

2024

Håndbog for

# FØRTIDS PENSIONISTER





*Forside: Hudda og Tine, brugere af  
Aktivitetscenter Ishøj.*

NAVN

**Udgivet af Ishøj Kommune**

**Foto:** Ayoë Willemoes, Adib Scott Schmidt,  
Bo Dalum, Eva Flinch Gjedde, Colourbox m.fl.

**Redaktion:** Ane Katrine Jensen

**Layout:** Eva Flinch Gjedde

**Tryk:** Litotryk København A/S

**Oplag:** 3.500



Ishøj, december 2023

# Kære førtidspensionist

Velkommen til Håndbog for førtidspensionister 2024.

Vi håber, at håndbogen er brugbar og hjælper dig på rette vej.

I håndbogen giver vi dig et overblik over aktiviteter og netværk, som du kan blive en del af som førtidspensionist i Ishøj Kommune.

Vi håber, at du får glæde af aktiviteter og netværk, og derigennem bliver en del af meningsfulde og aktive fællesskaber i Ishøj.

I håndbogen finder du også relevante kontakt-oplysninger samt forskellige regler og pligter for førtidspensionister.

Tak fordi du bidrager til, at Ishøj er et godt sted for førtidspensionister.



Merete Amdisen  
Borgmester



Erkan Yapici  
Formand for Social- og  
Sundhedsudvalget

# INDHOLD

Pensionistbevis .....	5
Oversigt over kontakter .....	6-9
Afgørelser og udbetalinger .....	10-11
Aktiviteter .....	12-24
Førtidspension generelt .....	25-41



Den fysiske håndbog redigeres én gang årligt. Der kan forekomme ændringer i håndbogen. Vi anbefaler derfor, at du kontakter den relevante kontaktperson, inden du møder op, så du ikke går forgæves.

## Pensionistbevis

Hvis du er førtidspensionist, kan du få et pensionistbevis. Beviset kan du bruge til at få pensionistrabat på fx museer og i forlystelsesparker. Hvis du har brug for legitimation for, at du er pensionist, kan du i mange tilfælde også bruge din seneste pensionsmeddelelse.

Det er ikke nødvendigt med personligt fremmøde for at få udstedt et pensionistbevis.

**Du kan bestille et pensionistbevis ved at kontakte Borgerservice telefonisk eller skrive til os via digital post eller e-mail.**

**E-mail:** sikkermail@ishoj.dk

**Telefon** se næste side.

**Vi vil herefter fremsende dit pensionistbevis i e-boks. Husk at angiv dit CPR-nummer ved bestilling af et pensionistbevis.**

# Oversigt over kontakter

## Borgerservice

**Telefon:** 4357 4450

**Telefontider:**

Mandag til onsdag kl. 9-15

Torsdag kl. 12-17

Fredag kl. 9-13

Du finder  
Borgerservice  
i Ishøj By Center,  
Ishøj Nørregade 7,  
2635 Ishøj.

## Åben for personlig betjening

(kun mod tidsbestilling):

Mandag til onsdag kl. 10-14

Torsdag kl. 10-14 og 15-17.30

Fredag kl. 10-13

## Hjemmehjælp og hjælpemidler

### Personlig og/eller praktisk hjælp

Kontakt Visitationen

**Telefon:** 4357 6991

**Telefontider:**

Mandag-onsdag og fredag kl. 8.30-10

Torsdag kl. 14-15

### Genanvendelige hjælpemidler

Kontakt de sagsbehandlende ergoterapeuter

**Telefon:** 4357 6989

**Telefontider:**

Mandag-onsdag og fredag kl. 8.30-10

Torsdag kl. 14-15

**Kropsbårne hjælpemidler**

Kontakt Forebyggelse og Rehabilitering

**Telefon:** 4357 7840

Telefontider:

Mandag-onsdag og fredag kl. 8.30-10

Torsdag kl. 14-15

**Reparation af bevilligede hjælpemidler**

Hvis du spørgsmål vedr. reparation af et bevilliget hjælpemiddel, så kan du kontakte Ishøj Kommunes hjælpemiddeldepot.

**Telefon:** 4353 0240

Telefontider:


Mandag-onsdag og fredag kl. 8-9

Torsdag kl. 14-15

**Træning****Telefon:** 6114 6040

Telefontider:

Alle hverdage kl. 8-9

E-mail: [cvv@ishoj.dk](mailto:cvv@ishoj.dk)


Vi opfordrer dig til ikke at sende fortrolige og personfølsomme oplysninger pr. mail til Ishøj Kommune, men i stedet tage kontakt via [borger.dk](http://borger.dk).

