

# NY ALDER

32. årgang nr. 1 • Juni 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
Man skal kunne blive i Allerød hele livet .....	side 6
Den kommende Sundhedsaftale .....	side 7
Frivillige i hele kommunen - foren eder! .....	side 9
Os frivillige på Demensplejecenter Skovvang .....	side 10
At bo i bofællesskab .....	side 12
Er du en af vore nye kandidater .....	side 14
Valg til Seniorrådet i Allerød 2021 .....	side 16
Fuglene flyver i flok, når de er mange nok .....	side 18
Overgang hospital/kommunal .....	side 20
Senior-IT Allerød .....	side 21
Foreninger i Allerød Kommune .....	side 26
Seniorfilm klubben .....	side 30
Seniorrådet .....	side 32

**Forbehold:** Nærværende nummer af Ny Alder udkommer før sommerferien, og ændringer og/eller aflysning kan forekomme, da vi ikke kender situationen omkring Covid-19.

## Fra formandens pc ...

*Af Kjeld Bording Johansen*

Seniorrådets arbejde har været præget af de begrænsninger, som forsamlingsforbud har skabt i 2020 og 2021. Møderne har været virtuelle, men da alle ikke har haft passende udstyr/erfaring, har nogle måttet deltage fra et rum på Rådhuset. Så det bliver godt at kunne mødes i den virkelige verden igen. Det har været en væsentlig begrænsning i rådets arbejde, at vi har måttet nøjes med de enkeltes private PC/iPad, der har været af forskellig kvalitet. Dette har givet udfordringer og spildt tid i forbindelse med vores møder. Der bør derfor afsættes midler til indkøb af tidssvarende udstyr i lighed med Byrådsmedlemmernes i byrådets budget for den kommende 4 års periode, så et nyt Seniorråd får optimale arbejdsbetingelser. Heldigvis er det tekniske vanskeligheder der har skabt problemerne, selve samarbejdet med Sundhed-, Velfærd- og Beskæftigelsesudvalget (SVBU) har fungeret upåklageligt.

Vi har desværre været hårdt ramt af såvel alvorlig sygdom som manglende tid/lyst i Seniorrådets personskare og er nu kun 6 aktive mod de oprindelige 9 medlemmer. Listen med suppleanter er brugt op og vi 6 gør vores yderste for at klare opgaverne valgperioden ud. Vi ser frem til at se nye navne på opstillingslisten til det kommende valg til Seniorrådet, der igen kommer til at blive afholdt samme dag og sted som kommunevalget, dvs. 16.11.2021. Vi har altid afviklet Seniorrådsvalg på denne måde og det har sikret os en meget høj stemmeprocent, hvilket gør, at Seniorrådet kan tale med større vægt i de opgaver vi arbejder med. Vores hidtidige stemmeprocent på 75-80% er imponerende set i forhold til kommuner med f.eks. 25%. Det håber vi gentager sig i år.

Udover den vigtige opgave med hørings svar på ældreområdet til hvert byrådsmøde, er der mange opgaver vi selv tager op. Her vil jeg bl.a. nævne:

- Handicap p-pladserne på M D Madsens vej lå yderst belejligt for flere læger, tandlæger og speciallægers handicappede patienter. Desværre valgte Teknik, Erhverv, Plan og Miljøudvalget med et penestrøg at nedlægge dem i forbindelse med det nye kørselsforbud på M D Madsens vej – helt uden at inddrage Seniorrådet! Denne opgave har vi derfor brugt en del tid på og på møder med udvalget informeret om, at det var en ups'er vi ikke forventer at se gentaget, da det tydeligt er beskrevet i formålet for Seniorrådets arbejde, at vi skal høres så snart en sag berører borgere over 60 år. Vi har indleveret nye forslag til de bedst egnede placeringer af nye p-pladser (uden niveauforskelle og andre forhindringer på ruten) og det ser ud til at komme på plads snarest. Svagtseende og dårligt gående har også flere steder udfordringer med huller eller ujævn flisebelægning i bymidten, denne sag vil der også blive arbejdet med.

- Sektorovergangen mellem region og kommune. Dvs. når en patient er færdigbehandlet på et sygehus og skal udskrives. Her har vi desværre set eksempler på enlige, ældre der sendes hjem uden at hjemmeplejen har været involveret – dvs. man f.eks. i en weekend sidder uden en krumme i huset – eller uden de hjælpemidler man efter hospitalsbesøget pludselig har behov for. Dette MÅ ikke ske – derfor har vi bedt om et møde d. 28. maj med Hospitalsdirektøren på Nordsjællands Hospital – Hillerød. Resultatet af dette møde omtales på side 20.

- Arbejdet med sikring af arealer udlagt til ældreegnede boliger i Allerød – både for enlige og par og i såvel lejebolig som ejer- eller andelsbolig. Vi har ofte gjort Byrådet opmærksom på, at der skal findes egnede arealer og sågar direkte udpeget et par stykker, hvor der blot kræves en lokalplansændring. Vi på-peger samtidig, at vores by trænger til byggeri, man kan være stolt af at bo i – vi har ikke plads til flere betonkasser med kedelige facader og altaner, man som fodgænger nærmest kan risikere at slå hovedet ind i.

