

# NY ALDER

32. årgang nr. 2 • December 2021



UDGIVES AF SENIORRÅDET  
I ALLERØD KOMMUNE



**Allerød**  
K o m m u n e

**Lokale hjemmesider:**

www.alleroedkommune.dk  
www.senior-it-alleroed.dk  
www.bibliotek.alleroed.dk

NY ALDER udgives af  
Seniorrådet i Allerød Kommune

**Ansvarshavende redaktør:**

Kjel Bording Johansen  
Søbredden 19  
3450 Allerød  
Tlf. 4817 1590

**Redaktion:**

Eric Brown  
Helen Nielsen  
Henning Mortensen  
Kjel Bording Johansen

**Tegninger:**

Arne O. Jensen

**NY  
ALDER**

Bladet sendes til alle på 60 år og  
derover i Allerød Kommune.

Ønsker man ikke bladet kan man  
afmelde det ved at give besked til:

Kjel Bording Johansen  
på mail: kjbj@nypost.dk  
eller Tlf. 4817 1590  
(Oplys venligst navn og adresse)

Andre interesserede kan hente bladet  
på bibliotekerne eller bestille det  
tilsendt efter aftale med:

Michael Eskedal  
Allerød Kommune  
Tlf. 48 100 178

Dette nummer er trykt i  
5.000 eksemplarer.

**Tryk & layout:**

PrinfoTrekroner, Valby

## Indholdsoversigt

Fra formandens pc.....	side 4
Vi skal fortsætte den positive udvikling.....	side 6
Seniorrådets hørings svar til Kommuneplan 2021 - '33	side 8
Et mere demensvenligt Allerød.....	side 11
Bio Engholm .....	side 13
Frivillighed og Medborgerskab Allerød .....	side 14
Bedre udskrivelser fra hospital .....	side 17
Seniorfilm klubben .....	side 18
Sesam, Sesam luk dig op! .....	side 19
Handicap P-Pladser i bymidten .....	side 20
Senior-IT Allerød .....	side 21
Foreninger i Allerød Kommune .....	side 26
Seniorrådets medlemmer 2022 - 2025.....	side 30
Det nyvalgte Seniorråd.....	side 31
Seniorrådet .....	side 32

## Fra formanden pc ...

*Af Kjeld Bording Johansen*

Seniorrådet fremsendte efter de negative erfaringer med afholdelse af virtuelle møder under den lange Covid19 periode et budgetforslag til borgmesteren. Dette ses nedenfor.

”Det nuværende Seniorråd foreslår, at der i Budgettet for 2022 afsættes særskilte midler til at anskaffe en laptop PC med MS Office og en printer til hvert medlem af det kommende Seniorråd, så de kan fungere optimalt og på lige fod med byrådspolitikerne i den efterhånden digitaliserede verden, som Seniorrådet er en del af.

For god ordens skyld nævner vi, at det eksisterende budget til driften af Seniorrådet ikke kan rumme denne investering. Det nuværende driftsbudget rækker dårligt til at afvikle møder, deltage i relevante konferencer samt udgive og omdele to årlige numre af ”Ny Alder”. Disse ting er essentielle for, at vi kan varetage interesserne for kommunens ældre og opfylde vores informationspligt i forhold til de ældre.

Derfor bør budgettet til Seniorrådet forhøjes med 60.000 kr, så vi kan opfylde disse forpligtelser. Dette i henhold til Vedtægter for Seniorrådet (godkendt af Byrådet 22.03.2018 samt Retssikkerhedslovens § 31).” Vi savner fortsat et svar på denne henvendelse.

Vi har naturligvis foretaget sammenligninger med andre kommuners Seniorråd/Ældreråd og selv i mindre kommuner har man kunnet afsætte passende midler til arbejdet.

Set i lyset af borgmesterens positive ros til Seniorrådet på den årlige pensionistskovtur, må vi nu forvente, at han lader handling følge ord og får afsat tilstrækkelige midler til vores arbejde. I parentes kan bemærkes, at det afgående råd i en lang periode kun var 7 personer om at lave 9 personers arbejde, da sygdom og dødsfald desværre havde minimeret rådet. Der må have været en besparelse, ligesom

vi ”mistede” 10.000 kr, der var afsat til et arrangement i forbindelse med de aflyste 50 års fejring.

Dette må være et vigtigt punkt på den kommende aftale, som det nye Seniorråd skal lave med kommunen!

Udover ovennævnte kan det afgående Seniorråd være stolte af, at det er lykkedes at få en dialog og deraf følgende samarbejde i gang med Hillerød Sygehus om mere patientvenlig hjemsendelse fra akutmodtagelsen på Hillerød Sygehus og dette arbejde vil blive videreført af det nye Seniorråd.

Der venter også en opgave med at få etableret et samarbejde med Ældresagen, der for nylig fik ny formand. Også det ser vi frem til.

I øvrigt glæder det mig, at Seniorrådet endnu en gang må siges at være et forbilledligt eksempel på en fin repræsentation af både kvinder og mænd med de fordele en sådan blanding giver.

I skrivende stund kender jeg ikke navne på de kommende samarbejdspartnere, vi får i det nye byråds udvalg. Men jeg vil hermed sige tak til Jesper Holdflod Pallesen for godt samarbejde i de sidste 4 år hvad angår socialområdet.

Vi har i alle 4 år forsøgt at få udlagt et passende areal til at opføre seniorenede boliger (leje-, andels- & ejerboliger) på og det vil vi fortsat have med i vores fremtidige arbejde. Pensionisters liv er i 2021 ikke det samme som før, vi er aktive mennesker med en hverdag og et liv, der ikke lige kan presses ned i hvad som helst.

Efter dette blik ud i fremtiden vil jeg slutte med at sige tak for 4 gode, travle og muntre år til det afgående seniorråd og ønske jer alt godt fremover. Vi ses rundt omkring.

## Vi skal fortsætte den positive udvikling

*Af borgmester Karsten Längerich og formand for Sundhed, Velfærd, og Beskæftigelsesudvalget Jesper Holdflod Pallesen*

Kære læsere af Ny Alder

Efter et veloverstået valg er det en fornøjelse at skrive endnu et indlæg for jer. Både kommunalvalget og valg til Seniorrådet gik rigtig godt, og vi glæder os til at komme i arbejdstøjet igen i en ny byrådsperiode.

