avis vedrørende dato og sted.

HAR DU LYST TIL AT VÆRE FRIVILLIG? - Du har også mulighed for at gøre en aktiv indsats som frivillig. Til gavn og glæde for andre - og for dig selv. Som frivillig i Ældre Sagen bliver du en del af et netværk med andre frivillige. Du får mulighed for at deltage i gratis kurser. Som frivillig bestemmer du selv, hvilke opgaver du vil påtage dig, hvor mange timer du vil bruge, og hvor længe du vil fortsætte.
Kontakt lokalforeningens
formand, Ingeborg Alslev, tlf. 30 27 12 83, eller
næstformanden, Karen Strandhave, tlf. 29 47 96 10.

DE HANDICAPPEDES IDRÆTSFORENING FOR SVENDBORG OG OMEGN

Foreningen har mange gode tilbud for handicappede i alle aldre: Svømning, bowling, sejlads, samt specialgymnastik for personer med Parkinson, gigt og senhjerneskade. Der lægges vægt på et godt socialt samvær og derfor står foreningen også for spændende arrangementer. Man kan deltage uanset handicap og har man specielle ønsker, taler vi om det.

Kontakt: Erik Madsen på tlf. 21 40 51 10 eller på dhifsvendborg.jimdo.com

Hjælpende Hænder

Vi har eksisteret i 11 år og har hjulpet et stort antal pensionister i Svendborg Kommune.
Vi kommer overalt i Svendborg Kommune.
Eksempler på hvad og hvordan vi har hjulpet pensionister og handicappede:

- Hjælp til at vande blomster og andre huslige småting, hvis man ikke selv er i stand til dette
- Hænge billeder mv. op på væggen
- Hjælpe svagtseende med at læser bøger, aviser mv.
- Hjælp til at samle dit nye møbel fra Ikea

Vi kan ikke hjælpe med opgaver, hvor man typisk vil bruge en håndværker. Kontakt os med det du gerne vil have hjælp til. Så finder vi sammen ud af, om vi kan løse opgaven eller henviser dig til en håndværker.

HJÆLPEN ER GRATIS

Brochurer på Hjælpende Hænder findes på Svendborg Bibliotek.

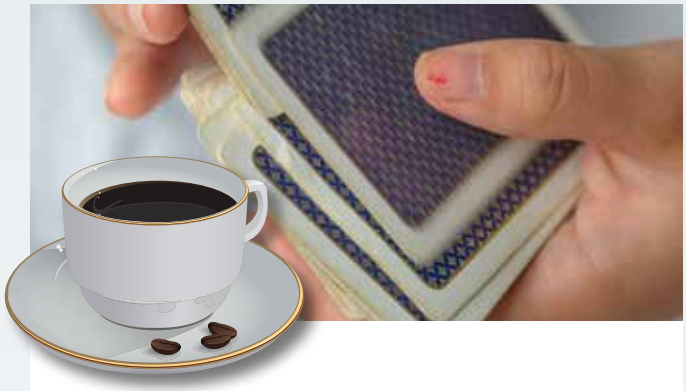
Kontakt

Kirsten Støttrup 62 21 84 77
Mogens Græns 62 21 11 15
Jens Didriksen 56 47 01 67
Connie Schleimann 62 21 41 03
Preben Høyer 62 22 56 08

LÆSEKREDS

Sct. Nicolai Læsekreds mødes hver tirsdag fra kl. 14.30 til 16.30
og timerne går med oplæsning af romaner vi vælger i fællesskab samt snak og hygge over kaffebordet i pausen. Sæsonen går fra midt i august til først i juni og nye deltagere er meget velkomne.

Mødested:
Menighedshuset
Sct. Nicolai Kirkestræde 3.
Interesserede kan blot møde op, eller kontakte Birgit Tjalve - telefon 61 86 34 83



SKALLEN, MØLLERGADE 99, SVENDBORG

Akvarelmaling, Svendborg
Onsdage i lige uger kl. 12 - 17
Kontakt: Ib Rasmussen - telefon 62 21 10 54

Bogbinding, Svendborg
Fredage kl. 9.30 - 12.00
Kontakt: Bengt Jensen - telefon 62 54 13 88

Engelsk for lidt øvede
På engelskkurserne for lidt øvede kan vi optage enkelte ekstra elever.
Undervisningen foregår hver mandag og fredag fra kl. 10 til 12.
Kontakt: Kris Zacho – telefon 86 36 35 00

Patchwork
Tirsdage kl. 9 - 12
Kontakt: Birthe Jensen - telefon 62 23 17 12

L'hombre, Ældre Sagen
Mandage kl. 13 - 17
Kontakt: Keld Jensen - telefon 29 25 48 50

Svendborg L'homreklub
Onsdage kl. 16.45 - 23.00
Kontakt: Niels Petersen, telefon 40 14 51 72

Knipling, Ældre Sagen
Torsdage kl. 13 - 17
Kontakt: Astrid Hansen - telefon 62 22 09 76

Hyggebridge, Ældre Sagen
Tirsdage kl. 12 - 17
Fredage kl. 10 - 13
Kontakt: Clara Bach, telefon 51 15 02 30

Porcelænsmalere
Fredage kl. 12 - 17
Kontakt: Merete Christensen, telefon 28 89 55 60

Ældresagen, Demenscafé
Fire søndage i efteråret 2018 kl. 11.30 - 17.00.
For nærmere oplysning om datoer samt tilmelding:
Kontakt: Birgit Price, telefon 29 66 83 08

IDRÆT

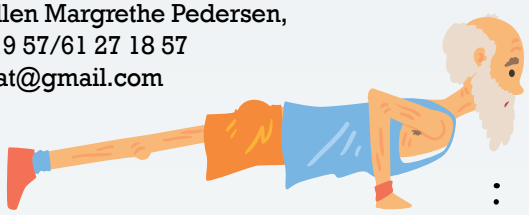
Svendborg Senior Idræt

Ryttervej 70, 1 m. fl.
Sekretariatet, tlf. 62 23 30 19,
Mail: svsi.tlf@gmail.com og
Hjemmeside: www.svsi.dk

