

Ældre Sagen

Glostrup Medlemsblad og arrangementer 1. halvår 2025

Kom 4. december og hør om de nye aktiviteter og ture - se bagsiden



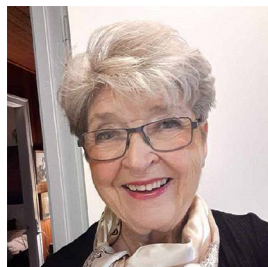
Bestyrelsen



Jens Marcussen
Formand



Steen Ledsager
1. Næstformand



Kirsten Østergaard
2. Næstformand



Povl Lupin
Kasserer



Christian Lassen
Bestyrelsesmedlem



Ellen Margrethe Krabbe
Bestyrelsesmedlem



Dorthe Rulffs
Bestyrelsesmedlem



Jan Kenno Brundby
1. Suppleant



Helle Østergaard Nielsen
2. Suppleant

Forside: Fra busturen til Bosjø Kloster 15. maj 2024

Oplag: 3100 eksemplarer. (Husstande modtager kun ét eksemplar)

Tryk: Stenby Tryk

Redaktion: Jens Erik Larsen (opsætning), Jens Marcussen og Steen Ledsager



Kære medlemmer

Kære medlemmer. Velkommen til første halvårs lokale medlemsblad for Glostrup 2025. Her finder I en samlet oversigt over, hvilke aktiviteter vi har planlagt for perioden, både de faste og enkeltstående aktiviteter, samt hvem vi samarbejder med udover andre lokalafdelinger.

Aktiviteter

Her skal der lyde en tak til de mange medlemmer, der tilmelder eller benytter sig af den mangfoldighed af forskellige aktiviteter, vi gennemfører i Glostrup. Dels de faste som Badminton, Besøgsvenner, Bisiddere, Bowling, Dart, Demenscafé, IT hjælp, Krolf, Petanque, Syng dig glad, Tryghedsopkald, Tennis og Det Ældre og sundhedspolitiske netværk ÆSN. Og ikke mindst den faste stab af dybt engagerede frivillige, der står for den enkelte aktivitet, uden disse ville det ikke kunne lade sig gøre. Tak for det.

Derudover har vi et Aktivitetsudvalg, der består af en række opfindsomme frivillige, der planlægger og gennemfører de øvrige aktiviteter der gennemføres hvert halvår, med endog meget stor tilslutning og i flere tilfælde med flere af den samme aktivitet, hvor det er muligt. Vi ser også en stigende tilslutning fra andre lokalafdelinger, som finder vores program tiltrækkende og spændende. Vi havde igen rekordmange tilmeldinger i andet halvår 2024, og med det spændende program Aktivitetsudvalget har planlagt for det kommende halvår, forventer vi igen stor tilslutning. Alle disse aktiviteter er beskrevet i medlemsbladet og præsenteres 4. december i Aktivitetscentret. **Medlemmer og frivillige**

Vi oplever glædeligvis en flot vækst i antal medlemmer. Vi nærmer os snart 4.000 medlemmer i Glostrup, og på landsplan har Ældre Sagen nu rundet 1 mio. medlemmer. I Glostrup har vi rundet de 100 frivillige, og på landsplan omkring 20.000 frivillige organiseret i 215 lokalafdelinger.

Der sker løbende en udvikling af frivillige, og til de igangværende aktiviteter, mangler vi for tiden følgende:

Aktivitetsudvalget: En person der er med til at organisere udvalgets planer af det kommende halvårs arrangementer. Dette inkluderer træning, opfølgning og motivation for at sikre, at du føler dig værdsat og effektive i rollen, og dermed være med til at føre planerne ud i livet til glæde for de mange tilmeldte.

En **"Hjælpende hånd"** der kommer hjem til de medlemmer, der har behov for hjælp til mindre opgaver i hjemmet i samarbejde med kontoret, der vurderer opgavens omfang, dog ikke håndværks opgaver.

Besøgsvenner der har lyst til at besøge en person efter aftale. Dette i sam-

fortsat fra forrige side

arbejde med vor koordinator på området, der hjælper med at finde og matche besøgsvenner til medlemmer, som ønsker selskab. Det kræver, at der er god kommunikation og planlægning for at sikre, at besøget fungerer for begge parter.

Redaktør af det medlemsblad du sidder med i hånden, der har ansvar for at koordinere og redigere indholdet af medlemsbladet, hvilket inkluderer at indsamle artikler, redigere indhold, kontakt med trykkeri og sikre, at bladet bliver udgivet rettidigt.

Så har du mod på og lyst til en af disse opgaver, og måske en baggrund rent fagligt, hører vi meget gerne fra dig. For alle roller vil du få tilbudt kurser i Sekretariatet på Amager som vil klæde dig på til opgaven. Henvend dig til mig (Jens Marcussen) tlf. 22657400 eller send en mail, som kan gøres direkte på hjemmesiden.

Samarbejde

Vi har med stor tilfredshed fået samarbejdet med dels kommunen og flere af dens afdelinger godt i gang, og afholder nu jævnligt møder med de ansvarlige indenfor hver deres områder. Det gælder både på det sociale, sundhedsmæssige område, men også indenfor andre områder, og ser en betydelig imødekommethed overfor Ældre Sagens mærkesager, som vi håber kommer til udtryk fremadrettet. Glostrup Kommune har været meget imødekommende overfor vort ønske om nye faciliteter, som de af Jer der kommer i vores nuværende lokaler sikkert kan nikke genkende til. Her forventer vi at flytte til nye tidssvarende foreningslokaler primo 2025, mere herom senere i nyhedsbrevene. Vi har ligeledes et samarbejde med Røde Kors, hvor vi har aktiviteter som Røde Kors ikke har og omvendt, det drejer sig eksempelvis om bisiddere og vågetjeneste. Endelig arbejder vi også sammen med Aktivitetscenteret, hvor vi dels kan anvende deres lokaler ifb. med forskellige aktiviteter som Demens café og andre arrangementer, som brugerne kan deltage i.

Kontoret

Vi har lyttet til medlemmernes ønsker om andre åbningstider end den faste tirsdag kl. 10.00-12.00, da rigtig mange deltager i en eller anden form for aktivitet om formiddagen, og indførte en ny åbningsdag torsdage kl. 13.00-15.00, således at man har mulighed for fysisk at besøge os, og stadig i dagslys. Der er blevet taget godt imod det nye hold, og efterhånden ser vi flere der benytter sig af det.

Du sidder nu med det nye medlemsblad i hånden, fyldt med en række spændende muligheder for at deltage i de faste arrangementer eller nogle af de udflugter vi tilbyder dig som medlem, så rigtig god fornøjelse med læsningen.

