

EGEN

NR. 100 – APRIL 2025



Sportsvej

 **GLOSTRUP**
K O M M U N E
Seniorrådet

REDAKTION

Gunnar Hagstrøm
Tlf. 43 45 80 32
E-mail:
Redaktion.Egen@outlook.dk

Redaktionsudvalget:
Jeanette Fisk
Helle Martinsen
Lotte Olsen

Stof til EGEN Juni
udgave skal være redaktionen i
hænde senest 30 april 2025.

EGEN udsendes 3 gange årligt.
APRIL
SEPTEMBER
DECEMBER

EGEN trykkes i et oplag på
ca. 4.600 eksemplarer og
udsendes til alle husstande,
hvor mindst en borger er over
60 år, bosiddende i Glostrup.

Indlæg i EGEN dækker ikke
nødvendigvis Seniorrådets
holdning.

Tryk:
Hellbrandt A/S Trykcenter
Tlf. 36 34 05 55

Forsidefoto: Sportsvej



Hvis Egen
udebliver, kan du
skrive til
Jeanette Fisk:
Jeanette1954@gmail.com



INDHOLD

Siden sidst	04
Senior Sommer Træf	10
Tilbud til mennesker med demens	11
Kommunens Skovture 2025	13
Hvor går jeg hen med min sorg	15
Røde Kors Parat	16
Åben senior vejledning	17
Frivillige Aktivitetscentret	18
Hvem skal jeg ringe til	20
Seniorrådet	22
Nyttige telefonnumre m.m	23
Andre nyttige informationer	24

SENIORRABAT
10 % på alle
selskabspakker

INVITER TIL FEST...

Skal du holde dit livs fest? Glostrup Park Hotel & Restaurant La Cocotte råder over et bredt udvalg af festlokaler. Vores velrenommerede køkken og vinkælder giver jer sikkerhed for, at også den gastronomiske del af oplevelsen er i top.

Det vil glæde os at få lov til at byde jer og jeres gæster velkommen på Glostrup Park Hotel.

**Book festen på 43 22 18 06 eller skriv
en mail på lacocotte@parkhotel.dk**

Med venlig hilsen
Teamet bag jeres fest
Restaurant La Cocotte, Glostrup Park Hotel



Kontakt os for et skræddersyet arrangement,
der passer til dine forventninger.
PRISER FRA 798,- PR. PERS.



GLOSTRUP PARK HOTEL

**PÅSKEFROKOST
SØNDAG D. 20. APRIL
2025 KL. 12-15**

**398,- PR. PERSON
STOR PÅSKEFROKOST
MED HJEMMELAVEDE
SPECIALITETER**

BESTIL PÅ 43 22 18 06



SIDEN SIDST...

Af Jeanette Fisk, formand for Seniorrådet

Så blev det vinter med sne og let frost, dejligt med skiftende årstider, især når der er forskel på sommer og vinter.

Vi er inde i en reformtid – i efteråret og her i det nye år har Ældreformen og Sundhedsreformens indhold og mulige konsekvenser, har været til drøftelse i både Danske Ældreråd og i Regionsældrerådet.

Glostrup Seniorråd har deltaget i møder afholdt i Regionsældrerådet og Danske Ældreråd, hvor især Sundhedsreformen har været på dagsordenen. Ifølge Sundhedsreformen sammenlægges Region Sjælland og Region Hovedstaden til én region – Region Øst, så vi fremover kun får 4 regioner: Nordjylland, Midtjylland, Syddanmark og Østdanmark. Der oprettes 17 sundhedsråd fordelt i de 4 regioner – 2 i Nordjylland, 5 i Midtjylland – 4 i Syddanmark og 6 i Østdanmark. Politikere fra regionsrådene og politikere fra de omkringliggende kommuner, får

et fælles ansvar for at Sundhedsvæsenet kommer til at fungere.

For Glostrup Kommune betyder det, ifølge Barbara Lisemose, Centerchef for Sundhed og Velfærd at:

- Glostrup Kommune vil høre under Region Øst jf. ovenstående
- Der etableres et Sundhedsråd for Vestegnen + Sydamager med ansvar for alle sundhedsopgaver i området. I Sundhedsrådet sidder regionsrådsmedlemmer og 1 politiker (borgmester el. formand) fra hver kommune. Sundhedsrådet hedder "Hovedstaden Syd vest"
- **Der flyttes opgaver fra kommune til/region/sundhedsråd vedrørende:**
- Akutsygepleje som i dag varetages af Fælles akutfunktionen, som er et samarbejde mellem Vallensbæk, Høje Taastrup, Albertslund og Glostrup.