Egebjerg Ældreidræt

V. Sk. Hallen, Mads Hansensvej 10A
Torsdag kl. 11.30 – 13.00
Stenstrup Hallen, Lærkevej 1A
Onsdag kl. 13.30 – 15.00

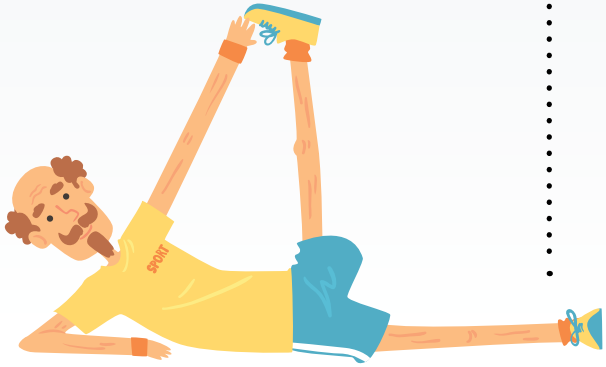
Kontakt: Ellen Margrethe Pedersen,
Tlf. 62 26 19 57/61 27 18 57
Mail: ivastat@gmail.com



Senior Qi gong

Bagergade 67D
Specielpris: 300 kr. (10 gange)
Onsdag kl. 15.00 - 15.55 (fra 26. sept. 2018)
Øvrige tilbud til seniorer: Glad bevægelse mandag kl. 13.30 -15.00, udflugter/velværerejser bl.a. til Polen.

Kontakt: Margit Lolk,
tlf. 30 54 13 73



KUNSTGRUPPEN

Færgegården, Færgevej 13
Fra september - maj, mandage kl. 9 - 12
Vi maler sammen. Der er ikke undervisning, men vi inspirerer, hjælper og evaluerer omkring hinandens kunstværker og 2 gange årligt tager vi på udflugt til et af landets kunstmuseer.

Det er gratis at deltage.

Der er plads til flere, så bare mød op, eller kontakt Tove Grünnewald telefon 62 20 61 02

FORENINGER, DER HAR 60+ AFDELINGER

Nedenstående foreninger har 60 + afdelinger. Du kan læse om deres tilbud på Svendborg Senior Idræts hjemmeside www.svsi.dk under menupunktet "Andre udbydere", eller kontakte Svendborg Senior Idræt på 62 23 30 19 for yderligere information.

Oure Gudme Idrætsforening
Gymnastik
Kontakt Oure - Gudme Idrætsforening,
Anny Fischer Tlf. 62 28 17 12 eller
Karen Rosenberg, tlf. 62 28 16 31

Gudbjerg Idrætsforening
Idræt og spil, kontakt Gudbjerg Idrætsforening
Herdis Iversen Tlf. 62 28 14 37/28 25 14 37

Tåsinge Håndboldklub
Håndbold for pensionister M/K.
Tirsdag kl. 15-16.
Kontakt: Karl Egon Madsen Tlf. 62 22 57 80

Svendborg Tennisklub
Kontakt Charlotte Troensegaard,
Tlf. 40 11 61 02, Charlotte@norkar.dk
www.svendborg-tennisklub.dk

Tåsinge Tennisklub
Mandag og torsdag kl. 10-12.
Kontakt: Thyge Christensen, Tlf. 28 40 73 00,
www.taasingetennisklub.dk

Vester Skerninge Tennisklub
Kontakt: Michael Grube Andersen,
michael@grube-andersen.dk Tlf. 40 89 55 11 eller
Poul Lindblad, Tlf. 21 96 00 02,
www.vstennis.dk

Hesselager forenede Sportsklubber

Motion for ældre
på Hesselager Plejecenter.
Kontakt Inge Marie Holmskov, tlf. 21 48 90 79

Stavgang fra Klubhuset
Kontakt Inge Marie Holmskov, tlf. 21 48 90 79

Krocket på Hesselager Stadion
Kontakt Ruth Christiansen, tlf. 29 42 96 73

Motionscykling fra Klubhuset
Kontakt Kalle Jensen, tlf. 21 76 16 36

Oplysninger generelt på
www.hesselager-fs.dk

AKTIVITETSTILBUD

DANS

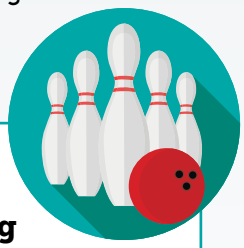
Svendborg Folkedansere
Midtbyhallen, Johs. Jørgensenvej 10
Tirsdag 13.30 - 16.30. Voksen- og ældrehold
Kontakt: Ove Kjeldsen, tlf. 62 22 14 85

Danseklub 89
Aktivitetshuset Skallen, Møllergade 99
Mandag 18.45 - 21.45
Kontakt: Orla Christensen, tlf. 20 30 56 19

Danseklubben Enigheden
Aktivitetshuset Skallen, Møllergade 99
Onsdag kl. 18.30 - 22.00
Kontakt: Finn Jensen, tlf. 21 43 11 44

Danseklubben Flora
Multihuset, Gl. Skårupvej 3
Onsdag kl. 18.30 - 22.00
Kontakt: Ole Vang, tlf. 23 26 26 31

Svendborg Seniordans
Svendborg Idrætscenter/Studiet, Ryttervej 70
Vi danser kreds og kvadrille som rød og blå.
Onsdag kl. 13.00 - 15.00 (fra 19/9)
Kontakt: Conny Juel, tlf. 21 72 89 01



BOWLING

Svendborg Senior bowling
Bowl'n Fun, Nyborgvej 4
Tirsdag - torsdag kl. 15.00 - 17.00
Kontakt: Per Nellemann, Tlf. 22 97 35 05

OV Bowling
Bowl´n-Fun, Nyborgvej 4
Tirsdag kl. 15.00-16.00
Kontakt: Elly Jensen, Tlf. 71 10 35 05

Egebjerg Ældreidræt
Bowl´n-Fun, Nyborgvej 4
Tirsdag kl. 14.00-15.00
Kontakt: Dorris Rasmussen, Tlf. 62 24 30 81

Pen Bowl
Bowl´n-Fun, Nyborgvej 4
Tirsdage 10 - 11, Onsdage kl. 10 - 11 eller 11 - 12
Kontakt: Johannes Pyrdol, Mobil 22 25 04 41/
Tlf. 62 22 12 75

Svendborg Pensionistbowling
Bowl´n Fun, Nyborgvej 4
Fredag kl. 09.30 - 11.00
Kontakt: Finn Mogensen, Tlf. 40 50 70 79

