

Flere vitale ældre
Generalforsamling
Mødereferater
Høring om det
aldrende samfund
Bognoter og Læsetips

Bestyrelse

Knud Ramian	8627 4042
Tove Holm (sekretær)	8617 9065
Søren-Peter Pedersen (kasserer)	8613 4788
Traute Larsen	8615 5917
Kirsten Andersen	8618 2633
Kirsten Trollegaard Jørgensen	8636 2511
Birthe Grønhøj	8652 3224

Suppleant:

Klara Juul-Madsen	8625 6049
-------------------	-----------

Redaktør

Traute Larsen, Duevej 17, 8210 Århus V
Tlf.: 8615 5917 E-mail: traute@mobilixnet.dk

Layout og sats:
Børge Helmer, Storhøjvej 16, 8320 Mårslet
Tlf.: 8627 2900 E-mail: borge-helmer@vip.cybercity.dk

Sidste frist for stof til Nyhedsbrev nr. 1/2004:
1. februar 2004

Læs i dette nummer

Leder om flere, mere vitale ældre	3
Indkaldelse til generalforsamling	4
Referat fra mødet den 10. september	5
Boligrådgivning for Ældre (referat af konference) . . .	10
Referat fra mødet den 8. oktober	12
3. Høring om det aldrende samfund	14
Venskabsforeningerne mangler danskere til møderne	17
Mindeord om Villy Nørholm	17
Læsetips	19
Kommende møder	27

Der bliver flere og flere ældre, og de bliver mere og mere vitale

Om dette skal ses som mulighed eller trussel afhænger af, hvordan samfundet agerer i forhold til det. Det afhænger i høj også af den holdning, samfundet har til ældre mennesker, og hvordan gamle mennesker selv udfolder sig og bruger deres ressourcer.

Det aldrende samfund er en kendsgerning i det vestlige industrisamfund og i Japan, hvor levealderen er steget markant gennem de sidste hundrede år. Samtidig er børnedødeligheden faldet, og ungdomsuddannelserne tager flere år, så arbejdsårene bliver færre. At de fleste forlader eller tvinges til at forlade arbejdsmarkedet tidligere end pensionsalderen, har forstærket udviklingen. Der diskuteres og lægges planer og sammenlignes politik i mange lande.

Det er på den baggrund Folketingets partier nedsatte Fremtidspanelet om demokrati og velfærd i det aldrende samfund. Det har gennemført fire høringer for at belyse de mange aspekter i forbindelse med den aldrende befolkning. Høringerne er gennemført i 2001 og i 2002, og et afsluttende oplæg om de politiske udfordringer og opgaver, som høringerne har rejst, er gennemført i januar 2003. Så blev stafetten givet videre til folke-

tinget, hvorfra den skal videre til det øvrige samfund. Men vi har endnu til gode at se, hvordan folkettinget stiller sig til fremtidspanelets anbefalinger.

Fremtidspanelet har skabt opmærksomhed og peget på de forandringer, som det aldrende samfund indebærer. Det har indkredset muligheder og risici, som har betydning for, hvordan vi kan forberede os på det aldrende samfund. Oplægsholderne har tænkt tanker og udfoldet store anstrengelser for at fortælle politikerne om udfordringer og muligheder. Fagfolk på forskellige niveauer har fortalt om deres egen virkelighed, lige fra professoren til social- og sundhedsassistenten.

Nu skal folkettinget handle, for der ligger opgaver, som kan løses i tide: Forebyggende indsats på alle niveauer, en samlet langsigtet strategi for arbejdsmarkedet i det aldrende samfund og indsats mod aldersdiskrimination.

Man kan håbe, at Fremtidspanelets udredningsarbejde følges op af initiativer og bevillinger, så arbejdet kan gå i gang. Hensigtserklæringer alene gør det ikke.

Se mere om Fremtidspanelets rapporter i dette og foregående Nyhedsbrev

TL

Indkaldelse til

Ordinær Generalforsamling

Onsdag den 11. februar 2004 kl. 16.30-18.00

*i Dagligstuen på Lokalcenter Møllestien,
Grønnegade 10, Århus C*

Dagsorden ifølge vedtægterne:

1. Valg af dirigent
2. Bestyrelsens beretning
3. Forelæggelse af det reviderede regnskab for 2003
4. Fastlæggelse af kontingent for 2005 samt
godkendelse af budget for det kommende regnskabsår 2004
5. Valg af bestyrelsesmedlemmer
På valg er:
 - Knud Ramian
 - Kirsten Andersen
 - Kirsten Trollegaard Jørgensen
 - Birthe Grønhøj
6. Valg af suppleanter til bestyrelsen
Suppleanter er: Klara Juul-Madsen
7. Valg af to interne revisorer
Revisorerne er Jens-Erik Jørgensen
Leif Bjarnesen
8. Indkomne forslag
9. Eventuelt

Referat af FUAM-mødet d.10 september 2003

Det første møde i efterårets møderække med det overordnede tema: Visdom.

I dag er overskriften:

Bliver jeres erfaringer værdsat?

Med Oplæg ved Tove Holm

Jeg tror ikke, vi bliver vise, bare fordi vi bliver gamle!

Knud Ramian har været så dristig at nævne ordene ”de gamles visdom”. Mon det ikke ligger sådan, at de, der allerede har vist deres klogskab i de yngre år, kan føje alderdommens erfaringer til det, de allerede har kunnet. Jeg tror ikke, vi bliver vise, bare fordi vi bliver gamle. På den anden side bliver vi heller ikke dummere, hvis vi sørger for at holde kontakt med den udvikling, der sker i samfundet.

Enhver generation har stået på skuldrene af den forrige og haft gavn og glæde af de erfaringer, som ”de gamle” har givet videre. Det har været med til at skabe respekt om de gamle, og i nogle kulturer er det ikke blot respekt, men ærbødighed.

I de seneste generationer er det blevet anderledes – og vi kan jo ærgre os over, at vi ikke er født noget før, så vi havde kunnet tilbringe vores sidste år omgivet af de unges ærefrygt. Jeg tror, forklaringen er meget ligetil: I de sidste 50 år har den teknologiske udvikling og den almindelige adgang til bedre uddannelse skabt så store skel i befolkningen, at de gamles visdom er falmet lidt i forhold til de unges.

I FUAM har vi altid haft respekt for Knuds guldorn - selvom han ikke er så forfærdelig gammel - og vi har også haft lyst til at tage hans opfordring om at beskæftige os med emnet op. Måske kan vi i fællesskab finde nogle synspunkter - måske kan vi oven i købet berige Knud med dem. Derfor lægger vi nu ud med at spørge om medlemmernes mening.

Jeg har samlet nogle synspunkter, som vi måske kan bruge til at sætte diskussionen i gang, og for at begynde med de rigtig gamle, vil jeg læse et citat fra Aristoteles, som levede fra 384-322 f. Kr.:

”De ældre, og dem, som har lagt den modne alder bag sig, har på de fleste punkter næsten modsat karakter af de unges. Fordi de har levet i så mange år og været ude for flere bedrag og selv har begået flere fejl, og eftersom det meste mesterværk falder ringe ud, går de ikke helhjertet ind for noget og er til overmål mindre interesseret i alting, end de burde...De er bange af sig og tilbøjelige til altid at tage frygten på forskud; de ”tror nok”, men ”ved ikke”, og i deres tvivlrådighed tilføjer de altid et ”vel nok” eller ”kan være” og siger alting på den måde, aldrig noget med bestemthed”.

