

De 4 årstider



BALLERUP
KOMMUNE

APRIL 2020
NR. 107

**Vi fandt kærligheden
på Bøtø**

SIDE 5

**Pensionistudflugterne fejrer
50 år — kom med til Gerlev Kro**

SIDE 14

**Spis sammen på Biblioteket
og i kulturhusene**

SIDE 19

De 4 Årstider udgives af
Pensionistsamrådet &
Ballerup Kommune.

Redaktionen:

Birte Passer, (ansvarshavende)
Tlf.: 4497 1360
E-mail: birtepasser@gmail.com
Frivillig på Egely

Kai Jønsson
Tlf.: 4491 6805
E-mail: kai.joensson@mail.dk
Onsdagsklubben.

Jytte Sklander Pedersen
Tlf.: 4026 1939
E-mail: jsjp1762@gmail.com

Gudrun Petersen
Tlf.: 4497 3145
E-mail: gudrunp@mail.tele.dk
Ældre Sagen

Yvonne Blankenborg
Tlf.: 2217 5132
E-mail: yblankenborg@gmail.com
Ældre Sagen

John W. Jacobsen
Tlf.: 2277 3181
E-mail: jkj@comxnet.dk
Høreforeningen

Tina Lose Jensen
Social og Sundhed
Ballerup Rådhus
Tlf.: 4477 3496
E-mail: tlo@balk.dk

Layout: Grafisk værksted,
Ballerup Rådhus
Tryk: PS Grafisk
Oplag: 10.000 ex.

Deadline: Udkommer næste gang
i juli 2020. Stof til bladet skal være
redaktionen i hænde senest den
30. april 2020.
Gerne pr. E-mail: tlo@balk.dk

De 4 Årstider udsendes til bor-
gere i Ballerup Kommune, som
modtager en social pension.

Billedet på forsiden:
Forår i en have.
Foto: Bo Helsted.

I DETTE NUMMER:

Lederen	3
Nyt fra Seniorrådet	4
Vi fandt kærligheden på Bøtø	5
Med penslen i hånden	7

KOMMUNENYT:

Frit Valg	9
Nyt fra Pension	10
Invitation til pårørende gruppe.....	11
Caféarrangementer om demens	12
Mænds Mødested	13
Pensionistskovturene 2020	14
Påske på Ballerup Museum / Foredrag om Jonstrup Øvelsesskole.....	15
Lautrupgård Musik- og Kulturhus	16
Nyt fra Ballerup Bibliotekerne.....	18
Bagsiden: Billedtag i TEMA-Baltoppen	

Alle henvendelser vedr. De 4 Årstider bedes rettet til Tina Lose Jensen enten
pr. mail tlo@balk.dk eller tlf. 4477 3496

Udvidelsen af Plejecenter Toftehaven og Vision for Posthuset i Ballerup



Mads Bo Bojesen

Som Borgmester Jesper Würtzen skrev i sidste nummer at De 4 årstider er der et stigende behov for plejeboliger i Ballerup Kommune. Der er vedtaget en strategi om at imødekomme dette behov ved en successiv udbygning af de eksisterende plejecentre. Det første plejecenter som skal udbygges er Plejecenter Toftehaven, som vi forventer at tilføre yderligere 48 plejeboliger. Plejecentrets eksisterende bygninger, omfatter 59 boliger og er opført i 1968 og om- og tilbygget i 2004.

Det er Boligselskabet Baldersbo, der ejer det eksisterende plejecenter og som skal stå for projektet. Indledningsvis er der udarbejdet et skitseforslag til udvidelsen i et samarbejde mellem Baldersbo og Ballerup Kommune, hvor en brugergruppe fra plejecentret har medvirket med stillingtagen og forslag. Det fremgår, at udvidelsen er i to etager. Dette svarer til den seneste tilbygning, afdeling Svalen. Der vil være kælder under noget af bygningen. Det har fra starten været et ønske, at tilbygningen skulle være i fire etager: to til plejecentret (stuen og 1. sal) og to til almindelige almenboliger og/eller offentlige formål (2. og 3. sal). Med afsæt i en byggeteknisk og økonomisk vurdering er det nu endt med, at Baldersbo kun ønsker at bygge i to etager til brug for plejecentret. Baggrunden herfor er en vurdering af, at der ved etablering af flere etager end de to til plejecenter, vil blive for store ulemper i forhold til tilstrækkeligt lysindfald og skyggegener. I forbindelse med udvidelse af plejecenterkapaciteten ved Toftehaven, er der et ønske om at tilpasse den eksisterende bebyggelse til den nye del. Dette gøres ved, at der etableres tre nye boliger og et mere rationelt gangforløb.

BYGGEGRUNDEN PÅ PRÆSTEVÆNGET indeholder mange begrænsninger i forhold til den nye udvidelse. Dels er grunden tidligere anvendt til gasværk, hvilket har efterladt en forurening, dels løber der

flere store forsyningsledninger på grunden og endelig er der tre grundvandsboringer på grunden, som skal respekteres. Disse forhold er kortlagt og medtaget i det nuværende projekt. Der vil dog skulle ske supplerende undersøgelser af grunden, hvilket vil være det første arbejde som igangsættes.

Projektet betyder også, at de eksisterende bygninger på Præstevænget skal nedrives.

Som en konsekvens heraf har kommunen måtte opsige lejeaftalen med Røde Kors butikken, som desværre lukker.

Det betyder også, at de foreninger, der er "hjemmehørende" på Præstevænget 20 skal flytte aktiviteterne til kommunens øvrige bygninger/lokaler, herunder Posthuset ved Ballerup Station, Hovedbiblioteket, Tapeten, Rådhuset og den tidligere Kasperskole på Baltorpvej.

FORENINGERNE, SOM SKAL GENHUSES, skal fraflytte de nuværende lokaler pr. 15. maj 2020. Denne dato er sammenfaldende med, at foreningernes primære aktiviteter sættes på sommerpause frem til omkring 1. september 2020. Det betyder, at det kun bliver foreningernes administration, der skal midlertidigt genhuses. Vi vil fra den kommunale administrations side bestræbe os på at prioritere ombygningen af Posthuset, så genhusningsperioden bliver så kort som mulig. Med hensyn til opbevarings- og kontorfaciliteter til bl.a. Ældre Sagen vil administrationen ligeledes bestræbe sig på at klargøre Posthuset, så ibrugtagning af disse funktioner kan ske omkring 1. september 2020.