Vi arbejder for Danmarks allerbedste kommune, og vi ser frem til, at vi i byrådet samarbejder med borgere, foreninger og virksomheder for at bevare det Allerød, vi alle elsker. Vi skal fortsætte den positive udvikling i kommunen og bevare liv i vores tre bysamfund. Det betyder blandt andet at sikre de gode nære fællesskaber og møderum, vi har – helt tæt på og lokalt- samt at bevare nærheden til naturen. Derfor har vi i byrådet vedtaget en vision for hele Allerød: Tæt på hinanden – Tæt på naturen, hvor én af hjørnestene er 'det gode liv – hele livet'.

Det gode liv handler om at være noget for hinanden. Det handler om at være herre i eget hus og skabe rammerne for et værdigt liv – i alle faser af livet. Det handler også om at bruge tid og energi på at hjælpe hinanden. Vi har heldigvis rigtig mange seniorer, som er aktive og bidrager til mange fællesskaber i kommunen, så her er vi også privilegerede.

Hvis vi fortsat skal sikre det gode liv for alle, skal vi som byråd og kommune investere i at skabe de bedst mulige rammer for alle borgere i Allerød, og alle skal kunne være en del af fællesskabet.

Med en ny strategi for fremtidens ældreområde, flere nye politikker som skaber retning, landets bedste sundhedstilstand blandt ældre, hvor vi ligger helt i top med flest friske ældre og en meget

høj levealder er vi rigtig godt hjulpet på vej. Derfor er den politiske prioritering fortsat at bibeholde den positive udvikling ved at tænke i langsigtede og holdbare løsninger – og samtidig investere i kernevelfærden lige her og nu.

Når det er sagt, er der også seniorer, der har brug for ekstra pleje og omsorg. Det skal vi som byråd tilvejebringe mulighederne for, og det ansvar tager vi på os.

Byrådet og Sundhed, Velfærd- og Beskæftigelsesudvalget har sat en tydeligt retning for ældre- og sundhedsområdet. Det handler om at skabe det fornødne antal plejehjemspladser, udvidelse af Hjemmeplejen, at sætte yderligere spot på rehabilitering og endelig at passe godt på vores medarbejdere og tiltrække flere gode kolleger. Ét af de nye temaer, som vi kommer til at arbejde med i det kommende år, er at forbedre forholdene for og samarbejdet med pårørende og frivillige. Vi glæder os til at følge og bidrage til det arbejde.

Her til sidst ønsker vi Seniorrådet tillykke med et veloverstået valg. På hele byrådets vegne glæder vi os til at fortsætte det gode samarbejde med det nye seniorråd. Vi er sikre på, at det nye seniorråd er klar til at give vigtige og kvalificerede input til vores politiske arbejde i både det politiske udvalg og i byrådet. Tak for indsatsen og vi ser frem til et fortsat godt og tæt samarbejde i næste periode.



## Seniorrådets høringssvar til Kommuneplan 2021 - 2033



### Bemærkninger til:

#### **Boligudvikling på seniorområdet:**

I Kommuneplanen er der lagt op til etablering af en del flere boliger samt bygninger til erhvervsformål, men det ser ud til, at udviklingen overlades helt og aldeles til de frie markedskræfter uden eksplicite planer for placering af senior-/handicapvenlige boliger i en størrelsesorden 100 – 110 m<sup>2</sup>.

Derfor ønsker Seniorrådet arealer lokalplanlagt til senioregnede boligformer f.eks. bofællesskaber, plejehjem og senior- og handicapvenlige boliger. Arealer kunne være det braklagte areal ved Rådhuset. Der vil også kunne findes arealer i Lyngby og i Blovstrød ligesom der planlægges byggeri af boliger ved Meny. Disse boliger bør også være handicapvenlige ligesom en café på stedet kunne tjene som samlingssted for beboerne i området. Der bør stadig tages hensyn til Allerød som en grøn kommune.

I andre kommuner udlægger/planlægger man områder med blandet byggeri, hvor man bygger plejehjem, senior/ældreboliger, sygeplejeklinikker, lejeboliger og diverse fælles faciliteter. Igennem mange år har der været et markant ønske fra borgerne om et varmtvandsbassin, der vil kunne bruges mangesidigt. Der er inspiration at hente i eksempelvis Esbjerg kommunes boligplanlægning og hos firmaet Bovieran, der har opført senioregnede boliger i Frederikssund, Frederiksværk og Helsingør.

Kommuneplanen dækker en tolv-årig periode. Alligevel rummer planen kun omtale af placering af ét plejehjem i perioden. Har man overset den forventede stigning i antallet af borgere på 80+?

Hvorfor har Allerød ikke tilsvarende ambitioner?

Netop Kommuneplanen kunne bruges til at fastlægge retningslinjer for arealanvendelsen.

#### **Parkering og parkeringspladser:**

Optællingen fra 2018 bygger på få dages iagttagelser i efteråret 2017. Sidenhen er flere områder blevet inddraget til beboerparkering og der er indført flere kortere tidsbegrænsninger. Tidsbegrænsningerne skal være ens i og omkring bymidten: 3 timer. For eksempel bliver parkeringskælderen ved Torvestræde kun anvendt i begrænset omfang, da der højst må parkeres i 2 timer i butikkernes åbningstid!

Der er forsvundet P-pladser på Amtsvej og Stationsvej i forbindelse med anlæg af cykelstier og fortove. Udvidelsen af Mungo Park koster også P-pladser.

I sommerhalvåret holdes der loppemarked om lørdagen ved hovedbiblioteket, så dér mangler der også P-pladser.

Hvis der bliver for få P-pladser i bymidten kan det medføre, at folk vælger at handle i Hillerød, Hørsholm, Farum eller Lyngby, hvor det oftest er nemt at parkere. Ligeledes skal cykelparkeringskapaciteten ved stationen markant forbedres, da en hel del cykler parkeres henad M.D. Madsensvej.

