

# Ældre @ Sagen

NYBORG • ULLERSLEV

Nr. 109

oktober - november - december 2024





# Få en professionel og grundig synsprøve hos Nyt Syn Nyborg Optik

Nyt Syn Nyborg Optik  
Nørregade 18, 5800 Nyborg  
65 31 10 10, [nytsyn.dk/nyborg](https://nytsyn.dk/nyborg)



**nyt syn.**

## ÆLDRE SAGEN NYBORG-ULLERSLEV

Adelgade 6, 5800 Nyborg. **Telefon 3025 5455**, e-mail: [as.nyborg@mail.dk](mailto:as.nyborg@mail.dk).

Hjemmeside: [aeldresagen.dk/nyborgullerslev](http://aeldresagen.dk/nyborgullerslev).

Kontoret er åbent tirsdag, onsdag og torsdag kl. 10-12. Juleferielukket fra 10/12-2024 til 7/1-2025.

### Bestyrelsens medlemmer:

Formand: Peter Enevold	4081 8675	<a href="mailto:peenevold@gmail.com">peenevold@gmail.com</a>
Irma Trebbien, 1. næstformand	2085 3554	<a href="mailto:irmatrebbien@gmail.com">irmatrebbien@gmail.com</a>
Karin Jensen, 2. næstformand	5329 6536	<a href="mailto:oveogkarin@gmail.com">oveogkarin@gmail.com</a>
Lizzi Petersen	2295 0967	<a href="mailto:lizzi.petersen@gmail.com">lizzi.petersen@gmail.com</a>
Dorit Myltoft	2369 5318	<a href="mailto:dorit.myltoft@gmail.com">dorit.myltoft@gmail.com</a>
Ole Wildt-Andersen	2894 5153	<a href="mailto:owildtandersen@gmail.com">owildtandersen@gmail.com</a>
Hans Juhl Jørgensen	4240 4022	<a href="mailto:hansjuhl@mail.dk">hansjuhl@mail.dk</a>
Hans Mikkelsen	2498 9432	<a href="mailto:hansmik40@gmail.com">hansmik40@gmail.com</a>
Hanne Fridmann	6128 5220	<a href="mailto:fridstroem@gmail.com">fridstroem@gmail.com</a>
Erik Christensen, 1. suppleant	6051 0299	<a href="mailto:erik.sommerbyen@outlook.dk">erik.sommerbyen@outlook.dk</a>
Helen Therkildsen, 2. suppleant	2483 3103	<a href="mailto:helenyvonne@msn.com">helenyvonne@msn.com</a>

### Koordinationsudvalg til Nyborg Kommune:

Peter Enevold, formand	4081 8675	<a href="mailto:peenevold@gmail.com">peenevold@gmail.com</a>
Sonja Lykkegaard Hansen, næstformand	6533 2046	<a href="mailto:sonja.pedal@os.dk">sonja.pedal@os.dk</a>
Lisbeth Langæble	2164 6751	<a href="mailto:lflangæble@gmail.com">lflangæble@gmail.com</a>
Erik Christensen	6051 0299	<a href="mailto:erik.sommerbyen@outlook.dk">erik.sommerbyen@outlook.dk</a>

**Webmaster: Søren Torpe**    **2227 2432**    **[kstorpe@outlook.com](mailto:kstorpe@outlook.com)**

**Kasserer: Ulla Pedersen**    **2286 1083**    **[up49@outlook.dk](mailto:up49@outlook.dk)**

### Redaktion:

Helen Therkildsen, redaktør	2483 3103	<a href="mailto:helenyvonne@msn.com">helenyvonne@msn.com</a>
Irma Trebbien (ansvarshavende)	2085 3554	<a href="mailto:irmatrebbien@gmail.com">irmatrebbien@gmail.com</a>
Søren Torpe	2227 2432	<a href="mailto:kstorpe@outlook.com">kstorpe@outlook.com</a>

### Social og juridisk rådgivning i København, gratis telefon 7089 0081

Vores medlemmer er velkomne til at deltage i Ældre Sagens arrangementer over hele landet.

 betyder, at der er adgang for kørestolsbrugere.

Næste blad udkommer den 9. januar 2025, samme dag kan det læses digitalt på hjemmesiden.

**Betalingsregler.** Ældre Sagens arrangementer betales mest online på [www.aeldresagen.dk/nyborg/ullerslev](http://www.aeldresagen.dk/nyborg/ullerslev).

Der kan også betales på kontoret med MobilePay eller kontant. Husk medlemsnummer. Enkelte aktiviteter betales via Ældre Sagens konto: **Danske Bank, reg. nr. 3001, konto 1324 4960** med angivelse af navn og arrangementsnummer.

Henvendelse om adresseændringer e.l. rettes til kontoret i åbningstiderne. Annoncetegning kan ske ved henvendelse til Erik Press, tlf. 5134 6998, mail: [epr@c.dk](mailto:epr@c.dk).

Forsidefoto: Frivilligsammenkomsten den 20. september 2024. Fotos Helen Therkildsen



Nye gulve, bliv inspireret af vores mange opgaver



Ring efter tæppebussen  
Vi måler op og giver tilbud! det er uforpligtende!

Alt i tæpper og gulvbelægninger!

Åbent mandag - fredag 10.00 - 17.00  
Lørdag efter aftale

Åbent mandag-fredag 10.00-17.00 eller efter aftale. Lørdag efter aftale. Se vores film!

**Aunslev Tæppe- og Gulvbelægning**

Bystævnet 4 • 5800 Nyborg • Tlf. 65 36 12 49 • Bll 23 71 57 49 • www.aunslevtaeppe.dk




**Al Ponte – Little Italy**

Mellemgade 15 • DK-5800 Nyborg  
Tlf. +45 28 87 67 70 • www.alponte.dk  
CVR-nr. DK 37 64 49 51



**VIN SPECIALISTEN**  
NYBORG  
ALT HVAD DU BEHØVER AT VIDE OM VIN

Nørregade 9 • 5800 Nyborg • tlf. 65 31 02 61  
nyborg@vinspecialisten.dk

**Online booking døgnet rundt**



Carepoint Nyborg  
Lyøvej 12  
5800 Nyborg  
Tlf. 6531 5458  
Mail jdh@carepoint-nyborg.dk

**CarPeople**

**NYT TV?**



**Jeg leverer, monterer og installerer.**

**Alt i TV, Radio, antenne og Wi-Fi!**

**Kerteminde Radio og TV**  
Langegade 55 st.th  
5300 Kerteminde  
Tlf. 65 32 15 72

30 ÅRS  
ERFARING



### Kommunens budget for 2025

Når I læser dette, ved vi, hvordan kommunens budget for 2025 ser ud. Det ved jeg ikke, medens jeg skriver dette indlæg i begyndelsen af september måned. Men jeg kender meget præcist det forslag til besparelser på 83,6 mio., administrationen har forelagt politikerne.

Helt så store bliver besparelserne nok ikke, da kommunen sandsynligvis får ekstra 23 mio. i 2025 via finansloven. Men 60 mio. er stadig mange penge!