Et par hundrede år senere siger Cicero, som levede fra 106-42 f. Kr., at de plager, som tilskrives alderdommen, ofte er selvforskyldte: Den dårlige hukommelse skyldes manglende træning, det dårlige helbred skyldes usund levevis, og det manglende begær og den manglende magtvilje er ikke noget problem, men blot et udtryk for, at man i alderdommen endelig kan få lov til at være sig selv. Et citat:

"Men hvor vigtigt er ikke dette, at sjælen, når den har udtjent i vellystens, ærgerrighedens, tvedragtens, fjendskabers, alle lidenskabers tjeneste, vorder selvstændig og lever for sig selv."

Så når vi frem til Paulus, der ikke er uenig med Cicero. Paulus siger:

"Derfor taber vi ikke modet, tværtimod. Selvom vort ydre menneske går til grunde, så fornyes dog vort indre menneske dag for dag.... Vi er jo dem, som ikke har rettet blikket mod de synlige ting alene, men også mod de usynlige, thi de synlige varer kun en tid, men de usynlige varer evigt."

Mens vi nu er ved citaterne, vil jeg slutte med et citat af Chapmann fra 1599:

"Unge mænd synes, at gamle mænd er fæhoveder; gamle mænd ved, at de unge er det."

Måske falder det lidt uden for emnet om alder og erfaring, men jeg blev ret optaget af en artikel, Samvirke havde i april sidste år om skønhed og alder. En reporter, der var på rejse i Rusland, fandt ud af, at der i Georgien hvert år blev afholdt en skønhedskonkurrence for mennesker over 100 år - alle var vindere. Han skriver, at skønheden

var der ikke noget i vejen med. Både mænd og kvinder var naturligvis skrumpet ind, men kvinderne lignede nu de indianske høvdinge med hud som af det fineste gyldenbrune kalveskind og med viise (ja, det stod der minsandten) stærke øjne, der stadig så og forstod alt. Mændene havde stadig en rank og frejdig udstråling, en drenget kådhed, og nysgerrigheden over for kvindelig skønhed var usvækket. En mand på 106 år praktiserede stadig som gynækolog - ganske vist på nedsat tid.

Forfatteren af artiklen lægger ikke skjul på, at de gamle først og fremmest var livstrætte, og selv om han forestiller sig, at hans generation nok vil lave en sjovere alderdom, ligesom de lavede en sjovere ungdom, er han ikke sikker på, at vores forestilling om, at det er en lykke, at vi bliver ældre og ældre for hver generation, holder.

Vi har alle sammen både minder og erindringer. Minderne har vi et mere følsomt forhold til end erindringerne. Gennem vores liv har vi haft oplevelser, og erindringen om dem ligger oplagret i os. Nogle af dem dukker spontant op, når vi tænker tilbage, andre bliver fremkaldt i bestemte situationer. Nogle af de oplevelser, som vores liv har bestået af, er blevet liggende i os om erfaringer.

Asger Baunsbak Jensen har skrevet en samling essays: "Mod til at blive gammel. Den dyrebare alderdom", hvor han kalder erfaringerne et vældigt forråds-kammer, man kan tære på, når mennesker kommer for at få råd. Man kommer til kort, når det gælder faglig viden, "men med menneskets skæbne, med kærlighed, syg-

dom, død og nederlag er det anderledes. Der kan man trække på et langt livs opmagasinerede indsigt.”

For nylig læste jeg i avisen, at Horsens kommune vil lave et forsøg med at bruge ”reservebedstemødre” til at hjælpe unge mødre, der har svært ved at skabe og opretholde social kontakt. Vi kan så alt efter vores temperament glæde os over, at vi gamle stadig er brugbare i samfundet – eller skumle over, at vi nok kan bruges som frivillig, ulønnet arbejdskraft, men har svært ved at få lønnet arbejde, når vi nærmer os 50 år.

Gennem et langt liv knytter vi os til mennesker, og vi knytter os også til

ting. En af de vigtige erfaringer, jeg har gjort, er, at jeg skal lære at give slip. Give slip på det liv, der var, give slip på nogle mennesker, som måske ikke er der mere, eller som jeg ikke længere har tilknytning til, finde nye værdier og nye engagementer. Det har været svært at lære at give slip, men til gengæld har det været dejligt at opleve, at jeg også i de senere år har kunnet stifte nye venskaber.

Grethe Heltberg skriver i 1983 i bogen ”*Rødt for rædsel og roser*” et digt om en verden, der er tom for ting:

*”Måske skal vi vågne en morgen,
Og se, at vor drøm er forbi,
Drømmen om huse og veje og sten
Drømmen om toner og træer og ting
Drømmen vi kaldte vort liv.*

*Måske skal vi vågne en morgen,
Og se vi omsider er fri,
Se de er smuldrede en efter en
Alle de døde og krævende ting,
Som bandt os med deres bliv.*

*Måske skal vi vågne en morgen,
Og se at en skjult harmoni,
Har formet en verden, forklaret og ren,
Endeløs, tidløs og tom for ting.
Den morgen begynder vort liv.”*

Mens jeg har arbejdet på dette indlæg, er der dukket mange spørgsmål op:

Oplever vi nogensinde, at vi bliver betragtet eller behandlet med ærefrygt?

Oplever vi nogensinde, at vi bliver behandlet eller betragtet med respekt?

Er vi blevet mere klartseende med alderen?

Er vi blevet klogere med alderen?

Kan vi selv bruge vores erfaringer?
Ville vores liv have set anderledes ud, hvis vi havde brugt de erfaringer, vi har i dag?

Nu er vi nået til, at det er jer, der skal sige noget. På de følgende møder vil vi diskutere nogle spørgsmål, der har at gøre med alder, erfaring og visdom.

I dag lyder spørgsmålet: Bliver jeres erfaringer værdsat?

Om holdninger: Fra et barnebarn til en bedstemor: "Jeg ligner dig nok mere, end du tror!"

Jeg har børn i aldrene fra 45 – 55. Det, vi giver dem, er nok indirekte. Vores børnebørn er mere interesserede i at tale om følelser end vores børn. Det gør de ikke med deres forældre! En af dem læser sine egne digte op for mig. Det er bare dejligt.

En er kommet til at bo i et landsby-fællesskab. Havde besøg af en nabopige. Oplevede, at det måske var godt, at en ældre dame satte andre grænser end dem, pigen fik derhjemme.

Hun udtrykte sig således: Hvad med vores erfaringer? Har vi ikke en pligt til at være til på en måde, vi selv kan stå inde for?

At skulle flytte, som jeg er ved, får mine børn til at undre sig over den måde, jeg tackler det på. Det tror jeg, har noget at gøre med viden, erfaringer og erindringer, som jeg har med mig!

Jeg har fået skrevet en lille bog om min barndom. Det medførte, at der en dag stod to mennesker foran mig, da jeg stod i min have. Manden

sagde: " Jeg er din fætter Rasmus, og det her er min datter. Hun vil så gerne hilse på dig!" – Hun var meget glad for at møde mig og tale med mig og ville gerne komme igen.

En fortæller, at hun da føler sig værdsat af sine børn, og føler, at de gerne vil høre om hendes erfaringer, men hendes treårige barnebarn overgik børnene en dag: Han kom med sin mor og storesøster. Alle havde det hyggeligt og snakkede sammen. På et tidspunkt blev det drengen for meget, for det lød fra ham: "Nu kan I godt gå hjem, for det er mig, der er på besøg!"

