

VELFÆRDSMagasinet

VEJLE KOMMUNE

– specielt for førtids- og folkepensionister i Vejle Kommune

INFORMATION
fra
Vejle Kommune



TEMA: Demens

En demenssygdom kommer i mange stadier, og det er en sygdom, der rammer hele familien

Læs om de forskellige tilbud og forløb, der findes til borgere med demens og deres pårørende, og få inspiration til demenshjælpemidler, der er gode i hjemmet på side 8-13.

Hvordan har du det?

Tjek bagsiden og læs om den store nationale undersøgelse "Hvordan har du det?"

Hjernen i fokus

Se programmet for Hjerneugen den 11.-13. marts 2025 på side 14-15.

01 / 2025

Kort Nyt



Seniormesse i Give var en stor succes

Tirsdag den 19. november afholdt Vejle Kommune i samarbejde med FrivilligCenter Give Seniormesse på Museum Give. Arrangementet satte fokus på seniorers fysiske og mentale sundhed og gav samtidig det lokale foreningsliv mulighed for at præsentere deres tilbud for målgruppen.

Museum Give dannede en hyggelig og stemningsfuld ramme for en livlig og aktiv formiddag, hvor glade borgere og lokal folkemusik fyldte lokalerne. De populære 'Mandagsmusikanterne' skabte en festlig stemning med deres musik, mens deltagerne strømmede til og indløste billetter til morgenkaffe og rundstykker i Museets frokoststue, hvor dagen sluttede af med hjemmelavet suppe, som de mange frivillige havde sørget for.

Rundt om på museet kunne man møde mange forskellige spændende stande. Blandt andet informationsboder fra Vejle Kommune med mulighed for at møde Borgerservice, Aktiv Sammen, CSV – Kommunikation & Teknologi, Sundhedsbussen og Idræt i Dagtimerne. Repræsentanter fra Ældrerådet stod også klar til en snak, ligesom Sydtrafik var på tærerne for at orientere om rejsekort, flextrafik mv. Foreningslivet fra Give og



Foto: Vejle Kommune

En demenssygdom kommer i mange stadier, og det er en sygdom, der rammer hele familien. Heldigvis findes der forskellige tilbud og forløb til borgere med demens og deres pårørende og mange gode demenshjælpe midler, der skaber mere tryghed i hjemmet.

Redaktionen sluttede den 24. januar 2025.

Magasinet afleveres til FK Distribution med omdeling 5. - 6. marts 2025

Indhold

Hvad gør jeg, hvis jeg ikke modtager Velfærdsmagasinet?

Velfærdsmagasinet udkommer fire gange om året og omdeles i 2025 på følgende dage:

Velfærdsmagasin nr. 1 – 2025

omdeles 5. og 6. marts

Velfærdsmagasin nr. 2 – 2025

omdeles 18. og 19. juni

Velfærdsmagasin nr. 3 – 2025

omdeles 24. og 25. september

Velfærdsmagasin nr. 4 – 2025

omdeles 3. og 4. december

Hvis du ikke modtager magasinet, så kontakt FK Distribution, som er ansvarlig for omdeling af magasinet. Ring til FK Distributions Kvalitetsafdeling på telefon 70 10 40 00 (tast 2 for reklamationer), som vil behandle din reklamation.

Kort nyt: Seniormesse i Give var en stor succes	2
For Mikkel handler det om at gøre en forskel	4
Gitte nyder at komme på den nye sygeplejeklinik på Holmegården	6
Tema: Demens	8
Demens og øget tryghed i egen bolig	8
Lærke skal stå i spidsen for Vejle Kommunes nye tilbud Demens i mellemrummet	10
Aktiviteter for borgere med demens	12
Hjerneugen 2025 - se hele programmet	14
Fællesspisning fremmer fællesskabet i hverdagen	16
Nu Sundhedspolitik sætter fokus på trivsel og fællesskaber	17
Kontakt til kommune	18
Stor undersøgelse spørger: Hvordan har du det?	20



omegn var også flot repræsenteret. Blandt andet kunne man møde strikkedamer, square dansere, Herreværelset og FrivilligCenter Give.

Arrangementet var planlagt af en arbejdsgruppe bestående af repræsentanter fra FrivilligCenter Give og fra Vejle Kommune.



Arbejdsgruppen har gennem det lokale netværk i Give og omegn sørget for et alsidigt program til deltagerne.

I 2025 kommer der endnu en seniormesse, som denne gang bliver holdt i Vejle by. Det forventes at blive midt i september. Hold øje med mere information om messen her i Velfærdsmagasinet.

Velfærdsmagasinet udgives af Vejle Kommune. Redaktion:

Anny Gosvig, Ældrerådet, tlf. 60 61 65 23, Inge Nordheim, Ældrerådet, tlf. 30 73 00 71, Anders H. Andersen, Handicaprådet, tlf. 28 56 84 44. Vicki Lund, Velfærdsforvaltningen, ansvarshavende redaktør, tlf. 23 34 96 31, viclu@vejle.dk.

Ved udeblivelse af Velfærdsmagasinet, dødsfald m.m. kan du sende en mail til velfaerdsomag@vejle.dk. Magasinet udkommer fire gange årligt – marts, juni, september og december. Oplag: 19.500. Grafisk design og opsætning: Tornvigs. Tryk: Stibo Complete.

For Mikkel handler det om at gøre en forskel

Når 17-årige Mikkel har haft dagens sidste time, er det ikke altid direkte hjem til lektierne eller ud med vennerne. Flere gange om ugen går turen fra Rosborg Gymnasium til Plejecenter Rosengården, hvor han finder englevingerne frem og gør det, han drømmer mest om – nemlig at gøre en forskel.

Af Vicki Lund

Det er en helt almindelig tirsdag på Plejecenter Rosengården – næsten. Der er nemlig dømt grillbar-dag, og duften af pølsemix og fritter når helt ud til hovedindgangen. I fællesrummet Solstrålen er beboerne så småt ved at være færdige med dagens middag, og Mikkel – en af Rosengårdens 13 eftermiddagsengle – er lige på trapperne. Hvad dagen står på for ham, ved han endnu ikke. Men han ved, at han som altid lige skal omkring Per til en god lang snak og måske en sang eller to.



Mikkel og Per har kendt hinanden et års tid, og gennem mange gode snakke om alt mellem himmel og jord har de dannet et helt særligt bånd. ▲

24 engle giver en hånd med

På Rosengården findes der flere forskellige slags engle. I skrivende stund tæller de 24 styk i alt, som hjælper til med alt fra opvask, rengøring af rollatorer og kørestole og opstilling af borde og stole til fællesaktiviteter til hyggesnak, højtlesning, gåture og brædspil med beboerne. Og selv om man på papiret er opvaskeengel i weekenden, er der selvfølgelig også masser af tid til at hygge om beboerne. Og der er ingen tvivl om, at de gør en stor forskel.

– Jeg møder mange pårørende, der siger, at siden vi (englene) er kommet til, har der været en fed energi på Rosengården. Det er fedt at få lov til at gi' den energi til de ældre og til de pårørende, fortæller Mikkel, der har været en fast del af engleskaren i et års tid.