### Høringssvar

I lighed med tidligere år har Ældre Sagen i Nyborg Kommune naturligvis indsendt et høringssvar til budgettet. I dette svar skriver vi, at det er uforståeligt, at administrationen foreslår besparelser på ældreområdet på 7,3 mio. i 2025 stigende til 11,7 mio. de følgende år. Ældreområdet i Nyborg er nemlig et af de 5 billigste i sammenligning med alle landets kommuner.

Der er andre store budgetområder, hvor Nyborg Kommune er en af de dyreste kommuner i landet. Her har vi i høringssvaret valgt at nævne det ene område nemlig kommunens omkostninger til administration. Der er godt nok et besparelsesforslag på 7,5 mio.

til administration lagt ind, men samtidig er der et forslag om at bruge 5 mio. mere på et strategisk udviklingssekretariat – det undrer Ældre Sagen – pengene burde findes ved omprioriteringer internt.

Ud over overordnede kommentarer, har vi i høringssvaret valgt at kommentere på de besparelsesforslag, som vi synes gør mest ondt og begrænser velfærden mest. I kan læse hele høringssvaret på hjemmesiden. En fælles kommentar er, at stort set alle forslag rammer de svageste grupper af ældre mest.

### Frivilligsammenkomst

Den 20. september mødtes en stor del af os frivillige til en hyggelig eftermiddag med spisning og underholdning. Lejligheden blev også brugt til at hylde vores mange jubilarer som frivillige.

Jeg understregede, at livsnerven i Ældre Sagen er os frivillige – uden os ingen aktivitetstilbud til medlemmer m.fl.

Jeg opfordrede i øvrigt de deltagende frivillige til at se sig om i bekendtskabskredsen, og overveje om de kender mulige frivillige. Lige nu mangler vi frivillige til spisningen, blodomdeling, rickshawcykel og it-området (specialister).

*Peter Enevold*



### Medlem?

Et medlemskab af Ældre Sagen koster 145 kr. pr. halvår for enlige – og 240 kr. halvårligt for par.

Man kan blive medlem ved at ringe til Ældre Sagen på **3396 8686** eller online på **www.aeldresagen.dk**

## Zoneterapeut og Massør Helle Lyngvang

Nymarksvej 51 · Nyborg  
Tlf. 28 87 81 82  
helle\_lyngvang@hotmail.com

Også hjemmebehandlinger



## VI ETABLERER OG SERVICERER DE ØSTFYNSKE INSTALLATIONER!

BYNKEL EL ApS er en autoriseret installationsvirksomhed, der servicerer private og erhverv. Hos BYNKEL EL ApS sætter vi en ære i at kunne tilbyde vore kunder god service og pålideligt håndværk

**BYNKEL EL ApS har  
EL-VAGT/DØGNSERVICE  
på telefon 23 37 40 81**

**BYNKEL**   
AUT. ELINSTALLATØR  
Vi etablerer og servicerer de østfynske installationer

Medlem af:  
**TEKNIQs**  
Garanti-  
ordning EL

Anders Ammentorp Rasmussen  
BYNKEL EL ApS - Lillemøllevej 7 - 5800 Nyborg  
Telefon 23 37 40 81  
bynkel@bynkel.dk - www.bynkel.dk



Flemming Larsen  
Direktør

**· F L T ·**  
A L A R M E R A P S

- Forebyggelse af faldulykker
- Hjælpemidler til demente
- Ældrevenlige mobiltelefoner

## TRYGHED, ALARM OG KOMMUNIKATION

Fjordparken 36, DK 5800 Nyborg.  
Tlf. + 45 65 31 06 51 · www.ft.dk · mail: fl@ft.dk

## ALT I GULVBELÆGNING:

- EGETÆPPER : Væg til væg tæpper
- TARKETT : Vinyl, Trægulve, Laminat



## ALT I SOLAFSKÆRMNING:

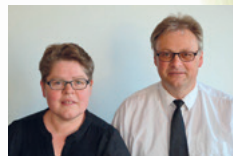
FABER: Rullegardiner, Plisségardiner

PAGUNETTE: Gardiner, Foldegardiner

**H-C GARDINER TÆPPER**

Bojdenvej 17 · Nyborg · Tlf. 24 23 59 12

## Nyborg Begravelsesforretning



Ingen ekstra betaling  
for aften, weekend og  
helligdage.



v/ Annette og Ulrik Grundahl

Se information og priser på:  
**www.nyborgbegravelsesforretning.dk**

Slotsgade 27 · 5800 Nyborg · tlf. 65 31 01 71  
E-mail: nyborg.begravelsesforretning@mail.dk

## Kulturelle tilbud

Ansvarlig leder:  
Dorit Myltoft, tlf. 2369 5318

### Syng Med!



Aktivitetsleder:  
Birgit Laugesen, tlf. 6064 3583.  
Vi synger i Menighedshjemmet,  
Nørre Voldgade 35. Nyborg.  
En dejlig sangeftermiddag med Ruth Bruun  
ved klaveret. Vi håber, I har lyst til at komme  
og gøre eftermiddagen fuld af dejlig  
sang og musik. Alle er velkomne. Der er  
plads til både store stemmer og de fine små  
stemmer. Der er kaffe med brød.

#### Sangdage:

Tirsdage i ulige uger 14.30 – 16.25  
22. oktober, 5. november og  
19. november

Pris 75 kr. pr. halvår. AK 607  
Tilmelding og betaling online på  
[www.aeldresagen.dk/nyborgullerslev](http://www.aeldresagen.dk/nyborgullerslev)  
– vælg Aktiviteter, eller på kontoret,  
Adelgade 6. Husk medlemsnumre

### Syng Med i Vindinge



Aktivitetsleder:  
Torben Kragh-Jensen tlf. 2717 7273  
Vi synger i Vindinge Landsbycenter 1, Ny-  
borg.  
Det er god motion at synge og derudover er  
det fornøjeligt og dejligt at gense og synge  
de gode, gamle sange. Vi plejer at synge ca.  
tre kvarter, hvorefter vi hører et af Degnens  
eventyr fra Fyn. Oven på det er plejehjem-  
met vært ved en kop kaffe med kage, og vi  
slutter dagen med endnu en runde sange ef-  
ter deltagerens ønsker.

Alle er velkomne, og man behøver ikke  
at være bosiddende i Vindinge for at være  
med. Glæden ved samværet og sangene vil  
vi gerne dele med flest mulige.  
Vi mødes torsdage kl. 10 – 12 i ulige uger.

### Gode Film i Kino Vino



Aktivitetsleder Dorit Myltoft, tlf 23695318  
Billetterne kan købes i Kino Vino i ugen før  
forestillingen, og det kan anbefales.  
Billetterne kan dog også købes i biografen  
før forestillingen.  
Pris 60 kr. incl en kop kaffe.

#### Hamarskjöld

*Torsdag den 24. oktober  
kl. 13 på FN dagen*

Den svenske film Ham-  
marskjöld er et politisk  
drama om den verdensbe-  
rømte svenske diplomat.  
Mikael Persbrandt ses  
i rollen som Ham-  
marskjöld.