## Man skal kunne blive i Allerød hele livet

*Af borgmester Karsten Längerich*

Som borgmester er jeg stolt af Allerød Kommune. Jeg mener, at vi er en af landets allerbedste – måske den bedste – kommune at leve i. Uanset alder. Bevares, alt er ikke perfekt, og i kommunen arbejder vi dagligt på at gøre det endnu bedre for vores borgere.

Vi bliver flere seniorer i Allerød. Ikke kun blandt de ældste men også blandt de 60 og 70 årige. Uanset alder og helbred så skal Allerød være en god kommune at leve i.

I Allerød har vi mange parcelhuse, og det er rigtig godt til børnefamilier (og dem er vi glade for) og midaldrende. Vi mangler seniorvenlige boliger, og der er en stor efterspørgsel efter nye boformer, hvor man kan bo tættere. Det har vi noteret i byrådet, og vi arbejder på at udvikle disse boliger, når mulighederne byder sig. For det skal være muligt at udskifte sit store parcelhus med en mindre bolig i Allerød og blive boende her - hele livet.

Derfor arbejder vi også målrettet med at udvikle vores rehabiliterende indsatser således, at borgere får hjælp til at genvinde funktionsevner efter endt sygdom. Det handler om at være herre i eget liv længst muligt, og her har vi i byrådet prioriteret knap 1,7 mio. til at udvikle indsatsen generelt i kommunen og på vores plejecentre.

I Allerød sætter jeg stor pris på det fællesskab vi har, og tak til alle der yder en kæmpe indsats. Uanset om det er i foreningsregi, som frivillig eller man bare ser efter sin nabo og hjælper med indkøb. Det er de fællesskaber, der binder os sammen, og giver ekstra værdi til livet.

Covid har ramt verden og Allerød hårdt. Der er nogen, der er ramt direkte af sygdommen eller har en diagnose, der gør, at de skal være meget agtpågivende. Andre er påvirket indirekte, ved at

vores muligheder for at se andre, gå ud og spise eller deltage i foreningslivet er blevet begrænset.

Forhåbentlig kan vi lægge det værste bag os og se fremad, i takt med at flere og flere bliver vaccineret, og der er mange flere, der bliver testet.

Jeg glæder mig til, at vi vender tilbage til den gamle hverdag, og vi igen kan ses i stor stil. Det er der mange der trænger til. Med det håb vil jeg ønske jer alle en rigtig god sommer.

## Den kommende Sundhedsaftale

*Af Helen Nielsen*

Danske Ældreråd indbød til Webinar d. 23.3.2021. Seniorrådet deltog med 2 repræsentanter. Vi ville gerne blive klogere på, hvad den kommende sundhedsaftale tænkes at komme til at indeholde, så vi kunne være rustede til at afgive hørings svar til udvalget for Sundhed, Velfærd og Beskæftigelse i kommunen. En af oplægs holderne var Kjeld Møller Pedersen, professor på Syddansk Universitet. Han stillede bl.a. dette spørgsmål: "Hvordan kan patientforløb, der i dag opleves som usammenhængende, gøres mere smidige og sammenhængende?"

**Sundhedsaftalen er den formelle ramme om det tværgående samarbejde i sundhedsvæsenet mellem region, kommuner og almen praksis.**

*\*Netop det med sektorovergangen fra sygehus til det nære sundhedsvæsen i kommunen har Seniorrådet været ganske aktiv omkring. Se dette og forrige nummer af Ny Alder.\**

Kjeld Møller Pedersen indledte webinarret med at pege på behovet for en sundhedsreform – set med ældreområdet briller. Han henviser til Kommunernes Landsforenings (KL) og Danske Regioners 12 fælles pejlemærker.

**Vi ser ind i en fremtid,** hvor vi bliver flere ældre, hvor flere borgere lever med kroniske sygdomme, og hvor flere borgere har psykiske lidelser.

**12 pejlemærker for det nære og sammenhængende sundhedsvæsen, så kommunerne kan levere ensartet kvalitet i kerneopgave.**

*\*En af Seniorrådets opgaver er at afgive høringssvar i sager, der vedrører ældre. I udtalelser til kommunens budget påpeger vi blandt andet, at budgettet skal følge den demografiske udvikling, altså stige i forhold til, at vi bliver ældre og ældre.\**

**Sundhedsaftalen er en politisk aftale, som indgås mellem regionsrådet og alle kommunalbestyrelser i regionen.**

**Vi ser ind i en fremtid,** hvor vi kommer til at mangle hænder. Udfordringerne kræver nytænkning og udvikling af sundhedsvæsenet, og der er brug for, at regeringen og Folketinget kommer i gang med forhandlingerne om en sundhedsaftale.

*"Borgerne skal møde et sundhedsvæsen, der taler sammen. De skal også møde et sundhedsvæsen med større ensartethed og den rette kapacitet til opgaverne. Og så skal de møde et sundhedsvæsen, hvor vi i langt højere grad har fokus på at forebygge, at borgerne bliver syge. Det handler om tidlige indsatser, træning, egenomsorg. Alt det kommer ikke gratis. Derfor er det nødvendigt, at der følger en national finansiering med en sundhedsaftale", Citat: Stephanie Lose, Formanden for Danske Regioner.,*

## Frivillige i hele kommunen – foren eder!

*af Jesper Holdflod Pallesen (S), formand for Sundhed-, Velfærd- og Beskæftigelsesudvalget*

Sammenligningen mellem proletarer i alle lande og frivillige i Allerød Kommune er måske nok lige i overkanten. Indrømmet. Men budskabet håber jeg er klart: Vi har mere end nogensinde brug for, at frivillige forener sig og dermed bidrager til livskvaliteten på mangfoldige måder i vores kommune. Det gælder ikke mindst, når støvet efter Corona-krisen har lagt sig og vi langt om længe kan søge sammen i større fællesskaber igen.