Mandagsholdet
Bowl'n Fun, Nyborgvej 4
Mandag kl. 10.00 - 12.00
Kontakt: Lasse Toftegaard, Tlf. 62 20 88 68

NØRKLEGRUPPER

Dansk Røde Kors Nørklegruppe, Svendborg
Aktivitetshuset "Skallen", Møllergade 99, 1. sal.
Torsdag kl. 10 – 12. Vi strikker og syr til børn i katastrofeområder. Også mulighed for hjemmearbejde. Der er god plads til flere.
Kontakt: Elin Bøgelund - telefon 62 21 48 64

Dansk Røde Kors Nørklegruppe, Gudme
Landevejen 124, Oure.
Tirsdag kl. 13 -16.
Kontakt: Mai Britt Simonsen- telefon 21 73 07 29

Folkekirkens Nødhjælps Nørklegruppe, Svendborg
Aktivitetshuset "Skallen," Møllergade 99.
Tirsdag kl. 13.30 - 16.00
Kom og vær med. Vi nørkler til fordel for nødlidende i Ulande. Vi savner også frivillige i butikken.
Kontakt: Joka Madsen - telefon 24 45 75 78

Nørkleklubben, Egebjerg
Mødested: privat, den anden onsdag i måneden.
Vi "nørkler" til glæde for andre.
Kontakt: Tove Bæk - telefon 62 24 41 51 eller
Lis Clemmensen - telefon 62 24 16 36

Nørklerne i Tingmarken, Tåsinge
Mødested: Tingmarkens Fælleshus, Landet.
Torsdag kl.14 – 16. Vi strikker og syr efter Røde Kors' program
Kontakt: Inger Skov - telefon 41 19 13 64

Seniorbio i Scala - efterår 2018

FEM GODE GRUNDE TIL AT GÅ I BIOGRAFEN

Du har mulighed for at se kvalitetsfilm i dagtimerne – til en god pris

Det kan lade sig gøre, fordi kultur- og fritidsafdelingen i Svendborg Kommune har indgået en aftale med Scala om særforestillinger for efterlønnere, førtids- og folkepensionister. Vi kalder det Seniorbio.

Du kan hente omtale af filmene på biblioteket.

I efterårssæson 2018 viser vi film
Tirsdag eftermiddag kl. 13.00 - se filmstrimmel
En filmpakke med 5 film koster 200 kr.
Der sælges endvidere enkeltbilletter umiddelbart før hver forestilling. Pris 70 kr. (under forudsætning af, at der er ledige pladser).

Billetsalg (filmpakken) foregår i Scala:

Tirsdag den 2. oktober kl. 13.00
Der betales kontant.

Billetsalget foregår efter følgende model:

Kl. 12.45- 13.00: Dørene åbnes og alle får et nummerlod (1 stk. pr. husstand).
Hvert lod giver ret til køb af 4 filmpakker.
Kl. 13.00: Billetsalget starter. Lodtrækning afgør hvilke numre, der ekspederes.
Hvis du er dårligt gående, bruger kørestol eller har brug for særlige hensyn i biografen, kan du inden billetsaglet starter, forhåndsreservere billetter ved henvendelse til Birthe Bergmann.
Har du spørgsmål er det også Birthe Bergmann du kan kontakte på tlf. 24 88 63 31 eller på mail birthe.bergmann@svendborg.dk

Demenskontakten i Sundhedshuset fremvist af demenkonsulent Lone Milling.

Demenskontakten

Sådan hedder et nyt Rådgivnings- og kontaktcenter for mennesker med demens og deres pårørende i Ærø og Svendborg Kommuner

Tekst og foto Anne Bøgegaard

Borgere med demens og deres pårørende har fået et nyt tilbud med mulighed for at få anonym, uvisiteret rådgivning, støtte om og aktiviteter i livet med demens.
I Demenskontakten tilbydes rådgivning til borgere med demens og pårørende, der enten møder op, kontakter personalet pr. telefon eller Skype, eller som har behov for, at personalet kommer ud i deres nærmiljø i Ærø og Svendborg Kommuner.

Rådgivning og støtte kan f.eks. være om:

- Demenssygdomme, symptomer, udredning og behandling
- Udfordringer, der typisk følger med sygdommen
- Kommunikation og samliv med et menneske med demens
- Kommunale tilbud
- Velfærdsteknologiske hjælpemidler
- Juridiske aspekter

Udover rådgivning er der mulighed for at deltage i arrangementer, aktiviteter og samvær med ligestillede. Tilbuddene er til mennesker med let til moderat demens og til pårørende.

I Demenskontakten inddrages både brugere og frivillige aktivt og har stor indflydelse på de aktiviteter, der foregår i Demenskontakten. Arrangementer og aktiviteter skal give mening for den enkelte og for fællesskabet.

Demenskontakten er beliggende i et lokale i Sundhedshuset i Svendborg – i gå-afstand fra Ærø færgen, bus- og togstation. De fysiske faciliteter i Demenskontakten byder på et lille køkken, et mødelokale og et fællesrum, sådan der er mulighed for både individuel og familierådgivning, aktiviteter i både små og store grupper samt fælles arrangementer.

Fakta om Demenskontakten:

Vil du gerne vide mere om Demenskontakten eller have rådgivning og støtte om demens og/eller deltage i arrangementer og aktiviteter for både borgere med demens og pårørende kan du kontakte Demenskontakten på tlf. 29 65 70 23 eller mail: demenskontakten@svendborg.dk

Ærø Kommune og Svendborg Kommune er gået sammen med University College Lillebælt (UCL), Demensklinikken Svendborg OUH, Alzheimer foreningen Fyn, Ældre sagen og Kontakt mellem mennesker om at etablere et Sydfynsk Rådgivnings- og Kontaktcenter for mennesker med demens og deres pårørende.

Gammelnokkerne på Drejø er en fantastisk ressource

Tekst og foto Margit Lolk

Impulser har været på Drejø for at høre om det fantastiske arbejde og sammenhold, som har resulteret i, at øen i dag har et tidsvarende forsamlingshus. Det var helt tydeligt, at alle ved fremvisningen af "Huset" var glade og meget af stolte af de mange frivillige timer de, deres alder til trods, har kunnet lægge i projektet. Det hele begyndte med et nedslidt køkken.