I 1961 har Dag Hamarskjöld et år tilbage  
i sin stilling som FN's generalsekretær, da  
han påtager sig at tage til Congo for at for-  
midle fred og enhed i landet. En umulig op-  
gave ifølge mange. En selvmordsmission  
ifølge andre.

Dag Hamarskjölds død under et flystyrt er  
stadig omgivet af mystik, men sandsynligvis  
et politisk attentat.



## Kulturelle tilbud – fortsat

### Pigen der fortalte film



Torsdag den 28.  
november kl. 13

Filmen foregår i en afsides minelandsby midt i Chiles ubarmhjertige Atacama ørken.

Maria bor med sine forældre og sine tre søskende. Familien

knokler for at få det hele til at hænge sammen, og hverdagen rummer ikke mange glæder. Men der er et lys, hvor magien lever: Den lokale biograf. Maria viser et stort talent som historiefortæller, og hun får til opgave at se alle film og genfortælle dem for familien.

Årene går og hendes livlige fortællinger bliver samlingspunktet for hele byen, der lider under Pinochets kvælende diktatur, og mere end nogensinde før er der brug for håb

### Formiddagscafe

Aktivitetsleder:

Mette Hansen, tlf. 4255 2329

Torsdag 16. januar 2025 10.00-12.00

**Kom og vær med!**

Som noget nyt holder vi spilcafe, og spillet denne torsdag er Trivial Pursuit.

Der er kaffe og te på kanden – Pris kr. 25,00

Tilmelding nødvendig af hensyn til planlægning. AK 618

Tilmelding på [www.aeldresagen.dk/](http://www.aeldresagen.dk/)

nyborgullerslev. Vælg aktiviteter.

Vælg formiddagscafe.



Nyd stærkt teater  
lige i hjertet af Nyborg  
Køb billet på  
[www.nyborgteater.dk](http://www.nyborgteater.dk)

22. februar 2025  
kl. 19.30 på Bastionen

**Love Me Kenter**

Et kærligt spark til det  
modne parforhold

5. april 2025  
kl. 19.30 på Bastionen

**Eks**

Ætsende og komisk  
3-kantsdrama



Med støtte fra Nyborg Kommune

### X-CCCP Identitetskriser på Østfronten

Spændende foredrag med eventyrer Jan Tvernø.

Torsdag den 31. oktober 2024 kl. 14.00-16.00 på  
Vestervold Kongens Bastionsvej 2.

Foredraget er et samarbejde mellem ÆldreSagen Nyborg/  
Ullerslev og Aktivitetsforeningen Vestervold.

Transnistrien, Gorno-Badakshan, Nagorno-Karabakh, Karakalpakstan og Gagausien! Lyder disse stednavne ikke bekendt, er du ikke den eneste, men det er faktisk i Europa. Vil du vide mere om, hvad der egentlig skete på Østfronten efter Sovjetunionens kollaps? Tag med på en spændende, humoristisk og levende illustreret rejse fra vores egen østeuropæiske baghave, via Stalins barndomshjem i Georgien til de vanskeligt tilgængelige og barske grænseområder mod Afghanistan og Kina. Vi dykker ned i historien, og trækker tråde til tiden før 1. verdenskrig for at forstå nutidens spraglede verdenskort. Krigen i Ukraine har ikke gjort dette foredrag mindre interessant.

Foredraget koster 75 kr. inklusiv kaffe og kage i pausen. AK669. Tilmelding online på [www.aeldresagen.dk/nyborgullerslev](http://www.aeldresagen.dk/nyborgullerslev) Vælg aktiviteter, vælg foredrag eller til aktivitetsleder Mads Midtby tlf. 20 11 25 94 sidste tilmelding *tirsdag den 22. oktober 2024.*



### Forårshøjskole – Fra middelalder til oplysning

Mandag den 17. marts 2025. Dato for tur til Odense meldes ud senere.

Mere detaljeret program med oplysninger om pris og tilmelding vil komme i næste nummer af Lokalbladet.

#### Foreløbigt program

1. »Møde« Luthers kone Katharina von Bora. Theresia Threschou-Kühl optræder som Khaterina von Bora i en kopi af hendes dragt, kendt fra maleren Lucas Cranachs maleri. Det er en spændende, humoristisk og engageret optræden om en af reformationens mest kendte kvinder, en selvstændig forretningskvinde.
2. Tur til Odense med besøg i Gråbrødre kloster, hvor historien går tilbage til 1279, hvor Erik Klipping skænkede en kongsgård til Franciskanermunkene. Gråbrødre Kosterkirke er indrettet som en del af det middelalderlige Gråbrødre Kloster.



### Læsekredsene

Aktivitetsleder: Tove Jensen, tlf. 3063 9436

*Kan du lide at læse romaner? Vil du gerne tale med andre om dem?*

Så kom med i en af Ældre Sagens læsekredse, hvor vi mødes ca. en gang om måneden fra september til april.

Ældre Sagen Nyborg Ullerslev har nu 9 læsekredse i Nyborg og en læsekreds i Ullerslev, hvor vi en gang om måneden taler om en bog, som alle så har læst forinden. Det får vi rigtig meget ud af.

Hver kreds vælger selv, hvad man vil læse. Det kan blive en roman, som man ellers ikke havde tænkt sig at læse, så der kan være spændende udfordringer og mange nye oplevelser. Der kan være mange meninger om en bog, og den ene er ikke bedre end den anden. Vi får en god snak og opdager

nye synsvinkler, og ofte kommer man ind på emner, man ellers ikke får talt om.

Bøgerne vi læser i læsekredsene, låner vi på biblioteket, så man skal ikke ud og investere i en masse romaner.

Der er ledige pladser i nogle af kredsene. Det er tirsdag, onsdag og torsdag formiddag og tirsdag aften. Nærmere oplysninger hos Tove Jensen, som er koordinator for læsekredsene: tlf. 30 63 94 36, [toje@jensen.mail.dk](mailto:toje@jensen.mail.dk).

Man skal tilmeldes og være medlem af Ældre Sagen. Det koster 100 kr. for et år. Tilmelding online på [www.aeldresagen.dk/nyborgullerslev](http://www.aeldresagen.dk/nyborgullerslev) AK 621, eller tilmelding på kontoret. Husk medlemsnummer.

**Læsekreds i Ullerslev. Se side 11**



## Julefrokost

**Traditionen tro holder Ældre Sagen NyborgUllerslev julefrokost**  
**Fredag den 6. december kl. 13 på Hotel Nyborg Strand**

Der serveres en dejlig julefrokost med de lækkerier, som hører julen til. Der er selvfølgelig også risalamande med mandel i. Dertil en god kop kaffe/te. Ruth Bruun spiller de skønne julemelodier, som vi synger med på. Der er også små overraskelser i vente. Kom med godt humør, så bliver det en fantastisk eftermiddag.

