

GLAD

FOR MAD

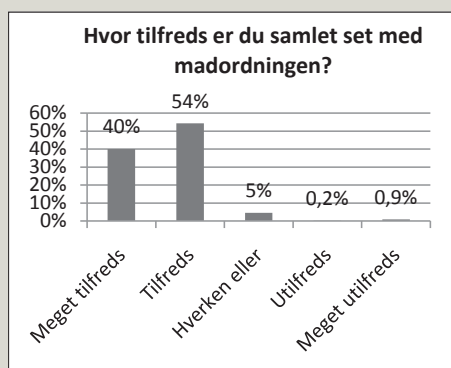
fra Madservice Kronjylland

Madservice Kronjylland får rigtig flotte tilbagemeldinger fra kunderne i den spørgeskemaundersøgelse som Randers Kommune netop har gennemført.

Det er første gang, at Randers Kommune spørger alle 912 modtagere af madservice om deres mening, og der er i alt stillet 11 spørgsmål om madens kvalitet, valgmuligheder, telefonbetjeningen, chaufførerne og prisen. 657 personer har besvaret skemaet, hvilket giver en svarprocent på 72%.

Stor grad af tilfredshed

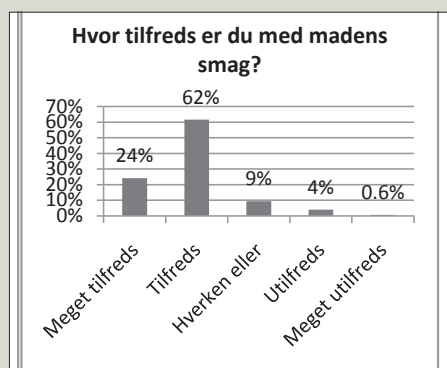
Brugerne giver meget flotte tilbagemeldinger. Af de brugere, der har svaret på de enkelte spørgsmål, er mellem 82% og 96% tilfredse eller meget tilfredse. 94% er samlet set tilfredse eller meget tilfredse med madordningen. Der er også udbredt tilfredshed med madens smag – her er 86% tilfredse eller meget tilfredse. Brugerne er også glade for kontakten med den chauffør, der hver uge leverer maden. 96% er tilfredse eller meget tilfredse. Chaufførerne får også mange rosende



kommentarer med på vejen. Madservice Kronjyllands priser er relativt lave sammenlignet med prisen i andre kommuner. 74% af de brugere, der har taget stilling til prisen, mener da også, at prisen er passende. 20% mener, at prisen er høj, og 4% mener, at prisen er meget høj.

Vil nærløse kommentarer

Hos Madservice Kronjylland er med-



arbejderne meget glade for den fine tilbagemelding. I den kommende tid vil Madservice Kronjylland fordybe sig i de flere hundrede personlige kommentarer, der roser og inspirerer, men også udfordrer, for at finde ud af, hvad der kan gøres endnu bedre.

Alle undersøgelsens resultater kan ses på Randers Kommunes hjemmeside under "Nyheder".

Husk at bestille
julekørsel
i god tid

Læs side **3**

Selvhjælpen ved brug af
hjælpemidler

Læs side **4**

Lær at bruge
IT og mobil
på biblioteket

Læs side **4**

I er ikke glemt

Pensionsafdelingen gør opmærksom på, at der stadig kan være længere ekspeditionstid end normalt på f.eks. tilskud til fodpleje, fysioterapi og andre helbredsrelaterede ydelser, beregning af varmetilskud, afregninger til leverandører og ændringer i de økonomiske forhold.



Infomøde for nye pensionister

Hvis du bliver folkepensionist i første kvartal af 2013, så kan du komme til informationsmøde for nye folkepensionister den 29. november. Mødet finder sted kl. 13.00-15.00 i den store sal på Randers Bibliotek, Stemannsgade 2, Randers.

På mødet kan du få information om en række forhold, der er væsentlige for pensionister – herunder hvordan du digitalt kan søge om folkepension.

Åbningstider i Borgerservice

På byrådets møde mandag den 1. oktober 2012 vedtog byrådet ændrede åbningstider for Borgerservice. Samtidig vil Borgerservice få en ny serviceprofil, der betyder, at borgerne i højere grad vil modtage hjælp til digital selvhjælp.