Drejø Forsamlingshus fra 1896 trængte alvorligt til en renovering af det efterhånden nedslidte og utidssvarende køkken. I 2013 kontaktede bestyrelsen en arkitekt, som straks kunne fortælle, at det projekt kunne vi glemme alt om, da man ikke kunne søge fonde til renovering af et køkken – og så tog det ellers fart, fortæller formanden Lars Milling, som også er ø-repræsentant i kommunen. Vi fik tegnet et projekt for ombygning og energirenovering af forsamlingshuset, hvor der også blev plads til bibliotek og lokalarkiv samt et udstillingslokale til markedsføring af øen.

Arkitekten skulle hjælpe med at søge fonde til projektet, som på grund af den høje gennemsnitsalder på Drejø ikke omfattede en frivillig arbejdsindsats. Det viste sig dog hurtigt, at arkitekten havde gjort regning uden vært; projektet blev for dyrt og derfor urealiserbart, og samarbejdet med arkitekten sluttede.

- Nu var gode råd dyre. Vi stod med en del økonomiske tilsagn, men havde ikke noget projekt. I samarbejde med Drejøs tømrer Jonas Jespersen og murermester Paw Petterson fik vi skruet et nyt projekt sammen, som kunne realiseres, hvis vi også selv gav den et "skud for boven" med eget arbejde. Det mente vi nok, vi kunne klare og fik accept på, at de søgte midler også kunne bruges til det nye projekt, siger Lars Milling.

Den 29. april 2017 startede projektet "Drejø Forsamlingshus – Det innovative mødested i Øhavet". Arbejdet skred planmæssigt frem og efter en masse nybyg og hundredvis af frivillige arbejdstimer, stod det pludselig klart, at det, som havde startet det hele, nemlig renovering af køkkenet, var det eneste, vi IKKE kom i hus med. Op på hesten igen, nu var der ikke andet at gøre end, at starte et projekt op i projektet og "Køkkenprojekt – Drejø Forsamlingshus" så dagens lys. Hele projektet har beløbet sig til godt 2,5 mil.. Drejø har selv bidraget med 800.00,00 kr. med forenings- og private donationer.

Skønt der har været mange bump på vejen mod målet, kunne en stolt og glad formand den 26. marts 2018 færdigmelde projekt Drejø Forsamlingshus – Det Innovative Mødested I Øhavet og "Gammelnokkerne", Eilif Rasmussen, Morten Henningsen, Erling Elkrog, Niels Mortensen, Ole Jørgensen, Søren Jensen, Lars Milling + "lærlingene" (noget yngre) Jesper Honorè og Keld Pedersen har bevist, at " hvor der er vilje, er der en vej".

De har gjort en forskel. Forrest Hanne Ørum og Sanne Larsen. Bagerst fra venstre: Jesper Honorè, Lars Milling, Niels Mortensen, Eilif Rasmussen, Morten Henningsen og Ole Jørgensen.

Bevægelse, spil og samvær i Svendborg Senior Idræt

En omgang bevægelse - og så hygge med kaffe og sang

Tekst og foto Inger Hager

Bodil Engholm (t.v.) instruerer deltagerne, her Agnethe Nielsen, 97 år (i midten) og Ingva Rasmussen, 98 år.

Selv om nogle deltagere er tæt på 100 år, møder de trofast op til øvelser, samvær og fællesskab
- Vi glæder os til hver mandag. Vi gør nogle dejlige øvelser, så vi holder os i gang.
Det siger Agnethe Nielsen, der er en af de trofaste deltagere, der møder op til træning.
Og de holder sig sandelig i gang på dette særlige Let Motion-hold i Svendborg Senior Idræt. Når man drister sig til at spørge til Agnethe Nielsens alder, kommer det prompte: - 97 år.
Men hun er ikke den ældste på holdet. Ingva Rasmussen er 98 år.
- Jeg holder mig i gang. Det er det, det drejer sig om. Vi kan bare sætte os ned, hvis det kniber med balancen, siger hun.
Alder er altså ingen hindring for at "holde sig i gang."
- Vi tager lige og strækker os op - stående, kommer det venligt fra instruktøren, Bodil Engholm, der omhyggeligt viser deltagerne øvelsen. Bodil Engholm har undervist på dette hold i 20 år.
Deltagerne finder hver især ud af, hvornår de har behov for at sætte sig. Men så fortsætter de bare med at træne på stolen.

Rita Hansen, 90 år, er helt enig med sine holddeltagere.
- Vi skal blive ved, så længe vi kan. Jeg har gået til yoga i 18 år, indtil jeg var over 80 år, siger hun og tilføjer:
- Dette her er alle tiders. Det kan vi godt skrive under på alle sammen. siger Rita Hansen, der har fået et nyt knæ, men længe har kæmpet med en kræftsygdom.
Træningen foregår i Motionsrummet på Bryghuset, men alle deltagerne undtagen én kommer udefra. Holdet har fået lov til at blive på Bryghuset efter stedet er blevet Demenslandsby.

En dag med portvin

Efter den fysiske træning samles holdet til en kop kaffe, en sang og måske en historie, som Bodil Engholm læser op.
- Bodil svigter os ikke. Hvis vi har sorger og bekymringer, så er hun der bare, konstaterer Rita Hansen.
Denne mandag er der mere end en kop kaffe efter træningen, nemlig et glas portvin og chokolade.
Det er holdets yngste, Lillian Harris på 71 år, der efter sin fødselsdag, byder på portvin og chokolade. Efter en blodprop for omkring 20 år siden har hun har besvær med at tale.

Øvelser med bolde giver smil og glæde. Fra venstre Lillian Harris, Agnethe Nielsen, Ingva Rasmussen og med ryggen til Rita Hansen.

- Det er virkelig dejligt med gymnastik og samvær, fastslår Ingva Rasmussen, som også svømmer.
Foruden de syv deltagere er Lise Nielsen, 83 år, også med, men som hjælper.
- Der blev spurgt om, nogen ville hjælpe. Og jeg er blevet så glad for det, siger hun.
Instruktør Bodil Engholm har en tilføjelse: - Vi er som en lille familie.

