

# Vaccineplanen udrulles i Danmark

På årets sidste dag i 2020 fik den første borger i Randers sit første stik mod Covid-19. Det skete, da Christian Clausen modtog sin vaccination på Plejecenter Solbakken.

Takket være vaccinen kan vi snart se et lys for enden af tunnelen, men vi skal stadig holde fast i de gode vaner og følge sundhedsmyndighedernes anbefalinger for at bryde smittekæderne og begrænse smitten, til vi alle er på den anden side af Corona-pandemien.

Sundhedsstyrelsens sundhedsfagligt prioriterede rækkefølge for udrulningen er som følger:

1. Personer som bor i plejebolig mv.
2. Personer på 65 år og ældre som modtager både personlig pleje og praktisk hjælp

3. Personer på 85 år og ældre
4. Personale i sundheds-, ældre- og udvalgte dele af socialsektoren med særlig risiko for smitte, eller som varetager en kritisk funktion
5. Udvalgte personer med tilstande og sygdomme, som medfører særlig øget risiko for alvorligt forløb ved COVID-19
6. Udvalgte pårørende til personer med særlig øget risiko for et alvorligt forløb eller pårørende som er en uundværlig omsorgs- eller plejeperson
7. Personer med alder 80-84 år
8. Personer med alder 75-79 år

9. Personer med alder 65-74 år
10. Personer med alder under 65 år som har tilstande og sygdomme, som medfører øget risiko for alvorligt forløb ved COVID-19
11. Personale der varetager øvrige samfundskritiske funktioner
12. Øvrige befolkning, f.eks. segmenteret efter alder

I udrulningen af vaccinationsindsatsen kan det være nødvendigt at justere rækkefølge under hensyntagen til bl.a. vaccineleverancer, logistiske og organisatoriske forhold mv.



Stil op til  
**ældrerådsvalget**  
Læs side ..... **3**

Bevæg dig  
**for livet**  
Læs side ..... **4**

Se de nye  
**pensionstakster**  
Læs side ..... **8**

I RANDERS KOMMUNE

Nr. 1 • FEBRUAR 2021

# PREMIST



## Bruger-pårørenderåd i hjemmeplejen

Omsorgsudvalget i Randers Kommune har besluttet, at der skal etableres bruger-pårørenderåd på plejecentre og i hjemmeplejen. Bruger-pårørenderåd for hjemmeplejen bliver noget helt nyt der ikke er tidligere erfaringer med.

Rammerne er, at bruger-pårørenderåd vælges for et år ad gangen, at de kandidater der ikke opnår valg, bliver valgt ind som suppleanter, at ældrerådet tilbydes en plads i hvert bruger-pårørenderåd, at pårørende kan fortsætte i rådet op til max. 6 måneder efter at deres nærtstående ikke længere har tilknytning til plejecentret / distriktet, at bruger-pårørenderådet er et dialogforum, som sikrer at borgere og pårørende får mulighed for at sætte fokus på relevante emner og selv fastsætte sin mødeaktivitet. Dog bør mindst 1 møde pr. kvartal tilstræbes, og der afholdes et årligt møde mellem Omsorgsudvalget, Ældrerådet og bruger-pårørenderådet for hjemmeplejen.

På seneste omsorgsudvalgmøde blev besluttet, at der nedsættes en valgbestyrelse med formand og næstformand for Omsorgsudvalget, og at Ældrerådet anmodes om at udpege en repræsentant. Valgproceduren forberedes med opstilling af kandidater, og valget afvikles som fremmødevalg, så snart Covid-19 restriktioner tillader det.

Der vil indgå op til 4 repræsentanter for brugere og 8 repræsentanter for pårørende i bruger-pårørenderådet for hvert distrikt, og der vælges et bruger-pårørenderåd for de borgere, der har valgt privat leverandør. Udformningen af dette drøftes med de private leverandører.

Der vil blive gjort opmærksom på valget og på muligheden for at melde sig som kandidater via aviser og relevante hjemmesider.

## Byrådet vedtager handleplan for Huset Nyvang

På et ekstraordinært byrådsmøde onsdag den 27. januar vedtog Randers Byråd en handleplan for Huset Nyvang. Målet er, at plejecentret, der har særligt fokus på borgere med demenssygdomme, får skabt et tilbud, hvor beboerne får god kvalitet i plejen.

Handleplanen betyder blandt andet, at der skal ansættes yderligere 12 medarbejdere i de kommende to år. Medarbejderne skal i videst mulige omfang have demensfaglig viden og erfaring samt relevant uddannelse. Ledelsen på Huset Nyvang skal desuden styrkes, med fokus på vilkår, rammer og redskaber. Ledelsen udvides med yderligere en assisterende plejecenterleder, så der fremover vil være to og en plejecenterleder. Fokus skal være på arbejdet med samtaleformen, styrke samarbejde med de pårørende m.v.

## Buskort til pensionister

I Randers Kommune er det muligt for alle over 65 at få et buskort ekstra billigt. Du kan få buskortet på et hvilket som helst tidspunkt, fra den dag du fylder 65 år - samt når du får tilkendt førtidspension. For at komme i betragtning til buskortet, skal du have bopæl i Randers Kommune. Buskortet gælder i 1 år fra den dato, du køber buskortet.

Buskortet gælder til alle bybusser, lokale og regionale busser inden for Randers Kommune. Hvis du skal rejse uden for Randers Kommune, skal du blot betale for de zoner, som ligger uden for kommunegrænsen. Buskortet gælder ikke til tog. Buskortet kan ikke refunderes.

Du kan købe dit pensionist buskort ved at ringe til Midttrafik Kundecenter på tlf. 70 210 230. Her vil du få hjælp til at bestille kortet. Personalet indtaster dine oplysninger i webshoppen og sørger for, at kortet bliver sendt hjem til dig. Kortet koster 365,- kr. for et år. Hav din e-mail og dit betalingskort klar, inden du ringer. Pensionister også få hjælp til bestilling af buskort i Borgerservice.

Hvis du er førtidspensionist, skal du også have et pensionistbevis. Du kan få pensionistbeviset gratis i

Borgerservice, Odinsgade 14.