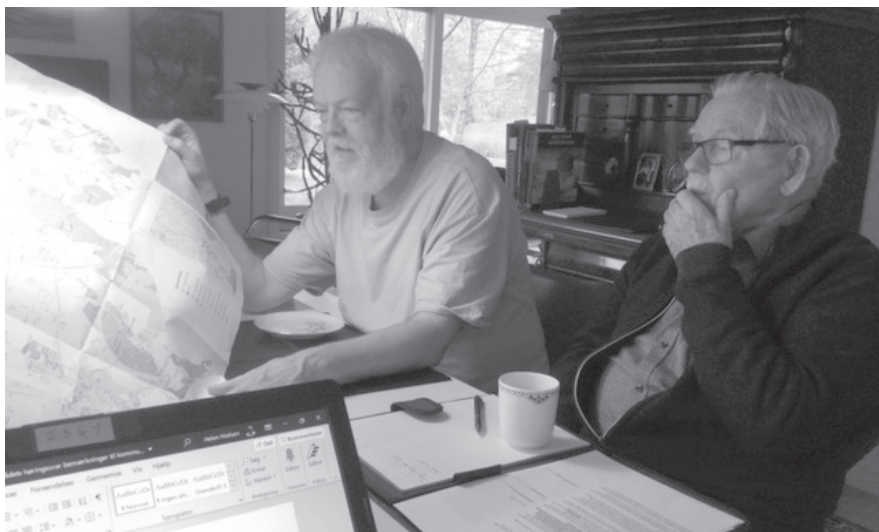
#### **Fritiden og grønne områder:**

For at sikre, at kommunen også i fremtiden kan bestå som en grøn og klimavenlig kommune bør der udlægges/bevares arealer til grønne kiler med vild natur på langs og på tværs i kommunen.

#### **Tilgængelige naturoplevelser:**

I fremtiden bør naturstier anlægges i en bredde og med en belægning, der er egnet til f.eks. kørsel med el-scooter.

Skiltning er en væsentlig vejviser, der bør vedligeholdes løbende. Derudover bør der opstilles flere bænke langs stierne, ligesom det er gjort i PP-skoven.



Der arbejdes med høringssvar til Kommuneplanen

Som eksempel på en lavthængende frugt findes allerede en grøn kile der strækker sig fra Søageren (det tidligere areal med børnehaven) forbi 3 søer og derefter langs med kolonihaverne og til sidst ind i PP-skoven frem til tennisbanerne og Skulpturparken. Her kræves kun ganske få midler for at få et område med vild natur som samtidig er tæt på mange eksisterende boligområder.

### Busbetjening:

Seniorrådet mener og har i flere omgange givet udtryk for, at bustransporten i kommunen ikke dækker ældres behov for kollektiv transport til lægebesøg, behandling, genoptræning m.m. Der kunne indføres en rute, der forbinder Bløvstrød, Lillerød bymidte og Lyngbe betjent af Mini-el-busser. Det vil give en positiv indvirkning på miljøet og kommunens CO<sub>2</sub> regnskab. Gangafstand til nærmeste busstoppested skal måles som den faktiske afstand og ikke i fugleflugtslinje.

### Trængsel og den kollektive trafik:

Hvis byrådet vil fremme/opretholde brugen af den kollektive trafik til og fra Allerød er det afgørende at bevare og måske udvide antallet af pendler P-pladser ved Allerød Station.

Når arealerne langs banen i de kommende år skal bebygges er det afgørende, at der etableres et tilsvarende antal erstatnings p-pladser inden byggeriet går i gang.

Såfremt det bliver for svært at parkere ved stationen, vil mange pendlere droppe toget og måske køre i bil hele vejen til og fra deres arbejdsplads.

## Et mere demensvenligt Allerød

Af Eric Brown (uddrag af en rapport om indsatsen i uge 19)

I uge 19 i år blev Demensuge 2021 markeret i Danmark. Der blev lanceret et nyt symbol der kan bruges til at fortælle, at man er ramt af demens.



I Allerød samarbejder Allerød Kommune, Byforum Allerød og de enkelte butikker om at udbrede kendskabet til det nye symbol som skal være en håndsrækning til mennesker med demens.

Demenssteamet i Allerød Kommune tager del i indsatsen, og arbejder på at distribuere demenskittet til borgere, som kan få glæde af det. I demensugen stillede de op med en bod i gågaden, hvor man kunne høre om indsatsen, og delte flyers ud ved stationen.

City manageren fra ByforumAllerød delte plakater ud til Allerøds butikker for at sprede budskabet om symbolet. På MitAllerøds sociale medier delte de også indhold og information om symbolet til borgerne i Allerød.

Kvickly, som ligger i Allerøds bymidte, informerede deres 200 medarbejdere om symbolet, og hvordan de kan hjælpe, hvis de ser en person bære det. I lanceringsugen satte de også plakater op ved butikkens indgange.

Organisationen Demensvenligt Danmark har undersøgt effekten af indsatsen i Allerød.

Resultaterne viser, at kommunikationsindsatsen i Allerød har ført til, at knap halvdelen af de adspurgte genkender symbolet. Majoriteten af de, som har set symbolet før, kan også huske at det er en håndsrækning, eller at det har med demens at gøre. Det er derimod kun 3 ud af 10, der også har set de medfølgende handleregler. Selvom det er i Demensvenligt Danmarks hensigt at udbrede kendskabet til handlereglerne, er disse resultater forventelige, da kampagnens primære fokus var at sprede budskabet om selve symbolet. Handlereglerne er dog en vigtig del af vores fremtidige arbejde.

88% af de adspurgte mener dog, at symbolet kan hjælpe dem til at afkode, hvorvidt en person har brug for hjælp.



## Bio Engholm

*Af Helen Nielsen*

Billedet her er fra en søndag eftermiddag i 'Aktiviteten' på Engholm plejecenter. Det er et stort lokale, der i det daglige er aktivitetscenter for hjemmeboende.

Om søndagene viser frivillige fra Senior-IT film fra DanskFilm-skat.dk. Det er en kanal som plejecentret abonnerer på.

Fra plejecentrets 3 afdelinger kommer beboere hver søndag eftermiddag i forårs- og efterårsmånederne for at se film.

Borgere der i det daglige kommer i Aktiviteten og pårørende er også velkomne. Af plejecentrets 45 beboere deltager i gennemsnit ca. 15 - 18 beboere.

