



NYT fra FUAM

**Foreningen til Udvikling
af Alderens Muligheder**

46. årg. Nr. 1 januar. 2026

Sker der noget i år? 2	
Generalforsamling 3	
Manifest for det nye aldersoprør 4	
Fri for fald 5	
“Sammen gør vi det svære lettere” 6	6
Hvem er på valg? 7	
Skal du snydes i år? 9	
Alting forandrer sig - intet står stille 10	10
At blive gammel i Grønland: 12	
Lær at bruge chatGPT 13	
Alderens bedrag 14	
Nytårshilsen fra FUAM's kasserer 16	
Fra de indre linjer 17	



Sker der noget i år?

Verden er i mærkelige bevægelser. Det rumler alle vegne; måske kan du ikke gøre så meget ved det. Men sker der også noget i nærheden af voksen+’erne? På Grønland? Læs sidst i bladet.

Det er i år, du får brug for at vække din indre hverdagsaktivist. Det er først nu, vi kan finde ud af, om ældreloven faktisk kommer til at gøre en forskel. Det er vigtigt, at alle deler deres erfaringer, så vi kan få rettet op, inden noget kører af sporet. En af vagthundene er Kirsten Piltoft i FUAM. Der ligger allerede mange erfaringer hos Sundhedsstyrelsen, som du også kan støtte dig til.

Så har ældreministeren, som beskrevet i sidste nummer, nedsat "Rådet for et aldersvenligt samfund". De skal allerede i foråret komme med deres visioner. Til den tid vil der være godtefad, som politikerne kan øse af i den kommende valgkamp. Vi vil prøve at inspirere dem og man kan også bare skrive til dem. Husk, vi bliver stadig flere vælgere i de ældste aldersklasser.

Der er kommet nye ældreråd i kommunerne. Danske ældreråd - Ældrerådernes forening råder ældrerådene til at tage sig af fire hovedområder:

- En ældrepleje med selvbestemmelse. Det er elastik i metermål, så det er vigtigt at se, hvordan det udfolder sig i den virkelige verden.
- En stærkere forebyggelse, så vi kan klare os selv længere.
- Sundhedsreformen lyder som noget fra de fjerne lande, men handler om, at vi har mange forskellige sygdomme, der skal behandles samtidig med en koordineret indsats på tværs af kommuner og sygehuse.
- Et mangfoldigt udbud af boliger til voksen+’erne. Der skal være mange flere boliger, der giver os lyst til at flytte, og som vi tror på kan vare livet ud.

Der er god grund til at spørge dit ældreråd, hvilke planer de har på disse fire områder.

Så er der generalforsamling i FUAM. Som noget nyt starter den kl. 12 med efterfølgende frokost for de der deltog. Der venter dig stadig et spændende forår. Når du læser programmet for foråret, kan du høre om et tankevækkende manifest for et aldersoprør, du kan blive faldfri – det kan sikre dig et længere liv – og vi skal høre om mulighederne for pårørende til mennesker med sygdom.

Aldring er udfordringer og muligheder.

Det er vi sammen om!

Vi dyrker kunsten at se muligheder - altid-allevegne - sammen

Sådan styrker vi hinandens selvværd, livsmod og handlekraft.

Måske kan vi også gøre verden lidt bedre at blive gammel i.



•
11. februar kl. 12.00 – OBS på tidspunktet

Generalforsamling

Indkaldelse

**11. februar 2026 kl. 12.00 Klostergade 37,
8000 Aarhus C**

Dagsorden ifølge vedtægterne:

1. Valg af dirigent.
2. Bestyrelsens beretning.
3. Forelæggelse af det reviderede regnskab for 2025
4. Fastlæggelse af kontingent for 2027 samt godkendelse af budget for 2026.
5. Valg af medlemmer til bestyrelsen.
På valg er: Knud, Poul, Lene
Kirsten er kandidat til bestyrelsen.
Karin genopstiller ikke.
6. Valg af suppleanter til bestyrelsen.
På valg er: Stig og Karin
7. Valg af to interne revisorer.
Inge Lise Johansen
(Søren Peter genopstiller ikke)
8. Indkomne forslag.
9. Eventuelt.

OBS!