Du kan se åbningstider i Borgerservice her:

<https://www.randers.dk/kontakt/aabningstider>

Du kan også købe buskortet online på:

<https://www.midttrafik.dk/billetter-og-priser/billetter/pensionistkort/randers-kommune/>

Har du spørgsmål er du velkommen til at kontakte Midttrafik på tlf. 70 210 230.



## Borgerservice flytter midlertidigt på Laksetorvet



Facaderne på bygningerne, der til dagligt huser Borgerservice og Myndighedscenteret, skal gennemgå en omfattende renovering.

Reparationsarbejdet i Borgerservice påbegyndes i starten af marts måned og ventes at vare til ultimo maj 2021. Det betyder, at Borgerservice i begyndelsen af marts flytter midlertidigt over i forhallen hos Randers Kommune på Laksetorvet.

I forbindelse med flytningen er Borgerservice lukket et par dage i starten af marts 2021. Pga. vejrliget er det ikke muligt at sætte en eksakt dato for flytningen.

Årsagen til det omfattende renoveringsarbejde skyldes, at armeringen i facadernes betonelementer er rustne. Det betyder, at armeringen udvider sig og presser murværkets teglstensskaller ud, så der er risiko for, at de falder ned. Derfor skal samtlige facader ommures. Arbejdet er påbegyndt ved Myndighedscenteret.

## Mistet eller ødelagt pas fordobler prisen

Pr. 1. februar 2021 er gebyret for at få lavet et nyt pas fordoblet, hvis man har mistet dit pas eller fremviser et ødelagt pas. Fordoblingen gælder samtlige gebyrer inkl. fingeraftryk.

Du skal betale for dit pas ved pasekspeditionen i Borgerservice. Du kan betale kontant, med Dankort, MasterCard, Maestro, Visa, Visa Electron, JCB, American Express eller med MobilePay.

Normalpriserne er som følger:

0-11 år	150 kr.
12-17 år	150 kr. + fingeraftryk 28 kr.
18 år til folkepensionsalderen	862 kr.+ fingeraftryk 28 kr.
Personer i folkepensionsalderen	378 kr.
Billede	110 kr.*

\*Prisen er for et foto, der digital sendes videre til Rigspolitiet for produktion af passet.

## Brug dit mundbind korrekt

Mundbind anvendes for at undgå at sprede virus og bakterier - af hensyn til dig selv og andre.

Vask hænder eller brug håndsprit før du tager mundbindet i brug. Vend forsiden af mundbindet udad. Ved engangsmundbind er det som regel den farvede side.

Tag mundbindet på ved at holde i øreelastikkerne. Sørg for, at det sidder tæt til dit ansigt og dækker både næse og mund.

Rør ikke ved mundbindet under brug, og skift det ofte. Brug ikke et beskidt mundbind.



## PENSIONIST I RANDERS

UDGIVER:  
Randers Amtsavis

ANSVARSHAV:  
Karen Balling Radmer

REDAKTION:  
Kim Brandt Thomsen

KONTAKT PENSIONIST I RANDERS  
kim.brandt.thomsen@randers.dk

# Ældrerådet er en naturlig del af kommunens ældre- og omsorgsarbejde

Vær med til at vælge et nyt ældreråd til efteråret. Kandidater opfordres til at melde sig på banen i løbet af foråret.

Det nuværende ældreråd i Randers Kommune er i fuld gang med at forberede efterårets ældrerådsvalg. Hvert fjerde år er der valg til ældrerådet, og perioden for det siddende ældreråd udløber ved årsskiftet. Inden da får alle kommunens +60-årige mulighed for at stemme på de opstillede kandidater og dermed sammensætte et nyt ældreråd.

”Vi tror, at 2021 bliver et år, hvor endnu flere ældre borgere i Randers Kommune bakker op om lokaldemokratiet og sætter deres kryds ved ældrerådsvalget til efteråret,” siger ældrerådsformand Per Boysen, som fortsætter: “Derfor vil jeg opfordre alle, der har lyst og interesse i at deltage i debatten om, hvordan vi ældre skal bo og blive gamle i Randers Kommunes, til at melde sig som kandidater og blive en vigtig del af kommunens ældre- og omsorgsarbejde”.

Ældrerådet har 11 medlemmer og er et rådgivende, vejledende og inspirerende organ for byrådets politikere på ældre- og omsorgsområdet. Ældrerådets medlemmer vælges for en periode af fire år. En nærmere beskrivelse af ældrerådets arbejde, vedtægtsgrundlag, dagsordener og mødereferater kan læses på kommunens hjemmeside [www.randers.dk](http://www.randers.dk)

Ældrerådsformand  
Per Boysen



## Analyse på omsorgsområdet

Randers byråd besluttede den 31. august 2020, at der skal udarbejdes en analyse af omsorgsområdet. Undersøgelsen sker på baggrund af TV2's dokumentarudsendelse "Plejehjemmene bag facaden". Undersøgelsen omfatter tre dele, som hver består af en række konkrete spørgsmål, der skal belyses.

- Del 1 vedrører forhold omkring Huset Nyvang.
- Del 2 vedrører generelle forhold på ældre- og omsorgsområdet i Randers Kommune.
- Del 3 vedrører forhold omkring det politiske og administrative ansvar.

Analysen udarbejdes med hjælp fra et eksternt konsulentfirma. I analysen indgår både interview, spørgeskemaundersøgelser og besøg på omsorgsområdets tilbud. I arbejdet med analysen indgår ca. 1.000 borgere, pårørende, ledere og medarbejdere. Det betyder, at mange borgere og pårørende har oplevet at blive kontaktet via telefon, e-mail og/eller e-Boks. Nogle har også deltaget i interviews.

Kommunaldirektøren har sammen med borgerrådgiveren ansvaret for analysens udarbejdelse. Det valgte konsulentfirma er Implement. Analysen forventes afsluttet ultimo februar 2021 og behandlet i byrådet i april måned 2021.

## 10.000 kilometer corona-venlige aktiviteter

Frivillige på Kildevang i Langå har cyklet 10.000 kilometer med glade plejehjemsbeboere i ældrecentrets rickshaw, siden cyklen blev indkøbt i 2016. De fleste kilometer har været med Preben Nielsen bag styret - og begejstrede plejehjemsbeboere ombord.