Jens Marcussen

Arrangementer 1. halvår 25	Dato	Seneste tilmelding	Side
Intro af program for 1. halvår 2025	4. december 24	28. november	32
Nytårskur	12. januar 2025	3. januar 2025	19
Søndagscafé: Jennet Ulrikkeholm	26. januar	20. januar	16
Rundvisning i Grundtvigskirken	4. februar	30. januar	19
Rundvisning på Nordisk Film	7. februar	29. januar	22
Søndagscafé: Besøg af en hospitalsklovn	23. februar	17. februar	16
Rundvisning på Ragnarok Musicon	12. marts	29. januar	19
Søndagscafé: Gospel kor	9. marts	3. marts	18
Frokost før Årsmøde	16. marts	6. marts	21
Årsmøde	16. marts	ingen	21
Roskilde Kloster	18. marts	4. marts	22
Søndagscafé: Indblik i teaterverdenen	23. marts	17. marts	17
Rundvisning på Glostrup Vandværk	2. april	18. marts	23
Grill	6. april	1. april	25
Gåtur Farum inkl. Immigrantmuseet	10. april	3. april	24
Gåtur: Thomas Dambo træfigurer	24. april	15. april	24
Danmark Spiser Sammen	25. april	15. april	25
Søndagscafé: The2Tops	27. april	22. april	17
Rundvisning på Carlsberg + frokost	30. april	22. april	23
Grill	2. maj	25. april	25
Rundvisning på Politigården	8. maj	22. april	28
Rundvisning på Lille Mølle	13. maj	30. april	27
Vinsmagning	13. maj	6. maj	29
Løvspringstur til Dyrehaven	16. maj	8. maj	24
NKT museet og Kunstmuseet i Odsherred	17. maj	8. maj	27
Bustur til Samsø	20. maj	12. maj	29
Rosenborg Slot	23. maj	9. maj	28
Søndagscafé: Musik med Jesper Bove	25. maj	19. maj	18
Intro af program for 2. halvår 2025	27. maj	20. maj	32
Bustur til Femern tunnelen og Maribo	2. juni	20. maj	30
Knud Rasmussens Hus og sandskulpturer	6. juni	20. maj	31

KOBBERNETTET ER UNDER NEDLUKNING - UNGDÅ AT MISTE DIT FASTNETNUMMER

Flyt dit fastnetnummer til mobilen

- eller til en fastnettelefon med simkort

Fra kun kr. **38,-** MD

***SÆRPRIS**

som medlem af Ældre Sagen

749,-

med Fastnet.nu
abonnement
Vejl. 899,-

doro 4100H
til SIM-kort



* Ring 70 30 00 37, bestil abonnement og oplys dit Ældre Sagen medlemsnummer

5G INTERNET

Lynhurtigt bredbånd
til hjemmet og på farten.

Billigt og fleksibelt internet til hjemmet
og/eller sommerhuset.
Sæt simkort i en tablet/PC eller Wifi-router,
så har du lynhurtigt internet på et øjeblik.

219,-
kr./md.

Min. pris i 6 mdr.
kr. 1.314,-

Sæt abonnement på
pause i de måneder,
hvor du ikke bruger det*

* Hvilken de abonnement t koster
kun kr. 39,-/md.

Fastnet.nu

- Fastnet, mobil & bredbånd

Du kan være tryk i vores selskab

Læs mere på www.fastnet.nu
- eller ring 70 30 00 37

Kontaktpersoner

Kontor:

Stationsparken 18, tlf. 4344 0433
2600 Glostrup

Åbent:

**tirsdage kl. 10-12 og torsdage
13- 15**

(mellem 7. januar og 19. juni
2025). Bemærk, at tlf. ikke aflyttes
uden for åbningstiden

E-mail: aesglostrup@gmail.com (mail læses uden for kontorets åbningstid)

CVR-nr.: 10625408

Hjemmeside:

www.aeldresagen.dk/glostrup



Formand:

Jens Marcussen tlf. 2265 7400
fm.glostrup.161@aeldresagen.dk

Næstformænd:

Steen Ledsager tlf. 2011 2711
Kirsten Østergaard tlf. 4019 9944

Kasserer:

Povl Lupin tlf. 5059 5635
ks.glostrup.161@aeldresagen.dk

Bestyrelsesmedlemmer og suppleant:

Christian Lassen tlf. 2025 3272
Ellen Margrethe Krabbe tlf. 2618 6711
Dorte Rulffs tlf. 6012 2933
Jan Kenno Brundby tlf. 50917295
Helle Østergaard Nielsen tlf. 22781742

Kontaktpersoner for faste
aktiviteter: Se side 12, 13 og 14

Besøgsvenner:

Dorte Rulffs tlf. 2393 3717
aeldrespis@gmail.com

Tryghedsopkald:

Lis Bondo Clausen, tlf. 2515 6105

Demenscafé:

Hanne Søby, tlf. 3058 2373

Bisidder:

Steen Ledsager tlf. 2011 2711

Arrangementer og aktiviteter:

Jens Erik Larsen tlf. 2119 1442
aesglostrup@gmail.com

it-hjælp:

Kontakt kontoret, tlf. 4344 0433
aesglostrup@gmail.com (mail læses uden
for kontorets åbningstid)

Ældre Sagens hovedkontor

Tlf. 3396 8686 (mellem kl 8 og 16 (fredage
til kl. 15) og mail:

aeldresagen@aeldresagen.dk

Har du mistet dit medlemskort, kan du ringe til Medlemsservice på tlf. 3396 8689 (mellem kl. 10 og 15 (torsdage til kl. 18)).

Rådgivning er åben for henvendelser på tlf. 7089 0081 mandag, tirsdag, onsdag og fredag mellem kl. 10 og 14 samt torsdag mellem kl. 14 og 18

**Støt vores
annoncører, de
støtter os**

Temamøde for pårørende

22. oktober 2024 afholdt Ældre Sagen Glostrups ældre- og sundhedspolitiske netværk, ÆSN et arrangement for pårørende til svækkede ældre i Aktivitetscenteret på Sydvestvej.

45 deltagere havde fundet vej til arrangementet, hvor to fagfolk fra Ældre Sagens landsdækkende telefonrådgivning fortalte om de spørgsmål, de møder i hverdagen. Louise Sand fortalte om de muligheder og rettigheder, man har som ældre, der søger hjælp til at klare hverdagen og Susanne Holm gennemgik de juridiske aspekter i forbindelse med fuldmagter generelt og fremtidsfuldmagter i særdeleshed.

Mange af deltagerne blev overraskede over de faldgrupper, der kan være i forbindelse med oprettelse af de forskellige fuldmagter og værgemål. Ikke mindst den lange ventetid, der er i Familieretshuset, som er den offentlige myndighed, der står for godkendelse og iværksættelse af de fremtidsfuldmagter, værgemål o.a., der udformes.

Så det er et godt råd at konsultere Ældre Sagens telefonrådgivning (tlf . 7089 0081), når man overvejer at oprette fuldmagter eller ved indsættelse af værger for mennesker, der ikke er i stand til selv at klare deres økonomiske forhold.

Udfordringer hos pårørende

En af formålene ved temamødet var også at se, om der var grobund for nogle pårørende samtalegrupper. *fortsættes næste side*



fortsat fra forrige side

Som pårørende er man nært knyttet til en person, fx en ægtefælle, et familiemedlem eller en nær ven, der er svækket eller svært udfordret af sygdom. Mange pårørende gør en stor forskel, og som pårørende kan man komme til at stå med mange forskellige opgaver, der kræver tid og overskud, og mange pårørende oplever, at de ikke har meget tid til sig selv og deres egne interesser. Nogle pårørende risikerer at blive ramt af ensomhed og isolation.

De fleste pårørende hjælper gerne, når der er brug for det. Men mange oplever, at de ikke bliver anerkendt og støttet i deres indsats, og at samarbejdet med professionelle kan være vanskeligt.