Der er ikke kommet forslag til behandling på generalforsamlingen. Se præsentation af de, der er på valg senere i bladet.

11. februar 2026 kl. 14.30–16.30

Manifest for det nye aldersoprør

Oplæg: Carsten Borup, Engagerede Aldersaktivister

Carsten Borup gæster FUAM med et tankevækkende manifest, der udfordrer den traditionelle forestilling om et lineært livsforløb.



I stedet præsenterer han “edderkoppenettet” som en mere sandfærdig metafor: Livet er ikke en lige vej, men et komplekst netværk af erfaringer og forbindelser, hvor man kan skifte retning, vende tilbage og lære hele livet.

Manifestet gør op med aldersfordomme – både mod unge og ældre. De unge ses ikke som “ufærdige”, men som vigtige katalysatorer med blik for fremtiden.

De ældre er ikke “udtjente”, men bærere af erfaring, tålmodighed og dyb indsigt.

Han opfordrer til livslang læring, gensidig mentorering på tværs af generationer og retten til at gentænke karriere og livsvalg – i alle aldre. Værdien af et menneske må ikke måles i alder, men i evnen til at bidrage.

Borups kald er klart: Vi er ikke blot generationer – vi er et netværk. Det er tid til et aldersoprør, hvor alder er en ressource, ikke en begrænsning.

Tilrettelægger: Knud Ramian

11. marts 2026 kl. 14.30–16.30

Fri for fald

Oplæg ved fysioterapeuterne Line Krogh Elmer og Sanne Fiil Nielsen, Center for Faldforebyggelse, Marselisborgcentret, Aarhus Kommune.

Kom og bliv klogere på:

- Hvorfor vi falder
- Hvordan fald påvirker os i vores dagligdag
- Hvad vi selv kan gøre



Er du selv bekymret for at falde, er du selv faldet, kender nogen, der er faldet? Så er du ikke alene.

En tredjedel over 65 år oplever mindst ét fald om året – for ældre over 80 år er det halvdelen.

Kvinder falder oftere end mænd.

Forskningen viser, at en stor del af os over 70 år bruger (for meget) energi på at undgå fald. Det kan betyde, at vi undgår at gøre ting, som vi plejer, selv om vi egentlig godt stadig kan.



I oplægget fortælles om fælles træk hos tidligere deltagere i centrets faldforløb, og man kan få råd om, hvordan man kan komme videre i hverdagen uden at opgive fysiske udfordringer.

En af “hemmelighederne” er faktisk, at frygten for at falde er større end den virkelige risiko.

Så kom og få viden om, hvordan man kan få styr på frygten.

Tilrettelægger: Kirsten Piltoft

8. april 2026 kl. 14.30–16.30

“Sammen gør vi det svære lettere”

Lone Bisgaard Henriksen, pårørendevejleder og konsulent på Center for Pårørendesamarbejde, Aarhus Kommune.



Når du er tæt på et menneske, der på grund af sygdom eller aldrig får brug for hjælp, stiller det ofte nye krav til dig. Det kan være vanskeligt og hårdt – både praktisk og følelsesmæssigt.

Det kan også føles meget meningsfuldt at hjælpe, men måske er det svært at overskue hvordan. Kom og få den hjælp, du fortjener.

Hør, hvilken støtte pårørendevejlederne i Aarhus Kommunes Center for Pårørendesamarbejde kan tilbyde.

Lad os få en samtale om at være i dette svære vilkår.

Lone har været ansat på centret i flere år og har rigtig megen god erfaring at byde på.

Tilrettelægger: Lene Dernert

13. Maj 2026 kl. 14.30–16.30

Et spændende møde er under planlægning, så sæt det lige i kalenderen alligevel.

Alle er velkomne til FUAM's møder. De afholdes den 2. onsdag i en måned. Kl. 14.30- 16.30 med mindre andet er meddelt.

Vi mødes i Klostergadecafeen,
Klostergade 37, 8000 Århus C

Pris kontant! : kr. 50- for kaffe/the + brød

Hvem er på valg?