Preben cykler mindst én tur hver dag med beboerne på Kildevang Ældrecenter - ofte også i weekenden. Og beboerne elsker det. Nogle beboere vælger en tur ned til Gudenåen eller til den nærmeste sø, men mange lader Preben vælge destinationen. Det vigtigste er at få nye indtryk og mærke den friske luft i ansigtet. "Som cykelpilot får man virkelig mange sjove og hyggeli-

ge oplevelser", fortæller Preben, som aldrig havde været frivillig før 2016, hvor han lige havde mistet sin kone og havde brug for positive input i hverdagen. "Jeg begyndte at glæde mig til de daglige ture og blev venner med nogle af beboerne, som jeg drak kaffe og fik en sludder med efter cykelturen. Jeg har fået rigtig meget ud af det".

### Mangel på cykelpiloter

Randers Kommune har i 2020 Danmarksrekorden i flest cyklede ture! Men selvom der på Kildevang er to cykelpiloter udover Preben Nielsen, er der generelt mangel på cykelpiloter i Randers Kommune og stor efterspørgsel på cykelturene - særligt på Fårup Ældrecenter, Borupvænget og Huset Nyvang. Man kan læse mere og tilmelde sig som cykelpilot på [www.cyklingudenalder.dk](http://www.cyklingudenalder.dk)

### Kontaktperson for cykelpiloter:

Frivilligguide Inge Schultz-Knudsen  
Tlf. 20476473  
[Inge.Schultz-Knudsen@randers.dk](mailto:Inge.Schultz-Knudsen@randers.dk)

## Hvordan har du det?

5.000 borgere i Randers bliver i februar spurgt om sundhed og trivsel. Svarene får stor betydning for fremtidens sundhedstilbud i Randers Kommune.

I Midtjylland modtager cirka 70.000 borgere spørgeskemaet i e-Boks eller i postkassen. Hvert svar tæller, for besvarelserne bliver brugt som rettesnor for både sundhedspolitikker og sundhedsindsatser i fremtiden. Derfor opfordrer borgmester Torben Hansen til, at man husker at tjekke sin e-Boks og sin postkasse. "Jo flere som svarer på undersøgelsen, jo klogere bliver vi på at lave de helt rigtige sundhedsindsatser, som mat-

cher befolkningens behov," siger Torben Hansen, som også er formand for Kommunekontaktrådet i Midtjylland. Der er præmier på højkant blandt dem, der besvarer spørgeskemaet. Hvis man svarer inden for de første 14 dage, er man med i konkurrencen om tusind gavekort på en værdi af 200 kroner. Og alle besvarelser er med i kapløbet om tre supergavekort på 3.000, 7.000 og 10.000 kroner.

## Dronningborg-projektet - siden sidst

I februar 2020 omtalte vi i pensionistavisen den politiske beslutning om at etablere hal, daginstitution og plejehjem, hvor Dronningborghallen ligger i dag.

De tre byggerier skal hænge sammen, så der skabes samspil og udnyttes potentialer og muligheder fra hver enkelt enhed. Samarbejdet og synergien mellem de tre enheder skal være med til at skabe sammenhængskraft og nye fællesskaber i et fælles fjerde. Et fælles fjerde som skal vække nysgerrighed, og gennem indsigt og forståelse danne relationer og skabe venskaber på tværs. Udbudsmaterialet er under udarbejdelse. Materialet er siden den politiske beslutning tilføjet en udvidelse af

idrætsdelen samt større fokus på bæredygtighed. 15 af plejehjemmets 60 boliger bliver på ca. 90 m<sup>2</sup>, mens de resterende boliger bliver på ca. 75 m<sup>2</sup> inklusiv fælles boligarealer. Byggefeltet er beliggende ved og omkring den nuværende Dronningborghal ved Udbyhøjvej. Hallen er nedrivningsmoden og fjernes. Det endelige udbudsmateriale forventes godkendt af byrådet 8. marts, og efter udbudsrunde og valg af totalentreprenør påbegyndes byggeriet november 2021 og forventes at stå færdigt til indflytning i marts 2024. Dronningborg og Kristrup ældrecentre afvikles efterfølgende.

## Aldershvile omdannes til sundhedscenter og ældreboliger

I pensionistavisens maj-udgave 2020 blev den politiske beslutning om at omdanne ældrecentret Aldershvile i Havndal omtalt. Omdannelsen betyder, at 12 boliger afvikles og bliver til et nyt sundhedscenter, og de resterende 8 bevares som ældreboliger.

Byrådets rådgivende §17.4 udvalg arbejder efter en vision, at sundhedscentret skal tilbyde sundhedstilbud til borgerne i Havndal med udgangspunkt i borgernes behov for sundhed og med høj involvering og samspil. Sundhedscentret kan for eksempel indeholde regionale, kommunale, private og frivillige sundhedstilbud og rumme både fagpersonale, frivillige, foreninger m.fl. Der har nu været arbejdet med tekniske byggetegninger, og det er gennem et udbud afsøgt, om der var investorer til køb af det kommende sundhedscenter. Det var ikke tilfældet, hvorfor kommunen nu arbejder videre med den kommende ombygning og afsøger udlejningsmuligheder af lokaler. Det forventes, at ombygningsarbejdet påbegyndes i april måned 2021.

## Mulighed for psykologhjælp under corona-nedlukning

Vi lever i en særlig tid, og det har vi gjort i snart et år nu. Uforudsigelighed og afsavn er blevet en del af dagligdagen, og tidshorizonten for, hvornår vi får vores gamle liv tilbage, er blevet rykket flere gange. "Mange er ved at være godt trætte af det", siger Camilla Dahl Sørensen, som er psykolog på Omsorgsområdet i Randers Kommune. Hun oplever, at corona-pandemien har medført øget tristhed og bekymring hos mange af de ældre, som hun har samtaler med i det daglige.

"For nogle af de ældre er det corona-pandemien i sig selv, som er årsag til mistrivsel. For andre var livet svært forinden, og corona-pandemien har således gjort det sværere at komme ovenpå igen bl.a. pga. øget bekymring, social isolation og begrænsede handlemuligheder", forklarer hun.