25% rabat
til dig
over 60 år
på hele brillen

**Gratis
synstest**
med
sundhedstjek

Louis Nielsen

Glostrup
Hovedvejen 98 · Tlf. 9632 5224

**Bestil synstest
på louisnielsen.dk**

Hvis du er over 60 år, får du 25% rabat ved køb af stel fra 195 kr. Gælder stel, glas og tillæg. Standard enkeltstyrkeglas (indeks 1,5) er med i prisen. Kan ikke kombineres med 2for1 og andre tilbud. Gratis synstest med sundhedstjek ekskl. OCT (digitalt 3D-scan)



- Nogle af de midlertidige pladser på Digevang, som bliver til Sundheds- og omsorgspladser.
- Patientrettet forebyggelse og specialiseret rehabilitering. Der nævnes, at det primært er den patientrettede forebyggelse, regionen skal overtage, men det er stadig for tidligt at se, hvad den præcis vedrører.
- Der indføres "kronikerpakker" for et antal lidelser/diagnoser. Her vil der være tilbud om hurtigere udredning og behandling, samt forebyggende indsatser.
- Bedre lægedækning generelt: 96 timers behandlingsansvar efter udskrivning, læger på alle plejehjem og botilbud.
- Bedre digitale løsninger: f.eks træning, kontroller m.m, kan ske via skærmløsninger.
- Nemmere adgang til hjælpemidler fra region/kommune, så der ikke skal være tvivl om, hvem der skal udlevere hvad.

Tidsplan:

- Lovgivning og forberedelse i 2025
- Implementering i 2026
- Ikrafttræden i 2027
(med mulighed for udskydelse til 2028)

Glostrup Apotek

Apoteket tilbyder gratis medicinsamtaler

Spørg os
på apoteket - og
læs mere om vores
forskellige
sundhedsydelser på
[www.glostrup-
apotek.dk](http://www.glostrup-
apotek.dk)



Medicinsamtale - ny diagnose

Hvis du indenfor de seneste 6 måneder har fået ordineret medicin i forbindelse med diagnosticeringen af en kronisk sygdom, kan vi tilbyde dig en medicinsamtale. Samtalen skal hjælpe dig godt i gang med din nye behandling. Vi sætter fokus på viden, vaner og vanskelige situationer.

Medicinsamtale - udfordringer med at tage medicin

Har du haft en kronisk sygdom i over et år og oplever problemer med at tage din medicin, kan du få en medicinsamtale med en af vores farmaceuter. Samtalen hjælper dig til gode medicinvaner og giver dig f.eks. viden om virkemåde og mulige bivirkninger. Vi sætter fokus på, hvad du skal gøre i vanskelige situationer og finder svar på dine spørgsmål til medicinen.

Apoteker Kristian Østergaard



Velkommen på dit lokale apotek!

Glostrup Apotek & Apoteket Glostrup Shoppingcenter
Tlf. 43 96 00 20

Det er så oplægget og aftalen om Sundhedsreformen, så vidt Seniorrådet har forstået. Nu skal reformen så implementeres i 2026 og træde i kraft i 2027 – så der er et stykke vej endnu.

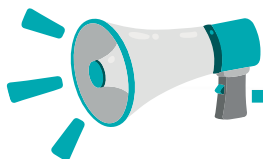
Først i februar d.å. deltog Seniorrådet i et ekstraordinært repræsentantskabsmøde i Danske Ældreråd. Mødet var arrangeret på baggrund af finanslovsaftalen for 2025, hvor det er besluttet, at de 2,4 mio.kr. årligt – som Danske Ældreråd hidtil har modtaget fra staten, fremover vil blive udbetalt til kommunerne via bloktilskuddene. Danske Ældreråd har siden 2011 modtaget et statsligt driftstilskud, som har været anvendt til rådgivning og uddannelse af Ældre- og Seniorråd på landsplan. Tilskuddet har udgjort en meget stor del

af Danske Ældreråds finansiering og været en forudsætning for organisationens eksistens.