### **Sagsbehandling af førtidspension**

Kontakt Pension og Merudgifter

**Telefon:** 4357 7841

---

Telefontider:

Mandag til fredag kl. 8.30-10

E-mail: [sikkermail@ishoj.dk](mailto:sikkermail@ishoj.dk)

### **Udbetaling Danmark**

**Telefon:** 7012 8061

---

Telefontider:

Mandag til onsdag kl. 8-16

Torsdag kl. 8-17

Fredag kl. 8-15





## **Jobcenter**

På Jobcenter Ishøj kan du henvende dig vedrørende ansøgning om førtidspension, fleksjob eller ledighedsydelse samt vejledning. Ydelsesafdelingen tager sig af udbetalinger, dog ikke førtidspension.

**Telefon:** 4357 7080

---

### Telefontider:

Mandag til onsdag	kl. 8.15-15
Torsdag	kl. 8.15-16.30
Fredag	kl. 8.15-13

E-mail for generelle henvendelser:  
[jobcenter@ishoj.dk](mailto:jobcenter@ishoj.dk)

E-mail for henvendelser der indeholder  
personoplysninger:  
[sikkermail@ishoj.dk](mailto:sikkermail@ishoj.dk)

Du kan sende fra E-boks, hvis dit mailprogram ikke understøtter sikker post.

Ved henvendelse på mail til Jobcentret skal du skrive, hvad forespørgslen drejer sig om, hvorefter du vil blive kontaktet.

Ishøj Jobcenter  
Vejlebrovej 59a  
2635 Ishøj

# Afgørelser og udbetalinger

## Afgørelser og tilskud

Det er Pensionsnævnet i Ishøj Kommune, der træffer afgørelser om førtidspension. Du kan kontakte kommunen, hvis du har spørgsmål til fx din ansøgning, tilskud/økonomiske enkelttydelser eller hvad du skal gøre, hvis du gerne vil arbejde. Se kontaktoplysninger til Pension og Merudgifter. på side 8.

## **Udbetaling af førtidspension**

Alle henvendelser vedrørende beregning og udbetaling af førtidspensioner skal rettes til Udbetaling Danmark.

Spørgsmål vedrørende udbetaling af boligsikring rettes ligeledes til Udbetaling Danmark.

Se kontaktoplysninger på side 8.



## **Overgang fra førtidspension til folkepension**


Din førtidspension ændres automatisk til folkepension, når du når folkepensionsalderen.

Du kan læse om folkepensionsalder på side 19 i Håndbog for pensionister (vend håndbogen).

Som førtidspensionist vil du modtage et brev fra Udbetaling Danmark, hvor du bliver oplyst om overgangen fra førtidspension til folkepension samt pligten til at kontakte Udbetaling Danmark, hvis du får indkomstændringer i forbindelse med overgangen.

Reglerne for ekstra tillæg, som du eventuelt modtager som førtidspensionist, ændrer sig, når du overgår til folkepension. Kontakt Udbetaling Danmark, hvis du ønsker at høre mere om dette, eller hvis du har andre spørgsmål i forbindelse med overgangen fra førtidspensionist til folkepensionist.

Se kontaktoplysninger på side 8.



Vi opfordrer dig til ikke at sende fortrolige og personfølsomme oplysninger pr. mail til Ishøj Kommune, men i stedet tage kontakt via borger.dk.

### Aktiviteter

I det følgende afsnit kan du læse om en række aktiviteter for førtidspensionister i Ishøj Kommune.

Du kan også søge inspiration ved at vende håndbogen om og læse i Håndbog for pensionister. Her kan du blandt andet læse om bevægelsesmuligheder på side 59.

#### **Værket – netværk for voksne**

Har du lyst til at være med i vores fællesskab for voksne i alderen 30-60 år?

- Vi mødes hver anden onsdag til kaffe, kage, gode samtaler og gåture
- Sammen skaber vi aktiviteter og socialt netværk
- Vi stræber mod at være en gruppe på max 10 personer

Vi mødes i Røde Kors' lokaler på etage 2, Ishøj Store Torv 23 i Ishøj Bycenter, onsdage i ulige uger kl. 16-18.

Har du lyst til at være med, så mød op eller ring til Yvonne eller Dorte på 2979 0928 for at høre nærmere.

## **Førtidsgruppen i Ishøj**

Vi er en gruppe af førtidspensionister, pensionister, flexjobbere og personer udenfor arbejdsmarkedet, der mødes til socialt samvær, hygge og snak – og en gang imellem en tur ud af huset.

