



VALLENSBÆKNU

NUMMER 2 | 5. MARTS 2030 | VALLENSBAEK.DK



En VALLENSBÆK-familie anno 2030

~ et bud på FREMTIDEN



Artikler

Et sundt og aktivt liv

– også i 2030 3

Lærer og natteravn 4

Valgte Vallensbæk på grund af

daginstitutionerne og skolerne 5

Frivillig bedstemor med fut i 6

Erfaren erhvervsmand er mentor for unge 7

En dag i Nexus' liv 8

Miljø-ildsjæl på rulleskøjter 9

Kommentarer fra borgere & Læserbreve

Om fleksibilitet i skolerne 10

Hvad er kvalitet i ældreplejen? 11

Fisk i Vallenskanalen 12

En skøn bymidte 12

Vallensbæk

– Danmarks sundeste kommune 13

Vallensbæk er ildsjælens paradys 14

ET SUNDT OG AKTIVT LIV – OGSÅ I 2030

HVORDAN SKAL DET VÆRE AT BO I VALLENSBÆK OM CA. 20 ÅR? Det har vi spurgt os selv om i Kommunalbestyrelsen, hvor vi er ved at udforme planen for kommunens fremtid, den såkaldte kommuneplanstrategi.

Vi politikere ønsker et trygt og attraktivt Vallensbæk med gode boliger, skoler, daginstitutioner og fritidsfaciliteter. Et Vallensbæk med gode transportmuligheder og optimale forhold for virksomheder. Og vi ønsker borgere, der er sunde og tager ansvar for sig selv og deres medmennesker.



Vi har formuleret følgende forslag til visioner på baggrund af et seminar for kommunalbestyrelsen den 21. juni 2011:

- **Fleksibel service af høj kvalitet**
- **Et grønt landsbyliv tæt på storbyen**
- **Sunde borgere i en sund kommune**
- **Ildsjælenes paradys**

De 4 visioner dannede rammen for en diskussion med repræsentanter for kommunens foreninger, klubber og bestyrelser på et dialogmøde den 5. september 2011.

I denne fremtidsavis er input fra visionsseminaret den 21. juni og foreningsdagen den 5. september, **samlet og levedejort** gennem forskellige artikler om familien Valbeks liv i år 2030 samt fiktive læserbreve og kommentarer fra borgere. De skal illustrere de gode forslag fra foreningsdagen.

Fremtidsavisen vil kunne findes på vores hjemmeside www.vallensbaek.dk fra midten af oktober. Vores visioner for Vallensbæk er positive, og historierne har derfor selvfølgelig en positiv vinkel. Det er også vigtigt for os at sige, at der her er tale om **drømme og visioner**.

Hvad mener du?

Senere vil **alle kommunens borgere** kunne diskutere drømme og ønsker for Vallensbæk via et debatforum på nettet, på borgermøder og byvandring, der bliver arrangeret i løbet af efteråret. Det er vores håb, at du kan finde inspiration i artiklerne til at komme med dit input. På baggrund af tilbagemeldingerne laver vi en kommuneplanstrategi for Vallensbæk Kommunes fremtid.

Med venlig hilsen

Henrik Rasmussen
Borgmester
Oktober 2011

Lærer og natteravn

Vallensbæks skoler har i årevis været blandt de 100 bedste i landet. Lærer Camilla Valbek fortæller, hvordan det har kunnet lade sig gøre.

“Når lærerne er dygtige, så bliver eleverne det også”, siger 44-årige Camilla Valbek, der er lærer i Vallensbæk og også selv bor i kommunen.

Vallensbæk Kommune har længe prioriteret lærernes og pædagogernes kompetenceudvikling. “Det kan mærkes på vores undervisning, at vi hurtigt tilpasser os de nyeste pædagogiske metoder”, forklarer Camilla, der selv for nylig har afsluttet en efteruddannelse som læsevejleder.

Kommunens fokus på kompetenceudvikling har tiltrukket de

mest innovative lærere, og dermed har der været en selvforstærkende virkning.

