

Udvikling af Alderdommens Muligheder

## Nyt fra FUAM

Tøj og alder

Fra Klaras køkkenkrog

Referater af FUAM-møder

De gamle som kaffe-forbrugere

Danmarks stærkeste integrationsfaktor – de gamle

1

29. årgang

Marts 2009

## Bestyrelse

Knud Ramian	8627 4042
Tove Holm (sekretær)	8617 9065
Søren-Peter Pedersen (kasserer)	8613 4788
Traute Larsen	8615 5917
Klara Juul-Madsen	8625 6049
Kirsten Trollegaard Jørgensen	8636 2511
Irma Magnussen	8625 9804

## Suppleanter:

Lisbet Thorendahl	8627 2802
Børge Helmer	8627 2900

## Redaktør

Knud Ramian, Englodden 6, Storchøj, 8320 Mårslet  
Tlf. 8627 4042 E-mail: knud@ramian.dk

Layout og sats:

Børge Helmer, Storchøjvej 16, 8320 Mårslet  
Tlf.: 8627 2900 E-mail: borge.helmer@gmail.com

Sidste frist for stof til Nyhedsbrev nr. 2/2009:  
3. august 2009

## Læs i dette nummer

Tøj og alder (Referat fra FUAM-mødet den 14. januar 2009) .	3
Fra Klaras køkkenkrog . . . . .	8
De gamle som kaffe-forbrugere . . . . .	10
Kunsten at visne (Bog anmeldelse) . . . . .	10
At sige livet ret farvel (Bog anmeldelse) . . . . .	13
FUAM's general forsamling, referat . . . . .	15
FUAM's alderdom . . . . .	18
Danmarks stærkeste integrationsfaktor – de gamle . .	21
Regnskab for 2008. . . . .	22
Kommende møder . . . . .	23

# Tøj og alder

Oplæg ved Lisbet Thorendahl

Denne artikel har baggrund i et oplæg i FUAM-kredsen 14. januar 2009 med henblik på en drøftelse af, hvilke muligheder gamle mennesker har for at skaffe sig nyt tøj, når de ikke længere kan tage bilen eller bussen og selv gå på indkøb.

Før der kan svares på det spørgsmål, har jeg lyst til at filosofere lidt over, om tøj - individuelt valgt tøj - overhovedet har betydning for gamle mennesker.

Mange er måske tilbøjelige til at tro, at interessen for tøj svinder med alderen. Om det generelt set er sandt, er et stort spørgsmål. Svindende interesse kunne være påvirket af, at tøj er en ydre ting og dermed får mindre betydning med alderen, men også af at muligheden for at se på tøj og aktivt skaffe sig nyt tøj er forringet.

Jeg vælger at tro, at den enkeltes særlige smag med hensyn til tøj fortsat eksisterer hos gamle mennesker, så længe der er blus på lampen - og måske længere. Men hvor megen vægt den enkelte lægger på udskiftning og fornyelse af garderoben afhænger nok af, om interessen for tøj har været af betydning tidligere i livet.

Man kan også filosofere over: Hvilken betydning tøj/beklædning har for folk i almindelighed.

Nogen har sagt "klæder skaber folk" - det er der vel noget om, men udsagnet virker udvendigt. For mig at

se er det ikke så enkelt. Det er jo ikke sådan, at flot og dyrt tøj ubetinget giver bæreren af tøjet en god fornemmelse eller en større selvsikkerhed. Mange ville føle sig dårligt tilpas i udpræget dyrt tøj. Det må være sådan, at hvis arten af det tøj, man bærer, overhovedet betyder noget, er det fordi, tøjet er individuelt valgt som en markering af ens personlighed og et signal til omverdenen om, hvem man er og hvad man står for.

Jeg tror, at de, der overhovedet interesserer sig for tøj, har en meget præcis holdning i forhold til valg af tøj - uden måske bevidst at kunne gøre rede for præmisserne. Man ved, hvad man kan lide, og man kender sin stil.

For mig i ung alder, som 38-årig og nu som 68-årig - skal tøj først og fremmest være enkelt og praktisk at have på - det må ikke hindre bevægelsesfriheden. Det tøj, jeg befinder mig godt i, kan karakteriseres ved, at det er ukompliceret. Jeg kan udmærket glæde mig over tøj, som jeg har på - til dagligt eller til fest - ikke fordi det er fint og dyrt, men fordi jeg befinder mig godt i det. Jeg hader tøj, der sluger min energi ved, at min opmærksomhed ustandseligt bliver henledt på det. Derfor bryder jeg mig ikke om pyntetørklæder, der ustandseligt skal rettes på. Jeg vil helst, at mit tøj af andre bliver betragtet som en del af mig og ikke som noget særskilt, jeg har på.

Mit tøjs farver skal være kølige, klare og rene. Jeg er ubetinget interesseret i tøj - interesseret i at finde det rigtige tøj til mig - og det vil dybest set sige - tøj der understøtter den opfattelse, jeg har af mig selv - enkel og ligetil!

Det er nok, hvad der skulle stå i mit plejetestamente, hvis jeg skulle give nogle retningslinjer til mine pårørende eller hjælpere med hensyn til min tøjsmag.

For mig er tøj således ikke en ligegyldig ting - og det ønsker jeg heller ikke, det skal blive, når jeg bliver gammel. Jeg har altid oplevet det som en livskvalitet, at min mor i en høj alder stadig interesserede sig for at forny sin garderobe. For mig er det et interessant og vigtigt spørgsmål på hvilken måde, jeg på mine gamle dage, hvor jeg ikke længere kan snuse rundt i butikker, kan skaffe fornyelse af garderoben - og vel at mærke fornyelse, der ikke bare er af nødvendighed, men af lyst til med tøj fortsat at understøtte den personlighed, som jeg gerne vil bevare, så længe jeg kan.

Så dette spørgsmål - stillet i FU-AM-kredsen - er blevet et personligt spørgsmål for mig: Hvordan kan jeg fastholde mit selvstændige valg af tøj den dag, jeg af fysiske eller psykiske årsager er bundet til mit hus, min pensionistlejlighed eller min plejehjemsstue?

For at få svar på det spørgsmål har jeg undersøgt, hvilken service konkrete forretninger i mit nærmiljø kan yde til mennesker i ovennævnte situation. Jeg har også undersøgt, om der er alternative muligheder for selvstændigt tøjvalg i mit nærmiljø.

Min første henvendelse var skriftlig og gik til salgschef Lars Højgaard i Salling Stormmagasin, Århus - den forretning, som mange af os igennem et helt liv har lagt vores handel i. Jeg stillede salgschefen følgende spørgsmål:

Har Salling nogen særlig service i forhold til gamle?

Viser Salling kollektioner af beklædning på lokale omsorgscentre for pensionister og plejehjemsboere?

Kan et familiemedlem, en ven eller hjælper mod legitimation låne 3-4 kjoler eller frakker et døgn tid, så en person, der vanskeligt kan komme hjemmefra, i ro og mag kan prøve tøjet og dermed få mulighed for et selvstændigt tøjvalg?

I det skriftlige svar bakkede salgschefen op om, at det var en god idé at rette fokus på ældres beklædning, men måtte desværre meddele, at stormagasinet på trods heraf ikke i øjeblikket havde ressourcer til at påbegynde et sådant projekt, men lovede, at stormagasinet, såfremt man på et senere tidspunkt ønskede at foretage et tiltag af denne art, ville gøre FU-AM opmærksom på dette tiltag. - Alt så et nej til de tre spørgsmål, men fokus på problematikken blev venligt modtaget - og måske overvejet.