Vi mødes hver mandag kl. 12. Skriv for at høre, hvor vi mødes. Vær med når du kan og har overskud. Vi har tavshedspligt.

**For mere info se facebookgruppen:**

**'Førtidsgruppen i Ishøj / Flexjobbere, Personer Udenfor arbejdsmarked'** eller skriv til Linda på [frk.medusa@gmail.com](mailto:frk.medusa@gmail.com)



### AMPUT-Café

Har du fået en amputation? Så kom med til AMPUT-Café og mød nogle af os andre, der også har fået en amputation. Udover at snakke, hygge og spise frokost sammen, så planlægger vi også løbende forskellige aktiviteter og ture som fx billard eller bowling - eller hvad du nu kunne have af idéer.

Vi har også en årlig sommerfest og julefrokost, som vi søger støtte til og ellers deles vi om udgifterne.

Vi mødes til frokost onsdag i lige uger fra kl. 11.30-13 og slutter af med kaffe og kage. Det koster 50 kr. per person at deltage.

Onsdage i ulige uger bowler vi sammen i Cecilie's i City 2, kældereren. Det koster ca. 50 kr. per person at deltage.

**Kontakt Kristian Hessellund, for at høre mere.**

**Telefon: 2625 1656**

**E-mail: [hess@email.dk](mailto:hess@email.dk)**



## **Ishøj Seniorværksted**

Ishøj Seniorværksted er et tilbud til Ishøjs og Vestegnens borgere. Vi henvender os til pensionister, førtidspensionister og borgere over 50 år.

Foreningen drives og styres af frivillige og er en non profit-forening, hvor du som medlem kan komme og blive aktiveret fagligt og socialt.

Åbningstiden er fra kl. 8-22 hele ugen.

Medlemmerne kan bruge faciliteterne i Ishøj Seniorværksted under kyndig, faglig vejledning og i henhold til den enkeltes uddannelse.

Faciliteterne er pt: Cykelværksted, metalværksted, snedkerværksted, glasværksted, film- og IT-værksted, perleværksted og en café med flere håndarbejdsværksteder.

Uanset hvad du vil arbejde med, finder du altid en hjælpende hånd, selv hvis din computer laver ulykker.

**Ishøj Seniorværksted, Brohuset,  
Vejlebrovej 45, 2635 Ishøj.**

**Telefon:** 3127 3249  
**E-mail:** [info@ishoj-seniorvaerksted.dk](mailto:info@ishoj-seniorvaerksted.dk)  
**Web:** [www.ishoj-seniorvaerksted.dk](http://www.ishoj-seniorvaerksted.dk)  
**Formand:** Bjarne Boje

### **Boblberg.dk - Find nye fællesskaber**

Boblberg.dk er en borger-til-borger-portal, hvor du kan oprette opslag (også kaldet bobler). Gennem boblerne kan du møde medborgere med samme interesser og behov, såsom nogen at træne med, strikke med, øve sprog med, lave mad sammen med eller blot nogen med samme ønske om at starte nye venskaber. Du kan søge efter andre der bor i Ishøj ved at bruge postnummeret.

**Besøg [www.boblberg.dk](http://www.boblberg.dk) for at oprette din bobl**

### **Kommunen inviterer til julefrokost**

Ishøj Kommune afholder julefrokost for alle folkepensionister og førtidspensionister tre dage i december i 2024.

Arrangementet har en egenbetaling på kr. 200 per person.

Mere information om arrangementet og tilmelding kommer i løbet af året. Hold øje med kommunens informationsannonce i Sydkysten.







### **Ishøj Svømmehal**

Ishøj Svømmehal tilbyder gratis adgang til alle pensionister, der er bosiddende i Ishøj Kommune, indtil kl. 10. Der er reduceret åbningstid i skolerens sommerferie.

Husk altid at medbringe dit pensionistbevis samt Sundhedskort.

**Svømmehallens øvrige åbningstider er:**

**Mandag - torsdag** kl. 6.30-21

**Fredag** kl. 6.30-19

**Lørdag-søndag** kl. 8-16

Hvis du har praktiske spørgsmål i forbindelse med eksempelvis faciliteter eller indretning af svømmehallen, kan du kontakte svømmehallen her:

**Ishøj Svømmehal**  
**Ishøj Store Torv 14**  
**2635 Ishøj**

**Telefon: 4357 7172**

**E-mail: [ishojsvømmehal@ishoj.dk](mailto:ishojsvømmehal@ishoj.dk)**

**Følg os på Facebook:**

**[www.facebook.com/ishojsvømmehal](http://www.facebook.com/ishojsvømmehal)**

## **Holdundervisning for førtidspensionister i Ishøj Svømmehal**

Hvis du har brug for at træne effektivt og skånsomt, men har svært ved det på land, så er træning i vand måske noget for dig.