I februar har vi generalforsamling, og der er valg til bestyrelsen. I den anledning laver vi en præsentation af de medlemmer, der på valg. Du kan få en fornemmelse af dem og deres liv. Resten af bestyrelsens medlemmer kan du læse om på vores hjemmeside www.fuam.dk

Knud Ramian



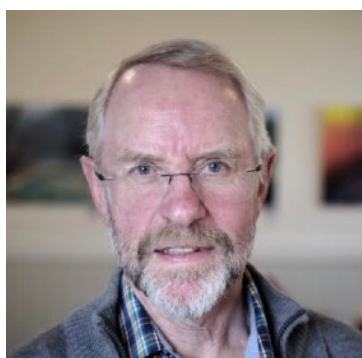
Medlem af FUAM's bestyrelse siden 1979. Er Formand og redaktør af FUAM's blad . Er med til at undersøge mulighederne for profilplejehjem i Aarhus og vil teste FUAM-modellen af nye steder. Vil finde stier til småtgående.

Han er lige nu optaget Moderne aldring, hvordan vi bedst bekæmper alderismen og udvikler en positiv indstilling til alderen. Holder også foredrag om temaet.

Har specielt interesseret sig for, hvordan vi bliver gjort gamle udefra Har særligt fokus på bolig og plejehjem samt flere almennyttige seniorbofællesskaber. Bor på Storhøj ved Mårslet med sin kone. Har to børn og 5 børnebørn, der også bor i Aarhus.

Kommer fra Nordsjælland, men har boet i Aarhus siden 1970. Har arbejdet det meste af tiden i Socialpsykiatrien og dens omegn. Se evt mere her: <https://ramian.blog>

Poul Grosen Rasmussen



Medlem af FUAM's bestyrelse siden 2016. Er optaget af, hvordan vi kan udvikle os individuelt og i fællesskaber hele livet. Har været med til at udvikle samtalecafeerne i FUAM.

Har her forsøgt at finde nye veje med en dialog, der tager afsæt i den sokratiske samtale og den stoiske livsform. Holder oplæg i FUAM og har skrevet artikler om alderdommens filosofi. Han er også boganmelder. Deltager i PR-gruppen.

Er aktiv i andre seniornetværk, faglige organisationer samt interessegrupper.

Kommer fra Fredericia og bor i Højbjerg med ægtefælle. Har tre børn og seks børnebørn. Er uddannet cand mag. og har arbejdet 30 år inden for beskæftigelsesområdet med at hjælpe ledige i arbejde. Læs mere: www.Seniorvejen.com

Lene Dernert

Medlem af FUAMS bestyrelse siden 2022. Sidder i i Sekretariatet og PR- udvalget og er referent til bestyrelsesmøder.



Deltager i arbejdet med at teste "FUAM-modellen" på andre lokationer i byen og er med til at skrive fondsansøgninger. Holder redaktørens stavfejl i bladet nede.

Arbejdslivet har drejet sig om menneskers mentale trivsel - gennem hele livet. Derfor betragter jeg fællesskab og samvær som afgørende for det gode lange liv. Er meget optaget af de fortællinger vi deler med hinanden, som jeg er sikker på har en afgørende betydning for den måde vi bliver ældre på. Dette og meget andet vil jeg gerne kaste lys på i FUAM's regi. Bor i Ebeltoft og nyder denne lille bys udfoldelsesmuligheder ved vand, havn og by. I sommerhalvåret pakkes Autocamperen, og så er det afsted til nye oplevelser under fjerne og nære himmelstrøg.

Kirsten Piltoft

Kirsten skriver: "Jeg er ny i FUAM og har været suppleant i bestyrelsen de sidste 10 måneder. I FUAM vil jeg arbejde for, at omsorg for børn, børnebørn og syge/demente forældre ikke alene bliver de pårørendes ansvar. For første gang i historien har vi to ældregenerationer over 65 – en samfundsforandring, som få har opdaget. Den indsats, vores generation yder, skal anerkendes som frivillig, ikke bare forventes.



Ældrereformen fokuserer på medbestemmelse og værdighed. Jeg vil arbejde for, at vi i FUAM følger reformens virkeliggørelse tæt – det er os, ikke embedsmænd, der ved, hvad der er vigtigt for ældre.

Pårørendebegrebet har længe været en torn i mit øje - når jeg læser det ord. Jeg er ikke pårørende men har været datter og svigerdatter; og er stadigvæk søster, mor og mormor - og i egenskab af alle disse titler deltaget i det, som velfærdssamfundet bryster sig af.