Pernille, som er aktivitetsmedarbejder og englekoordinator, fortæller, at mange beboere liver op og folder sig lidt mere ud, når englene er der, og alle får lov til at få frit spil. ▶

◀ Mikkel stikker altid forbi Per og får sig en god snak og en sang eller to.

– Englene kan bare noget, vi andre ikke kan. Når englene kommer, løfter stemningen sig, og beboerne gi'r den lige en ekstra tand med sang og dans. Vi har måske travlt på en anden måde, og beboerne ser os nok mere som "de voksne", hvor englene mere er som deres bonusbørnebørn.

Det er også et af målene for Mikkel's englearbejde. At være det bonusbarnebarn, der kigger forbi til en hyggelig snak eller en sang. Og selv om Mikkel forsøger at komme forbi så mange som muligt på sine englevagter, så er der især én, han helst ikke vil misse.

Et helt særligt bånd

I lejlighed 16 bor Per. Han har boet på Rosengården i lidt over et år, og så har han lige rundet 79 somre. Det er til gengæld ikke til at se eller høre, for hos Per skal der helst ske noget – og helst hver dag. Derfor har Per også fået sit eget navneskilt. Han er nemlig ikke bleg for at hjælpe til, og det gælder både, når der skal sættes borde og stole op til bankospil og stoleygnastik, og når udenomsarealer trænger til en kærlig hånd. Og så ser han frem til Mikkel's besøg. For selv om der er godt 60 års forskel på de to, så skorter det ikke på noget at snakke om. Lige for tiden snakker de meget politik, og han glæder sig over, at Mikkel gerne vil være politiker – hvis han altså kan styre det, siger han med et glimt i øjet.

▼ Mikkel synger gerne – også foran store forsamlinger som til årets julefrokost på Plejecenter Rosengården.



17-årige Mikkel er en af 24 engle på Plejecenter Rosengården. Englene er unge under 18 år, der med deres engletjans gør en kæmpe forskel for både beboere, pårørende og det faste personale.



Når Per og Mikkel ikke er fordybet i snak om politik, lokale busruter eller Pers tidligere jobs, synger de. Det er især gamle danske sange, der er på repertoire, og Per kan stort set dem alle. Det kan Mikkel næsten også, og dem han ikke kan, skal Per nok få ham lært.

Det er ikke kun Per, der nyder godt af Mikkel's glæde ved sang og musik. For trods sine kun 17 år er Mikkel ikke bange for at hoppe på scenen og syng et par sange. Det gjorde han fx til Rosengårdens julefrokost, hvor de 177 gæster stemte i og sang med på "Hvis tårer var guld".

– Med sang og musik kan jeg være med til at gøre beboerne glade. Vi husker mere, end vi tror, gennem musikken, fortæller den sangglade eftermiddagsengel. Det er også Mikkel, der har taget initiativet til at starte fredagsfællessang op, men lige for tiden må den tjansvige for skoleskemaet. Heldigvis er der andre sangglade engle, der træder til.

Fedt at gøre en forskel

For Mikkel giver jobbet som eftermiddagsengel noget helt specielt.

– Det giver mig glæde, svarer han kort og godt. – Det er et anderledes job, og det er meget meget givende at komme her på Rosengården og være med til at gøre en forskel. Det er en fed arbejdsplads, som jeg KUN kan anbefale til andre.

Mikkel drømmer om at blive politiker og skolelærer. Indtil da, og hvis tiden og studierne tillader det, vil Mikkel gerne fortsætte som ufaglært i plejen på Rosengården, når han til oktober fylder 18. Og han er ikke den eneste. Flere engle er nemlig fortsat i plejen efter endt engletid, og flere overvejer endda at starte på uddannelsen som Social- og Sundhedshjælper. Jobbet som eftermiddagsengel er et godt springbræt og en rigtig god måde at smage på faget, og mange får – heldigvis – smag for det. For ligesom Mikkel at gøre en stor forskel. ●

Gitte nyder at komme på den nye sygeplejeklinik på Holmegården

Det er ikke helt, som det plejer på Holmegården i hjertet af Vejle by. En ny sygeplejeklinik har slået dørene op - den 14. af sin slags i Vejle Kommune - og det er allerede en stor succes. Gitte var den første patient i klinikken, og hun glæder sig til de ugentlige besøg hos Ulla.

Af Emilie Mersch Kizmaz



◀ Alt, der kan klares derhjemme, kan også klares i sygeplejeklinikkerne. Her får Gitte hjælp til at dosere sin medicin.

Alt, der kan klares derhjemme, kan også klares i klinikken.

Sygeplejeklinikkerne er et tilbud for alle borgere i Vejle Kommune. Når man bruger klinikken, får man en fast tid og skal derfor ikke vente derhjemme på besøg. Det giver mere frihed til at planlægge sine dage.

Klinikkerne samarbejder med lægehusene, og Ulla kontakter blandt andet lægerne for at hjælpe med at forny recepter, ift. medicin, og hvis der er forværring i sygdom ved de borgere, der kommer i klinikken. ▶

Gitte har hostet lidt de sidste par dage, så Ulla lytter til hendes vejrtrækning og sikrer, at det ikke er noget alvorligt.



Den nyåbnede sygeplejeklinik på Holmegården er den seneste af sin slags i Vejle Kommune. Dørene åbnede den 1. januar 2025, og indenfor sidder Ulla klar til at hjælpe. Hun har mange års erfaring fra sygeplejefaget og er glad for nu at hjælpe borgerne fra den nye, flotte klinik på Holmegården.

Ulla er både i klinikken, men kører også ud til borgerne og hjælper i hjemmet. Hun er glad for hjemmebesøgene, men hun nyder også den ro, der er i klinikken, når hun får besøg her.

- Jeg har arbejdet som sygeplejerske i mange år, men jeg er bare så glad for det her. Jeg har ikke været så glad for et job i årevis, fortæller Ulla, mens hun viser rundt i den lyse klinik og fortsætter - Jeg er rigtig glad for hjemmebesøgene, men roen her i klinikken er noget helt specielt.

14 sygeplejeklinikker tæt på

Sygeplejeklinikken på Holmegården er en af kommunens 14 sygeplejeklinikker, og den kan mange ting, som at behandle sår, skifte og skylle katetre, dryppe øjne, dosere medicin, stompleje og injektioner af forskellig medicin.

Ældrerådet

Formand: Morten Kristensen, tlf. 51 50 81 49

Sekretær: Morten Eriksen, Vejle Kommune, tlf. 76 81 81 18



Sygeplejeklinikken på Holmegården er den 14. af sin slags, og Gitte er blot en af mange brugere, der er glade for at få en sygeplejeklinik tæt på.

Gitte var den første patient i sygeplejeklinikken på Holmegården, og hun nyder nu sit ugentlige besøg på klinikken. Hun får blandt andet hjælp til at dosere sin medicin og får derudover sin ugentlige injektion mod gigt. Hun er glad for at besøge klinikken og Ulla, hvor hun udover sin behandling også får en god snak og et lille klem.

- Det er hyggeligt lige at komme udenfor og komme ned til Ulla, fortæller Gitte glad.