Alle kan deltage, siger Jørgen Sand om at spille petanque"

Som mange pensionister har Jørgen Sand, 70 år, nok at se til, men helt efter eget ønske. Han hygger sig med sine mange aktiviteter i Svendborg Senior Idræt.
- Jeg er jo nødt til at skemalægge min uge for at nå det hele, fortæller han, og det er nemt at forstå, når alle Jørgen Sands aktiviteter opregnes: Petanque, styrketræning, golf og badminton - og som noget nyt en plads i bestyrelsen i Svendborg Senior Idræt.
Faktisk dyrker han petanque-spillet intenst hele tre forskellige steder, nemlig i Svendborg Senior Idræts tilbud på banerne bag Aktivitetshuset Skallen i Svendborg, i Svendborg Petanque Club samme sted og på de forholdsvise nye baner på Frederiksøen.
Jørgen Sand begyndte allerede at spille petanque i 1990'erne på en bane, han havde anlagt hjemme privat.
- Jeg er fascineret af at trille med kugler. Alle kan deltage, og der opstår noget socialt, når man gør noget sammen. Men jeg vil også gerne bevæge mig. Motion giver energi og sundhed, fastslår Jørgen Sand.
Før han blev pensionist for tre år siden, spillede Jørgen Sand petanque i en klub i Odense.
På banerne bag Skallen er han i gang sammen med andre petanquespillerne i dejligt solskinsvejr.
- Det ser ikke godt ud, kommer det fra Inger Hansen, 75 år, om kuglernes beliggenhed og tilføjer: - Men det kan det komme til.
- Jeg spiller petanque både mandage og onsdage for samværets og hyggens skyld. Det er da også meget sjovt, fortæller Birte Otto, 88 år, som tidligere i mange år har dyrket gymnastik i Svendborg Senior Idræt.

Efter et flot kast synes Inger Hansen alligevel ikke, at resultatet ser særligt godt ud.

Jørgen Sand drøfter kuglernes placeringer med Inger Hansen.

Husk madpakke næste gang

Poul Lindblad, 79 år, har tidligere spillet tennis sammen med sin hustru.
- Men det blev for hårdt for min hustru. Derfor spiller jeg nu petanque, fortæller han, som dog også spiller tennis i Vester Skerninge Tennisklub.
Som nævnt har Jørgen Sand - foruden petanque - også valgt at styrketræne og spille golf. Det bliver også til badminton på privat basis. Og så er der jobbet i Senior idrættens bestyrelse.
- Det er ikke noget, jeg selv har satset på. Men jeg ville ikke undslå mig, da jeg blev spurgt, fortæller han.
Tilbage på banerne er petanquespillet ved at være slut.
- Husk at vi skal have madpakke og drikkevarer med, når vi mødes på onsdag, lyder det fra Poul Lindblad.

Svendborg Senior Idræt

Har du også fået lyst til at være med i en aktivitet i Svendborg Senior Idræt, kan du læse om alle tilbuddene i kataloget "SØGER DU SAMVÆR, SJOV OG SUNDHED". Kataloget sidder her midt i Impulser og er til at tage ud og gemme. Der er et væld af aktiviteter, ude og inde, forskellige niveauer og til forskellige interesser. Her kan du også finde oplysninger om, hvordan du kan komme med. **Vel mødt.**

En anden slags seniorbolig

I Den Selvforsynende Landsby ved Hundstrup er der også plads i fællesskabet til 60+'erne

Tekst og foto Lars Kristensen

For 14 år siden spirede der, af den hundstrupske muldjord, en selvforsynende landsby op, hvor 15 voksne og 10 børn slog sig ned som pionerer.

Kaj Glad er også kommet i pensionsalderen og han sætter lige som de andre beboere pris på fællesskabet på tværs af generationerne.

Med grunde til 25 boliger og landbrugsjord på i alt 15 ha., hvor de 3 ha. gik til boliger og 2 ha. til træbevoksning, blev resten udlagt til græsningsareal og køkkenhavejord.

Gården, der hører til landsbyen og som er beboernes fælleshus, er den gamle stråtækte gård "Højgården" fra 1770'erne. "Højgården" er fredet på grund af laden, som kaldes en "Jens Lange lade" efter godsejeren på Rødkilde, Jens Lange.

Husene er ikke af den form, som de fleste i dag kender. En stor del af husene er af halm, som er sprøjtet til med ler og derefter glattet til. Derudover er der huse med bindingsværk, genbrugsmursten og trækonstruktioner, samt nogle bræddehuse i træer, som nogle af børnene har bygget.

I dag bor der 34 voksne og 40 hjemmeboende børn. Det er ikke blot børn og forældre, der bor i landsbyen. Her er også beboere fra den ældre generation – 10 af beboerne er over 60 år.

Flere seniorer er flyttet til landsbyen de seneste år. 60+ er ikke nødvendigvis en alder, hvor man sætter

Det er her, på Højgården, en gruppe mennesker i alle aldre har skabt Den Selvforsynende Landsby.

Artiklens forfatter har selv bygget dette hus i Den Selvforsynende Landsby

sig hen og kun er interesseret i sit arbejde, hobby, fitness eller hvad folk i den alder ellers beskæftiger sig med. Det er også en alder, hvor man kan rykke teltpælene op eller bygge nyt hus. Der er således mulighed for som tilflytter at bygge eget hus, men ligeledes at købe og flytte ind i et eksisterende hus, hvilket Anne og Søren (begge 70 år) gjorde, da de flyttede til landsbyen sidste år.

For alle 60+ beboere i landsbyen er det meningsfyldt og givtigt at bo i landsbyen, hvor de sammen med andre mennesker – også yngre mennesker og børn, kan indgå i fællesskaber. Derudover engagerer beboerne sig i mange forskellige aktiviteter og gøremål. Dagligt er der mulighed for at deltage i fællesspisning.

I landsbyen dyrkes der forskellige afgrøder, grønsager og frugt, hvor den pensionerede gartner Kaj passer køkkenhaverne. Ved siden af har Kaj haft flere udstillinger af egne fantastisk smukke akvareller og holdt kurser i både akvarelmaling og podning af æbletræer. Lasse, som lige er blevet 60 år, er en af de traktor-vilde og tager gerne en tur med harven, kartoffellæggeren og om efteråret kartoffeloptageren, så de andre beboere i landsbyen kan rende rundt og samle kartofler op, som høns i en hønsegård nipper til korn.

Landsbyen har foruden to køer på græs, to grise og et hav af får og lam og høns hos de enkelte private beboere.