Aaskov Damehuset, Frederiksgade 20, Århus C - tlf. 86 125055

Firmaet "Aaskov Damehuset" er en kæde af forretninger i Jylland. Der er butikker i Århus, Silkeborg, Haderslev og Åbenrå. Jeg kontaktede ejeren af kæden, hvis navn er Annette Aaskov. Hun fortæller, at hendes kundekreds er midaldrende og ældre kvinder, og at de i hendes butikker har den praksis, at en given person mod

legitimation kan låne 3-4 kjoler eller frakker med hjem til en person, der har vanskeligt ved at komme hjemmefra.

Ved selvsyn har jeg konstateret, at Aaskov Damehuset er en stor og meget velassorteret forretning med smart tøj til netop midaldrende og ældre kvinder.

Internetforretninger er også en af de undersøgte muligheder. Men der er for mig at se to problemer i brugen af disse forretninger for gamle mennesker. Det ene er, at der endnu ikke er så mange gamle mennesker, der behersker internetsystemet. Det andet er, at internetforretningernes målgruppe primært er unge mennesker, hvad deres tøjvisning på nettet i høj grad bærer præg af. Det betyder, at gamle mennesker skal have en ualmindelig god fantasi for at forestille sig, at det viste tøj er noget for dem.

En onlineforretning, der er lidt anderledes, er "Venus & Mars XL", der sælger modetøj i almindelige og store størrelser til både damer (42-56) og herrer (XL-8XL). Internetadresse er: <http://www.venusogmarsxl.dk>

Der er dog en forretning - Trendy og Lingeri-online - der reklamerer med, at de har udviklet Danmarks første kollektion af tøj til ældre og handicappede. Mit indtryk er, at forretningen har almindeligt tøj, men i særdeleshed har specialiseret sig i særligt tøj til kørestolsbrugere mv. Yderligere oplysninger kan fås på [www.trendyandhandy.dk](http://www.trendyandhandy.dk) eller <http://www.lingeri-online.dk/shop/frontpage.html> eller tlf. 22 444 933.

Herefter tog jeg kontakt til tre plejehjem i mit lokalområde. Mine telefon-samtaler med ledelse og brugerrådsformænd henledte min opmærksomhed på de mobile firmaer, der besøger lokalcentrene med deres kollektion af beklædning. Og her fik jeg et særdeles godt indtryk af firmaet "Damernes Butik", Stenhusparken 10, 4300 Holbæk - <http://www.damernesbutik.dk/index.htm>. Forretningen er landsdækkende. På nettet kan man finde navngivne sælgere i alle dele af landet. Sælger/kontaktperson i Midt- og Vestjylland er Anna Olesen, Bakkedraget 13, 8990 Fårup. Tlf. 4027 2177 / mobil 8645 2177. Ved telefonisk kontakt til Anna Olesen fortalte hun, at "Damernes Butik" to gange årligt viser deres kollektion på næsten alle plejehjem/omsorgscentre i Århus-området, og at alle pensionister i lokalområderne inviteres. Anna Olesen ser ikke noget problem i, når hun eksempelvis er på plejehjemmet Mårslet med kollektionen, at besøge enkelte ældre i lokalområdet, der af særlige årsager ønsker et besøg i hjemmet med henblik på tøj køb. Ifølge brugerrådsformand Hanne Torp, Mårslet, har firmaet "Damernes Butik" umådelig meget forskelligartet tøj med i deres kollektion, hvilket vil sige alt fra lidt gammeldags kjoler - til fancy undertøj, og der bliver købt begge dele. Tøjet vises på stativer og via mannequiner, og det kan "omfordres" efter behov - hun nævner her kørestolsbrugere, der kan have særlige behov, hvad ændring af tøj angår.

Brugerrådsformand Hanne Torp, Mårslet, oplyser, at lokalcentrene i

Mårslet, Solbjerg og Tranbjerg årligt har besøg af tre sådanne firmaer. Et andet, der fungerer på samme måde som Damernes Butik, er "Tøjgalleriet", Grejsdalsvej 326A, 7100 Vejle. Telefon: 75 85 40 99. Et af firmaerne har også herretøj.

På baggrund af denne lille undersøgelse er jeg rimeligt fortrøstningsfuld med hensyn til også fremover at have mulighed for at træffe selvstændige valg, når det drejer sig om tøj køb.

Især finder jeg lokalcentrenes ret hyppige besøg af ovennævnte firmaer interessante, idet jeg tror, at jeg selv og en del andre mennesker på deres gamle dage vil føle sig trygge ved i hyggeligt samvær med bekendte at gøre deres indkøb af tøj på det lokale plejehjem og dermed selv at tage ansvar for bevaring af den personlige stil.

*Lisbet Thorendahl*

## Debatten efter oplægget:

En fortæller: Min mor siger om sig selv. "Hvis jeg ikke er interesseret i tøj mere, må der være noget i vejen med mig."

Har selv oplevet det som noget meget positivt med fremvisning af tøj på et center. I den sammenhæng får man en god service, hvis noget skal ændres, og der er mannequiner, der viser tøjet frem.

Gamle bliver tit uvante med at købe tøj, og har ret ofte ingen fornemmelse for priserne.

"Rie design" har også store størrelser. (Kan købes flere steder, bl.a. i tøjbutikken v. Femmøller Strand).

En kan anbefale den service, man får hos Salling, en anden "Damernes butik", og hos Magasin kan man også få tøjet med hjem og prøve det.

Det er en god idé at købe tøj i klassisk stil, som kan tages frem og komme i brug igen. Synes man skal klæde sig efter sin alder.

Mig er der sket noget med. Jeg har altid været tilbageholdende og gen-

ert. Har fået mindre og mindre lyst til at gå i forretninger. Jeg vil hellere købe et stykke stof og tænke på, hvor meget jeg kan få ud af det. Det er dyrt at købe nyt. Som ung kunne jeg godt lide at gå ud og vælge noget nyt - og købe det. Senere mistede jeg fornemmelsen for det, fordi jeg arbejdede blandt mennesker, hvor jeg skulle tænke mere enkelt. Det blev ligegyldigt for mig. Over de sidste 10 år er den lyst kommet igen.

Hvad angår de unges overdrivelser med tøj, hårvoks o.l., kan krisen måske have en god virkning. Som det er nu, prøver mange unge at overgå hinanden. I forbindelse med en konfirmation har en oplevet, at en mor brugte dage sammen med sin søn i det indre Københavns mange forretninger på at finde det helt "rigtige" tøj, og det, der endelig blev valgt, blev utrolig dyrt, medens en anden i Norge havde en helt anderledes oplevelse, at alle konfirmander havde samme

slags tøj på, og derfor ikke behøvede at konkurrere !

En positiv bemærkning kom også frem her: Hvor dejligt det er, at mennesker kan være så frit stillet i dagens Danmark, at de, til et bryllup i sommeren 2008 kunne komme og være klædt i vidt forskelligt tøj, og at alle kunne fornemme, at det var helt i orden.

Som ikke så få gange før, landede vores samtale ved vore børn og børnebørn, men det er vel også der, vore tanker ofte er !

Samtidig nåede vi frem til, at emnet "Tøj og alder" er noget, der kommer os ved, og vi har fået gode bud på, hvor vi kan gå hen og få hjælp, ikke mindst når vi vil hjælpe andre.

Udover ovenstående forretninger havde flere, nogle gennem mange år, haft glæde af Otto Sørensens forretning i Rønde både i dagcenter-, plejecentersammenhænge og personligt.

Her har man både herre- og dame-tøj, som man tager ud med, og hvor lokale på de enkelte centre medvirker ved mannequinopvisninger.

Vi har lovet at komme med adressen her i Nyhedsbrevet: Otto Sørensens forretning findes på Hovedgaden 51 i Rønde og har telefon: 86 37 10 88.