Vi er 2 til 3 frivillige til stede hver gang for at gøre lokalet klar til biograf og for at tage imod biografgæsterne og hygge om dem.

Lige nu er vi kun 4 'biograf-direktører', men det ideelle antal frivillige er det dobbelte for at vi kan fordele vagterne hensigtsmæssigt og støtte denne sociale indsats.

Brevet her er til dig, der gerne vil være frivillig i Bio Engholm og bruge et par timer en 3 – 4 søndag eftermiddage i henholdsvis forårs- og efterårsmånederne.

Kom og kig med en søndag eftermiddag i januar måned.

Vi er i Aktiviteten på Engholm fra kl. 14 til 16.30 (gå til højre fra indgangen og lidt ned ad gangen).



Venlig hilsen Anne Mortensen, Ketty Norge,  
Lone Puge og Helen Nielsen. Kontakt tlf.: 26274017

## Frivillighed og Medborgerskab Allerød

Af Birgit Kjølby

Frivillighed og Medborgerskab i Allerød (FOMA) er en ny forening etableret i 2021.

Foreningen er startet af en gruppe mennesker, der gennem en del år har arbejdet som frivillige i Allerød i forskellige sammenhænge.

### Hvorfor en ny forening?

Vi har mange foreninger og mange frivillige i Allerød. Hvorfor så en forening mere?

Formålet med vores forening er at skabe bedre fælles rammer for det frivillige arbejde i Allerød.

Inspireret af erfaringer fra andre kommuner, bl.a. Halsnæs og Rudersdal, synes vi, at det er en god ide at etablere et frivilligcenter i Allerød kommune.

### Hvorfor skal vi have et frivilligcenter?

Frivillige er engagerede mennesker, der har lyst og ressourcer til at bidrage til at udvikle lokalsamfundet og styrke fællesskabet.

Vi mener, at vi kan opnå flere resultater og nå ud til flere borgere, hvis vi kender hinanden på tværs af de foreninger og aktiviteter, der allerede findes. Hvis vi bliver bedre til erfaringsudveksling og til at hjælpe hinanden i det løbende arbejde, kan vi opnå en bedre udnyttelse af de ressourcer, der er til rådighed for det frivillige arbejde.

Specielt for ikke organiserede grupper og mindre foreninger kan det være svært at få adgang til lokaler og andre faciliteter og i det hele taget få skabt et økonomisk grundlag for foreningens aktiviteter.

Og nye aktiviteter kan have svært ved at komme i gang. For eksempel skal man være etableret som forening for at kunne booke et lokale hos kommunen. Dette krav kan bremse enhver god ide.

Hvis man ikke har adgang til et fast lokale, kan det være svært for en forening at planlægge aktiviteter og blive synlig.

### Hvordan får vi et frivilligcenter i Allerød?

Alfa og omega er, at der er opbakning fra de etablerede foreninger. De skal kunne se ideen i, at et frivilligcenter kan gavne den samlede frivillige indsats.

Denne opbakning er også en forudsætning for at opnå økonomisk støtte fra staten til etablering og drift af et frivilligcenter. Staten yder økonomisk støtte, hvis der er opbakning fra en bred kreds af lokale foreninger og fra kommunen.

Der er i dag etableret frivilligcentre i 65 kommuner i Danmark. Her er det altså lykkedes at få etableret det nødvendige samarbejde. Allerød er den eneste kommune i Nordsjælland, der ikke har et frivilligcenter.

Kort fortalt er formålet med det nationale initiativ med frivilligcentre, at det skal blive lettere at være frivillig, lettere at yde en frivillig indsats og lettere at hente hjælp og støtte i civilsamfundet.

### Hvad kan vi opnå med et frivilligcenter?

Et center kan skabe synlighed om de frivillige aktiviteter, der er i kommunen, og dermed sikre en lettere indgang for folk, der ønsker at gøre en indsats som frivillig.



Centret kan være en rugekasse for nye initiativer og hjælpe nye aktiviteter med at komme i gang.

Centret kan styrke kvaliteten af det frivillige arbejde. Det kan ske gennem kurser og temadage og ved at styrke erfaringsudvekslingen mellem de frivillige.

Et frivilligcenter kan sikre adgang til ressourcer, fx mødelokaler, computer og printer.

Og ikke mindst kan et center give en lettere indgang til de tilbud, der ligger i det frivillige arbejde, og dermed sikre, at flere får mulighed for at benytte dem.

### **Hvordan kommer vi videre?**

Vi bor heldigvis i en kommune, hvor der er opbakning fra politikerne og kommunen til det frivillige arbejde. Det er et godt udgangspunkt.

Vi vil i den kommende tid arrangere møder, hvor vi sætter forslaget om et frivilligcenter i Allerød til debat.

Vi inviterer alle foreninger og andre interesserede til at deltage i debatten.

Vores aktiviteter vil blive annonceret i Allerød Nyt og på Facebook.

Følg os på Facebook: **Frivillighed og Medborgerskab (FOMA)**

Du kan også kontakte os ved at sende en mail til:  
frivillig.alleroed@outlook.dk

## **Bedre udskrivelser fra hospital**

*Af Helen Nielsen*

Med ovennævnte overskrift udsendte Seniorrådet den 3. november i år en pressemeddelelse. Den handlede om Seniorrådets dialog med Nordsjællands Hospital om bedre udskrivelser fra hospitalet.

Er man indlagt over flere dage, er der generelt mere tid til at få udskrivelsen planlagt, så det nære sundhedsvæsen i kommunen kan være forberedt på at yde den sundhedsfaglige bistand, og få iværksat hjemmehjælp, om det er det, der er behov for.



*Tegnet af: Mikkel Henssel*

Men Seniorrådet har i flere tilfælde erfaret, at det kan forholde sig ganske anderledes, når en borger udskrives fra Akutmodtagelsen. Vi havde i december 2020 i Ny Alder en beretning om en borger i Allerød, der så at sige faldt mellem to stole uden, at fornøden hjælp ved hjemkomsten til eget hjem var forberedt. Derfor har Seniorrådet indledt en dialog med Nordsjællands Hospital for at få et bedre forløb, når borgere udskrives.