DEN POLITISKE VISION med posthuset er beskrevet som: *"Det tidligere posthus kan sammen med biblioteket danne ramme for nye forenings- og kulturaktiviteter i Ballerup Bymidte - ligesom posthuset også er en god placering for læge- og sundhedsaktiviteter. På den måde understøttes de politiske ønsker om at skabe liv i Ballerup Bymidte og få gavn af den nye stationsplads".*





PÅ DEN ANDEN SIDE af Banegårdspladsen over for posthuset ligger Hovedbiblioteket, som i forvejen rummer lokaler, der kan benyttes af borgere og foreninger og som agerer som en af kommunens største kulturudbydere. Derfor er det helt oplagt at tænke kommunale aktiviteter på tværs af Posthuset og biblioteket.

DER ARBEJDES PÅ AT SAMLE de to huse under bibliotekets drift og administration – både hvad angår kulturelle aktiviteter og lokaler, der kan benyttes af borgere og foreninger. På den måde vurderes det muligt at realisere det politiske ønske om "et hus med liv i" samtidig med, at der opnås en optimal anvendelse af kvadratmeterne.

POSTHUSETS OVERSKYGGENDE TEMA bliver "Fællesskab og liv", og ambitionen er at skabe et spændende, åbent hus, hvor borgere, foreninger og frivillige

m.fl. i alle aldre har mulighed for at benytte faciliteterne i Posthuset. Posthuset tænkes derfor som en ramme for aktiviteter og aktører. Her er liv, aktiviteter og høj anvendelses- og udnyttelsesgrad i fokus og for at sikre aktivitet, tildeles ingen brugere egne faste lokaler.

LOKALERNE, SOM SKAL KUNNE benyttes af borgere og foreninger skal indrettes, så flest mulige kan få glæde af dem. Lokalerne skal kunne bookes nemt og være til gavn for alle brugere.

Ligesom biblioteket, vil Posthuset have lange åbningstider og gode adgangsforhold. Der vil være fokus på at skabe faciliteter, som kan understøtte kulturelle aktiviteter med plads til mange besøgende, og som foreninger og andre også kan benytte ved både større og mindre arrangementer. Der vil således være stor diversitet i de aktiviteter, der vil blive fyldt ind i Posthuset.

Nyt fra Seniorrådet

Seniorrådet har med glæde konstateret, at værdighedspuljen er og bliver brugt efter hensigten, og at et lille overskydende beløb er afsat til lignende formål. Man har samtidig udtalt sig positivt over for kommunens ændrede værdighedspolitik. Seniorrådet har henstillet til kommunen, at man i breve, foldere og vejledninger bruger færre fremmedord.

Rådet har holdt et møde med frivillighedsrådet for at afsøge mulighederne i et samarbejde. Seniorrådet følger løbende med i apotekernes nye tiltag og udviklingen på medicinområdet.

Rådet har haft møde med forvaltningen om nødkald og tryghedsopkald og i hvilket omfang, det kan tildeles. Et tryghedsopkald kan man selv anskaffe for ca. 100 kr. om måneden. Nødkald skal man visiteres til. Da der er afsat yderligere penge til nødkald på budgettet for 2020, foretager rådet sig ikke mere.

Rådet har fulgt udviklingen omkring de lukkede svømmehaller og går stærkt ind for, at de ældre får mulighed for at svømme i rimeligt tilgængelige omgivelser. Da Rådet nu har konstateret, at der er afsat midler af til udbedring af de lukkede svømmehaller, foretager Rådet sig ikke yderligere i denne sag.

Rådet var ikke tilfreds med afviklingen af mødedagen for nye pensionister. Vi har tilbudt at være mere med i afviklingen af arrangementet til næste år.

Rådet har haft besøg af lederne af Hjemmeplejen, der har fortalt om planlægningen og gennemførelsen af den. Vi har erfaret, at der gøres et meget stort og vanskeligt arbejde med at "få enderne til at nå sammen", og planerne herfor er til UG.

Til gengæld må vi konstatere, at en del af boligselskaberne i Ballerup Kommune er ældrefjendske forstået på den måde, at der ikke tages hensyn til de ældre beboeres behov og ønsker. Det gælder således for muligheden for parkering for besøgende hjælpere, fx Hjemmeplejen, muligheden for at stille rollatorer og andre hjælpemidler i nærheden af indgangen og til at modtage post fra andre end postvæsenet. Seniorrådet vil invitere nogle af de store boligselskaber til et møde herom.

Hvis du har kendskab til andre besværligheder for ældre i boligselskaberne hører vi gerne om dem.

Venlig hilsen
På Seniorrådets vegne
Henning Broman, næstformand i Seniorrådet



Margit og Erik til festaftenen på Bøtø Strandpark

Vi fandt kærligheden på Bøtø

Det begyndte med en ombyttet nøgle og sluttede med et kys. Margit Jensen og Erik Niebling faldt i snak og blev kærestes på Ballerup Kommunes ferieophold for pensionister på Bøtø Strandpark.

De ankom med bussen fra Ballerup til Falster søndag. Tirsdag fik Margit et kram af Erik. Onsdag et kys på kinden. Og torsdag et kys på munden.

- Det skete fuldstændigt i den rigtige rækkefølge, siger Margit og tænker tilbage på sidste sommer. Kærlighedshistorien tager sit udspring med to ombyttede nøgler.

De ombyttede nøgler

Margit kan ikke åbne døren til sit værelse, da hun ankommer til Bøtø Strandpark. Nøglen passer ikke, og Margit vil gerne i gang med at pakke sin kuffert ud. Da hun forsøger at finde ud af, hvad der er gået galt, kommer en ukendt mand med en nøgle, der heller ikke passer til hans værelse.

Manden er Erik, men det ved Margit endnu ikke. Det viser sig, at de to skal bo på værelse ved siden af hinanden, og de begge har fået en forkert nøgle.

Om aftenen prikker Erik Margit på skulderen og fortæller hende, de er nødt til at sidde ved siden af hinanden. De falder i snak. Margit er som udgangspunkt skeptisk.

- Jeg skulle absolut ikke have en kæreste, eller noget der lignede. Jeg havde haft de mænd, jeg skulle have i min tid, fortæller Margit, som har mistet sin kæreste seks år tidligere.