På mødet blev landets Ældre og Seniorråd enige om, at de øremærkede 2,4 mio.kr. – under forudsætning af, at de prioriteres til Ældre- og Seniorrådene – skal kanaliseres videre til Danske Ældreråd via et driftsbidrag kontingent fra kommunerne. Mødet afsluttedes med, at der blev udarbejdet et fælles forståelsespapir, som siden er underskrevet af 98 Ældre- og Seniorråd. Vi må så håbe, at man vil have samme forståelse for det ude i kommunerne?

Indtil da kan vi glæde os over, at vi går mod lysere tider, i hvert fald hvad vejret angår.





Folkepension bliver ikke udbetalt automatisk – du skal derfor selv søge.

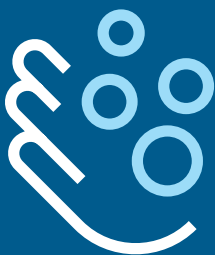
Du kan søge folkepension et halvt år inden, du når folkepensionsalderen.

Du skal søge folkepension via
www.borger.dk/folkepension

Hvis du ikke kan søge folkepension digitalt, er du velkommen til at kontakte Borgerservice.

Forebyg smitte

Luftvejsinfektioner, som influenza og coronavirus, spredt sig bl.a. via håndtryk eller små dråber fra hoste og nys. Beskyt dig selv og andre med disse to råd.



**Vask dine
hænder ofte**



**Host eller nys
i ærmet**

sst.dk



HJEMMELAVET FÆRDIGRETTER & DAGENS RET

Hos Hansens kødsalg og
Frokosthuset glentevej kan du
købe færdigretter på køl eller fra
frost

Færdigret Menu.

Gullasch, Bøf Stroganoff, kylling i
Karry, Boller i Karry, Skinkekød i
karry, Millionbøf,
Paprikagryde, Jægergryde, kotelet
i Fad, Lasagne, Ris eller

Kartoffelmos

Stor ret 69,-

Lille ret 40,-

Vi levere fra 25,-

Vi har dagens ret fra mandag-
fredag med forskellige retter,

Menuen kan hentes på

Glentevej 13 2600 Glostrup

Tlf 42 23 82 52 - 41 43 43 93

ORIENTERING FRA KOMMUNEN

Senior Sommer Træf 2025



Mandag den 23. juni åbner Aktivitetscentret endnu engang dørene for en uge i fællesskabs- og kulturens tegn. Senior Sommer Træf er et lokalt sommerferietilbud for hjemmeboende pensionister 60+ og førtidspensionister bosat i Glostrup Kommune. Tilbuddet er særligt målrettet dig, der gerne vil danne nye relationer og føler, at sommerferieperioden kan være lang og kedelig.

På Senior Sommer Træf er der rig mulighed for at socialisere og skabe nye bekendtskaber. Desuden får du en god indgang til kultur- og fritidslivet i Glostrup og får mulighed for at stifte kendskab til nogle af de mange spændende tilbud, der er i kommunen.

Tilmelding: Du ansøger om at deltage i Senior Sommer Træf ved at udfylde et digitalt ansøgningsskema, som du finder på **www.glostrup.dk/sommertraef** - der er 45 pladser.

Er du ikke digital, kan du udfylde et fysisk ansøgningsskema, som afhentes i caféen i

Aktivitetscentret, Sydvestvej 10-12, mandag til torsdag 8.30 – 16.00, fredag 8.30 – 14.00.

Ansøgningsfristen er 1. maj 2025. Får du tilsagn om plads på Senior Sommer Træf, vil du få tilsendt en faktura.

Hvornår: Uge 26 fra mandag den 23. til fredag den 27. juni – alle dage fra 9-14.30 i Aktivitetscentret.

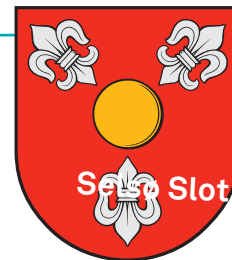
Pris: 550 kr. Billetten inkluderer foredrag, workshops, udflugt og fuld forplejning eksklusive drikkevarer til maden.

Følg med i programmet på **www.glostrup.dk/sommertraef**

Har du spørgsmål, kan du henvende dig til Kultur, Idræt og Fritid på: 21 48 53 22 eller kultur@glostrup.dk

Arrangementet er et samarbejde mellem Glostrup Kommune og FOF Københavns Omegn samt en række andre lokale kræfter.