Et barnebarn i Iran ville ikke lære dansk, men nu vil hun godt. Årsag: "Jeg kan jo skrive breve om noget – på dansk. Vi skal tage det, børnene kommer med, alvorligt. Det er vigtigt at høre livshistorier og få lov til selv at fortælle. Vi skal give os tid. Det giver nærhed, varme og glæde. Barnet får måske en ballast med sig, som det kan give videre. En samtale, en god dialog, kan betyde meget. Undertiden er man ikke det samme menneske efter en sådan samtale.

Et gammelt præstepar har skrevet deres erindringer. Deres egne børn har set det, men ikke gjort så meget ud af det. Men det er vigtigt, at vi skriver noget om os selv og den tid, vi lever i. Børnene har ofte hørt historierne flere gange, og de kan være så fortravlede, at de ikke har tid til at høre, hvad vi siger, men – børnebørnene er helt vilde med det.

Det er vigtigt at se, at de, der var forud for os, har klaret det godt. Den positivisme betyder meget! Egentlig

ved vi godt, hvad vi betyder for børn og børnebørn. Men der er så meget andet i det at blive gammel. Goethe siger et sted: "Det er ingen kunst at blive gammel, men at holde ud at blive gammel".

Om alderdomskongresser: Der er ikke noget værre end en selvhøjtidelig gammel forsker.

Den person, der har en ekstrem distance til sig selv, er meget mere værd at have med at gøre.

Vi skal selv huske at lægge denne distance!

Vi har talt meget om den ældre generation, der var før os. Jeg tror, at den generation, der kommer nu, vil noget mere. Man kan være vis på mange måder. Vi vil ikke give så hurtigt op. Vi vil tage opgaver på os.

Kan vi også komme ind på vores bekymringer? Det, vi har hørt i dag, har været det, vi har fodfæste i. Hvad med den isolation, man føler?

Eftermiddagens sidste spørgsmål fik Tove til at slutte af med at sige:

"Samtalen i dag har vist, at vi har brug for at tale videre om emner, der dukker op undervejs, bl.a. om bekymringerne. Det vil vi gøre på vores næste møde - og i vores sammenhæng er der ingen tidsbegrænsning!"

Refereret af Kirsten T.J.



Boligrådgivning for Ældre i Danmark

Af Klara Juul-Madsen

Mange gamle og enlige bor i store huse med haver, der gør hverdagen besværlig og kan hindre en mere kreativ tilværelse som gammel.

Jeg var en af deltagerne i konferencen, "Boligrådgivning for Ældre i Danmark", der foregik på Arkitekt-skolen og var arrangeret af Boligrådgivning for ældre. Det er et område, andre byer også har taget op. Hillerød, København, Herning og Horsens havde sendt repræsentanter, som fortalte om deres måde, at formidle emnet på.

"Boligrådgivning for Ældre" begyndte her i Århus i 1993, og der har

vist sig et stort behov for viden om muligheder, blandt andet fordi mange gamle og enlige bor i store huse med haver, der gør hverdagen besværlig, og kan hindre en mere kreativ tilværelse som gammel.

Mange tanker fik form under de indlæg, hvor både boligens rammer, beliggenhed, indhold samt adgang til transport og indkøb blev belyst.

Arkitekten og forfatteren Louis Jensen havde gjort sig sine tanker: "Bestemmer vi selv – om livs- og boligvalg?" Mennesket er spaltet, sagde Louis Jensen, spaltet mellem ånd og krop – godt og ondt. Man har sine begrænsninger.

Bestemmer arv eller miljø? Fri vilje?

Videnscenter på Ældreområdet, særnote 29. oktober 2003

Videnscenteret sikret

I forbindelse med de netop afsluttede satspuljeforhandlinger er Videnscenter på Ældreområdet blevet økonomisk sikret i de næste fire år.

Den fire-årige bevilling er vedtaget enstemmigt af samtlige Folketingets partier undtagen Enhedslisten, der står uden for Satspuljen. I kroner og ører udgør den 4.5 mio kr. i 2004, 3.5 mio kr. i 2005, 2.4 mio kr. i 2006 og 1.4 mio kr. i 2007.

Efter en turbulent periode med lukning og genåbning af centret samt en længere årrække med en stop-go-politik i form af et-årige bevillinger og et utal af evalueringer er det for videnscenterets leder, medarbejdere og bestyrelse en meget stor glæde og lettelse nu at kunne se frem til en længere årrække med arbejdsro, der sikrer det langsigtede arbejde til gavn for brugerne. Vi lover, at vi nok skal gøre os fortjent til den tillid, de politiske partier hermed har vist os.

Tag over hovedet

Forelæsningsrække på Århus Arkitektskole,
Auditoriet, Nørreport

Onsdag den 19. november 2003 kl. 16.30-18.30

Boligen bag facaden

Om boligens indretning og møblering.

Forelæsning ved arkitekt MAA Kaare Sølvsten

Boligens udvikling fra koleraepidemi-
en i København i 1853 op til i dag.

Der fortælles og vises billeder af
møbelklassikere, og der vises lejlig-

heds- og møbleringsplaner fra perio-
den bl.a. fra Harbo Sølvstens teg-
nestue og Kaare Sølvstens egen teg-
nestue.

Onsdag den 26. november kl. 16.30-18.30

Tegnestuen Vandkunsten

Forelæsning ved professor, arkitekt MAA Michael Sten Johnsen

Tegnestuen har markeret sig ved fore-
gangsbebyggelse med intentioner om
beboernes selvudfoldelse, medbestem-
melse og nye samlivsformer og bolig-
miljøer med kollektive faciliteter.

Eksempler:

Andelsboliger Blangstedgaard i O-
dense og Almennyttigt byggeri som
Fagbo i Skejby ved Århus og Grønhøj
i Ballerup

Tilrettelagt af Lektor Mogens Stærk, Arkitektskolen i Århus i samarbejde med
Cand. jur. Kirsten Grønborg, Boligrådgivning for Ældre.

Forelæsningsgebyr pr. forelæsning: 80 kr. Pensionister m.fl.: 55 kr.

Rettelse og til føjelse til FUAM's Nyhedsbrev 2003, nr. 3

Det var *Tove Holm*, der i sidste nyhedsbrev skrev
de personlige mindeord om Marianne Brønnum.

I referat fra mødet Musikterapi i Ældreplejen og i artiklen Om musik og mu-
sikterapi fik vi fejlagtigt hæftet en forkert uddannelse og titel på *Musiktera-
peut Svend Eeg*, der er uddannet på Aalborg Universitet. Musikterapi er en
selvstændig uddannelse.

Vi beklager. Red.

Referat fra FUAM-mødet onsdag den 8. oktober 2003

Det andet møde i efterårets møderække
med visdom som overordnet tema

Er I blevet mere klartseende med alderen?

Oplæg ved Kirsten Esper Andersen, og titlen er:

Kan vi bruge vore bekymringer konstruktivt?

Det var et spørgsmål, der dukkede op på vores første møde her i efteråret, og som vi har valgt at indlede med i dag.

Kirstens ærinde er, som hun selv siger, ikke at opremse sine bekymringer, men at se på, hvad vi kan gøre ved dem i lys af dagens emne. Bekymringer er noget individuelt og kan bruges forskelligt, vi vil forsøge at bruge dem konstruktivt. Jeg har lært at sortere i dem. Nogle må jeg lægge lidt låg på!

