

HØRSHOLM SENIORRÅDS
SENIORGUIDE

2023-2025



*En praktisk guide til dig,
der er fyldt 60 år*



WWW.SENIORRAAD.HORSHOLM.DK



SENIORRÅDET ARBEJDER FOR DIG. HVEM ER VI?

Seniorrådet er nedsat i henhold til Lov om retssikkerhed og administration på det sociale område, og Seniorrådet har i henhold til lovens § 30-33 til opgave at rådgive kommunalbestyrelsen i ældrepolitiske spørgsmål og formidle synspunkter mellem borgerne og kommunalbestyrelsen i lokalpolitiske spørgsmål, som vedrører ældre. Seniorrådet har dermed krav på at blive hørt, og ofte har vi direkte indflydelse på de politiske beslutninger

Vi lægger stor vægt på at have et godt og positivt samarbejde med både kommunen og borgerne i aldersgruppen +60 år. Det er vigtigt og nødvendigt for os, at samarbejde til alle sider.

Vi holder konstant fokus på kommunens ældrepolitik, og har fingeren på pulsen, så vi ved, hvad der rører sig på den ældrepolitiske scene, ikke kun kommunalt, men også på landsplan. Der er 8900 seniorer i kommunen.

*Det nuværende seniorråd er valgt fra 2023 til 2025.
Vi er følgende: Steen Fich Andersen, Anne Ehrenreich,
Jørgen Nielsen, Lisbet Schmolker & Hanne Wendt.*



Tandlægehuset i Humlebæk

Velkommen til vores tandlægeklinik i Humlebæk

Vi er en klinik, der i 18 år har ligget på Strandvejen i Humlebæk.

Klinikken er selvstændigt drevet af tdl. Jeanette Garner sammen med dygtige kolleger. Vi er meget interesserede i vores fag og dygtiggør os løbende på kurser i ind- og udland.

Vores generelle tilgang er, at vi er tandbevarende, så længe det er muligt, men ellers kan vi også hjælpe med implantater, broer eller proteser.

Vi er blevet certificerede som Digital Smile Design-klinik. Det betyder, at vi har mulighed for at vise dig dit nye smil, INDEN du får det lavet.

**Klinikken ligger i gadeplan, og der er let indgang fra P-pladsen bag huset.
Ring og få en tid til en snak om dine tænder: 49 19 00 56**



ET VÆRDIGT OG MENINGSFULDT SENIORLIV

Vi har mange og forskelligartede opgaver i Seniorrådet, men omdrejningspunktet for hver eneste opgave er, at vores indsats bidrager til at skabe de bedste tænkelige rammer for et godt, værdigt og meningsfuldt seniorliv her i Hørsholm Kommune. Vi har særlig fokus på det sociale- og sundhedsmæssige bl.a.:

- Økonomi til en værdig ældrepleje
- Et sundhedsvæsen med kvalitet
- Velfungerende koordinering mellem hospitaler, egen læge og kommunen – fremskudt visitation
- Fremtidens digitalisering, telemedicin, velfærdsteknologi
- Kollektiv trafik & flextrafik
- Velholdte & velbelyste veje og fortove, for at undgå faldulykker
- Madservice
- Boligforhold, hjemmeplejen & plejehjem

SAMARBEJDE MED LOKALPOLITIKERNE

Seniorrådet mødes hver måned med Hørsholm Kommunes Social- og Seniorudvalg (SSU). Dette udvalg er vores største samarbejdspartner, som vi har et godt og frugtbart samarbejde med. Sundhedsområdet er også en af vores store fokusområder, da rigtig mange ældre lever med en eller flere kroniske sygdomme. Forebyggelse & Sundhed er kerneområder for et godt seniorliv.

EN AKTIV HVERDAG – HELE LIVET

Seniorrådet støtter op om et aktivt, sundt og værdigt ældreliv. Det handler om at tilbyde vores ældre borgere hjælp og støtte til at forblive aktive og selvhjulpne. Til at kunne blive i eget hjem under trygge og værdige former. Til at udvikle, genvinde eller bibeholde et fysisk, psykisk og socialt funktionsniveau. Det giver en større livsglæde og tilfredshed, at man har mulighed for at være mere aktiv og uafhængig af andres hjælp i hverdagen.



hørelinikken hørsholm

En god hørelse giver en god hverdag

Hørelinikken Hørsholm er ejet af speciallægerne Roland Welinder og Christian Prætorius

Vi tilbyder

- ✓ Professionel og uvildig rådgivning
- ✓ Universitetsuddannet audiolog
- ✓ De nyeste og bedste høreapparater
- ✓ Trygge rammer
- ✓ Konkurrencedygtige priser



Kongevejscetret 6, 1.sal • 2970 Hørsholm



Tlf.: 70 22 92 96



kontakt@auditiva.dk



hørelinikkerne.dk

NYTTIGE KONTAKTOPLYSNINGER

- 🍌 **Seniorrådets hjemmeside:** seniorraad.horsholm.dk
- 🍌 **Hørsholm kommunes hjemmeside:**
[www.horsholm.dk /om- kommunen/kontakt](http://www.horsholm.dk/om-kommunen/kontakt)
- 🍌 **Borgerservice:** tlf.: 4849 0000
- 🍌 **Visitationen:** tlf.: 4849 3611
- 🍌 **Hjemmeplejen:** tlf: 4849 3611
- 🍌 **Lederen af hjemmeplejen, hjemmesygeplejen og akutfunktionen:**
tlf.: 2059 4224
- 🍌 **Akutfunktionen (Beredskabet):** tlf.: 4580 3355
- 🍌 **Demenskoordinator:** tlf.: 4849 3690
- 🍌 **Sophielund, Aktivitetscenter:** tlf.: 4849 4320
- 🍌 **Aktivitetscenter Selmersbo:** tlf.: 4849 4300
- 🍌 **Breeldeparkens Dagscenter:** tlf: 4516 0999
- 🍌 **Frivilligcenter og selvhjælp Hørsholm:** tlf. 29262040
- 🍌 **Godkendte fritvalgsleverandører af praktisk hjælp & personlig pleje:**
Cura Pleje A/S: tlf.: 7023 1995 + Din Særlige Pleje: tlf.: 7060 5440
- 🍌 **Godkendte leverandører af praktisk hjælp:**
Grøn Rengøring: tlf.: 4580 4258 + Smileyservice: tlf.: 3051 0023
- 🍌 **Akuttelefons (erstatte lægevagten):** 1813
- 🍌 **Vagtcentral /Alarmcentral:** 112
- 🍌 **Politi:** tlf.: 114
- 🍌 **Hjertestarter:** se placering: Trygfondens hjemmeside: www.hjertestarter

KONTAKTER TIL SENIORRÅDET

Steen F. Andersen: sfahorsholmseniorraad@gmail.com

Anne Ehrenreich: annehr@mail.tele.dk

Jørgen Nielsen: jorgenNielsen1953@gmail.com

Lisbet Schmølker: lschorsholmseniorraad@gmail.com

Hanne Wendt: hwhorsholmseniorraad@gmail.com



WWW.SENIORRAAD.HORSHOLM.DK