Pris 365 kr. Det dækker julefrokostbuffet, en øl/vand, kaffe/te og risalamande. Tilmelding og betaling fra onsdag 23. oktober kl. 10 på [www.aeldresagen.dk/nyborgullerslev](http://www.aeldresagen.dk/nyborgullerslev). Vælg aktiviteter. Vælg julefrokost. AK 616, eller tilmeld på kontoret. Husk medlemsnummer. *Sidste frist for tilmelding fredag 29/11.*



## Arrangementer i Ullerslev

Ansvarlig leder:

Karin Jensen, tlf. 5329 6536

### Bridge på Sdr. Skole i Ullerslev



Aktivitetsleder: Karen Olsen, tlf. 6535 1625  
Bridge spilles på Sdr. Skole i Lokale 1, Svendborgvej 39, Ullerslev. Der spilles hver onsdag kl. 13.00 - 16.30. Prisen er 10 kr. pr. deltager pr. gang. Tilmelding er nødvendig til Karen Olsen.

Sidste gang før jul er 11. december og første gang efter nytår er 8. januar, Nye spillere er meget velkomne. Vi mangler lige nu 2 spillere.

### Syng med på Dalgaard i Ullerslev



Aktivitetsleder:

Lene Nørgaard, tlf. 3066 0022

Syng med foregår på Dalgaard, Odensevej 13, Ullerslev. Det finder sted mandage i ulige uger kl. 14-16. I den kommende periode bliver det 21. oktober, 4. og 18. november samt 2. december. Samlet pris for efteråret er 50 kr. Første gang efter nytår er 13. januar. AK 608. Betales online på [www.aeldresagen.dk/](http://www.aeldresagen.dk/)

nyborgullerslev eller på kontoret, Adelgade 6. Husk medlemsnummer.

Man bliver i godt humør af at synge. Der serveres kaffe og kage.

### Spis Sammen i Ullerslev Forsamlingshus



Aktivitetsleder:

Helen Kristensen, tlf. 4041 1530

Den første torsdag i måneden kl. 12 er der Spis-Sammen-arrangement for pensionister. Det finder sted i Ullerslev Forsamlingshus. Prisen for at deltage er 80 kr. pr. deltager pr. gang, og der betales på stedet. Beløbet dækker en hovedret og kaffe med lidt sødt samt 1 øl/vand eller 1 glas vin. Kom og vær med i et hyggeligt samvær. Datoer i perioden er 7. november og 5. december. Der er ikke spis sammen i januar.

Man skal tilmelde sig senest mandagen før spisningen til Helen Kristensen på tlf. 4041 1530

**NYBO**  
BYGGESERVICE

**– Vi slår kvaliteten fast!**

- Vinduer/døre
- Carporte/udestuer mm.
- Pålægning af trægulve
- Tagarbejde
- Gipsarbejde (lofte/vægge)
- Køkkener
- Samarbejdspartner med IF-forsikring

v/ Michael Nybo Jørgensen  
Gl. Vindingevej 7, 5800 Nyborg • Mobil 30 26 01 99  
[www.nybobyggeservice.dk](http://www.nybobyggeservice.dk)

## Arrangementer i Ullerslev

### Gåture i Ullerslev



Aktivitetsleder: Trine Thybo, tlf. 5090 4267.  
Det er dejligt at gå sammen, og så kommer man lettere af sted. Vi skal have pulsen op – og vi får frisk luft. Turens længde er ca. 5 km. Vi mødes hver tirsdag kl. 10 ved Sdr. Skole, Svendborgvej 39 i Ullerslev.

Aktivitetsleder:

Kirsten Jacobsen. Tlf. 2323 9266

Passer det bedre med en gåtur på ca. 3 km. i et moderat tempo, er det også muligt.

Sted og tid ligeledes tirsdage kl. 10 ved Sdr. Skole. Det er gratis at deltage.

Der er ikke tilmelding, man møder bare op.

### Læsekreds på Sdr. Skole



#### Svendborgvej 39, Ullerslev

Aktivitetsleder: Karin Jensen, tlf. 5329 6536

Vi mødes ca. en gang om måneden og diskuterer den læste roman. Tidspunktet er tirsdage kl. 10. Samlet pris for hele sæsonen er 100 kr. AK 631.

Betales online på [www.aeldresagen.dk/nyborgullerslev](http://www.aeldresagen.dk/nyborgullerslev) eller på kontoret i Adelgade 6.

### Foredrag med skuespiller og forfatter Finn Nørbygaard: Godt vi blev ældre!

Aktivitetsleder: Karin Jensen, tlf. 5329 6536

Finn Nørbygaard fortæller om sit begivenhedsrige liv. På baggrund af hans nyeste bog »Mine 12 veje til liv« fortæller han bl.a. om nogle af de mange »nye« følelser, som kan blive vakt til live i seniorlivet.

I seniorlivet gælder det mere end nogensinde, at uden humor går det slet ikke.

Foredraget finder sted onsdag den 6. november kl. 14-16 i Kultursalen, Skolevej 2 i Ullerslev.

Der serveres kaffe og brød.

Pris: 140 kr. Tilmelding på [www.aeldresagen.dk/nyborgullerslev](http://www.aeldresagen.dk/nyborgullerslev) eller på kontoret. AK 671.

Godt vi blev ældre!



## Træ- og snedkerværksted

Ansvarlig leder Hans Mikkelsen,  
tlf. 2498 9432

Aktivitetsleder: Finn Ammentorp,  
tlf. 2483 0488

**Hold 1 mandage** fra 09.00-11.30  
opstart 2. september 2024

– *ikke flere pladser pt*

**Hold 2 tirsdage** fra 9.00-11.30  
opstart 3. september 2024

Sted: Nyborg Husflidsskole,  
Carlsmindevej 1, Nyborg

Brug dine hænder til noget kreativt på  
træværkstedet, hvor der laves flotte ting.  
Nogle renoverer gamle møbler, andre bruger  
de fine drejebænke til at lave skåle, fade,  
figurer m.m.



Der er også tid til hyggeligt samvær.  
Pris for hele sæsonen 600 kr. AK 615  
Tilmelding til hold 2 online på  
[www.aedresagen.dk/nyborgullerslev](http://www.aedresagen.dk/nyborgullerslev). Vælg  
aktiviteter. Derefter vælg Træ- og snedker-  
værksted. Eller på Ældre Sagens kontor.  
Husk medlemskort.



**Bestil vurdering  
på tlf. 65 31 28 00**

# Vælg rigtig første gang – det betaler sig!

Som medlem af  
ældresagen får du  
rabat på salæret.

**danbolig Nyborg**

Nørregade 5, 5800 Nyborg · Tlf. 65 31 28 00

CVR 32832954 · [danbolig.dk](http://danbolig.dk) · [nyborg@danbolig.dk](mailto:nyborg@danbolig.dk)

 [danbolignyborg](https://www.facebook.com/danbolignyborg)

**danbolig**  
SAMARBEJDER MED NORDEA



# LANGTIDS- OG UGEREJSER MED HJERTING REJSER



**Costa Cálida**  
Región de Murcia - Spain

Det krystalklare vand og mere end 3000 solskins-timer om året, lokker ikke bare vandre- hunde, men også naturelskere og vandsports entusiaster til den 250 km lange kyststrækning ved Middelhavet.