Da vi for år tilbage gik sammen i FUAM, som jo betyder "Foreningen til Udvikling af Alderdommens Muligheder," havde det lidt at gøre med ordet bekymringer. Vi syntes, at det med alderen var noget, unge og ældre skulle gøre noget ved, sammen. Det skulle ikke klares af gamle alene. Vi brugte vores bekymringer til at tage fat på mange forskellige emner omkring gamle, bl.a. det med "Længst muligt i eget hjem", "Valg af bolig", "Vold på gaden" og meget andet. Det er vanskeligere at være konstruktiv. Der er mange ting, jeg ikke kan lide. Jeg kan

ikke li', at jeg kan blive en byrde. Jeg kan ikke li' at købmanden bliver nedlagt. Der er mange muligheder for at forebygge. Jeg har valgt at leve i det, og jeg ved, at jeg måske skal plejes engang. Jeg vil gerne holde mig aktiv så længe som muligt og ikke være en byrde for mine børn. Man kan få hjælpemidler, kaldeanlæg, høreapparater, rollatorer. De bruges for lidt. Der er ikke tid. De bliver lagt i skuffen. Man vil ikke være til ulejlighed.

Konstruktivt kan jeg hjælpe de ældre, jeg selv kender, og jeg vil gerne bruges længe endnu. (Ser for sig en kvinde, hun har mødt, som klistrede blomster på sine høreapparater, så de kunne ses. Måske kunne det hjælpe nogen til selv at bruge deres!) Selv ønsker jeg mig en stok, der er rigtig flot! Nogle af os bekymrer os mest om os selv. Bruger cremer til foryngelse. Kan jeg være konstruktiv ved at støtte nødhjælpsorganisationer? Forlænger vi bare lidelsen i verden ved at give hjælp til mad midlertidigt? Nogle bliver "bakkedamer" og hjælper til ved måltiderne på plejehjemmene. De får glæde af det selv.

Jeg har fået børnebørn i udlandet. Vi er på vej til at blive globale samfundsborgere. Jeg ser, hvordan de klarer det, og hvad de tænker om det. Jeg vil ikke gøre det til noget bekymrende. Jeg må have noget at forholde mig til. Have viden om, hvad der foregår med religionsstridigheder og andet. Børn kan godt klare flere sprog. Jeg må neddæmpe mine bekymringer.

Vi er bange for børns situation, for livsforlængende behandling, for aktiv dødsbistand. Jeg klarer det ved at erkende, at sådan er det.

Tove takkede Kirsten for hendes oplæg med ordene: Det var dejligt og festligt at høre dig! Og fortsatte: Jeg kommer til at tænke på et konstruktivt forslag fra Knud tidligere om volden på gaden: "Damer skal lade være med at bruge håndtaske!" Vi gør os selv en tjeneste ved at erkende, at vi mister nogle sanser. Vi skal agitere for høreapparater og andet. Det er klogt at få det anskaffet. Der kan også være glæde ved at køre med en rollator, og det med bekymringerne for den slappe hud og rynkerne. Gør det så meget?

Kirsten siger om det frivillige arbejde: Jeg har taget mod til mig ved at komme med i brugerrådet. På stedet er der værested og café. Jeg føler, jeg bliver yngre af det.

Og om bekymringerne: Vi skal ikke tage dem på forskud og måske lade bekymring og medfølelse gå hånd i hånd.

Fra en deltager på dagens møde: Alle de bekymringer, vi har nævnt, bekymrer mig. Vi skal ikke bekymre

os for dagen i morgen. Blev fulgt op af Kirsten med ordene: Jeg fik som opgave at lægge bekymringerne frem, for at vi kunne bruge dem konstruktivt!

Om at kunne få sig til at bede om hjælp: Det kan være en tillidsag, og det kan godt være, vi gør hjælperen en glæde!! Det er godt at hjælpe gamle tidligt i livet. Det har jeg lært meget af. Jeg vil foretrække at være på et plejehjem, og ikke lade min familie tage sig af mig, og man skal ikke gøre sit liv surt over noget, man ikke kan gøre noget ved.

Mænd bekymrer sig mindre end kvinder. Det er pokkers svært at tage imod!

Hvordan kan vi så blive mere klartseende?

- > Vi kan være realistiske.
- > Sortere det uvæsentlige fra.
- > Være til stede i egentlig forstand.
- > Turde gøre noget ved problemerne.
- > Vi kan tage kontakt med "de fremmede" og lære af dem. Dele livet med hinanden.
- > Finde myterne frem om de rigtig gamle. Samle på de bedste.
- > Her nåede vi til. Det er et stort emne, vi har taget op, som ikke hører til dem, man bliver færdig med. Altid vil man være på vej. Men det er en gave at have nogen at dele de svære spørgsmål med, og en glæde at skulle mødes på ny og tage tråden op fra sidst.

ved Kirsten T.J.

Om demokrati og velfærd i det aldrende samfund

Sundhed, omsorg og forebyggelse. "Kan indsatsen forbedres?" var indgangsspørgsmålet til den 3. høring om det aldrende samfund.

Det korte svar var, ja helt klart, indsatsen kan forbedres på flere områ-

der. Dermed er det ikke sagt, at det vil blive let, påpegede flere oplægsholdere. Der er gevinster at hente ved at bruge den viden, der findes i dag. Flere ældre kan ved forholdsvis enkle midler hjælpes til et mere værdigt og mindre plejkrævende liv i alderdommen.

Høringerne er tilrettelagt af Teknologirådet for Folketingets Fremtidspanel lige som de to første høringer, der er omtalt i Fuam's Nyhedsbrev 2003, nr.3.

Fremtidspanelet er et samarbejdsprojekt om at vurdere de politiske og samfundsmæssige udfordringer, den ændrede alderssammensætning medfører.

Fremtidspanelet skal søge at nå til enighed om de arbejdsopgaver, det aldrende samfund stiller folkettinget og andre politiske beslutningstagere over for.

Deltagerne i Fremtidspanelet er udpeget af partierne i folkettinget.

Rapporter og resuméer fra de fire høringer kan bestilles hos: Teknologirådet, Antonigade 4, 1106 København K og findes på nettet på Teknologirådets hjemmeside: www.tekno.dk, hvor de kan hentes.

Høringen fokuserede først og sidst på forebyggelse. Forebyggelse af at raske ældre bliver syge ældre, af at syge ældre bliver mere syge og forebyggelse af, at ældre mister evnen til at klare sig i hverdagen. Der blev også diskuteret, hvor godt eller skidt fremtidens ældre vil have det, og hvordan ældrepolitikken bør afspejle dette.

Overlæge, professor dr.med. i geriatri, Bispebjerg hospital, Marianne Schroll havde nogle pointer:

Ældres helbred er meget mere individuelt forskelligt end yngres

Helbredet med alderen bestemmes helt overvejende af den måde, man lever sit liv på

Gruppen af ældre har et lavere funktionsniveau end gruppen af yngre, men de har samme mulighed for funktionsforbedring procentvis ved træning

Ældre kan opdeles i tre ca. lige store grupper: Vellykket aldrende, sædvanligt aldrende og fremskyndet aldrende. Inden for alle tre grupper er det muligt at undgå forværring ved træning

Rehabilitering af ældre kræver tværfagligt samarbejde, som det kniber med i dag

Det er det liv, man har levet, der er afgørende for, hvordan man ældes, forklarede Marianne Schroll. Derfor vil flere af de gamle blive friskere i deres alderdom.