Vi har fornemme traditioner i vores kommune for et meget aktivt foreningsliv. Her mødes tusindvis af borgere om vidt forskellige interesser og formål. Det er enormt livsbekræftende. Ligesom, at mange af jer har overskud til at hjælpe andre, som har brug for en hånd – fx på grund af sygdom og ensomhed.

Som kommune kan vi understøtte frivillige og foreningslivet på mange måder. Med lokaler og faciliteter. Med rådgivning fra Forvaltningen. Med de såkaldte §18-midler til frivilligt socialt arbejde. Og derfor lykkes vi generelt også godt med at forene kræfterne til fælles bedste. Men spørgsmålet er om vi tør løfte ambitionerne de kommende år?

Det vil vi meget gerne i Sundhed-, Velfærd- og Beskæftigelsesudvalget, hvor vi nu sætter fokus på, hvordan vi kan styrke de frivilliges indsats på bl.a. plejehjemmene og gøre det nemmere at være med til at bidrage.

At såvel behov som vilje er til stede, er jeg stensikker på. Men hvordan vi konkret lykkes, er jeg til gengæld ikke sikker på – og det spørgsmål håber jeg derfor, at mange vil bidrage til at besvare de kommende år.



## Os frivillige på Demensplejecenter Skovvang, vil du også være med?

Af Ulrik Knudsen, Lone Gram og Ingrid Bonde

Corona restriktionerne er snart ovre, og vi frivillige pensionister på det spritnye Demensplejecenter Skovvang glæder os til snart at kunne starte vores indsats dér til glæde og gavn for nogle af vores mest sårbare Allerød-borgere.

Vi kommer fra Engholm Plejecenter, fra demensgangen (Grøn Gang), hvorfra ”vores” beboere flyttede til DPC Skovvang i sommeren 2020. I perioden indtil nu har vi fået etableret alt det formelle omkring det at være frivillige på et nyt plejecenter, nemlig at etablere en frivilligforening med vedtægter og bankkonto og at ansøge kommunen om tilskud til vores ”drift”. Kommunen har netop bevilget os støtte fra de såkaldte §18 midler.

Personalet på DPC Skovvang har modtaget os med åbne arme, det er vi meget glade for, og der har været afholdt nogle møder med ledelsen dér for sammen at afstemme ønsker og forventninger. Vi støtter os især til vores ”frivillig-koordinator”, der er den primære pædagogiske kontaktperson. Hun har bl.a. på det seneste arrangeret, at DPC Skovvang er blevet besøgssted for TrykFondens besøgs-hunde, fordi vi også medbringer en besøgshund.

### Aktiviteterne på plejecentret

Ja, og hvad laver man så som frivillig på et demensplejecenter? Jo, det er vigtigt at arbejde med det simple og det overskuelige, fordi de fleste af beboerne ikke har de ressourcer, det overblik og det overskud, som de fleste andre ældre har.

Det kan være den gode samtale én til én; at vi synger sammen fra diverse sangbøger; en gåtur eller cykeltur på tandem ude i naturen; at arrangere smukke blomster buketter i årstidens farver eller at arrangere et bankospil med indkøbte gaver. Der kan være brug for

ekstra hjælp fra frivillige til et af de arrangementer, som personalet på DPC Skovvang arrangerer.

Det kan også være at arrangere busudflugter eller skaffe musikalsk underholdning fra lokale kor eller musikere. Det er sådan set kun fantasien, pengene og de fysiske rammer, der sætter grænser. Det er en meget taknemmelig opgave at være frivillig – beboerne er meget glade for at få jævnlige besøg, og for at der sker ”noget andet” i en ellers fastlagt hverdag.

### Flere frivillige

DPC Skovvang har 40 beboere i 4 afsnit med 10 beboere i hvert afsnit, og nu starter vi op med at være 3 frivillige. Det er bestemt i underkanten, derfor søger vi nu efter flere, der kunne tænke sig at blive frivillig enten hos os på DPC Skovvang eller hos eksempelvis Engholm Plejecenter, der også mangler frivillige. Se kontaktoplysninger bagerst under ”Foreninger i Allerød Kommune”.



Udgangspunktet er at kunne komme én gang ugentligt i et par timer, men det kan nemt også være hver 14. dag eller ved særlige arrangementer. Har du lyst til at høre mere om arbejdet som frivillig, så kontakt Lone Gram på mail:

Lhhgram@mail.dk eller tlf.:  
20 82 15 84.

## At bo i bofællesskab

*Af Margrete og Karl Gustaf Meldal*

Kunne du tænke dig at bo i et bofællesskab? Så læs her lidt om hvad det vil sige.