Costa Calida også kaldet Den varme kyst, ligger i regionen Murcia, der er kendt for sine lange sandstrande og klippefyldte kyster. På dette rejsemål er alle årstider gode, takket være det specielle micro klima. Costa Calida vælges primært af dem der søger det lokale liv, masser af natur og kultur, og mulighed for ro.

Cartagena & Murcia, er de to store byer man kan besøge ved udflugt fra kysten. Byen

Murcia - med sin fantastiske katedral, museer og masser af butikker er et godt mål for en dagsudflugt. For vinelskere har Region Murcia også flere vinområder hvor alle vinelskere kan prøvesmage gode lokale vine.

San Pedro del Pinatar er en af Murcia kystens hoveddestinationer. Her står den på saltsøer, flamingoer, mudderbad, vandrestier og cykel- ruter. En destination for naturelskere og dem der gerne vil være aktive. Ud over den skønne natur finder man en lang og hyggelig strand- promenade, hvor der også ligger restauranter og butikker. San Pedro del Pinatar byder på omkring 14 km strand som er noget byen er meget kendt for. Inde i centrum finder man også en lille marina ved Mar Menor. På stranden omkring San Pedro del Pinatar ligger der også de kendte Baños de Lodo, som er mudder- bade med mineral rigt jord der er godt for helbredet. Mineralerne kan hjælpe med bl.a. hudproblemer og gigt, og det er derudover også meget sundt for huden. Det er helt gratis at tage mudderbad og frit tilgængeligt.

## San Pedro del Pinatar 14, 21 eller 28 nætter

Rejs til skønne Costa Calida i regionen Murcia, syd for Alicante. Lodomar ligger foran naturreser- vatet Salinas & Arenales i San Pedro del Pinatar. Perfekt for naturelskere og godt hotel med mulighed for Spa.

Oplys koden "ÆS10"  
ved bestilling



### Turen inkluderer:

- Fly Alicante direkte t/r
- Hotel Lodomar\*\*\*\*, San Pedro del Pinatar
- 1 x dbl. værelse
- Morgenmad
- Aftensmad inkl. vand og vin
- Transport t/r hotellet

**Pris pr. person 14 nætter FRA kr. 8.998,-**

**Pris pr. person 21 nætter FRA kr. 11.998,-**

**Pris pr. person 28 nætter FRA kr. 12.998,-**

Enkeltværelse: Spørg for pris

Rejseperiode: oktober-marts

OBS: Billigste rejseperiode er vinter

Afrejse fra Kastrup, Billund, Aalborg & Aarhus



**HJERTING  
REJSER**

**Tlf.: 7022 6710 · [www.hjertingrejser.dk](http://www.hjertingrejser.dk)**

Kongegade 24 st.tv., 5800 Nyborg · Medlem af rejsegarantifonden nr. 1717

# LANGTIDS- OG UGEREJSER MED HJERTING REJSER

Oplys koden "ÆS10"  
ved bestilling



## Fuengirola 14, 21 eller 28 nætter

Bo direkte ud til promenaden i Fuengirola. Alt er udenfor døren og bag hotellet, ligger byens hyggeligste gader. Poolen på taget, betyder et solrigt poolområde, hvor er er skøn udsigt over byen.

### Turen inkluderer:

- Fly Malaga direkte t/r
- Hotel El Puerto\*\*\*+, Fuengirola
- 1 x dobbeltværelse
- Morgenmad
- Aftensmad inkl. 1/4 vand og 1/4 vin
- Transport t/r hotellet

**Pris pr. person** 14 nætter FRA kr.

**8.498,-**

**Pris pr. person** 21 nætter FRA kr.

**10.998,-**

**Pris pr. person** 28 nætter FRA kr.

**12.998,-**

Enkeltværelse: Spørg for pris

Rejseperiode: oktober - maj og september - oktober

OBS: Billigste rejseperiode er vinter

Afrejse fra Kastrup, Billund, Aalborg & Aarhus



HJERTING  
REJSER

Tlf.: 7022 6710 · [www.hjertingrejser.dk](http://www.hjertingrejser.dk)

Kongegade 24 st.tv., 5800 Nyborg · Medlem af rejsegarantifonden nr. 1717

# NYBORG EL <sup>aps</sup>

**Aut. El-installatør**



**Bjarke Jensen, Nyborg El**  
Landrovej 4 • 5800 Nyborg  
Tlf. 65 31 23 95 • [mail@nyborg-el.dk](mailto:mail@nyborg-el.dk)

**Nybolig**

**Nybolig**



**Har huset vokset sig for stort?**

Hos Nybolig Nyborg får du rådgivning, både når du skal sælge, og når du skal købe eller leje nyt. Kontakt os på 6531 6510, når det er tid til et nyt hjem.

**Til alle tider. Til alle hjem.**



Ansvarlig leder  
Ole Wildt-Andersen, tlf. 2894 5153

### Billard – også for damer



Aktivitetsleder:  
Børge Sørensen, 5043 9916.  
Mandage kl. 9 - 12.  
Sted: Billardhuset, Johs. Højrupvej 90,  
Nyborg.

Spillet er for alle, begyndere såvel som øvede, damer såvel som herrer.

Kom og deltag i dette underholdende spil og det dejlige sociale samvær.

Tilmelding til kontoret, oplys AK 705.

Pris: 20 kr. pr. gang. Der betales på stedet.

Sidste gang inden jul er 16. december, og første gang efter nytår er 6. januar.

### Cykelture i Nyborg og omegn



- Aktivitetsleder mandage kl. 9.30 – 11.00: Helge L. Rasmussen, tlf. 3094 1025
- Aktivitetsleder tirsdage kl. 9.30 - 12.00: Ole Poulsen, tlf. 2135 8825
- Aktivitetsleder torsdage kl. 9.30 - 11.00: Jens Erik Pedersen, tlf. 6082 1922.

Sted: Lauses Grill/Heimdals Plads.

Turlængde på mandage er 15-20 km, på tirsdage 30 - 35 km og på torsdage 20 - 25 km. Pause undervejs med tid til forfriskning og toiletbesøg m.m.

I vinterperioden køres der, når vejret tillader det.

Cykelhjelm er obligatoriske  
– Ingen tilmelding.

### Traveture

Aktivitetsleder: Gerner Svendsen, 3068 204  
Onsdage kl. 14-15.

Sted: Lauses Grill/Heimdals Plads.

Onsdag er der traveture på 2,5 km eller 5 km. Der er fælles kaffebord efter turen en gang om måneden efter aftale. Ingen tilmelding. Sidste gang inden jul er 27. november, og første gang efter nytår er 8. januar.

### Svømning



Aktivitetsleder Jan Jansen, tlf. 4028 5207  
Ældre Sagens motionssvømning foregår nu på mandage, tirsdage, torsdage og fredage kl. 9 -11.

Tilmelding og betaling online på [www.aeldresagen.dk/nyborggullerslev](http://www.aeldresagen.dk/nyborggullerslev). Vælg aktiviteter og derefter Vælg motions-svømning, eller på kontoret. Oplys aktivitetsnummer AK 330. Pris 300 kr. pr. hold for deltagelse pr. halvår. Sidste gang inden jul er for alle hold uge 51, og første gang efter nytår er uge 2 for alle hold.