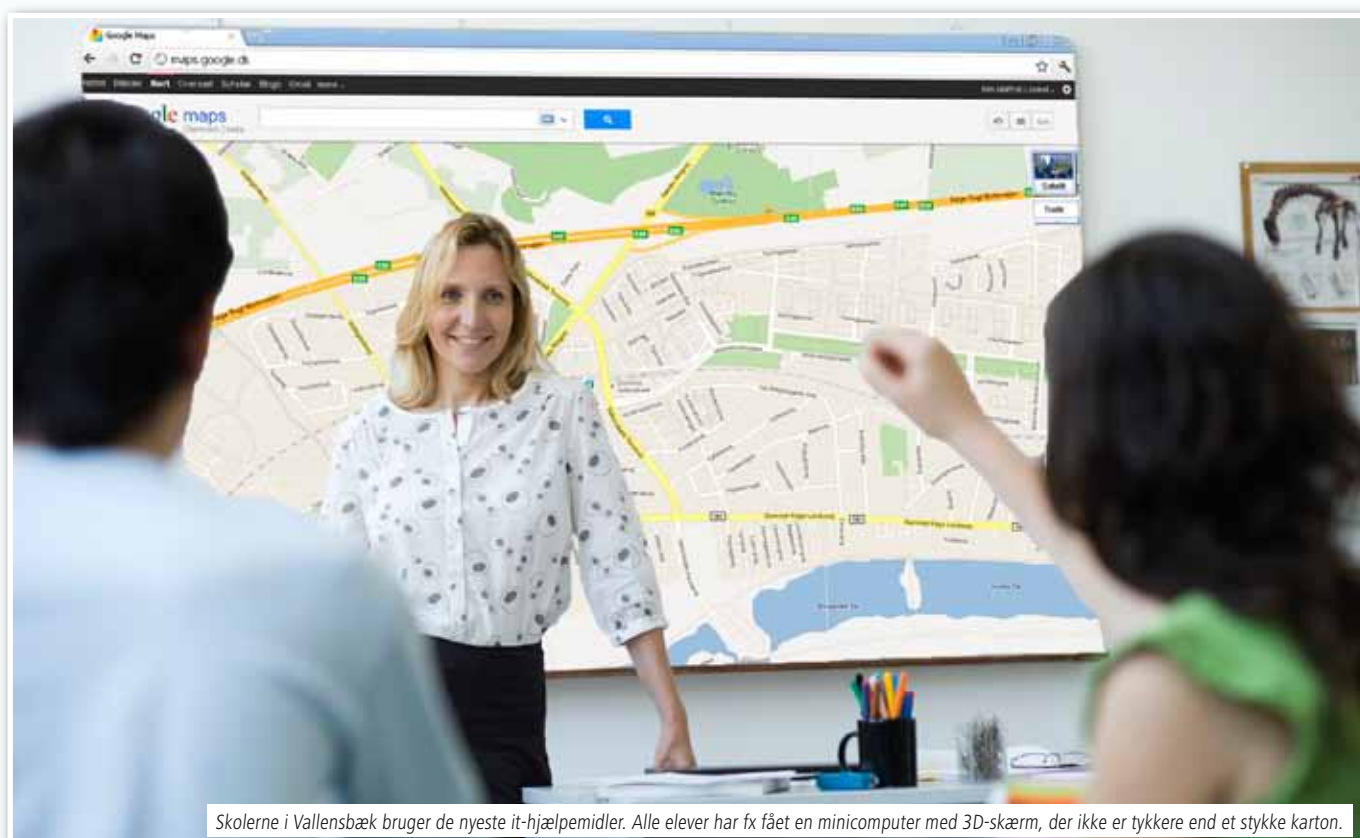
“En direkte årsag til **elevernes høje niveau** er, at vi længe har gjort en indsats for de tosprogede læsefærdigheder i de små klasser, hvilket helt klart har været med til at give en **endnu bedre integration** af dem med anden etnisk baggrund end dansk”, forklarer Camilla.

“En anden årsag er den **massive opbakning fra forældrene**. Det er virkelig alfa og omega at have et godt skole-hjem-samarbejde, når man vil have undervisningen til at

bære frugt”, mener hun.

I weekenderne er Camilla **aktiv i Natteravnene**, der siden **kommunens målrettede tryghedsindsats** i 2010’erne har fået mindre og mindre at lave på grund af den faldende kriminalitet i Vallensbæk.

