



De kommende fysiske aktiviteter vil favne bredt og kan være alt mellem at få oprettet et hold for stolegymnastik, lave et bowlinghold for mænd til yoga og motion i naturen.

# Mere bevægelse og fællesskab i 2023

2023 bliver et aktivt år, hvis det står til Team Frivillighed. Teamet, som samarbejder med frivillige og foreninger på ældreområdet, har nemlig besluttet, at der i 2023 skal etableres 20 nye fysiske aktiviteter på ældrecentrene eller i lokalområderne.

Frivilligkoordinator Birgitte Saksø fortæller. "I 2022 arbejdede Team Frivillighed med at etablere 15 nye madfællesskaber i lokalområderne. Det gik over al forventning, så nu kaster vi os over aktiviteter, hvor vi kan få bevæget os lidt mere samtidig med, at vi fortsat har fokus på fællesskabet. Mange af de nye fysiske aktiviteter kommer nemlig også til at indeholde et socialt element, hvor deltagerne slutter af med at drikke en kop kaffe sammen." De kommende fysiske aktiviteter vil favne bredt og kan være alt mellem at få oprettet et hold for stolegymnastik, lave et bowlinghold for mænd til yoga og motion i naturen.

Frivilligkoordinator Birgitte Saksø slutter af med en opfordring: "Har du et forslag til en fysisk aktivitet i dit lokalområde, så fortæl os det endelig. Og skulle vi være så heldige, at der sidder nogen derude, som har lyst til at være frivillige for en af de nye bevægelseshold, så kontakt os, så vi kan finde ud af, hvordan vi kan imødekomme dine ønsker."

Frivilligkoordinator Birgitte Saksø, mobil 23 81 55 91, birgitte.sakso@randers.dk

## Velkommen til Pensionistavisen

Foreninger, organisationer og interessegrupper er velkomne til at fortælle om arrangementer og tiltag i forhold til pensionsavisens målgruppe. Materiale med kontaktoplysninger kan mailles til pensionistavisen@randers.dk

Redaktionen forbeholder sig ret udvælge og redigere i det tilsendte. Pensionistavisen er primært for folkepensionister med indhold fra ældreområdet om ældreområdet set ud fra en kommunal synsvinkel. Tiltag på forenings- og frivilligheds-

området beskrives også, f.eks. initiativer inden for rehabilitering, frivillighed, demens, ensomhed, spise- og besøgsvenner, oplysning o.l.

I RANDERS KOMMUNE

PENSIONIST

Nr. 1 • FEBRUAR 2023

**Fitness i Any-klubben**

Læs side ..... **2**

**Aktivitetskalender for foråret 2023**

Læs side ..... **3-6**

**Se de nye pensionstakster**

Læs side ..... **8**



## Støttekoncert med fire kor

Nu kan du komme til koncert med Randers Bykor, Randers Seniorskor, Randers Teaters Kor og Growing Gospel.

De fire kor stiller op til støttekoncert for Hospice Randers søndag d. 12. marts klokken 14:30 på Fritidscentret Randers.

Du kan købe billetter til koncerten på Fritidscentret Randers fra d. 22. februar samt ved indgangen på koncertdagen. Billetprisen er 150 kr. pr. voksen og 25 kr. pr. barn, og der er kaffe, te, juice og kage med i prisen.

Overskuddet går til de frivilliges arbejde på Hospice Randers.

## Fitness i Any-klubben

Nu kan medlemmer af Any-klubben træne muskler og kondition i det nye motionslokale, der så dagens lys i slutningen af 2022.

Nogle medlemmer træner allerede sammen på faste tidspunkter. Netop fællesskabet omkring træning er en motivationsfaktor, og samtidigt er det også sundt med det hyggelige samvær.

Der er mulighed for at skifte tøj i forbindelse med fitnesslokalet. Træningsmaskinerne kan bruges alle ugens dage i åbningstiden undtagen onsdag eftermiddag på grund af bankospil.

### Åbent hus

Derudover har klubben mange andre aktiviteter på programmet. F.eks. stenslibning, læderarbejde og patchwork. Hvis det nye motionsrum ikke er nok, er der også stavgang og badminton i Any-klubben.

Du kan læse mere på [Anyklubben.dk](http://Anyklubben.dk) – eller komme til Åbent hus-arrangement tirsdag den 7. marts kl. 13-16, Slynghborggade 21.

## PENSIONIST I RANDERS

UDGIVER:  
Randers Amtssavis

ANSVARSHAVENDE:  
Karen Balling Radmer

KONTAKT  
PENSIONIST I RANDERS  
[pensionistavisen@randers.dk](mailto:pensionistavisen@randers.dk)

# Kommunen som arbejdsplads for seniorer

## Hvor passer jeg ind, hvad kan jeg bidrage med?

Ledige seniorer går med de samme spørgsmål som andre ledige, men vejen til næste job kan virke svær, når det grå hår for alvor har fået overtaget. Nu inviterer Seniorerhverv Kronjylland og Randers Kommune til inspirationsmøde om Randers Kommune som arbejdsplads.

Onsdag den 8. marts kan du blive klogere på, hvordan kommunen er som arbejdsplads, og hvad man som senior kan bidrage med. Du kan få råd til, hvordan du



På Jobcentret brugte Ole Würtz jobkonsulenten til sparring og fik bredt sine tanker ud, så han også overvejede andre brancher.

søger jobs, spillereglerne for ansøgere og specifikt omkring seniorindsatsen på omsorgsområdet i kommunen.

### Hvad kan jeg? Tid til refleksion

En af de ældre medarbejdere, der allerede har taget springet fra det private arbejdsmarked til det kommunale, er Ole Würtz. Efter 30 år i detailbranchen kom der i 2015 ny ledelse og nye idéer på ledelsesgangen i den virksomhed, han var regionschef i.