Vi har for nylig meldt os ind i en bofællesskabsgruppe i Allerød. Mærkeligt nok er der slet ingen bofællesskaber i Allerød, men det prøver vi i denne gruppe at råde bod på. Vores bofællesskabsgruppe har arbejdet i 4 år på at få oprettet et bofællesskab i Allerød, og vi forstår på medlemmerne, at de har lagt et kæmpearbejde i at få et sådant bofællesskab op at stå. Trods velvilje fra kommunens side er det endnu ikke lykkedes at finde en grund, hvor vi kan bygge.

Vores gruppes ønske er at bygge ca. 25 boliger af varierende størrelse, passende til såvel enlige som familier med eller uden børn. Normalt opdeler man bofællesskaber i senior-bofællesskaber og aldersblandede bofællesskaber. Vi er begge 75 år, men trods alderen har vi valgt at gå ind i en gruppe af sidstnævnte type. Vi vil gerne leve sammen med børn og voksne i alle aldre, men det er jo en individuel sag. Andre vil måske vælge at bo sammen med personer af samme alder som dem selv.

Til vores bofællesskab skal høre et fælleshus. I det skal der være plads til mange forskellige aktiviteter. Vi ønsker, at meget skal foregå i fællesskab, men vi skal også have vores eget hus hver især og kunne trække os tilbage, når der er brug for det. I fælleshuset skal der være fælles madlavning og spisning. Der skal være plads til alle mulige forskellige aktiviteter, så som cykelværksted, strikkeklub og børnelegerum. Der skal også være plads til, at vi kan lave nyttehaver, som vi kan passe i fællesskab og udnytte frugten deraf i køkkenet.

Boligerne i bofællesskabet kan være ejer-, andels- eller lejeboliger. Vi foretrækker formen andelsboliger, da man så hver især ejer en andel af hele bofællesskabet med den ansvarlighed, der ligger i

medejerskabet. Det er også vigtigt, at vi får personer med, som vil passe ind i fællesskabet, og det opnår vi jo gennem andelsformen, hvor den enkelte ikke selv vælger, hvem der skal overtage andelen i tilfælde af, at man må forlade bofællesskabet.

Hvad er det så, der gør bofællesskabet attraktivt? For os er det det sociale fællesskab. Når man kommer op i alderen, tænker man mere over, hvad det er, fremtiden vil byde os. Vi ved jo, at der før eller senere kommer sygdomme og svagheder, og på et tidspunkt vil vi jo miste vores kære. Vi tror, at et bofællesskab kan være med til at bøde på alle disse ting. Vi ender ikke med at sidde ensomme i en bolig, der måske endda er alt for stor. I bofællesskabet er der altid nogle, der vil være klar til at hjælpe dem, der i en periode kan have det svært.

Men bofællesskabet skal ikke lukke os inde i en hule. Vi vil fortsat deltage i det almindelige samfundsliv. Nogle vil have et arbejde, andre kan være hjemmegående, måske i perioder. Vi vil gå til fritidsinteresser, som vi altid har gjort. Men dertil kommer, at vi vil være åbne over for resten af samfundet. Man er altid velkommen til at kigge ind og se, hvordan det står til i bofællesskabet. Måske arrangerer vi koncerter eller foredrag, som alle udefra kan deltage i. **Bofællesskabet giver alle muligheder for at udfolde sig.**

Alt det nævnte er jo for os drømme, men der findes masser af fungerende bofællesskaber rundt omkring i Danmark, hvor man kan hente inspiration. Se f. eks. på nettet under [www.bofaellesskab.dk](http://www.bofaellesskab.dk). Som nævnt står vi og mangler en grund at bygge på. Heldigvis er kommunen imødekommende, og vi har haft møder med de største politiske partier her i kommunen, og der ligger faktisk nogle muligheder på bordet, som vi arbejder med. Kommunen gør klogt i at have denne positive holdning. For vi tror, at der fremover vil være stor efterspørgsel efter bofællesskaber – også blandt pensionister.

## Er du en af vore nye kandidater og hvad foregår der i Seniorrådet?

*Af Kjeld Bording Johansen*

Der er valg til seniorrådet d. 16. november 2021 - samme dag som kommunevalget og regionsvalget. Vi søger kandidater til det nye Seniorråd.

Seniorrådet/ældrerrådet, som vi her i Allerød har valgt at kalde seniorrådet, da vi mener det er mere korrekt, er et lovfæstet udvalg, der skal varetage de 60+ åriges interesser over for byrådet. Sagt på en anden måde er rådet de 60+ åriges "vagt-hund" over for byrådet i alle sager, der har med ældreområdet at gøre.

Byrådet har ifølge Ministerialtidendes vejledning om ældrerråd nr. 40 af 11. maj 2011 pligt til at høre seniorrådet i alle sager, der har indflydelse på de 60+ årige i kommunen, såvel på boligområdet, plejeboliger, kvalitetstandarder, trafikale forhold og ældrepolitik. Et godt eksempel er udfordringerne der opstod, da TEPMU\* fjernede handicappadserne på M.D. Madsensvej. Her kom vi på banen og fik udpeget erstatningspladser i bymidten, der tog hensyn til netop denne type borgeres behov.