Heldigvis er der stadig håb og ikke mindst vilje blandt de hårdt ramte ældre. Camilla Dahl Sørensen fortæller, at for mange kan det være en lettelse i sig selv, at få lov til at sætte ord på, hvordan man har det og blive mødt med forståelse og omsorg. Hun tilføjer, at der ofte også sker et skift, når vi får lidt ro på bekymringerne, og bliver i stand til at give mere slip på de ting, som vi alligevel ingen kontrol har over, og i stedet retter fokus mod de ting, som ligger inden for vores rækkevidde. Så bliver vi mindre fastlåste som mennesker, og åbne for at finde alternative veje til glæde og mening i en ellers svær tid med mange begrænsninger og afsavn.

Camilla Dahl Sørensen kører normalvis hjem til borgere, som er henvist til samtaler via udvalgte medarbejdere på Omsorgsområdet. Men under den nuværende

corona-nedlukning foregår samtalerne via telefon, og der er åbnet op for, at borgere selv kan henvende sig. Er du 65 år eller derover, modtager en ydelse fra Omsorgsområdet, og oplever et behov for samtaler, er du velkommen til at kontakte Camilla Dahl Sørensen på telefon 20 36 18 26 i hendes telefontid mandag kl.14-15 og torsdag kl.8.30-9.30.

Venlig hilsen

**Camilla Dahl Sørensen**  
Psykolog

Randers Kommune  
Sekretariatet for Omsorg  
89151097 - 20361826



## 90-årig bliver i eget hjem takket være træningsforløb

Et ophold på Træningshøjskolen i Randers kombineret med vedligeholdende træning gjorde det muligt for 90-årige Jytte Stiegsen at komme hjem igen efter et uheld, hvor hun faldt og brækkede benet.



Jytte Stiegsen oplevede 1. juni dét, som mange enlige ældre frygter: Hun mistede balancen, faldt hjemme i sin lejlighed og brækkede lårbenet. Så hun måtte med store smerter kravle hen til en telefon for at ringe efter hjælp.

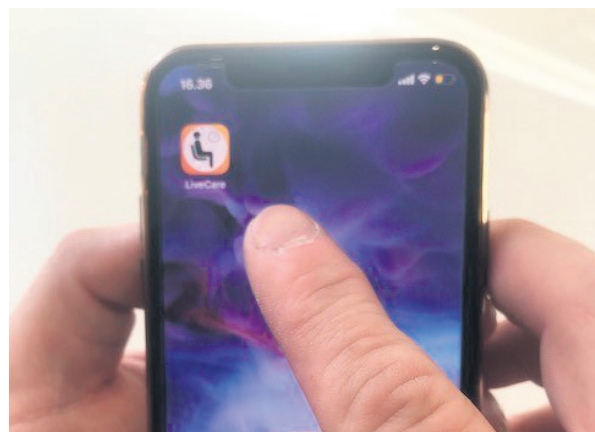
Efter en uges ophold på hospitalet begyndte hun og hendes familie at bekymre sig for fremtiden.

"Selvom jeg bor i en villa, hvor de andre lejligheder er beboet af familiemedlemmer, så bor jeg alene i min lejlighed og er vant til at klare mig selv i hverdagen. Og den frihed er rigtig vigtig for mig. Den vil jeg være ked af at opgive," forklarer Jytte.

Heldigvis var Træningshøjskolen i Øster Tørslev lige

åbnet igen efter corona-nedlukning, og Jytte Stiegsen fik tilbudt et ophold med intensiv træning og omsorg. Efter et succesfuldt træningsforløb er Jytte på benene igen og kan selv gå i det lokale supermarked. Træningshøjskolen har netop til formål at hjælpe borgere til at blive uafhængige af kommunens hjælp i dagligdagen. Og det mål nåede Jytte Stiegsen også. Efter cirka to måneders intensiv træning var Jytte parat til at flytte hjem og få ugentlig, vedligeholdende træning på Plejecenter Tirsdalen. Et vedligeholdende træningsforløb i Randers Kommune varer som udgangspunkt tre måneder og hjælper borgerne med at bevare deres aktivitetsniveau så længe som muligt.

## Randers kommune leverer nu virtuel hjemmepleje til godt 200 borgere



Randers kommune arbejder med at udvikle metoder og implementere virtuelle skærm-løsninger, og omsorgsområdet leverer nu virtuelle hjemmepleje til godt 200 borgere.

Der blev i år 2020 omlagt mere end 55.000 ydelser. Der er tale om mange forskellige ydelser. Det var eksempelvis medicinadministration, blodsukkermåling, respirationsbehandling, hjælp til at tilberede og anrette mad, tilsyn og omsorg, hverdagsaktiviteter, psykisk støtte, personlig pleje og igangsætning. De fleste borgere modtager en kombination af fysisk og virtuel hjemmepleje. Der arbejdes i øjeblikket på at udvikle en forbedret platform til at tilbyde flere borgere virtuelle træningstilbud. I begyndelse af Corona-smitteudbruddet blev der udviklet en app, som pårørende til modtagere af virtuel hjemmepleje kan tilgå.

Hvis du er pårørende til beboer på et plejecenter i Randers kommune, kan du forhøre dig ved plejersonalet om centrenes muligheder for videoopkald.

## Bevæg dig for livet Randers

Gennem Randers Kommunes visionsaftale "Bevæg dig for livet" arbejder Randers Kommune målrettet for, at flere borgere skal være aktive. Særligt er der fokus på at flere seniorer og pensionister skal være aktive hver dag. En indsats der blandt andet foregår i samarbejde med Ældre Sagen, foreninger, Ældreområdet og gáværter.

"At være aktiv har stor betydning for at have en god og velfungerende hverdag. En opfordring skal derfor være til alle pensionister om dagligt at være fysisk aktiv. Om det er gåture, Idræt om dagen, styrketræning, badminton eller noget helt andet, er ikke så afgørende. Det handler om at være aktiv, og en lille smule fysisk aktivitet hver dag gør en stor forskel. Find inspiration ved Ældre Sagen, idrætsforeninger eller på [www.bevægdigranders.dk](http://www.bevægdigranders.dk). Det er mange muligheder," lyder opfordringen fra Jesper Bjørn Jacobsen, som er koordinator for Bevæg dig for livet ved Randers Kommune.