Jeg er fysioterapeut og har altid brændt for at gøre træning meningsfuld og tilpasset hverdagen. Det handler f.eks. om at kunne tage bussen ind til byen og spise med veninderne – ikke om at have en personlig træner i gymnastiksalen. FUAM skal presse på for, at fremtidens træning giver mening i livet.

Jeg har været gift med Hans Ulrik i 50 år. Om vinteren bor vi i lejlighed og fra marts til oktober i en skovhytte tæt på Femmøller Landsby. Vi har 2 voksne døtre, født i Indien. 3 drengebørnebørn på 6, 22 og 24 år.

Skal du snydes i år?

Af Knud Ramian

Det viser sig, at der er nye typer af svindel på internettet, som gør det sværere at opdage svindelsiderne. Du kan ikke længere se forskel på de rigtige sider og fupsiderne.

5 gode råd

Du kan overhovedet ikke se forskel. Hvad gør du så?

Jeg fandt i Jyllands-Posten d. 12. januar 2026 nogle opdaterede gode råd:

- 1) I stedet for at bruge den hjemmeside, du fandt på nettet, kan du selv finde firmaets egen hjemmeside og bestille derfra.
- 2) Du skal stadig sikre dig, at firmaet har en .dk-adresse og ikke fx .com.

3) I gamle dage skulle man sikre sig, at man kunne se E-

mærket, som er en dansk garanti for, at firmaet overholder danske regler. Det er ikke længere nok! Nu bliver E-mærket også kopieret, så du ikke kan skelne. Det bedste er at klikke på E-mærket og se, om du faktisk kommer til E-mærkets hjemmeside.

4) Du skal også tjekke, om firmaet opgiver en fysisk adresse nede i bunden af siden. Den skal nemlig stå der ifølge dansk lov. Findes den adresse i virkeligheden?

5) Du skal ikke handle hurtigt, men give dig god tid til at undersøge en mulig handel.

6) Du skal betale med dit kreditkort eller MobilePay – så kan banken bedre hjælpe dig, hvis du hurtigt opdager, at du er blevet snydt. Banken kan ikke hjælpe, hvis du laver en direkte bankoverførsel.

Hvor er sikkerhedsselelerne mod internetsvindlen?

Lige nu er det stort set dit eget ansvar at undgå svindlere. Du kan abonnere på "Dit

digitale selvforsvar" (<https://www.sikkerdigital.dk/borger/digital-svindel/mit-digitale-selvforsvar>), men du vil opdage, at det er næsten umuligt at følge med, når hundredvis af 'slaver' arbejder i døgndrift på at bedrage dig. Det undergraver gradvist vores gensidige tillid.

Løsningen er ikke, at vores tillid til hinanden ødelægges.

Løsningen er, at de systemer, der skal beskytte os, fungerer. Vi må have en digital sikkerhedssele. Lige nu virker den slet ikke.



Alting forandrer sig - intet står stille

Af Gunnar Hatt



I serien af småartikler, der gerne skulle inspirere til at fokusere lidt mere på glæde og fryd ved tilværelsen er vi nu nået til Heraklit, som blev kendt for engang at have sagt sin one-liner:

πάντα ῥεῖ (pánta rheî) betyder ordret: alting flyder.

Nå, ja, selvfølgelig, kan vi tænke. Det er jo helt banalt. Især efter en weekend med overnattende børnebørn.

Men det var nok ikke lige det han tænkte på dengang i kulturbyen Efesos for 2500 år siden.

Almindeligvis sætter man ham ind i sammenhængen med andre samtidige græske filosoffer, som var ret overbeviste om det modsatte. Det kan man selvfølgelig læse om i filosofibøger, hvis man er interesseret, men min egen interesse går i en lidt anden retning? Nemlig, hvad sker der, hvis vi giver os hen til forandringen.

Er der noget, vi normalt ikke bryder os så meget om, så er det, at tingene hele tiden forandrer sig, men forandring er jo et livsvilkår, som den gamle mand i spejlet konstant minder mig om.