“Efter min mening har skolerne og tryghedsindsatsen en stor del af æren for, at de unge stort set ikke laver ballade. Det er lykkedes os at få en hel generation motiveret til uddannelse og sport”, lyder det fra Camilla, der i sin fritid er en ivrig amatør fotograf og medlem af foreningen Fotoakrobaterne.



Skolerne i Vallensbæk bruger de nyeste it-hjælpe midler. Alle elever har fx fået en minicomputer med 3D-skærm, der ikke er tykkere end et stykke karton.

Valgte VALLENSBÆK på grund af daginstitutionerne og skolerne

For omkring 20 år siden sad et ungt par i en lejlighed på Vesterbro og talte om, hvor **de ville flytte hen og stifte familie.**

“Min kone og jeg tjekkede forholdene i en række kommuner i Storkøbenhavn. **En undersøgelse viste, at Vallensbæk havde landets bedste skoler og daginstitutioner**. Så vi flyttede hertil med store forventninger”, fortæller den nu 46-årige Magnus Valbek.

Forventningerne blev indfriet. Bl.a. har Magnus og hans kone Camilla været meget tilfredse med, at daginstitutionerne har forskellige pædagogiske profiler.

“Vi valgte en daginstitution med en idrætsprofil, så vores unger har altid været super-aktive”, siger han.

Magnus er selvstændig håndværker og entreprenør og har arbejdet på mange af **Vallensbæk Kommunes energirenovrings- og klimatilpasningsprojekter, der har været med til at bringe kommunen op i den grønne superliga.**

“Jeg var med til at anlægge det **prisbelønnede kanalsystem**, der bugter sig igennem Vallensbæk. Det er imponerende, at man har kunnet forene smuk byarkitektur med en vandreservoirløsning, som er rigeligt dimensioneret til at tage imod de store mængder regnvand, vi oplever i disse år”, siger han.

Som selvstændig har Magnus haft stor glæde af **de muligheder, som kommunens jobcenter tilbyder** for at netværke med andre små og mellemstore virksomheder i hele omegnen. Både gennem arbejdet og hans frivillige foreningsaktivitet har



han fået kendskab til kommunens administration.

“Jeg synes det er flot, at man konstant arbejder med at reducere bureaukratiet og lægger så meget vægt på, at **kommunen arbejder effektivt og fleksibelt til fordel for borgerne**”, fortæller han. Som et eksempel på fleksibiliteten nævner han, at han holder møder

via videosamtale med kommunens medarbejdere i forbindelse med sit frivillige arbejde i en cykelklub.

“Det gør det lettere at nå det hele i en travl hverdag”, siger Magnus, der udover job og to børn bruger meget tid på at cykle og løbe ture i den smukke Vallensbæk Mose.



Susanne og Zara nyder at være ude i Zaras have, der bliver vedligeholdt af kommunens gartner-robot

FRIVILLIG BEDSTEMOR MED FUT I

Susanne Valbek (71) har fundet en meningsfuld interesse, efter hun gik på pension. Hun er frivillig besøgsven og hjælper blandt Zara Olsen på 93 med lette, praktiske gøremål.

”Jeg synes stadig, **jeg har meget at give**, efter jeg holdt op med at arbejde, så jeg tilmeldte mig **kommunens frivilligkorps** via den digitale tilmelding”, fortæller Susanne Valbek, der sammen med sin mand flyttede til kommunen fra Jylland for at være tættere på deres datter og hendes familie.

Og der er hårdt brug for Susannes varme hænder. I takt med, at Vallensbæks borgere har taget sundhedsrådene til sig, er befolkningen blevet ældre. Og når der samtidig er mangel på arbejdskraft, især inden for plejesektoren, er der brug for at tænke anderledes. Et korps af frivillige er derfor blevet etableret.

”Kommunens frivillig-koordinator fortalte mig, at Zara, der har boet

på samme vej som mig, godt kunne bruge noget hjælp. Hun er en frisk dame på 93, som dog har lidt svært ved at klare rengøringen. Der kommer jeg ind i billedet”, fortæller Susanne, der også hjælper Zara med at købe dagligvarer over nettet.