Vigtigt at holde sig i gang

Lis Puggaard, lektor ved Syddansk Universitet, supplerede med yderligere pointer om ældre og motion

Ældre kan træne sig til at overkomme mere

Halvdelen af de "unge ældre" er fysisk aktive

Hjemmehjælpere og familie kan hjælpe ældre ved at inddrage de ældre i husarbejdet

Der er ringe viden om fysisk træning af ældre i de danske uddannelser

Megen genoptræning efter indlæggelser er spildt, fordi det afbrydes for hurtigt

Folk, som engagerer sig i frivilligt arbejde, lever længere, så det handler om selv at blive frivillig. Det handler ikke om, at andre skal være det

Motion er ikke den eneste måde at holde sig i gang på, understregede Ulla Habermann, seniorforsker ved Institut for Idræt. Hun talte om det frivillige arbejde, som de ældre engagerer

sig i. Modsat af hvad man måske skulle tro, så ligger effekten ved det frivillige arbejde ikke så meget i, hvad der egentlig udføres af frivilligt arbejde for andre. De, der har mest glæde af det, er de frivillige selv. "Frivilligt arbejde er på en måde et billede af resten af livet, kan man sige, og frivilligt arbejde er jo ikke bare godt, det kan også godt være ret besværligt, og det er nok vigtigt at lige huske det", forklarede Ulla Habermann. Det frivillige arbejde er et godt sted at holde sig i gang, for det giver en fornemmelse af at være til nytte. Og den er vigtig, slog hun fast.

Seniorforsker ved Socialforskningsinstituttet Merete Platz forklarede om ældre og deres netværk, at de gamle slet ikke er så ensomme, som det virker i medierne.

Ældre, der har et aktivt og udadvendt liv, klarer sig både fysisk og psykisk bedre end andre

Gode sociale relationer reducerer dødeligheden og øger chancen for at blive rask efter sygdom

Velfungerende sociale netværk er ikke afhængige af, om man er rask og rørig

Ældre er ikke blevet mere ensomme de sidste 20 år. 5% oplyser, at de føler sig ensomme. 80% ser familie hver uge. 90% har nogen at tale fortroligt med

Hvordan kan vi både imødekomme befolkningens ønske om god pleje og omsorg for de ældre og leve op til krav om stigende effektivitet i sundhed og pleje?

Under denne overskrift blev der berettet om organisationsudvikling, balance mellem faglighed og effektivitet, erfaringer og udvikling for integreret pleje og samarbejde mellem sektorer. Der bliver arbejdet hårdt i sundhedssektoren rundt om i landet for at gå ad gamle og nye veje for at forsøge at gøre livet bedre for ældrebefolkningen. Det er nødvendigt også at påskønne personalets indsats. Arbejde i ældresektoren har været lavstatus, men det image må væk, sagde Social- og Sundhedsassistent Debbie Duncan. Systemet må være bedre til at tilpasse sig borgeren og ikke omvendt. Politikerne må være bedre til at tale med – ikke om – medarbejdere og borgere i ældresektoren.

Opsamlingen fra høring 3 konkluderede:

Det er nødvendigt med et nyt ældrebegreb. Der er brug for et mere nuanceret syn på ældre og gamle blandt professionelle og politikere, i familierne, i foreningerne m.m.

Der skal gøres noget ved aldersdiskrimineringen. Der er alt for mange eksempler på, at alderen er årsag til diskriminering især på arbejdsmarkedet.

Der er brug for en mere effektiv forebyggende indsats – på mange planer. Det forebyggende arbejde er af meget stor betydning for ældres og gamles situation.

Der er brug for nye typer bolig til fremtidens ældre og gamle. Boligpolitikken er en vigtig del af ældrepolitikken.

Familien og det frivillige arbejde har det godt.

Der er brug for en bedre koordinering mellem institutionerne: Mellem pleje- og sygehussektoren og mellem den praktiserende læge, den kommunale hjemmepleje og det amtslige sygehus.

Der skal skabes rum for flere udviklingsprojekter. Der er behov for nytænkning. Påskønnelse af de ansattes arbejde på ældreområdet er vigtig for rekruttering og fastholdelse af ansatte i sektoren.

Der er usikkerhed om de økonomiske fremskrivninger af den samfundsøkonomiske effekt ved det aldrende samfund. De stadig flere ældre giver ikke helt mekanisk højere samfundsmæssige udgifter.

Det kommer blandt andet an på:

hvor funktionsdygtige, svækkede eller syge den ældre befolkning vil være

hvor længe de ældre er på arbejdsmarkedet

hvor stor en egen forsørgelse (arbejdsmarkedspensioner og opsparring) de ældre har

hvordan serviceniveauet på ældreområdet skal være

hvordan indsatsen på pleje- og omsorgsområdet organiseres

Traute Larsen

Venskabsforeningen mangler danskere til møderne

Møder i Venskabsforeningen for ældre danskere og indvandrere finder sted torsdag en gang om måneden fra 12.30-14 i Venskabsforeningens lokaler i Østergade 30.

Vi drikker kaffe og taler sammen om et emne, der på forhånd er ønsket eller dagsaktuelt. Vi mangler danskere til møderne, som foregår på dansk, og

derfor er med til at give indvandrerne øvelse i at forstå og tale vort vanskelige sprog. Danskerne får mulighed for at møde "de fremmede" på en uforpligtende måde.

**Der er møde torsdag
den 27. november kl. 12.30 -14
29. januar 2004
26. februar 2004
25. marts 2004**

Tove Holm

Mindeord om Villy Nørholm

FUAMs ven fra Aalborg, Villy Nørholm, vil ikke mere kunne dele tid og tanker med os! Efter lang tids kamp med svær sygdom måtte Villy den 2. november 2003 sige farvel til den plads, der var hans i dette liv. Vi vil savne ham, savne hans måde at bidrage til fællesskabet på, hans helt egen form for humor, hans engagement. Han var en ildsjæl, der havde hjerte for de små og svage i samfundet, for medmennesket. - Og han ville det til det sidste. Det viser et af hans initiativer: Indenfor det sidste

årstid, hvor han i perioder selv havde det rigtig elendigt, tog han et kursus for at høre til i en gruppe af mennesker, der påtager sig den opgave at sidde ved alvorligt syge, ensomme menneskers sygesenge. Selv oplevede han at have kærlige mennesker ved sin side lige til det sidste.

Vi - i FUAM - vil sige tak for, at han valgte at "høre til" blandt os, og i flere år tog toget fra Aalborg til Aarhus hver måned for at deltage i vores fællesskab!

Kirsten T.J.



Læsetips

Hold dig beskæftiget, arbejd hårdt og vær ikke bekymret over hvor gammel, du er
Længe leve!? Om udforskningen af det lange liv.

Af Klara Juul-Madsen

Bernard Jeune har skrevet bogen, "Længe leve!? Han er født i 1943 i Lyon, Frankrig, er uddannet læge og er institutleder og leder af Aldersforskning ved Syddansk Universitet.

Bogen begynder med et interview med Jeannette Calment dagen efter, hun var fyldt 120 år. Om længeleverne har en speciel levevis som baggrund, findes der ikke oplysninger om. Deres kost spænder fra vegetarisk kost til bacon og æg og chokolade. Marie-Louise Maillieur opnåede at blive 119 år og tre måneder. Baggrunden for det lange liv udtrykte hun således: "Hold dig beskæftiget, arbejd

hårdt og vær ikke bekymret over hvor gammel, du er".