Fra hun kommer ind ad døren, er humøret højt, snakken går, og Gitte får vist sin fine rollator frem, der er pynnet med lyskæder. Det er tydeligt at se, at både Ulla og Gitte er glade for deres små stunder i klinikken. ●

14 sygeplejeklinikker TÆT på dig

Sundhedshuset Give
Sdr. Ringvej 4
7323 Give
Tlf. 30 38 63 41

Plejecenter Sofiegården
Sofievej 2-4
7100 Vejle
Tlf. 22 77 13 31

Plejecenter Gulkrog
Gulkrog 11
7100 Vejle
Tlf. 29 41 32 18

Plejecenter Højager
Ringvejen 7
7300 Jelling
Tlf. 26 87 17 01

Plejecenter Stensvang
Steen Blicher Vej 51
7182 Bredsten
Tlf. 20 18 91 55

Plejecenter Bakkeager
Bakkeager 4, Bredballe
7120 Vejle
Tlf. 76 81 74 44

Plejecenter Rosengården
Rosengårds Allé 52
7100 Vejle
Tlf. 76 81 68 30

Sygeplejeklinik Ågården
Majsvænget 74
6040 Egtved
Tlf. 21 29 18 65

Sygeplejeklinik Egetoft
Kirkevej 23
6040 Egtved
Tlf. 21 29 18 65

Sygeplejeklinik Englystparken
Englystparken 1
7080 Børkop
Tlf. 76 81 73 33

Sygeplejeklinik Gartnerhuset
Gl. Kolding Landevej 37
7100 Vejle
Tlf. 92 43 87 76

Sygeplejeklinik Nørremarken
Nørremark Center 10
7100 Vejle
Tlf. 20 58 14 70

Sygeplejeklinik Kong Gauers Gård
Eventyrhaven 14
7080 Børkop
Tlf. 24 21 75 66

Sygeplejeklinik Holmegården
Holmen 18-22
7100 Vejle
Tlf. 23 46 99 39

Klinikkernes åbningstider er som regel alle hverdage mellem kl. 7.30 - 16.00 eller efter aftale.

GEVINSTER FOR DIG

Der er flere fordele ved at modtage sygepleje i en sygeplejeklinik frem for i dit hjem:

- Du vil oftest modtage din sygepleje fra den samme medarbejder
- Du aftaler din næste tid med sygeplejersken under dit besøg
- Du skal ikke vente på, at sygeplejersken kommer hjem til dig, og du får derfor større frihed til at planlægge din hverdag
- Du bliver behandlet i professionelle omgivelser med højt hygiejnisk niveau
- Du undgår at skulle have opsat hjælpemidler i dit hjem, som ellers kan være nødvendige for, at du kan modtage din sygepleje

Anna Marie Bjorholm Dahl, tlf. 21 19 74 39, Anny Gosvig, tlf. 60 61 65 23, Bent Illum Eskesen, tlf. 20 85 59 95, Connie Axel, tlf. 20 83 50 90, Dorte Rørbye, tlf. 22 36 94 48, Erik M. Andersen, tlf. 40 46 16 52, Peter Faurby, tlf. 75 81 47 03, Inge Nordheim, tlf. 30 73 00 71, Petra Raundahl, tlf. 60 49 55 25, Tage Majgaard, tlf. 20 65 22 51

Tema: Demens

Demens og øget tryghed i egen bolig

Personer med demens kan i deres sygdomsforløb have mange og forskellige udfordringer, som kalder på forskellige hjælpemidler, der kan støtte den demente og ikke mindst deres pårørende i en vanskelig livssituation.

Hjælpemidler kan være en støtte til at klare mest muligt selv så længe som muligt og skabe tryghed og lette hverdagen både for borgere med demens og de pårørende. Det er meget individuelt, hvilke hjælpemidler den enkelte har behov for. Derfor er det vigtigt at se på, hvilke behov du har nu, og hvilke behov du kan forestille dig at få på et senere tidspunkt. Her har vi samlet et lille udvalg af forskellige hjælpemidler, som kan være gavnlige ved demens.

SMARTPHONE OG TABLETS



Der findes mange løsninger til at hjælpe med at huske aftaler og daglige gøremål. De nye smartphones og tablets har alle en elektronisk kalender. Det kan være en fordel at bruge elektroniske kalenderprogrammer, som giver pårørende mulighed for at oprette aftaler og påmindelser via internettet.

APPS

Der findes mange apps i alle prisklasser til smartphones og tablets, der på forskellige måder kan hjælpe dig til at huske aftaler og minde dig om daglige gøremål. Det er dog vigtigt, at du ser på, hvilke behov og kompetencer du har.

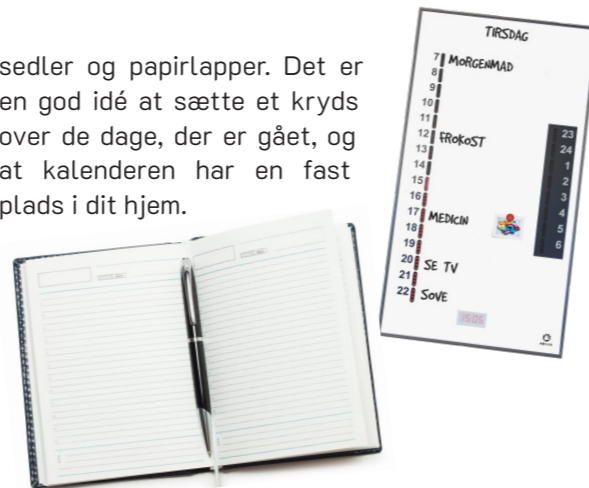
KALENDERE

En kalender er god til at holde overblik over dages forskellige aftaler og gøremål. Kalenderen kan erstatte små huske-



En applikation (forkortet app) er et lille hjælpeprogram, der kan downloades til en smartphone eller tablet.

sedler og papirlapper. Det er en god idé at sætte et kryds over de dage, der er gået, og at kalenderen har en fast plads i dit hjem.



TIDSORIENTERING

Hvis det er svært at orientere dig i dage eller tid på dagen, kan et elektronisk kalenderur med automatisk opdatering af dag, dato og tid på dagen (morgen, dag, aften, nat) være et godt hjælpemiddel.



I de tilfælde, hvor det kan være svært at omsætte urets visere til et klokkeslæt, findes forskellige former for elektroniske ure med tale.

Har du brug for gode tips og råd om hjælpemidler til hjemmet eller til mere struktur i hverdagen, kan du kontakte Hjælpemiddelteamet på 76 81 80 81 eller Kommunikation & Teknologi på CSV Vejle på 76 81 55 50.

Handicaprådet

Formand: Peter Skov Jørgensen, tlf. 23 32 40 62
Sekretær: Eskild Meyer K. Christensen, tlf. 76 81 00 00,
mail: esmkc@vejle.dk

PLANLÆGNINGSTAVLE

Det kan være svært at huske opgaver og aftaler, og på hvilke dage og tidspunkter de skal udføres. En planlægningstavle kan her være en god løsning.