Hvis du selv kunne være interesseret i at høre mere om Ældre Sagen Glostrups samtalegrupper for pårørende, så skriv til aesglostrup@gmail.com. Så kontakter vi dig så hurtigt som muligt.

Omsorgsdage til pårørende

Som lønmodtager har du ret til at afholde fem omsorgsdage til pårørende om året. Omsorgsdage kan afholdes, hvis du skal give omsorg til en nærtstående, der har behov for væsentlig omsorg eller støtte på grund af en alvorlig helbreds- mæssig tilstand.

Det kan være omsorg eller støtte i en situation, hvor det er nødvendigt at følge en, der er alvorligt syg eller er under udredning for en alvorlig sygdom. Det kan fx være demens, kræft, Alzheimer eller Parkinson. Læs mere på aeldresagen.dk

Steen Ledsager

Ny Sundhedsreform og Ældrelov

Selv om vedtagelsen af den nye Sundhedsreform ikke er helt på plads endnu, er der her nogle bud på nogle af de vigtige elementer i udspillet, som vil få betydning for de fleste af os.

Østdanmark bliver til en region, idet Region Sjælland og Region Hovedstaden bliver slået sammen til en region, der kommer til at rumme ca. halvdelen af Danmarks indbyggere. Der er flere argumenter for det, men det væsentligste er nok, at lægedækningen og sundhedstilbuddene i Region Sjælland har haft store udfordringer, der har bevirket lange ventetider og store transportafstande for

fortsættes næste side

fortsat fra forrige side

borgerne. At komme til en speciallæge har også været en stor udfordring for beboere i Region Sjælland. Nu vil man med ”pisk og gulerod” forsøge at fordele ressourcerne bedre ved at gøre to regioner til én.

Noget andet nyt er, at **Regionerne nu får et større ansvar for borgernes sundhed/behandling** helt ud i kommunerne også efter en indlæggelse på sygehuset. Dvs. mange af de opgaver som kommunerne har forsøgt at løse med forskelligt held og dygtighed. En af udfordringerne for kommunerne har været, at mange har for få indbyggere til at kunne etablere alle de nødvendige lokale sundhedstilbud og forebyggelsesindsatser. Især i en tid hvor vi bliver flere ældre og dermed mere plejekrævende. En meget stor del af de kommunale udgifter og sundhedsudgifterne generelt går til ældre over 80 år, som i kraftig stigning i antal.

Kommunernes opgaver bliver således reduceret på det sundhedsmæssige område. Ærgerligt nok vil de nye love nok også betyde, at de kvalitetsstandarder for ældreplejen i kommunerne som de ellers har skulle lave hvert år nu bliver afskaffet. Der bliver derfor ingen nem mulighed som borger for at klage over de tilbud, eller mangel på samme, som kommunerne tilbyder borgerne på ældrecentre og i hjemmeplejen. På samme måde bliver de **regelmæssige tilsyn med ældrecentre stort set afskaffet** og erstattet med en Whistleblowerordning, hvor borgere, medarbejdere og andre kan henvende sig, hvis de støder på dårlige forhold.

Positivt er det, at det som i dag hedder **midlertidige pladser** i kommunerne – sengepladser til borgere der ikke kan klare sig selv hjemme fx efter et hospitalsophold - nu bliver gratis da de bliver overtaget af regionerne. Hidtil har man i langt de fleste kommuner selv skulle betale for opholdet, samtidig med at betalte husleje mm i sin egen bolig. På trods af at det var af sundhedsmæssige årsager, at man ikke selv kunne klare sig i egen bolig.

Der er jo også kommet en nu Ældrelov, som er den der **frisætter kommunerne for kvalitetskravene**, som nævnt ovenfor. Så nu er der 3 love som vi borgere skal forholde os til, for at finde ud af hvad vi kan få/har krav på af hjælp: Serviceloven, Sundhedsloven og Ældreloven. Sundhedsministeren og Ældreministeren har imidlertid lovet, at se på sammenhængen mellem de nye love. For hvornår høre man hjemme under Sundhedsloven, og hvornår hører man hjemme under Ældreloven. Er det et spørgsmål om alder!

Hvis ovennævnte har din interesse, kan du læse meget mere på Ældre Sagens hjemmeside aldresagen.dk

Steen Ledsager

Tilmelding til ture og arrangementer

Du kan tilmelde dig alle ture og arrangementer i 1. halvår 2025 **fra torsdag 5. december 2025 kl. 13.00 (inkl. ekstra åbningstid lørdag 7. december mellem kl. 10 og 12)**. Du kan tilmelde dig på to måder:

- På hjemmesiden www.aeldresagen.dk/glostrup
- Personligt fremmøde på kontoret (i åbningstiden - se side 7)

Framelding og tilbagebetaling

Du kan fortryde og få dine penge igen indtil dagen for sidste tilmelding ved at oplyse dit kontonummer til kontoret. Herefter kan du ikke få penge tilbage, medmindre arrangementet bliver aflyst, eller vi fra ventelisten finder en anden deltager, som betaler. Vi har en bagatelgrænse for tilbagebetaling, således at deltagerbeløb under 50 kr. ikke vil blive tilbagebetalt. Vi udbetaler ikke kontanter.

Hjemmesiden

På hjemmesiden www.aeldresagen.dk/glostrup under Aktiviteter finder du den tur/arrangement, du vil tilmelde dig. Udfyld felterne, betal med Dankort eller MobilePay, hvorefter du kan udskrive en kvittering. Det er vigtigt, at både telefonnummer og e-mail adresse (hvis du har en) er udfyldt, så vi kan kontakte dig, hvis der skulle ske ændringer eller aflysning. Dette gælder også, hvis du ”kun” kommer på venteliste. **Uden kontaktinfo, går vi ved ledige pladser videre til den næste på ventelisten.**

Fremmøde på kontoret

Du kan tilmelde dig på kontoret i åbningstiden. Medbring dit medlemskort. Betal med Dankort (husk også MitID), MobilePay eller kontanter (dog helst med lige penge). Du får en kvittering. Hvis du tilmelder en ven, skal du medbringe hans/hendes telefonnummer, e-mail adresse og fødselsdato (og gerne medlemsnr.). Kontorets åbningstid: Se nedenfor. **Ekstraordinært åbent** lørdag 7. december mellem kl. 10 og 12.

Tilmeldingsfrister

Vær opmærksom på, at de angivne tilmeldingsfrister er **seneste** tilmeldingsfrist. Mange arrangementer bliver ”udsolgt” før tid, så hurtig tilmelding tilrådes.

Kontoret åbner efter juleferien fra 7. januar 2025 - tirsdage mellem kl. 10 og 12 og torsdage mellem kl. 13 og 15 - til og med 19. juni.

Faste aktiviteter

Tilmelding via hjemmesiden

Badminton

Vi spiller i Glostruphallen, Hal 2 hver torsdag kl. 10 - 11 hele året. Vi har ingen undervisning, så du må gerne have spillet lidt før. Ketcher og bolde medbringer du selv.