ORIENTERING FRA KOMMUNEN



Tilbud til mennesker med demens og deres pårørende

Af Maria Bøttcher, demenskonsulent i Center for Sundhed og Velfærd

Jeg er ansat som demenskonsulent i Glostrup kommune og kan tilbyde rådgivning og vejledning til mennesker med demens og deres pårørende. Jeg afholder forskellige aktiviteter og tilbyder undervisning til både pårørende, frivillige og samarbejdspartnere. Glostrup Kommune er en demensvenlig kommune.

Jeg afholder demensskole for pårørende, i samarbejde med Albertslund kommune og har løbende pårørendegrupper, fra april og frem til juni.

Jeg håber, at der her kan dannes fællesskaber, som kan fortsætte efterfølgende, hvor de pårørende selv fortsætter med at mødes.

Demenscaféen afholdes hver 3. mandag i måneden kl. 14-16 sammen med Ældresagen - se hjemmesiden for datoer og indhold. Foregår i Solkrogen 1 sal. (med elevator) på Sydvestvej 12.

Som Demenskonsulent har jeg mange forskellige samarbejdspartnere, bl.a. dagcentrene, træningscentret, Ældrecentrene, hjemmeplejen, hjemmesygeplejen, visitationen, forebyggelseskonsulenten, Ældresagen og mange andre, som giver mig mulighed for at give den rette vejledning, om hvor man kan få den rette hjælp.

Se mere på Glostrup kommunes hjemmeside, eller kontakt mig i tlf. tid – alle hverdage ml. kl. 8.30-9.30.

Maria Bøttcher
tlf. 91 16 56 16





ORIENTERING FRA KOMMUNEN

Skovture for dig i maj 2025, der er pensionist 60+ eller førtidspensionist og bor i Glostrup Kommune

Skovture for selvhjulpne pensionister 60+ eller førtidspensionister bosat i Glostrup Kommune. Der arrangeres en særskilt skovtur med liftbusser.

Traditionen tro arrangerer Glostrup Kommune igen skovture i maj. Denne gang går turen til Gerlev Kro i Hornsherred. Kroen vil danne ramme om en hyggelig dag med to-retters menu, musik og godt selskab. Vi starter med kaffe og kringle på kroen. Herefter er der en valgfri tur med omvisning på det smukke herregårdsmuseum Selsø Slot, der ligger 15 minutters kørsel derfra. Bemærk, der er trapper på stedet. Du kan også vælge blive på Gerlev Kro og nyde de flotte omgivelser og den hyggelige gårdhave (evt. drikkevarer er på egen regning). Når alle er godt tilbaget, skal vi nyde en god frokost.

Forretten består af varmrøget laks pyntet med rejer og serveres med brød og smør. Til hovedret får vi kalvesteg stegt som vildt, serveret med halv fersken med gelé, sukkerbrunede- og hvide kartofler & vildtsauce

samt surt, sødt og waldorfsalat. Der følger vand og en gratis genstand med til maden. Om eftermiddagen er der kaffe og lagkage. Under middagen og kaffen, vil der være live-musik, fællessang og mulighed for dans.

Der er tre skovture – hvilken en vil du med på?

Onsdag den 7. maj

Torsdag den 22. maj

Tirsdag den 27. maj

Køb din billet på

www.glostrup.dk/skovtur

Billetpris er 350 kr.

Billetsalget er åbent fra den 16. marts til den 21. april. *Når du har købt billetten, får du en kvittering. Det er din billet til skovturen.*

Har du brug for hjælp til at købe billetten, så kom forbi Glostrup Bibliotek. Personalet står klar til at hjælpe dig fra den 17. marts kl. 10. **"Betaling kun muligt med dankort"**



EGEN

ORIENTERING FRA KOMMUNEN

» Fortsat fra side 13

Afgang sker fra busholdepladsen bag Glostrup Fritidscenter, Christiansvej 2, kl. 09.00. Hjemkomst ca. 17.30.

Skovtur med liftbusser torsdag den 15. maj
Skovtur med liftbusser er for hjemmeboende pensionister, der af forskellige helbreds-mæssige årsager ikke kan deltage i de øvrige skovture. Denne tur er lidt kortere, og vi bliver på Gerlev Kro og nyder de flotte omgivelser. På turen er der mulighed for hjælp, da der deltager hjælpere efter behov. Turen starter kl. 10 og hjemkomst ca. kl. 17. Der kører liftbusser fra ældreboligerne ved Nordre Ringvej/ hjørnet af Vestervej og Lilliendalsvej 17 samt Kildegården, Asylvej 31 og Stenager 6.