"Det var så tidspunktet, hvor jeg skulle videre. Jeg endte med at gå et års tid som ledig. Det giver tid til at reflektere og tænke over, hvad der betyder noget. Tid til at tænke over, hvad man kan bidrage med også i andre brancher end den, man måske har mest erfaring med", fortæller Ole Würtz.

På Jobcentret brugte Ole Würtz jobkonsulenten til sparring og fik bredt sine tanker ud, så han også overvejede andre brancher. Her endte han med at søge job i erhvervsafdelingen af Jobcentret, hvor han i dag er virksomhedskonsulent.

"Det var en mulighed for at se med friske øjne på arbejdsmarkedet og ledte til, at jeg begyndte at søge i andre brancher end detailbranchen. I mit job som virksomhedskonsulent er min erfaring vigtig. Jeg forstår virkelig virksomhedernes situationer og behov, fordi jeg selv har været der. Jeg bruger min erfaring, når jeg for eksempel skal tale med virksomheder omkring rekruttering af nye medarbejdere eller opkvalificering af ledige og afklaring af, om de kan være med til at få langtidslidende tilbage på arbejdsmarkedet", siger Ole Würtz.

Inspirationsmødet afholdes på Laksetorvet 8. marts kl. 14-16, lokale E.3.05. Her fortæller Ole Würtz mere om sine erfaringer som senior på jobmarkedet – og måske også hvor han ser jobmuligheder for seniorer i kommunen.

Du kan tilmelde dig arrangementet på følgende mail: [kronjylland@seniorerhverv.org](mailto:kronjylland@seniorerhverv.org)

## Status på udrulning af MitID

Borgerservice har i 2022 haft cirka 70.000 fysiske ekspeditioner – heraf har de 18.600 været vedrørende MitID. Og der er stadig brug for hjælpen. Der er for tiden omkring 1.300 månedlige ekspeditioner i Borgerservice omkring MitID.

I dag kan MitID bruges til næsten alle offentlige log-in og på mange private hjemmesider.

Det sker som en del af udfasningen af NemID, der lukker helt ned den 30. juni 2023, hvor alle offentlige

og private log-in forventes at kunne klares med MitID.

Grunden til, at NemID pensioneres, er behovet for en ny og fremtids-sikker ID-løsning, som lever op til de nyeste internationale sikkerhedskrav, og som ruster Danmark til fremtidens digitale udfordringer og muligheder.

Hvor får jeg hjælp

Hvis du har problemer med MitID, kan du få hjælp på [www.mitid.dk](http://www.mitid.dk) – eller du kan kontakte MitID supporten på tlf. 33 98 00 10.

Hvis du stadig har problemer med oprettelse af MitID, med aktiveringskoder eller andre dele af processen, kan du bestille tid og få hjælp i Borgerservice, se: [www.randers.dk](http://www.randers.dk)

Det er ikke nødvendigt at bestille tid hos Borgerservice, hvis du blot har brug for en ny aktiveringskode til MitID. I det tilfælde, skal du bare henvende dig i Borgerservice og trække et nummer.



## Ny formand og nyt fra Ældrerådet

Aase Boje er nyvalgt formand for Ældrerådet, mens Lena Gjettemann Stampe er valgt som rådets næstformand. Dette sker efter den tidligere formand, Per Boysen, desværre gik bort i slutningen af januar. Han blev 76 år. Per Boysen vil blandt mange ting blive husket for sit store engagement, evnen til at samle og til at finde de positive sider i tilværelsen. Ældrerådet holdt i slutningen af november møde på Skovbakken, hvor formålet blandt andet var at bidrage til at skabe det bedst mulige samarbejde mellem aktivitetsudvalg og frivilligguider. Der blev også tid til at få nyt fra frivillighedsområdet og arbejde for, at det bliver mere overskueligt at være kasserer.

# Forårets

# aktiviteter

## KILDEVANG

kl. 7:30-8:30 Selvtræning hver dag og i motionsrum.  
kl. 15-17 Påkrævet introduktion fås første tirsdag i måneden kl. 8.

### Åbne aktiviteter

1/3 kl. 10 Gudstjeneste i det store mødelokale  
Kl. 14.30 Gudstjeneste på onsdage 29/3, 19/4, 17/5, 7/6, 28/6.

### Mandage

Kl. 12-13.30 Madklub. Der er ledige pladser, tilmelding nødvendig

### Onsdage

Kl. 10-11.30 Mandegruppe. Ordner verdenssituationen over rundstykker, kaffe og en lille skarp

### Torsdage

kl. 14:30-16 Dameklub – strik, spil og nyd det hyggelige samvær

Kildevang, Randersvej 23.  
Nærmere info, kontakt Frivilligguide Eva Frank på 20 47 64 42

## AKTIVITETSHUSET, LANGÅ

Fri træning i motionsrummet hver dag 8-14

### Mandage

Kl. 10-16 Nørkleklub, strikker og syr til børn i Rumænien  
Kl. 13 Kortspil og pool  
Kl. 14 (Hver anden mandag i ulige uger) Mandagsunderholdning

### Tirsdage

Kl. 9 Knipling  
Kl. 9 Foreningen Omegas Børn spiller billard\*  
Kl. 13.15 Pensionistforeningen i Langås Banko\*

### Onsdage

Kl. 9:30 Pensionisterne synger  
Kl. 13 Kortspil, pool og pensionistorkestret "Solsikkerne" over PC-hjælp (tilm. nødvendig)

### Torsdage

Kl. 9.20 Banko, Torsdagsklubben\*

### Fredage

Kl. 13 Kortspil og pool

Aktivitetshuset, Bredgade 4. Nærmere info, kontakt formand Tove Brynildsen på 28 57 18 94. \*Kræver medlemskab af den nævnte forening.