Den er Erik dog ikke helt med på. Om tirsdagen er de på tur til Marielyst, og Erik spørger, om han må få Margits telefonnummer. Det ender han med at få.

Hver aften slutter med en lang snak uden for værelserne. Det er de snakke, der munder ud i et kys på læberne torsdag aften og betyder, at Erik og Margit i dag er kærestes.

Væk fra ensomhed

80-årige Erik er med på turen til Bøtø for første gang sidste sommer. Han har været gift med sin kone i 59 år, som dør inden de kan nå at fejre diamantbryllup. At blive alene er ikke lykken for Erik.

- Efter min kone døde, sad jeg bare derhjemme og gloede fjernsyn fra morgen til aften og foretog mig ingenting, fortæller Erik.



» Derfor foreslår Eriks svigerdatter, at han ansøger om at komme med til Bøtø.

Det er en helt anden udgave af Erik, som i dag ser tilbage på opholdet, og det liv han har fået sammen med Margit.

- Jeg er vendt 180 grader. Jeg er gået fra at sidde derhjemme til at være en skideglad mand. Der skete et mirakel.

En sommeruge med stor aktivitet

86-årige Margit er med på turen til Bøtø for sjette gang, da hun står med den forkerede nøgle i hånden og løber ind i Erik for første gang. Hun ved godt, hvorfor hun bliver ved med at vende tilbage til Falster.

- Alle på turen er indstillet på, at vi skal have fem gode dage. Det giver en god stemning og et fantastisk fællesskab med gode aktiviteter. En dag tager vi ind til en af byerne i nærheden, en anden dag er der bankospil, og en tredje dag er der festaften med levende musik. Desuden er maden rigtig god, og området tæt på Østersøen er smukt. Selvom jeg er dårligt gående med rollator, går vi sommetider en håndfuld stykker ned til vandet og sidder på en bænk og kigger ud over havet fra den brede sandstrand.

Et større socialt liv

I dag har parret nok at se til sammen. Der er altid en fødselsdag, en barnedåb eller et bryllup at se frem til.

Margit er kommet i Parkhuset – Ballerup Kommunes tilbud til pensionister i Aktiv Center Ballerup – i mange år. Nu har hun lokket Erik med. Han er både med i billardklubben og på et malehold. Hver lørdag formiddag mødes parret desuden fast med andre til spisning i Ballerup Centret.

Det helt store spørgsmål mange måneder senere er, om kæresteparret var faldet for hinanden, hvis de to nøgler aldrig var blevet byttet rundt.

- Aldrig! Han er slet ikke min type af udseende. Jeg ville aldrig nogensinde være faldet for ham, siger Margit og skraldgriner.

Erik er knap så afvisende:

- Jeg syntes, Margit var en skidesød dame, så

det kunne sagtens være sket alligevel, konstaterer han.

Fordelen ved at være to

Kæresteparret er i dag enige om, at de supplerer hinanden godt.

- Han ved slet ikke, alt det gode han gør ved mig. Jeg er ikke så mobil, men til gengæld husker jeg rigtigt godt. Erik er på den anden side meget mobil, men det kniber nogle gange med at huske. Vi hjælper hinanden, det er fordelen ved at være to, fortæller Margit med et smil.

De ser begge frem til at tage turen til Bøtø igen denne sommer - nu som par. Margits nabo i Ballerup har et rigtigt god råd til, hvordan flere kan få en oplevelse for livet.

- Min nabo siger, at de må bytte alle nøglerne om. Tænk på alle de kærestepar, der kan blive ud af det, slutter Margit.

Om Bøtø Strandpark

- Hvert år udbyder Ballerup Kommune ferieophold på Bøtø for pensionister.
- Bøtø Strandpark ligger på Falster, fire kilometer fra Marielyst.
- Bøtø Strandpark ligger 300 meter fra Østersøen.
- I alt tre hold pensionister bliver sendt af sted til Bøtø hvert år.
- Alle pensionister i Ballerup Kommune kan ansøge om at komme med.

Koordinator for turene til Bøtø Strandpark, Tina Lose Jensen:

- Hvert år bliver der dannet mange venskaber og lavet rigtigt mange netværk under et ophold. Netværkerne holder også, når pensionisterne kommer hjem. De besøger hinanden på kryds og tværs, ringer sammen og hjælper fx hinanden med at handle. Ferieopholdene er med til at få mange borgere ud af ufrivillig ensomhed.

Med penslen i hånden

I år er det 100 år siden, at storfyrstinde Olga og hendes familie ankom til Danmark på flugt fra revolutionen i Rusland. Det markerer Ballerup Museum med udstillingen "Med penslen i hånden", der gennem malerier og genstande fortæller om Olgas liv og kunstneriske virke som malerinde.

Olga Alexandrovna (1882-1960) var datter af Alexander III, Zar af Rusland, og den danske prinsesse Dagmar. Under den russiske revolution blev hendes bror Zar Nikolaj II og hele hans familie henrettet. Olga flygtede med sin mand, to sønner og mor til Danmark. Fra 1930-48 boede Olga med sin familie i Ballerup, hvor de drev landbrug på gården Knudsminde.

Olga malede gennem hele livet, særligt motiver med blomster. Gennem sit liv skabte hun omkring 2000 malerier. De fleste er mellemstore akvareller, men hun malede også enkelte oliemalerier. Evnen til at male hjalp hende igennem livet - også når det var svært. Selvom Olga ikke var levebrødskunstner, så udstillede og solgte hun sine værker, der alle havde en traditionel og naturalistisk udtryksform.



Stuehuset på Knudsminde, malet af Olga i 1938

Interessen bliver vakt

Olga voksede op i en familie med tradition for tegning og akvarelmaleri. I sine erindringer fortæller hun:

"Jeg kan ikke huske mig selv uden en blyant i hånden. Min yngste broder Mischa tegnede også og altid med venstre. ...Min søster Xenia havde også udpræget anlæg for at tegne, men fik sjældent tid til at gøre noget ved det - navnlig efter hun blev gift og fik sine syv børn. ...Moderen havde både tegnet og malet i de første år, efter at hun i 1866 var blevet gift. Senere kneb det med at finde tid til at dyrke denne interesse."