Hver fredag fra kl. 11.15-11.45 tilbydes vandtræning på hold for førtidspensionister.

Holdet undervises af svømmehallens personale og foregår i varmtvandsbassin.

Der er 10 pladser per gang.

Tilmelding kan ske via Ishøj Svømmehals hjemmeside: [www.ishojsvommmehal.dk](http://www.ishojsvommmehal.dk). Her vælger du booking. Herefter ledes du videre til en ny side, hvor du vælger holdoversigt. Her finder du holdet "Førtidspensionist" (Vandtræning).

Deltagelse koster 20 kr. per gang.

**Hvis du har spørgsmål kan du kontakte**

**Ishøj Svømmehal:**

**Telefon: 4357 7172**

**E-mail: [ishojsvommmehal@ishoj.dk](mailto:ishojsvommmehal@ishoj.dk)**

# Aktivitetscentret Ishøj

Søger du en aktiv tilværelse? Og modtager du førtidspension? Så er aktivitetscentrets spændende tilbud også for dig.

Vi skaber muligheden for, at du kan bibeholde et aktivt liv - også efter du er gået på pension.

Vi er et stort hus med egen træningssal og ca. 50 hold ugentligt. Vi tilbyder alt fra yoga, sølvhold, crepeblomster, billard og madlavningshold. Frivillige stiller deres viden og kundskaber til rådighed. Der er løbende tilmeldinger på holdene, hvis der er ledige pladser. Nye hold starter op efter ønske fra brugerne, så måske har du en idé til et nyt hold? Vi arrangerer også foredrag, fester, busture mm.

Vi sætter løbende nye aktiviteter op på vores Facebook side. Søg efter vores side 'Aktivitetscenteret Ishøj'.





## Vil du være frivillig i Aktivitetscentret Ishøj?

Vi vil også meget gerne i kontakt med dig, som har lyst til at gøre en ulønnet aktiv indsats på det frivillige område til glæde for aktivitetscentrets andre brugere.

Kig gerne forbi os til en uformel snak og evt. en rundvisning. Vi håber at se dig.

Aktivitetscentret har åbent mandag-torsdag kl. 8-16 og fredag kl. 8-15.

Ishøj Boulevard 2, 2635 Ishøj.

**Telefon:** 2114 9363 (dagligt ml. kl. 9-15)

**E-mail:** lck@ishoj.dk eller evani@ishoj.dk



### **Brohuset: Ishøjs Sundheds- og Medborgerhus**

Brohuset er Ishøjs sundheds- og medborgerhus med en række private og kommunale sundhedsfunktioner samt en stor del af Ishøjs mange foreninger og netværk samlet under ét tag. Som medborgerhus er Brohuset et sted hvor man kan opsøge, og blive en del af, meningsfulde aktiviteter og sociale fællesskaber. Brohuset er også et fællesskab på tværs med fællesspisninger, gratis foredrag om sundhed og trivsel samt andre aktiviteter som er åbne for alle.

Hvis du tilmelder dig Brobyggerens Nyhedsbrev, vil du modtage information og invitationer til disse aktiviteter. Tilmelding sker ved at sende en mail til Brobyggeren. Du kan også skrive til Brobyggeren, hvis du vil vide mere om aktiviteterne i Brohuset, eller ønsker lidt hjælp til at blive en del af fællesskabet i husets foreninger og netværk.

**E-mail: [brobyggeren@ishoj.dk](mailto:brobyggeren@ishoj.dk)**

## **Brætspilscafé i Brohuset**

Brætspilscafé i Brohuset er et rummeligt fællesskab, hvor vi mødes og spiller brætspil i alle afskygninger hver torsdag.

**Kontakt Kenneth, for at høre mere.**

**Telefon: 5049 0323**

**E-mail: [kenberg@live.dk](mailto:kenberg@live.dk)**



### **Billedkunst**

Har du lyst til at være kreativ og fordybe dig i nogle af billedkunstens teknikker, så vær med på dette hold for voksne. Holdet er for alle, nye og letøvede, der har lyst til at tegne og male.

Forløb på 8 uger.