Hospitalet kendte så at sige deres besøgstid, og de indkaldte Seniorrådet til møde. På det første møde med hospitalsledelsen blev borgernes oplevelser om udskrivning delt, og allerede på det efterfølgende møde blev et konkret udkast til at forbedre arbejdsgangene ved udskrivning fra Akutafdelingen drøftet.

Seniorrådet går som bekendt ikke ind i/må ikke gå ind i enkelt-sager, men vi rejser som her sager principielt, og meget tyder på, at vores møder med hospitalet kan resultere i forbedrede forhold. Det kan vi bedømme, når vi får erfaring med endemålet: Forbedrede arbejdsgange ved udskrivelse fra hospitalet.

## Seniorfilm klubben 2021/2022

De 6 forestillinger vises tirsdage kl. 10.15, onsdage og torsdage kl. 10.15 og 13.15 på følgende datoer:

De tre medlemmer af Seniorfilmudvalget under Seniorrådet er:  
Formand Dorte Hansen, Carl-Erik Østberg og Jens Jacob Krintel



### Retfærdighedens ryttere 25. 26. og 27. januar 2022

Militærmanden Markus, må drage hjem fra krigen for at tage sig af sin teenagedatter, da hans kone dør i en tragisk togulykke – eller er det en ulykke?

Matematiknørden Otto, der var ombord på toget, mener nemlig, at en større konspiration står bag, hvilket han mener at kunne bevise.

Filmen er sat i Anders Thomas Jensens stilsikre univers.  
Spilletid 116 min.



### The Farewell 22. 23. og 24. februar 2022

En kinesisk familie, én del bor i USA, mens den anden del bor i Kina heriblandt familiens bedstemor Nai Nai, der er diagnosticeret med kræft, hvilket giver hende kort tid at leve i.

Familien i USA rejser derfor tilbage til Kina under påskud af at deltage i et bryllup. I virkeligheden er det dog for at være sammen med Nai Nai i hendes sidste dage. Instruktør: Lulu Wangs. Spilletid: 100 min.



### Little Women 22. 23. og 24. marts 2022

Louisa May Alcotts klassiske roman (på dansk "Pigeboern"). Historien følger de fire March- søstres opvækst i tiden omkring den amerikanske borgerkrig, hvor deres far gør tjeneste mens moderen er hos dem. Pigerne er alle passionerede, kunstneriske og vidt forskellige. Alligevel er de tæt knyttet af et unikt sammenhold.

Spilletid 135 min.

## Sesam, Sesam luk dig op!

Af Helen Nielsen



På forunderlig vis er adgangen til det sorte tårn på bagsiden af biblioteksbygningen blevet forbedret. Indgangsdøren til tårnet benyttes, når man for eksempel skal til undervisning i Senior-IT, til gymnastik, bridge eller billard, og ikke mindst fører døren ind til elevatoren, der kører én op til denne 'Aladdins hule' af aktiviteter på pensionistgangen på første sal.

Hvorfor nu denne ståhej om en dør?

Jo, vi vil gerne sige tak.

Historien er, at dårligt gående og kørestolsbrugere i lang tid har haft endog meget svært ved at komme op på første sal, da bibliotekets elevator ved indgangen til biblioteket på den anden side af bygningen i umindelige tider har været i stykker.

En ny elevator koster efter sigende mere end en million kroner, og da 'riget' (læs kommunen) fattes penge, har de forenede kræfter fra brugerne af førstesalen måtte råbe højt og meget længe om dårlige adgangsforhold til bygningen - specielt for handicappede.

Råbene er nu omsider hørt og Sim sala bim og Keine Hexerei, døren i det sorte tårn er blevet automatiseret så en kraftig dørpumpe nu lukker op og en slidske hjælper kørestolsbrugere ind til den der velfungerende elevator op til herlighederne på pensionistgangen. Der er tilsyneladende nu kun lidt pladsproblemer til at manøvrere sin kørestol rundt hvor man lander, men det må kunne løses!!

**Tak for at Seniorrådets og brugernes råb er blevet hørt!**

## Handicap P-Pladser i bymidten

Af Eric Brown

I november 2020 blev der sat skilte op der kundgjorde, at der ikke måtte køres i bil ad M.D. Madsensvej. Samtidigt blev også de få handicap P-pladser langs M.D. Madsensvej nedlagt.

### Lidt baggrundshistorie:

Teknik, Erhverv, Plan og Miljøudvalget (TEPMU) besluttede på deres møde d. 27.10.20, at lukke M.D. Madsensvej for al kørsel i bil. Referatet fra mødet fortæller:

*"De nuværende handicapparkeringspladser i gågaden erstattes af minimum 2 pladser umiddelbart op til gågaden. Endelig placering vil ske i dialog med formanden for handicaprådet."*

Mange patienter der har kunnet parkere ved klinikkerne i opgangen: M.D. Madsensvej 13 har haft svært ved at anvende de handicap P-pladser som blev etableret på P-pladsen bag Danske Bank p.g.a. kantsten og andre forhindringer der skulle forceres. For ofte har disse pladser også været benyttet af andre uden handicapskilt i bilen.

Handicap P-pladser bruges også af ældre og ifølge gældende lovgivning skal Seniorrådet høres inden sådanne ændringer iværksættes.

Først ved TEPMU's møde d. 2.2.2021 fik Seniorrådet mulighed for at rejse spørgsmål omkring en bedre placering af handicap P-pladser.

Uvist af hvilken grund skete der så intet før uge 40 (9.10.2021), hvor der blev etableret to brede pladser på P-pladsen lige bag Red Barnet butikken. Disse pladser ligger, så det er muligt at komme hen til indgangen til M.D. Madsensvej 13 uden at skulle forcere kantsten eller andre forhindringer.

## Senior-IT Allerød

### Program for foråret 2022 Med forbehold for restriktioner

**Senior IT** er en organisation af frivillige, ulønnede IT-kyndige, der underviser og hjælper seniorer i Allerød med IT-problemer. Vores undervisningslokaler ligger på 1. sal over biblioteket.

**Adgang hertil:** Skovensvej 4 eller Frederiksborgvej 15, 3450 Allerød.

**Åbent Hus:** er gratis IT-hjælp i vores undervisningslokale hver onsdag kl 10-12 i perioderne januar-april og september-november. Hjælpen omfatter alle typer af computere, tablets og smartphones.