Olgas barndomshjem var det store Gatchina Palæ, beliggende 45 km uden for St. Petersburg. Her fik Olga undervisning i maleri af ledende kapaciteter fra Kunstakademiet i St. Petersburg. Gennem Olgas barndom tog Kejserinde Dagmar hende med på kunstudstillinger.

Flugten fra virkeligheden

Olga havde en ganske særlig evne til at fokusere på det kønne, lyse og lette i sit motivvalg. På den måde afspejles hendes turbulente og dramatiske liv ikke direkte i hendes kunst. I stedet benyttede Olga nok sin kunst til for en stund at glemme eller måske bearbejde nogle af de barske oplevelser og livsvilkår, som hendes personlige historie er præget af.

Under 1. Verdenskrig arbejdede Olga som Røde Kors sygeplejerske. Og selvom hun malede flittigt i denne periode, så er det eneste maleriske vidnesbyrd om krigens gru en akvarel, der gengiver nogle grave, kors og en bevæbnet soldat.



Selvportræt fra 1936. Akvarellen er indrammet i den såkaldte *Ballerup ramme*.

» Selv når Olga var på flugt, malede hun smukke og idylliske landskaber. Når vi betragter Olgas malerier, er det svært at se bort fra hendes stærke og farverige personlighed og historie.

Men hendes spændende, og til tider voldsomme, livsforløb skal aflæses af hendes skrevne ord og ikke i hendes billeder. I Olgas malerier kan vi i stedet se de motiver, der gav hende ro, fred og tilflugt fra den ofte komplicerede virkelighed.

Gårde, køer og skovsøer i Ballerup

Da Olga og hendes familie bosatte sig i Ballerup, fik Olga mere ro og tid til at male og fordybe sig i sin kunst. Tiden på Knudsminde var kunstnerisk set derfor Olgas mest produktive periode.

Her var hun omgivet af en mangfoldighed af motiver: Marker og enge, morænelandskaber, skovsøer, haver, gårde, husdyr, fugleliv og blomster.

Olga blev gode venner med den jævnaldrende maler Ole Søndergaard (1876-1958), der boede på Linde Allé i Ballerup. Søndergaard malede også motiver fra lokalområdet; Ballerup, Måløv, Jonstrup, Herlev og Hareskoven, og udstillede som Olga på Charlottenborg. Det er først i Ballerup, at Olga i en moden alder for alvor begynder at male i olie. Det skete i krigsårene (1940-45), med de farver og materialer, der på det tidspunkt var tilgængelige, og undertiden er oliemalerierne malet på karton i stedet for lærred.

Olga lod mange af sine værker indramme hos glarmester Børge Larsen på Frederikssundsvej i Ballerup. Glarmesteren sørgede også for salg af billederne, som han havde i kommission. Til Olgas værker anvendte glarmesteren en bestemt rammetype, der er en form for reminiscens af skønvirkerammerne fra omkring 1900. Denne rammetype bliver kaldt *Ballerup-rammen*.

Olga malede også på porcelæn. Hun dekorerede porcelænen for Den Kongelige Porcelænsfabrik, Bing & Grøndahl og Thomas Bavaria. I Ballerup underviste hun lokale damer i porcelænsmaling. *Tekst: Susan Hauge Jensen og Mette Jensen*

Porcelænskop dekoreret af Olga.



Frit valg af personlig og praktisk hjælp

Ballerup Kommune har godkendt følgende leverandører:

Firma	Godkendelsen omfatter
Hjemmepleje:	
Ballerup Kommunes Hjemmepleje Rådhuset 2750 Ballerup – tlf. 4477 3340 www.ballerup.dk	Praktisk hjælp, rengøring Personlig hjælp
Jasmin Hjemmepleje Service Borupvang 3 2750 Ballerup – tlf. 2388 3636 www.jasminhjemmepleje.dk	Praktisk hjælp, rengøring Personlig hjælp
Din Private Døgnpleje Skovvej 76 2750 Ballerup – tlf. 2773 6767 www.pobel.dk	Praktisk hjælp, rengøring Personlig hjælp
Indkøb	
Intervare Banemarksvej 58 2605 Brøndby – tlf. 7027 7233 www.intervare.dk	Praktisk hjælp, indkøb via indkøbsordning
Egebjerg Købmandsgård Jernbanevej 7 4500 Nykøbing Sjælland – tlf. 7025 8888 www.bestiloghent.dk	Praktisk hjælp, indkøb via indkøbsordning
Tøjvask:	
Berendsen part of Elis Klausdalsbrovej 25 2860 Søborg – tlf. 3585 3283 www.berendsen.dk/vaskeservice-til-kommunerne	Praktisk hjælp, tøjvask i industrielt vaskeri
Trasbo A/S Jernager 9 4050 Skibby – tlf. 4752 7435 www.trasbo.dk	Praktisk hjælp, tøjvask i industrielt vaskeri
Madservice:	
Det Danske Madhus Vestergade 12 7700 Thisted – tlf. 7070 2646 www.detdanskemadhus.dk	Levering af varm mad Levering af kølemad

Personligt tillæg

Du kan søge kommunen om personligt tillæg, hvis du er folkepensionist. Du kan også søge, hvis du modtager førtidspension efter de gamle regler, dvs. reglerne fra før 2003.

Du skal være ganske særligt vanskeligt stillet økonomisk for at kunne få personligt tillæg. Kommunen foretager en konkret vurdering af dine samlede økonomiske forhold, når den vurderer, om du kan få personligt tillæg. I vurderingen indgår din formue, den sociale pension og alle andre indtægter.

Kommunen vurderer din formue og indtægt i forhold til den udgift, som du ønsker dækket af det personlige tillæg.

Kommunen kan anvende vejledende formuegrænser og rådighedsbeløb, når den vurderer, om du er i en økonomisk vanskelig situation. Personlige tillæg ydes ofte i forbindelse med uforudsete nødvendige udgifter, som det er vanskeligt at spare op til af en pension, f.eks. til egenbetaling i forbindelse med helbrestillæg,

tandlægeudgifter uden tilskud fra det offentlige, flytning m.m.

Kommunen ser på din aktuelle økonomi, formue og det månedlige beløb du har til rådighed, når de faste udgifter er betalt - det såkaldte rådighedsbeløb.