Rådet er valgt for en 4 års periode og består af 9 valgte medlemmer. Dette er et passende antal, når man tager alle de opgaver rådet arbejder med i betragtning. Der er et møde om måneden, forud for SVBU\*\*-mødet, så rådets høringssvar er klar til dette møde. Vi har bla. været med til at udforme kommunens ældrepolitik.

Seniorrådet står også for den populære Seniorbio, der under normale forhold årligt kører et antal særvisninger i Allerød Bio af 6 udvalgte film til en favorabel pris. Det er seniorrådets opgave at stå for disse forestillinger.

Et antal af rådets medlemmer deltager 2 gange årligt i prøvespisning hos MAD til hver DAG i Hillerød, for at sikre en tilfredsstillende kvalitet og et passende udvalg.

Udover disse faste opgaver er der også mulighed for at påvirke ældrepolitikken i kommunen gennem det mangeårige samarbejde med seniorråd/ældrerråd i de nordsjællandske kommuner, samt i samarbejdet med Danske Ældrerråd, hvor vi kan påvirke ældrepolitikken på landsplan.

Jeg vil opfordre alle, der er 60+ på valgdagen og har interesse i ældreområdet, til at overveje at stille op til seniorrådsvalget og dermed få medindflydelse på ældreområdet i Allerød og dermed sikre Allerøds ældre en god 3. alder fremover. Vi har nedsat udvalg, der svarer til byrådets udvalg. Det letter arbejdet med høringssvarene, og man har kunnet vælge at arbejde med de områder, man har mest interesse eller erfaring med.

Rådets mål er, at det skal være godt at blive ældre i Allerød, både i fritidslivet og i hverdagen. Især også, hvis man rammes af ulykker eller sygdom, der med et slag ændrer ens hverdag.

Det planlagte 50 års jubilæumsarrangement i Centerhallen, som vi måtte aflyse sidste år på grund af Covid-19, måtte vi igen i år aflyse på grund af forsamlingsforbuddet. Det beklager vi meget, men det er vores håb, at byrådet vil overføre en del af dette beløb samt det fra sidste års aflyste skovtur til vores planlagte skovtur i år.

Årets pensionistskovtur er planlagt til dagene 24. august, 25. august og 2. september, som en hyggelig rundtur omkring Roskilde Fjord med indlagt kromiddag – læs mere om dette i Allerød Nyt. Lad mig slutte dette indlæg med min opfordring til at alle får stemt til seniorrådsvalget. Vi har i mange år haft en imponerende høj valgdeltagelse i Allerød, det håber vi også på i år.

\* TEPMU = Teknik, Erhverv, Plan og Miljøudvalget

\*\* SVBU = Sundhed-, Velfærd- og Beskæftigelsesudvalget



## Valg til Seniorrådet i Allerød 2021

Af Michael Eskedal, Sekretariatet Allerød Kommune

Til november 2021 skal der være valg til Seniorrådet i Allerød Kommune. Seniorrådet skal vælges på demokratisk vis og forbedelserne er nu for alvor i gang. Mere information vil følge i de kommende måneder og henover efteråret i lokalpressen og på kommunens hjemmeside, men her er de vigtigste milepæle beskrevet.

Der er valg til Seniorrådet samme dag, som der er valg til Byrådet og Regionsrådet, så brug muligheden for også at stemme til Seniorrådet.

### Tirsdag den 16. november 2021.

Valget afholdes i nær tilknytning til de øvrige valgsteder, med særskilt markering/skiltning. Valgkort til valget bliver tilsendt, der bliver også mulighed for afgivelse af brevstemme.

Alle borgere, der er fyldt 60 år på valgdagen og har fast bopæl i Allerød Kommune, har stemmeret. Med din stemme giver du den bedste opbakning til Seniorrådet.

Der forventes ca. 7.000 stemmeberettigede i Allerød Kommune til Seniorrådsvalget. Der skal vælges i alt 9 medlemmer og derudover eventuelle stedfortrædere.

Medlemmer og stedfortrædere vælges for perioden 1. januar 2022 - 31. december 2025.

**Kandidater:** Enhver som er fyldt 60 år på valgdagen og er bosat i Allerød Kommune kan stille op til valget som kandidat. Det forventes, at kandidater offentliggøres i oktober 2021. Frist for anmeldelse af kandidatur er foreløbig den 21. september 2021, se mere senere i artiklen.

**Tilforordnede:** Med cirka 7.000 stemmeberettigede er der behov for, at lokale borgere melder sig som valgtilforordnede til at hjælpe Seniorrådet med valget i løbet af dagen. Så har du interesse for valg og vil være med til valgdagen så meld dig gerne allerede nu. Det forventes, at der skal bruges ca. 50 personer og 1. september er foreløbig frist.

**Er det noget for mig?** Kandidatur til Seniorrådet er et personligt valg. Måske er det noget for dig at stille op? Valget er ikke en partiliste opstilling, men direkte personligt valg for de personer, som har interesse for de ældre borgeres velbefindende i Allerød. Der er mange muligheder for at læse mere om Seniorrådets arbejde på Danske Ældreråds hjemmeside <https://danske-aeldreraad.dk/> Derudover er du også velkommen til at kontakte Allerød Kommune med spørgsmål vedr. opstilling. Hvis du ønsker at høre mere om rådets arbejde er du også velkommen til at kontakte formanden Kjeld Bording Johansen eller et af rådets øvrige medlemmer. Konkret, ved du allerede nu, at du vil være med som kandidat eller tilforordnet så skriv gerne en mail til [mies@alleroed.dk](mailto:mies@alleroed.dk) Du bedes anføre fulde navne inkl. efternavn, adresse, post.nr. tlf.nr., skriv gerne kandidat og/eller tilforordnet i emnefeltet.