**Kontakt Ishøj Kulturskole for information om næste forløb.**

**Ishøj Kulturskole, Vejledalen 9, 2635 Ishøj.**

**Telefon: 4357 6060**

### **Skrivekunst**

Dette skrivekursus er for dig, der har ondt i livet, og som gerne vil være i et trygt og imødekommende miljø, hvor du kan udtrykke dig gennem arbejdet med litteratur. Det er den skønlitterære proces og fællesskabet med andre, der er i fokus.

**Kontakt FOF Køge Bugt for næste forløb.**

**FOF Køge Bugt, Brohuset, Vejledalen 45, 2635 Ishøj.**

**Telefon: 5665 5322**

### **Madklubben**

I Madklubben mødes diabetikere og personer med begyndende højt blodsukker for at lave diabetesvenlig mad sammen og spise det i fællesskab.

Madklubben mødes mandage i lige uger kl. 16.30 i Brohuset. Tilmelding senest fredagen inden.

**Kontakt René og Bjarne, hvis du vil tilmelde dig eller høre mere:**

**René, telefon: 2883 1448**

**Bjarne, telefon: 4048 1719**



## Førtidspension generelt

Alle førtidspensionister skal have mulighed for at være velinformerede om deres rettigheder og pligter.

Det kommende afsnit fungerer som en oversigt og er således ikke udtømmende på alle områder, ligesom der af og til sker ændringer i love og regler.

### Hvem tildeles førtidspension?

Førtidspension tildeles voksne mellem 18-64 år, der af fysiske, psykiske eller sociale grunde ikke kan arbejde. For at få førtidspension er det en betingelse, at din arbejdsevne er varigt nedsat. Din arbejdsevne skal være afprøvet fx gennem behandling, aktivering eller revalidering.

### **To sæt regler for førtidspensionister**

Der findes to førtidspensionsordninger. Der er førtidspension efter den nye og den gamle ordning.

Den 1. januar 2003 blev der indført nye regler for førtidspension. De gamle regler gælder derfor kun personer, der har fået tilkendt førtidspension før den 1. januar 2003. Personer, som har fået tilkendt førtidspension efter denne dato, hører under de nye regler.

### **Førtidspension efter nye regler** **(efter 1. januar 2003)**

Du hører under de nye regler, hvis din kommune startede din sag om førtidspension efter den 1. januar 2003. Regler under denne ordning kan ses frem til side 30.

Førtidspensionen består af én ydelse, som skal dække almindelige forsørgelsesudgifter. Hvor meget du kan få i førtidspension, afhænger blandt andet af, om du er enlig eller gift/samlevende.

Det er muligt at arbejde i et vist omfang samtidig med, at du modtager førtidspension. Førtidspensionen kan dog blive sat ned, hvis du selv eller din ægtefælle/samlever har indkomster af en vis størrelse udover førtidspensionen.

**Du kan læse mere om regler og takster for førtidspension ved at gå ind på [www.borger.dk](http://www.borger.dk) og søge på 'Førtidspension'. Her kan du blandt andet finde det månedlige grundbeløb for førtidspension og grænsebeløbet for supplerende indkomster.**



**Følgende indtægter kan have betydning for din førtidspension:**

- Indkomst ved personligt arbejde, fx løn og honorar.
- Udbetalinger af pensioner, fx arbejdsmarkedspensioner og ratepensioner.
- Bidrag og andre løbende ydelser, fx erstatninger.

Angående erstatninger skelnes der mellem, om de er udbetalt som en engangsydelse eller som en løbende erstatning. Erstatning udbetalt som engangsydelse skal ikke modregnes i din førtidspension, medmindre du har indtægter i form af renter. Hvis det er en løbende erstatning, indgår ydelsen som indtægt og vil modregnes din førtidspension.

Arv påvirker som udgangspunkt ikke størrelsen af din førtidspension, medmindre du har indtægter i form af renter fx fra indestående på konti samt afkast fx ved salg af værdipapirer.

**Frakendelse af førtidspension**

Hvis din arbejdsevne bliver væsentligt forbedret, kan kommunen frakende førtidspensionen. Kommunen kan frakende din pension, såfremt du arbejder i en sådan grad, at du vedvarende kan forsørge dig selv gennem et arbejde.

Som rettesnor vurderes en frakendelse ud fra en arbejdstid på 30 timer ugentligt, og om indtjeningen overstiger indtægtsgrundlaget for førtidspensionen.

### **Tilskud og enkeltydelser**

Du kan søge om enkeltydelser, som er økonomisk hjælp efter Lov om aktiv socialpolitik, hvis der er sket ændringer i dine forhold, der gør, at du ikke har mulighed for at betale dine udgifter.

Du kan søge om økonomisk hjælp til rimeligt begrundede udgifter, der kan være nødvendige for din videre livsførelse.