For slet ikke at tale om kolonihavens konstante forandring med hækklipning og meget mere til følge. Vi vil nemlig gerne kontrollere - og det i en sådan grad at vi også forsøger at kontrollere, hvad der egentlig ligger uden for vores kontrol.

Hvad nu hvis Heraklits pointe var, at hvis vi kan indstille os på at se og være i forandringen, så kan vi træde ind i oplevelsen - i selve oplevelsen, i tilstedeværelsen.

For børn er genkendelsen så vigtig og giver tryghed. Vi ville gerne høre det samme eventyr igen og igen. Vi trivedes med godnat-ritualer.

Så lærte vi at genkende alt muligt - vejskilte, fugle, alt. Men genkendelsen er ikke at være i oplevelsen. Genkendelse er at stå og betragte den og sammenligne med tidligere erfaringer.

Der sker noget helt andet når vi sidder på bænken og ser på solnedgangen og stirrer hul i farvernes langsomme vekslens. Det er lige nøjagtigt dér hvor den indre fred bor: i en væren. Man bliver helt blød indeni. Lige indtil konen

begejstret udbryder: det er jo en rigtig Barbie-himmel. Og det går op for os at hun stadig befinder sig i genkendelsens univers og ikke bare står åben for oplevelsen som om alting foregår for første gang - hvad det jo i grunden faktisk også gør.



Kunsten består i at blive her og nu - ikke ty til hverken fortiden eller fantasier om fremtiden, men slå sig til ro med det, der er.

Nogle mennesker panikker når de får at vide at de har en livstruende sygdom. De kan ikke lade være med at sammenligne med,

hvad de har og hvad de mister. Andre fortæller at det netop var diagnosen, der åbnede deres øjne for at være her og nu - i skønheden, i duftene, i samværet, i farverne, i venlighedens vederkvægelse. I alt det, der giver mening i endnu at være her.

Accepter forandringen, nyd forandringen. Du kan alligevel ikke få nogen fornøjelse af at stritte imod. For alting flyder. Alting forandrer sig. Liv er forandring.

Ja, selve essensen af hvad liv er, er forandring men der er en hage ved det: for når vi har travlt, så skøjter vi kun rundt på overfladen - ønsker man en dybere kontakt, så må man sænke tempoet - gerne helt standse op, falde i staver og dvæle.

Vi har vænnet os til underholdning, men et bedre ord for det samme kunne være bortledning -

Bortledning fra her-og-nu-oplevelsen.

Bortledning fra at kunne se alt det smukke.

Bortledning fra at opleve den fryd, som man kan møde, hvis man giver sig tid til at lade den indre 'knæven' falde til ro og opleve sindets stilhed.

At blive gammel i Grønland:

Livsvilkår i forandring

af Knud Ramian i samarbejde med chatGPT

Grønland taler vi om overalt. Aldrig har interessen været større.

Det er selvfølgelig lidt paradoksalt, for vi har haft mange år til at interessere os for rigsfællesskabet. Det er godt, kongeparret gør det.

Hvad ved vi? Jeg har været i Grønland med min familie for mange år siden, men det har kun hjulpet lidt. Nu blev så også jeg interesseret i at finde ud af, om nogen interesserer sig for gamle grønlændere. Der er ikke meget aktuelt læsestof, men det ser ud til, at man i Grønland lever med mange af de samme problemstillinger som i Danmark – men alligevel... Den gennemsnitlige levealder i Grønland er væsentligt lavere end i Danmark.

Det skyldes primært en højere dødsrate på grund af ulykker og selvmord.



I Grønland bliver mænd gennemsnitligt 69,3 år gamle, mens kvinder bliver 73,9 år. Det er ti år kortere end i Danmark.

Der er dog stadig mange grønlændere, som husker dengang, de var meget mere koloni, end de er i dag.

Jeg har derfor tyet til et af de mest omfattende studier: Ældre menneskers liv og helbred i Grønland. Her kan man bl.a. læse:

“At blive gammel i Grønland er i dag noget helt andet end for blot få generationer siden. Traditionelt havde ældre en naturlig og respekteret plads i de små samfund. De ældste blev set som bærere af viden og erfaring, og deres rolle i familien og lokalsamfundet var vigtig og tydelig.

Men i takt med modernisering, urbanisering og social forandring er ældres position blevet mere usikker.