## BJERREGRAVCENTRET

### Februar

23. kl. 13.30 Andagt v. præsten

### Marts

03. kl. 10.00 Bowling

Fortsættes på næste spalte

07. kl. 13.30 Pasgårds tøj Service  
14. kl. 13.30 Musikalsk arrangement. Se opslag.  
21. kl. 13.30 Banko  
28. kl. 13.30 Centrets 31-års fødselsdag og generalforsamling. Se opslag  
30. kl. 13.30 Andagt v. præsten  
31. kl. 10.00 Bowling

### April

11. kl. 13.30 Fællessang fra "De Grå Synger"  
18. kl. 13.30 Banko  
25. kl. 13.30 Foredrag med Katja Kokholm: "Pige til søs"  
27. kl. 13.30 Andagt ved præsten

### Maj

02. kl. 17.00 Fælles grillfest. Se opslag  
10. kl. ???.? Løvspringstur. Se opslag  
12. kl. 10.00 Bowling

### Juni

20. kl. 12.30 Midsommerfest. Se opslag

## FASTE AKTIVITETER

### Mandage

kl. 19.00 Kortspil

### Onsdage

i januar, februar, marts og april:  
Kl. 14-15.30 Gymnastik

### Første onsdag

i januar, februar, marts og april:  
Kl. 9-12 Blomsterbinding

### Mandage og torsdage

i januar, februar, marts og april:  
Kl. 9-12 Diverse aktiviteter

### Fredage

Kl. 10.00 Fredagskaffe. Se opslag.

## BORUPVÆNGET, RANDERS

### Februar

22. kl. 14.30 Onsdagsfællesskab: Bjarne Drachmann-foredrag om Poul Thomsen. Kaffe og kage.  
28. kl. 17.30-19 Suppeaften á 45 kr. Tilmelding ugen før på tlf. 2047 6473

### Marts

03. kl. 10-11.15 Fredagscafé med lotteri og fællessang v. Henne med venner. Tilm. tlf. 2047 6473.

Fortsættes på næste spalte

08. kl. 15.00 Gudstjeneste i aktivitetslokalet. Derefter kaffe i caféen. Alle er velkomne.

09. kl. 10-12 Tøjsalg i forhallen fra Tøjboden.

17. kl. 10-11.15 Fredagscafé med lotteri og fællessang v. Henne med Venner. Tilmelding, tlf. 2047 6473.

21. kl. 17.30-19 Suppeaften á 45 kr. Tilmelding ugen før tlf. 2047 6473.

22. kl. 14.30 Onsdagsfællesskab: Visens Venner, Henne, Ebbe og Ivar underholder med gamle og nye viser. Der serveres kaffe og kage.  
31. Fredagscafé aflyst pga. påskefrokost.

### April

12. kl. 15.00 Gudstjeneste i aktivitetslokalet. Derefter kaffe i caféen. Alle er velkomne.

14. kl. 10-11.15 Fredagscafé med lotteri og fællessang v. Henne med Venner. Tilmelding, tlf. 2047 6473.

26. kl. 14.30 Onsdagsfællesskab: Peter Vildmand underholder med kendte sang, Kim Larsen, John Mogensen, Bamse.  
28. kl. 10-12 Tøjsalg i forhallen fra Smartex. Fredagscafé aflyst.

### Maj

10. kl. 15.00 Gudstjeneste i aktivitetslokalet. Derefter kaffe i caféen. Alle er velkomne.  
12. Fredagscafé aflyst pga. tyrolerfest.

24. Onsdagsfællesskab aflyst pga. udflugt for beboerne.  
26. kl. 10-11.15 Fredagscafé med lotteri og fællessang v. Henne med Venner. Tilmelding, tlf. 2047 6473.

### Juni

07. Gudstjenesten flyttet til Enghøj Kirke.  
09. kl. 10-11.15 Fredagscafé med lotteri og fællessang v. Henne med Venner. Tilmelding, tlf. 2047 6473.  
23. kl. 10-11.15 Fredagscafé med lotteri og fællessang v. Henne med venner. Tilmelding, tlf. 2047 6473.

### Juli

12. kl. 15.00 Gudstjeneste i aktivitetslokalet. Derefter kaffe i caféen. Alle er velkomne.

## CENTER MØLLEBO

### ÅBNE AKTIVITETER

#### Hver mandag

Kl. 14-16 Nørkleklub i fællesstuen

#### Første onsdag i måneden

Kl. 10.30-12 Købmand i fællesstuen

#### Stolegymnastik en gang ugentlig

For nærmere information, kontakt Eva Frank på tlf. 2074 6442

## DRONNINGBORG

### Mandage

Kl. 13.30-15.30 Sang og socialt samvær v. Jens Jacob Møller, tlf. 2465 9072. Pris for kaffe ca. 25 kr.

### Fredage

Kl. 10-12.30 Fredagscafe. Vi synger de kendte sange, nogle gange er der siddegymnastik. Sommetider underholdning med levende musik. Kl. ca. 11.15 spiser vi en lun ret og slutter af med en kop kaffe. Pris kr. 50,-

## FÅRUP ÆLDRECENTER

### Marts

01. kl. 17.30-19 Suppeaften. Pris 45 kr med kaffe Husk tilmelding på 2088 5008  
07. kl. 14.30 Gudstjeneste v/ Åse Merete Morsø. Gratis kaffebord  
13. kl. 14.00 Bankospil. 1 plade 10 kr. Kaffe og kage 20.00 kr

### April

04. kl. 14.30 Gudstjeneste v/ Åse Merete Morsø. Gratis kaffebord  
25. kl. 14-16 Musikeftermiddag. Pris for underholdning, kaffe og kage kr. 50,-