# Randers for fællesskab

Randers for fællesskab arbejder for at komme ensomheden til livs. Vi deler på facebook de gode historier fra ældrecentre og bofællesskaber. Det er frivilligkoordinatorerne på ældreområdet i Randers Kommune, der står bag facebook-siden Randers for fællesskab. Formålet er at inddrage så mange borgere som muligt i indsatsen mod ensomhed.

Alle er velkomne til at dele gode idéer og spændende initiativer, der kan hjælpe og støtte de borgere i Randers Kommune, der føler sig ensomme.

På siden vil vi orientere om kommunale initiativer og muligheder for at deltage som frivillige, og vi vil naturligvis fortælle gode historier, når det lykkes os at få skabt nye spændende fællesskaber og aktiviteter.

Det er vores erfaring, at borgere i Randers Kommune er gode til at skabe stærke fællesskaber, så lad os gøre endnu en indsats for at undgå, at nogen føler sig alene og ensomme.

## SMÅ HISTORIER FRA HVERDAGEN

### Olav har lavet sin allerførste græskarlygte

Han deltog sammen med andre beboere på Spentrup Ældrecenter i et dejligt udendørs efterårsarrangement, hvor SuperBrugsen havde doneret græskar, og flere af byens børn var med. Der blev hygget og snakket omkring bordene om både græskarlygter, efterår og gamle og nye traditioner.



### Elsie og Marie nød en frisk gåtur

Elsie og Marie nød en frisk gåtur med tid til en god snak og til at se på efterårets smukke farver, da de var med til premiere på en ny gågruppe på Ældrecenter Rosenvænget. Gågruppen på Rosenvænget mødes hver torsdag og er resultatet af et samarbejde mellem Ældre Sagen og frivillig guiderne i kommunen. Hvis du har et forslag til, hvilket område den næste gågruppe kunne oprettes i, så send en besked til Dorte.Rothmann1@randers.dk

### Personalet på Åbakken gik Lucia-optog

Flere beboere havde blanke øjne, og mange havde kameraerne fremme, da personalet på Åbakken gik Lucia-optog med lys og sang rundt på hele ældrecentret. Normalt plejer den lokale børnehave og skole at gå Lucia-optog for beboerne, men det var aflyst pga. corona. Så personalet tog sagen i egne hænder og forberedte kostumer med mere, så beboerne ikke skulle gå glip af den fine tradition. Hvor er det fantastisk med så engagerede medarbejdere!



## Aktivitet og fællesskab i en coronatid

Hvis du er vant til at have en aktiv hverdag og nyder at færdes i sociale fællesskaber, så er du nok godt og grundigt træt af corona-epidemien. Men måske tiden er inde til at udforske de digitale muligheder. Her får du to bud på hjemmesider med spændende indhold og muligheder for at danne nye fællesskaber – og måske endda venskaber.

Nye venner og fællesskaber på boblberg.dk

På hjemmesiden boblberg.dk kan man oprette sig ved at vælge sin kommune og herefter anføre navn og mailadresse. Så får man adgang til at se de profiler, som andre brugere af siden har oprettet. Der er nogen, der søger:

- Ny venner/veninder
- Pennevenner
- Makkere til vandreture
- Telefonvenner
- ... og meget mere!

Man kan også oprette sin egen profil og søge de fællesskaber, man selv kunne tænke sig. Man skal naturligvis være opmærksom på at overholde Sundhedsstyrelsens retningslinjer, men der er mange muligheder for aktiviteter; for eksempel en hyggelig snak i telefonen eller en gåtur med god afstand.

Krydsord og fællessang på aktivi.dk

Aktivi.dk er en ny digital platform, som egentlig er udviklet specielt til mennesker med demens og deres pårørende. Men meget af indholdet egner sig også fint til dem, der blot gerne vil underholdes og holde hjernen i gang.

På hjemmesiden kan man oprette grupper, finde fællesskaber, løse krydsord og sudoku, synge med en musikterapeut og meget mere. Var det for eksempel noget for dig at komme på en digital omvisning i København eller Firenze? Se videoerne fra Statens Museum for Kunst på hjemmesiden.

### Aase giver borgerne dejlige oplevelser

I 7 år har Aase givet ældre borgere i Dronningborg-området dejlige oplevelser, motion, frisk luft og godt selskab. Hun har nemlig været frivillig med en gåtursgruppe. Det tillader helbredet desværre ikke længere, men vi vil gerne sige Aase en kæmpe tak for alle de timer hun har givet!



### Bjarne giver en hånd med

Bjarne bor i Terneparken, og han vil enormt gerne bidrage til den gode hverdag på centret. Han giver gerne en hånd med at klippe hæk, plante blomster og fjerne ukrudt i beboernes fælles have. Her vasker han centerbussen, som trængte til en omgang.

### Juletræet med sin pynt

"Juletræet med sin pynt...." tonede smukt frem i baggrunden, mens juletræet blev pyntet med omhu af Ruths, Karens og Ellas sirlige hænder. Trods corona-restriktioner blev der gjort klar til at fejre en anderledes, men dejlig jul på Fårup Ældrecenter.



# Naturen på kort

Naturen og mulighederne for gode naturoplevelser ligger derude og venter. Vi har samlet naturområderne og de mange muligheder for vandreture og naturoplevelser i Randers Kommune på et Google-kort.

Kortet indeholder mere end 400 interessepunkter. Heraf er godt et halvt hundrede forslag til vandreture med rutekort og beskrivelser (de orange stjerner). På kortet er også en række ubeskrevne naturområder, mere end 30 telt- og shelterpladser, hundeskove, info om lystfiskeri og et dusin forslag til cykelture. Oplysninger om Randers kommunes mange landsbyer finder du også her...