Kontakt: Bente Beyer: Soren.beyer@icloud.com

Pris: Gratis (men husk tilmelding)



Bowling

Vi spiller hver tirsdag kl. 13:00 - 14:00 i Rødovre Bowlinghal, Rødovre Centrum 99, 2610 Rødovre mellem september og juni. Vi er aktuelt fuldt bookede, så det er kun muligt at spille (som gæstespiller) efter forudgående aftale med en af aktivitetslederne.

Kontakt: Niels Sørensen tlf. 6166 5860 eller

Lisbeth Brandis tlf. 2946 5153.



Dart

Vi spiller hver mandag kl. 12.30 - 15.00

(sommerpause mellem maj og august inkl.) på Skydebane 1 i kælderen under Glostruphallen. Kaffe og småkager medbringer man selv.

Kontakt: Jens Kristensen, tlf. 2714 7838

Pris: Gratis (men husk tilmelding)



Demenscafé Solkrogen

Solkrogen er mødested for mennesker med demens og deres pårørende. Caféen er et samarbejde mellem Ældre Sagen og Glostrup Kommune og er **åben 3. mandag i måneden** (undtagen juli) mellem kl. 14 og 16.

Kontakt: Hanne Søby tlf. 3058 2373.

Pris: Gratis (**ingen tilmelding**)



Faste aktiviteter, fortsat

Tilmelding via hjemmesiden

It-hjælp

Driller din it, er der frivillige på Biblioteket, der kan hjælpe dig hver onsdag mellem kl. 14:30 og 16:30. Er du dårligt gående eller har du en stationær pc, kan Ældre Sagens frivillige måske komme hjem til dig og hjælpe. Kontakt kontoret med beskrivelse af dit problem.



Krolf

Vi spiller i hold på 4 personer hver tirsdag kl. 10 på banen ved Aktivitetscentret, Sydvestvej 12.

Vores udstyr står på Aktivitetscentret.

Kontakt: Kurt Dons Laursen, tlf. 2936 7688

Pris: Gratis (men husk tilmelding)



Petanque

Vi spiller hver torsdag 13.00 - 15.00 fra april til oktober inkl. bortset fra helligdage. Vi bruger banerne, der ligger mellem Egeparken og Glostrup Hallen. Du medbringer selv egne kugler og kaffe og kage.

Kontakt: Jørgen Thomsen 2614 9883

Pris: Gratis (men husk tilmelding)



Syng dig glad

Hver anden torsdag mellem kl. 14.00 og 16.00 med start 12. september samles vi i underetagen i Medborgerhuset og synger gamle og nyere sange. Det er ikke et sangkor, men en sanggruppe. Alle kan deltage. Evt. kaffe må du selv medbringe. Max 50 deltagere.

Kontakt: Ruth Fabritius Petersen, tlf. 2650 2950.

Pris: 50 kr. for et år



Tryghedsopkald

Bor du alene, og har du ikke jævnlig kontakt med andre, kan du tilmelde dig denne ordning. Du bliver ringet op hver morgen mellem kl. 9 og 10. Tager du ikke telefonen, vil vi sørge for, at der kommer hjælp. Ring til Lis Bondo Clausen på tlf. 2515 6105 og hør nærmere samt evt. tilmelding.



Faste aktiviteter, fortsat

Tilmelding via hjemmesiden

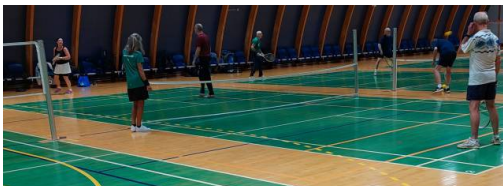
Tennis

Betaling for tennis dækker både uden-dørs i sommerhalvåret og indendørs i vinterhalvåret.

Til nye (uøvede) spillere har vi reser-veret en bane, så du kan spille med ligestillede. Vi har dog ikke mulighed for at tilbyde undervisning.



Udendørs spiller vi på tennisbaner-ne, Stadionvej 80, hver onsdag fra kl. 10.00 - 12.00 mellem 1. maj og 30. september. Man behøver ikke være et par eller et hold for at spille. Ketcher medbringer du selv sammen med go-de sko, som kan tåle at blive røde på grund af gruset.



Indendørs spiller vi fra oktober til april onsdage 11.00 - 13.00 i Hal 2 i Glostruphal-len. Vi spiller med skumbolde på badmintonbaner. Husk indendørssko.

Kontakt: Hanne Løvhøj, tlf. 2853 0968

Pris: Inkl. bolde 45 kr. for et år

Ældre - og Sundhedspolitisk Netværk - ÆSN

ÆSN er et netværk, Ældre Sagen i Glostrup har etableret for at hente og dele viden om vilkårene for og tilbuddene til de ældre i Glostrup. Netværket holder møde 3-4 gange om året, hvor der på forhånd udsendes en dagsorden, som afspejler aktuelle temaer.

Tilmelding til de enkelte møder sker via hjemmesiden. Orientering om mødedatoer vil komme i nyhedsbreve.

Kontakt: Steen Ledsager, tlf. 2011 2711

Pris: Gratis



Andre tilbud fra Ældre Sagen Glostrup

Har du lyst til at få en besøgsven

Savner du en at snakke med om stort og småt? Har du svært ved at komme ud, eller har du blot behov for lidt selskab til et spil kort eller lidt højtlesning? Så kan du få en besøgsven. Ring til Dorte på tlf. 2393 3717 og aftal nærmere.

Vil du gerne være besøgsven?

Vær med til at skabe samvær og nærvær. Som frivillig i Ældre Sagen kan du med aftalte mellemrum besøge ældre, der ikke har så stort netværk eller af fysiske årsager ikke kommer så meget ud. Ring til Dorte på tlf. 2393 3717 og få en snak om, hvad det indebærer at være besøgsven.

Handyman

Vi mangler p.t. en handyman.

Bisiddere

Har du brug for ekstra ører, når du skal til læge eller offentlige myndigheder, er du velkommen til at kontakte vores bisidder - se side 7. Der vil være fuld anonymitet. Se evt. artiklen side 9 i medlemsbladet for 2. halvår 2024.

Betingelser for at benytte disse tilbud

De frivillige hjælpere må ikke modtage betaling for arbejdet, men du skal afholde de udgifter, der er forbundet med opgaven, f.eks. til materialer eller eventuel kørsel. Bestilling af praktisk hjælp kan KUN ske ved henvendelse til kontoret.

Tilbud fra andre afdelinger af Ældre Sagen

Husk, at du som medlem af Ældre Sagen er velkommen til at benytte tilbud fra afdelinger over hele landet. Har du et sommerhus, kunne det måske være relevant at tjekke den lokale afdeling på internettet. Ellers se i bladet "Det Sker".

Modtagelse af bladet

Bladet omdeles af "brevduer" fra Ældre Sagen. Hvis din opgang er aflåst, og du ikke er hjemme, når omdeleren kommer forbi, kan det være, at dit blad ender på kontoret. Husk, at du altid kan læse bladet på vores hjemmeside. Ellers kom forbi på kontoret og få et blad.