Kommer man langt væk fra, er der indrettet en lille café i forbindelse med forretningen. Forretningen kan også findes under: [www.os-roende.dk](http://www.os-roende.dk)

Referat : Kirsten T.J.

## FUAM fylder 30 år

*FUAM fylder 30 år den 25. oktober.*

*Derfor bliver der nok et jubilæumsnummer med udvalgte artikler fra årene.*

*Hvis du mindes en artikel, som du gerne vil gense, er du velkommen til at skrive eller ringe til redaktøren.*

## Knud Ramian er gæsteredaktør

Bladets utrættelige redaktør gennem mange år Traute Larsen har orlov fra redaktørjobbet i de næste numre. Jeg har jobbet som gæsteredaktør i en periode. Jeg er ikke vant til redaktørarbejdet, så jeg håber læserne vil bære over med mig, hvis der er noget, der ikke er som det plejer.

# Fra Klaras køkkenkrog

*Jeg var på inspirationskursus i Skæring den 22. september og var på Hovedbiblioteket den 1. oktober 2008. Begge steder har jeg haft stort udbytte af at være med.*

Med en baggrund som hjemmesygeplejerske fra 1960-1983 finder jeg den udvikling, der er foregået, frugtbar indtil for få år siden. Derefter er det udviklingen i samfundet, der er skyld i den utilfredshed, der spores. Jeg mener, det er lysten til arbejdet, der skal være baggrund for uddannelsen.

Jeg er mentor på Social- og sundhedsskolen. Har været med siden start og har været vidne til, at mange opgiver i arbejdet. I medierne har der været snak om, at den ringe løn er årsagen. Min erfaring er, at årsagen er den knapt tilmålte tid til arbejdet, der skal udføres. Alt skal gå hurtigt og efterlader borgeren, der modtager hjælp, med en fornemmelse af at blive "tingsliggjort", måske en byrde. Er borgeren dement, skal der bruges tid på følelsesmæssigt at være til stede. Det er den eneste måde at opnå kommunikation på.

Uddannet personale har modtaget undervisning, og derfor mener jeg, at tillid er mere nødvendig end kontrol?

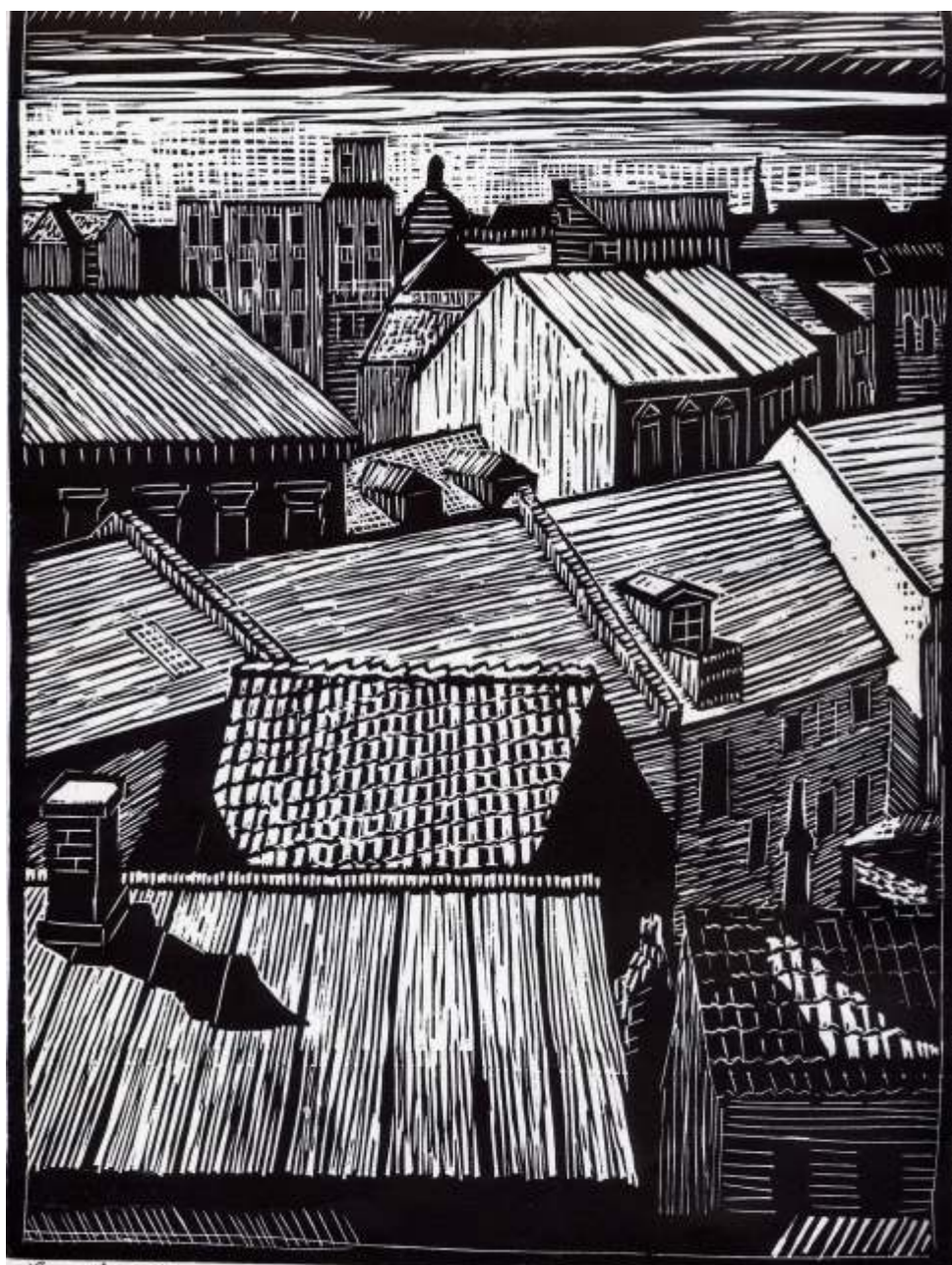
Med min baggrund var arbejdet en fin kombination til et liv med små børn og ægtefælle. Som timelønnet fungerede jeg som afløser for to fastansatte på fridage og i ferier. Desuden kunne jeg i belastede situationer betjene få borgere i 2-3 eller 4 timer alt efter, hvori ydelsen bestod. I en tid, hvor bølgerne går højt på grund af den stadig skiftende hjælp til arbejdet i mange hjem, klinger der for mit øre følgende: "Er det fru .....?" hvortil jeg fra entreen svarer: "Nej, det er såmænd kun hendes erstatning!" En glad røst lyder: "Jamen, det er da også fint!" Dels havde jeg forud fået en fin beskrivelse af arbejdet, der skulle udføres, og jeg havde tiden til at udføre det, men måtte takke "Nej" til den kop kaffe, jeg blev budt, fordi jeg havde brugt mere tid til arbejdet end min forgænger, der færdedes stedkendt. Hvorfor har man ikke den slags faste afløsere længere?

Hvis vi vender tilbage til lønnen, kan jeg i øvrigt undres over, at arbejde blandt mennesker er mindre værd end andet, og det gælder i alle fag? Hvorfor?

*Læs om kommende møder og  
find gamle Nyhedsbreve på FUAMs hjemmeside:*

**fuam.dk**





Hann Ludvig.

Andersson mit. K.T. Jönköp.

# De gamle som kaffe-forbrugere

Vi har temaet de gamle som forbrugere? Det tema kunne vi måske også bruge bladet til? Der er jo ikke den avis, der ikke har noget om livsstil. De tænker dog ikke i alderdommens livsstil.