Siden 2001 mens der ikke at have været nogen 115årig i verden, og før 1800 menes ikke at have levet mennesker med en alder på over 100 år. På den tid var levealderen under 40 år, selv om enkelte nåede at blive over 90. Ens for alle har skrøbelighed været tiltagende de sidste leveår.

I løbet af det sidste århundrede er livslængden steget, og spørgsmålet er, om der overhovedet er grænser? Levealderen tyder på fortsat at blive længere. Bogen giver dog udtryk for, at selv om vi kan "lægge år til livet" er det stadig ikke opnåeligt at "lægge liv til årene".

Længe Leve!? er udgivet på Fremad, 2002.

Den var også omtalt i FUAM's Nyhedsbrev 2003, nr.2

Aldring og bevægelse i idræt
Klim, 2003

Forlaget Klim har udsendt en antologi, der belyser en vifte af emner om ældre og idræt, både med fysiologiske, pædagogiske og psykologiske emner og med idé- og kulturhistoriske indfaldsvinkler. Bogen er velskrevet

og velredigeret, skriver Christine E. Swane i en anmeldelse i Gerontologi og samfund 2003, nr. 3. Bogens målgruppe er undervisere og studerende på diverse idrætsuddannelser, ergo- og fysioterapeuter og andre med opgaver inden for idræt, krop og aldring samt i øvrigt læsere med interesse for gerontologi.

Medierne er indlysende nødvendige

Der findes ingen lette løsninger, og som det så rigtigt siges, er medierne indlysende nødvendige, når de gør opmærksomme på fejl og overgreb, men de bør samtidig leve op til den forpligtelse, vi alle burde have overfor det enkelte menneske, samfundet og fællesskabet. Journalisterne har ofte tendens til at formidle oplevelser og følelser, til at finde ofre og skurke, medens de faktuelle forhold nedtones. Ofte er der, som der bliver sagt, flere sande historier, som er utrolig svære at forene.

Læs selv artiklen om medierne og de ældre! Vi kender flere af de svære følger af de negative historier: Folk, der frygter, hvordan deres liv vil forme sig, når de bliver gamle. Er bange for at skulle på plejehjem. De har hørt om de plejkrævende beboere, det overbebyrdede personale, der er professionaliserede og ikke "har hjerterne med på arbejde". For nye generationer har det den virkning, at de slet ikke vil søge ind på plejeuddannelserne, og hvem skal så tage sig af de svage i samfundet i kommende år?

Flere af forfatterne siger med stærke ord, at det dybest set handler om, at menneskesynet i samfundet har ændret sig. Drømmen, utopien, handlede om et samfund med "sammenhængskraft, som tidligere Statsminister Nyrup Rasmussen har udtrykt det. Vi har en utopi, der spejler det moderne menneskes længsel efter et samfund med fælles forpligtende normer, samtidig med en anden tanke-

gang, nemlig den, at den enkelte har ret til selv at afgøre, hvad der er rigtigt eller forkert. Her i en af artiklerne er det stillet op imod tanken om, at "Når jeg betaler min skat, har jeg krav på systemet", samtidig med at vi (og medierne) brokker os over det samme system. Det giver medierne og os andre en lang række problemer og alt har konsekvenser. For de gamle. For andre aldersgrupper. For samfundet og for det repræsentative demokrati.

Følgende citat må med i denne anmeldelse:

Medierne skal ikke male samfundet rosenrødt. For det er det ikke. Medierne skal ikke fremstille samfundet og dets institutioner som helvedes forgård. For det er det ikke. At skrive med nøgtern pen og i balance med virkeligheden og udøve samme nøgternhed, når der billedillustreres, burde være en journalistisk dyd. Vi skal vedkende os de svagheder, der ubestrideligt er i vort samfund, men vi skal også vedkende os, at det ikke er så ringe endda. Det er vores fælles opgave, og det er mediernes opgave at skabe det billede, der stille og roligt afdækker virkeligheden. Både når den er grim, og når den er god! Den er faktisk begge dele, på samme tid.

I artiklen om samfundets (og mediernes) syn på gamle, tales der om, at vi allerede fra 60 års - alderen er under afvikling, til overs, og bliver talt nedladende til og om. Man bliver til en ældrebyrde, der gør alle de andre

til offer – for de ældre. Hvor kommer dog sådan et billede fra? spørges der. Hvordan værger man sig? Kan man stille ind på mediernes bølgelængde, få kontakt, skrive noget andet? Hvorfor dette forsimplede billede af mennesker over en vis alder, der gøres til ofre og får karakter af ufrivillige karikaturer af et udbredt menneske- og samfundssyn, som er symptomer på, at en grundlæggende samfundsdebat er blevet forsømt. Artiklen går dybere endnu omkring journalisters måde at arbejde på og munder ud i at udfordre til nytænkning ved at vove at stille de spørgsmål, som ellers ikke stilles, og pointerer samtidig, at journalisterne ikke kan gøre det alene. Der er et samfund derude, der er et fælles ansvar, og måske vil en sådan samtale komme til at røre ved dybt rodfæstede antagelser og værdier, stærke særinteresser og privilegier. Konklusionen er, at det måske er derfor, den samtale ikke er kommet i gang endnu !

Næste emne er journalistikken og dens videnskabelige kilder – formidlingens etik. En spændende artikel, der giver et billede af, hvor meget der kræves af en journalist i dag.

Som der står: *”Med den store spændvidde øges kravene til kildestoffets autenticitet og journalistens evne til kildekritisk vurdering. Netop kildekritikken, før fingrene sættes til tastaturet eller fatter pennen, er forudsætningen for, at læseren, lytteren og seeren kan stole på den journalistiske information og via de anførte præmisser opnå en aktiv rolle i stillingtagen til budskaberne”*. I sin egen undervisning udtrykker forfatteren, her Poul Riis, sig således:

”Journalisten skal være læserens eller seerens konsulent på stoffet - og ikke hans foresatte i et menings - hierarki”.

Angående publiceringen af videnskabelige undersøgelser bringer Poul Riis et eksempel, der viser, hvor galt det kan gå, hvis en journalist ikke har tilstrækkelig viden til at videregive resultater korrekt. Eksemplet er grotesk, da relativt små tal i en undersøgelse bliver så store, når de bliver ganget op, at mange flere ældre end det er tilfældet i det virkelige liv, bliver beskrevet som ofre for fysiske, psykiske og økonomiske overgreb. Det er ikke svært at se, hvad sådanne udtalelser kan få af følger for det enkelte menneske, der læser dette !

Formidlingens sprog bliver også omtalt: *Der bør være en forpligtelse til at udtrykke sig, så også mennesker, der ikke kender f.eks. internationale og andre udtryk, kan forstå, hvad der bliver sagt og skrevet*. Det kræver indsigt og forståelse, at man bliver i stand til at udtrykke sig i mere end en form for sprog. Det er opmuntrende at læse, at netop videnskabsjournalistikken på det sidste har fået et løft!

Jørgen Bruun Petersen har en artikel med titlen: *”Kan der rokkes ved billedet af de ældre”*. Den er god læsning. Peger på den særdeles triste kendsgerning, at mange kender alt for lidt til ældreområdet. Det ville betyde meget for mange, hvis der kunne ændres på de holdninger, mange giver udtryk for. Den mest positive holdning findes hos sygeplejersker, hos de grupper, der er tættest på gamle mennesker i praksis. Den findes end ikke hos folk med en høj teoretisk viden på

samme område! I fortsættelse af dette viser det sig, indenfor social- og sundhedsuddannelserne, at den positive holdning hænger sammen med uddannelsesniveaut!