### Maj

02. kl. 14.30 Gudstjeneste v/ Åse Merete Morsø. Gratis kaffebord  
03. kl. 17.30-19 Suppeaften. Pris 45 kr med kaffe Husk tilmelding på 2088 5008  
08. kl. 14.00 Bankospil. 1 plade 10 kr. Kaffe og kage 20.00 kr  
20. kl. 10-15 "Kragernes" kræmmermarked. Bliv kræmmer for en dag, du har igen i år mulighed for at købe en studeplads for 100 kr. Kontakt Ingelisepå tlf: 2117 7042  
31. kl. 14-16 Skosalg v/ Andersen Sko

### Juni 2023

05. kl. 10-13 Tøjsalg på Fårup Ældrecenter  
06. kl. 14.30 Gudstjeneste v/ Åse Merete Morsø. Gratis kaffebord  
12. kl. 14.00 Bankospil. 1 plade 10 kr. Kaffe og kage 20.00 kr

Fortsættes på næste spalte

## FASTE ARRANGEMENTER

### Tirsdag og torsdag

Kl. 10-11 Gymnastik

## KRISTRUPCENTRET

### Februar

23. kl. 14.00 Kom og få en hyggelig snak med hinanden og med beboerne. Alle er velkomne til en tår eftermiddagskaffe á 20 kr.

### Marts

30. kl. 14.00 Kom og få en hyggelig snak med hinanden og med beboerne. Alle er velkomne til en tår eftermiddagskaffe á 20 kr.

### April

27. kl.14.00 Kom og få en hyggelig snak med hinanden og med beboerne. Alle er velkomne til en tår eftermiddagskaffe á 20 kr.

*Kristrupcentret vil gerne være en aktiv del af det lokale miljø, så vi håber at se mange til arrangementerne.*

## LANDSBYEN MØLLEVANG

### Marts

06. kl. 13-15 Banko. 2 plader + kaffe + brød = 30 kr. Ekstra plader 10 kr.  
20. kl. 14.00 Generalforsamling. Aktivitetsudvalget er vært med kaffe + brød

### April

03. kl. 13-15 Banko. 2 plader + kaffe + brød = 30 kr. Ekstra plader 10 kr.  
19. kl. 11.30 Påskefrokost i cafeen. Musik v. Jan Guldbæk. Se opslag på centret.

## LINDEVÆNGET

### April

13. Musik, underholdning, kaffe og kage  
20. Vi synger sammen, en lille historie, kaffe og kage

### Maj

04. Musik, underholdning, kaffe og kage  
11. Vi synger sammen, en lille historie, kaffe og kage  
25. Vi synger sammen, en lille historie, kaffe og kage

### Juni

01. Musik, underholdning, kaffe og kage  
08. Vi synger sammen, en lille historie, kaffe og kage  
15. Vi synger sammen, en lille historie, kaffe og kage  
22. Vi synger sammen, en lille historie, kaffe og kage

Fortsættes på næste spalte

29. Vi synger sammen, en lille historie, kaffe og kage

Kaffe og kage kr. 40,-

## RANDERS KOLLEKTIVHUS

### Februar

23. kl. 14.00 Fastelavn. Slå katten af tønden udklædt

### Marts

2. kl. 14.00 Banko  
9. kl. 14.00 Generalforsamling  
16. kl. 14.00 Solsikkerne  
23. kl. 14.00 Banko  
30. kl. 14.00 Vinsmagning/platte

### April

07. Skærtorsdag  
13. kl. 13.00 Påskefrokost Kasper Hammer spiller  
20. kl. 14.00 Banko  
27. kl. 14.00 Sønderjysk Kaffebord. Musik Bent og Bent

### Maj

4. Tøj og Sko. Salg  
11. kl. 14.00 Hans Peter Nejsum fortæller om Hvidstengruppen  
18. kl. 14.00 Banko  
25. Udflugt. Se opslag

### Juni

05. kl. 14.00 Grundlovsdag. Se opslag  
08. Ingen underholdning  
15. Herluf fortæller om Valdemarsdag  
22. Skt. Hans. Se opslag  
29. Banko

*Opslag om fester og udflugter kan ses i Aktivitetscentret, Viborgvej 98 D*

## PÅRØRENDE-UNDERVISNING, FRITIDSCENTRET I VESTERGADE

At være pårørende til et menneske med demens kan være svært. Der kan opstå mange situationer, hvor man kan føle sig magtesløs og frustreret.

Måske mangler du også information og viden om den demenssygdom, som din pårørende har fået, og redskaber til at takle nogle af de situationer, som du kan stå i.

I Randers kommune er der et stort fokus på demens:

- Der er ansat tre demenskoordinatorer.
- Der er undervisning for plejepersonalet omkring demens.
- Der er undervisning for borgere med demens og deres pårørende samt samtalegrupper for pårørende.
- Der er aktivitets- og træningstilbud til mennesker med demens

Fortsættes på næste side

En del af fokus rettes mod pårørende til mennesker med demens, herunder en række pårørendeaftener:

#### **Mandag den 6. marts 2023**

Emne: Hverdagen med demens. Hvordan er vi sammen på andre/nye måder - både i tale og handling. Oplæg ved demenskoordinatorer og demenskonsulent.

#### **Mandag den 3. april 2023**

Emne: Viden om fremtidsfuldmagt, værgemål og hvad er vigtigt at vide for en sammenbragt familie omkring jura og demens. Oplæg ved advokat Dorthe Østerby.

#### **Mandag den 1. maj 2023**

Emne: Hjælpebidler til borgere med demens. Hvordan og hvorfor er hjælpebidlerne gode at anvende i sygdomsforløbet. Oplæg ved Hjælpebidderhuset. Hjælpebidlerne vil blive vist frem.