Mange ældre oplever ensomhed, især hvis de bor langt fra børn og børnebørn eller ikke har adgang til den støtte, de tidligere kunne regne med.

Samtidig er sundhedssystemet udfordret af de geografiske afstande og manglen på personale, hvilket kan gøre det svært for ældre at få den nødvendige pleje og omsorg.

Alligevel findes der stærke fællesskaber, hvor ældre stadig har

en aktiv rolle – ikke mindst gennem fortællinger, håndværk og deltagelse i lokale aktiviteter.

Der er også en voksende bevidsthed om behovet for at skabe bedre vilkår for ældre i Grønland, både politisk og lokalt. At blive gammel i Grønland er altså et liv i forandring – mellem tradition og modernitet, med både udfordringer og muligheder.”

Så kom der penge til udvikling

I september 2025 fik forskerne 8 mio. kr. til et nyt forskningsprojekt, der skal undersøge og udvikle nye måder at organisere ældreplejen på lokalt i Grønland.

Det skal tage højde for lokale forhold og afspejle de værdier, der er vigtige for ældre mennesker og deres familier. Ældreplejen i Grønland står over for store udfordringer. Det gælder både rekruttering og fastholdelse af uddannet personale, men også de geografiske vilkår. For nogle ældre betyder det, at de må flytte fra deres lokalsamfund, fordi de ikke længere kan få den hjælp, der skal til for at klare sig i eget hjem.

Samtidig tager strukturen for ældreplejen i Grønland – som i andre nordiske velfærdssamfund – ikke altid højde for de værdier og den kultur, som mange inuit ser som centrale for at få en god og værdig alderdom.

Kilde:

Ældre menneskers liv og helbred i Grønland

En rapport fra forsknings- og udviklingsprojektet Arktisk Aldring (AgeArc)

Af: Kamilla Nørtoft, Peter Bjerregaard, Lise Hounsgaard, Christina Viskum Lytken Larsen, Ingelise Olesen, Tenna Jensen. 2019, Statens Institut for Folkesundhed, SDU

Link til rapport (PDF)

https://core.ku.dk/forskning/arktisk-aldring/Aeldre_menneskers_liv_og_helbred_i_Groenland-WCAG2.1.pdf

Lær at bruge chatGPT

Januarmødet var et kursus i chatGPT, som de fleste kan få meget glæde af. Hvis du ikke var til mødet, kan du få en gratis vejledning ved at klikke [her](#).

Alderens bedrag

- og den skjulte alderisme

Tanke 4 i serien Tanker om moderne aldring

af Knud Ramian

Vi står midt i et paradigmeskifte. Vi må opdatere vores opfattelse af, hvad moderne aldring er for noget.

Tanke 4 er en af de tanker, jeg er mest ked af, men som er uundgåelig.

Det er almindeligt at føle sig yngre, end man er. Vi hører det tit: "Jeg føler mig slet ikke gammel." Det sagde den gamle dronning, da hun fyldte 80. Oplevelsen er som regel associeret med bedre helbred, højere livskvalitet og lavere dødelighed.'

Denne oplevelse af ikke at være gammel kommer tidligt. Det gælder for mange af de 80 årige, men også for 55+erne.

Jeg mærker det ikke, men i min alder vil den langsommere reaktionsevne, de svagere muskler, den svækkede opmærksomhed øge sandsynligheden for, at jeg ikke får benet op over cyklen, ikke får reageret, når stigen vælter, eller når jeg forulykker i bilen, fordi jeg stadig tror, jeg kan se på mobilen, mens jeg kører. Det kan jeg ikke - i min alder. Disse aldringer mærkes ikke i en almindelig hverdag, og benægtes ofte. Jeg føler mig ikke gammel. Benægtelsen er en skjult alderisme, der siger noget om, hvad jeg gerne vil undgå.

Jeg må lære at erkende min aldring, så lever jeg længere. Det er faktisk godt at blive at 80. På den anden side må jeg heller ikke misbruge alderen til at undskylde magelighed, overvægt osv. Alt det der er dybest set bare udtryk for manglende træning og dårlige kostvaner.