De kortest uddannede har den mest negative holdning!! Hvis man sammenligner uddannelsesforløb, viser det sig, at det er vigtigt, at man møder både friske og svage ældre. Det flytter holdninger i positiv retning. Man har også prøvet at tage friske og selvhjulpne ældre med ind i undervisningen som en form for pædagogiske støttepersoner. Det har samme virkning.

Har man selv arbejdet med ældre, bør man give sig selv den glæde at få læst artiklen! Flere politikere har også givet deres bidrag til emnet, da de i deres hverdag har oplevet, hvor vigtigt det er at få sat en ny dagsorden på ældreområdet og få de fakta frem, der siger noget positivt. Få sat fokus på ressourcer frem for problemer. Som de siger, skal de negative historier frem, men man skal ikke kun sidde og vente, til journalisterne kommer for at høre dem, men gøre noget for at fortælle nogle af de glade og humorfyldte historier, der viser en helt anden virkelighed. Rædselshistorierne påvirker hele samfundet, de ældre, familierne og de ansatte. Det kræver en stor indsats at forebygge og rette op. I bl.a. Københavns kommune har man i alle led arbejdet for bedre kommunikation og større åbenhed. Der er blevet udarbejdet regler for en egentlig pressepolitik, fulgt op af undervisning, og man har også fået en pressehåndbog. Se også denne artikel. Der kan hentes gode ideer og metoder!

Som det sidste er tavshedspligten belyst gennem et par livsnære eksempler fra hverdagen. Begge ud fra bevidstheden om, at den ældre har krav på respekt for sit privatliv, sin integritet, autonomi og værdighed - og krav på beskyttelse og omsorg.

Personligt vil jeg ønske, at de tanker, bogen her giver udtryk for, vil komme ud i mange sammenhænge. Alle aldersgrupper mødes på en eller anden måde med ældre og gamle.

Skal vi flytte holdninger, skal nye generationer møde mennesker tidligt i deres liv, som de kan identificere sig med. Mennesker med et menneskesyn som det, denne bogs artikler giver udtryk for.

I FUAM har vi gennem årene modtaget en række af ÆldreForums udgivelser til anmeldelse.

”Ældrebilledet i medierne” blev udgivet i februar 2003. Det er et emne, vi tidligere har drøftet i FUAM, og som stadig optager os. I denne bogs artikler bliver emnet belyst fra mange sider, og flere af forfatterne giver nyttig viden videre og kommer med forslag, vi selv kan bruge i den fortsatte debat i egne sammenhænge.

Tak for initiativet til bogen, og fordi I gav os del i resultatet i FUAM.

Adresse:

Forskerparken 10, 5230 Odense M

Telefon: 6315 7070

E-mail: aef@aeldreforum.dk

Internet: www.aeldreforum.dk

Kirsten T.J.

Ældre! Byrde? Generationskonflikt...

Man kan med lige så god ret tale om "ungebyrde",

mener Bent Rold Andersen, tidligere socialminister, idet det er de ældre, der har skabt det

kæmpestore produktionsapparat og den samfundsstruktur, der står til rådighed for de unge, når de træder ind på arbejdsmarkedet.

Bent Rold Andersen stillede

spørgsmålstegn ved nødvendigheden af, at alle uddannelser kræver en lang boglig uddannelse. For det er et problem, at de unge kommer så sent ind på arbejdsmarkedet.

Ældrebyrde er et meget vigtigt ord, mener Anders Thomsen, folketingskandidat for Det radikale Venstre, det ved vi, hvad betyder. Når begrebet har fået så stor udbredelse, må det da være, fordi det er dækkende. På spørgsmål, om vi fortsat har råd til folkepensionen, går han ind for at afskaffe folkepensionen og indføre obligatorisk opsparring for alle. Ingen fast pensionsalder, så kan folk selv be-

stemme, hvornår de vil gå på pension.

Pensionspolitikken med opbygning af arbejdsmarkedspensionerne var der gennemgående tilfredshed med, med undtagelse af Bent Rold Andersen, selv om man kunne se, at de forlænger den ulighed, der er på arbejdsmarkedet over i pensionsalderen.

Garvede politikere og unge politikere var til debat den 20. august 2003 arrangeret af Videnscentret på Ældreområdet. Debatmødet var bygget op som dialog mellem unge og ældre politikere, hvor de unge var udfordrerne. Udpluk af debatten kan ses i Alderens Nye Sider 2003, nr.3.

På spørgsmålet, om efterlønnen skulle afskaffes, ville flere gerne af med den så hurtigt som muligt, da den fik folk til at søge tidligt væk fra arbejdsmarkedet. Her blev der oplyst, at halvdelen af dem, der går på efterløn kommer fra arbejdsløshed. "Det reelle problem er, at folk ikke vil arbejde, de vil have mere fri", så det bliver svært politisk at klare det med efterlønnen. Men det er politikernes opgave at komme med de løsninger, der er nødvendige, sagde Palle Simonsen, tidligere finansminister og formand for ATP.

At give de ældre en stemme

”Man siger jo, at det kun er fem procent, der kommer på plejehjem. Men det handler om systemets inertie og om måden, vi opfatter gamle mennesker på, som en helt anden art, så vi bliver chokerede, hvis de siger noget genkendeligt og almindeligt. Men det er litteraturens opgave at tage et individ ud fra en gruppe og give ham et ansigt og en stemme, sætte sig selv i den situation, og jeg har lavet formen sådan, at plejehjemmet er til stede og samtidig er hans liv til stede i ham”.

Det siger forfatteren **Kirsten Thorup**, der i dag udgiver bogen **”Ingenmandsland”** på Gyldendal. Den handler om Carl Sørensen, der i en alder af nogle- og halvfems indlægges til ”aflastning” på et plejehjem og i det fremmede landskab - med tabet af sine ting og vante omgivelser - mister sit sidste anker til tilværelsen. I forvejen er han ramt af afasi og kan kun udtrykke sig i rene navneord. Verber og småord er forsvundet fra hans sprog.

Kilde: *Information* 17.10.

Noter nr. 17 fra Videnscentret på Ældreområdet

TL

Forfatteren Adda Lykkeboe holder oplæg i FUAM den 14. januar 2004 kl. 16.30

og har sendt følgende til nyhedsbrevet:

Om veje og omveje

De modne års tilbageblik. Hvad er tilfælde? Hvad er skæbne? Findes der mønstre og sammenhænge, der tydeliggøres efter livets midte? Hvis vi kan sige ja til det, vi er blevet, forener fortid og fremtid sig, så de sene år giver mening og fylde.

Med afsæt i mit forfatterskab, påbegyndt da jeg var fyldt 60, vil jeg fortælle om mit arbejdsliv som bibliotekar, hvordan jeg blev forfatter og skabte mig en helt ny tilværelse, og i det forgangne år også opnåede den glæde at optræde som ambassadør for en ny måde at anskue alder.