Pårørendeaftenerne afholdes i Fritidscentret, Vestergade 15, 8900 Randers C. Alle gange fra 18.45-20.45. Der er ikke mulighed for at købe noget på dagen, så I må selv medbringe vand eller kaffe efter behov.

## **RANDERS NATURCENTER - NATUROPLEVELSER FOR PERSONER MED DEMENS**

Randers Naturcenter og Randers Kommune tilbyder naturoplevelser for personer med demens og ægtefælle, veninde, børn eller andre pårørende hen over året 2023. Arrangementerne finder sted på tirsdage fra kl. 13-15, hvor første times tid er en fælles naturoplevelse og den efterfølgende time er netværk, snak, en kop kaffe/småkager. Der er lagt op til, at kaffen laves af deltagerne i naturcentrets køkken. Der vil flere gange være en demenskoordinator eller konsulent til stede til kaffen. Alle arrangementer foregår på Randers Naturcenter, Gudenåvej 20, 8920 Randers NV. Tilmelding senest dagen før hvert arrangement til demenskonsulent Jette Baagøe på mail [jette.baagoe@randers.dk](mailto:jette.baagoe@randers.dk) ellers sms 2937 2125.

#### **Program**

##### **25. april:**

Introduktion til Randers Naturcenter, hvad laver vi, og hvilke dyr har vi hos os?

##### **9. maj:**

Vild mad. Vi går en kort tur efter friske danske planter og laver i fællesskab et par småretter, som vi smager på.

##### **23. maj:**

Fisk er godt. Røget fisk er ekstra godt. Vi røger fisk udendørs på bål og smager på resultatet.

*Fortsættes på næste spalte*

#### **6. juni:**

En sejltur på Gudenåen med Randers Naturcenters handicapvenlige både. "Få vind i håret midt i Randers".

#### **20. juni:**

Midsommer pandekager på bål. Vi hygger os sammen.

## **SENIORERHVERV KRONJYLLAND**

Onsdag den 8. marts kl. 14-16 holder Seniorerhverv Kronjylland og Randers Kommune inspirationsmøde om Randers Kommune som arbejdsplads. Mødet finder sted i Randers Kommunes administrationsbygning på Laksetorvet 1, lokale E.3.05, 8900 Randers C.

Arrangementet henvender sig til seniorer, som er interesserede i at få job indenfor det kommunale område. Tilmelding til arrangementet skal ske på mail til [kronjylland@seniorerhverv.org](mailto:kronjylland@seniorerhverv.org) senest 1. marts.

## **SPENTRUP ÆLDRECENTER**

#### **Februar**

22. kl. 14.00 Årsmøde og generalforsamling

#### **Marts**

14. kl. 14.00 Banko

#### **April**

26. kl. 14.00-16.00 Banko

#### **Maj**

16. kl. 14.00 Forårsfest kl. 12.00-16.30. Underholdning: Peter Vildmand. Tilmelding til Britta Christiansen, tlf. eller sms til 6145 6568 den 28/4 eller 1/5

#### **Juni**

13. Bustur til Viborg Domkirke med efterfølgende kaffe. Tilmelding til Britta Christiansen, tlf. eller sms til 6145 6568 den 1. eller den 2. juni

#### **FASTE AKTIVITETER**

##### **Mandage**

Kl. 9.30-10.30: Gåtur/stavgang

##### **Tirsdage**

Kl. 9.30-10.30: Petanque  
Kl. 10.30-11.30: Petanque

##### **Onsdage**

Kl. 9.30-11.00: Motion/gymnastik, kvinder

##### **Torsdage**

Kl. 10.00: Krolf (der spilles til spillet er færdigt)

## **SUNDHEDSHUSET, HAVNDAL**

#### **Hver mandag**

Kl. 10-11.30: Pensionistgymnastik i "Madam Blå"

#### **Hver mandag**

Kl. 13.30-15: Mandagscafé. Kaffe og brød kr. 10,-

#### **Hver tirsdag**

Kl. 14.00: Kortspil på 1. sal

#### **April**

25. kl. 17-18.30 Suppeaften

## **SVALEPARKEN, ASSENTOFT**

A: Aktivitetsudvalget

Æ: Ældreklubben

Å: Åbne aktiviteter

#### **Februar**

23. kl. 14.00 Gudstjeneste i Caféen (Å)

#### **Marts**

01. kl. 19-21.15 Agnethe og Henning, musik og sang (Æ)

02. kl. 14.00 Banko (A)

08. kl. 19-21.15 Kurt Pedersen, musik (Æ)

16. kl. 14.00 Syddjurs seniororkester (A)

22. kl. 19-21.15 Bestyrelsen og publikum på slap line (Æ)

24. kl. 14.00 Gudstjeneste i Caféen (Å)

#### **April**

12. kl. 17.00 Forårsfest. Husk tilmelding (Æ)

13. kl. 14.00 Banko (A)

20. kl. 14.00 Solsikkerne. Musik (A)

27. kl. 14.00 Gudstjeneste i Caféen (Å)

#### **Maj**

03. Udflygt om eftermiddagen. Husk tilmelding (Æ)

04. kl. 14.00 Banko (A)

05. kl. 14.00 Grundlovsfest.