Rådighedsbeløbet opgøres på baggrund af oplysninger om pensionistens økonomi: Indtægter minus faste nødvendige udgifter.

Det er normalt kun nødvendige udgifter til boligen, der tages med i beregningen, husleje, varme, el, indboforsikring, medielicens og telefon.

Da betjeningen af borgerne er obligatorisk digital, medtages nu også udgift til internetadgang som en nødvendig udgift.

Tillægget kan ydes som et engangsbeløb eller som et fast månedligt supplement.

Hvis en pensionist får udbetalt brøkpension kan kommunen yde personligt tillæg som supplement til pensionen, hvis pensionisten ikke har andre indtægter eller formue.

Digital pension

Personligt tillæg

Personligt tillæg kan du søge om digitalt på www.borger.dk med dit NemID.

Du kan få hjælp til at søge digitalt, ved at kontakte en borgerguide i Borgerservice. Hvis du ikke er i stand til at søge digitalt, har du forsat mulighed for at blive betjent på anden vis.

Udvidet helbrestillæg

Hvis du har NemID kan du ansøge digitalt på www.borger.dk. Du kan kontakte en borgerguide i Borgerservice for hjælp.

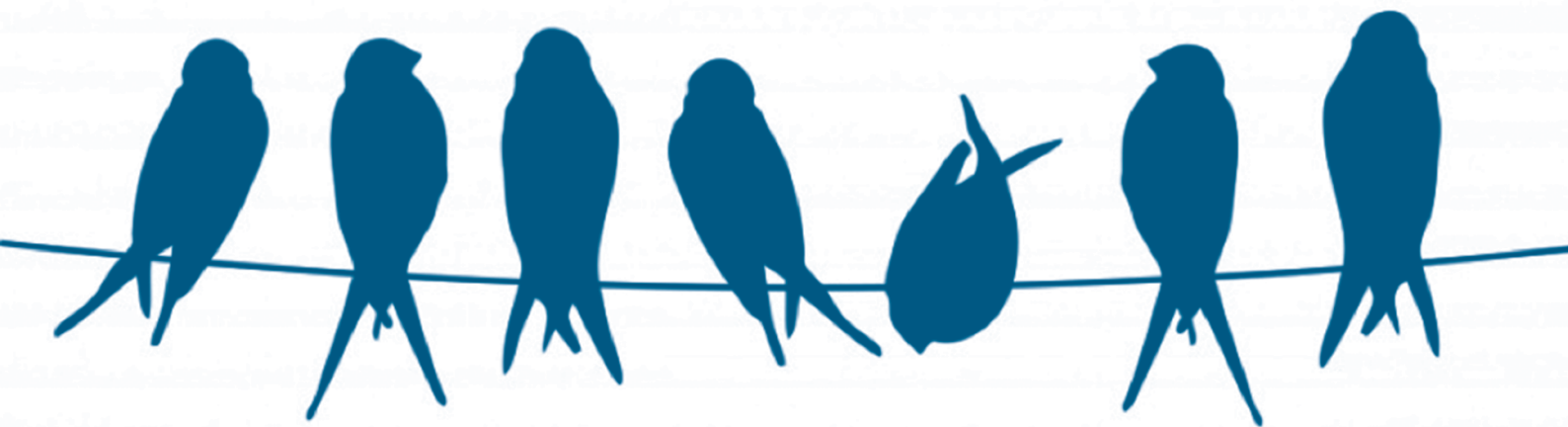
Hos borgerguiden i Borgerservice kan du få

udleveret et Ansøgningskema hvis du ikke er digital.

Vær opmærksom på, at selv om din optiker, tandlæge eller fodterapeut har sendt et behandlingsoverslag eller erklæring til kommunen skal du stadig udfylde og sende en ansøgning om udvidet helbrestillæg. Bemærk, man skal søge kommunen, inden man foretager købet, da der ellers gives afslag.

Kontaktoplysninger til Pension:

mail: pension@balk.dk; tlf. nr. 44772040.



Invitation til pårørendegruppe

Har du en ægtefælle, som har en demenssygdom?

I Ballerup Kommune tilbyder vi pårørendeforbøb for pårørende til en hjemmeboende ægtefælle med en demenssygdom.

Formålet med pårørendegruppen er, at du som pårørende får mulighed for at:

- dele erfaringer med øvrige deltagere.
- blive præsenteret for viden og værktøjer, der kan understøtte og udvikle handlemuligheder.
- få et trygt og fortroligt rum, hvor du kan dele tanker og følelser.

Gruppen mødes én gang om måneden kl. 10.30-12.30. Hvilke ugedag møderne falder på, vil blive afklaret i august. Forløbet består af 9 mødegange fra september til maj, og der er professionel mødeledelse under alle mødegange.

Er du nysgerrig for at høre mere eller ønsker at tilmelde dig, så kontakt os.

Tilmeldingsfrist: 1. august 2020.

Kontakt demenskoordinatorerne:
E-mail: demens@balk.dk
Telefon: 44 77 33 03 / 44 77 32 01

En deltager i pårørendegruppen fortæller:

"For mig er det rigtig godt at møde andre pårørende som jeg kan udveksle erfaringer med, og med hvem man kan dele sine bekymringer, og ikke at forglemme, sine gode oplevelser og tanker.

Andre i gruppen er måske forbi den fase i sygdommen som jeg står midt i, og kan hjælpe mig med at træffe de rigtige beslutninger om fremtiden.

Vi skaber selvfølgelig også et netværk, som vi kan drage nytte af, ikke blot på vores møder. Vi 'holder øje med hinanden'. Jeg kan kun varmt anbefale enhver at være med i en pårørendegruppe".

De 4 årstider

udkommer næste gang i juli måned.

Deadline for stof til bladet er
den 30. april.



Demenskoordinatorerne, Ældre Sagen og Alzheimerforeningen afholder café møder, hvor alle der har berøring med demenssygdom og søger information omkring dette er velkomne. Deltagelse er gratis. Tilmelding ikke nødvendig.

Program:

Den 6. februar: [Fra symptom til diagnose:](#)

Om udredning, muligheder for hjælp og livet derefter.

Den 5. marts: [Aktiv med demens:](#)

Om aktivitetstilbud i Ballerup Kommune.

Den 2. april: [Det vanskelige ved at være pårørende:](#)

Om støttemuligheder, rådgivning og aflastning.