### Stolegymnastik

Aktivitetsledere onsdage kl. 9.30 - 10.30:  
Brita Hansen, tlf. 6085 2338 og Hans Nissen tlf. 2144 3663  
Sted: Vestervold. Sidste gang inden jul er



FRI BIKESMART

# ELCYKLER

MED AL SERVICE  
INKLUDERET

*Kig forbi og se vores store udvalg  
af elcykler i butikken.*

*Vores elcykeleksperter står klar  
til at hjælpe dig.*

Vi henter og  
bringer din cykel  
**GRATIS**  
til vores værksted.

Ring eller læs mere på  
[fribikeshop.dk](http://fribikeshop.dk)



**Fri BikeShop**

OPLEV FORSKELLEN

Vestergade 37 · 5800 Nyborg · Tlf. 65 31 78 22  
Se mere på [fribikeshop.dk](http://fribikeshop.dk)

**Vi takker annoncørerne for støtten**

**Kontakt os for et uforpligtende tilbud**



**Rensning af tagrender**  
Fra: 795,-



**Rensning af ventilation  
og udsugning**



**Skorstensfejermester**  
**LARS MICHELSEN**  
[michelsen@skorstensfejeren.dk](mailto:michelsen@skorstensfejeren.dk)  
21 47 37 53



27. november, og første gang efter nytår er 8. januar.

Aktivitetsleder torsdage kl. 9.30 – 10.30:  
Hanne Thomsen, tlf. 3013 1667

Sted: Jernbanebo, ved cafeen. Sidste gang inden jul er 28. november, og første gang efter nytår er 2. januar.

Pris: 50 kr. pr. halvår. AK 301. Alle kan deltage.

Tilmelding og betaling via hjemmesiden. [www.aeldresagen.dk/nyborggullerslev](http://www.aeldresagen.dk/nyborggullerslev)  
vælg først aktiviteter, vælg derefter stolerygymnastik. Eller du kan betale på konto-  
ret. Husk medlemsnummer.

### Hvorfor cykelmotion?

Lokalbladet har spurgt to trofaste cykelmotionister om, hvorfor de stiller op hver tirsdag og / eller torsdag formiddag hos Lause med cykel, hjelm og vest. Nøgleordene er socialt samvær og fysisk velvære.

De får rørt sig, de får snakket og de får set Nyborgs omegn; måske endda steder, de aldrig har været, selvom de er født og opvokset i Nyborg.

Ole Poulsen, som er en af pionererne på cykelholdet, flyttede til byen for snart 20 år siden og lærte sig byen og omegnen at kende på cykel. Da han blev pensioneret, startede han Ældre Sagens motionscykelhold.

Jens Erik Pedersen kom med nogle år senere, fordi en kollega inviterede ham med. Selvom han ikke kendte så mange i starten, blev han snart »bidt« af cyklingen, og i dag er han aktivitetsleder for torsdagsholdet. Han lægger meget vægt på, at nye skal føle sig velkomne.

Det er hyggeligt og snakken går. Både under turen og i pauserne, hvor man forfrisker sig med frugt eller en snack og en tår at drikke.



På tirsdagsholdet arrangerer de 3 »madpakketure« hver sæson. F.eks. til Refsvindinge eller Kerteminde.

At det er god motion, ses også af, at mange medlemmer fra hjerteforeningen er med på cykelholdene.

Der starter et mandagshold, som kun kører ca. 20 km. pr. gang.

På spørgsmålet, om alle kan følge med, svarer de, at ingen bliver ladet alene tilbage. De venter, og de hjælper også med småreparationer.

Både Ole og Jens Erik kører på elcykel. Det samme gør 2/3 af holdet, men det er ingen betingelse for at møde op. Kun hjelm er obligatorisk, og gul vest anbefales.

*Rigtig god tur!*

## IT-aktiviteter

Ansvarlig leder:

Hans Juhl Jørgensen, tlf. 4240 4022

### Generelt om IT-aktiviteter

Ældresagens IT-frivillige tilbyder hjælp og vejledning til din smartphone, tablet og PC, primært i IT-cafeen og om nødvendigt ved hjemmebesøg.

Medbring altid oplader, nødvendige kabler og husk alle koder. Hvis du søger hjælp til MitID, medbring da også gyldigt pas.

Læs mere på lokalafdelingens hjemmeside under aktiviteter.

### Hvordan spotter du svindel

*Se gode ideer på*

**[www.sikkerdigital.dk/borger/spot-svindel](http://www.sikkerdigital.dk/borger/spot-svindel)**



### IT-café

Åbent hver fredag frem til jul undtagen 25/10 kl. 10 – 12 i Adelgade 6.

Du er velkommen med alle spørgsmål i relation til telefon, tablet og PC.

Den 1/11 vil vi også gerne hjælpe dig med at finde rundt i de offentlige ydelser.

Vi tilbyder at give din telefon, tablet eller PC et serviceeftersyn mht. sikkerhed, behov for opdatering, oprydning og andet, du måtte ønske. Det kan være tidskrævende, så du bedes komme, når vi åbner kl. 10.

### IT-Nyheder

Rejsekortet fås nu som app på din mobil. Her skal du tilknytte et betalingskort, som billetprisen trækkes fra.

Du kan se nye og gamle udsendelser på DRTV.dk på pc, tablet, smartphones og de nyere fjernsyn. I løbet af efteråret kommer der en ny version. I den forbindelse bliver der krav om, at du skal logge dig på. Men det er fortsat gratis.

**IT abc.dk**

**TLF: 27 51 21 24**  
Kertemindevej 24 5800 Nyborg

### Vi tilbyder

- IT-Hjælp
- Installation af bærbar/stationær
- Geninstallation og/eller backup
- Nyt køb af bærbar + overførsel af indhold
- Fejlfinding af netværk, computer m.m.
- Opsætning af netværk/printer m.m.







Ansvarlig leder:  
Lizzi Petersen, tlf. 2295 0967.  
Pris for deltagelse i kortspil:  
100 kr. pr. sæson, inkl. kaffe.

---

### **Bridge i Ældre Sagens lokale**

Mandage kl. 14.00-17.30. Aktivitetsleder:  
Lizzi Madsen, tlf. 4276 4506.  
Der er plads til flere på holdet.  
Sidste gang før jul er 9/12, første gang efter  
nytår er 6/1. Hvis man ønsker undervisning  
i bridge, kan man henvende sig til  
Lizzi Madsen, tlf. 4276 4506

---

### **L'hombre for let øvede og øvede**

Mandage kl. 9.30-12.00. Aktivitetsleder:  
Erna Nielsen, tlf. 2348 0408.  
Der er plads til flere på holdet.  
Sidste gang før jul er 16/12 og første gang  
efter nytår er 6/1

---

### **L'hombre for begyndere**

Har du lyst til at lære at spille L'hombre  
og måske komme med på vores hyggelige  
hold, er du velkommen til at ringe til Knud  
Erik Madsen, tlf. 2621 8801 for en ufor-  
pligtende samtale og høre om spillet og evt.  
aftale nærmere.