### **Du kan bl.a. søge enkeltydelser til:**

- Husleje
- El
- Samværsudgifter
- Indbo
- Hjælp til flytning
- Medicin
- Sygebehandling som tandbehandling, fysioterapi, kiropraktor og psykologbehandling

Du kan også søge om boligstøtte, hvis du har udgifter til din leje- eller andelsbolig over en vis størrelse. Dette gør du på [www.borger.dk](http://www.borger.dk).

Det er Udbetaling Danmark, der behandler ansøgninger om boligstøtte. Du kan lave en vejledende beregning af din boligstøtte på [www.borger.dk](http://www.borger.dk).

Ansøgning af enkeltydelser og boligstøtte foregår via [www.borger.dk/foertidspension](http://www.borger.dk/foertidspension) eller ved henvendelse i Borgerservice, se kontaktoplysninger på side 6.

### **Merudgifter**

Hvis du er førtidspensionist med varigt nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne, kan du søge kommunen om hjælp til at få dækket dine nødvendige merudgifter, som følge af din sygdom eller handicap.

Varigt nedsat funktionsevne er ensbetydende med en langvarig lidelse, som har indgribende konsekvenser i din hverdag, og som medfører, at der ofte må sættes ind med ikke uvæsentlige hjælpeforanstaltninger.

Eksempler på merudgifter kan være udgifter til egenbetaling til medicin, udvendig vinduespudsning, snerydning, klipning af hæk, kørsel eller behandling.

Udgiften skal være søgt dækket efter andre paragraffer før den kan søges som en merudgift.

**Ansøgning om merudgifter foregår via [www.borger.dk/handicap](http://www.borger.dk/handicap) eller ved henvendelse i Borgerservice. Se kontaktoplysninger på side 6.**

### **Førtidspension efter gamle regler** **(før 1. januar 2003)**

For alle borgere, som er tilkendt førtidspension før 1. januar 2003, gælder reglerne om førtidspension fortsat efter gammel ordning.

Det beløb, du får i førtidspension, afhænger af, hvilken type førtidspension du er tilkendt. Den gamle ordning omfatter fire pensionstyper:

- **Almindelig førtidspension:**  
Grundbeløb, pensionstillæg og ekstra tillægsydelse
- **Forhøjet almindelig førtidspension:**  
Grundbeløb, pensionstillæg, førtidsbeløb og ekstra tillægsydelse
- **Mellemste førtidspension:**  
Grundbeløb, pensionstillæg og invaliditetsbeløb
- **Højeste førtidspension:**  
Grundbeløb, pensionstillæg, invaliditetsbeløb og erhvervsudygtighedsbeløb

Du kan finde de forskellige beløb, tillæg og ydelser ved gå ind på [www.borger.dk](http://www.borger.dk) og søge på 'Førtidspension gammel ordning'.

## Frakendelse af førtidspension

Førtidspensionen kan inddrages, hvis du ikke medvirker til de nødvendige undersøgelser, og førtidspensionen kan frakendes, hvis der sker en væsentlig forbedring af din arbejdsevne indtil det 60. fyldte år. Efter det 60. fyldte år kan førtidspensionen ikke frakendes, medmindre du selv ønsker det. Pensionen kan blive gjort hvilende, hvis du i en længere periode har større arbejdsindtægter.

Der kan ikke ske nedsættelse i følgende ydelser:

- Invaliditetsbeløb
- Erhvervsudygtighedsbeløb
- Førtidsbeløb
- Ekstra tillægsydelse

Pensionen kan blive nedsat, hvis du som førtidspensionist eller din ægtefælle/samlever har supplerende indkomster af en vis størrelse udover pensionen.

Derudover kan grundbeløb og pensionisttillægget helt bortfalde, hvis din/jeres indkomst overstiger et vist beløb. Dette kan du se mere om på [www.borger.dk](http://www.borger.dk) og søge på 'Førtidspension gammel ordning'.



### **Tilskud/økonomisk hjælp**

Førtidspensionister på gammel ordning kan søge om forskellige tillæg såsom varmetillæg, helbredstillæg og personligt tillæg.

### **Varmetillæg**

Varmetillæg er tilskud til dine varmeudgifter, dvs. udgifter til el, gas, olie og andre former for brændsel. For at få udbetalt varmetillæg skal din personlige tillægsprocent være højere end nul. Varmetillægget beregnes ud fra de seneste tre års varmeforbrug.

Ansøgning om varmetilskud og de seneste tre års varmeregnskaber sendes digitalt via [www.borger.dk](http://www.borger.dk) eller ved henvendelse med forudgående aftale i Borgerservice.