Husk tilmelding (Æ)

11. kl. 12-15.30 Aktivitetsudvalgets afslutning. Kasper Hammer underholder. Se opslag (A)

25. kl. 14.00 Gudstjeneste i Caféen (Å)

#### **Juni**

29. kl. 14.00 Gudstjeneste i Caféen (Å)

#### **Faste aktiviteter**

##### **Mandage i ulige uger**

Kl. 10.30 Svalesang i cafeen

##### **Hver tirsdag**

Kl. 10.00 Fælles gåtur med afgang fra Svaleparken

##### **Hver fredag**

Kl. 10.00 Fredagscafe med kaffe, quiz og sang

##### **Mandag i ulige uger**

Kl. 13.30 Mandegruppen kører en tur - for tilmelding kontakt Eva Frank på 20 47 64 42

## ■ TERNEPARKEN, ASFERG

### Februar

22. kl. 17.30 Suppeaften.  
Tilmelding senest 14. februar på tlf. 8915 2463
23. kl. 09.00 Bowling i Randers Bowlingcenter Mariagervej.  
Tilmelding til Tove Jensen på tlf. 8644 3346 & 2092 1834
28. kl. 14.00 Bankospil

### Marts

01. kl. 15.00 Kaffe med præsten
09. kl. 17.30 Underholdning med Henning Vad. Tilmelding til Tove Jensen senest den 1/3.
14. kl. 14.00 Sangeftermiddag med Mona Kjersgaard
30. kl. 9.00 Bowling i Randers Bowlingcenter Mariagervej.  
Tilmelding til Tove Jensen

### April

05. kl. 15.00 Kaffe med præsten
11. kl. 14.00 Bankospil
26. kl. 19.00 Forårsfest. Underholdning v. Kasper Hammer. Tilmelding senest 18/4 i cafeen.
27. kl. 09.00 Bowling i Randers Bowlingcenter Mariagervej.  
Tilmelding til Tove Jensen

### Maj

03. kl. 15.00 Kaffe med præsten
10. kl. 14.00 Bankospil
17. Havetur

### Juni

07. kl. 15.00 Kaffe med præsten
09. Flæsketur til Truust Kro. Afgang Fårup kl. 8.45. Afgang Asferg kl. 9.00. Rundstykker, middag og på Himmelbjerget is & kaffe. Køretur i smukke omgivelser. Hjemkomst ca. kl. 17. Pris 300 kr. for medlemmer af pensionistforeningen. Ikke medlemmer kr. 350,- Tilmelding senest den 17/4 – 2023 til Tove Jensen på tlf. 2092 1892.
13. kl. 14.00 Tøjsalg v. Smartex. Skosalg v. Dorthe Andersen
21. kl. 17.30 Midsommerfest. Underholdning V. Bjarne Hjulmann. Tilmelding til caféen senest 13. juni på tlf. 8915 2463

### FASTE AKTIVITETER

#### Hver onsdag

- Kl. 9.30-11.30 Billard i kælderen.  
Kom og spil med.  
Tlf. 51860738"

## ■ TIRSDALENS PLEJECENTER

Nærmere info om arrangementer, tilmeldinger og begrænsning i deltagerantal finder du på Tirsdalens opslagstavle.

### Marts

01. kl. 17.00 Suppeaften
29. kl. 12.00 Påskefrokost

### April

26. kl. 10.30 Brunch med underholdning
28. kl. 15.00 Modeshow

### Maj

04. kl. 17.00 Danmarks befrielse Uge 23 Arrangement

### Juni

15. kl. 12.00 Valdemarsdag med underholdning
23. kl. 17.00 Sct. Hans aften med underholdning

### Juli

5. kl. 10.30 Brunch med underholdning Ugerne 28-29-30 ad hoc ture/arrangementer

### FASTE ARRANGEMENTER

#### Den første mandag i måneden

- Kl. 14.30 Sangeftermiddage

#### Tirsdage

- Kl. 10.30 Træværksted i kælderen

#### Hver tirsdag

- Kl. 14 Gåture fra Tirsdalens Plejecenter (se opslag i forhallen ved kontor)

#### Tirsdage

- Kl. 15 Læsegruppe i Birkens dagligstue

#### Onsdage

- Kl. 10.45 Siddegymnastik

#### Torsdage

- Kl. 9.00 Strikkeklub i kælder

#### Hver torsdag

- Kl. 10.30 Petanque v/ Kristrup Boldklub (se opslag i forhallen ved kontor)

#### Torsdage

- Kl. 10.30 Erindringsdans

#### Hver 2. uge på torsdage

- Dans og leg på plejehjem skiftevis i cafeen

#### Den sidste lørdag i hver måned

- Kl. 15.00 Banko i Cafeen

## ■ VORUP PLEJEHJEM

### Marts

16. Underholdning ved Den syngende Post fra Asferg. Kaffe og kage og lotteri. Se opslag

### April

20. kl. 17.00-kl. 20.00 Forårsfest i Cafeen med spisning og musik ved Peter Vildmand. Pris 120 kr. Tilmelding og betaling i cafeen ca. 1 måned før. Se opslag.

### Maj

4. Musikforedrag med Randers bibliotek. Musik og sang, lotteri, kaffe og kage.

### Juni

23. kl. 11-14 Sct. Hansfest. Kasper Hammer spiller. De med kostpakke er gratis, uden kostpakke koster det 100 kr. Tilmelding og betaling i Cafeen, se opslag.

*Aktiviteter koster 50 kr, hvis ikke andet er skrevet.*

*Alle arrangementer bekendtgøres ved opslag på plejehjemmet*

## ■ CENTER ÅBAKKEN

### Marts

16. kl. 14.15 Vesthimmerlands harmonika-orkester.

### April

20. kl. 14.15 Bent Olufsen fra Randers underholder

### Maj

03. kl. 10-15 Tøj og sko
16. kl. 10.00 Aktivitetsdag

### Juni

22. kl. 18.00 Sankt Hans

# Omsorgsområdet etablerer enhed for velfærdsteknologi og kvalitet

Der bliver et stigende antal ældre borgere, og derfor står omsorgsområdet overfor en fremtid, hvor der også er et stigende behov for sygepleje, praktisk hjælp og personlig pleje. Samtidig er der rekrutteringsudfordringer, der betyder, at det er svært at ansætte kompetente medarbejdere som SOSU-hjælpere, SOSU-assistenten og sygeplejersker.