Billetpris er 350 kr.



Tilmelding: Du tilmelder dig skovturen med liftbusser ved at ringe til Center for Kultur, Idræt og Fritid til 24 46 90 48 (Julie) eller 29 17 35 40 (Jette).

Efter tilmelding modtager du en faktura i din E-Boks eller med posten, hvis du er fritaget for digital post. Vil du vide mere?

Se mere på **www.glostrup.dk/skovtur** eller kontakt Center for Kultur, Idræt og Fritid på kultur@glostrup.dk eller ring på 24 46 90 48 (Julie) eller 29 17 35 40 (Jette),

ORIENTERING FRA KOMMUNEN

Hvor går jeg hen med min sorg?

Af Charlotte Birch-Rasmussen, forebyggelseskonsulent og sorgrådgiver.

Det er en livsomvæltende oplevelse at miste en ægtefælle, og det er de færreste, som går igennem livet uden at opleve at miste.

I Glostrup Kommune er der mulighed for, at borgere over 65 år kan få hjælp til at håndtere sorgen gennem samtale. Dette tilbud er ikke lovpligtigt, men en mulighed som Glostrup kommune vælger at tilbyde borgerne, og som understøtter kommunens kerneværdi om borgerens mestring.

Jeg laver opsøgende arbejde, hvis du er blevet enke/enkemand, men sorgen er ikke mindre, hvis du har mistet et barn/en ven/veninde eller en anden nærtstående, og du er i den situation meget velkommen til at kontakte mig.

Man kan få en individuel samtale ved mig, hvor jeg lytter til din situation, rådgiver dig på baggrund af sorgteori og vurderer, om du bør opsøge mere hjælp, f.eks. via egen læge, have flere individuelle samtaler med mig, eller om du vil deltage i den ene af de to samtalegrupper, som mødes 1 gang om ugen på Aktivitetscenter Sydvestvej.



Jeg kan kontaktes på telefon 51 28 36 41, på mail: charlotte.birch-rasmussen@glostrup.dk eller ved åben seniorvejledning onsdage kl. 13-14 på Aktivitetscenter Sydvestvej.



Få hjælp af Røde Kors Parat

Røde Kors Parat er et landsdækkende hjælpenetværk af frivillige. De træder til og hjælper med tidsbegrænsede opgaver, når der er brug for dem.

Ring 35 29 96 60 mandag-fredag fra kl. 10-15

eller udfyld formularen på www.rodekors.dk/parat hvis du har brug for hjælp.
Du er også meget velkommen til at tage kontakt, hvis du ønsker at blive ParatHjælper.

HVAD KAN JEG FÅ HJÆLP TIL?

Du kan få hjælp hos Parat, hvis du har brug for hjælp her og nu.

Frivillige parathjælpere kan hjælpe dig med at købe ind, hente medicin, følge dig til lægen og vaccinationer, oversætte breve, samle et møbel, en god snak og alt muligt andet.

Hjælpen er som udgangspunkt enkeltstående eller tidsbegrænset, men du er altid velkommen til at kontakte os, så forsøger vi at finde en løsning.

Vi hjælper IKKE med børnepasning, rengøring eller tøjvask.

FRISØRBEHANDLING TILBYDES I EGET HJEM

Rimelige priser

Frisør Ulla Brask
Tlf: 43 44 43 00



De statsautoriserede fodterapeuter er bl.a. uddannet til at behandle følgende problemer:

- Hård hud
- Nedgroede negle
- Nedsunken forfod
- Leddegigt
- Diabetes

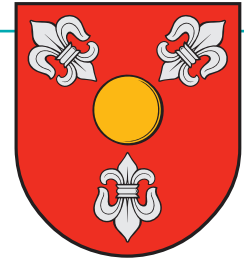


Klinik for
Fodterapi

FODTERAPEUTERNE PÅ GLOSTRUP TORV

GLOSTRUP TORV 1
2600 GLOSTRUP
TELEFON 61 67 06 33

VI HAR IKKE LÆNGERE YDERNR.,
MEN TILSKUD YDES EFTER GÆLDENDE REGLER
TIL FOLK MED HELBREDSKORT.