Seniorrådet varetager ældres interesser på alle områder, som har betydning for dem. Det er trivsel i kommunen, herunder sociale, kulturelle, trafikale, bolig- og byplanmæssige forhold. Det forebyggende arbejde er også en vigtig del af Seniorrådets virksomhed.

Seniorrådet er etableret ifølge Retsikkerhedslovens §§ 30-33.

Hold øje med lokalpressen i august/september måned og med Allerød Kommunes hjemmeside [www.alleroed.dk](http://www.alleroed.dk) for mere information om det kommende valg.

## Fuglene flyver i flok, når de er mange nok

af Helen Nielsen

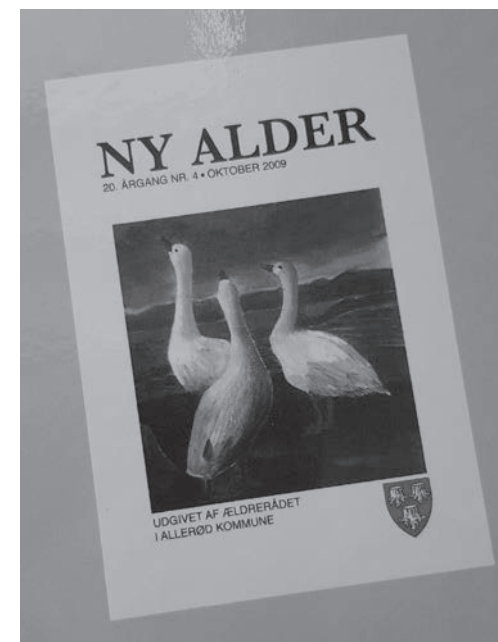
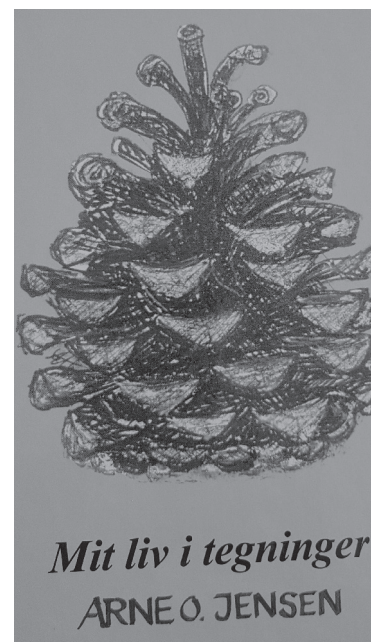
Og i flok flyver de i den bog, jeg sidder med i hænderne. Stroferne er fra et digt af Benny Andersen, og de passer til dette pragteksempel af en bog med titlen: Mit liv i tegninger af Arne O. Jensen. Gennem snart mange år har Arne O. glædet os med sine tegninger. I efteråret 2016 udstillede Arne sine tegninger i den store sal på Allerød bibliotek, og herfra er billederne.

Vi var mange, der mødte op til ferniseringen, og vi nød den rige fond af billeder af blandt andet fugle, der så at sige fløj ud fra væggen.

- og nu har han gjort det igen! En bog af format sidder jeg med i mine hænder, og bladrer jeg i den, flyver fuglene igen, og der er mange nok. Denne gang er det fra det kraftige glittede papir i denne overdådige bog på 239 sider i A4- format.



Bogen har titlen: Mit liv i tegninger, og den er tilrettelagt af Arne O. og Per Jacobsen. Arne O. er en lokal tegner her i Allerød, og Seniorrådet har igennem årene brugt hans tegninger i bladet Ny Alder, og de har været med til at gøre Ny Alder til et indbydende blad. Ganske stolte er vi da også over at være med i bogen, i forordet og på bagsiden, der prydes af et billede af Ny Alder – sammenkædningen er tydeliggjort, og vi er kommet i fornemt selskab.



Bogen udgives i anledning af Arne O.'s 90- års fødselsdag og til minde om Arnes afdøde hustru.

Bogen kan købes hos boghandleren.

**Seniorrådet ønsker stort tillykke med udgivelsen.**

## Møde d. 28. maj 2021 med ledelsen for Hillerød Sygehus

af Kjeld Bording Johansen

Emne: Seniorrådets bekymring i forbindelse med erfaringer med ældre og især enlige patienters hjemsendelse efter behandling i Akutmodtagelsen.

Jeg var sammen med Seniorrådets sundhedsudvalg, direktør Morten Bøgelund og sundhedschef Helle Petersen fra Allerød kommune til dette møde med Hospitalsdirektør Bente Ourø Rørth m.fl. Det var et godt og konstruktivt møde, hvor vi fremlagde vores bekymring over at se, at en række borgere befandt sig i uheldige, grænsende til nedværdigende/potentielt farlige situationer efter hjemkomst fra sygehusets akutmodtagelse.