Disse udfordringer betyder, at der fremadrettet vil være mangel på kompetente medarbejdere

samtidig med, at behovet for hjælp hos den ældre befolkning stiger. Derfor har Randers Kommune oprettet en ny enhed for velfærdsteknologi og kvalitet, der skal imødekomme udfordringen med mangel på arbejdskraft samtidig med, at dens arbejde skal være med til at understøtte borgerens rehabilitering.

Succeskriterier er blandt andet at styrke borgerens rehabilitering og selvhjulpethed ved hjælp af velfærdsteknologier og hjælpemidler, at

frigøre medarbejderressourcer ved at omlægge indsatser og at bevare eller styrke den faglige kvalitet.

En af teknologierne, der kommer i spil, er virtuelle hjemmeplejebesøg, hvor omsorgsområdet i dag leverer ydelser til 130 borgere. En anden teknologisk hjælp er robotter til dosering af medicin, som i dag er etableret ved 10 borgere. Disse teknologier bliver udbredt yderligere i fremtiden.

# Kulturhuset er pakket ind

**Kulturhuset i Randers er pakket ind i stilladser. Der er en større renovering i gang, som omfatter taget, hovedindgangen, hovedtrappen, gården, toiletterne og elevatoren.**

Både biblioteket og museerne holder åbent som sædvanlig i hele

ombygningsperioden, og indgangen til Kulturhuscaféen er flyttet til den gamle trædør i Stemanngade. Der kommer nyt indgangsparti, renoverede toiletter, en ny elevator og en grøn gård under åben himmel i midten af det hele, når arbejdet er færdigt i efteråret 2023. Den nuværende indgang fra Stemannsgade er lukket, og der er derfor etableret en midlertidig indgang fra Jens Otto Krags plads til



Hovedbiblioteket, hvorfra man kan benytte trapperne i biblioteksrummet til at besøge Randers Kunstmuseum og Museum Østjylland. ”Desværre er museerne på første og anden sal ikke tilgængeligt for kørestolsbrugere, barnevogne eller gangbesværede i vinteren og foråret 2023, da elevatoren er lukket ned. Det beklager vi selvfølgelig meget”, siger Jesper Bækgaard, museumschef for Museum Østjylland. Han fortsætter: ”Desværre er

der også lukket fysisk på Randers Stadsarkiv frem til, vi atter kan benytte hovedindgangen, men arkivarerne kan man træffe via mail eller telefonopkald fra januar”. Renoveringen forventes samlet at vare otte måneder, men allerede i maj 2023 åbner forhallen, så elevatoren kan køre igen. Som sædvanlig er der gratis adgang til hele herligheden på biblioteket og museerne.



## Klumme om Værdighed

**Randers Kommune er midt i en revision af kommunens værdighedspolitik. I den forbindelse har Ældrerådet bidraget med synspunkter på, hvad værdighed er, og hvilke konsekvenser det må have for et godt ældre liv.**

Værdighed handler om vort forhold til alle mennesker. Det er noget generelt menneskeligt. Fundamentet under vort fælles liv. Værdighed gælder såvel i forhold til børn som til voksne, ja i forhold til alle mennesker uanset hvilken del af den brogede mangfoldighed, de hører hjemme i. Værdighed er et meget fyldigt ord af stor betydning for den enkelte og vort fællesskab. Det er sammensat af en række ord. Det første ord er ”vær”, der handler om at være. Det peger på det vigtige, at mennesker skal have mulighed for at være til stede og nærværende i deres eget liv. At ethvert menneske selv, så længe det er i stand til det, skal træffe afgørelser om hvordan, det vil leve, og hvor det vil leve. Det gælder altså om at have øje for menneskers for-



skellighed, deres forskellige behov, og undlade at betragte mennesker som en del af en masse eller gruppe, der skal behandles ens. De næste to ord, vi støder på i ordet værdighed, er de to ord ”vær dig” og ”ær dig”, hvilket betyder, at et værdigt liv er et liv, hvor man står ved sig selv og respekterer sig selv med alt det liv, man har levet og bærer med sig. Gør man ordet værdighed lidt kort, står der ”værdi”. En påmindelse om at ethvert menneske har uendelig værdi, og det kan der aldrig stilles spørgsmålstegn ved. Mennesket har værdi - ikke i kraft af det mennesket kan og magter - men blot ved at være menneske. Menneskets værdighed må ikke krænkes, men den bliver krænket,

når mennesker holdes hen i umyndighed og uden indflydelse på egen situation. Et ældre menneske kan komme i den situation, at det bliver afhængigt af hjælp. Så er det vigtigt, at den der skal hjælpe – det være sig omsorgspersonale, læger, visitatorer eller alle andre, der kommer i direkte eller indirekte kontakt med personen - har værdighed for øje. Det betyder dyb respekt for det ældre menneskes selvopfattelse og personlighed. Det betyder, at også et svækket menneske bliver mødt som en person, hvis alder, interesser og livserfaringer har værdi. For mennesket udvikler sig og ændrer sig hele livet og har brug for at blive mødt, som det særlige menneske, det er.

Værdighed handler således først og fremmest om den holdning, man møder den ældre med. Men værdighed handler også om politik. Det er således afgørende at værdighed bliver sat i centrum, når der skal udformes ældrepolitik. Værdighed bør være udgangspunktet, når ældreplejen konkret skal udformes. Når der skal tages stilling til bad, påklædning, personlig hygiejne, og makeup, neglelak eller andet, som er af betydning for det pågældende menneske. Værdighed er f.eks. også et vigtigt udgangspunkt i bestræbelserne på, at hjemmehjælpen leveres af faste teams. Det fremmer trygheden og den mellem menneskelige kontakt med venlige hjertelige replikker og kendte rutiner og et professionelt øje, der registrerer ændringer i både det fysiske og psykiske velbefindende. Arbejdet med en revision af værdighedspolitikken fortsætter, og Ældrerådet lægger alle gode kræfter i, at der bliver formuleret en stærk værdighedspolitik i Randers Kommune.