Den 7. maj: [Livshistorie - workshop:](#)

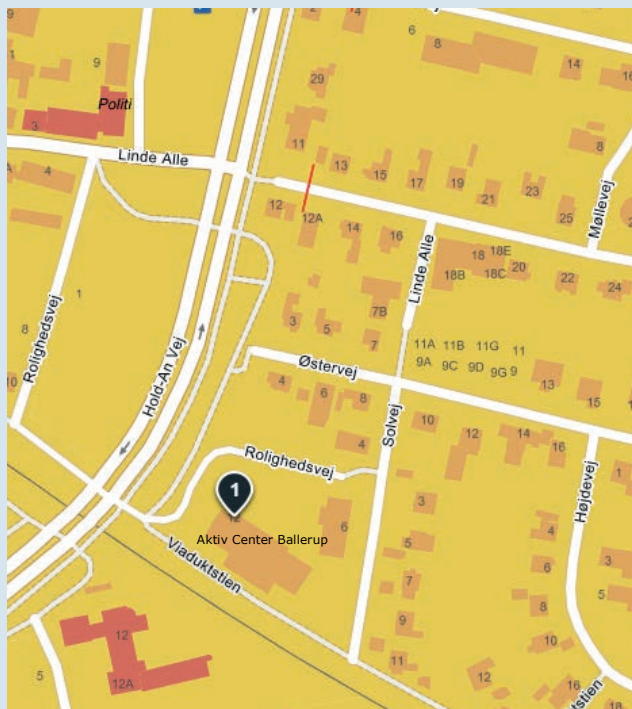
Vær med til at udforske din egen livshistorie. Medbring gerne billeder eller andre minder.

Den 4. juni: [Hverdagen med demens:](#)

Dialog om hverdagens dilemmaer samt et ønske om god sommer!

Tidspunkt: 15.30-17.30. Sted: Caféen i Aktiv Center Ballerup, Rolighedsvej 12, 2750 Ballerup. Arrangementerne har altid et emne, der er relateret til demens, hvorefter der er mulighed for at stille spørgsmål til demenskoordinator, repræsentanterne fra Ældre Sagen og Alzheimerforeningen. Der kan købes kage, kaffe og te. Se kørselsvejledning på modsatte side.

Ved spørgsmål kontakt demenskoordinatorerne på 4477 3303 / 4477 3201 eller på E-mail: demens@balk.dk.



Kørselsvejledning:

Aktiv Center Ballerup kan godt være lidt vanskelig at finde. Google Maps er desværre misvisende, og vi anbefaler, at i anvender www.krak.dk for kørselsvejledning.

Se evt. placering markeret ved 1-tallet på kortet her til venstre.

Der er gratis parkering.

Mænds Mødested Ballerup Kommune

Tankerne om at oprette Mænds Mødested Ballerup Kommune opstod i forbindelse med et informationsmøde den 18. september 2018, hvor viceborgmester Lolan Ottesen var inviteret til at komme og holde et oplæg. Ud over viceborgmesteren deltog repræsentanter fra FC Prostata (et tilbud til mænd med prostatakræft) og Mænds Mødested København samt lederen af Sundheds- huset, Anne Ganner Bech. Der var fremmødt 17 interesserede borgere.

Da alle oplægsholdere var gået, fik vi sat nogle planer op om, hvornår vi skulle mødes og planer om, hvad vi skulle foretage os fremover. Mænds Mødested Ballerup Kommune blev officielt stiftet den 7. marts 2019 i Sundhedshuset med Lolan Ottesen som dirigent og 9 medlemmer. Denne dag lykkedes det, at få nedsat en bestyrelse til de daglige gøremål.

Bestyrelse:

Formand/kontaktperson: Torben James Jensen
Lundebjerggårdsvej 18, 1.th., 2740 Skovlunde

E-mail: torben.james.jensen@groennehaven.dk
Tlf.: 6186 4073

Kasserer: Brian Hektor Sørensen

Medlem: Hagen Algren

Bestyrelsessuppleant: Niels Fogh

Revisor: Lolan Ottesen

Revisorsuppleant: Charlotte Holtermann

Kontingent: 4 kr. pr. måned eller 48 kr. årligt.

Alle mænd, som er interesserede i at mødes og hygge sig et par timer, og måske være med til at lave lidt mad samt tage på udflugter, er velkomne som nye medlemmer. Hvis vi ikke laver mad, har vi en grill, hvor pølserne bliver lavet, så det er altså ikke en kaffeklub.

Vi mødes ca. hver 14. dag i stueetagen i Sundhedshuset på Gl. Rådhusvej. Oplysninger vedr. næste mødedato fås ved henvendelse til formanden.

*Venlig hilsen Torben James Jensen,
formand for Mænds Mødested Ballerup Kommune*



Pensionistudflugter 2020

Kommunalbestyrelsen i Ballerup Kommune arrangerer igen i år pensionistudflugter for kommunens førtids- og folkepensionister. I år er det 50 år siden den første tur blev gennemført.

For at kunne deltage skal du være bosat i Ballerup Kommune. Har du behov for en hjælper, behøver hjælperen dog ikke at bo i Ballerup Kommune.

Årets udflugtsmål er Gerlev Kro i Jægerspris

I år går udflugterne til Gerlev Kro. Inden vi ankommer til Gerlev Kro skal vi en tur gennem det smukke Sjælland.

På Gerlev Kro venter der os en dejlig kop kaffe/te med hjemmelavet lagkage til. Om eftermiddagen vil man kunne gå rundt på egen hånd i Frederikssund By.

Kl. ca. 17.30 serveres en jubilæumsmenu bestående af:

- Dampet laks
- Gl. dags oksesteg med tilbehør
- Karamelkurv med is og frugter.

Der vil også blive serveret kaffe/te med småkager.

Der vil være musik, mens vi nyder middagen. Under aftenscaffen vil der være mulighed for en lille svingom.



Prisen for hele arrangementet er 225 kr. pr. person.

Udflugtsdatoerne er:

- Mandag den 18. maj 2020
- Onsdag den 27. maj 2020
- Onsdag den 03. juni 2020
- Mandag den 08. juni 2020
- Onsdag den 10. juni 2020
- Onsdag den 17. juni 2020.