Frivillig-ordningen kunne godt lyde som et besparelestiltag, men det er det ikke. De frivillige får nemlig løn. Ordningen er simpelthen et resultat af, at kommunen ikke længere kan skaffe nok hjemmeplejere.

”**Kommunen støtter op om os frivillige** og gør det i det hele taget let at bidrage til fællesskabet. For eksempel holder vi ofte møder med frivillig-koordinatoren”, siger Susanne.

Ordningen er også populær hos Zara, der for nylig er flyttet ind i en

af **kommunens fleksible ældreboliger** med egen lille have.

”**Det føles meget trygt at have en, jeg kender som besøgsven** – Susanne og jeg har jo været naboer. Og nu er vi blevet bedste veninder”, siger Zara, der mener at hendes besøgsven er med til at holde hende **sund og rask**, blandt andet fordi de går ture sammen og laver lækre små sunde retter i køkkenet.

Erfaren erhvervsmand ER mentor for unge

Selv om man er gået på pension, kan man stadig godt yde sit til samfundet, mener den tidligere virksomhedsleder Christian Valbek på 72.

”Mange af de unge vil gerne have et fritidsjob eller en elevplads, men de har brug for hjælp til at lave ansøgningerne”, siger pensioneret virksomhedsleder Christian Valbek. Han arbejder frivilligt som mentor for unge i Vallensbæk, der har vanskeligt ved at komme i gang med fritidsjob eller uddannelse.

”Det handler om at hjælpe de unge med at finde ud af, hvad de er gode til”, fortæller Christian.

Christians initiativ har indtil videre fået en håndfuld **unge ud i relevante jobs**.

En gang imellem tager han med sit barnebarn i skole, hvor han hjælper med at lave mad, når klassen har maddag. Han hjælper også nogle gange i undervisningen, især inden for it-teknologi.

Christian og hans kone nyder de mange kulturtilbud i Stor-københavn.

”Inden vi kom til Vallensbæk, boede vi i en lille by i Vestjylland – så vi mærker virkelig, hvor tæt man er på storbylivet”, fortæller Christian, der også værdsætter det gode netværk af naboer, der hjælper og holder øje med hinanden.

”Det er nærmest ligesom at bo i en landsby, selv om Vallensbæk efterhånden er vokset helt sammen med København. Stationsområdet har udviklet sig til et topmoderne center med både lægehus og borgerhus, der har smeltet bibliotek og borgerservice sammen”, siger han og tilføjer, at den direkte forbindelse mellem letbanen og S-banen har gjort bycentret til et spændende og pulserende område.

”Vi har også **stor glæde af Vallensbæk Kommunes ordning ’Foreningernes forening’**, hvor man kan prøve forskellige sportsgrene af uden at skulle melde sig ind i en bestemt klub”, siger Christian, der både har prøvet kræfter med badminton, gymnastik og svømning.



Christian mødes typisk personligt med de unge en gang om ugen, og derimellem taler han med dem via videotelefonen.



EN DAG I NEXUS' LIV

Nexus Valbek er 12 år og bor i Vallensbæk. Vi har bedt ham fortælle om sin hverdag.

Min dag starter kl. 7. Vi får morgenmad fra den morgenmadskasse, vi køber fra butikken på Stationstorvet. Den er fuld af brød og frugt – og nogle morgener smoothies. Så vi får noget forskelligt hele ugen.

Jeg cykler i skole. Det har jeg gjort siden børnehaveklassen – der er næsten ingen biler på min skolevej, for rundt om skolen er der jo bilfri zone.

I dag har min klasse maddag – vi skal lave mad til hele skolen sammen med min bedstefar og hans ven den seje kok og nogen, der ikke har arbejde. Min bedstefar er sej – han kender alle mine venner. Han kan lave rigtig gammeldags

mad, der smager af dengang, siger han.

Henne i skolen tjekker vi kommunens Playzone-applikation på vores mobiler – her kan vi se hvad der sker i Playzone i dag.

Når min far og mor kommer sent hjem, så smutter vi ned i Fælleskøkkenet. Der spiser vi sammen med

en masse andre familier. Det er så hyggeligt – der bor en gammel dame på vores vej. Hendes mand er død, og hun kommer næsten hver dag. Det er noget rigtig lækkert mad – man kan dufte det allerede ude på cykelstien, når vi kommer.

