

Nyhetsbrev fra Eldrerådet nr. 6

Eldreråd sak:

Denne måneden har vi sett på sak om **Beredskap**. I kommunens planer fant vi ikke Eldrerådet som deltagere i Beredskapsplanene. Dette har vi bedt om at de retter. Mange eldre er i en sårbar situasjon hvis det oppstår en krise.

Uke 44 er beredskapsuken. Det får dere informasjon om gjennom media.

I forrige nyhetsbrev informerte jeg om utplassering av benker og nå er Seniorsidene for Lillestrøm kommune klare:

<https://www.lillestrom.kommune.no/senior-i-lillestrom/>

Eldrerådet er glad for at våre saksønsker blir tatt på alvor av kommunen. Nå blir det lettere for eldre innbyggerne og deres pårørende å finne fram. Her finner dere veldig mye nyttig informasjon om kommunens tjenester og tips om hvordan du kan Bo hjemme lenger.

Kulturpuls - se vedlagt brosjyre.

Gjennom varierte kulturtilbud ønsker kommunen å legge til rette for fellesskap, engasjement og gode opplevelser for seniorer i Lillestrøm kommune.

Her er det rom for alle - et sted å møtes, være aktiv og å oppleve kultur sammen.

Program for kulturtilbud i senioruka, 21-26.sept.

Se vedlegg

Nero Hil informerer om treningstilbud - se vedlagt brosjyre.

Nedre Romerike Helseidrettslag inviterer til medlemsmøter og treninger som boccia, svømming og saltrening. Pris 600- pr år.

I tillegg kurs i yoga mm. Som medlem kan du også komme på medlemsmøter.

Trygghetsalarmer

Eldrerådet har spurt Helse og Mestring om de har innført endringene i betaling for trygghetsalarmer. Her er svaret:

Kommunen justerer pris for trygghetsalarm etter vedtak i kommunestyret i kommunens årlige budsjetter og iht. statlige rammer for tak på samlet kostnad på 2G.

Kommunen mottok den 31.08.26 nye retningslinjer fra Statsforvalteren Østfold, Buskerud, Oslo og Akershus, knyttet til betaling av trygghetsalarm. Derfor justerer vi nå praksisen vår. Egenbetaling for trygghetsalarm opphører fra 1.9.26 for de innbyggerne som har fått tildelt

trygghetsalarm som en del av nødvendig helse og omsorgstjenester. De som blir berørt av dette får egen informasjon om dette.

Eldreuka program på sykehjemmene:

Kultur, aktivitet & frivillighet (kaf) er de som står ansvarlige for programmet:



2026
Kafenes KULTUR
UKE

Åpning av kulturuka Søndag 20/9:
Demenskafe på **Sørvald** kl 17.00.
Eureka amatørteater underholder på scenen i Oasen.
Aktivitetsvennene serverer snitter m drikke. Loddssalg

Mandag 21/9:
Alzheimer dagen markeres i år på **Stalsberg** kl 11.00 med kaffe, kake og konsert levert av den kulturelle spaserstokken.
Kl 18.00 Hyggekveld på **Sørvald** med Frogner sanitetsforening.

Tirsdag 22/9:
Basseng på **LIBOS** kl 10.00.
Allsang med Ezcex i finstua på **Åråsveien** kl 11.00.
Skedsmotun kl 12.15 Ezcex synger rundt på post 4 og 5.
Musikkterapeut Gisela på **Stalsberg** kl 13.15
Kafe på **LIBOS** kl 17.00

Onsdag 23/9:
KAF har dagen på **Skauen** på **Hvaltjern** med beboere fra ulike hus.
Kafe med konsert på **Blaker** kl 17.00.
Kafe på **Sørvald** kl 17.00.
Aktivitetsvenner arrangerer begge steder.

Torsdag 24/9:
Basseng på **Sørvald** kl 10.00.
Konsert m Ezcex kl 11.30.
Musikkterapeut Gisela på **LIBOS** 10.30
Konsert på **Stalsberg** kl 11.00,
Blaker kl 11.30 med vaffel lunsj.
Skedsmotun kl 12.30 og
Åråsveien kl 14.00 med kaffekos før konserten.
Beboere på **LIBOS** er velkommen
på konsert på **Måsan** kl 14.00.
Eureka amatørteater underholder
på **Pålsetunet** kl 18.00.

Fredag 25/9:
Andakt på **Åråsveien** 10.45
Andakt på **Libos** 11.30
Discodans på **Pålsetunet** kl 11.30.
Enkel servering.
Sørvald Kl 11.30 Allsang med vaffel lunsj.

Med høstlig hilsen fra Lillestrøm Eldreråd

Ved leder Bente Moen Torgersen