TELEFON

Det kan være svært at huske telefonnumre eller se tasterne på telefonen. Det kan derfor være en hjælp at bruge en telefon med store taster og/eller fototaster med de numre, du oftest ringer til. Fototaster er især gode, hvis du har nedsat evne til at huske telefonnumre.



Nogle telefoner har en tryghedsknap med mulighed for nødkald til forudbestemte personer og mulighed for indbygget GPS-spring.

Der findes også andre kommunikationssystemer som fx FaceTime eller Google Meet, der via computer eller tablets gør det enkelt at kommunikere med fx pårørende, der bor langt væk. Disse kommunikationssystemer har også videofunktion, så det er muligt at se den, du taler med.



RØGALARM

Det øger risikoen for brand, hvis du glemmer at slukke for diverse elapparater efter brug. Røgalarmere er vigtige, hvis skaden allerede er sket, og giver dig mulighed for at redde dig ud i tide.

Der findes firmaer, som tilbyder tryghedsløsninger på lejebasis, der indeholder sensorer, som registrer vand og røg, om du forlader boligen, og som i disse situationer tilkalder assistance.

Peter Skov Jørgensen, Muskelsvindfonden, tlf. 23 32 40 62. Jens Bork, Dansk Handicapforbund, tlf. 20 46 25 72. Thomas Wetche, Dansk Blinde Samfund, tlf. 28 70 25 22. Annette Christensen, Autismeforeningen, tlf. 20 73 05 01. Vibeke Denert, LEV, tlf. 51 92 06 10. Karin B Nissen, SIND, tlf. 42 20 60 38. Anders H. Andersen, Lokalforeningen Ligeværd Vejle, tlf. 28 56 84 44. Jørgen Mikkelsen (V), tlf. 28 10 34 14. Svend Erik Nielsen (O), tlf. 40 29 08 10. Mette Ejby Pallesen (A), tlf. 20 36 01 69. Britta Bitsch (F), tlf. 51 41 94 43. Dennis Jensen, Velfærdsforvaltningen, tlf. 30 53 00 17. Henrik Michael Kragh, Teknik & Miljø, tlf. 76 81 24 32. Anette Ravn Olsen, Børne- og Ungeforvaltningen, 23 88 58 06.

AUTOMATISK AFBRYDER

Du kan købe brødristere, strygejern og kaffemaskiner med timerfunktion, så de slukker efter en vis periode. Der findes sensorer, der kan monteres på komfuret, så det slår fra, hvis temperaturen omkring komfuret øges for hurtigt eller for meget.



Induktion stopper med at varme, når gryden fjernes. Der findes også timere, som kan tilsluttes eksisterende elapparater og indstilles til at slukke efter en selvvalgt tidsperiode. Det er en god idé at gennemgå dit hjem og se på, hvilke muligheder du har for at reducere potentielle risici for brand.

BRANDHÆMMENDE SPRAY

Ryger du, kan det være en god idé at behandle fx lænestole, sofapuder og gulvtæpper med brandhæmmende spray. Det er også en god idé at fjerne lyskranse fra lysestager, bruge fyrfadsllys eller endnu bedre at investere i batterilyd.

LYSSENSORER

Har du svært ved at orientere dig fx ved natlige toiletbesøg, kan det være en fordel at investere i lysensensorer. Der findes sensorer, som kan tilsluttes lamper eller lamper med indbygget sensor. Sensorerne kan placeres, så lyset tænder automatisk, når du forlader sengen.



TRÅDLØS DØRMELDER

Dørmeldere kan bruges, hvis du som pårørende er nervøs for, at den demente skal forlade boligen. En sensor registrerer, at døren åbnes, og sender besked til en modtager.

Tema: Demens



Lærke skal stå i spidsen for et nyt demenstilbud

Der er godt nyt til borgere med let til moderat demens – og til deres pårørende. Vejle Kommune har nemlig sat et nyt tilbud i søen til lige netop den målgruppe. Demens i mellemrummet hedder tilbuddet, og det er til dem, der er landet i rummet mellem Lev Livet-tilbuddene på CSV og de eksisterende demenstilbud i dagcentrene.

Af Vicki Lund

Hvad gør man, når man har fået stillet diagnosen demens i lettere eller moderat grad, men af flere årsager ikke helt kan se sig selv i et af de tilbud, der er i dagcentrene på kommunens plejecentre? Det kan enten være alderen, funktionsniveauet eller noget helt tredje, der gør det svært at passe ind i de eksisterende tilbud, og mange har savnet et tilbud, der kan rumme dem lige der, hvor de er, i det tidlige stadie af demens. Og det er netop det mellemrum et nyt 3-årigt aktivitetsprojekt nu skal fylde ud. ▶



Lærke står i spidsen for det nye tilbud Demens i mellemrummet til borgere med let til moderat demens.

◀ Der er altid tid til et smil og en god snak, når Lærke kigger ind til 86-årige Kirsten, der bor på Plejecenter Lindegården.

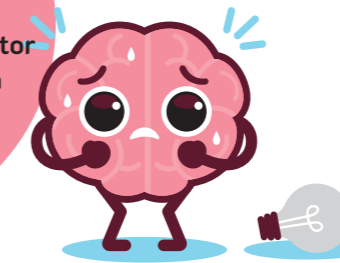
Demens i mellemrummet

I mellemrummet...? Det er da et pudsigt navn til et projekt, vil de fleste nok mene. Men det er det faktisk ikke. For det kan ikke beskrives meget mere rammende, hvad det er for et tilbud, og hvem tilbuddet er til. Demens er en sygdom, der skrider langsomt frem i mange stadier, og det efterlader ofte borgere med en demensdiagnose i et tomrum mellem de etablerede tilbud. Det er de rum, det nye tilbud skal være med til at fylde ud.

Demens i mellemrummet er et aktivitetstilbud, der kommer til at foregå på fire lokationer i Vejle Kommune: i kulturhusene i Give, Egtved og Børkop og i et af AAB's lokaler i Vejle by. Her bliver borgere med let til moderat demens tilbudt både fysiske og kognitive aktiviteter, nye sociale fællesskaber med ligesindede og værktøjer til at forberede dem til et liv med demens. Der kan være op til otte deltagere på hvert hold, og det er Demensenheden i Vejle Kommune, der visiterer til tilbuddet.

Kunne du tænke dig at blive frivillig i Demens i mellemrummet?

Så kontakt frivilligkoordinator Anne Birgitte Hundahl på 24 90 67 92 eller anbhu@vejle.dk



Demens rammer hele familien

Lærke Hemmingsen, der skal stå i spidsen for projektet, glæder sig til at hoppe i arbejdstøjet. Med sig i bagagen har hun sine erfaringer fra tidligere projektstillinger og fra Plejecenter Lindegården, hvor hun i dag arbejder med at reducere brugen af antipsykotisk medicin i behandlingen af borgere med demens. Hun vejleder blandt andet sine kolleger i, hvilke sansehjælpemidler og aktiviteter der kan sættes i stedet for medicinen for fx at forebygge demenseskalerende, udadreagerende og depressiv adfærd. Hun er ikke bange for at tage de svære samtaler om det, der gør ondt i livet – hverken med borgerne selv eller med deres pårørende. For demens er en sygdom, der rammer hele familien, og derfor er der sideløbende med aktivitetstilbuddet til borgerne også mulighed for gruppeforløb, samtaler og rådgivning med Demensenhedens psykolog for pårørende. ●



▲ En vigtig del af Lærkes job er at vejlede kollegerne i at bruge sansehjælpemidler i stedet for antipsykotisk medicin.