Når vi omgås mennesker, er det slet ikke så enkelt at lave gode middage til vennerne, som det har været. Det går ikke med andelever og creme brûlée. Nogle har sukkersyge, nogle har forhøjet kolesteroltal, nogle vejer for meget, andre spiser som en fugl. Med tiden har det vist sig, at der kan laves rigtig meget lækker mad alligevel, men vi mangler lige at få Jamie Oliver til at skrive en kagebog.

Jeg holder meget af god kaffe. Jeg drikker ikke mange kopper god kaffe om dagen – men den skal være god. Det er ikke længere klogt at drikke kaffe om aftenen. Mange kan slet ikke sove, hvis de har fået kaffe efter klokken atten. Mænd sover med alderen generelt dårligere end kvinder, så det er måske også en grund til at spare på koffeinen til aftenkaffen. Den vil jeg nødig undvære.

Problemet er bare at den meste koffeinfri kaffe ikke er god kaffe – efter min smag. Det andet problem er, at hvis man kun drikker en eller to kopper koffeinfri kaffe om dagen – så er kaffen i posen blevet for gammel, før man er nået halvt ned i posen. Der bliver for meget spild. Så kunne man drikke koffeinfri pulverkaffe. Den holder sig, men jeg vil ikke kalde det en oplevelse.

Jeg har længe været på jagt efter gode koffeinfri kaffer. Jeg har fundet nogle stykker, som alle smager bedre end den almindelige koffeinkaffe – så godt, at man roligt kan invitere gæsterne på den. De vil nyde den, spørge til den, men de bliver blot ikke kvikkere af den – så brug den kun til de kvikke gæster.

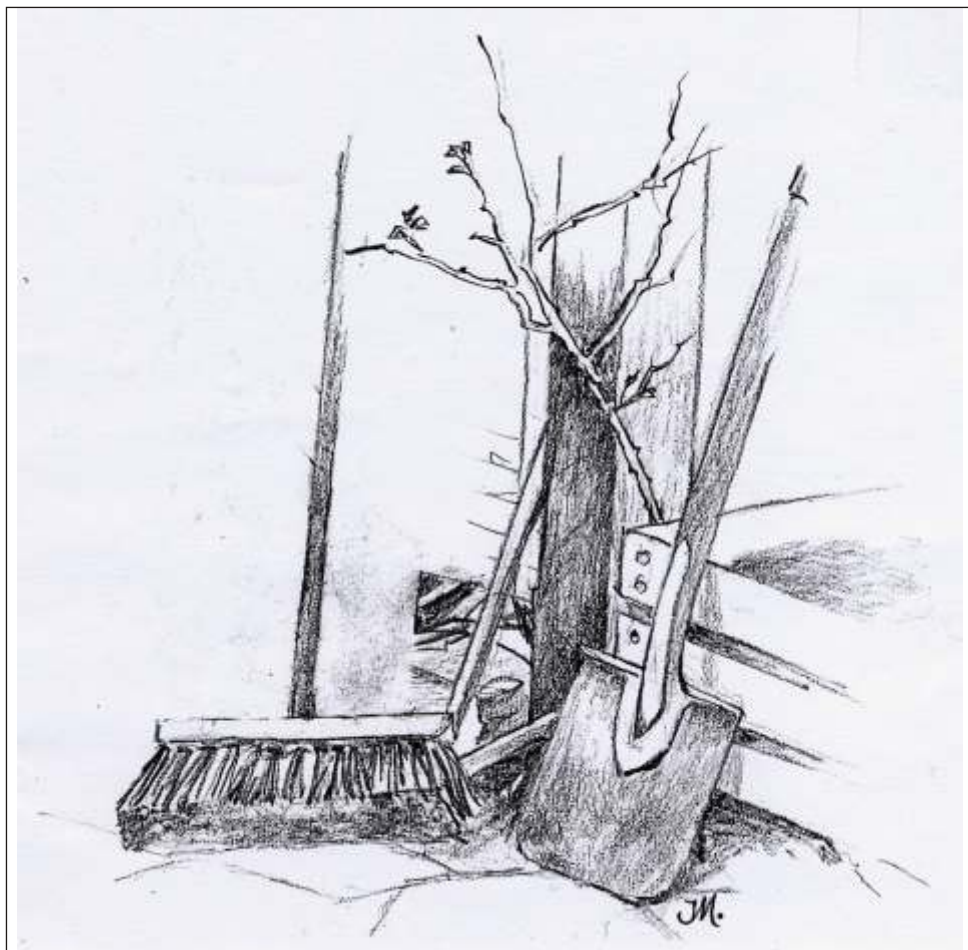
Man kan hos Merrild kaffe få portionsposer med Senseo koffeinfri kaffe. Den er beregnet til deres senseokaffemaskiner, der minder om espresso. Det skal man bare ikke lade sig mærke med og bruge dem som almindelig kaffe f.eks. i en stempelkanne. Det sparer også rengøring; man hælder bare de brugte poser ud af kanden, og da der ikke er så meget i en pose, når man at bruge dem, inden de bliver flade og aromaløse.

Hos Hans og Grethe i Guldsmedgade i Århus fandt jeg to slags koffeinfri kaffe, der begge smager godt, og som kan holde sig, fordi det er hele bønner. Det kræver en kaffekværn, men den er hurtigt tjent ind i spildt kaffe.

Den ene er fra Java-brænderierne og hedder: Grand Cru Caffè – Koffeinfri kaffe. Den er fyldig, rund, frisk og mellemristet.

Den anden er fra estatecoffee.dk og hedder Daterra Decaf. Den er fra en enkelt kaffefarm i Brasilien. Den er hårdt brændt og har derfor en mørk, men stadig sødlig smag. Den har en vidunderlig duft af mørk chokolade. Det får man ikke tit i kaffe. Det er også den dyreste.

*Knud Ramian*



### *Udstilling af Ida Michelsen i Boligrådgivningen for Seniorer*

Ida Michelsen udstiller malerier og tegninger i Boligrådgivning for Seniorer frem til 25. marts. Ida Michelsen er en af dem, der har tegnet hele livet og nu som pensionist får mulighed for at folde sin interesse ud. Det er hendes første udstilling. Vi har venligst fået lov til at låne en af Ida Michelsens tegninger.

Selvom du ikke har akut behov for boligråd, kan du jo benytte udstillingen til at besøge rådgivningen kl. 11-15 på Dalgas Avenue 35. FUAM er jo lidt i familie med Boligrådgivning for Seniorer, da vi var med til at undfange ideen allerede i 1994 og støtte dens første skridt. Nu går den fint selv.

# Kunsten at visne

*”Seniets problem bliver en vandring, som ikke har noget mål. Man er blevet for gammel til at forestille sig mål forude. Man har kort sagt forstået, at man ingen fremtid har. ...*

Derimod må man opleve, at vandring videre frem blot fjerner en fra en fortid, som man var hjemme i, klarede sig i, muligvis endda holdt af, og hvori man kunne definere sine målsætninger. Saniets mål er et, man ikke kender og som muligvis ingenting er. Men som man i hvert fald ikke længes efter, som man ikke kan lide, og som man er uden ønske om at nå. Det er en vandring bort fra noget, ikke frem mod noget. Og derfor svært at finde lyst til at fortsætte.” - så er det sagt.

I min kones familie findes et gammelt ægtepar. De er begge oppe i halvfemserne og har mange skavanker, der holder dem inden døre i deres lejlighed på første sal. Gennem årene er deres aktionsradius blevet stadig mindre, men de klager aldrig. De finder hele tiden noget nyt at glæde sig over. Efter jul ringede fru og fortalte om en bog, som de læste højt for hinanden, og som de syntes var en meget præcis beskrivelse af livet hos de halvfemsårige. Den købte vi straks og har læst i den og talt om den lige siden.