Du finder naturkortet på Randers Kommunes hjemmeside på [www.randers.dk/naturkort](http://www.randers.dk/naturkort)



## Læsten Bakker

Læsten Bakker er Randers Kommunes største fredede område. Helt tilbage i 1953 blev der gennemført en fredning for at bevare de lyngklædte bakker, men først fra sensommeren 2013 fik publikum adgang til bakkerne og den 57 meter høje Kragbjerg Høj, hvorfra Fussingøs skove, Skalsådal og Tuemose for foden af bakkerne kan nydes i fulde drag.

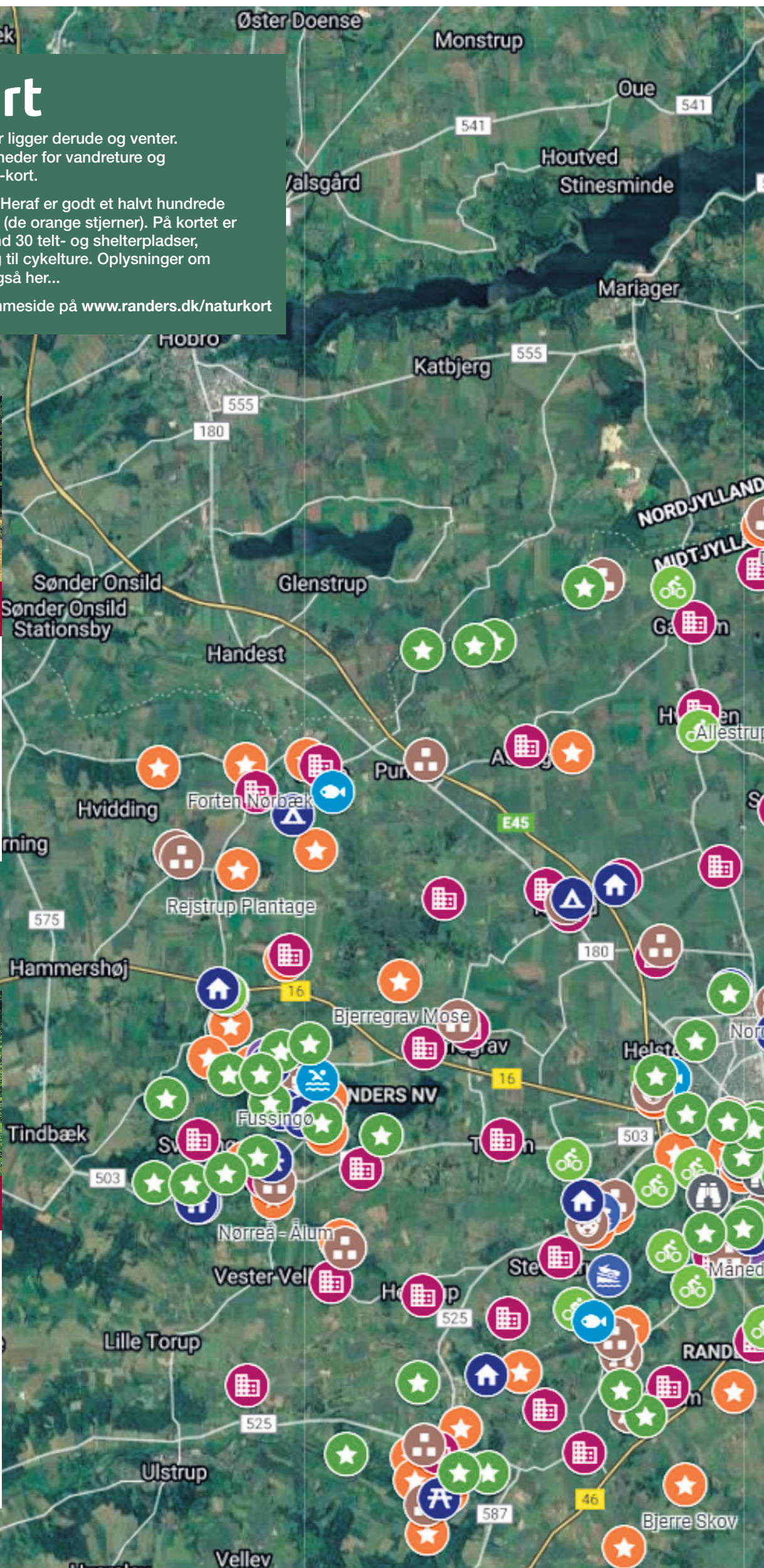
Turlængde 1,5 - 4 km i kuperet terræn

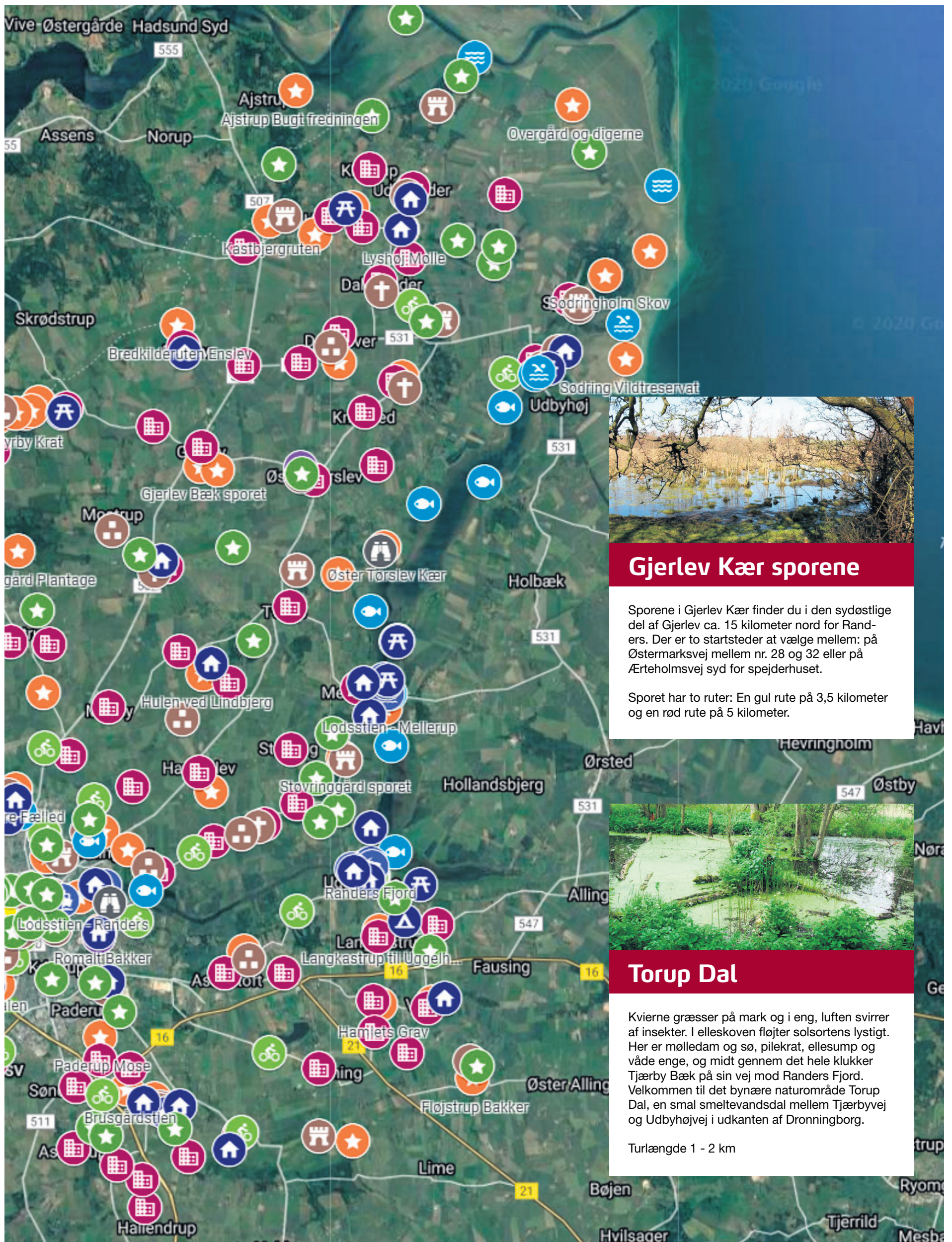


## Langå Egeskov

I Langå Egeskov finder du et særegent, kroget skovbillede, som vi kender det fra guldaldermalerne. En kreaturbid egeskov fra jordfællesskabets dage i årene før år 1800, hvor Langåbøndernes dyr om sommeren var på græs i den fælles græsgang i Langå Egeskov. Den gamle, bevoksede "udmark" er på 17 hektar. Ejet siden 1992 af Naturfonden under Danmarks Naturfredningsforening - og en af de få skove i Danmark med ret til kreaturgræsning som i gamle dage.

Turlængde 1 - 3 km





### Gjerlev Kær sporene

Sporene i Gjerlev Kær finder du i den sydøstlige del af Gjerlev ca. 15 kilometer nord for Randers. Der er to startsteder at vælge mellem: på Østermarksvej mellem nr. 28 og 32 eller på Ærteholmsvej syd for spejderhuset.

Sporet har to ruter: En gul rute på 3,5 kilometer og en rød rute på 5 kilometer.



### Torup Dal

Kvierne græsser på mark og i eng, luften svirrer af insekter. I elleskoven fløjter solsортens lystigt. Her er mølledam og sø, pilekrat, ellesump og våde enge, og midt gennem det hele klukker Tjærby Bæk på sin vej mod Randers Fjord. Velkommen til det bynære naturområde Torup Dal, en smal smeltevandsdal mellem Tjærbyvej og Udbyhøjvej i udkanten af Dronningborg.

Turlængde 1 - 2 km

# Personlige tillæg

Personlige tillæg kan bevilges til folkepensionister og førtidspensionister, hvis pensions-sag er påbegyndt eller afgjort før 1. januar 2003.

Ovennævnte pensionister kan få udbetalt personlige tillæg, hvis deres økonomiske forhold er særligt vanskelige, og at udgiften der søges til er rimelig og nødvendig.