Der er opsamling 20 minutter før afgang, kl. 12.40 på Kratvej ved Måløv Kirke, på Egebjergvej ved Egebjergvang og på Banegårdspladsen i Skovlunde.

Afgang fra Ballerup Rådhus er præcis kl. 13.00

Vi forventer at være hjemme igen kl. ca. 21.00.

Alle ture er røgfrie. Dette gælder også på Gerlev Kro. Der er mulighed for rygning udenfor.

Her kan du købe billetter

Du kan købe billetter fra onsdag den 11. marts 2020 fra kl. 10.00 og frem til lukketid på:

- Ballerup Bibliotek, Banegårdspladsen 1,
- Kulturhus Måløv, Måløv Hovedgade 60,
- og
- Skovlunde Kulturhus, Bybjergvej 8.

Du skal medbringe pensionsmeddelelse eller sundhedskortet, når du køber billetter. Du kan max. købe to billetter pr. person, og du kan kun deltage på én af udflugterne.

Vi glæder os meget til at se jer.

Med venlig hilsen
Guideholdet



Påske på Ballerup Museum

Ingen påske uden æg. I den gamle landsbyskole i udstillingen om Ballerups historie sætter vi spot på æg.

Det er ikke kun høns og fugle der lægger æg, men også krybdyr, insekter og fisk. Tag børnebørnene med på opdagelse i en verden af æg, se anskuelsestavler og præparater i sprit med og om æglæggende dyr. I kan også møde de levende afrikanske kæmpe snegle, der lægger store

æg. Få en æggequiz i indgangen, hvor I skal løse opgaver om æg og dyr der lægger æg. Bagefter vinder man naturligvis et æg.

Udstillingsspot og påske quiz kan opleves til og med søndag den 12. april i åbningstiden.

Se påsken og forårets øvrige aktiviteter på www.ballerupmuseum.dk under "Det sker".

Jonstrup Øvelsesskole 1809-1956

Foredrag torsdag den 30. april 2020, kl. 19-21: Kom og hør om, hvordan det var at gå i øvelsesskolen ved Jonstrup Lærerseminarium, Danmarks ældste seminarium. Seminariet havde mange forbindelser til Måløv og Ballerup. En dramatisk periode handler om tyskernes besættelse af seminariet og dets midlertidige flytning til Ballerup.

Jette Kirstein, der er cand.mag. i historie og pædagogik og frivillig medarbejder på museet og i Jonstrup samlingen, holder foredrag med baggrund i bogen "Husker du vor skoletid? - Jonstrup øvelsesskole 1809-1956", der udkom i 2019.

Sted: Skolestuen. Pris: 30 kr. (inkl. kaffe og kage). Køb billet via www.ballerupmuseum.dk under "Det sker".





Syng, Spis og Snak, Søndag den 26. april, kl. 13.00: Velkommen til en eftermiddag med Mads Westfall, en økologisk frokost og hyggeligt samvær. Det bliver en hjemmelavet, økologisk frokost med kaffe og kage lavet af elever fra FGU NORD (tidl. Ballerup Herlev Produktionshøjskole). Der er fokus på det gode samvær, sund og lækker mad og sang!

Mads Westfall er en af landets førende visesangere, kendt fra den populære trio Halvdanskerne. Her præsenterer han sit solo-show med fuld musik og sang.

Billetprisen dækker hjemmelavet økologisk frokost (mulighed for vegetarmad) samt kaffe og hjemmelavet kage og underholdning, hvor du kan synge med.

Søndag den 26. april 2020 kl. 13.00
Billetpris: Kr. 180,- inkl. Økologisk frokost og sang
sælges på www.lautrupmusik.nemtilmeld.dk

Arr. Brugerrådet og Lautrupværterne med støtte af Ballerup Kommunes Kultur- og Fritidsudvalg og Nemtilmeld.dk

MusikFritteren er til dig, som har tid og lyst til at spille musik og hygge sig

Hver torsdag eftermiddag fra kl. 14 – det er gratis at deltage. Har du lyst til at være sammen med andre i hyggeligt musikalsk og socialt samvær nogle timer?

Har det din interesse, så send en mail til MusikFritterenLautrupgaard@gmail.com eller kontakt Bjarne Aaberg på tlf. 20412744, så du kan få løbende info om MusikFritteren.

Parkkoncert med Halfdanskerne

Med Halfdanskerne på toppen holdes Parkkoncert med fri entré. Medvirkende er også flere brugere af Lautrupgård Musik- og Kulturhus.

Trioen Halfdanskerne har udviklet et spektakulært og visuelt show, hvor tre musikalske, autentiske og altid velklædte herrer styrker og supplerer hinanden med stor spilleglæde og masser af energi.

Søndag den 24. maj kl. 12.30 – 17.00 – Fri entré
Se mere på www.lautrupmusik.dk

Arr. Brugerrådet og Lautrupgaard Musikfabrik med støtte af Ballerup Kommunes Kultur- og Fritidsudvalg og Nemtilmeld.dk



Syng dig glad fra Højskolesangbogen

Prøv det! Efter at have sunget i et par timer går man hjem med en dejlig glæde i sindet.
Onsdag den 8. april kl. 13.30. Dørene åbnes kl. 12.45 - Det koster kun 20 kr. at deltage, men så er der også kaffe/the og et stykke kage i pausen. Der kræves ingen forudsætninger for at deltage – kun almindelig sangglæde.

For alle arrangementer: Se mere på www.lautrupmusik.dk. Telefon 20 70 95 75,
Torben Liljerøth

Adressen er: Lautrupgård
Musik- og Kulturhus,
Lautrupvej 2, 2750 Ballerup.
Bus 350S kører lige til døren.



Operettebåden kommer forbi

Den knuselskelige Lisbeth Kjærulff står for løjerne på spindesiden, mens hendes mandlige modpart Bo Kristian Jensen giver hende sang til strengen.

Og vanen tro vil kaptajn Jacob Beck traktere klaveret og føre os igennem kanalerne med anekdoter og røverhistorier. Årets operettebåd kommer den halve klode rundt. De begynder med både smægtende og fandenivoldske klange i russiske toner. Glæd dig til Flagermusen, Franz Léhar og så til Amerika med kendte toner og slutter i Tyrol, hvor kærlighedsforviklingerne sker.