Bogen hedder: *At visne - lige glad*, og er skrevet af den gamle læge Tage Voss (f. 1918)

Bogen handler om det, der står i titlen - at visne. Det er en flot skrevet og tankevækkende bog om hans 20 års erfaring som olding.

Han lægger ikke fingrene imellem: »Den, som lever længe, vil erfare, hvorledes man dør en lille smule hver dag. Så tier græshoppernes fidlen, så mister blomsterne deres duft. Så falmer trolddommen i den elskedes hår. Så mister man smagen, så bliver samtaler svære at følge, så ser man kun de nære ting gennem brilleglas. Musikken mister sin klang, så dør erotikken, så dør vennerne. Så mister man interessen, så mister man hukommelsen, lukket inde alene i sin krops skrøbelige bolig. Antennerne falder ned, vinduerne dugger til, lydene ude fra verden bliver fjerne, stilheden hvisker omkring en. Mere og mere lukkes man ude fra verden, mere og mere alene med sig selv. Alene med erindringer om en fortid, der bliver fjernere og fjernere ... og uden megen fremtid. Den, som er klar nok til at erkende dette, får det svært. Barmhertigere er det, hvis hjernens registrering og erkendelse er gået i forvejen ad forfaldets vej. Det, som dør i en høj alder, er ikke et menneske. Det er en sølle brøkdal af det, som var, og som er gået tabt på vejen.«

Kapitel for kapitel af imponerende skrivekraft og spidse formuleringer. Han skriver også som læge: Måske skal man ikke gå så meget op i, hvad man dør af, for det er måske lidt tilfæl-

dig, det er lidt lige som med gamle biler "når først forfaldet bliver for omfattende til, at man kan følge med".

Alderens visdom afviser han som en sentimental skrøne. Gamle er blot unge, der er blevet ældre, er noget sludder. Gamle er fundamentalt anderledes end unge. De er anderledes, end de var. Hvorfor skal man kunne dyrke sex efter et seksuelt aktivt liv i 50 år? Han roser hospicetanken, men spidder den i næste sætning: "Man kan da glæde sig til, at man som døende endelig opnår den omsorg, som man som levende aldrig fik. Problemet er blot, hvornår man overskrider den administrative grænse – for vi er vel alle døende?"

Sådan kan han blive ved og ved.

---

## Bog anmeldelse

# At sige livet ret farvel

*Har du tænkt over, hvordan man siger farvel til livet? Nu er der kommet en bog med opskriften.*

Det var en bog jeg lige skulle vænne mig til. Faktisk kunne jeg ikke lide den. For det første handler bogen om at forholde sig aktivt til sin egen død. For det andet er det en bog, man skal skrive selv. Den slags kan jeg ikke lide. Jeg synes aldrig, der er plads nok, og hvorfor ikke gøre det på sin PC.

Det er en pæn bog, alle sider er i forskellige smukke pastelfarver og de fleste af de 58 sider har forskellige velvalgte citater fra Benny Andersens "Mørket sang". På side 16 om Specielle øjeblikke i min fortid:

I et interview til Weekendavisen:

"Folk må sgu lære at se i øjnene, at de skal dø og så gøre det uden al den panik – lidt værdigt, lidt afslappet, lidt fornuftigt," siger Tage Voss, der selv må rende fra Herodes til Pilatus for at komme i jorden.

Hvordan vil du gerne selv dø?

*"Når jeg vågner i morgen, vil jeg gerne være død."*

Det er et brag af en debatbog om udvikling af alderdommens muligheder!

### *Henvisninger*

Johnsen, P. P. (2008, December 12). Når jeg vågner i morgen, vil jeg gerne være død.

Weekend-avisen, 1.

*"Affind dig ikke med mørkets magi.*

*Rut med dit forråd af glæde.*

*Vis mig dit ansigt før alt er forbi  
så er vi begge til stede."*

Er det en bog til kvinder? Det tror jeg. Den er alvorlig og lidt sentimental, men den lægger også op til, at skabe en positiv oplevelse. Der er en helt anden tone i bogen end i mandebogen fra Tage Voss om at Visne - lige glad, der er anmeldt andetsteds i bladet. Den er mere vred end sentimental.

Nøgternt set er bogen en slags huseseddel over alt det, man overvejer, hvis man vil, kan eller uundgåeligt skal se sin død i øjnene.

Det gik hurtigt op for mig, at det var jeg slet ikke parat til. Det må vente til

senere, men hvornår er senere? Senere er måske for sent. Måske håber jeg på, at jeg bare dør uden at skulle se døden i øjnene. Nu skulle jeg jo anmelde bogen - så jeg måtte i gang med den. Så gik det op for mig, at den dybest set handler om det, man overlader til andre at forholde sig til, hvis man ikke selv har gjort det - i tide.

Der er mange sider med spørgsmål om livshistorien. Alt det som ens efterladte selv må fortælle, hvis de ved det. Hvor har man dog tit ærgret sig over, hvor lidt man fik at vide om sine egne forældres liv - før man blev til og alt det, man ikke tænkte over. De skrev jo heller ikke noget selv. Der er mange, som er dybt engageret i slægtsforskning. Det bliver en skattejagt eller en opdagelsesrejse, som de bliver næsten afhængige af - for hvad betyder slægtshistorien dybest set. Hvor mange gener har man tilfælles med sine tipoldeforældre? Ville det ikke være mere hensynsfuldt at bruge tiden på sin egen historie. Alt hvad vi ved om at skrive livshistorie er, at det er glædesskabende. De livshistoriske afsnit må hjælpe til at besinde sig på sit liv.

Jeg studsede, da jeg kom til afsnittet: "Mit kapitel i slægtshistorien". Jeg må indrømme, at jeg ikke har skænket det spørgsmål en tanke før: At jeg var en del af en slægt - Jeg funderer stadig over, hvad det betyder.....

De sidste sider i bogen handler om den sidste tid og det at skabe en god afslutning på livet. Hvordan skal man finde ud af, hvornår og hvordan man skal tale med andre om sin død? Hvad tænker man om at være døde og sorgen over at skulle herfra.

Ups! Den kan hurtigt snige sig ind i tankerne, men får de lov at tænke. Spørgsmålene hjælper lidt på vej: Hvornår tænker du på sorgen? Hvem ved, hvad du tænker? Hvordan kunne du bedst tænke dig at dø? Det er et ok spørgsmål. Hvilke tanker tror du, dine nærmeste har gjort sig om din død? Den tanke ville jeg ikke være begyndt at tænke selv!

Og så kommer alt det praktiske om testamente, begravelse, dødsannonce, gravsten. Endelig er der breve, man kunne skrive: takkebreve, huskebreve, ønskebreve, mærkedagsbreve. Ja, det er godt at tænke sådan. Efter et afsnit om bøn kommer der et forslag om skrive et brev til sig selv, hvor man et stykke ude i tiden ser på sit liv og gerne vil give det et par ord med på vejen. Jeg skrev, at jeg ikke syntes, der var plads nok til alt det, jeg måske, måske kunne skrive - men fik jeg bare skrevet denne, ville meget være nået. Hvornår og hvordan skal man beslutte sig til det?

Forfatteren er psykolog *Rikke Høgsted* som har skrevet bogen på bagrund af sine mange erfaringer som psykolog i Kræftens Bekæmpelse. Rikke Høgsted har skrevet flere andre bøger. Sorgbøger kunne man kalde dem. De er til voksne og børn, der har mistet.

Høgsted, R. (2008).

*Med kærlig hilsen - Mine ønsker for den sidste tid.*

København:

Dansk Psykologisk Forlag.

*Knud Ramian*

# FUAM's generalforsamling

Onsdag den 11. februar 2009 kl. 16.30 - 18.00

i dagligstuen på lokalcenter Møllestien,

Grønnegade 10, Århus C

Ad 1.