Fra den 1. januar 2013 vil åbningstiderne for personlig og telefonisk betjening i Borgerservice være:

Mandag..... 10.00 - 17.00
Tirsdag..... 10.00 - 15.00
Onsdag 10.00 - 15.00
Torsdag..... 10.00 - 15.00
Fredag..... 10.00 - 13.00

PENSIONIST I RANDERS

UDGIVER:
Randers Amtssavis

ANSVARSHAV:
Karen Balling Radmer

TEKST OG FOTOS:
Steven Rønnekamp Holst
Hanne Kristensen • Birgit Gravesen
Christinna Skjødt Hansen

KONTAKT PENSIONIST I RANDERS
srh@randers.dk
Laksetorvet · 8900 Randers

NYE tanker

bag hjælp til ældre

Tildelingen af hjemmehjælp er under forandring. Et nyt tankesæt, der sætter den ældres egne ressourcer i centrum er på vej frem.

Tidligere var hjemmehjælp noget man blev tildelt ud fra visitatorens vurdering af borgerens fysiske evner og formåen. Men i takt med at der kommer flere og flere teknologiske hjælpemidler, så ændres også vurderingen af, hvilken type hjælp en borger kan få.

Et nyt tankesæt

"I dag handler det i høj grad om at gøre borgeren så selvhjulpne som muligt," fortæller Helle Hansen, der er leder af Randers Kommunes visitationsafdeling og tilføjer:

"Det er et nyt tankesæt, der handler om at give borgeren den livskvalitet, der er forbundet med at kunne klare sig selv. Og vi oplever også i stigende grad, at de ældre gerne kan og vil selv," fortæller hun.

Hjælpemidler eller træning

Hvis man føler at fysikken sætter grænser i hverdagen og derfor søger hjemmehjælp, så kan man, evt. sammen med hjemmehjælp, blive tilbudt et hjælpemiddel – f.eks. en strømpepåtager eller en 2 i 1 støvsuger – som sætter en i stand til igen at klare de daglige opgaver. Alternativt kan man blive tilbudt træning, så man genvinder noget af sin styrke og mobilitet, og dermed igen bliver i stand til at klare hverdagen selv.

Revisitering

"Vi har allerede mange gode erfaringer med at gøre folk

selvhjulpne," fortæller Helle Hansen, og henviser til projekt hverdagstræning, hvor ca. halvdelen af de medvirkende ældre blev selvhjulpne efter et træningsforløb. Samtidig gør Helle Hansen opmærksom på begrebet revisitering, som er noget kommunerne skal gennemføre. Det betyder, at en tildelt ydelse eller hjælpemiddel ikke nødvendigvis gælder ubegrænset. Hvis borgeren f.eks. kan trænes op til selv at klare opgaven, kan en tidligere tildelt ydelse godt forsvinde igen.

Sociale aktiviteter

At selvhjulpnehed måske også kan føre til ensomhed, når hjemmehjælperen ikke længere lægger vejen forbi, det er Helle Hansen meget opmærksom på.

"Der findes forskellige ordninger med besøgsvenner og spisevenner, ligesom der på ældrecentre rundt omkring ofte er aktiviteter, som man kan deltage i," forklarer hun. På den måde kan man finde aktiviteter og samvær at deltage i, så det ikke bliver en social belastning at være selvhjulpne.

Juleaften på områdecentret

Der er godt en måned til juleaften, og lige netop den aften er mange kedede af at tilbringe alene.

Det er der heller ingen grund til, hvis man er pensionist i Randers Kommune. I lighed med tidligere år slår områdecentrene dørene op denne aften og inviterer pensionisterne til at spise julemiddag samt tilbringe aftenen sammen med andre.

Hvis du gerne vil tage imod invitationen om at deltage juleaften på et af områdecentrene, skal du enten kontakte det center, du hører til eller eventuelt give din hjemmehjælper besked. Vi opfordrer til, at du giver besked i så god tid som muligt.

Er du dårligt gående, betaler Randers Kommune transporten til og fra områdecentret.

Du skal derimod selv betale for julemiddagen, ligesom du meget gerne må være behjælpelig med lidt praktisk i løbet af aftenen.