Fremtidens ældrepleje – Velfærd i centrum

Demens i mellemrummet er et af seks projekter, der er finansieret af udmøntningspuljen på 50 millioner kroner, som byrådet i Vejle Kommune har afsat til investeringer i seniorområdet under overskriften: Fremtidens ældrepleje – Velfærd i centrum.

De seks projekter er:

1. Træning og trivsel for ældre i Vejle Kommune
2. Frisættelse på plejecentre
3. Bedre inddragelse af frivillige på aktivitetscentrene
4. Investering i teknologi, renovering og forskønnelse
5. Investering i kompetenceløft og tilknytning
6. Demens i mellemrummet

De seks projekter løber over de næste tre år. Du kan løbende følge dem her i Velfærdsmagasinet.

Tema: Demens

Aktiviteter for borgere med demens

Er du eller en af dine pårørende diagnosticeret med demens? Så findes der flere tilbud og forløb blandt andet gennem Vejle Kommunes Demensenhed, CSV eller den lokale Alzheimerforening. Her kan du læse nærmere om nogle af dem.

Af Emilie Mersch Kizmaz

CSV – Lev Livet med demens

Når Bettina forbereder sig til undervisningen på CSV's hold Lev livet med demens, gemmer hun faktisk det meste forberedelse til holdene. Det er nemlig vigtigt at bibeholde selvstændigheden blandt andet ved at inddrage borgerne i planlægningen af forløb.

- Nogle gange har nogle på holdet jo fantastiske kontakter, så vi kommer virkelig vidt omkring. Blandt andet har vi besøgt et flyværksted i Billund og et moderne økologisk landbrug med robotter, fortæller Bettina, mens hun viser en scrapbog fra en af Outdoor-holdets ture.

For at komme med på Lev Livet med demens-holdene, skal man visiteres af en demenskoordinator. Man også selv henvende sig til CSV, hvis man ønsker at vide mere

om undervisningsforløbene. Man skal være diagnosticeret med demens i det tidlige stadie, og man skal have lysten og modet til at være en del af et hold bestående af otte personer. Der findes to slags hold: et indendørs med undervisning og et outdoor-hold, hvor de tager ud og oplever verdenen. Holdene mødes én gang om ugen, og som deltager kan man max være tilmeldt holdet i to år. Dog kan man stoppe før, hvis symptomerne bliver så fremskredne, at man ikke længere trives på holdet.

Som noget nyt tilbyder CSV også et forløb med fokus på livsfortællinger. Holdet løber over ti gange, hvor man ud fra overskrifter skal finde fortællingerne frem selv. Holdet starter op i marts, og går alt vel, starter et nyt hold op igen til august. ▶



Fødselaren Svend bliver fejret med både sang og kage. Det er jo ikke hver dag, man fylder 80 år. Her sidder han sammen med Jørgen og Kirsten, to af caféens andre frivillige.

Efter velkomsten bliver der delt sanghæfter ud. Der skal synges et par sange, og dirigenten Lisbeth tager gerne imod sangønsker fra gæsterne.



Torsdagscafé med Alzheimerforeningen

Så er det blevet torsdag igen, og det betyder én ting for Jørgen. Han skal skynde sig hen til Seniorcenter Gul-krog, hvor den lokale Alzheimerforening holder café. De skifter mellem torsdage i lige uger, hvor de holder Torsdagscafé for borgere med demens og deres pårørende, og torsdage i ulige uger hvor de afholder Netværket - et møde for de pårørende.

Caféen fejrer i år 25-års jubilæum og deltagerantallet er gennem årene steget støt fra tre par til over 60 par nu. De afholder både hyggedage, dage med musik på programmet, forårsfest, Mortensaften og heldagsture rundt i Danmark. Pårørende og frivillige sørger for, at alle føler sig velkomne og bliver taget godt imod.

Denne torsdag er i en lige uge, så i dag er det Torsdagscafé, der er på programmet. Folk strømmer ind ad døren og går direkte hen til Lisbeth og Kirsten, to af de frivillige, som hjælper med at sætte navneskiltene rigtigt på. Derefter kan man finde sig en ledig plads, hvor der står en kaffekop og en tallerken klar. "Kom herhen og sid med os", bliver der sagt til det sidst ankomne par, hvorefter et par stole rykkes hen til det nu fyldte bord. Snakken går allerede godt ved bordet, og det er tydeligt, at hyggen er i fokus blandt de deltagende.

Da klokken passerer 15.00, rejser Jørgen sig op og ringer med sin guldklokke. Caféen er nu i gang, og efter lidt informationer til de deltagende kan de synge deres Torsdagscafé-sang. I dag skal Svends 80-års fødselsdag fejres med sang, lagkage og kaffe, så sanghæfter deles ud, og gruppen gør klar til lidt fællessang.

Svend startede med at komme i Torsdagscafé for 15 år siden, da hans ægtefælle fik konstateret demens. Selv om han er enkemand den dag i dag, kommer han stadig til caféerne og nyder fællesskabet.

Ved et af de andre borde sidder tre generationer sammen. Ægteparret Hertha og Erik glæder sig altid til Torsdagscaféen, hvor de startede med at komme for seks måneder siden. De har taget deres datter Susanne med, og Susanne har taget sin datter Samanda med. De tre

generationer sidder sammen og hygger med kaffe og kage og sodavand. Familien nyder, at de kan mødes her i caféen, lære nye mennesker at kende og få en masse spændende oplevelser.

- Vi hørte om tilbuddet her og tænkte, at det kunne være hyggeligt at deltage. Min mor har Alzheimer og ville gerne lidt ud. Jeg valgte at tage med som en tryghed for hende, fortæller datteren Susanne.

Hertha og Erik nikker enigt og understreger, at de specielt nyder, når deres barnebarn Samanda også er med. Hun bor til dagligt i Tyskland og deltager gerne i caféen, når hun er på besøg i Danmark.

Alle er velkomne til at deltage i caféen, uanset om man selv har en demensdiagnose, om man er pårørende, eller om man kunne tænke sig at være frivillig. Det eneste krav for at deltage er, at man skal kunne klare sig selv eller have pårørende med, der kan hjælpe en. ◻

I næste nummer af Velfærdsmagasinet kan du læse om demenskooret på Lindehaven og det nye demenskor, der starter op i løbet af foråret på Kong Gauers Gård.



Caféen starter med lidt gode informationer fra Jørgen, som fortæller om dagens programændringer.

Bedre livskvalitet efter en hjerneskade

Er du ramt af en hjerneskade? Eller pårørende til en hjerneskaderamt? Så tag med til Hjerneuge og få konkrete værktøjer til en bedre hverdag.

