

# Ældre Sagen

## Albertslund

Foredrag m.m. på Damgårdshave  
januar 2025 - august 2025



### Aktivitetscentret Damgårdshave

Damgårdsvej 12  
2620 Albertslund



24 24 86 20

## Tid og sted

### Vores kontortid er:

Mandage kl. 12.00 - 13.30

Damgårdshave, Damgårdsvej 12, 2620 Albertslund

Tlf. 24 24 86 20

I ferieperioder, og på helligdage, er kontoret lukket.

### Ved deltagelse i vore arrangementer har vi følgende regler:

1. Ved køb af billet/tilmelding til et arrangement **skal** der forevises gyldigt medlemskort.
2. Ved deltagelse i et arrangement uden tilmelding **skal** der forevises gyldigt medlemskort.
3. Købte billetter refunderes ikke

## Bestyrelsen

Formand	<b>Lisbeth Lundbergh</b>	30 82 05 30	lundbergh@4nord.dk
Næstformand	<b>Karl Victor Kruse</b>	22 47 67 51	karl.kruse@webspeed.dk
Kasserer	<b>Else Dahl Morthorst</b>		
Sekretær	<b>Dieter Lauff</b>		
Medlem	<b>Gitte Glyngbo</b>		
Medlem	<b>Hanne Juel Riis</b>		
Medlem	<b>Anette Dunk</b>		
Suppleant	<b>Erling Skovgaard</b>		
Suppleant	<b>Anni Reinholdt Salomon</b>		

**Mandag den 13. januar, kl. 12<sup>00</sup> - 13<sup>30</sup>**

## **Ingen aktivitet**

Kontoret er åbent

**Mandag den 20. januar, kl. 14<sup>00</sup>**

## **Banko**

Max. 80 deltagere. Gratis kaffe. **NB. Ingen tilmelding.**



**Mandag den 27. januar, kl. 14<sup>00</sup>**

## **Foredrag af Brian Lange**

Tidligere faldskærmsjæger i Fremmedlegionen, fortæller om sine 15 år i den legendariske enhed.

Citater fra Brian Langes hjemmeside:

”Brian Møller Lange er vendt hjem efter 15 år i Fremmedlegionen. Her fortæller den nu tidligere korporalchef om de mest kritiske øjeblikke, og om livet i en verden, der normalt opfattes som lukket og ikke for sarte sjæle.”

Brian Møller Lange ser tilbage på de fire-fem situationer i sit liv, hvor han deltog i store skudvekslinger, der kostede flere af hans kammerater i Fremmedlegionen livet.

»Vi skød for at forsvare os og slå ihjel. Når fjenden var rebeller i Afrika, så vidste vi, at de skød for at dræbe. Det var dem eller os.«

"Den dag i dag er jeg stadig mærket af tiden i Legionen. En masse indlærte færdigheder sidder på ryggen. Jeg kan finde på at ommøblere et hotelværelse, hvis jeg er utryk ved indretningen. Det kan være et bord, der er placeret så man kommer til at sidde med ryggen til et stort vindue eller stedets restaurant, hvor jeg som regel må udpege den stol JEG skal sidde på. Familie og venner er ved at venne sig til det, for sådan er det bare. Jeg kan ikke holde ud at sidde med ryggen til udgangen, men er nødt til at sidde, så jeg kan holde øje med, hvem der kommer og går."



**Max. 80 deltagere. Billetter á 30 kr. sælges i kontortiden.**

**Mandag den 3. februar, kl. 14<sup>00</sup>**

## **Beredskabskursus**

Kriseparat - klar dig selv i 3 døgn

Myndighederne anbefaler, at hver husstand er forberedt og kan klare sig selv i 3 døgn, hvis en krise rammer landet.

På kurset får du

- Mere information
- Tip og gode råd
- Mere inspiration

Du modtager også 'Min Tjekliste', som hjælper dig til at forberede dig efter myndighedernes anbefalinger, så dit hjemmeberedskab passer til din husstand.

**Max. 80 deltagere. Gratis billetter udleveres i kontortiden.**

**Mandag den 10. februar, kl. 14<sup>00</sup>**

## **Vildmarksliv i Canada**

Hans Henrik Damgaard tog som 20 årig til Canada uden en krone på lommen, for at arbejde som jagt og vildmarksguide i Britisk Columbia. Det blev til et eventyr, der skulle strække sig over tre år og kaste ham ud i halsbrækkende situationer og fantastiske naturoplevelser.



Uden den store erfaring var en stejl læringskurve nødvendig for at gebærde sig blandt hærdede cowboys og være ansvarlig for 11 heste. Det er historien om at kaste sig ud i eventyret, stå overfor de største udfordringer og at vokse med opgaven. Hans Henrik reflekterer også over det simple liv og den ro det giver at have 500 km til den nærmeste by.