Jeg, artiklens forfatter, har været med et halvt år før vi købte Højgården og dens jord. Jeg er i dag 64 år, været med til at byggemodne 2/3 del af boligområdet

Anne og Søren Jordbo er begge over 70 år og flyttede til landsbyen sidste år.

og bygget mit eget hus – gravet ud med spade og trillebør. Huset er bygget som bindingsværk og jeg har fået hjælp til at rejse de 11 af 12 hjørnestolper, hvorfor jeg har holdt hele 12 rejsegilder. I det daglige laver jeg hullerne i vores grusvej og fylder dem til igen, og da vi har fælles postkasse, er det mig, der står for postopdelingen i vores fælles dueslag, læser alle postkortene og smider alle rudekuverter ud til genbrug. Nej, det gør jeg ikke, jeg sørger for at alle får deres post i deres rigtige dueslag. Derudover tager jeg imod de fødevarer vi ikke selv producerer, for vi er ikke, som navnet på landsbyen kan få folk til at tro, selvforsynende med alt. Jeg er umådelig glad for at bo her i landsbyen, fordi vi har fælles aftensmad og en masse søde, dejlige og livlige børn.

Birgit Olsen og Gerner Nielsen flyttede til Den Selvforsynende Landsby sidste år, og de nyder det.

Det svære valg - Fattiggård eller Fjendeland?

Historien om Charles og Albert er en af mange skæbnefortællinger om dem, der rejste til Nazityskland og arbejdede under krigen

Jeppe Wichmann Rasmussen, Museumsinspektør på Danmarks forsorgsmuseum, Svendborg

3. december 1940. En mand bevæger sig af Svendborgs små gader mod byens arbejdsanstalt. Tøver han inden han banker på porten? Manden har ikke været på anstalten før, men han har meget tilfælles med klientellet bag de høje, gulkalkede mure. Han er hjemløs, "uden subsistensmidler", og han er alkoholiker. Porten går op, og han træder ind i en lukket verden. Han får måske øje på den pigtråd, som skråner ind over gårdene fra toppen af de mure, som omkranser anstalten. De få skridt fra gaden og ind bag porten koster ham hans frihed og hans borgerlige rettigheder. Fra nu af er det forvalteren, der bestemmer, hvad han skal og hvornår. Et varmt bad, på med anstaltens tøj, tvangsarbejde. Ingen alkohol, ingen tobak og ingen samkvem mellem mænd og kvinder. Hvis han vil ud, skal han gøre sig fortjent til det eller finde sig et arbejde, men arbejdsløsheden er over 30 procent, og hvem vil ansætte en hjemløs alkoholiker? Tre måneder senere forlader manden Svendborg Arbejdsanstalt. Han har fået tilladelse til at forlade anstalten, fordi han har underskrevet en arbejdskontrakt med firmaet A.E.G i Berlin. I Tyskland venter seks måneders arbejde for et af de mest hensynsløse regimer i nyere tids historie, men på paradoksal vis også frihed og muligheder både for denne mand og op imod 500 andre indespærrede hjemløse mænd og kvinder på danske arbejdsanstalter.

Albert rejste til Tyskland fire gange under besættelsen. To gange fra Fattiggården i Svendborg. Foto: Privat eje.

Arbejdsanstaltssystemet i Danmark

I 1940'ernes Danmark benyttes tvangsarbejde og indespærring systematisk som et led i genopdragelsen af hjemløse, alkoholister, "forsømmelige forsørgere", "professionelle vagabonder" og andre, i tidens øjne, moralsk anløbne og uønskede eksistenser. Genopdragelsen finder sted på arbejds- og tvangsarbejdsanstalter i folkemunde ofte kaldet fattiggårde, selvom termen formelt afskaffes med socialreformen i 1933. Nogle af disse individer bliver tvangsindlagt som straf for tiggeri,

løsgængeri eller offentlig beruselse. Andre dukker selv op ved anstalterne og beder om hjælp, når sulten gnaver eller kræfterne slipper op. Alle mister de deres frihed og deres borgerlige rettigheder.

Danske arbejds- og tvangsarbejdsanstalter dimitterer under 2. Verdenskrig indlagte og dermed indespærrede klienter til arbejde i det nazistiske Tyskland, heriblandt Svendborg Arbejdsanstalt (Viebæltegård), Københavns Arbejdsanstalt (Sundholm), Odense Tvangsarbejdsanstalt, Horsens Tvangsarbejdsanstalt og Århus Arbejdsanstalt. De dimitterede er alle hjemløse, flere har svære alkoholproblemer, nogle er fysisk slidte og syge, og nogle er psykisk syge.

Hvem rejser?

Godt 100.000 danske mænd og kvinder arbejder under 2. Verdenskrig i Tyskland. Opfordret af a-kasser, fagbevægelse og politikere søger arbejdsløse danskere arbejde syd for grænsen. Anslået rejser ca. 500 af disse danskere direkte fra de danske arbejdsanstalter, de er spærret inde i. Blandt dem der rejser er Charles og Albert, som under krigen "dimitterer" fra Svendborg Arbejdsanstalt til fjendeland. Anstaltens tysklandsarbejdere bryder kul i minernes mørke, de er hudarbejdere på slagterier, betonarbejdere og arbejdsmænd i de store tyske byer og beskæftigede i den tyske rustningsindustri. For nogen af dem bliver tiden i Nazityskland en kortvarig lettelse, for andre bliver det endnu et nederlag, og for nogle, døden.

Charles er den lokale original, Storm P-typen, som er et kendt ansigt i Svendborg og en torn i øjet på byrødderne i socialudvalget. Charles rejser tre gange til Tyskland under krigen, hvor han bl.a. overlever et voldsomt luftangreb i Berlin, som jævner den baraklejr, han bor i, med jorden. I en række politirapporter leverer han flere "one liners", og hans opførsel vil formodentlig bekræfte en del læseres fordomme om det segment, han tilhører. Der er noget på samme tid sært velkendt og på forunderlig vis nærmest hyggeligt over den alkoholomtågede sømand, som må have frembragt mange grå hår hos de sociale myndigheder. Under krigen er han den klient, der bliver tvangsindlagt flest gange på arbejdsanstalten i Svendborg.