Læge Esther Møller døde i juni 2003

Vi kunne begge godt lide ordet "gammel"

Jeg besøgte ofte Esther i Nørregade i København. Noget af det, vi drøftede, var simpelthen det at blive gammel. Vi kunne begge godt lide ordet "gammel" og havde på et tidspunkt slået op i "Ordbog over det Danske sprog" og læst om de betydninger og sammenhænge, der er omtalt her – der er flere spalter. Under læsningen falder vi over en ældre brug af ordet "gammel". Et gammelt menneske betød engang: "Et menneske, der har overlevet mange vintre". Esther og jeg var meget glade for den betydning, der var sådan noget karskt,

sundt og stærkt ved det – milevidt fra det sølle ældrebillede, vi stadig bliver præsenteret for af og til. *Psykolog Karen Akhøj*, der har kendt Esther Møller i 30 år, har skrevet et personligt indlæg om Esther Møller til tidsskriftet: *Psykolog Nyt, Nr.18 2003*, hvorfra ovenstående er et lille udpluk.

Læge *Hans Kirk* har også skrevet mindeord om Esther Møller i *Gerontologi og samfund 2003, nr.3*. Esther Møller har fortalt sine erindringer til *kultursociolog og forfatteren Else Berenth*, som har skrevet bogen: *De magiske år – og tiden der fulgte, Frydenlund 1996*.

Videnscenter på Ældreområdet, *Noter nr. 17*

Ældres syn kan reddes

Ca. 1.000 ældre danskere mister hvert år deres skarpe syn på grund af øjensygdommen våd AMD.

AMD står for aldersbetinget makula-degeneration, makula er øjets gule plet, hvor det skarpe syn dannes. Omkring 12 pct. af danskere i alderen over 60 år rammes af AMD. I aldersgruppen over 75 år er tallet steget til 40 pct. 85 pct. af AMD-patienterne har den tørre form for AMD, som ikke kan behandles.

Sygdommen viser sig typisk ved, at lige linjer begynder at bugte, og hvis

patienten kun får sygdommen på det ene øje, er det ikke sikkert, at de lægger mærke til det. Men hurtig behandling er afgørende for helbredelsen. Behandlingen består af lav laserenergi, der lukker de skrøbelige blodkar i øjet, hvorved man kan redde læsesynet. Disse behandlinger, der skal foretages over en treårig periode, koster 50.000. Hvis et menneske delvis mister synet og bliver plejekrævende, koster det derimod samfundet omkring 400.000 kr. Årligt.

Kilde: Politiken 21.10.

Sosu-elever i København

Mens det går fremad i landets kommuner, bliver det et problem i fremtiden for Københavns Kommune at skaffe plejepersonale til at passe de ældre.

Tilstrømningen til uddannelsen er lav i hovedstaden, viser en opgørelse for tilgangen til landets social- og sundhedsuddannelser, som KL har foretaget.

1.034 københavnere skulle have søgt uddannelsen i år, for at plejen af fremtidens ældre kunne sikres. Men kun 578 søgte. På landsplan var der behov for godt 7.300 ansøgere, men der kom kun 6.700, hvor København altså trak nedad. Aldersfordelingen blandt de nuværende 75.000 hjemme- og sygehjælpere betyder, at hver femte går af indenfor de næste 10 år.

Forhåbningen i København knytter sig til såvel puljen med en voksenallevløn samt i særlig grad til unge med

anden etnisk baggrund. For nylig overhalede faget som social- og sundhedshjælpere i København nemlig rengøringsfaget som det, der beskæftiger flest med anden etnisk baggrund end dansk. Tre ud af 10 medarbejdere i ældreplejen i hovedstaden er i dag af ikke-dansk baggrund. En af dem er 28-årige Mahamoud Saleh Achour, der som 13 årig kom hertil fra Libanon. Han er aldrig blevet mødt med racisme, men derimod med overraskelse første gang han er kommet hos de ældre. "For ældre danskere er ikke racister. De er vanemennesker", som han siger. For ham er det indlysende og mere respektfuldt kun at lave det for de gamle, som de ikke selv kan. "Alt andet hjælper jeg dem til selv at gøre. Og så giver jeg mig tid til at snakke med dem, hvis det er det, de har brug for", siger han.

Kilder: JP København 17.10 og Seniorernes blad, nr. 7, oktober 2003.

Ældreviden på internettet

Videnscenter på Ældreområdets nye, direkte telefonlinje, Ældreviden, er åben mandag-torsdag kl. 9.30-13.30 og har telefonnummeret 3940 5847.

Centerets webadresse er:
www.aeldreviden.dk

Nye brugere af "Noter" kan tilmelde sig på mailadressen:
noterlist-on@aeldreviden.dk
"Noter" kan afmeldes på mailadressen:
noterlist-off@aeldreviden.dk

"Noterne" udsendes ca. hver 14. dag, er gratis og har knap 2.000 brugere.

Ønske om abonnement på nyhedsbrevet "Alderens nye sider" for 2003 og andre publikationer samt henvendelser vedrørende videnscentrets arrangementer og øvrige tjenester rettes: mail@aeldreviden.dk

Gerontologisk Institut finder man på:
www.geroinst.dk
Dansk Gerontologisk Selskabs adresse er:
www.gerodan.dk

Kommende møder

*Der er ikke valgt tema
for forårets møder.*

*Vi begynder det ny år
med at få inspiration udefra.*

Onsdag den 14. januar 2004

Om veje og omveje

Forfatteren Adda Lykkeboe fortæller om sit nye liv som forfatter efter at være fyldt 60 år. Hun vil også fortælle om at være fremtidsambassadør i Århus kommune.

Se også omtalen på side 24

Onsdag den 11. februar 2004

FUAMs ordinære generalforsamling

Øvrige mødedage foråret 2004, onsdagene:

10. marts, 14. april og 12. maj

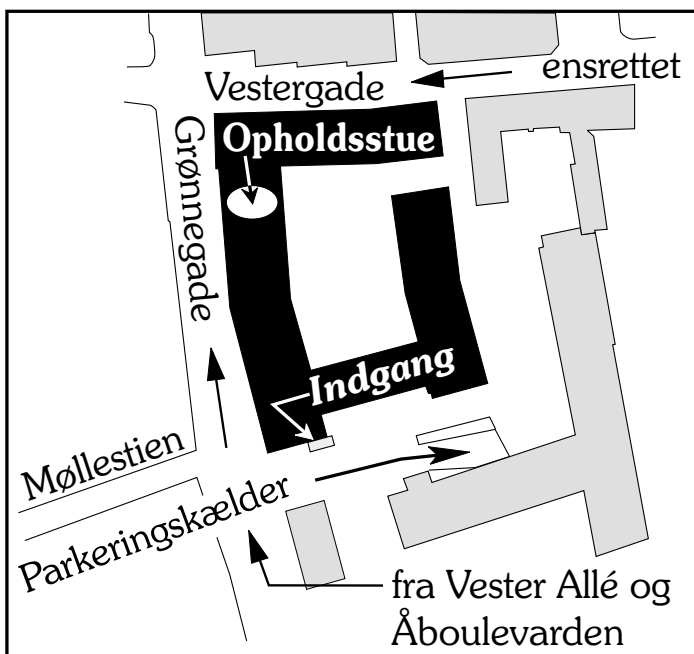
Sted: Dagligstuen

i Lokalcenter Møllestien

Grønnegade 10, Århus C

Tid: kl. 16.30 - 18.00

(se kortskitse på bagsiden af omslaget)



Her finder du FUAM

Sekretariatet:

Tove Holm
Åkrogs Strandvej 43
8240 Risskov
Telefon 8617 9065
E-mail: toveholm@adr.dk

Foreningens gironummer:
572-6646