Kommunen træffer afgørelse efter en konkret og individuel vurdering. I vurderingen indgår udgiftens nødvendighed og rimelighed. Desuden vurderes mulighederne for, at pensionisten betaler udgiften af egen og eventuel ægtefælles samlede indkomster og formue. Grundlaget for beregningen af personlige tillæg er pensionistens udgift efter at andre tilskudsmuligheder (helbredstillæg, udbetaling fra forsikringer m.v.) er fratrukket.

For at ansøge skal det obligatoriske digitale ansøgningsskema benyttes.

Ansøgningsskemaet kan tilgås via [www.borger.dk](http://www.borger.dk) eller [www.randers.dk](http://www.randers.dk).

Det er lovpligtigt, at du skal søge digitalt. Hvis du ikke har mulighed for at betjene dig selv på nettet, kan du få hjælp i kommunens Borgerservice.

## Formuegrænse

For personlige tillæg er den likvide formuegrænse pr. 1. januar 2021 på 91.900 kr.

# Helbredstillæg

Helbredstillæg kan bevilges til folkepensionister og førtidspensionister, hvis pensions-sag er påbegyndt eller afgjort før 1. januar 2003, og som opfylder betingelserne herfor.

## Almindeligt helbredstillæg

Helbredstillæg kan ydes til helbedsbetingede udgifter, som den offentlige sygesikring giver tilskud til. Det er udgifter til behandling hos tandlæge, kiropraktor, fysioterapeut, fodterapeut, psykolog og til køb af medicin.

Siden 2013 har det ligeledes været muligt at få bevilget helbredstillæg til høreapparatbehandling. Der kan ydes helbredstillæg til dækning af den del af udgiften til behandlingen ved en godkendt privat leverandør, som overstiger de fastsatte tilskudssatser fra regionen. Der kan ydes helbredstillæg til følgende behandlingsudgifter: høreprøve, høreapparat, tilpasning, service og garanti. Det er en betingelse for bevilling af helbredstillæg til høreapparatbehandling, at regionen yder tilskud efter Sundhedsloven.

## Ansøgning om helbredstillæg

Pensionister kan få bevilget et helbedskort ved ansøgning om helbredstillæg via [Borger.dk](http://Borger.dk). Når Udbetaling Danmark har kontrolleret og godkendt formueforholdene, bliver der givet besked til kommunen om udstedelse af helbedskortet. Kortet fornyes automatisk hvert år pr. 1. januar, hvis de økonomiske betingelser fortsat er opfyldt.