Søndagscafeer (hyggeligt samvær, side 16 - 18)

Ansvarlig for alle søndagscafeer: Kirsten Østergaard, tlf. 4019 9944

Jennet Ulrikkeholm

Søndag 26. januar kl. 12.00 - 15.00

Jeannet er en helt fantastisk spændende kunstner: Mezzosopran, har studeret sang i mange år som professionel sanger. Spiller Guitar, cello klaver og guitarlut. Og meget mere. Man bliver forpustet af at nævne al det Jeannet beskæftiger sig med. Vi skal sammen glædes over at høre danske og franske kærlighedssange. Jeannet spiller selv og medbringer sangark, således at vi sammen kan få en sangoplevelse. Vi lover, at det bliver en oplevelse ud over det normale med foredrag, sang og fællessang.

Vi starter som sædvanligt med et par stykker smørrebrød inden musikken starter kl. 13.00, I pausen serveres kaffe og lidt sødt. Drikkevarer kan købes til rimelige priser. Kaffe og småkager i pausen. Drikkevarer kan købes til rimelige priser.

Pris: 165 kr. Ikke-medlemmer kr. 180 kr.

Sted: Aktivitetscentret, Sydvestvej 12

Tilmelding: Senest 20. januar



Besøg af en hospitalsklovn

Søndag 23. februar kl. 12.00 - 15.00

Hospitalsklovne er idealister som på deres helt specielle måde har forenet ”Mennesket i klovnen og klovnen i Mennesket”. Vi skal have besøg af en Hospitalsklovn, som vil fortælle en del af de gode og rørende beretninger, der er forbundet med at have påtaget sig en opgave. Det er ikke et sørgeligt foredrag, men en livsbekræftende oplevelse. (Var du allerede tilmeldt til arrangementet, som oprindeligt var planlagt til 20. oktober 2024, og ikke senere er frameldt, skal du naturligvis ikke melde dig til igen)

Vi starter med et par stykker smørrebrød inden foredrag. Drikkevarer kan købes til rimelige priser.

Pris: 165 kr. Ikke-medlemmer 180 kr.

Sted: Aktivitetscentret, Sydvestvej 12

Tilmelding: Senest 17. februar

Sjældent indblik i teaterverdenen

Søndag 23. marts kl. 12.00 - 15.00

Få et unikt indblik i livet bag scenen på Det Kongelige Teater med modist Pernille Rode, der fortæller om sit spændende liv gennem 34 år. Til hver forestilling skal der frembringes rekvisitter, kulisser og kostumer. Hør om de mange og alsidige opgaver, som en modist kan få undervejs i sit arbejdsliv. Her fremstilles alt fra englevinger til troldefødder, blomster, smykker, dyrehoveder og hatte. Hun medbringer billeder, rekvisitter og gode historier fra et eventyrligt liv i teatrets verden. En spændende og anderledes oplevelse venter os i denne dag.

Vi starter som sædvanligt med et par stykker smørrebrød, inden Pernille starter kl. 13.00. I pausen serveres en kop kaffe med sødt, arrangementet slutter kl. 15.00. Drikkevarer kan købes til rimelige priser.

Pris: 165 kr. Ikke-medlemmer 180 kr.

Sted: Aktivitetscentret, Sydvestvej 12



Tilmelding: Senest 17. marts

The2Tops

Søndag 27. april 12.00 - 15.00

The2Tops er en duo udover det sædvanlige... Duoen består af Simone Tandberg og Mette Ekeløf, som begge synger og spiller på mange instrumenter. De laver deres egne arrangementer af velkendte sange og sjove potpourrier fra 50'erne og opefter – bl.a. ABBA potpourri, danske evergreens og meget andet – og det kan være overordentligt svært at sidde stille, når duoen underholder. Der synges i smukke to-stemmige harmonier akkompagneret af keyboard, guitar, keytar og tenorsaxofon.

Vi starter med et par stykker smørrebrød inden musikken starter kl. 13.00, I pausen serveres kaffe og lidt sødt. Drikkevarer kan købes til rimelige priser.

Pris: 165 kr. Ikke-medlemmer 180 kr.

Mødested: Aktivitetscentret, Sydvestvej 12



Tilmelding: Senest 22. april

Musik med Jesper Bove

Søndag 25. maj 12.00 - 15.00

I mange år har Jesper Bove begejstret publikum med sit musikalske talent som guitarist og sanger. Vi havde i 2024 fornøjelsen af at stifte bekendtskab med Jespers alsidige talent og alsidige program. Mødet med Jesper var en sådan succes, at vi har valgt at gentage en søndagscafe med endnu et musikalsk møde.

Vi starter med et par stykker smørrebrød ,inden musikken starter kl. 13.00. I pausen serveres kaffe og lidt sødt. Drikkevarer kan købes til rimelige priser.



Pris: 165 kr. Ikke-medlemmer 180 kr.

Sted: Aktivitetscentret, Sydvestvej 12

Tilmelding: Senest 19. maj

Glostrup Gospel kor

Søndag 9. marts 12.00 - 15.00

Et brag af en koncert. Vi er stolte over, at kunne præsentere en koncert af denne dimension. Glostrup Gospel kor vil underholde på denne søndagscafe med en 1 times koncert.

Som sædvanligt starter vi kl.12.00 med at spise et par stykker smørrebrød sammen, hvorefter koncerten vil begynde kl.13.00. Ca. kl. 14.00 vil vi servere kaffe med lidt sødt. Drikkevarer kan købes til rimelige priser.

Pris: 165 kr. Ikke-medlemmer 185 kr.

Sted: Oplyses senere

Tilmelding: Senest 3 marts



Nytårskur for alle medlemmer i Glostrup

Søndag 12. januar 2025 kl. 13.00 - 15.00

Bestyrelsen og Aktivitetsudvalget vil gerne byde alle medlemmer Godt Nytår! Vi håber, alle er kommet godt ind i det nye år, at 2024 blev godt overstået, så vi fælles kan få taget godt fat i alle aktiviteter i 2025.

Pris: 40 kr.

Sted: Aktivitetscentret, Sydvestvej 12

Tilmelding: 3. senest januar 2025



Rundvisning i Grundtvigskirken

Tirsdag 4. februar 2025 kl. 8.00 - 11.00

Rundvisningen varer ca. 1 time og vi ser kirkerummet, krypten og kirkens tårn. Grundtvigskirken på Bispebjerg er en kirke bygget 1921-1940 til minde om præsten og digteren N.F.S. Grundtvig. Efter rundvisningen går vi til den nye skybrudspark designet af arkitektfirmaet SLA, som har haft fokus på at skabe flere mødesteder og mere biodiversitet. Turen er ikke for gangbesværede .

Pris: 25 kr. Ikke-medlemmer 30 kr. **Turleder:** Birgit Jørgensen, tlf. 4227 2667

Mødested: Glostrup st., spor 3 kl. 8.00

Tilmelding: 30. senest januar

Rundvisning på Ragnarok Musicon (Roskilde)

Onsdag 12. marts 9.30 - 15.00

Rundvisning med guide. Museet for pop, rock og ungdomskultur fokuserer på dansk ungdomskultur og musik fra 1950'erne og frem til i dag. Museet har såvel en permanent og midlertidige udstillinger, hvor man kan dykke ned i historien og opleve alt fra gamle vinylplader til moderne musikvideoer. Prøv at stå på scenen som en rockstjerne eller oplev Roskildefestivalens stemning gennem virtual reality, for selvfølgelig er Roskilde-festivalens liv en del af museet. Se også gamle billetter, plakater og merchandise fra festivalens tidlige år. Bygningen i sig selv er en attraktion med sin unikke og moderne arkitektur, der skiller sig ud i bybilledet.