Foto: Rikke Sølyst Jensen

I Vejle Kommune hjælper vores to hjerneskadekoordinatore, Sanne Boesen og Heidi Schrøder, hjerneskaderamte med at komme godt videre. De rådgiver om hjerneskade og følger, giver gode råd til at få en hverdag til at fungere, og holder kurser for pårørende. Og lige nu inviterer de til den årlige Hjerneuge i Vejle Kommune, som foregår fra 11. – 13. marts i Vejle.

Udfordring: Træthed og koncentrationsbesvær

- Vi vil gerne sætte fokus på følgerne af hjerneskade og give hjerneskaderamt værktøjer og viden med sig, så de bedre kan begå sig i dagligdagen, fortæller Sanne Boesen.

Derfor er Hjerneugens program sammensat ud fra de emner, der fylder meget hos de hjerneskaderamte, som koordinatorene møder.

- Hjernetræthed fylder for rigtig mange. Og her taler vi ikke bare almindelig træthed, som vi alle kender det, men en helt overvældende træthed, som kan påvirke mange facetter af hverdagen. Derfor har vi inviteret videnscenterchef og neuropsykolog Anne Norup til at komme med hendes tips til, hvordan man kan lære at håndtere trætheden, så det ikke fylder helt så meget, siger Sanne Boesen.

▼ Sanne Boesen (tv) og Heidi Schrøder er Hjerneskadekoordinatore i Vejle Kommune.




Neuropsykolog Dorte Østergaard Jacobsen kommer og fortæller om et andet stort tema hos hjerneskaderamte, nemlig koncentration og opmærksomhed.

- Rigtig mange har svært ved at samle sig om noget i længere tid og savner værktøjer til at træne det. Så det kommer vi også omkring, fortæller Sanne Boesen.

Kost, åndedræt og hjælp til selvhjælp

I løbet af hjerneugen kan du også tilmelde dig et to-timers åndedrætskursus med åndedrætsterapeut Rikke Høst Danielsen, hvor du lærer at bruge åndedrættet til at skabe balance i krop og sind. Og du kan få konkrete tips til hjernesund mad af Rikke Ryberg, der er klinisk diætist ved Hjernesagen. Om torsdagen er der desuden mulighed for at møde alle spillere i Vejle Kommune og finde ud af, hvem der bedst kan hjælpe med de specifikke behov, du har.

- Med Hjerneugen vil vi rigtig gerne klæde folk på til at mestre det at være ramt på hjernen. I sidste ende ønsker vi, at flere hjerneskaderamte vil få større tro på livet og en hverdag med mere livskvalitet. Det er vores fokus med Hjerneugen, og med vores arbejde som hjerneskadekoordinatore generelt, slutter Sanne Boesen. 

Hjerneugen er arrangeret af Vejle Kommunes Myndighedsafdeling, Center for Social Rehabilitering, CSV Vejle, Genoptræningen i Sundhedshus Vejle, Jobcenter Vejle, UCL Erhvervsakademi og professionshøjskole og Vejle Bibliotekerne. Hjerneugen er sponsoreret af Hjernesagen og Hjerneskadeforeningen.

Kontakt vores hjerneskadekoordinatore

Heidi Schrøder, Hjerneskadekoordinator 0-59 år
24 92 84 62 - heisc@vejle.dk

Sanne Boesen, Hjerneskadekoordinator +60 år
29 36 30 42 - sasbo@vejle.dk

Frivilligrådet

Formand: Allan Hansen, tlf. 20 89 10 93,
mail: allan@hansen.mail.dk

Sekretær: Anne Birgitte Langkilde Hundahl, tlf. 24 90 67 92,
mail: anbhu@vejle.dk

Hjerneuge 2025: Videre med livet – når du er ramt på hjernen



DELTAG GRATIS PROGRAM

Tirsdag 11. marts



KL. 18.00-20.00 Foredrag: **Træthed efter en hjernepåvirkning: Hvad er årsagen, og hvordan tackler jeg det?**

Videnscenterchef og neuropsykolog Anne Norup fortæller om, hvorfor mange mennesker oplever en overvældende træthed efter en hjernepåvirkning, som for eksempel et stroke eller en traumatisk hjerneskade. Anne Norup deler tips til, hvordan både den ramte og deres pårørende kan håndtere denne træthed, så den får mindre indflydelse på hverdagen.

Biblioteket i Farveriet ved Spinderihallerne i Vejle

HUSK TILMELDING

Onsdag 12. marts



KL. 10.00-12.00 Kursus: **Åndedrættet – dit anker til dyb ro og balance i krop og sind**

Få viden om åndedrættet og mærk effekten af blide, beroligende og energigivende åndedrætsøvelser på egen krop, når åndedrætsterapeut Rikke Høst Danielsen guider dig gennem en åndedræts-session.

DGI Huset Vejle

KL. 16.00-17.00 Foredrag: **Hjernesund kost**



Klinisk diætist ved Hjernesagen Rikke Ryberg fortæller om, hvordan vi via vores kost kan sænke risikoen for stroke og dermed passe godt på vores hjerne. Hun giver også konkrete tips og redskaber til en hjernevenlig kost, som er overskuelige at lave.

Biblioteket i Farveriet ved Spinderihallerne i Vejle

Torsdag 13. marts



KL. 16.00-17.00 Stande: **Bliv klogere på dine muligheder**

Få en snak med forskellige aktører fra bl.a. Vejle Kommune og patientforeninger, der arbejder med at hjælpe, træne og rådgive, når du har fået en skade i hjernen. Du kan også få målt dit blodtryk af en sygeplejerske.

Sundhedshus Vejle



KL. 17.30-19.30 Foredrag: **Når jeg glemmer at være opmærksom – om hukommelse og opmærksomhed**

Hukommelse og opmærksomhed går hånd i hånd – og er en forudsætning for at fungere godt i hverdagen. Neuropsykolog Dorte Østergaard Jacobsen giver et indblik i, hvordan de to funktioner spiller sammen. Hvilke konsekvenser kan det have, når én af funktionerne svigter? Og kan de styrkes – hver for sig eller sammen?

Sundhedshus Vejle

Se mere på vejle.dk/hjerneuge 



Oplev Hjerneugen hjemmefra

Hvis du foretrækker det, kan du se de tre foredrag hjemmefra. Find links på Vejle.dk/hjerneuge

Foreningernes Hus Vejle : Else Marie Schmidt. Frivilligcenter Egtved: Villy Nielsen. Frivilligcenter Jelling: Knud Dupont. Frivilligcenter Give: Knud Møller. Handicaporganisationer: Jens Bork, Danske Handicaporganisationer. Ældregrupper: Anne Margrethe Wallden, Ældre Sagen. Børn og Unge: Susanne Clausen, BROEN. Humanitære foreninger: Kirsten Brødsgaard Andersen, Røde Kors. Væresteder: Allan Hansen, Kirkens Korshær. Seniorudvalget: Mette Ejby Pallesen (A), Voksenudvalget: Jørgen Mikkelsen (V). Velfærdsstaben: Signe Pedersen.

Fællesspisningen fremmer fællesskabet i hverdagen

Fællesskabet betyder meget i hverdagen. Det gælder også de 59 beboere i andelsboligforeningen Carl Nielsen 1 og 2 i Vinding. Derfor har de søgt og fået midler til at starte et nyt spisefællesskab op, der er med til at samle de ældre beboere i området og modvirke den ensomhed, der kan lure i hverdagen.