Søndag den 17. maj 2020 kl. 15.00 - Billetter sælges på www.lautrupmusik.nemtilmeld.dk
Billettepris: Kr. 150,-.

Arr. Brugerrådet og Lautrupværterne med støtte af Ballerup Kommunes Kultur- og Fritidsudvalg og Nemtilmeld.dk



Sundheds- og aktivitetstilbud til ældre

Ballerup Kommune og de lokale idrætsforeninger tilbyder en lang række tilbud, der er med til at holde hjernen og kroppen frisk, når man kommer op i årene.

Fx har Måløv Senioridræt eller Skovlunde Senioridræt åbnet et nyt trænselv-tilbud på Plejecenter Rosenhaven og Plejecenter Sønderhaven. Tilmeldingen foregår via foreningerne.

På hjemmesiden ballerup.dk/seniortilbud kan du finde mere information om tilbud samt kontaktoplysninger på foreningerne.

BILLETTER TIL BIBLIOTEKETS ARRANGEMENTER KAN KØBES PÅ BIBLIOTEKET ELLER PÅ BIB.BALLERUP.DK



Repair Café

Nu har du igen chancen for at give nyt liv til dine gamle ting, når Repair Café indtager Ballerup Bibliotek. I stedet for at købe nyt hele tiden, kan du få repareret dit ødelagte elektronik, tøj eller legetøj, så det kan bruges igen.

Første lørdag i hver måned
Ballerup Bibliotek ved Makerspace
Gratis – bare mød op

Mød Kristian Bang Foss

Oplev forfatteren Kristian Bang Foss fortælle om sin seneste og meget anmelderroste roman Frank vender hjem. Med knastør humor beskriver han to meget forskellige familier i det danske klassesamfund. Vi møder mønsterbryderen Frank, som er søn af en pinlig gadesanger og en hårdtarbejdende kontorassistent. Frank føler sig ikke hjemme på studiet på universitetet, og da han bliver kæreste med Thea, kæmper han for at passe ind både i sin egen familie og i Theas stenrige, kultiverede overklasse-familie. I samarbejde med AOF Vestegnen.

Onsdag den 1. april kl. 19-21
Skovlunde Kulturhus - Billetter 50 kr.



Rask og glad – Livestreamet videnskabsforedrag fra Aarhus Universitet

Foredrag ved professor i genomforskning Oluf Borbye Pedersen, Københavns Universitet. Hør om ny forskning som viser, hvordan vi hver især med en sund livsstil og et naturligt forhold til vores mikrober kan berige og forstærke vores mikroorganismer, så vi bliver sundere og får mere energi og bedre fordøjelse.

Tirsdag den 21. april kl. 18.50–21.00
Kulturhus Måløv - Gratis – bare mød op

Kom og vær med i uge 17, når Danmark spiser sammen

Det er hyggeligere at spise sammen med andre end at spise alene. Det er rart at nyde et måltid sammen med andre mennesker.

Derfor støtter Ballerup Bibliotekerne op om Spis Sammen-ugen med tre hyggelige arrangementer.



Onsdag den 22. april kl. 12.30 Skovlunde Kulturhus

Pris 50 kr. Sild, smørrebrød og 1 øl/vand. Snaps kan købes for 5 kr. pr. glas. Kaffe/te samt lagkage.

Torsdag den 23. april kl. 17.30 Kulturhus Måløv

Pris: se opslag. Menuen er stadig under udarbejdelse. Se opslag på hjemmesiden.

Fredag den 24. april kl. 12.30 Ballerup Bibliotek

Pris 50 kr. Sild og smørrebrød, kaffe og småkage. Øl/vand eller snaps kan købes for 5 kr.

Følg med på bibliotekets hjemmeside WWW.BIB.BALLERUP.DK eller spørg på biblioteket, hvornår billetsalget åbner.

Guidet Fælleslæsning

Kom og få læst en novelle eller et digt højt og vær med til at tale om, hvad teksten betyder for dig.

Vi læser i en tryk og inspirerende ramme i en lille gruppe. Her er ingen forkerte svar, og du bidrager kun, når du har lyst. Du skal ikke læse noget hjemmefra. Du kan deltage en eller flere tirsdage, som det passer dig.

Tirsdag den 14.4., 28.4., 12.5., 26.5. og 9.6. kl. 14.30-16

Ballerup Bibliotek

Gratis tilmelding til Mette, ms3@balk.dk, tlf. 4175 0070



Sangsøndag i Skovlunde

Kom til en hyggelig musikalsk eftermiddag med Bent og Beinir og vær med i fællessangen. Dørene åbnes kl. 13.30. Kulturhusets café sælger kaffe og kage.

**Søndag den 19. april og søndag den 17. maj
kl. 14-16**

Skovlunde Kulturhus, Indgang 2

Gratis – bare mød op

Smag på genren: Fuglene i litteraturen

Det er fuglenes dag den 25. maj! Denne dag byder vi på højtlesning af nogle af de bedste fuglefortællinger og fuglebeskrivelser i skønlitteraturen – tilsat lidt hjemmelavede lækkerier og en kop kaffe.

Mandag den 25. maj kl. 16-17

Skovlunde Kulturhus - Billetter 20 kr.



Hyggelig billetedag i TEMA-Baltoppen

Kære alle

Søndag den 26. april 2020, kl. 13.00 inviterer teaterforeningen TEMA til billetedag i Baltoppen. Hvis I ikke allerede har kataloget for næste sæson 2020/21 – som bl.a. kan hentes på Ballerup Bibliotek i god tid inden billetedagen – kan det erhverves på dagen hos os.

Vi har sammensat et spændende repertoire: Opera, operette, cabaret, farce, folkekomedie, klassisk komedie og drama. Man skal vælge mindst tre forestillinger som abonnement. Der er lidt for enhver smag og nok at vælge imellem.

Vi byder på en hyggelig dag, hvor dørene åbnes kl. 13.00, med tilmelding, information og lidt underholdning. Man kan udfylde tilmeldingsblanketten, medens vi, traditionen tro, byder på en kop kaffe og lidt kage, og man kan få hjælp, hvis man har brug for det.

Velkommen til en hyggelig eftermiddag, hvor man kan møde nye og gamle abonnenter og træffe os fra TEMA. Herefter henviser vi til vores hjemmeside **www.tema-baltoppen.dk**.

Hilsen

Bestyrelsen