ORIENTERING FRA KOMMUNEN



Åben Seniorvejledning

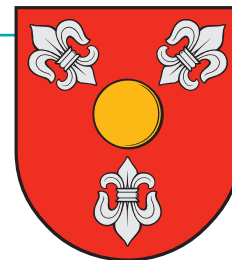
Af Charlotte Birch-Rasmussen, Forebyggelseskonsulent, Center for Sundhed og Velfærd, Glostrup Kommune.

Åben Seniorvejledning er et tilbud til alle seniorer i Glostrup Kommune. Her har du mulighed for at møde Kommunens forebyggelseskonsulent, Charlotte Birch-Rasmussen, og få råd og vejledning i forhold til din hverdag som senior. Du kan også få relevant information om aktiviteter og muligheder som senior i Glostrup Kommune. Åben Seniorvejledning foregår hver onsdag i tidsrummet kl. 13-14 i Caféen på Aktivitetscentret, Sydvestvej 10-12

Det er muligt at aftale en individuel seniorsamtale eller sorgstøttesamtale, hvis du har behov for det. Til Åben Seniorvejledning kan du også henvende dig med en bekymringshenvendelse, hvis du f.eks. er bekymret for en nabo eller pårørende, som bor i kommunen.

Ønsker du at høre mere, eller har du et spørgsmål? Så er du altid velkommen til at kontakte forebyggelseskonsulent, Charlotte Birch-Rasmussen på tlf.: **43 23 66 82** eller **51 28 36 41**.





Frivillige kræfter i Glostrup kommunes Aktivitetscenter byder på værdi for mange

Blot fordi helbredet eller alderen ikke gør det muligt at varetage et betalt arbejde, så vil de fleste af os gerne blive ved med at vise, at vi duer til noget. Vi mennesker vil ikke, og skal ikke skal sættes i bås.

Til trods for at der hver uge er omkring 400+ besøgende igennem kommunens Aktivitetscenter for seniorer 60+, førtidspensionister og fleksjobbere på Sydvestvej, er der kun ganske få ansatte på lønningslisten. Aktivitetscentrets brugere er nemlig langt hen ad vejen selv primus motor på al undervisning, arrangementer og aktiviteter bag disken i cafeen og i køkkenet.

Uden deres frivillige kræfter var der ganske enkelt ikke en så spændende og alsidig vifte af tilbud. Mange kommer ind ad døren for at nyde, men ender efter nogen tid med også at yde, i større eller mindre grad. I bund og grund fordi vi alle trives bedst med, at nogen har brug for os, og fordi vores gerninger er med til at give identitet og tilhørsforhold.

De ressourcer I borgere har, kan give stor værdi for nærsamfundet. Folk, der ikke altid ses som et aktiv, har her i huset en mulighed for at blande sig og skabe værdi i nye rammer. I kan udfolde jer og vise vejen for andre.

De mange frivillige gerninger spreder sig som ringe i vandet og giver dønninger længere ud til andre befolkningsgrupper. Det er forunderligt at være leder for de ca. 70 frivillige Glostrup borgere i centret, der så rundhåndet giver af deres tid og ressourcer til gavn for så mange.

Det er i høj grad samfundssind. Kender du ikke allerede huset, så kom forbi og mærk stemningen. Vores nye program er på gaden. Hold dig gerne opdateret om centrets aktuelle åbnings-situation og tilbud via vores program, som du kan hente i cafeen eller se på hjemmesiden: **aktivitetscentersydvestvej.glostrup.dk**

Du kan også ringe på 23 82 10 99.
Lone Grannon/Leder

HERRETØJ FRA SKRÆDDEREN

Vi har kæmpe udvalg, byens største, også til manden der er blevet lidt ældre og STORE størrelser.

Stort udvalg i Meyer og Sunwill bukser. Bukser købt hos os, gratis oplægning.
Skjorter fra bla. Eterna og Boswell. Strømper uden elastik. Bukser med elastik i linning, velegnet til stomi.

Hjemme besøg muligt, ved aftale i god tid.

OGSÅ TØJ TIL STORE MÆND

SKRÆDDEREN

DU GÅR IKKE FORGÆVES!