Begrænset mulighed

FOR HJÆLP TIL PENSION OG BOLIGSTØTTE

Den 1. marts 2013 vil tildeling og udbetaling af folkepension og boligstøtte, samt udbetaling af førtidspension flytte fra de kommunale borgerservicebutikker til fem centrale centre i Danmark – det såkaldte Udbetaling Danmark.

Systemer lukket i 14 dage

Flytningen betyder, at al systemadgang er lukket de sidste 14 dage i februar. Derfor kan Borgerservice **KUN** yde råd og vejledning for pensions- og boligstøtteområdet i denne periode.

Hvis du snart skal søge pension, opfordrer Randers Kommunes borgerservice derfor til, at du søger pension i god tid – **senest inden midten af februar** – samt at du gør det digitalt.

Hjælp til det digitale

Kniber det med det digitale kan du få hjælp til at søge digitalt enten i borgerservice eller på biblioteket. Du finder den digitale pensionsansøgning via feltet "selvbetjening" på kommunens hjemmeside **www.randers.dk**.

Er du pårørende til en dement?

Det kan være svært at være pårørende til en person med demens, og måske har man trang til at tale med personer, der befinder sig i den samme situation. Derfor indbyder Sundhed og Ældre igen til pårørendemøder i Sundhedscenteret.

Møderne kommer til at foregå den første mandag i hver måned fra kl. 19-21, og næste gang vil være den 7. januar. Her kan du udveksle erfaringer med andre pårørende, som har haft demens helt inde på livet samt tale med en demenskoordinator fra Randers Kommune. Derudover vil der ved hvert møde være et oplæg af cirka en halv times varighed.

Nedenfor kan du se listen over kommende møder:

- 7. januar:** "Omsorgstandpleje – omsorg, ikke kun for dine tænder," oplæg ved tandlæge Rikke Larsen.
- 4. februar:** "Motion i en hverdag med demens," oplæg ved fysioterapeut Ulla Hansen, Rosenvænget.
- 4. marts:** "Demensudredning, hvordan?" Oplæg ved sygeplejerske Lene Trier fra demensklinikken i Aarhus.



8. april: "Nyttige hjælpemidler til personer med demens," oplæg ved demenskoordinator Mariann Jørgensen.

6. maj: "Praktiske informationer i forbindelse med flytning," oplæg ved Hanne Kristensen, ansat i pensionsafdelingen, Borgerservice.

Tilmelding er ikke nødvendig. Der kan købes kaffe og kage. Har du spørgsmål kan du kontakte demenskoordinator Christina Panduro på telefon 20 46 99 93.

Kom til datastue

Randers Kommunes borgerservice og Randers Bibliotek tilbyder i et samarbejde, at man kan komme til datastue i bogbussen, som holder ved Bjerregravcenteret. Få udstedt en NemID, og lær hvad du kan bruge den til. Det foregår på:

Bjerregravcenteret
Violvej 1, Ø. Bjerregrav
8920 Randers NV
Onsdag den 28/11 kl. 10-12

Hvordan søger jeg pension digitalt?

For dig som skal til at søge folkepension. Vi viser hvordan du søger folkepension digitalt på randers.dk og borger.dk. Et hands-on kursus med hjælp til selvhjælp, så du kan gå videre hjemme. Medbring gerne din NemID. Kurset foregår i Randers Biblioteks undervisningslokale kl. 10.00-11.30 på følgende datoer:

- 10. januar 2013**
- 7. februar 2013**
- 7. marts 2013**
- 11. april 2013**
- 13. juni 2013**

Har du lyst til at prøve en robotstøvsuger?

Er du visiteret til rengøringshjælp/støvsugning, og kunne du tænke dig at prøve en robotstøvsuger? I øjeblikket udlåner ældreområdet robotstøvsugere og/eller 2 i 1 støvsugere til borgere, som modtager rengøringshjælp. Det er frivilligt, om du ønsker at låne en støvsuger og et lån indebærer ikke, at du får mindre hjemmehjælp i låneperioden. Men hjælpen kan ændre karakter så du måske får hjælp til tømning af støvsuger, batteriskift eller udførelse af støvsugning sammen med hjemmehjælperen. Helt efter aftale med din hjemmehjælper. Dine oplevelser vil indgå i en evaluering.