Af Anne Birgitte Hundahl og Vicki Lund

Eva Groth, der er en af initiativtagerne bag fællesspisningen, læste om Puljen til spisefællesskaber 60+ i et af de tidligere numre af Velfærdsmagasinet, og herefter gik det stærkt. Både med at få tænkt nogle tanker, få lagt nogle gode planer og få sendt en ansøgning afsted.

- Vi har flere beboere, der ofte spiser alene, og med puljen her øjnede vi nye muligheder for at gøre noget for fremme fællesskabet og bekæmpe ensomhed. Derfor søgte vi selvfølgelig straks puljen – og heldigvis for det, fortæller Eva Groth med et stort smil på læben.

Andelsboligforeningen har allerede haft tre fællesspisninger i foråret og tre i efteråret. Alle gange har der været fuldt hus – og der er deltagere fra alle boliger. Et så stort fremmøde vidner på den ene side om, at der er en stor lyst til fællesskabet, men på den anden side også om, at der er et stort behov, der skal dækkes.

Når andelsboligforeningen mødes til fællesspisning, bliver der serveret helt almindelig hverdagsmad, men det er også det eneste almindelige, der er på programmet. Der bliver nemlig altid gjort ekstra meget ud af borddækning og bordpyntning, og deltagerne stemmer ekstra højt i til fællessangen før og efter middagen.

Frivilligkoordinator Anne Birgitte Hundahl fra Vejle Kommune, der blandt andet arbejder med at understøtte frivillighed og fællesskaber på seniorområdet, og som sidder med Puljen til spisefællesskaber 60+, var på besøg ved andelsboligforeningen Carl Nielsen 1 og 2's sidste fællesspisning lige før jul.

- Jeg har hjulpet Eva og hendes frivillige kollegaer til at søge via Fritidsportalen, og bagefter var jeg så heldig at få en invitation til at komme på besøg til et af deres fællesspisningsarrangementer. Jeg blev modtaget



De tre frivillige bag fællesspisningerne - fra venstre Eva Groth, Hanne Krautwald og Vivian Dalsgaard.

PULJEN TIL SPISEFÆLLESSKABER 60+

Den nye pulje trådte i kraft pr. 1.1.2024 og kan søges af initiativtagere eller foreninger, der laver frivilligt, socialt arbejde på seniorområdet.

Puljen kan søges til opstart af nye aktiviteter med fællesspisning som hovedformål. Målgruppen for er borgere i alderen 60+, og formålet med puljemidlerne er at understøtte nye spisefællesskaber, der er med til at forebygge ensomhed.

Det forventes at puljen løber frem til og med 2027.

Der er ingen ansøgningsfrist, og ansøgningerne behandles løbende.

Midlerne tildeles efter først til mølle-princippet.



Der er altid fuldt hus, når beboerne mødes til fællesspisning.

med åbne arme, og det var virkelig en stor fornøjelse at se, hvor meget glæde midlerne skaber. Det er også en stor fornøjelse at komme ud og møde de mange frivillige kræfter bag et sådant arrangement. De frivillige knokler og deler ud af deres tid, men det er min oplevelse, at de får lige så meget igen. Især et stærkt fællesskab, fortæller Anne Birgitte Hundahl

Spørger man Eva Groth, om hun kan anbefale andre foreninger at søge Puljen til spisefællesskaber 60+, så svarer hun et rungende JA!

- Jeg vil bestemt anbefale andre at søge. Når man først har gjort sig tankerne, er det nemt at udfylde ansøgningen. Vi fik rigtig god vejledning. Det er så vigtigt at styrke fællesskabet i hverdagen, og puljen her giver os muligheden for at gøre endnu mere af lige netop det, slutter Eva Groth.

Hvis du har fået lyst til at starte et spisefællesskab op, kan du læse mere om Puljen til spisefællesskaber 60+ på www.vejle.dk/spisefaellesskaber eller kontakte frivilligkoordinator Anne Birgitte Hundahl på tlf. 2490 6792 eller mail anbhu@vejle.dk

Ny Sundhedspolitik sætter fokus på trivsel og fællesskaber

Vejle Kommune har fået en ny Sundhedspolitik. Og den handler om meget mere end at tælle skridt og spise gulerødder. Vi vil nemlig ikke kun undgå sygdom – vi vil trives. Og det gør vi i høj grad, når vi er en del af et fællesskab, hvad enten det er i boligforeningens træværksted eller til træning hos Idræt i Dagtimerne.

Af Rikke Sølyst
Fotos: Jonas Normann

- Der er ingen tvivl om, at aktiviteter og fællesskaber er en del af løsningen på mere sundhed og trivsel for mange af de mennesker, der bor i vores afdelinger, fortæller Maria Plambech, der er kommunikationsansvarlig hos AAB Vejle.

Hos boligforeningen arbejder man fokuseret på at styrke fællesskabet blandt beboerne i de forskellige afdelinger. Her byder lokale ildsjæle ind med aktiviteter – som for eksempel Brian Christensen, der er frivillig tovholder på Træværkstedet i Løget By.



Brian Christensen har altid kaffe på kanden og tid til en snak i Træværkstedet i Løget By.



◀ Det giver livskvalitet at være aktiv sammen med andre, mener Tony Brazil, der er daglig leder af Idræt i Dagtimerne i Vejle.


- Ens tanker kommer væk fra de negative tanker, man har. Man har et øjeblik, hvor man har det lidt sjovt, og det gør, at man får det bedre. I hvert fald i det øjeblik. Og hvis man gør det tit, så tror jeg, at det er rigtig godt for ens sundhed, uddyber Brian, som i øvrigt selv trives i kraft af sit frivillige arbejde:

- Jeg synes, at man oplever en stor glæde, når man hjælper andre, fortæller han.

Aktive frirum giver livskvalitet

For Tony Brazil, der er daglig leder af Idræt i Dagtimerne i Vejle, er sundhed også andet og mere end muskelmasse og BMI. For ham handler sundhed om at holde sig i gang, både fysisk og mentalt, for at kunne leve længst muligt og bedst muligt i eget liv.

Derfor arbejder man hos Idræt i Dagtimerne med at skabe trygge rammer for både fysisk og psykisk bevægelse. Og dørene er åbne for alle, der har lyst til at være aktive sammen med andre. Det gælder både dem, der er selvkørende og dem, der har brug for ekstra støtte. For alle kan have glæde af at møde op og være aktive med andre:

- Det betyder ikke så meget, om man går til brætspil, pilates eller puls og styrke. Det er mere det, at man holder sig i gang, knytter sig an til nogle fællesskaber og får skabt sig nogle frirum i hverdagen, der giver livskvalitet, fortæller Tony Brazil. 

Brug hænderne og sæt tankerne på pause

Brian Christensen er et kendt ansigt blandt mange beboere i Løget By, hvor han inviterer på kaffe og mulighed for at prøve kræfter med hammer og sav i værkstedet:

- Der er mange her i området, som går alene derhjemme og ikke rigtig har noget at give sig til i løbet af dagen. De kan komme herved, få en kop kaffe og sidde og hygge sig. Og så kan de få lov til at bruge deres hænder lidt, fortæller Brian Christensen.