Pris: 130 kr. Ikke-medlemmer 145 kr.

Mødested: Glostrup st. spor 3 ved venterummet

Turleder: Charlotte Brandt. Tlf. 2618 7929

Tilmelding: Senest 29. januar

Malerfirmaet Jan Dohlmann

Trænger boligen til
at blive frisket lidt op?

Så ring til den
dygtige malermester

Tlf.: 60 12 66 77

Dit ønske
- mit mål !



www.jandohlmann.dk

Frokost før Årsmøde

Søndag 16. marts kl. 12.00

Bestyrelsen indbyder medlemmerne til at spise fælles frokost inden Årsmødet. Vi hygger os over et par stykker smørrebrød og en øl/vand. Du får mulighed for at drøfte både vore lokale aktiviteter og Ældre Sagens generelle opgaver med bestyrelsen - eller bare hygge.



Pris: 95 kr. inkl. smørrebrød og 1 øl/vand

Sted: Aktivitetscentret, Sydvestvej 12 (bemærk flyttet fra biblioteket)

Tilmelding: Senest 6. marts

Årsmøde (kun for medlemmer i Glostrup)

Søndag 16. marts kl. 14.00

Iflg. vedtægter for Landsforeningen Ældre Sagens § 9.8 skal dagsordenen indeholde følgende punkter:

1. Valg af dirigent
2. Beretning om lokalbestyrelsens virksomhed til godkendelse
3. Forelæggelse af lokalbestyrelsens regnskab til udtalelse
4. Orientering om lokalbestyrelsen fremtidige virke
5. Indkomne forslag, som skal være lokalbestyrelsens formand i hænde senest 14 dage før mødet
6. Valg af bestyrelsesmedlemmer for 2 år
7. Valg af suppleanter for 1 år
8. Eventuelt

Kom og gør din indflydelse gældende, mød din bestyrelse og vær med til at påvirke den retning, lokalforeningen skal i. Vi serverer kaffe og kage.

Er du interesseret i at stille op til bestyrelsen, blive suppleant eller frivillig, er du meget velkommen til at kontakte et af bestyrelsesmedlemmerne. Tilmeld dig evt. frokosten før årsmødet.

Pris: Gratis

Sted: Aktivitetscentret, Sydvestvej 12 (bemærk stedet)

Tilmelding: Ingen, men medbring dit medlemskort.

Rundvisning på Nordisk Film

Fredag 7. februar 9.45 - 12.30

Træd indenfor på verdens ældste, stadig producerende, filmselskab. Guiden tager os med ind i en levende filmby, som siden 1906 har skabt store oplevelser for virkelig mange. Vi skal bl.a. opleve verdens ældste filmscene, hvor dansk stumfilms største mandlige stjerne, Valdemar Psilander, udfoldelse sit talent for skuespil. Vi får også chancen for at se Nordisk Films fine samling af originale kostumer fra Olsen Banden, Huset på Christianshavn og Matador. Vi glæder os: Det bli'r skidegodt! Turen er ikke egnet for kørestolsbrugere.

Efter besøget anbefales, at man i grupper besøger området omkring Tingstedet og falder ind på et af de mange spisesteder for en kop kaffe eller en frokost.

Pris: 130 kr. Ikke-medlemmer 145 kr.

Mødested: Glostrup st. spor 3 ved venterummet

Turleder: Charlotte Brandt. Tlf. 2618 7929

Tilmelding: Senest 29. januar

Rundvisning med guide på Roskilde Kloster

Tirsdag 18. marts kl. 10.30 - ca.13.00

På rundvisningen hører vi om klosterets spændende historie, lige fra Sortebrødre munkene stiftede Sankte Catharinae Kloster i 1231, om klosterperioden, omvæltningerne omkring Reformationen, oprettelsen af Roskilde adelige Jomfrukloster og helt frem til i dag, hvor klosteret fungerer som en selvejende stiftelse, og guiden fortæller sjove og spændende historier om Sortebrødre munkene, klosterlivet, de adelige jomfruer og det nutidige Roskilde Kloster. Efter rundvisningen vil klosterets lange og spændende historie stå lyslevende for den besøgende.



Efter rundvisningen vil der blive serveret vin og kage i Riddersalen.

Pris: 150 kr. Ikke-medlemmer 180 kr.

Sted: Glostrup st., spor 3, kl. 10.30

Turleder: Marianne Marcussen, tlf. 2220 7374

Tilmelding: Senest 4. marts

Rundvisning på Glostrup Vandværk

Onsdag 2. april kl. 15.00 - ca.16.30

På rundvisningen får vi indblik i vandværkets historie, det at udvinde vand i bynære områder som



Glostrup, hvordan vi søger at undgå for meget vandspild, udbygningsplaner (herunder om blødt vand). Og vi skal selvfølgelig også se selve vandværket. Der vil være kaffe i kantinen.

Pris: Gratis

Sted: Ørnebjergvej 7 senest kl. 14.50

Turleder: Jens Erik Larsen, tlf. 2119 1442

Tilmelding: Senest 18. marts

Rundvisning på Home of Carlsberg + frokost

Onsdag 30. april 9.30 - 14.30

Carlsberg blev grundlagt i 1847 af brygger J.C. Jacobsen, som lagde grundstenen til en moderne dansk bryggerivirksomhed. J.C. Jacobsens ønskede mere plads og ikke mindst rent vand, hvilket han fandt ved Valby bakke, hvor der løb rigeligt vand ud af skrænten i forbindelse med anlægget af jernbanen til Roskilde. Bryggeriets placering på et "bjerg" og sønnens navn Carl gav bryggeriet navnet: Carlsberg. I perioden 1881 - 1886 havde far og søn uoverensstemmelser om blandt andet produktionsmetoder, hvilket medførte, at Carl Jacobsen i 1882 åbnede et nyt bryggeri under navnet Ny Carlsberg. Samtidig ændrede J.C. Jacobsen navnet på sit bryggeri til Gamle Carlsberg. Efterfølgende frokost i Bjælkehuset i Søndermarken.



Pris: 375 kr. Ikke-medlemmer 410 kr.

Mødested: Glostrup st. spor 3 ved venterummet

Turleder: Charlotte Brandt. Tlf. 2618 7929

Tilmelding: Senest 29. januar

Gåture med oplevelser

Dette er en fællesoverskrift for gåture uden guide med et særskilt tema for hver tur. ”Lad være med at gå så hurtigt, at du ikke ser” - citat fra den norske film ”Songs of Earth”, kunne også være en overskrift for disse ture. Vi går ikke hurtigere, end at alle kan følge med. Deltagelse i turene er **gratis**, men du betaler selv for transport og evt. frokost. Nærmere oplysning hos turleder, men tilmelding via hjemmesiden.

Torsdag 10. april kl. 10.00 - 15.00

Denne tur går til **Farum**, hvor vi starter med at se **immigrantmuseet** (gratis entre). Derefter frokost for egen regning, fx på nærliggende Cafe Kaiser (men ingen reservation). Før vi tager tilbage til Glostrup, går vi en tur til Farum Sø.

Mødested Glostrup st. kl. 10.00. **Turleder:** Jens Erik Larsen, tlf. 2119 1442. **Tilmelding** senest 3. april.