**IT-hjælp i hjemmet:** Koster min. 100 kr. pr. gang.

Henvendelse til:

1. Hans Clemensen, tlf. 2180 0127 eller
2. Per Alban Hansen, tlf. 2330 6905 eller
3. Erik Ahlquist Persson, tlf. 2068 7704.

**Kurser, studiekredse og workshops:** Afholdes i vores undervisningslokale og i mødelokale C. Se beskrivelser i denne folder eller mere udførligt på hjemmesiden.

**Tilmelding** til holdledere, se under de enkelte kurser/workshops/studiekredse, eller via hjemmesiden, hvor der også er uddybende beskrivelser:

**[www.senior-it-alleroed.dk](http://www.senior-it-alleroed.dk)**

**Betaling:** til holdlederen ved kursusstart.

Kurser afvikles med 2 timer pr. gang.

2 gange: 100 kr. 4 gange: 150 kr. 6 gange: 200 kr.

8 gange: 250 kr. Studiekredse: 150 kr.

Anden undervisning efter aftale.

## Planlagte kurser og workshops:

### PC-startkursus – mandage 9.30-11.30

(6 gange, start 3. jan, IT-lokale)

Kurset henvender sig til personer med ingen eller lille PC-erfaring. Der gives introduktion til Windows 10, Gmail, internet-søgning, NemID, digital post og borger.dk

**Hold 600:** *Karl Gustaf Meldal*, tlf. 6170 4701,  
mail: kg@meldal.dk

### Brug af "Skyen" – mandage 09.30-11.30

(4 gange, start 28. marts, IT-lokale)

Vi gennemgår og øver brug af "OneDrive" til at gemme i "Skyen" og til at dele og samarbejde med andre om dokumenter og billeder.

**Hold 614:** *Chresten Overbeck*, tlf. 4062 0235,  
mail: chresten.overbeck@mail.dk

### iPad og iPhone – mandage 10.00-12.00

(8 gange, start 10. jan, Lokale C)

Som begynder og let øvet lærer du bl.a. at sende mails og beskeder, at bruge kontakter, kalender, e-Boks, bank, tage fotos og søge på Internet.

**Hold 617:** *Gert Hansen*, tlf. 2714 7909,  
mail: gertflem@gmail.com

### CEWE Fotobog – mandage 12.00-14.00

(6 gange, start 10. jan, IT-lokale)

Ligger dine billeder på en computer, en mobiltelefon eller måske som gamle papirbilleder i et album? De digitale fotos er ikke særlig tilgængelige. Måske skulle du overveje, om en CEWE fotobog kan være en god løsning.

**Hold 623:** *Birthe Buch-Hansen*, tlf. 2622 2733,  
mail: birthe.buchhansen@gmail.com

## Undgå tasterne – tal i stedet med din mobil – onsdage 12.30-14.30

(3 gange, start 19. jan, Lokale C)

Kurset er specielt rettet mod kursister, der er svagtseende eller føler, at de har det svært med mobiltelefonens små taster. Stemmestyring kan være en stor hjælp i forbindelse med telefon-opkald eller når man sender en besked.

**Hold 621:** *Preben Hansen*, tlf. 2579 6199,  
mail: bromosen@gmail.com

## Tilpas din Windows 10 computer til eget brug – onsdage 12.40-14.40

(8 gange, start 12. jan, IT-lokale)

Tilpasning af Windows 10 til eget brug. Hente nye programmer og fjerne uønskede. Muligheder i "Skyen". Sikkerhed og backup. Tips og tricks. Vi ser også på Windows 11 i det omfang, det bliver aktuelt.

**Hold 613:** *Chresten Overbeck*, tlf. 4062 0235,  
mail: chresten.overbeck@mail.dk

## Lær din Smartphone og Tablet rigtigt at kende – onsdage 15.00-17.00

**BEMÆRK:** Ikke iPhone eller iPad - der henvises til hold 617

(8 gange, start 12. jan, Lokale C)

Lær at udnytte alle mulighederne, både for begyndere og øvede.

**Hold 618:** *Per Alban Hansen*, tlf. 2330 6905,  
mail: pah@arffmann.dk

## Videre med e-mail og internet – torsdage 9.30-11.30

(8 gange, start 13. jan, IT-lokale)

Vi repeterer det grundlæggende og går videre med udvalgte emner om brug af PC'en, herunder funktioner på Internettet, f.eks. mail, e-Boks, NemID, bank og e-handel.

**Hold 612:** *Per Alban Hansen*, tlf. 2330 6905,  
mail: pah@arffmann.dk

**Undgå at miste data ..... når uheldet er ude –  
torsdage 12.00-14.00**

(5 gange, start 13. jan, IT-lokale)

Metoder til at holde PC'en velfungerende og til at sikre PC'en og dens indhold, samt sikre og beskytte dine konti.

Nogen PC-kendskab nødvendig.

**Hold 615:** Preben Hansen, tlf. 2579 6199,

mail: bromosen@gmail.com

**Word tekstbehandling – torsdage 12.00-14.00**

(4 gange, start 24. feb, IT-lokale)

Workshop med plads til individuelle ønsker, omhandler bl.a. opsætning, typografi, tabulering, skabeloner, indsætning og behandling af billeder, videoer, tekstbokse, WordArt m.m.

Kendskab til PC forudsættes. Word 2016/2019 benyttes.

**Hold 624:** Preben Hansen, tlf. 2579 6199,

mail: bromosen@gmail.com

**Studiekredse:**

**Slægtsforskning:** (IT-lokale)

**Hold 409:** tirsdag 09.30-11.30, start 11. jan.

Bendette Hydeskov, 2651 7988 **BEMÆRK:** Lukket for tilmelding p.t

**Hold 405:** tirsdag 17.00-19.00, start 11. jan.

Keld Kildeskov, 2176 1791

**Hold 404:** onsdag 15.00-17.00, start 12. jan.

Bodil Thomasberg, 4814 2793

**Hold 408:** fredag 09.30-11.30, start 14. jan.

Bendette Hydeskov, 2651 7988 **BEMÆRK:** Lukket for tilmelding p.t

**Skriv din historie:** (Lokale E)

**Hold 407:** onsdag 12.30-14.30 start 12. jan.

Bodil Thomasberg, 4814 2793

**Videoproduktion:** (Lokale C)

**Hold 402:** fredag 10.00-12.00 start 14. jan.

Kai Møller Pedersen, 5378 1088

**Nyhedsbrev:**

Tilmeldes på mail: [nyhedsbrev@senior-it-alleroed.dk](mailto:nyhedsbrev@senior-it-alleroed.dk)

**Vi tilbyder at oprette andre kurser, workshops eller studiekredse, med et indhold efter dit ønske.**

Vi aftaler tidspunkt og varighed.