Valg af dirigent

Her valgtes Kirsten Esper Andersen

Ad 2.

Bestyrelsens beretning ved Kirsten

Trollegaard Jørgensen (se side 23)

Børge Helmer fortalte om nyhedsbrevet og hjemmesiden

Børge fortalte, at alle FUAM's nyhedsbreve nu findes som link på hjemmesiden.

Tove synes, det er en hjemmeside, det er nemt at finde rundt i, og

Knud kom med et forslag om at få samlet det stof, vi har arbejdet med gennem årene, efter emner.

Da årsberetningen i år indeholder henvisninger til materiale, de enkelte oplægsholdere eller anmeldere af bøger o.l. har arbejdet med i årets nyhedsbreve, blev det foreslået at bringe det særskilt, så flere kan få glæde af det.

Ad 3.

Forelæggelse af det reviderede regnskab for 2008

ved Søren-Peter Pedersen (se side 26)

Regnskab og budget blev godkendt.

Ad 4.

Fastlæggelse af kontingent for 2010: Uændret 125 kr

Ad 5.

På valg til bestyrelsen var: Tove Holm, Søren-Peter Pedersen og Traute Larsen, som alle blev genvalgt

Ad 6.

På valg til suppleanter var: Lisbeth Thorendahl og Børge Helmer, som begge blev genvalgt

Ad 7.

På valg som interne revisorer var: Henning Gøtzsche og Jens-Erik Jørgensen, der ligeledes blev genvalgt.

Ad 8.

Indkomne forslag. Ingen.

Ad 9.

Eventuelt

Vi har fået en indbydelse til senior-messen i Århus den 16. maj.

Tilmelding senest d. 16. marts. Man vil vise mangfoldigheden af tilbud til de nye pensionister.

Det foregår på Rådhuset og i Ridehuset. Vi skal huske, at der er en såkaldt "pjecebar", som vi kunne benytte os af!

Kommunens nye "Madhus" er etableret på Vestermøllevej 7 § i Trige.

*Se Knuds indlæg om FUAM's alderdom på side 18.*

# FUAM's år 2008

## *En beretning*

Årets beretning har i år karakter af en oversigt over vigtige møder og artikler i bladet. Vi håber, den kan gøre det lettere at finde frem til temaer, som har særlig interesse.

Fra Nyhedsbrev 1 - 2008

Knud Ramian skriver i årets første Nyhedsbrev om det han kalder: INSPIRUM- en ny generations FUAM ? og giver et signalement af INSPIRUM, som man kan finde på [www.inspirum.dk](http://www.inspirum.dk)

Lisbet Thorendahl kommenterer i den næste artikel

Interesserede kan finde flere kilder i Nyhedsbrev 1-2008.

Læseglæder ved Klara Juul-Madsen Klara skriver om Peter Olesens udgivelser hos Thaning og Appel, hvor han har samlet og redigeret 15 forfattere, der skriver om at være "Over 80 og fuld af livskraft" og i en anden udgivelse har samlet 15, der skriver om "Livsglæde".

FUAM-møder

i Nyhedsbrev 1 - 2008:

*Onsdag d. 9. januar*

Psykologisk arv - Vandregæld - Er lykken arvelig? ved Knud Ramian.

Som baggrund har Knud Ramian arbejdet med Martin Seligmans bog: "Lykkens psykologi".

Artiklen Ansvar for egen aldring - En velfærdsstat i krise er skrevet af lektor ph.d. Tine Fristrup, som her lægger op til debat. Trine Fristrup er en af hovedkræfterne i mødet på Roskilde bibliotek, som Lisbet Thorendahl efterfølgende deltager i som repræsentant fra FUAM.

Emnet her er projektet Age Force, der handler om at støtte op omkring den demokratiske dialog og udvikling i lokalsamfundet.

Vi vil i FUAM følge dette projekt via Tine Fristrup, se senere.

"Min bedstemors historie"

- En boganmeldelse,

er en samling historier om vidt forskellige bedstemødre, ved Irma Mag-nussen.

Irma har valgt at fortælle Lisbeth Knudsens historie om hendes mor-mor.

Bogen er udgivet hos Thaning og Appel, 2007

FUAM-møder i

Nyhedsbrev 2 - 2008

*Onsdag d. 12. marts 2008:*

Skal de ældre skiveskæres - Et indlæg i debatten om kursusvirksomheden i Klostergade i Århus ved ældrerådsformand John Dybdal.

- Vores formål var at støtte op om debatten. Se selve Nyhedsbrevet.



*Onsdag d. 9. april 2008*

Er sundhed vores eget ansvar?  
ved Klara Juul-Madsen

*Onsdag d. 14. maj 2008*

Arvesølv - hvem skal have det?  
ved Tove Holm.

(Opfordring til at sætte sig ind i den nye arvelov af 1. januar 2008)

Nyhedsbrev 3 - 2008:

Opfølgning på forskningsprojektet Velfærd for ældre: holdning og handling ved Traute Larsen.

Her er overskriften: *Synet på andres alder varierer med ens egen alder - samfundets ældrebillede*

Projektet er iværksat ved Syddansk Universitet i samarbejde mellem Velfærdsministeriet, Servicestyrelsen og Ældreforum

Alle rapporter kan findes hos [www.aeldreforum.dk](http://www.aeldreforum.dk)

Fra ældreforums årsberetning ved Traute Larsen.

Respekten for ældre som en stærk samfundsmæssig ressource.

Årsberetningen kan rekvireres vederlagsfrit ved henvendelse til Ældreforum.

Lisbet Thorendahl følger op på udviklingen i Age Force, og Tine Fristrup har lovet at skrive om det i Nyhedsbrevet senere.

Traute anmelder et idékatalog over aktiviteter målrettet ældre mænd: "Brug tiden lidt sjovere, mand!"

Idékataloget kan hentes hos servicestyrelsen.dk/vm 145585.

FUAM-møder i

Nyhedsbrev 3 - 2008:

*Onsdag d. 10. september 2008*

Plejetestamente - Skal vi tage det alvorligt? ved Klara Juul-Madsen.

(Referencer: Århus kommunes afd. for sundhed og omsorg, pjecen: Plejetestamente, Frederiksberg kommunes vejledning, der kan findes på Google. Lovgrundlaget for plejetestamenter, der findes i servicelovens paragraf 83, stk. 4)

*Onsdag d. 8. oktober 2008*

Hvordan har vi det nu med vore voksne børn? ved Tove Holm.

Opfølgning på et emne, der i vores regi har været vigtigt at tage op igen.

Tove inddrager her Morten Sabros bog: "Du som er i himlen".

*Onsdag d. 8. november 2008*

De gamle som forbrugere, ved Tove Holm.

Tove ser det som en vigtig opgave at få sat fokus på praktiske ting i hverdagen omkring vores forbrug af dagligvarer og pege på løsninger til hverdagen. Artiklen har mange henvisninger, bl.a. til webadresser. Find artiklen på hjemmesiden.

*Onsdag d. 14. januar 2009*

Tøj og alder, ved Lisbet Thorendahl.

Lisbeth har taget kontakt til en række forretninger om muligheder, især hvor man som gammel ikke selv kan komme ud til stederne.

Toves og Lisbets emner er et led i et tema om de gamle som forbrugere,

# FUAM's alderdom

*En aldrende forening – der er ved at dø?*

*Må vi se i øjnene, at FUAM er en døende forening? Trofaste medlemmer bliver gamle. De mest aktive bliver selv gamle og vil før eller senere dø ud. På et tidspunkt vil vi ikke kunne vælge en bestyrelse eller kapitalen er brugt op.*

Vi har levet i 30 år. Det er en ganske god alder for en så lille forening, men vi må se øjnene, at det i mange år har været lidt af en nedtur, når det gælder antallet af medlemmer. De aktive medlemmer er også blevet færre, lige så er antallet af store bedrifter. Vi lever af den opsparede kapital. Er der noget at fejre? Fortiden eller fremtiden. Sådan er det ikke gået Ældresagen.