Du kan låne støvsugeren i op til et halvt år. Ønsker du at have en robotstøvsuger eller en 2 i 1 støvsuger derefter, må du selv investere i en. Begge typer støvsugere gør det nemmere at få klaret den daglige rengøring og gør flere ældre selvhjulpne.

Udlån vil ske efter principet »først til mølle«, og du skal kontakte visitationsafdelingen.

Visitationsafdelingen

Toldbodgade 3, plan 6
8900 Randers C

Email: visitation@randers.dk

Eller du kan tilmelde dig ordningen på visitationens hjemmeside:

www.visitation.randers.dk

Handicapkørsel jul og nytår

Hvis du har brug for transport juleaften eller nytårsaften, så vær opmærksom på at kørslen skal bestilles i god tid.

Kørsel juleaften

Du skal bestille kørslen i uge 48, hvis du bruger kørestol eller 3-/4-hjulet elkøretøj. Øvrige kunder skal bestille i uge 49.

Kørsel juleaften bestilles på telefon 87 40 83 91 (mandag-fredag kl. 8-16).

Vær opmærksom på at afhentning juleaften kan blive sent pga. stor travlhed.

Kørsel nytårsaften

Alle kunder skal bestille kørsel senest den 28. december på telefon 87 40 83 00.

Nytårsaften køres der, som alle øvrige dage, i tidsrummet kl. 6.00-24.00.

Øvrig kørsel

Kørsel øvrige dage bestilles på 87 40 83 00.

Er rejsen lang?

Hvis din rejse er over 100 km skal du bestille kørslen senest den 21. november på telefon 87 40 83 00. Der gøres opmærksom på at handicapkørsel er bevilget fra gadedør til gadedør, og trappetjener er ikke inkluderet.



Originale dokumenter kan ikke returneres

Mange vælger at sende originale dokumenter til borgerservice, når de søger udvidet helbrestillæg, personligt tillæg, enkelttydelse og varmetillæg. Du skal dog være opmærksom på, at hvis du sender de originale dokumenter, er det ikke muligt at få dem tilbage igen. Hvis du vil beholde originalerne, bør du derfor sende en kopi i stedet.

Bliver makuleret

"Al post går til scanning, og så har vi ikke mulighed for at levere de originale dokumenter tilbage," forklarer Hanne Kristensen, pensionsafdelingen i borgerservice. Den fy-

Hvis du sender originale dokumenter til borgerservice, skal du være opmærksom på, at de ikke kan returneres. Efter tre måneder bliver den fysiske post nemlig makuleret.

siske post bliver scannet ind ved et scanningskontor. Herefter bliver der sendt en digital version til kommunen. Den fysiske post bliver makuleret efter tre måneder, og så er de originale dokumenter væk.

Tag en kopi

Hvis du ønsker selv at beholde originalen og ikke har en kopimaskine, kan du eventuelt få taget en kopi på biblioteket eller hos visse boghandlere og butikker i Randers.



Lær at bruge


IT OG MOBIL

Driller computeren eller mobilen, så er der hjælp at hente på Randers Bibliotek. Her kan du nemlig lære at bruge it og mobil.

På Randers Bibliotek kan du få hjælp til de problemer, som du møder, når du skal bruge internettet eller din mobil. Ved at deltage i nogle af de mange kurser, har du mulighed for at blive klogere på brugen af it.

Netværksstedet –lær sammen med andre

Hjælpen finder du i Netværksstedet, hvor vejledere står klar. Her kan du for eksempel lære at søge i Google eller få dig en e-mail adresse. Du kan også medbringe din mobiltelefon og få hjælp til blandt andet at sende sms'er og oprette kontaktpersoner. Der er ikke fastlagt noget program for undervisningen, så der bliver taget udgangspunkt i dit behov, og hvad du har brug for hjælp til.



Du kan for eksempel lære at søge i Google eller få dig en e-mail adresse

Hvis du har din egen bærbare computer anbefales det, at du tager den med, ellers stiller biblioteket computere til rådighed.