Albert er født og opvokset i København i Nyboder, hvor faderen var skibstømrer, hvilket Albert også selv bliver. Albert er imidlertid også homoseksuel. Det er ulovligt i Danmark at være homoseksuel frem til 1. januar 1933 og betragtes under besættelsen fortsat som en sindssygdom. Albert er psykisk meget plaget af sin seksualitet, da han, ligesom samfundet, også selv betragter den som værende pervers og forkert. Da Danmark bliver besat, er Albert fodermester på en gård ved Assens. På dette tidspunkt er han desuden fraskilt, alkoholiker, psykisk syg, som nævnt homoseksuel, kastreret (dobbeltsidet), og han lider af den uhelbredelige nervesygdom, Huntingtons Chorea. I Retslægerådets sag på Albert omtales han som værende "socialt værdiløs" og spild af samfundets tid. Han kasseres af sit fædreland og henslæber dage, måneder og år på forskellige danske anstalter, men tyskerne kan godt bruge Albert, som fire gange skriver kontrakt med tyske arbejdsgivere og er blandt de danskere, der rejser flest gange til Tyskland. To af gangene rejser han fra Svendborg Arbejdsanstalt, hvor han tilbringer mange måneder under besættelsen. Albert er i Tyskland frem til den 3. april 1945. Efter krigen får han kun kortvarigt arbejde igen, og han tilbringer de sidste ni år af sit liv på det psykiatriske hospital, Sct. Hans, i Roskilde.

Efter krigen, skriver socialdemokraten, den senere statsminister, Jens Otto Kragh om tysklandsarbejderne, at "Det var ikke de bedste, der tog afsted.

Danmarks Forsorgsmuseum har i de senere år formidlet dette oversete stykke danmarkshistorie på flere forskellige måder. Dels kan man via Soundcloud høre podcasten "Fattiggård eller Fjendeland?": https://soundcloud.com/sydfynskefortaellinger/fattiggard-eller-fjendeland-jeppe-wichmann?in=sydfynskefortaellinger/sets/sydfynske-fortaellinger-saeson eller man kan prøve kræfter med dilemmaet på egen hånd via museets digitale dilemmaspil "Fattiggård eller Fjendeland?" som man kan finde på hjemmesiden: www.fattiggaardellerfjendeland.dk . I spillet skal man påtage sig rollen som en af fattiggårdens tysklandsarbejdere og selv tage stilling til en række af de dilemmaer, som de stod overfor. Derudover kan man læse hele historien om Albert i Fynske Årbøger 2016 i artiklen "Det var ikke de bedste, der tog afsted."

Wandalls Hotel. Tyskerne oprettede med mellemrum et hvervekontor på det lokale hotel. Her kunne arbejdsløse møde op og blive anvist tysklandsarbejde. Det var nemt at få og flere af Fattiggårdens indlagte så det som en mulighed for at komme ud af Fattiggården. Foto: Svendborg Byhistoriske Arkiv.

Mariannes klumme

Utøj og udyr elsker mig

- men kærligheden er ikke gengældt

Tekst Marianne Mølsted

KLASK – KLASK. Jeg farer rundt og klapper løs. Atter et melmøl. Et uskyldigt og yndigt lille flagrende væsen, men tro mig, det er et væmmeligt uhyre, som søger et bo til at formere sig i. I mit køkken. Nu er alle melposer gennemgået, studeret og puttet i plastikbøtter og stramt snørede plastikposer, og en masse er smidt ud. Bare på mistanke. Køkkenet er gjort hovedrent og op til to bo fundet. Det ene i samlingen på bagsiden af en brødbakke, og det andet i bunden af en sød lille brødpose med nisser. De overlevede ikke. Hvem skulle tro, nogen ville bo sådan et sted.

Man kan blive invaderet af mange mystiske ting. Da jeg var barn og renligheden var mindre end nu - selv om vi da kom i bad hver uge i skolens kælder - så sprang lopper på mig i de overfyldte busser, og efterlod mig med røde kløende plamager. Det fik min mor til at snerpe munden sammen, lægge et fint hvidt lagen foran kakkelovnen, og så blev jeg sat ind midt på. Af med tøjet - et stykke af gangen blev rystet, og først når min mor så den lille sorte prik på lagnet og havde kastet sig over dyret, trak hun vejret lettet. Hun skulle bare vide, at 50 år efter afleverede en kat en gravid loppe i huset, og sikke den kunne formere sig i min seng. Den nat stod jeg, samt mine røde kløende plamager, op i sengen med dynen om mig og så lopperne - jeg talte 81 - vandre og springe hen over den sødt slumrende husbond – med kurs mod mig. Han vågnede først forvirret op ved støvsugerens brummen og mente, det her var et kæmpe udslag af hysteri. Han havde jo ikke en eneste knop. Det gentog sig i seks dage og nætter.

Lus har derimod ikke elsket mig men kun mine langhårede børnebørn. Der sidder man og ser kærligt på sådan en dejlig lille unge i ens arm og får øje på en stilfærdig vandrende lus, der går roligt ned ad en tot rødt hår. Forsigtigt - ikke nogen høje hyl - fik jeg viftet efter moderen, der sukkede dybt og inviterede os ud på badeværelset til kæmning. Den aften kom der fredagslik frem.
Andre udyr synes også om mig. I New York var jeg den eneste væggelusene interesserede sig for. I Thailand satte tjeneren myggelys under min stol, da han så de store kradsende plamager på min flotte solbrændthed. Heldigvis kan man købe noget rædsomt stinkende myggebalsam på markeder og på det tidspunkt, hvor vanviddet lurer inde i en, er man ret ligeglad med både økologi og bæredygtighed, hvis bare man slipper for myg og stik og ikke skal tænke på malaria.

Hjemme angreb flyvemyrer badeværelset, men oversåheldigvis mig, selv om jeg for efter dem både med kost og støvsuger. Husk at brænde støvsugerposen. Ellers løber de bare tilbage.

Nu mangler jeg bare at finde et eventuelt melmøl-bo mere. Der var en, der flagrede om mig for et par dage siden. Måske er det en glemt efternøler, men – KLASK. Jeg fik den! En veninde, som så min sammenbidte mine, forærede mig et stykke tape ligesom den fluetape, der hang under lampen i vor barndom og hvor fluerne dinglede fra, mens de stadig summede. Men denne tape er elegant kamufleret i en papstrimmel pyntet med yndige tegnede blomster. Måske hjælper den. I hvert fald får den en chance, mens jeg putter al økologi i lukkede krukker, ser op og lover min mor, at jeg nok skal være flinkere til at gøre rent.