Jeg er bare så glad for at bo i Vallensbæk :-)

”I Playzonen kommer der en masse af mine venner, også fra andre skoler. Der er alle mulige aktiviteter som tennis, badminton, navigationsklatrevæg og basket”, fortæller Nexus Valbek på 12 år.

MILJØ-ildsjæl på RULLESKØJTER

Selv om man kun er 19 år, kan man godt have store drømme. Og Ella Valbeks drøm er ret ambitiøs: En fuldstændig bæredygtig kommune, udelukkende baseret på vindkraft, jordvarme og solenergi.

Ved siden af studiet og rulleskøjtingen har Ella en tjans i Ungdomsskolens lektiecafe, hvor hun selvfølgelig er en haj til at hjælpe skoleeleverne med matematik og fysik

Da Ella Valbek sidste år blev student fra det nye Team Danmark-gymnasium i Vallensbæk, var hun ikke i tvivl om, hvad hun ville.

”Jeg søgte ind på Danmarks Tekniske Universitet i Lyngby, hvor jeg læser miljø- og energiteknologi”, siger hun.

”Lige siden jeg var lille, har jeg interesseret mig for miljø og energi. Det har altid været en del af hverdagen i børnehaven og skolen, og min far har også arbejdet med det. Efter den store energikrise i 2025 blev det endnu vigtigere, at vi som samfund gør os fri af olie og gas”, fortæller hun ivrigt.

Ella bor stadig hjemme hos sine forældre i Vallensbæk, og turen til DTU går lynhurtigt med letbanen langs Ring 3, der netop har haft 10 års jubilæum.

”Min far har fortalt mig om tiden før letbanen, hvor man skulle ind over København eller køre i sneglefart med S-busser for at komme på tværs af Storkøbenhavn – sådan er det jo slet ikke mere”, siger hun.

Når Ella ikke læser om vindmøller og solceller, er hendes helt store passion rulleskøjterne, og hun har da også flere gange deltaget i EM for juniorer.

”Et par venner og jeg har taget initiativ til at rulle en tur på Vestegnsruten hver søndag formiddag. Vi har fundet en masse andre unge via nettet og er efterhånden en hel flok, der kører sammen”, fortæller hun.

Kommentarer fra borgerne

TEMA *Fleksibel service af høj kvalitet*

- ☑ Vi skal huske at give plads til individuelle børn.
- ☑ Vi skal stille krav til virksomheder om at oprette praktikpladser.
- ☑ Man skal kunne kræve, at forældrene er gode forbilleder.
- ☑ Skal børn behandles ens, skal de behandles forskelligt.
- ☑ Digital service er bedre end ingen service.

Om fleksibilitet i skolerne

Som far til tre børn har jeg igennem nogle år oplevet Vallensbæk Kommune og deres princip om fleksibel service. Først i daginstitutionerne og siden igennem skolen.

Jeg syntes det var skønt at vi kunne vælge en daginstitution med den profil, der passer til vores ønsker. Vi mener, at det er vigtigt med idræt og bevægelse, og det synes vi også vores børn skal synes er en naturlig ting i hverdagen. Derfor valgte vi en daginstitution med en idrætsprofil. Vi havde også overvejet en mere kreativ institution med fokus på maling og syning.

Men selv om der er fleksibilitet til at vælge institution, er der ikke tale om en eliteidrætsbørnehave. Børnehaven går meget op at børnene er en del af et fællesskab og at der gives plads til alle. Vores mindste

vil faktisk hellere sidde og tegne, og det er der også rum til. For som pædagogerne siger, er det jo et valg vi har taget på vegne af vores børn, at der skal være fokus på idræt. Og alligevel prøver de så at finde idrætslege, der passer til vores mindste barn. Fx havde han tegnet et kæmpe fortovsbillede, hvor han skulle tegne med hele kroppen og på den måde fik bevægelse ind i det.