Skriv blot nogle stikord til os på: [workshop@senior-it-alleroed.dk](mailto:workshop@senior-it-alleroed.dk), så vender vi tilbage hurtigst muligt - eller ring Hans Peter Nissen, tlf. 2165 3614



## Foreninger i Allerød Kommune

**NB:** Seniorrådet har igen bestræbt sig på at indsamle kontakt-oplysninger for foreningerne men af mange forskellige årsager kan der være sket ændringer efter redaktionens afslutning.

**Allerød Diabetesforeningens** (www.diabetes.dk)  
Kontaktperson: Jørgen Dalhoff  
Tlf.: 21 31 59 77 E-mail: alleroed@diabetes.dk

**Allerød Efterlønsklub ELK**  
Kontaktperson: Kurt Gunborg  
Tlf.: 30 68 85 81 E-mail: gunborg@gmail.com

**Allerød Førtidspensionister** (www.afpn.dk)  
Kontaktperson: Lone Dalager  
Tlf.: 26 47 39 57 E-mail: formand@afpn.dk

**Allerød og omegns Fjerkræklub** (www.ao-fjerkraeklub.dk)  
Kontaktperson: Dan Madsen  
Tlf.: 26 35 03 80 E-mail: rugemaskinen@gmail.com

**Allerød og omegns Frimærkeklub**  
Kontaktperson: Harris Spangshauge  
Tlf.: 41 36 74 00 E-mail: spangshauge@gmail.com

**Allerød Orienteringsklub** (www.alleok.dk)  
Kontaktperson: Charlotte Bergmann Hansen  
Tlf.: 51 51 35 21 E-mail: info@alleok.dk

**Allerød Pensionistbadminton** (www.badminton-lb.dk)  
Kontaktperson:  
Tlf.: E-mail: lb@badminton-lb.dk

**Allerød Pensionistforening**  
Kontaktperson: Jytte Nielsen  
Tlf.: 22 48 14 95 E-mail: jytte.nielsen.45@live.dk

**Allerød Seniordans**  
Kontaktperson: Carsten Schmidt  
Tlf: 30 42 68 63 E-mail: iciteam@hotmail.com

**Allerød Skakklub** (www.ask-skak.dk)  
Kontaktperson: Jacob Werner  
Tlf.: 24 89 56 60 E-mail: jw@telegraph.dk

**Allerød Stavgangforening** (www.alleroedstavgang.dk)  
Kontaktperson: Peter Holbek  
Tlf.: 22 78 49 91 E-mail: kontakt@alleroedstavgang.dk

**Blovstrød Løverne** (www.blovstrod-loverne.dk)  
Kontaktperson: Vibeke Laumann Hartlev  
Tlf.: 40 81 28 74 E-mail: formand@blovstrod-loverne.dk

**Blovstrød Seniorklub, Højskolesang, Strikke café**  
Kontaktperson: Hanne Hauberg  
Tlf.: 25 77 49 85 E-mail: hannehauberg1@gmail.com

**Bowlingklubben Den røde Kegle** (www.denrodekegle.dk)  
Kontaktperson: Thorkil Foldager  
Tlf.: 51 90 16 26 E-mail: info@denrodekegle.dk

**Bowlingklubben PRIK** (www.prikbowling.dk)  
Kontaktperson: Svend Ole Jørgensen  
Tlf.: 50 51 14 83 E-mail: svolej@gmail.com

**Cafe 3450 Parkinson** (www.parkinson.dk/kredse/2827-nordsja-elland/om-os/)  
Kontaktperson: Olav Christensen  
Tlf.: 40 43 97 66 E-mail: olachr01@gmail.com

**De frivillige på AOC Engholm**  
Kontaktperson: Aase S. Andersen  
Tlf.: 61 70 38 49 E-mail: aaseogbent@gmail.com

**De frivillige på Demenscenter Skovvang**  
Kontaktperson: Lone Gram  
Tlf.: 20 82 15 84 E-mail: lhhgram@mail.dk

**Den hjælpende hånd**  
Kontaktperson: John Alec Bechshøft  
Tlf.: 40 60 12 99 E-mail:

**Farvegladerne** (www.farvegladerne.dk)  
Kontaktperson: Janne Sury  
Tlf.: 42 43 86 06 E-mail: farvegladerne@gmail.com

**Frivillige for Integration i Allerød (FIA)**

Kontaktperson: Poul Skallerup  
Tlf.: 42 32 37 68 E-mail: poul.skallerup@gmail.com

**Frivillighed og Medborgerskab Allerød (FOMA)**

Kontaktperson: Alice Silkjær  
Tlf.: 28 58 04 06 E-mail: frivillig.alleroed@outlook.dk

**Hjerteforeningen** (lokal.hjerteforeningen.dk/alleroed)

Kontaktperson: Kurt Bjernemose  
Tlf.: 40 45 02 06 E-mail: alleroed@hjerteforening.dk

**Hjælpende hånd**

Kontaktperson: John Alec Bechshøft  
Tlf.: 40 60 12 99

**Kræftens Bekæmpelse** (www.cancer.dk)

Kontaktperson: Henrik Holck Skov  
Tlf.: 21 27 47 95 E-mail: henrik@holck-skov.dk

**Lillerød Bridgeklub** (www.bridge.dk/2168)

Kontaktperson: John Sonberg  
Tlf.: 20 12 27 54 E-mail: johnsonberg@live.dk

**Lillerødkoret** (www.lillerødkoret.dk)

Kontaktperson: Olav Christensen  
Tlf.: 40 43 97 66 E-mail: formand@lillerødkoret.dk