*Bent Martinsen  
Medlem af Ældrerådet*

# Pensionstakster pr. 1. januar 2023

Følgende gælder hvis du er:

- Folkepensionist eller
- Førtidspensionist, pensionsdag påbegyndt eller afgjort før 1. januar 2003

Maksimalt beløb pr. måned i kr.	Reelt enlige	Samlevende eller gifte
<b>Folkepension</b>		
Grundbeløb	6.694	6.694
Pensionstillæg	7.745	3.963
<b>I alt</b>	<b>14.439</b>	<b>10.657</b>
Ældrecheck pr. år før skat	19.200	19.200 til hver
Formuegrænse:	95.800	95.800 til hver
<b>Højeste førtidspension</b>		
Grundbeløb	6.604	6.604
Pensionstillæg	6.859	3.314
Invalidditetsbeløb	3.380	3.380
Erhvervsudygtighedsbeløb	4.432	4.432
<b>I alt</b>	<b>20.844</b>	<b>17.730</b>
<b>Mellemste førtidspension</b>		
Grundbeløb	6.604	6.604
Pensionstillæg	6.859	3.314
Invalidditetsbeløb	3.380	3.380
<b>I alt</b>	<b>16.843</b>	<b>13.298</b>
<b>Forhøjet almindelig førtidspension</b>		
Grundbeløb	6.604	6.604
Pensionstillæg	6.859	3.314
Førtidsbeløb	1.767	1.767
Ekstra tillægsydelse	1.613	1.613
<b>I alt</b>	<b>16.843</b>	<b>13.298</b>
<b>Almindelig førtidspension</b>		
Grundbeløb	6.604	6.604
Pensionstillæg	6.859	3.314
Ekstra tillægsydelse	3.380	3.380
<b>I alt</b>	<b>16.497</b>	<b>13.298</b>
Invalidditetsydelse	3.380	3.380

Følgende gælder hvis du er:

- Førtidspensionist, pensionsdag påbegyndt eller afgjort efter 1. januar 2003

Maksimalt beløb pr. måned	Reelt enlige	Samlevende eller gifte
<b>Førtidspension</b>	19.738	16.778

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 pensionsatser for 2022. 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.

## Indhold af klippekort i 2023

Randers Kommune tildeler et klippekort til borgere, der modtager personlig pleje, praktisk hjælp eller sygepleje i 10 timer eller mere om ugen. Klippekortet kan bruges til selvvalgte aktiviteter indenfor og udenfor hjemmet. Det kan for eksempel være en tur ud i naturen. Borgere, der er berettiget til klippekortet, får pr. 1. januar 2023 tildelt 15 minutters hjælp om ugen i tilføjelse til deres nuværende hjælp. Hvis man har opsparet tid fra 2022, bliver den overført til det nye år. Ændringen er vedtaget på Byrådsmødet den 5. december 2022, og det revideres løbende, om borgeren er omfattet af ordningen. Læs mere om, hvad klippekortsordningen kan bruges til, på Randers Kommunes hjemmeside.

## Personlige tillæg

Personlige tillæg kan bevilges til folkepensionister og førtidspensionister, hvis pensionsdag 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 2023 på 95.800 kr.

## Likvid formue - hvad er det?

Når man som pensionist søger om helbredstillæg, enkelttydelse 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:

- Friværdi i sommerhus
- Kassekredit med pant i fast ejendom

## Helbredstillæg

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

### Almindeligt helbredstillæg

Helbredstillæg kan ydes til helbredsbedingede 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 helbreds-kort 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 helbreds-kortet. 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 95.800 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.

## Slut med modregning i pensionen fra januar 2023

Din partners løn bliver ikke længere modregnet i folkepension, førtidspension og seniorpension. Se de nye regler her.

Fra 1. januar 2023 bliver ægtefæller og samleveres indtægt ikke længere modregnet i partnerens pension.

Det betyder, at mange pensionister kommer til at få mere i pension og flere folkepensionister vil få ret til ældrecheck, varmetillæg, mediecheck og personlige tillæg.

### Hvem får glæde af de nye regler om stop for modregning i pensionen?

Reglerne sætter en stop for modregning i folkepension, seniorpension og førtidspension (både den "nye" og gamle ordning).

Der er ingen ændringer i forhold til Tidlig Pension, hvor partnerens indtægt i forvejen ikke bliver modregnet.

### Hvad vil ikke længere blive modregnet?

Ændringen gælder for "indtægt ved personligt arbejde", som omfatter løn, efterløn, arbejdsløshedsdagpenge, sygedagpenge og fleksydelse.

### Hvad vil fortsat blive modregnet?

Øvrige indtægter kan fortsat modregnes efter de samme regler som i dag.

Det gælder for eksempel partnerens indtægt fra tjenestemandspension, arbejdsmarkedspensioner, private pensionsopsparinger, kapitalindkomst og indkomster fra aktier.

### Vil min egen indtægt fortsat blive modregnet?

Din egen indtægt vil fortsat blive modregnet efter de regler, vi kender i dag.

I et politisk forlig fra sommeren 2022 blev det aftalt, at det også skal være slut med modregning, når folkepensionister arbejder. Selvom et politisk flertal står bag aftalen, er lovforslaget endnu ikke fremsat.

De nuværende regler om modregning betyder, at du kan få nedsat dit grundbeløb og pensionstillæg, hvis du arbejder.

## Har du brug for økonomisk tilskud til regningerne?

Læs mere og søg på [www.randers.dk/tilskud](http://www.randers.dk/tilskud)