Kør lige til døren · Kirkebjerg Allé 2 · Glostrup · Tlf. 43 96 28 65
Skraedderen.dk

Lokale bedemænd i **GLOSTRUP**



Katja Rohde og Per Hansen

43 96 00 83

Træffes hele døgnet

Forudbetalt Begravelse

- planlæg din begravelse på en god og værdig måde

Med en forudbetalt begravelse betyder det, at meget er aftalt på forhånd, samt at der er betalt for bedemandens ydelser og service. Dette uanset hvor gammel du bliver, og uanset hvor meget priserne stiger, så har du med en Forudbetalt Begravelse sikret dig bedemandens service og produkter til dagens pris.

**Begravelse Danmark er ikke ejet af privatpersoner
– men derimod af de flere end 40.000 opsparende i
Begravelseskassen Danmark.**

Læs mere på Begravelseskassen Danmark www.forudbetalt.dk



Du er altid velkommen i vores forretning
for mere information eller for at få et gratis
eksemplar af **Min sidste Vilje**



Begravelse
Danmark

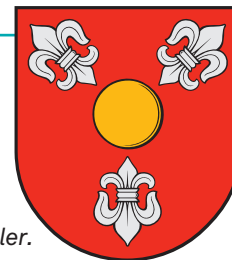


Mød os på Hovedvejen 127

ORIENTERING FRA KOMMUNEN

Hvem skal du ringe til?

En oversigt over kontaktnumre til visitationen, leverandører af hjemmehjælp, sygepleje eller hjælpemidler.



Visitationen:

Kontaktes, hvis du ønsker at ansøge om hjemmehjælp til personlig pleje eller praktiske opgaver, ansøge om Flex-trafik, ansøge om plejebolig, ansøge om støtte til merudgifter.

Tlf. 43 23 66 90. Telefontid udvides pr. 1. marts 2025 fra mandag til fredag 08.30-10.30 samt mandag til torsdag 13-14.

Det forventes, at der kommer en call-back funktion, så du kan indtaste dit nummer og blive ringet op.

Den kommunale hjemmehjælp:

Kontaktes, hvis du allerede modtager hjemmehjælp og har spørgsmål til planlægningen.

Tlf. 43 23 66 04.
Telefontid mandag til fredag 8.30-10.30 og 13-14

Den private hjemmehjælp, Hjemmehjælpen A/S:

Kontaktes, hvis du allerede modtager hjemmehjælp og har spørgsmål til planlægningen.

Tlf. 70 20 13 25. Telefontid mandag til fredag 8-11 og 13-14

Udenfor ovenstående tidsrum modtages nødkald og opkald af akut karakter på samme nummer.

Sygeplejen:

Kontaktes, hvis du har behov for hjælp til medicindosering eller sårpleje.

Tlf. 43 23 66 05. Telefontid mandag til fredag 9-10 og 13-14

Udenfor ovenstående tidsrum modtages opkald af akut karakter for borgere, der er visiteret til sygepleje og som har brug for akutte sygeplejedydelser - f.eks. ved problemer med stomi eller kateter, eller ved akut behov for smertestillende medicin. Tlf. 51 22 66 77

Hjælpemiddelteamet:

Kontaktes, hvis du ønsker at ansøge om hjælpemidler f.eks. rollator, ansøge om bleer eller andre kropsbårne hjælpemidler, ansøge om ældrebolig.

Tlf. 43 23 66 91. Telefontid mandag til fredag 9-10.





Motiv fra søen mellem Skovsletten og Vestskoven. Fotograferet den 6. marts 2025 mod nordøst.

SENIORRÅDET

Formand:

Jeanette Fisk
Tlf. 26 80 83 63
E-mail: jeanette1954@gmail.com

Næstformand:

Carsten Goldek
E-mail: cgoldek@hotmail.dk

Øvrige medlemmer:

Bjarne Knudsen
E-mail: bk@na2.dk

Palle Lastrup
E-mail: palle.lastrup@gmail.com

Inge Lindstrøm
E-mail: il@glostrupbio.dk

Helle Martinsen
E-mail: ejbyholm@hotmail.com

Iben Brylle Marskov
E-mail: iben.brylle@mail.dk

Flemming Ørhem
E-mail: foerhem@gmail.com

Gunnar Hagstrøm
E-mail: gunhag48@gmail.com

Økonomiudvalget:

Jeanette Fisk
Carsten Goldek
Palle Lastrup

Omsorgsudvalget:

Jeanette Fisk
Palle Lastrup
Gunnar Hagstrøm
Iben Brylle Marskov

Informationsudvalget:

Jeanette Fisk
Gunnar Hagstrøm
Helle Martinsen
Flemming Ørhem

Redaktionen:

Gunnar Hagstrøm

Byudvalget:

Carsten Goldek
Gunnar Hagstrøm
Palle Lastrup
Iben Brylle Marskov
Flemming Ørhem

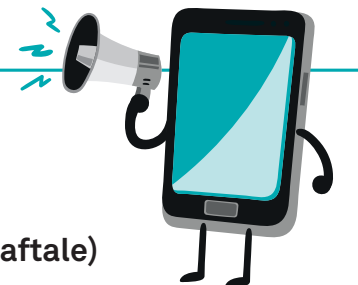
Repræsentanter i Regionsældrerådet:

Jeanette Fisk

Link til Seniorrådet.

[www.glostrup.dk/
seniorraadet](http://www.glostrup.dk/seniorraadet)





Åbningstider i Borgerservice

Borgerservice (kun fremmøde med tidsbestilling eller forudgående aftale)
Pas/kørekort kan afhentes i receptionen uden tidsbestilling.
Hvis du ikke kan bestille tid digitalt, kan du få hjælp hos kontaktcentret

Borgerservice ved personlig henvendelse:

Mandag	10.00 - 17.00
Tirsdag	10.00 - 12.00
Onsdag	Lukket
(Pas/kørekort afhentning via receptionen)	
Torsdag	10.00 - 17.00
Fredag	10.00 - 12.00

Rådhus, reception og selv- og medbetjeningsområde:

Mandag og torsdag	9.30 - 17.00
Tirsdag og onsdag	9.30 - 14.00
Fredag	9.30 - 13.30

Telefontider kontaktcentret (tlf. 43 23 61 00):

Mandag, tirsdag og onsdag	9.00 - 14.30
Torsdag	9.00 - 17.00
Fredag	9.00 - 14.00

Visitationsenheden (tlf. 43 23 66 90): Kl. 9.00-10.00

Hjemmeplejen (tlf. 43 23 66 04): Kl. 8.30-10.30 eller 13.00-14.00

Hjemmesygeplejen (tlf. 43 23 66 05): Kl. 9.00-10.00 eller 13.00-14.00

NYTTIGE TELEFONNUMRE

Glostrup Rådhus/Borgerservice
Tlf. 43 23 61 00

Lægevagten/Akuttelefonen: 18 13

Glostrup Forsyning A/S
Tlf. 43 20 80 20

Glostrup Apotek
Åbent alle dage 06:00-24:00
Tlf. 43 96 00 20

Rigshospitalet Glostrup
Tlf. 38 63 38 63

Hvidovre Hospital
Tlf. 38 62 38 62

Hjælpemiddelcenter
Tlf. 43 68 65 70

POLITI: 1 - 1 - 4

ALARM: 1 - 1 - 2

Flere nyttige informationer

Forebyggelseskonsulent:

Charlotte Birch-Rasmussen:
Tlf.: 51 28 36 41

Demenskonsulenterne:

Træffes telefonisk mandag-fredag:
Kl. 8.30-9.30 og ellers læg en
telefonbesked og der ringes
tilbage snarest muligt.

Maria Bøttcher tlf.: 91 16 56 16

Hjælpemiddelteamet:

(tlf.: 43 23 66 91)
Træffes telefonisk
mandag-fredag kl. 9.00-10.00

Ønsker du at modtage Egen
digitalt, skriv til:

Christian.Mahrt@Glostrup.dk

Digitalt univers for Pensionister
i alle aldre: På **www.glostrup.dk**
under **Borger og Sundhed, ældre og
socialpsykiatri** finder du en boks
med navnet **For pensionister i alle
aldre**.

Her kan du finde alle relevante
informationer og kontaktoplysninger
for dig, som er pensionist og er bosat
i Glostrup Kommune.

Er du ikke digital?

Kan du læse det på Biblioteket.

Links:

Pensionister I alle aldre.

www.glostrup.dk/pensionistunivers

Seniorrådet, her kan man blandt
andet læse EGEN.

www.glostrup.dk/seniorraadet

Demenscaféen:

www.glostrup.dk/demenscafe