55+'erne vil tilsvarende heller ikke føle sig gamle og ikke være så opmærksomme på deres aldring. Aldringen medfører forandringer allerede i 50 årsalderen – i fysik, tempo, kapacitet, udseende, men også i interesser, sprog, netværk..



Tænkeren? Ukendt kunstner på gaden foran Randers kunstmuseum

Også i den alder vil der være store og stigende individuelle forskelle i aldring. Selvom du som 55+ er vildt erfaren og klogere og bedre til at koncentrere dig end de fleste yngre vil ganske små markører afsløre, at du tilhører en anden generation med 'outdatede' interesser, et 'anløbent' sprog', det ændrede netværk, særlige generationstilhør, ineffektiv efteruddannelse og måske faldende social status.

Det er dejligt at føle sig yngre end sin alder, men farligt at negligere aldringen. Benægtelsen "Jeg føler mig ikke gammel" både i den yngre og den ældre udgave er en af de skjulte alderismer.

Forståelsen af moderne aldring må rumme denne særlige risiko. Risikoen for at den fuldt berettigede konstatering af, at de ikke er "gamle" som 55+ årige, men fulde af erfaringer og indsigt kan komme til at overse helt andre aspekter af deres aldring.

De midaldrende mærker ikke selv, hvor anderledes de af gode grunde opleves af yngre ledere og en stadig større gruppe af yngre kolleger. Hedder du Knud, er det rent galt, så er du en oldsag. Der er tydelige kønsforskelle, som jeg ikke har med her.

Disse helt andre aspekter af at være midtvejs spiller ind. De bliver sjældent italesat, og vi ved stadig for lidt om netop disse sider af aldringen. Fordi vi mangler nuancerede ord for voksenlivets 'aldringer', bliver det svært at tale åbent om aldring uden at føle sig stemplet som 'gammel', når man bare er voksen+.

Det er en opgave i moderne aldring at få kortlagt alle disse ikke aldersbaserede forklaringer på de 50+årige arbejdsmæssige situation.

Vi har ord som 'senior' eller 'midaldrende', men det er så det. Længere fremme i livet blomstrer der en rigdom af sproglig nyudvikling. Ordet alderdom kan erstattes med 'den sene aldring', 'merlivet', 'plusalderen'. Du kan blive seniorist eller voksen+ er. Det aldrende oprør må bidrage med en positiv sprogudvikling om aldringerne i voksenlivet'.

Nytårshilsen fra FUAM's kasserer



Kære alle

Jeg ønsker Jer alle et godt nytår!

Ja, 2026 nærmer sig, og det betyder, at kontingentet til FUAM for 2026 forfalder til betaling i januar.

Beløbet er 200 kr., som bedes indbetalt inden udgangen af januar på:

Konto 1551 0005726646

Med venlig hilsen

Karin Wiedemann (kasserer)

Fra de indre linjer

FUAM's Bestyrelse 2025

Se en præsentation af de enkelte medlemmer af bestyrelsen her <https://bit.ly/3SWMcqy>

Karin Wiedemann (kasserer) 30 57 64 46

Poul Grosen Rasmussen 30 53 86 43

Christian Christensen 41 35 31 27

Knud Ramian (formand) 53 53 17 81

Lene Dernert (sekretær) 27 21 51 01

Gunhild Weisbjerg (kontaktperson) 23 35 55 56

Eva Tørnæs 61 50 10 33

Suppleanter

Kirsten Piltoft 22 85 55 84

Stig Hansen 28 73 49 96

FUAM's adresse:

Tjelevej 2, 8240 Risskov

Redaktionsgruppe

Knud Ramian, Englodden 6, Storhøj, 8320 Mårslet

Tlf.: 53 53 17 81 E-mail: info@fuam.dk

Lene Dernert

Karin Wiedemann

ISSN:2445-5415

Mød FUAM online her:

Her er vores hjemmeside, hvor du finder formalia og ældre numre af Nyt fra FUAM : <http://www.fuam.dk>

Foreningens officielle side på Facebook, hvor vi annoncerer møder mv.

<https://www.facebook.com/detlangeliv/>

Alderens Muligheder og Umuligheder - på Facebook. Her er der fri debat. <http://bit.ly/3asrHwU>

FUAM's CVR nummer 31509130

Foreningen kontonummer 1551-0005726646 ISSN:
2445-5415