For at ansøge skal det obligatoriske digitale ansøgningsskema benyttes. Ansøgningsskemaet kan tilgås via [www.borger.dk](http://www.borger.dk) eller [www.randers.dk](http://www.randers.dk). Det er lovpligtigt, at du skal søge digitalt. Hvis du ikke har mulighed for at betjene dig selv på nettet, kan du få hjælp i kommunens Borgerservice.

## Udvidet helbredstillæg

Udvidet helbredstillæg kan udbetales som tilskud til fodbehandling, briller og tandproteser. Borgerservice skal vurdere, om udgiften er rimelig og nødvendig, før der kan bevilges tilskud.

For at søge skal det obligatoriske digitale ansøgningsskema derfor benyttes. Ansøgningsskemaet kan tilgås via [www.borger.dk](http://www.borger.dk) eller [www.randers.dk](http://www.randers.dk). Det er lovpligtigt, at du skal søge. Hvis du ikke har mulighed for at betjene dig selv på nettet, kan du få hjælp i kommunens Borgerservice.

## Formuegrænse

For at være berettiget til helbredstillæg og udvidet helbredstillæg må pensionisten og eventuel ægtefælle eller samlever højst have en likvid formue på tilsammen 91.900 kr.

## Hvor stort er tilskuddet?

Tilskud kan højst udbetales med 85 procent af pensionistens egen andel af udgiften. Hvis den personlige tillægsprocent er mindre end 100, reduceres tilskuddet. Tillægsprocenten fremgår af den sidste pensionsmeddelelse.

# Likvid formue - hvad er det?

Når man som pensionist søger om helbredstillæg, enkeltydelse og personligt tillæg, får man oplyst, at den samlede likvide formue har betydning for, om man er berettiget til ydelserne. Men hvad dækker likvid formue over?

Ved ansøgning om helbredstillæg dækker likvid formue over følgende:

- Indestående i pengeinstitutter m.v.
- Kursværdien af obligationer
- Pantebreve i depot
- Kursværdien af børsnoterede aktier
- Kursværdien af investeringsbeviser

- Kontant beholdning
- Andre værdipapirer, herunder værdipapirer i udlandet
- Nedsparingslån med sikkerhed i fast ejendom
- Nedsparingskredit med sikkerhed i fast ejendom
- Obligationsbeholdning i depot

Ved ansøgning om personligt tillæg dækker likvid formue over alt det ovenfor nævnte og dertil:

- Friværdis i sommerhus
- Kassekredit med pant i fast ejendom

# Pensionstakster PR. 1. JANUAR 2021

Følgende gælder hvis du er:

- Folkepensionist eller
- Førtidspensionist, pensions-sag påbegyndt el. afgjort før 1. januar 2003

MAKSIMALE BELØB PR. MÅNED I KR.		
	Reelt enlige	Samlevende eller gifte
<b>FOLKEPENSION</b>		
Grundbeløb	6.518	6.518
Pensionstillæg	7.335	3.707
<b>I alt</b>	<b>13.853</b>	<b>10.225</b>
Ældrecheck pr. år før skat Formuegrænse: 87.700	18.400	18.400 til hver
<b>HØJESTE FØRTIDSPENSION</b>		
Grundbeløb	6.468	6.468
Pensionstillæg	6.718	3.246
Invaliditetsbeløb	3.262	3.262
Erhvervsudygtighedsbeløb	4.340	4.340
<b>I alt</b>	<b>20.788</b>	<b>17.316</b>
<b>MELLEMSTE FØRTIDSPENSION</b>		
Grundbeløb	6.468	6.468
Pensionstillæg	6.718	3.246
Invaliditetsbeløb	3.262	3.262
<b>I alt</b>	<b>16.448</b>	<b>12.976</b>
<b>FØRHØJET ALM./ALM. FØRTIDSPENSION</b>		
Grundbeløb	6.468	6.468
Pensionstillæg	6.718	3.246
Førtidsbeløb	1.706	1.706
Ekstra tillægsydelse	1.556	1.556
<b>I alt</b>	<b>16.448</b>	<b>12.976</b>
<b>ALMINDELIG FØRTIDSPENSION</b>		
Grundbeløb	6.468	6.468
Pensionstillæg	6.718	3.246
Ekstra tillægsydelse	3.262	3.262
<b>I alt</b>	<b>16.448</b>	<b>12.976</b>
Invaliditetsydelse	3.262	3.262

Følgende gælder hvis du er:

- Førtidspensionist, pensions-sag påbegyndt el. afgjort efter 1. januar 2003

MAKSIMALE BELØB PR. MÅNED I KR.		
	Reelt enlige	Samlevende eller gifte
<b>FØRTIDSPENSION</b>	<b>19.331</b>	<b>16.432</b>

Fra den 1. marts 2013 overgik følgende opgaver til Udbetaling Danmark:

Folkepension, Førtidspension – beregning og udbetaling, Opsat pension, Varmetillæg, Ældrecheck (supplerende pensionsydelse) og Boligstøtte. Du skal rette henvendelse til Udbetaling Danmark, hvis du har spørgsmål til de angivne pensions-satser for 2020. Du kan kontakte Udbetaling Danmark pension på tlf. 70 12 80 61.

På [www.borger.dk](http://www.borger.dk) kan du læse mere om folkepension og førtidspension.

# Ring til Udbetaling Danmark

Fra 1. marts 2020 fik landets kommuner ændret på adgangen til pensionssystemet, så kommunerne ikke længere har mulighed for at hjælpe sine borgere i samme udstrækning som tidligere. Konkret betyder det, at kommunerne i stigende grad må henvise borgere til Udbetaling Danmark, når det gælder om at få svar på pensions-spørgsmål. Som udgangspunkt skal alle henvendelser vedrørende beregning og udbetaling af folke- og førtidspension derfor ske til Udbetaling Danmark.

Det er fortsat kommunerne, som behandler henvendelser og ansøgninger om helbredstillæg, personligt tillæg og enkeltydelser.