Torsdag 24. april kl. 10.00 - 14.00

Målet for dagens gåtur er 2 træfigurer, **Tilde og Thomas på bjerget**, fremstillet af Thomas Dambo. Turen er ikke for gangbesværede, og er ca. 6 km.

Mødested: Glostrup st. spor 3 kl. 10.00. **Turleder:** Birgit Jørgensen, tlf.. 4227 2667. **Tilmelding:** Senest 15. april.

Fredag 16. maj kl. 10.00 - 14.00

Vores sædvanlige **løv-springstur** i **Dyrehaven**. Tager du ikke med toget fra Glostrup (10:19 med skift til C-linjen), skal du være på Klampenborg st. kl. 11.00. Den medbragte madpakke spises ved Eremitage Slottet. Evt. efterfølgende for egen regning kaffe mv. på Peter Liep.



Turleder: Mette Hansen, tlf. 4035 1704. **Tilmelding** senest 8. maj.

2 x grill arrangementer

Vi gentager vort hurtigst udsolgte arrangement, hyggei Aktivitetscentret med grill mad. Og doublerer med et ekstra arrangement, så flere får muligheden for at deltage. Udover steg og pølser på grillen byder vi på kartoffelsalat og grøn salat, efterfølgende kaffe og lidt sødt. Drikkevarer kan købes til rimelige priser.

Søndag 6. april 12.00 - 15.00 og

Fredag 2. maj 17.30 - 20.30

Pris: 150 kr.

Ikke-medlemmer 175 kr.

Sted: Aktivitetscentret,
Sydvestvej 12

Ansvarlig: Jens Marcussen,
tlf. 2265 7400 og Kirsten
Østergaard tlf. 4019 9944

Tilmelding:

Senest 1. april til 6. april

og senest 25. april til 2. maj



Danmark spiser sammen

Fredag 25. april kl. 12.00 - 15.00

For Ældre Sagen er det sammen med andre organisationer m.fl. vigtigt at bekæmpe ensomhed i Danmark. Det gør vi bl.a. med vores traditionelle spise-sammen arrangement.

Drikkevarer kan købes til rimelige priser. Vi serverer kaffe og småkager, mens vi sælger lodder til lotteri og synger et par sange.

Pris: Medlemmer 110 kr.

Ikke-medlemmer 130 kr.

Sted: Glostrup Bibliotek,
kælderen

Tilmelding: Senest

15. april





SPECIALKLINIK FOR TANDPROTESER

GRATIS TAND- PRO- TESER

– laver
vi ikke

men til
gengæld
har vi faste
lave priser

FOR EKSEMPEL:

Helprotese	7.219
Stål-unitor	11.452
Klikprotese med 3 tryklåse	13.861

Klinikken har **MERE END 52 ÅRS ERFARING. ALT** fremstilles på **EGET LABORATORIE**, hvilket giver optimal kvalitet og kortere behandlingstid. Ligger tæt på bus 300 S og S-tog. **RING** for **GRATIS** konsultation på **tf. 43 73 45 06**

KLINISK TANDTEKNIKER

Lise-Lotte Laugesen
Vallensbæk Strandvej 288
2665 Vallensbæk Str.
www.1tandbedre.dk

Rundvisning på Lille Mølle

Tirsdag 13. maj 10.00 - 14.30



Lille Mølle er den eneste bevarede af de gamle voldmøller på Christianshavns vold i den del af Københavns befæstning, der kaldtes Løvens bastion. Af den samlede befæstnings ca. 25 møller er der kun to møller bevaret, Kastelmøllen og Lille Mølle. Lille Mølle er en stor mølle, dog uden vinger. Den består af flere bygninger og i flere etager og kringelkroge og derfor ikke egnet for gangbesværede. Guiden fortæller fra hjertet

spændende livshistorier fra møllen, historier, som udfoldes på turen rundt i alle de originale rum med møbler og nips.

Vi slutter af med egne madpakker på fæstningsterrænet, alternativt Lagkagehuset, hvis vejret peger i den retning.

Pris: 135 kr. Ikke-medlemmer 150 kr.

Mødested: Glostrup st. perron 3 ved venterummet

Turleder: Charlotte Brandt. tlf. 2618 7929

Tilmelding: Senest 30. april

NKT museet i Odsherred inkl. Kunstmuseet

Lørdag 17. maj kl. 9.00 - ca. 18.00

NKT museet lå tidligere i Brøndby, men er flyttet til Asnæs (sammen med Odsherred Brandmuseum). Vi tager toget (flere skift) og benytter lejligheden til også at se Odsherred Kunstmuseum, som huser en fast udstilling af Odsherreds malerne, der kom til egnen omkring 1930 og som ønskede at genopdage det naturalistiske maleri. De var stærkt socialt engagerede i deres kunst og stiftede samtidig kunstnersammenslutningen Corner. Vi spiser for egen regning frokost på restaurant Bardolino i Asnæs Centret. Nærmere tidspunkter oplyses til de tilmeldte.

Pris: 150 kr. Ikke-medlemmer 170 kr. (ekskl. transport og frokost)

Mødested: Glostrup st. kl. 9

Turleder: Jens Erik Larsen, tlf. 2119 1442.

Tilmelding senest 8. maj



Rundvisning på Rosenborg Slot

Fredag 23. maj kl. 10.00 - 14.00

Vi ser sammen med en guide det meste af det flotte slot og slutter selvfølgelig af i skattekammeret. Efter rundturen går vi til Kongens Have og spiser vore medbragte madpakker.

Pris: 160 kr.

Ikke-medlemmer 180 kr.

Mødested: Glostrup st.,
spor 3 kl. 9.50

Ansvarlig: Vinnie Hansen
tlf. 2022 9673



Tilmelding: Senest 9. maj

Rundvisning på Politigården

Torsdag 8. maj kl. 18.00 - ca. 20.00

En rundvisning på Københavns Politigård indeholder både arkitektoniske og historiske fortællinger. Rundvisningen indeholder bl.a. den ikoniske runde gård, som slet ikke skulle have været rund, og den firkantede gård, der i dag er mest kendt som mindegården. Alle rundvisningerne bliver varetaget af nuværende eller tidligere politifolk. Inden rundvisning skal den turansvarlige sende navne og adresser på deltagerne, som skal sendes til Politigården, inden vi komme. Ligeledes skal alle deltagere medbringe gyldigt billede ID.

Pris: Gratis, men ingen bespisning

Mødested: Politigården senest 17.50.

Turleder: Marianne Marcussen, tlf. 2220 7374 **Tilmelding:** Senest 24. april



Vinsmagning

Tirsdag 13. maj kl. 17.30 - 20.30

Vi får igen besøg af Ann og Ove fra Sola vine med sommer og grillvine som tema. Smag på skønne hvidvine, friske rosevine og smagfulde rødvine til grill. Vi serverer herudover vort populære tapas arrangement.



Pris: Medlemmer 260 kr. Ikke medlemmer 285 kr.

Sted: Aktivitetscentret, Sydvestvej 12

Ansvarlig: Kirsten Østergaard, tlf. 4019 9944.