## *Bedrifterne*

Når vi ser tilbage – kan vi se tilbage på mange bedrifter. FUAM har været en rammeforening – altså en ramme omkring medlemmernes bestræbelser på at udvikle muligheder i alderdommen. Det er grupper, der har gennemført større eller mindre projekter i FUAM's ånd. FUAM har kunnet udvise interesse for projekterne, lægge navn til og bakke op, men det har været de små grupper, som har været de udøvende. Gruppearbejdet er også taget af med alderen. Det månedlige møde har sådan set kun været et bindeled. Nu er de månedlige møder blevet det centrale.

Nu er det mindre projekter, men vi er stadig ydende. Vi har et fremragende blad, der burde læses af mange flere. Vi kan henvende os, vi bliver læst og får svar. Når vi er færdige med de gamle som forbrugere, skulle vi måske henvende os til Tænk og forbrugerstyrelsen og gøre opmærksom på, at de ældre voksne kan have særlige behov for information og at de i stigende grad er på nettet. Men hvad med fremtiden?

## *Har vi løst vores opgave?*

Vi havde forestillet os, at gøre noget på tværs af generationer. Vi ville ikke være en pensionistforening. Det er vi blevet i kraft af medlemmernes alder. De yngre kommer kun i FUAM, hvis vi inviterer dem. Det har vi gjort og har haft glæde af. Det kan vi måske fortsat have glæde af. Man kan arbejde som mentor. Nogle har lagt børn til. Vi har positive eksempler f.eks. i Ingers mødregruppe. Men på tværs af generationer-nej!

Vores mission har ikke ændret sig, og den er mere aktuel end nogen sinde. Aldrig har de yngre voksne været så bange for at blive gamle, som de er nu.

FUAM er mennesker, der interesserer sig for den tredjedel af livet, som vi kalder for alderdommen. Det gør vi, og det er der ikke så mange, der gør.

FUAM er mennesker, der arbejder aktivt for at gøre alderdommen til et livsafsnit, som man møder med tro på, at der er muligheder, udfordringer og indhold i tilværelsen. Det prøver vi på. Der er ikke meget klynk i FUAM.

FUAM er mennesker, der mødes og deler deres livserfaringer og viden med hinanden i ligeværdige samtaler - og når tiden er inde, tager nogen et initiativ. Det første gør vi meget, det sidste kniber det lidt mere med.

FUAM er mennesker, der vil forme deres egen fremtid, og som også arbejder med de uprøvede muligheder. Det er lige så sandt, som det er svært.

Er det vision nok? Tegner det billedet af drømmen om fremtiden?

### *Er vi egentlig en forening eller bare et netværk?*

Vi ligner en rigtig forening med vedtægter, bestyrelse, blad og alt det der. Foreninger har bestyrelsesbeslutninger, hvervekampagner,

Vi er lavteknologiske. Vi har ingen formand, nedsætter ikke udvalg, med mindre nogen vil. Vi gør det, som kræfterne rækker til.

Det er almindeligt, at mennesker etablerer sig i et netværk – meget ofte på deres egen alder, som de følges med gennem livet. FUAM ligner et netværk bortset fra, at der er stor aldersspredning. Mange af os har været sammen i rigtig mange år, og det er i sig selv med til at binde os sammen. Det er både en styrke og en svaghed. Det er en styrke for dem, der har været med. Det kan være en svaghed, at andre kan mærke et fællesskabet, som de ikke er med i.

### *Hvad er det vi ved?*

- at vi er blevet en slags pensionistforening,

- at vi er et netværk, at vores mission ikke er udtømt,

- at de veje, vi bruger til at gøre opmærksom på os selv, ikke virker,

- at det at interessere sig for sin alderdom ikke er noget, de fleste er specielt optaget af og bruger tid på.

-Vi er et smalt segment. Vi bliver aldrig mange, men vi synes selv, at vi er de rigtige. Der er altså langt imellem dem, der passer til os. Vi er ikke en massebevægelse- og vi er stolte af det.

-Vi dør eller går fallit om senest 10 år, hvis der ikke sker noget andet. Det kan ske før.

### *Hvordan vil vi gerne dø?*

Vi kan bare lade tiden gå og vente på, at vi dør en dag uden at vide, hvem der står tilbage med stumperne.

Vi kan nedlægge os som forening – så vi ikke skal slæbe rundt på paragrafferne, generalforsamlinger, regnskab og alt det der. Vi slipper for at lave blad, men kan skrive læserbreve i stedet. Vi kan forsat kalde os FUAM og fortsætte som netværk. Vi ved ikke, om netværket holder til det, men så har vi taget ansvaret for vores død.

### *Er der muligheder for fornyelse?*

Hvad gør andre, før de går konkurs? Vi kan lade os fusionere eller opkøbe af andre. Finde en forening, som vi

synes kører godt og melde os ind i den og fortsætte som interessegruppe. Det ville måske give adgang til nye medlemmer. Findes den forening? Skal vi blive en gruppe i A3A, en studiekreds i Ældresagen eller melde os ind i Foreningsbutikken?

Vi kan vælge at overleve. Hvis vi vil overleve, skal der noget nyt til, men det må jo ske med de kræfter, vi har. Uden en lidt større tilgang af medlemmer lykkes det ikke. Der er hele tiden kommet nye medlemmer til, men det går såååå langsomt. Vi ved ikke helt, hvordan det virker. Vi har gennem lange tider annonceret vores møder, men der kommer ikke nogen af den grund. Sommetider dukker der nye medlemmer op, men kun få bliver hængende. Skal vi gøre noget, skal vi gøre noget andet.

Vi kan gøre os synligere: Der er ubrugte muligheder. Vi kan invitere til specielle temaer – hvis der er noget, vi synes er sjovt. Kan vi stadig gå i sam-

arbejde med nogen andre om et løfte noget? så de tager et initiativ. Vi står ikke ved indgangen til rådhuset, når nye pensionister bydes velkommen.

Vi kan se i øjnene, at vi er blevet en pensionistforening, og derfor kan vi melde os ind og måske blive lidt synlige.

Headhunting synes at være en sikker strategi.

Skaft en ven? Kan vi lave arbejdsgrupper igen – og invitere nye med som hjælpere i dem?

Kunne vi finde ud af, hvem vi gerne vil have med i foreningen og blive lidt mere direkte?

Kunne vi invitere dem til at deltage kortvarigt i mindre arbejdsgrupper, hvor de og vi får en mere personlig kontakt – Kan vi finde steder at mødes?

Måske har vi svarene til fødselsdagen.

*Knud Ramian*

---

## Kommentarer til Knuds oplæg ved generalforsamlingen

Tove: Vi kan ikke tage beslutningen i dag, men jeg er glad for, at du, Knud, er med i bestyrelsen, så vi kan få en diskussion i gang. Lad os overveje det i det kommende år!

Kirsten E.A.: Vi gør ikke noget for nogen, folk forstår os ikke. - Men en har sagt til mig, når vi har talt om det:

“ Vi bør jo egentlig tænke over det med alderdommen!”

Knud: Der har aldrig tidligere været så megen angst omkring den

Lisbet: Jeg vil nødig have, at dette her slutter. Det er vigtigt for os selv. At få 7 - 8 - 10 nye medlemmer, er det det, vi vil? Jeg tror på, at vi kunne finde nye, der var interesserede, - men bliver vi så ikke spredt for alle vinde?