En af de ting, jeg synes også er skønt, særligt ved skolerne, er deres fokus på, at vi som forældre også har et ansvar, og at vores opførelse derhjemme smitter af på skolen. En

anden ting, der er flot er skolens vægtning af teknologi og efteruddannelse. Ordningen med frivillige, der giver praktik i skoleferien er også spændende. Kombineret med information til de unge og vejledning, har den hjulpet vores børn til at finde ud af, hvilken uddannelse, de ville tage. Endelig deres fokus på bevægelse og idræt, både gennem cykelstier til skole, fokus på ekstra timer i skolen og samarbejde med de frivillige sportsorganisationer har givet vores børn glæden ved sport og har gjort at de helst tager cyklen.

Med venlig hilsen
Morten Hansen

Hvad er kvalitet i ældreplejen?

Hvordan sikrer man omsorg og kvalitet i en hjemmepleje præget af robotstøvsugere og vaskerobotter? Mister man noget menneskelig værdi? Er der kvalitet, hvis der ikke er omsorg?

Jeg tror de fleste er enige i, at robotternes indtog i de danske hjem har været en god ting. De ældre får oftere bad; de kan spise, når de har lyst og har et meget renere hjem. Hjemmeplejen har mindre sygefravær og færre ryg- og løfteskader. Men nogle synes, vi mister noget omsorg. Min mor bor i Vallensbæk Kommune, og der er der rigeligt med kvalitet, og også omsorg. Den menneskelige kontakt behøver ikke at forsvinde. Det kan lade sig gøre – og det sker!

Min mor på 94 flyttede for nogle år siden i det, hun kalder "Vallensbæks oldekolle". Via de robotter og teknologiske hjælpemidler kommunen har stillet til rådighed er det lykkedes hende at bevare værdigheden og føle sig som herre i eget hus meget langt hen ad vejen. Det er nemlig også omsorg at lade de ældre opleve at klare sig selv, uden at et andet menneske bryder ind i deres intimsfære.

En anden måde, kommunen har sørget for omsorg på, er ved at

samle de beskyttede boliger og plejeboligerne. Det giver et fantastisk fællesskab af ældre lige uden for døren, hjemmehjælp tæt på og en tryghed i hverdagen. Ældreboligklyngerne blev indført for at effektivisere hjemmehjælpernes tid, men det har også givet hende meget tryghed og kontakt i hverdagen.

Samtidig har hun glæde af at kæle med den fælles hund og deltager gerne i de mange spændende aktiviteter i fælleshuset. Der er kræset om maden der kan købes i fælleshuset. Den er sund og bærer ikke præg af at være tilberedt i et storkøkken, hvilket betyder meget for hende. Samtidig har kommunen fokus på omsorg ved at tildele tid til omsorg på lige linje med andre opgaver. De har en ordning, hvor de yngre ældre bliver betalt for at hjælpe og drage omsorg for de ældre ældre. Desuden er hjemmehjælperne organiseret i selvstyreende teams der sikrer, at det altid er en kendt medarbejder, der kommer. Det er genialt, at min mor selv kan

vælge, hvad hun vil bruge hjemmehjælperens tid på. Trods min mors glæde for robotterne, synes hun ikke at rengøringsrobotten er grundig nok, så hun vælger at bruge en del af sin tildelte tid på at få hjemmehjælperen til at komme helt i bund med rengøringen. Til gengæld vil hun ikke drikke kaffe med hjemmehjælperen om tirsdagen, da hun den dag altid har rygende travlt i strikkeklubben. Den valgfrihed er også omsorg.

Der er debat om, hvorvidt det er kommunernes opgave at yde omsorg. Eller om det er civilsamfundets og familiens ansvar. Jeg mener, at kommunen har en vigtig rolle her. Der er en stor værdi i, at der kommer en medarbejder ud til den enkelte borger, og tit er det det eneste besøg, den ældre får. Det kan godt være frivillige, men her er der jo mere tale om en uforpligtende og tit praktisk hjælp. Og selvom vi har besøgsvenner, rækker det jo ikke. Derfor syntes jeg, at det er godt at Vallensbæk Kommune betaler de frivillige nogle timer om ugen, på den måde sikres den menneskelige kontakt.

Hilsen
Ole Jensen

Kommentarer fra borgerne

TEMA Et grønt landsbyliv tæt på storbyen

- ☑ Husk fauna-florapassagen!
- ☑ Det er vigtigt at beholde de grønne områder.
- ☑ Grav jernbanen ned og undgå støj!
- ☑ Lav et vandland gennem kommunen.
- ☑ Landsbypræget skal bevares.
- ☑ Gør Vallensbækvej tosporet.
- ☑ Endnu bedre cykelparkering i nærheden af offentlig transport.