Har du lyst til at være med, skal du være  
velkommen.

---

### **Bridge på Sdr. Skole i Ullerslev i Ullerslev**

Se side 11

---



### **Lokalt nyhedsbrev**

Ikke mindst nu, hvor alt er kommet i gang igen, er det godt at kunne informere medlemmerne hurtigt. Hertil bruges det »lokale nyhedsbrev«, der udsendes efter behov, men typisk 1-2 gange om måneden. Mange medlemmer er allerede tilmeldt, og vi opfordrer alle andre til også at gøre det.

**Du kan tilmelde dig direkte via vores lokale hjemmeside:**

[aeldresagen.dk/nyborgullerslev](http://aeldresagen.dk/nyborgullerslev) (nederst på forsiden er der et link), hav dit medlemsnummer klar samt fødselsdag og mailadresse.



Hårde hvidevarer køber man hos

# HVIDT OG FRIT

## nettoline/fyn

KØKKEN // BAD // GADEROBE

Nyborg, Vestergade 33, tlf. 65302223

## Nyborg Bilcenter A/S

Alsvej 2 – 5800 Nyborg  
Tlf. 65 30 22 00 – 21 25 36 61  
mh@nyborgbilcenter.dk

*Vi fortsætter med  
at servicere og reparere  
alle bilmærker!*

# FAXØE

GULD  
SØLV  
URE

KONGEGADE 33  
5800 NYBORG  
TLF. 65 31 12 70  
WWW.FAXOES.DK

*Erik H. Lunds*  
TURISTBUSSE



- Flere års erfaring i firma- og foreningskørsel
- Grupperejser i ind- og udland
- Medlem af Rejsegarantifonden nr. 1206

E-mail: erikhlund@ehlbus.dk  
Tlf. 65 33 14 09

## SHOP.REMA1000.DK

- Køb nemt og hurtigt alle dine dagligvarer på shop.rema1000.dk eller hent appen REMA 1000 med vigo på din mobil
- Der er intet minimumskøb og første levering er gratis
- En frivillig, lokal indkøber henter varerne i din lokale REMA 1000 butik og afleverer dem hos dig
- Betal med dankort eller MobilePay
- Det kalder vi online discount med holdning



**REMA 1000**  
Online discount med holdning!

Få hjælp til  
at komme igang  
- sms REMA 1000  
til 1245\*



Købmand  
Jakob Rehfeldt

ÅBENT  
7-21

REMA 1000 varer leveret til døren  
fra dine lokale købmænd i Nyborg

FRISENGÅRDSVEJ 19 OG SVANEPARKEN 2, 5800 NYBORG

Købmand  
Jacob Refshammer  
Larsen

ÅBENT  
7-21

\* Det koster almindelig sms-takst

# Social-humanitære tilbud

Ansvarlig leder: Irma Trebbien, tlf. 2085 3554

## Demenscafeer



Aktivitetsleder Hanne Fridmann 6128 5220

Ældre Sagens demenscafeer holdes i Demenscenter Tårnparken i samarbejde med Nyborg Kommune. Personer med begyndende demens samt deres pårørende og/eller bekendte er velkomne. Målet er socialt samvær og hygge over en kop kaffe med kage. Der vil være en form for underholdning ved hvert caféarrangement.

Pris for deltagelse i cafeen er 30 kr. pr.person pr.gang. Der kan indbetales 120kr. for de sidste 4 gange på Ældre Sagens konto Danske Bank reg. Nr. 3001 konto 1324 4960 med angivelse af ak 240 og deltagerens navn.

Hvis du ikke har andre muligheder for transport, vil du kunne blive hentet og kørt hjem. Henvendelse herom til Irma Trebbien 2085 3554 Pris for kørsel er 20 kr. som vil blive opkrævet sammen med betalingen for deltagelse. Der kan indbetales 80 kr. for de sidste 4 gange på ovenstående kontonummer.

Cafeerne afholdes hver anden mandag (i ulige uger)

### Program

- **Mandag 21. oktober kl. 14.30 – 16.15**  
Karen og Tommy spiller og synger
- **Mandag 4. november kl. 14.30 – 16.15**  
Jens Bækkelund spiller og synger.
- **Mandag 18. november kl. 14.30 – 16.15**  
Bodil og Hans Rytter underholder.
- **Mandag 2. december kl. 14.30 – 16.15**  
Jens Bækkelund synger og spiller.

*Forste gang efter nytår er 13. januar*



Karen og Tommy



Jens Bækkelund

## VÆR FRI FOR REGN OG RUSK - PRØV EN KABINESCOOTER FRA BILHUSET NYBORG



### EL-KABINESCOOTERE

Med 1200 W motor, rækkevidde op til 60 km, alufælge, 7" LCD, USB-stik, varme, bakkamera, LED-lys, fjernbetjent C-lås og elektriske sideruder.

**59.995,-**

+ lev. omk.



Teknicar

Se vores flotte nyere, brugte biler på [www.bilhuset-nyborg.dk](http://www.bilhuset-nyborg.dk)

**BIL** Huset - NYBORG  
Tåsingevej 2

Tlf. 65 31 31 01

Åben søn- og helligdage efter aftale

## FNE OUTDOOR

### UDELIV

300 m<sup>2</sup> unik butik med  
TØJ OG GREJ  
I NYBORG



Velkommen...

Nørregade 5, 5800 Nyborg,  
TLF.: 6531 2303

FNE P-plads og åbningstider  
- se [www.fne-outdoor.dk](http://www.fne-outdoor.dk)

FNE OUTDOOR

WEBSHOP  
[www.fne-outdoor.dk](http://www.fne-outdoor.dk)

# Prografisk

Magasiner, hæfter,  
præsentationer etc.

- til trykte og / eller  
interaktive medier

Havnegade 100 A • 5000 Odense C

Tlf. 63 38 39 40

[post@prografisk.dk](mailto:post@prografisk.dk), [www.prografisk.dk](http://www.prografisk.dk)



Ullerslev Centret 30  
5540 Ullerslev

Telefon 65 35 14 71

Åbent kl. 7 til 21



KLASSISK  
DESIGN  
NATURLIGE  
MATERIALER



DET HALVE  
KONGERIGE

Lyøvej 6, 5800 Nyborg  
[www.dethalvekongerige.dk](http://www.dethalvekongerige.dk)



### Ledsagertjenesten

I samarbejde med Nyborg Kommune tilbyder Ældre Sagen at stille ledsagere til rådighed ved besøg på sygehuse, speciallæger o.l. hvis borgeren ikke har nogen til at ledsage sig. Det er en forudsætning, at man bor i Nyborg Kommune, på plejecenter eller hjemme med bevilget hjælp fra kommunen. Husk at ledsagere skal bestilles i god tid. Henvendelse til aktivitetsleder Mette Hansen. Vagttelefon 6129 2782

---

### Besøgsvenner

Bor du alene, eller savner du selskab, så prøv at få en besøgsven, der vil besøge dig en gang om ugen eller hver anden uge.

»Vi giver lidt og får meget tilbage«.