Traute: Lad os få oplæg og kommentarer i Nyhedsbrevet og tage spørgsmålene fra i dag op igen!

Tove: Hvis vi var nogle flere, kunne vi som tidligere danne grupper om enkelte emner og samtidig bevare netværket.

Lisbet: Om at kunne kommunikere med ligesindede, Kunne vi gøre det sammen på en eller anden måde? F. eks. ved at være en gruppe på Facebook? Kirsten T.J.: Hvad med at være med på Facebook eller et andet sted med FUAM, så vi kunne gøre os synlige på en måde, så folk kunne finde os.

Åse: Kom ind på emnet om at kunne yde nok til fællesskabet. Hvad er vigtigt, foreninger, venner, familie?

Knuds svar til Åse kunne være til os alle: "Du har gjort, hvad du kunne, det er sådan vi gør."

Det kunne samtidig være en af overskrifterne til det, vi vil gøre fremover både i fællesskab og alene!

Referent: *Kirsten T.J.*

---

## Danmarks stærkeste integrationsfaktor – de gamle

Er det en tanke værd, at de gamle er en af de stærkeste mekanismer til integration af indvandrere. I København har ca. 40 % af eleverne på Social- og Sundhedsskolen anden etnisk baggrund end dansk. Det tilsvarende tal for Århus og Odense er hhv. 23 % og 18 % (Giver m.fl. 2007: 7).

Den relativt høje andel af indvandrere i faget vidner om, at relativt flere indvandrerkvinder end etnisk danske kvinder vælger en sosu-uddannelse som deres levevej. Dette kan selvfølgelig være udtryk for, at der i det danske samfund er nogle mønstre, hvor en arbejdsløs indvandrer kvinde per automatik forsøges beskæftiget gennem omsorg eller rengøring. Men det kunne jo også være, at det for nogle indvandrere er en attraktiv branche at være beskæftiget indenfor. At andelen af mænd med indvandrerbaggrund indenfor sosufaget er markant større end andelen af danske mænd (Giver m.fl. 2007: 21), giver i hvert fald anledning til overvejelser om, hvad tendensen til, at flere og flere indvandrere uddanner sig indenfor sosufaget kan skyldes. Kun 7,3 % af de personer med indvandrerbaggrund, som blev færdiguddannede som sosu-

medarbejdere i 2006, var efterkommere. En stor del af de indvandrere, som tager sosu-uddannelsen, er dermed første generationsindvandrere.

Undersøgelsen viser, at sosumedarbejdere med anden etnisk baggrund end dansk nyder større samfundsmæssig anerkendelse og status end deres danske kolleger. Dette skal forstås i lyset af, at status er relativ.

Det faktum, at sosumedarbejderne med indvandrerbaggrund primært kommer fra ikke-vestlige lande, har en betydning. Med deres ansættelse i den offentlige ældrepleje udfordres samfundets forventning om, at en indvandrer kvinde er hjemmegående, og at en indvandrermand ejer en kiosk eller er taxachauffør. At samfundets fordomme overfor denne gruppe bliver udfordret, ser ud til at have et positivt afkast og generere respekt og anerkendelse.

*Kilde: Iben Helqvist,  
Sosu-uddannede indvandrere i den offentlige ældrepleje.  
Roskilde Universitetscenter,  
Forvaltning, K2, Forår 2008*

*Knud Ramian*

# Regnskab

for perioden 1.1.2008 til 31.12.2008

Indtægter:	Regnskab 2008	Budget 2008	Budget 2009
Medlemskontingent (47)	5.875 (54)	(54) 6.750	(45) 5.625
Portostøtte 2007	655	0	803
Portostøtte 2008	747	0	
Renter	76	400	50
<b>Total</b>	<b>7.353</b>	<b>7.150</b>	<b>6.478</b>

Udgifter:	Regnskab 2008	Budget 2008	Budget 2009
Trykning af bladet	4.380	4.500	4.500
Porto og gebyrer	1.920	2.000	2.100
Telefongodtgørelse	600	600	600
Kontorartikler	566	300	600
Vingaver	468	350	500
Hjemmeside	199	200	200
Revisionsmøde	80	150	150
Møde i Roskilde	790	0	0
Repræsentation	125	0	0
<b>Total</b>	<b>9.128</b>	<b>8.100</b>	<b>8.650</b>
Årets resultat	1.775		

## Balance

### Aktiver:

Bankindestående 31.12.08	20.437
Giroindestående 31.12.08	5.308
Kassebeholdning	0
<b>Total</b>	<b>25.745</b>

### Passiver:

Aktiver 31.12.07	27.520
Årets resultat	-1.775
<b>Total</b>	<b>25.745</b>

Revisorerne har gennemgået kassebog og bilag og fundet, at regnskabet er korrekt udført og i god overensstemmelse med foreningens formål og generalforsamlingens beslutninger.

# Kommende møder

Temaet er stadig: *De gamle som forbrugere*

Onsdag den 11. marts 2009

Sikring af alderdommen – er forsikringer vejen?

*Oplæg af Knud Ramian*

Onsdag den 8. april

Skal omsorg være en ydelse til forhandling?

*Oplæg ved Tove Holm*

Onsdag den 13. maj

Hvor køber man sansning, samvær og sikkerhed?  
– en guide til de sene rejser

*Oplæg af Knud Ramian*

Onsdag den 9. september

Sund og lækker mad -

Kom med din sundeste og lækreste opskrift

*Oplæg ved Traute Larsen*

Sted: Dagligstuen

*i Lokalcenter Møllestien*

*Grønnegade 10, Århus C*

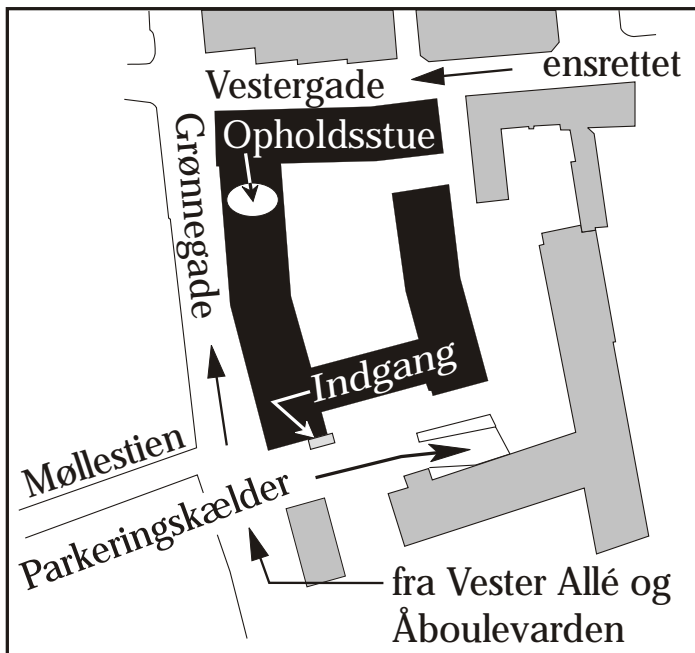
*Tid: kl. 16.30 - 18.00*

Der er mulighed for at købe en varm ret i cafeen efter mødet

(se kortskitse på bagsiden af omslaget)

Foreningen til Udvikling af Alderdommens Muligheder  
- en forening for de uprøvede ideer og projekter

ISSN: 1902-2670



## Her finder du FUAM

Sekretariatet:

Tove Holm  
Åkrogs Strandvej 43  
8240 Risskov  
Telefon 8617 9065  
E-mail: [toveholm@webspeed.dk](mailto:toveholm@webspeed.dk)

Foreningens gironummer er:  
572-6646

Ved bankoverførsel anvendes  
konto-nr. 7681 4108874

CVR-nummer: 31509130