Åbningstider

Netværksstedet har indtil uge 49 åbent hver tirs-

dag kl. 10-12 og hver onsdag kl. 14-16. Efter uge 49 er der juleferie, men undervisningen starter op igen i uge 2, i det nye år.

Tilbuddet er gratis, du skal ikke tilmelde dig, og du kan komme og gå, som du vil.

FORSKNING I HJÆLPEMIDLER

Det er Socialstyrelsen og Fonden for Velfærdsteknologi, der står bag forskningsprojektet, som har haft til formål at vurdere effekten af øget brug af hjælpemidler blandt ældre, som er visiteret til hjemmehjælp.

Gode resultater

Den fulde rapport, som analyseinstituttet Rambøll er ved at udarbejde, vil blive offentliggjort i begyndelsen af januar. De foreløbige resultater fra

Randers Kommune tyder dog på, at en øget brug af hjælpemidler har en god effekt, fortæller kommunal projektleder Karin B. Henriksen fra Randers Kommunes visitationsafdeling. Således er over halvdelen af de 43 deltagende borgere i Randers Kommune blevet mere eller helt selvhjulpne gennem forløbet.

Demografisk udfordring

I løbet af projektet er hjemmehjælpere, terapeuter

Nu er der forskningsmæssigt belæg for Randers Kommunes gode erfaringer med tildeling af hjælpemidler. Et forskningsprojekt med deltagelse af Århus, Favrskov og Randers kommuner har nemlig kortlagt effekten af brugen af hjælpemidlerne.

og visitatorer blevet undervist bl.a. i brugen af nye hjælpemidler. Det har betydet, at fokus er flyttet fra den almindelige tildeling af hjælp til en vurdering af, hvordan man bedst muligt hjælper den ældre til at klare nogle opgaver selv. Og det er en nødvendig udvikling:

”Ser vi frem i tiden, forventer vi flere ældre, men færre hænder i ældreplejen. Dette projekt er med til at ruste os til at imødekomme denne demografiske udfordring,” forklarer Karin B. Henriksen.

Sig **J A** til hjælp

I omsorgstandplejen oplever man ofte, at ældre siger nej tak til hjælp til mundhygiejnen. Men det er ikke nødvendigvis en fordel for dig at insistere på at klare det selv.

Tiden hvor man fik et gebis i konfirmationsgave eller senest i bryllupsgave er heldigvis en saga blot. I dag har størstedelen af de ældre, som ses i omsorgstandplejen, egne tænder. »Men vi oplever, at det er uhyre grænseoverskridende for de fleste at få hjælp til at passe sine tænder,« fortæller lederen af omsorgstandplejen, tandlæge Rikke Larsen.

Finmotorikken ændrer sig

Dels er det noget, man før har kunnet selv, dels er det intimt. Mange siger nej tak til hjælp af disse grunde og det respekterer personalet i tandplejen naturligvis. Desværre kan dette betyde en dårligere tilstand af tænder og tandkød på meget kort tid. Finmotorikken svækkes med alderen og dermed

også den gode mundhygiejne.

Tag imod hjælpen

Rikke Larsen sammenligner det med børne- og ungdomstandplejen, hvor man anbefaler hjælp til tandbørstning indtil barnet kan skrive på en lige linje.

»Dette medførte en gang en morsom bemærkning fra en mor, der mente, at hun nu skulle assistere sin mand såvel som børnene. Men faktisk havde hun ret. Svinger finmotorikken, må man have hjælp af sin ægtefælle eller personalet,« fastslår Rikke Larsen. Hun tilføjer, at god mundhygiejne er vigtigt for hele kroppens sundhedstilstand, idet mundhulebakterier kan give lungebetændelse og kan være en faktor i hjertesygdomme.

GODE RÅD OM MUNDHYGIEJNE

2-2-2:

Børst tænder to gange om dagen. Brug 2 cm. tandpasta. Børst i mindst 2 minutter.

Protese:

Tandproteser skal også børstes og efterses. Både eddike og biotex er effektivt til at holde proteser rene.

Mundtørhed:

Vær opmærksom på at næsten al medicin giver mindre spyt. Brug sukkerfrie sugetabletter, hvis du har mundtørhed f.eks. som følge af medicinindtag, da mundtørhed øger risikoen for huller.

Kilde:

Danske tandplejere