Fisk i Vallenskanalen

Kære politikere!

Med jeres erfaring og innovative sind, må I have forståelse for vores ønske om at kunne fange aftensmaden i de fine kanaler og samtidig løse vor tids måske største problem – min mand fik et myggestik i går da vi sad og nød aftensolen ved Vallenskanalen!

Hvorfor sættes der ikke fisk ud? – svaret må jo være lige til: Ingen har tidligere fået idéen.

Så jeg vil bestemt gerne være foregangskvinde for en klub af 'fiskeklappere' – ligesom vi har Kølapper-foreningen og Fåreflokken, der sammen holder naturområderne åbne og får aftensmaden for det. Fisk er jo en sund spise, og mine drenge ville elske at stå ved Vallenskanalen med fiskestang, mens vi gamle nyder solen uden myg.

De kærligste hilsner

Frida Mückenfrei

En skøn bymidte

Min kone og jeg vil gerne give udtryk for vores taknemlighed over den skønne bymidte vi har fået omkring Vallensbæk Stationstorv. Det er blevet en stor fornøjelse at handle i Vallensbæk. Vallensbæk Stationstorv er forvandlet fra et inferno af biler til et smukt grønt byrum med bænke, træer, cafeer, og fine specialbutikker. Vallensbæk har jo et fint nærmiljø hvor mange kender hinanden. På vores indkøbsture møder vi ofte venner og naboer og nu har vi mulighed for at sætte os ned og få en kop kaffe og en sludder i rolige og grønne omgivelser. Vi har boet i Vallensbæk i mange år og kan huske det gamle og nedslidte bycenter. Det er en meget stor forvandling, der er sket med det nye bycenter. Der er mange spændende og varierede indkøbsmuligheder og med både et nyt borgerhus og kulturhus er Vallensbæk Stationscenter blevet en ny og tidssvarende bymidte. Vallensbæk har fået en ny dimension.

Med venlig hilsen

Egon Bilfri Grønsøe &
Else Shopper Nielsen

Kommentarer fra borgerne

TEMA Sunde borgere i en sund kommune

- ☑ Vi skal investere i idrætsforeningerne.
- ☑ Ingen boliger langs befærdede veje – for at undgå partikel forurening fra udstødningsgasser.
- ☑ Oplyste cykelstier – der er fx alt for mørkt ved ridecentret.

Vallensbæk

– Danmarks sundeste kommune

Jeg har lyst til at ønske Vallensbæk Kommune tillykke med kåringen som Danmarks sundeste kommune.

En årelang indsats med fokus på transport, bevægelse, gode sunde spisevaner og inddragelse af frivillige i arbejdet har gjort kommunens borgere til landets sundeste.

For ca. 20 år siden besluttede kommunens politikere at skabe gode rammer for transport og bevægelse – der blev dengang etableret bilfri zoner omkring kommunens tre skoler – ja, selvfølgelig kan de, der har bopæl der køre hjem, men alle skolebørn skal gå eller cykle de sidste 200 m til skole. Cyklister, fodgængere og bilister er adskilt i trafikken – så vi har meget få ulykker i kommunen. Der er masser af lys på cykelstierne, så der er ingen

undskyldning for ikke at snuppe jernhesten rundt i Vallensbæk Kommune.

Man kan jo næsten sige at Vallensbæk er i bevægelse – hvert år undersøger Sundhedsafdelingen de ældres ønsker og behov til selvtræning – svømmehal, badminton osv. Og sørger for tider og muligheder til os. Det betyder, at vi træner løs og holder os raske og glade. Vi kan jo booke os på vores mobiltelefoner – til kommunens forskellige idrætstilbud, hvilket gør det spændende og sjovt at dyrke sport – det betyder også at jeg kan deltage i de aktiviteter jeg har lyst til – lige når det passer mig. Jeg behøver ikke være medlem af en bestemt idrætsforening. Kørselsordningen hjælper dem, der har svært ved at transportere sig selv til træningen.