**Lokalhistorisk Arkiv & Forening** (www.lafak.dk)

Kontaktperson: Birthe Skovholm  
Tlf.: 48 17 08 91 E-mail: lafak@lafak.dk

**Lynge Seniorklub**

Kontaktperson: Leni Petersen  
Tlf.: 40 44 82 65 E-mail: len@len.dk

**Mandags-Gå-Motionisterne**

Kontaktperson: Svend Ole Jørgensen  
Tlf.: 50 51 14 83 E-mail: svolej@gmail.com

**Rampelyset**

Kontaktperson: Laila Sørensen  
Tlf.: 29 37 48 09 E-mail: laila.rampelyset@gmail.com

**Red Barnet** (www.redbarnet.dk)

Kontaktperson: Cecilia Holming Werner  
Tlf.: 40 30 91 83 E-mail: formandalleroed@redbarnet.dk

**Røde Kors Allerød** (www.rodekors.dk/afdelinger/alleroed)

Kontaktperson: Birgitte Fogelberg Sommer  
Tlf.: 30 43 63 54 E-mail: birgitte\_fogelberg@hotmail.com

**Rønnholtparkens Glade Sanglærker**

(www.dindorpkristsen.dk/RGS/)  
Kontaktperson: Jakob Becker  
Tlf.: 30 28 07 54 E-mail: becker1@webspeed.dk  
www.roenneholtparken.dk/rag-og-fritid/sanglaerkerne/

**Sct. Georgs Gildet i Allerød** (sct-georg.dk)

Kontaktperson: Lisbeth Skovgaard  
Tlf.: 23 20 16 42 E-mail: lis-mus@mail.dk

**Senior-IT** (senior-it-alleroed.dk)

Kontaktperson: Hans Clemensen  
Tlf.: 21 80 01 27 E-mail: hans@clemensen.dk

**Slå en Streg**

Kontaktperson: Erik V. Nielsen  
Tlf.: 20 92 83 74 E-mail: erik.vil.nielsen@gmail.com

**Vandgymnastikklubben "Gyldenspjæt"**

Kontaktperson: Irene Nielsen  
Tlf.: 22 45 34 48 E-mail: isn@mail.dk

**Visens Venner Allerød (VVA)** (visensvennerallerød.dk)

Kontaktperson: Hanne Kiær  
Tlf.: 23 28 33 43 E-mail: hannekiaer@mail.dk

**Ældre Sagen** (www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/alleroed)

Kontaktperson: Walther Thomsen  
Tlf.: 40 60 73 84 E-mail: thomsen.walther@gmail.com

## Seniorrådets medlemmer 2022 - 2025

af Kjeld Bording Johansen

Når 4174 borgere over 60 år har sat et kryds til Seniorrådet er jeg sikker på, at det nye Seniorråd og byråd vil være opmærksomme på, at samarbejde er vigtigt for vores ældre borgere i Allerød. Vi kan nu med stor kraft tale de ældres sag i det fortsatte samarbejde med byrådet. Vores antal stemmer svarer trods alt til ca. 6 mandater samme sted.

På selve valgdagen var der desværre særligt pres på valgstederne i tidsrummet kl. 10-13, men det vidner jo om en god interesse i valghandlingen, som der også er tradition for i Allerød.

At vi havde 17 kandidater at vælge imellem er overvældende og sikrer en fin liste med suppleanter. Alle skal have tak for at bidrage til et valg som forløb godt på trods af omstændighederne med COVID-19.

Tillykke til alle 9 medlemmer af det nye råd, jeg ser frem til et godt og konstruktivt samarbejde i dette upolitiske råd. Tak til alle opstillede, tilforordnede og alle som har stemt til valget.

**Her følger listen med de personlige stemmetal.**

### Valgte:

Kjeld Bording Johansen	715
Vibeke Eiberg	624
Pia Klingenberg	374
Eric Brown	341
Michelle Lola Hoffman	
Baadsgaard	326
Jens Jacob Krintel	320
Søsser Charline Merle	
Grønnegård	278
Finn Yde-Andersen	207
Ulla Sørensen	148

### Suppleanter:

Jette Kornerup-Bang
Vinnie Juul Thomassen
Jørgen Haas
Klaus Henning Frederiksen
Inga Kirsten Larsen
Christer Sørensen
Lars Skjoldmark Rasmussen
Eugene Frits Spiro

## Det nyvalgte Seniorråd

**Kjeld Bording Johansen**



**Vibeke Eiberg**



**Pia Klingenberg**



**Eric Brown**



**Michelle Lola Hoffman Baadsgaard**



**Jens Jacob Krintel**



**Søsser Charline Merle Grønnegård**



**Finn Yde-Andersen**



**Ulla Sørensen**





# Seniorrådet i Allerød



**Kjeld Bording Johansen, Formand**

Søbredden 19, 3450 Allerød

Tlf. 4817 1590, mail: [kjbj@nypost.dk](mailto:kjbj@nypost.dk)



**Helen Nielsen, Næstformand**

Kirkeltevej 59, 3450 Allerød

Tlf. 2627 4017, mail: [hnielx@gmail.com](mailto:hnielx@gmail.com)



**Henning Mortensen, Kasserer**

Rørmoseparken 24, 3450 Allerød

Tlf. 4817 1847, mail: [mortensen3450@gmail.com](mailto:mortensen3450@gmail.com)



**Carl-Erik Østberg**

Lillegårdsvej 7b, 3450 Allerød

Tlf. 3195 2772, mail: [carlerikostberg@gmail.com](mailto:carlerikostberg@gmail.com)



**Dorte Hansen**

Bygmarken 17, 3540 Lyngby, Tlf. 2538 1126/4818 8165

mail: [dorte.hansen.lyngby@gmail.com](mailto:dorte.hansen.lyngby@gmail.com)



**Eric Brown**

Sandholmvej 19, 3450 Allerød

Tlf. 2843 0427, mail: [eric.brown.dk@gmail.com](mailto:eric.brown.dk@gmail.com)



**Jens Jacob Krintel**

Tingstedet 32, 3450 Allerød

Tlf. 6183 7764, mail: [jens.jacob.krintel@dadlnet.dk](mailto:jens.jacob.krintel@dadlnet.dk)