Vi orienterede dem om, at vi har kendskab til de retningslinjer, der er på plads for at sikre en god sektorovergang i samspil med indlagte patienters hjemkommuner.

For os ser det derfor ud til, at problemerne opstår i forbindelse med patienter, der kommer til skade og henvender sig i akut-modtagelsen, hvor de enten "vendes i døren" eller måske ved behandling og undersøgelser ender med at tilbringe et længere antal timer inden de sendes hjem. Det er her vi har set flere tilfælde på problemet og det var seniorrådets håb for mødets udfald, at vi ville nå til en fælles forståelse af situationen, og dermed kunne forebygge lignende tilfælde i fremtiden.

Det var åbenbart korrekt og vi fik besked om, at sygehuset gav os ret i flere af vores synspunkter og vi sagde derfor med glæde ja til at deltage i den arbejdsgruppe, der vil se på udfordringerne og bl.a. forbedre informationsmateriale om midlertidige hjælpemidler og sikre en mere patientvenlig hjemsendelse fra akut-modtagelsen på Hillerød Sygehus.

Et arbejde Seniorrådet ser frem til at bidrage til.

## Senior-IT Allerød

### Program for efteråret 2021 Med forbehold for coronarestriktioner

**Senior IT** er en organisation af frivillige, ulønnede IT-kyndige, der underviser og hjælper Allerøds seniorer og førtidspensionister med at anvende IT.

**Kurser, workshops og studiekredse** afholdes i "Pensionisthuset", 1. sal over Biblioteket, hvor Senior IT har undervisningslokaler.

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

**IT-hjælp i hjemmet:** Koster min. 100 kr. pr. gang. Anmodning om besøg sker til *Hans Clemensen* 2180 0127, *Per Alban Hansen* 2330 6905 eller *Erik Ahlquist Persson* 2068 7704.

**Åbent Hus:** Perioden januar-maj og september-medio december. Gratis IT-hjælp til seniorer og førtidspensionister, der har brug for hjælp, når PC, tablet, mobil eller digital postkasse driller. Det kan være vejledning, rådgivning eller starthjælp i forbindelse med brug, anskaffelse eller ved mindre tekniske problemer.

Der er åbent hus, men check den opdaterede hjemmeside, om der er særlige forbehold:

Onsdag i IT-lokalet kl. 10:00-12:30

Kontakt *Torben K. Jensen* 4025 8636 eller sms.

**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)**

**Planlagte kurser og workshops:  
(sorteret efter ugedag og tidspunkt)**

**PC -startkursus – mandage 9.30-11.30**

(6 gange, start 6. september, 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 1. november, 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 13. september, 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 Internettet.

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

**CEWE Fotobog – mandage 12.00-14.00**

(6 gange, start 13. september, 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

**Slægtsforskning – mandage 15.00-17.00**

(8-10 gange, start 6. september, IT-lokale)

Lær at bruge rigsarkivets indscannede arkivalier, som kirkebøger, skifter mm. Kendskab til almindelig brug af PC med adgang til internet forudsættes.

**Hold 622:** *Agnete Thorvardarson*, tlf. 3113 1985,  
mail: nete.thor@gmail.com

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

(3 gange, start 22. september, Lokale C)

Kurset er specielt rettet mod kursister, der er svagtseende eller føler, at de har det svært med mobiltelefonens små taster.

Stemmestyling 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 15. september, IT-lokale)

Tilpasning af Windows 10 til eget brug. Hente nye programmer og fjerne uønskede. Muligheder i "Skyen". Sikkerhed og backup. Tips og tricks.

**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**

(8 gange, start 15. september, 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 16. september, 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 16. september, 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 28. oktober, 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

**Excel-online regneark - torsdage 12.00-14.00**

(4 gange, start 25. november, IT-lokale)

Workshop med plads til individuelle ønsker, omhandler de grundlæggende principper, startende med et budgets-kema, der udbygges med andre funktioner.

**Hold 625:** *Bjarne Calundann*, tlf. 5240 3971,  
mail: b.calundann@icloud.com

**Studiekredse:**

**Slægtsforskning:** (IT-lokalet)

**Hold 405:** tirsdage 17.00-19.00, start: 14. september.  
*Keld Kildeskov*, 2176 1791

**Hold 404:** onsdage 15.00-17.00, start: 8. september.  
*Bodil Thomasberg*, 4814 2793

**Hold 408:** fredage 09.20-11.20, start: 17. september.  
*Bendette Hydeskov*, 2651 7988

**Hold 409:** fredage 11.40-13.40, start: 17. september.  
*Bendette Hydeskov*, 2651 7988

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

**Hold 407:** onsdage 12.30-14.30 start: 8. september.  
*Bodil Thomasberg*, 4814 2793

**Videoproduktion:** (Lokale C)

**Hold 402:** fredage 10.00- 12.00 start: 17. september.  
*Kai Møller Pedersen*, 5378 1088

**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.

**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.**

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 bestræbt sig på at indsamle kontaktoplysninger om 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: lonedal@city.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: Helle Stage  
Tlf.: 26 81 74 17 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 Mangor Schmidt  
Tlf.: 30 42 68 93 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.parkinsonnordsj.dk)  
Kontaktperson: Ole Kræmmer  
Tlf.: 40 89 48 10 E-mail: ole.kremmer.ole@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