Dengang besluttede politikerne også at alle børn og unge skal lære at lave sund mad – derfor er der nu rigtig mange hjemkundskabstimer på skoleskemaet allerede fra børnehaveklassen. Der er i det hele taget fokus på det gode måltid – fx i vores Folkekøkken – ja der er jeg jo frivillig hver torsdag – sammen med en kok og flere frivillige, laver vi mad til alle de der spiser efter idræt eller bare kommer og spiser i cafeen, og alle de der henter mad med hjem til den travle familie. I løbet af dagen laver kokken og andre frivillige mad til kantinerne på skolerne.

I Vallensbæk er sundhed ikke gulerødder og kildiks men sund fornuft, masser af bevægelse og de gode måltider til alle – skønt at være borger her.

De bedste hilsener
Bente Sundheit

Kommentarer fra borgerne

TEMA Ildsjælenes paradís

- ☑ Lav et elitecenter for alle idrætsforeninger.
- ☑ Lav en stor svømmehal.
- ☑ Naturvagter.
- ☑ Lav åbent hus i Idrætscentret med aktiviteter om eftermiddagen/aftenen.
- ☑ Udbyg offentlige foreningspartnerskaber.
- ☑ Morgensang i skolerne.
- ☑ Få de etniske borgere med.
- ☑ Hent modne med erfaring til en indsats i skolerne.

Vallensbæk er ildsjælenes paradís

En undersøgelse viste for nylig at Vallensbæk har en meget høj grad af borgerinvolvering og engagement. Vi har mange foreninger, mange frivillige initiativer og "foreningernes forening" har et meget højt antal medlemmer. I undersøgelsen stod der ligefrem, at man kunne kalde Vallensbæk for "ildsjælenes paradís". Det har jeg tænkt en del over - er Vallensbæk virkeligt ildsjælenes paradís?

Som borger i Vallensbæk kan jeg kun sige ja. Vi er en kommune, hvor rigtig mange er del af det frivillige liv. Jeg tror bare det er så naturligt for os, at vi ikke tænker over det.

Men hvordan har vi så nået til at få en førsteplads? Og hvorfor fungerer samarbejdet mellem foreninger og kommune så godt her i Vallensbæk, når det andre steder bliver bremset af manglende ressourcer og planlægningsmæssige barrierer?

For det første skyldes det naturligvis os borgere - alle ildsjælene.

Vi vil hinanden og vi støtter lokalsamfundet. Måske pga vores historie og vi har altid været en mindre kommune, hvor borgerne har haft et tæt bånd til hinanden. Det er naturligt for os at engagere os. Det giver et miks på tværs af generationer og letter vejen til den tredje alder. I skolerne har man glæde af den modne frivillige med masser af erfaring. Derudover giver det frivillige engagement et godt sammenhold i vores lokalsamfund.

En anden grund er kommunens indsats. Vi har meget gode rammer for at lave foreningsarbejde og for at engagere os i vores lokalsamfund. Kommunen støtter os aktivt, når ildsjæle får lyst til at starte nye tiltag op. Kommunen er behjælpelig med støtte, vejledning, lokaler, annoncering i Vallensbæk NU osv. Derudover har borgerhuset som mødested mellem os borgere og åbent hus-princippet i de offentlige bygninger været en god hjælp. Både til at folk mødes og får ideer og til at der er adgang til lokaler,

for at udleve tiltagene. Kommunens initiativ med en hjemmeside for frivilligt arbejde har gjort det lettere at deltage i frivilligt arbejde. Etableringen af paraplyorganisationen "foreningernes forening" har også affødt en naturlig grobund for frivillighed og nye ideer.

Her har lønnen til de frivillige forpligtet dem lidt mere. Åbent hus-princippet har gjort det muligt og det faktum at alle foreningerne er samlet i både paraplyorganisationer og borgerhuset gjort, at man tænker lidt mere på tværs, når man drikker kaffe med en fra en anden organisation.

Er det en god ide med frivillighed? Der har været stor debat om, hvorvidt det er rimeligt at satse på frivillighed. Det er en god ide. Vi er i Vallensbæk glade for at kunne tage del i hinandens liv.

Vi vil hinanden!

Med hilsen fra

Cherie Voluntaire



VALLENSBÆK
kommune