Kaffe og træarbejde rimer måske ikke umiddelbart på sundhed. Men at mødes med andre og fordybe sig i et håndværk kan styrke den mentale sundhed – og Brian er ikke i tvivl om, at det kan gøre en forskel at komme i Træværkstedet:

Fælles om sundhed og trivsel

Vejle Kommunes nye sundhedspolitik blev lanceret i januar under disse fire overskrifter:

1. Det sunde liv er et liv i balance

Vores mentale, sociale og fysiske sundhed går hånd i hånd, og den bedste forebyggelse er den, vi slet ikke opdager.

2. Forskellighed er det, vi har til fælles

Vi har alle forskellige forudsætninger for at leve et liv i sundhed og trivsel. Mange vil og kan selv håndtere livets udfordringer, mens andre har brug for en ekstra hånd i ryggen.

3. Medborgerskab er medansvar

Det giver livskvalitet at bidrage og tage ansvar, og vi skal skabe mulighed for, at flere kan være mere for hinanden.

4. Ingen skal stå alene

Medborgerskab viser sig ved, at vi har øje for hinanden og tør møde hinanden – også når livet er svært.

Læs hele sundhedspolitikken her:
vejle.dk/sundhedspolitik

Kontakt til kommunen

Myndighedsafdelingen

Kontakt Myndighedsafdelingen, hvis du har et fysisk, psykisk eller socialt problem og har brug for hjælp fra Vejle Kommune.

Personligt fremmøde på

Vestre Engvej 51B, 4. sal, 7100 Vejle.

Åbningstider: Mandag-onsdag kl. 9.00-15.00

Torsdag kl. 9.00-17.00. Fredag kl. 9.00-14.00

Mail: myndighedsafdelingen@vejle.dk

Søg elektronisk via www.vejle.dk

Telefonisk henvendelse:

Sundhedsfagligt team tlf. 76 81 80 82

– mandag, tirsdag, torsdag og fredag kl. 8.30-11.00

BPA-teamet tlf. 76 81 80 85

– mandag til fredag kl. 8.30-9.30

Handicap og socialpsykiatrisk team tlf. 76 81 80 98

– mandag til fredag kl. 8.30-11.00

Hjælpe-middelteamet tlf. 76 81 80 81

– mandag, tirsdag, torsdag og fredag kl. 8.30-11.00

Personlige hjælpemidler tlf. 76 81 80 80

– mandag, tirsdag, torsdag og fredag kl. 8.30-9.30

Handicapbiler tlf. 76 81 80 95

– mandag, tirsdag, torsdag og fredag kl. 8.30-9.30

Syns- og teknologihjælpe-midler tlf. 76 81 80 94

– mandag, onsdag og fredag kl. 8.30-9.30

Stomi og kateter tlf. 76 81 80 91

– tirsdag og torsdag kl. 12.30-13.00

Kompressionssygeplejerskerne tlf. 76 81 80 93

– mandag, tirsdag, torsdag og fredag kl. 13.00-13.30

Kontakt til Senior – Administration

Kontakt Senior – Administration, hvis du vil deltage i aktiviteter, har pårørende på et plejecenter eller får hjemmehjælp og har valgt Vejle Kommune som leverandør.

Senior – Administration

Skolegade 1, 7100 Vejle, Tlf. 76 81 71 00

Mail: senioradm@vejle.dk

Demensenheden

Skolegade 1, 7100 Vejle, Tlf. 76 81 66 00

Mail: demensenheden@vejle.dk

Frit valg af leverandør

Du kan finde alle godkendte leverandører til hjælp og pleje på www.vejle.dk/fritvalg

Kontakt Borgerservice

Kørekort..... 76 81 01 56

Pas..... 76 81 01 56

Helbrestillæg, personligt tillæg 76 81 01 74

Sygesikring..... 76 81 01 56

Digital Post 76 81 01 74

Skat(kun personlige henvendelser)

Øvrige områder 76 81 00 00

Husk at bestille tid, inden du møder op i Borgerservice.

Du kan bestille tid på www.vejle.dk, eller du kan ringe til os på ovenstående numre og få hjælp til at få en tid.

Mobil Borgerservice – køreplan

Børkop: Onsdage i ulige uger kl. 10-13
i MarKant, Ågade 6, 7080 Børkop

Jelling: Onsdage i lige uger kl. 10-13
i Byens Hus, Møllegade 10, 7300 Jelling

Give: Torsdage i ulige uger kl. 13-16
i Huset, Rådhusbakken 9, 7323 Give

Egtved: Torsdage i lige uger kl. 13-16
i Roberthus, Tybovej 2, 6040 Egtved

Kvikservice for hjælpemidler

Har du en varig funktionsnedsættelse, og har du brug for et hjælpemiddel, som kan lette din dagligdag? Så besøg Kvikservice på Niels Finsensvej 20, 7100 Vejle. Åbent for fremmøde hver torsdag kl. 13.00-17.00. Ring gerne i forvejen og tal med en sagsbehandler på tlf. 76 81 80 81 – mandag, tirsdag, torsdag og fredag kl. 8.30-11.00.

Sundhedshus Vejle

Forebyggende hjemmebesøg

Telefon 76 81 80 96, mandag-torsdag kl. 8.30-10.00

Genoptræning efter sygehusophold

Telefon 76 81 83 00, mandag-fredag kl. 8.00-10.00

Mail: sundhedscenter@vejle.dk

Sundhedskurser

Telefon 23 65 61 15, mandag-fredag kl. 8.30-9.30

Find en oversigt over kurser på www.vejle.dk/kurser

AKTIVSAMMEN

Find dit fællesskab på www.aktivsammen.vejle.dk
Du kan også kontakte en fællesskabskoordinator på telefon 51 84 10 36

Stor undersøgelse spørger: Hvordan har du det?

Den 4. februar startede den nationale undersøgelse "Hvordan har du det?" Undersøgelsen varer indtil den 18. maj og er den største undersøgelse af danskernes sundhed og trivsel.

Cirka 300.000 danskere over 16 år har fået et spørgeskema som digital post eller som fysisk post. Måske er du én af dem?

Hvordan har det?

Tjek din post - du kan vinde op til 15.000 kroner, hvis du besvarer spørgeskemaet senest den 18. maj.

"Hvordan har du det?"

Undersøgelsen indsamler vigtig viden om danskernes sundhed og trivsel, der bliver brugt til at forbedre forebyggelse og behandling af sygdomme. For at få de mest brugbare resultater, er det vigtigt, at så mange som muligt udfylder spørgeskemaet.

Undersøgelsen er et samarbejde mellem de fem regioner, Statens Institut for Folkesundhed og Sundhedsstyrelsen. Alle data behandles fortroligt.



Bliv del af et fællesskab

Vil du også være en del af et fællesskab? Klik ind på www.aktivsammen.vejle.dk, hvor der er over 500 aktiviteter i hele Vejle Kommune at vælge mellem.

Du kan også få hjælp af en fællesskabskoordinator på telefon 51 84 10 36

AKTIV SAMMEN