**De frivillige på Lyngehus**  
Kontaktperson: Minna Juntunen  
Tlf.: 21 68 70 68 E-mail: minna48juntunen@gmail.com

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

**Frivillighed og Medborgerskab Allerød**

Kontaktperson: Alice Silkjær

Tlf.: E-mail: frivillig.alleroed@outlook.dk

**Hjerteforeningen** (<https://lokal.hjerteforeningen.dk/alleroed>)

Kontaktperson: Lilla Voss

Tlf.: 22 98 78 65 E-mail: hjerter.alleroed@gmail.com

**Kræftens Bekæmpelse** ([www.cancer.dk](http://www.cancer.dk))

Kontaktperson: Henrik Holck Skov

Tlf.: 21 27 47 95 E-mail: henrik@holck-skov.dk

**Lillerød Bridgeklub** ([www.bridge.dk/2168](http://www.bridge.dk/2168))

Kontaktperson: John Sonberg

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

**Lillerødkoret** ([www.lillerødkoret.dk](http://www.lillerødkoret.dk))

Kontaktperson: Olav Christensen

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

**Lokalhistorisk Arkiv & Forening** ([www.lafak.dk](http://www.lafak.dk))

Kontaktperson: Birthe Skovholm

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

**Lynge Seniorklub**

Kontaktperson: Henning Buch

Tlf.: 23 10 58 90 E-mail: buchhenning@yahoo.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](http://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/bestyrelse](http://www.rodekors.dk/afdelinger/alleroed/bestyrelse))

Kontaktperson: Maria Lidlgruber Agertoft

Tlf.: 20 58 58 65 E-mail: maria@agertoft.com

**Rønnholtparkens Glade Sanglærker**

Kontaktperson: Jakob Becker

Tlf.: 30 28 07 54 E-mail: becker1@webspeed.dk

[www.roenneholtparken.dk/rag-og-fritid/sanglaerkerne](http://www.roenneholtparken.dk/rag-og-fritid/sanglaerkerne)**Sct. Georgs Gildet i Allerød** ([www.sct-georg.dk](http://www.sct-georg.dk))

Kontaktperson: Lisbeth Skovgaard

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

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

**Visens Venner Allerød (VVA)** ([www.visensvennerallerød.dk](http://www.visensvennerallerød.dk))

Kontaktperson: Hanne Kiær

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

**Vandgymnastikklubben "Gyldenspjæt"**

Kontaktperson: Irene Nielsen

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

**Ældre Sagen i Allerød** ([www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/alleroed](http://www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/alleroed))

Kontaktperson: Jens Jacob Krintel

Tlf.: 61 83 77 64 E-mail: jens.jacob.krintel@dadlnet.dk

## Seniorfilm klubben 2021/2022

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

21. 22. og 23. sept. 2021	<b>Systembryder</b>
26. 27. og 28. okt. 2021	<b>Portræt af en kvinde i flammer</b>
23. 24. og 25. nov. 2021	<b>Madklubben</b>
25. 26. og 27. jan. 2022	<b>Retfærdighedens ryttere</b>
22. 23. og 24. feb. 2022	<b>The Farewell</b>
22. 23. og 24. marts 2022	<b>Little Women</b>

**Billetsalget foregår i Biografen 1. september kl. 10-12.**

Prisen for de 6 forestillinger er 270 kr. Husk der skal betales med kontanter. Har du en billet fra sidste sæson, kan den refunderes med 40 kr. ved køb af nye billetter.

*Seniorfilmudvalget under Seniorrådet er:*

*Formand Dorte Hansen, Carl-Erik Østberg og Jens Jacob Krintel*



### Madklubben- 23. 24. og 25. november 2021

I den danske komedie Madklubben har de tre veninder Marie, Vanja og Berling kendt hinanden lige siden skoletiden. Kvinderne er i deres livs efterår og slås med hver deres. Marie bliver forladt af sin mand juleaften, Berling er den evige single, som fornægter alder og lever det søde liv, mens Vanja lever i minderne om sin afdøde mand.

Instruktør: Barbara Topsøe-Rothenborg.

Spilletid 98 min.



### 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?

Matematiknørd 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.



### Systembryder – 21. 22. og 23. september 2020

Den 9-årige Bernadette bliver kastet mellem forskellige institutioner, der ikke kan håndtere hendes udbrud af raseri og barske ydre. Det eneste hun ønsker, er at bo med sin mor igen, men moderen er ikke i stand til at håndtere sin datters uberegnelige opførsel.

Filmen modtog Sølvbjørnen (Alfred Bauer Prize) for bedste film i 2019.

Spilletid 125 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 Wang. Spilletid: 100 min.



### Portræt af en kvinde i flammer – 26. 27. og 28. oktober 2021

Et passionerede møde mellem to kvinder i 1770'ernes Frankrig. Den unge portrætmaler Marianne sejles til en afsidesliggende klippeø for at udføre en mystisk opgave. Hun skal male et portræt af den smukke Heloise – uden at hun opdager det! Céline Sciammas hovedværk.

Spilletid 119 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.

# 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**

Askevungen 48, 3450 Allerød  
Tlf. 6183 7764, mail: [jens.jacob.krintel@dadlnet.dk](mailto:jens.jacob.krintel@dadlnet.dk)