Det er Udbetaling Danmark, der behandler din ansøgning om varmetillæg.

### **Helbredstillæg**

Du har som førtidspensionist efter gamle regler mulighed for at søge om helbredstillæg.

Med almindeligt helbredstillæg kan du få tilskud til medicin, tandlæge, høreapparat, fysioterapi, fodterapi, psykologhjælp og kiropraktorbehandling.



## Du skal opfylde to betingelser for at være berettiget til helbredstillæg:

- Tillægsprocenten skal være over 0
- Din likvide formue må ikke overskride gældende formuegrænse

Du kan højst få 85 % i helbredstillæg. Hvis du som pensionist fx har en tillægsprocent på 100, vil helbredskortet dække 85 % af udgiften. Hvis du som pensionist fx har en tillægsprocent på 50, vil helbredskort dække 42,5 % af udgiften.

På [www.borger.dk](http://www.borger.dk) kan du læse mere under tillæg til folke- og førtidspension under helbredstillæg.



### Udvidet helbredstillæg

Du kan søge kommunen om udvidet helbredstillæg. Du skal være berettiget til et almindeligt helbredstillæg, før du kan få et udvidet helbredstillæg. Med udvidet helbredstillæg kan du få tilskud til tandproteser, briller og fodbehandling, som du ikke kan få tilskud til efter Sundhedsloven. Du kan kun få et udvidet tilskud, hvis kommunen vurderer, at udgiften er nødvendig.

Du får tilskuddet som et engangsbeløb, og du skal søge om det, inden du bestiller eller får udført behandlingen.

**Du skal søge helbredstillæg via [www.borger.dk/foertidspension](http://www.borger.dk/foertidspension) eller henvende dig i Borgerservice efter forudgående aftale. Se kontaktoplysninger på side 6.**



## **Personligt tillæg**

Førtidspensionister, der er særlig vanskeligt stillet økonomisk, har mulighed for at søge om personligt tillæg.

Kommunen vurderer, om du kan få personligt tillæg på baggrund af dine samlede økonomiske forhold, hvor din formue, den sociale pension og alle andre indtægter indgår.

Et personligt tillæg kan ydes til nødvendige udgifter. Det kan fx være udgifter til betaling af tandbehandling og flytning, som ikke kan dækkes af andre former for tillæg.

## **Merudgifter**

Du kan som førtidspensionist på gammel ordning ikke få merudgifter, medmindre du har en BPA-ordning eller er bevilget kontant tilskud eller har opsat udbetalingen af folkepensionen.

**Du kan kontakte Pension og Merudgifter for at høre, om du kan søge merudgifter.**

**Se kontakt oplysninger på side 8.**

### Regler og pligter for alle førtidspensionister

#### **Brøkpensionister**

Brøkpension gives til borgere, der har boet i Danmark i mindre end 40 år, og derfor ikke har optjent den fulde ret til folkepension eller førtidspension.

Det kan fx være, hvis du har arbejdet flere år i udlandet, eller hvis du er kommet til landet i en sen alder.

Brøkpensionen bliver derfor beregnet ud fra det antal år, du har boet i Danmark.

Der er derfor mulighed for, at brøkpensionister søger om supplement til brøkpensionen på følgende måder:

- Folkepensionister kan søge om et løbende personligt tillæg
- Førtidspensionister før år 2003 kan søge om et løbende personligt tillæg
- Førtidspensionister efter 2003 kan søge tillæg efter Aktivlovens § 27a. Her gælder de samme regler som for kontanthjælp. Det betyder, at du ikke kan få supplerende hjælp, hvis du har andre indtægter eller en formue, der kan dække dit økonomiske behov. Tillægget skal søges på [www.borger.dk](http://www.borger.dk) som en enkeltydelse eller som et personligt tillæg

## Ændring i indkomst

Du har pligt til at meddele Udbetaling Danmark om ændringer i dine personlige og økonomiske forhold, der kan medføre ændringer i din pension. Det kan eksempelvis være:

- Du starter på en uddannelse
- Ændringer i din eller din ægtefælle/samlevers formue, fx hvis I arver
- Ændringer i din samlivsstatus, fx enlig, gift eller samlevende

## Udrejse

Du har pligt til at meddele Udbetaling Danmark om udrejse, hvis du rejser til et land udenfor EU/EØS og Schweiz i mere end to måneder.