Utøjs og udyrs kærlighed til Marianne er ikke gengældt; de skal udryddes.

Hvor skal jeg henvende mig?

Svendborg Kommune

Svendborg Kommunes hovednummer: 62 23 30 00 · www.svendborg.dk

KOMMUNALE TILBUD

GENOPTRÆNING
Trænende terapeuter, Telefon 62 23 40 40
Mandag-torsdag:
kl. 08.00 - 10.00 og kl. 13.30 - 15.00
Fredag: kl. 08.00 - 10.00
mail: traening@svendborg.dk

HJÆLPEMIDLER SOM F.EKS. ROLLATOR, BADESTOL, KØRESTOL M.M.
Hjælpemiddelterapeuter
Mail: socmyn@svendborg.dk
Telefon 62 23 30 00 - Tryk 2

PERSONLIGE HJÆLPEMIDLER SOM F.EKS. BLEER, SKO INDLÆG M.M.
Hjælpemiddelafdelingen
Mail: socmyn@svendborg.dk
Telefon 62 23 30 00 - Tryk 3

BOLIGER FOR ÆLDRE
Visitatorer
Telefon 62 23 30 00 - Tryk 4

HJEMMEHJÆLP
Visitatorer
Telefon 62 23 30 00 - Tryk 1

MADSERVICE
Visitatorer
Telefon 62 23 30 00 - Tryk 1

AKTIVITETSCENTRE
For yderligere information kontakt
Områdekontor Plejecenter Øst
Telefon 62 23 43 00
Områdekontor Plejecenter Vest
Telefon 62 23 42 00

DEMENS
Kontakt demenskonsulenterne om spørgsmål vedrørende demens
telefon 62 23 30 00 - Tryk 3

DEMENSKONTAKTEN ANNONYM RÅDGIVNING OG AKTIVITETER
mail: demenskontakten@svendborg.dk
telefon 29 65 70 23

Åben henvendelse:
Mandag: kl. 09.00 - 12.00
Tirsdag: kl. 09.00 - 14.00
Torsdag: kl. 10.00 - 17.30
Velfærdsteknologisk hjælpemidler
Mandag og tirdag: 08.00 - 12.00

TALE- OG HØREHUSET
Mail: socmyn@svendborg.dk
Telefon 62 23 41 75
Mandag – onsdag: kl. 08.30 – 09.30
Torsdag: kl. 14.00-15.00

Åben henvendelse:
Mandag: kl. 10.00 - 11.30
Torsdag: kl. 15.00 - 16.00

KØRSEL

KØRSEL TIL LÆGE OG SPECIALLÆGE
Visitation: Team Trafik telefon 62 23 35 35
Bestilling af kørsel, Taxa telefon 70 10 21 22

SYGEHUSKØRSEL
Kørsel til behandling i Region Syddanmark
Region Syddanmark Transport telefon 70 11 31 11

FLEXTRAFIK/SBH KØRSEL
Kørselsordning for svært bevægelseshæmmede
Bestilling af ansøgning telefon 62 23 35 35
(findes også på Kommunens hjemmeside)
Bestilling af kørsel, Taxa telefon 70 10 21 22
Flextrafik telefon 63 11 22 55

HØREKLINIKKEN OUH
Kørsel til afprøvning og justering af høreapparat
Region Syddanmark. Transport telefon 70 11 31 11

BUSKORT
Du kan bestille og betale buskortet på nettet eller kontakte Fynbus telefonisk. www.fynbus.dk
Fynbus telefon 63 11 22 00

Hvem tager sig af hvad og hvor skal jeg henvende mig?

Svendborg Kommune

Svendborg Kommunes hovednummer: 62 23 30 00 · www.svendborg.dk

BORGERSERVICE:

- Pas
- Helbredstillæg
- Hjælp til digital post
- Folkeregister
- Nem-id, udstedelse og hjælp til aktivering
- Kørekort
- Sygesikring
- Færgekort
- Hjælp til selvbetjening på nettet

Der findes også mange oplysninger og selvbetjeningsløsninger på
www.borger.dk og www.svendborg.dk

Åbningstider for personlig henvendelse:
Ramsherred 5, Svendborg

Åben: mandag - tirsdag . . . . . kl. 09 - 13.00
onsdag lukket
torsdag . . . . . kl. 09 - 13.00 og 14.45 - 16.45
fredag . . . . . kl. 09 - 13.00

Åbningstid for telefonisk henvendelse:
Åben: mandag - onsdag . . . . . kl. 09 - 15.00
torsdag . . . . . kl. 10 - 16.30
fredag . . . . . kl. 09 - 14.00

Der er borgerservicefilialer på bibliotekerne:

V. Skerninge bibliotek:
Fåborgvej 53, Vester Skerninge
Følger bibliotekets åbningstider

Gudme bibliotek:
Højsagervej 6, Gudme
Følger bibliotekets åbningstider

OBS! På bibliotekerne kan der ikke udstedes kørekort, pas og fritagelse for digital post

ANMELDELSE AF FLYTNING

Skal gøres digitalt, hvis man har mulighed for det:
www.borger.dk eller www.svendborg.dk
Ellers kontakt Borgerservice

LÆGESKIFT OG NYT SUNDHEDSKORT

Skal gøres digitalt, hvis man har mulighed for det:
www.borger.dk eller www.svendborg.dk
Ellers kontakt Borgerservice

SPØRGSMÅL TIL SENIORAKTIVITETER

Birthe Bergmann Telefon 24 88 63 31

BLÅT EU-BEVIS

Skal gøres digitalt, hvis man har mulighed for det:
www.borger.dk eller www.svendborg.dk
Ellers kontakt Borgerservice

BOLIGSTØTTE

Udbetaling Danmark
Boligstøtte telefon 70 12 80 63

PENSION OG VARMEHJÆLP

Udbetaling Danmark
Pension telefon 70 12 80 61

SKAT

www.skat.dk
Telefon 72 22 18 18

Hjælp til Digital Selvbetjening når Borger-service er lukket

Hotline
SydDanmark
70 20 40 21

Mandag - torsdag fra kl. 15 - 20