Har du lyst til, enten at blive besøgsven, eller at få en besøgsven, så henvend dig til aktivitetslederen.

Hvis du har lyst til at få en besøgsven, så henvend dig til:

Aktivitetsleder Jørgen Sund Christensen, tlf. 6531 4520 eller 5138 7026.

---

### Vågetjenesten

Ældre Sagens vågere kan være med til at gøre den allersidste tid mere tryk for den døende og de pårørende. De frivillige kan give de pårørende et pusterum og være med til at skabe ro og nærvær for den døende. En frivillig fra vågetjenesten kan rekvireres af sygeplejersken på vågetjenestens vagttelefon: 4049 4622 inden kl. 17.00. Vi våger nu i flg. tidsrum: 21-24, 24-03, 03-06.



### Bisidderordningen



Ældre Sagen stiller gerne en bisidder til rådighed for dig, når du skal til diverse møder i forbindelse med evt. sygdom eller sagsbehandlere.

Bisidderen hjælper dig med forberedelsen og med selve samtalen. Bisidderen deltager i mødet og hjælper dig med at få stillet spørgsmålene og forstå svarene.

Efter mødet samler bisidderen op sammen med dig.

Bisidderne har naturligvis tavshedspligt.

Har du brug for hjælp fra en bisidder, kan du henvende dig til:

Ellen Rask, tlf. 2124 7358.

### Digital bisidder

Antallet af sager, hvor man skal betjene sig selv på internettet, er steget kraftigt i de seneste år. Mulighederne for personlige henvendelser er blevet begrænset.

derfor har Ældre Sagen nu et tilbud til medlemmer, der er usikre på, hvordan man gør. Det kaldes en digital bisidder.

Du aftaler et møde med en frivillig, der sidder sammen med dig, når du indtaster de krævede oplysninger og undervejs kan de vejlede dig i, hvordan du kommer videre.

Er du interesseret i at få hjælp af en digital bisidder, er du velkommen til at kontakte [Hansjuhl@gmail.com](mailto:Hansjuhl@gmail.com)

---

### Velkommen i telefonkæden

Start kl. 8.00 eller 9.00.

Tryghedsopkald kan redde liv.



Mange »børn« føler sig trygge ved at vide, at deres forældre modtager et opkald hver morgen.

Bor du alene, er du velkommen i en af Ældre Sagens telefonkæder. Du kan vælge, om du vil ringes op hver morgen kl. 8.00 eller 9.00.

Når du har modtaget et opkald, ringer du straks videre til den næste på listen, og den sidste ringer til opstarteren. Hvis et medlem i kæden ikke svarer, ringer du straks til opstarteren, der overtager »problemet«. Normalt er kæden med start kl. 8.00 slut kl. ca. 8.30, og kæden med start kl. 9.00 er slut kl. 9.15.

Er du interesseret, er du velkommen til at ringe til:

- **Lis Andersen**, tlf. 2695 9794 ang. kæden kl. 8.00 og
- **Birgit Robson**, tlf. 5040 3249 ang. kæden kl. 9.00.

### Hjælp til mindre reparationer i sytøjet

Ryster du på hånden, kniber det med at se, eller har du andre gener, når du gerne vil sy, er du velkommen til at ringe til Ellen By-skov, tlf. 6154 9217.

### Strikkecafé



Aktivitetsleder:

Ursula Wittenwiler 2226 8637

Har du lyst til hyggeligt samvær mandag formiddag kl. 10-12, så mød op i vores strikkecafé i det tidligere »Landmanden« i Stendamsgade. Tag dit strikketøj eller andet håndarbejde med og få en god snak og en kop kaffe. Medbring selv krus.

50 kr.pr. halvår. AK 627. Tilmelding og betaling online på [www.aeldresagen.dk/nyborg-gullerslev](http://www.aeldresagen.dk/nyborg-gullerslev)

Vælg aktiviteter, vælg strikkecafé. Eller tilmelding på kontoret. Husk medlemsnummer.

Sidste gang før jul er 16. december. Vi starter efter jul 6. januar.

Du er velkommen til at ringe og høre nærmere hos aktivitetslederen.

### Spis sammen

Café Danehof, Sprotoften 1, Nyborg

Aktivitetsleder Hans Mikkelsen,

tlf. 2498 9432

Kom og spis sammen på Café Danehof.

Onsdage: 30/10, 27/11 og 29/1

kl. 12.00 – ca. 14.

## Social-humanitære tilbud – fortsat

Der serveres en varm ret og en kop kaffe med småkage for 65 kr. + drikkevarer. Tilmelding på tlf. 6333 6933 eller i caféen senest torsdagen før.



## Spis Sammen i Ullerslev

Se side 11.

### Mindeord

Den 14. august døde *Lis Damgård*, Agnesvej 3 Nyborg.

Lis var i mange år en meget aktiv frivillig i Ældre Sagen.

Hun har både været leder af besøgstjenesten, leder af det socialhumanitære område, bestyrelsesmedlem, afløser på vores kontor, frivillig i demenscaféen og besøgsven.

Lis' store viden og socialhumanitære indsigt har været til gavn for mange af vores medlemmer.

Selvom sygdom de senere år satte en stopper for den store aktivitet, var Lis, næsten til det sidste, en trofast besøgsven. Hun var gennem årene højt værdsat af besøgsværter og Ældre Sagen. *Tak for den store indsats gennem årtier.*

## Handyman – en hjælpende hånd

Ansvarlig leder:

Hans Mikkelsen tlf. 2498 9432

Har du små praktiske problemer i hjemmet, kan du få hjælp til småreparationer. Har du ikke kræfter til »gør det selvopgaver«, så bed om en hjælpende hånd. Der udføres dog kun småreparationer. Eventuelle skader er på brugerens regning. Hjælpen er gratis, men bruger skal levere de nødvendige materialer. Desuden skal der betales 20 kr. til kørsel.

Henvendelse kan ske på hverdage til:

- Finn Ammentorp, tlf. 2483 0488
- Preben Andersen, tlf. 2693 1055
- Carsten Milling Kock, tlf. 4088 4850
- Bor du i Ullerslevområdet, er du velkommen at henvende dig til:  
Niels Jørgen Nielsen, tlf. 6133 2124



## Vi takker annoncørerne for støtten

### Den sunde måde at sidde på®

Få besøg af **Stolebussen**  
og få demonstreret stole  
i dit eget hjem.  
Kontakt Heidi og få en aftale.



Få din helt  
personligt  
tilpassede  
hvilestol



  
farstrup comfort

**JØRGEN HANSEN MØBLER**

v. Lars og Heidi Hansen

Ringvej 2 · 5853 Ørbæk · Tlf. 65331147  
[www.joergenhansenmoebler.dk](http://www.joergenhansenmoebler.dk)

# Vi kan sælge din bolig!

**SOLGT eller GRATIS.**



**Estate Flemming Thomsen**  
EJENDOMSMÆGLER

NYBORG  
Korsgade 15,  
5800 Nyborg  
Telefon 6531 4440  
E-mail 5800@estate.dk

 [facebook.com/estatenyborg](https://facebook.com/estatenyborg)