Tilmelding: Senest 6. maj

Heldags bustur til Samsø

Tirsdag 20. maj kl. 6.00 - 21.00 (med forbehold)



Tidlig afgang fra Glostrup mod Kalundborg, hvor færgen til Ballen Havn venter. Sejltid ca. 90 min. Morgenmad indtages undervejs. Vi starter på Sydøen med en spændende fortælling om mange af øens 22 små byer, der hver især har en helt unik historie at fortælle. Bl.a. landarbejderbyen Ørby og hovedbyen Tranebjerg med det smukke nyrestaureerede Anton Rosen huset. Vi passerer de gamle middelalderkirker, øens eneste fyrtårn Vesborg og godset Brattinborg.

Vi gør hold i en af de små gårdbutikker, Svanegården og spiser, hvis alt går vel øens signaturret Kartoffelmad på Restaurant Perlen.

Om eftermiddagen venter Nordøen med en helt usædvanlig naturoplevelse. Både i området omkring Stavns Fjord med den hyggelige havneby Langøre og senere i det bakkede morænelandskab på Samsøs nordspids. Der bliver tid til et besøg i den idylliske by Nordby, hvor der kan opleves gadekær, klokketårn og bindingsværkshuse.

Hjemkomst til Glostrup (sent) efter en utrolig spændende og hyggelig dag på Samsø. **Vær opmærksom på, at morgenmad, frokost inkl. en genstand, eftermiddagskaffe med kage samt sandwich og drikkevarer til hjemturen er inkluderet i prisen.**

Pris: Medlemmer 775 kr. Ikke-medlemmer 800 kr.

Mødested: Glostrup Station (sted og præcis tid oplyses senere)

Turleder: Kirsten Østergaard, tlf. 4019 9944

Tilmelding: Senest 12. maj

Bustur til Lolland (Femern tunnelen, Maribo)

Mandag 2. juni kl. 8.30 - ca. 15.00

Om ca. fire år kan man køre igennem verdens længste sænketunnel til Puttgarten. På udstillingen i Rødbyhavn får vi et foredrag på en halv time, og fra udstillingsplatformen kan vi følge med i arbejdet, før vi går ind i udstillingscenteret og ser billederne af byggeriet.



Efter besøget på Femern kører vi Cafe Lysemose, der ligger med udsigt til Maribo Søerne. Her får vi smørrebrød og en genstand, kaffe og kage. Vi slutter med en times sejltur på de smukke Maribo søer.

Pris: 630 kr. Ikke-medlemmer 660 kr.

Mødested: Busholdeplads, Glostrup kl. 8.30

Turleder: Marianne Marcussen, tlf. 2220 7374

Tilmelding: Senest 20. maj

Budgetaftale Glostrup 2025 – hvad betyder den på ældreområdet?

I mange år har vi været forvendt med mange besparelser på ældreområdet, når politikerne på rådhuset har skulle få enderne til at nå sammen. På trods af de mange stemmer der er til kommunalvalget i den store ældre befolkning, har vi ikke haft politikernes øre. I år lader det til ifølge budgetaftalen for 2025, at ældreområdet denne gang ikke har måtte holde for. På flere områder er der endda tale om forbedringer:

Der er afsat flere midler til rengøring på Ældrecentrene, og den nuværende ordning med rengøring kun hver 3. uge hos de hjemmehjælpsmodtagere der er visiteret til det bliver afløst af rengøring hver 14. dag. De aflyste afgang på Servicebussen bliver også rullet tilbage. En nærmere køreplan bliver fastlagt.

Som en del af Masterplanen oprettes 5 nye plejehjemspladser. Produktionskøkkenerne bliver også renoverede og udvidede og plejecenter Hvissinge bliver gradvist renoveret. Åbningstid og tilgængelighed i ældreområdets visitation udvides.

Egentlige besparelser er der således ikke. Måske nogle forringelser i de Kvalitetsstandarder kommunen lovpligtigt skal lave hvert år.

Steen Ledsager

Knud Rasmussens Hus og sandskulpturer i Hundested

Fredag 6. juni kl. 9.00 - ca. 18.00

Vi starter med at se på sandskulpturerne, som ligger tæt på stationen. Derefter spiser vi frokost, madpakke eller på restaurant, før vi besøger Knud Rasmussens hus, hvor der er rundvisning kl. 13.00 med en varighed på ca. 2 timer.

Knud Rasmussen var en grønlandsk/dansk polarforsker, der udforskede Grønland på adskillige ekspeditioner. Hans hus er indrettet som en mindestue.



Transport, frokost og adgangsbillet til sandskulpturer er for egen regning. Turen er med ca. 6 km ikke for gangbesværede.

Pris: 135 kr. Ikke-medlemmer 155 kr.

Mødested: Glostrup st., spor 3, kl. 9.00

Ansvarlig: Birgit Jørgensen, tlf. 4227 2667

Tilmelding: Senest 22. maj

KLINIK LAVENDEL

v/Hanne Olsen

Brøndbyøster Boulevard 6, 1.sal, 2605 Brøndby

Jeg tilbyder behandling med infrarødt varmetæppe, som giver lindring og velvære til både krop og sjæl.

Ring og aftalt en tid med mig på tlf. +45 3043 0810

Se også på min hjemmeside
www.lavendel.dk, her kan du se, hvilke andre behandlinger du kan få i klinikken.

Som medlem af ÆldreSagen får du 10% på behandlingen



Hyggeaften med introduktion af aktiviteterne i 1. halvår 2025

Onsdag 4. december 2024 kl. 19.00 - 20.30

Aktivitetsudvalget afholder hyggeaften med kaffe/te og småkager, hvor vi i løbet af aftenen vil præsentere de enkelte aktiviteter, så du har mulighed for at stille eventuelle afklarende spørgsmål. Du er i løbet af aftenen meget velkommen til at komme med forslag til kommende arrangementer (fra 2. halvår 2025). Bemærk, at der først vil være mulighed for tilmelding via hjemmesiden fra torsdag 5. december kl. 13.00. Vi har ekstra bemanning på kontoret den torsdag samt ekstra åbent lørdag 7. december mellem kl. 10 og 12.

Pris: Gratis (men tilmelding nødvendig) **Sted:** Aktivitetscentret, Sydvestvej 12

Ansvarlig: Jens Erik Larsen, tlf. 2119 1442.

Tilmelding: Senest 28. november

Og sæt allerede nu kryds i kalenderen til informationsmøde om arrangementerne i 2. halvår 2025. Det bliver tirsdag 27. maj 2025.

Lokale bedemænd i **GLOSTRUP**



Katja Rohde og Per Hansen

43 96 00 83

Træffes hele døgnet

Forudbetalt Begravelse

- planlæg din begravelse på en god og værdig måde

Med en forudbetalt begravelse betyder det, at meget er aftalt på forhånd, samt at der er betalt for bedemandens ydelser og service. Dette uanset hvor gammel du bliver, og uanset hvor meget priserne stiger, så har du med en Forudbetalt Begravelse sikret dig bedemandens service og produkter til dagens pris.

**Begravelse Danmark er ikke ejet af privatpersoner
- men derimod af de flere end 40.000 opsparende i
Begravelseskassen Danmark.**

Læs mere på Begravelseskassen Danmark www.forudbetalt.dk



Du er altid velkommen i vores forretning for mere information eller for at få et gratis eksemplar af **Min sidste Vilje**