Du skal oplyse om:

- Afrejsedato og forventet hjemkomstdato
- Størrelsen af evt. udenlandske indkomster under dit udlandsophold
- Den faktiske hjemkomstdato, dvs. den dato du kom hjem

Du kan opholde dig i udlandet i op til seks måneder i løbet af 12 måneder, uden det får betydning for din pension. Dog er det en betingelse, at du har reel og faktisk bopæl i Danmark og er tilmeldt folkeregistret.

### **Efterlevelsespension og efterlevelseshjælp**

Er du og din samlever begge pensionister, og afgår den ene ved døden, vil den person, der stadig er i live (efterlevende), være berettiget til efterlevelsespension.

Ved efterlevelsespension har du mulighed for at få din ægtefælles pension udbetalt i tre måneder oveni din egen pension. Efter de tre måneder overgår du til at være enlig pensionist, hvilket betyder at du vil være berettiget til en højere pension fremover.

#### **Betingelser for efterlevelsespension:**

- I skal have haft fælles bopæl/folke-registeradresse på dødstidspunktet
- I skal begge modtage pension

Du har mulighed for at modtage efterlevelseshjælp, hvis du ikke er berettiget til efterlevelsespension.

#### **Betingelser og satser:**

Du kan læse mere om betingelser for at modtage efterlevelseshjælp eller -pension samt se de forskellige satser på [www.borger.dk/efterlevelseshjaelp](http://www.borger.dk/efterlevelseshjaelp).

**Hvis du har spørgsmål vedr. efterlevelsespension eller efterlevelseshjælp skal du kontakte Udbetaling Danmark. Se kontaktoplysninger på side 8.**

## **Bolig og støtte**

De fleksible afklaringspladser for socialt udsatte er et herberg med plads til ni borgere efter Servicelovens §110.

De fleksible afklaringspladser er et tilbud til dig, der har særlige problemer, og som:

- Er over 18 år
- Er hjemløs eller aktuelt ikke kan opholde sig i egen bolig
- Har et ønske om at skabe forandring i livet og er motiveret for at modtage hjælp og støtte
- Har behov for omsorg, hjælp og støtte til at etablere en selvstændig og stabil tilværelse i egen bolig
- Kan tage ansvar for sig selv og er selvhjulpnen i forhold til hygiejne, mobilitet og rengøring, da vi ikke har døgnvagt
- Er aktivt boligsøgende
- Ikke har et forbrug eller misbrug af alkohol og/eller andre rusmidler



I de fleksible aflastningspladser arbejder vi aktivt med at imødekomme dine behov for særlig støtte. Vi hjælper dig til at sætte dine egne ressourcer i spil, så du på sigt kan navigere hensigtsmæssigt i dit liv. Vi yder også rådgivning, vejledning, koordinering og opfølgning i forhold til fastsatte mål, som du selv er med til at definere. Vi hjælper dig desuden med at navigere i, hvor og hvordan du kan få hjælp til dine konkrete udfordringer, ligesom vi hjælper dig med at finde ud af, hvilke konkrete tilbud, der er relevante for dig.

**Du kan høre mere om tilbuddet ved at kontakte Visitationen:**

**Telefon: 4031 7461**

### **Åbningstider:**

<b>Mandag:</b>	<b>9-19</b>
<b>Tirsdag og onsdag:</b>	<b>9-15.30</b>
<b>Torsdag:</b>	<b>9-17</b>
<b>Fredag:</b>	<b>9-14</b>

**Herberget ligger på Ishøj Søvej 3, 2635 Ishøj.**



## **Socialpædagogisk vejledningscenter**

Ishøj Kommune tilbyder åben vejledning til dig med psykisk funktionsnedsættelse og særlige sociale problemer.

Du tilbydes hjælp til selvhjælp, støtte til at komme tilbage på sporet, afklarende samtaler, generel vejledning og evt. guidning videre i det offentlige/frivillige system. Vejledning kan fx vedrøre sociale og økonomiske problemstillinger, hjælp til at læse, forstå og handle på post eller støtte til brug af digitale løsninger.

Som udgangspunkt kan du max få tre vejledninger per måned af max 30-45 minutters varighed. Hvis du har behov for mere intensiv eller fast støtte, kan du blive henvist til myndighedsafdelingen med henblik på udredning/vurdering af dit støttebehov.

Du finder os på Rådhuset, Ishøj Store Torv 20, 6. sal, 2635 Ishøj.

### **Åbningstider:**

<b>Mandag og tirsdag:</b>	<b>9-12</b>
<b>Onsdag:</b>	<b>Lukket</b>
<b>Torsdag:</b>	<b>14-17</b>
<b>Fredag:</b>	<b>Åben efter aftale</b>