Han fortæller energisk om

- Hvordan det er at leve med bjørne i baghaven
- Hvad det gør ved en at være 5 måneder uden internet.
- Om at leve af naturen med jagt og fiskeri
- Anekdoter fra vildmarken
- Hvordan man kommer afsted på sit eget eventyr
- Det hele er understøttet af flotte billeder, spændende videoklip og en sund portion selvironi.

**Max. 80 deltagere. Billetter á 30 kr. sælges i kontortiden.**

**Mandag den 17. februar**

Se venligst side 11

**Mandag den 24. februar, kl. 14<sup>00</sup>**

### **Banko**

Max. 80 deltagere. Gratis kaffe. **NB. Ingen tilmelding.**



**Mandag den 3. marts**

### **Fastelavn**

Ingen aktivitet  
Kontoret er åbent

**Søndag den 9. marts, kl. 14<sup>00</sup>**

### **Årsmøde**

Årsmødet er din mulighed for at vælge medlemmer til bestyrelsen og drøfte næste års arbejde.

Dagsorden iflg. vedtægterne.

Forslag skal være bestyrelsen i hænde senest 14 dage før dvs. søndag den 23. februar.

Årsregnskabet udleveres på mødet.

Årsmødet er for alle medlemmer i Albertslund kommune. Du skal medbringe gyldigt medlemskort eller kontingentkvittering.

Til gengæld giver vi kaffe og kage.

Efter selve årsmødet får vi et glas vin og en hyggelig snak.



**Mandag den 10. marts**

### **Ingen aktivitet**

Kontoret er åbent

**Mandag den 17. marts, kl. 14<sup>00</sup>**

### **The Formænd**

Alle de fede, danske 80'er-hits!

Er man opvokset med den kolde krig, kartoffelkur, konservativ mindretalsregering, skulderpuder og pastelfarver,

så kender man også alt til tidens toner, som hver dag blev præsenteret i radioprogrammer med navne som "Hej P3", "Børneradio", "De ringer vi spiller" for at nævne nogle få.

Musikken der omfavner dette spøjse årti - 80'erne - er blevet kaldt Dansk rocks guldalderperiode. Om dette skyldes den pludseligt stigende danske musikindustri, eller om musikken i virkeligheden for første gang i nyere tid fandt sit unikke ståsted, skal vi ikke gisne om. Fakta er at mange gigantiske hits er vokset ud af 80'erne, og de holder stadig den dag i dag!

**Max. 80 deltagere. Billetter á 50 kr. sælges i kontortiden.**



**Mandag den 24. marts, kl. 14<sup>00</sup>**

### **Banko**

Max. 80 deltagere. Gratis kaffe. **NB. Ingen tilmelding.**



**Mandag den 31. marts, kl. 14<sup>00</sup>**

### **Sangcafé**

Vi drikker sammen en kop kaffe med brød, drikker et glas vin/øl/vand og synger sange fra vores sangbøger.

Max. 80 deltagere. Gratis kaffe. **NB. Ingen tilmelding.**



**Mandag den 7. april, kl. 14<sup>00</sup>**

### **Modeshow**

Lene Glud kommer og viser os dame- og herretøj i et forrygende modeshow. Der er tøj i alle størrelser.

Max. 80 deltagere. Gratis kaffe. **NB! Ingen tilmelding.**



**Mandag den 14. april**

### **Påskeuge**

Ingen aktivitet  
Kontoret er lukket

**Mandag den 21. april**

### **2. påskedag**

Ingen aktivitet  
Kontoret er lukket

**Mandag den 28. april, kl. 14<sup>00</sup>**

### **Banko**

Max. 80 deltagere. Gratis kaffe. **NB. Ingen tilmelding.**



**Mandag den 5. maj**

### **Ivan – og Putin – ved hvor du bor**

Mit navn er Niels Jensen.

Jeg har en fortid som efterretningsofficer i det danske forsvar under Den kolde Krig. Med udgangspunkt i den hemmelige russiske kortlægning af Danmark under Den kolde Krig – og tiden, der fulgte, har jeg udarbejdet dette foredrag ”Ivan – og Putin – ved hvor du bor”



Foredraget om de østeuropæiske angrebsplaner mod Danmark og Danmarks geostrategiske position som ”prop” i adgangen til Østersøen. De danske stræder – Øresund, Storebælt og Lillebælt – har gennem århundreder – og er stadig et sikkerhedsproblem for Danmark – ikke mindst i lyset af den igangværende konflikt i Østeuropa.

I forbindelse med foredraget vises en lille udstilling af hemmelige russiske kort over jeres lokalområde, plancher, fotografier og efterretningsoversigter. Dette materiale har været klassificeret i mange år som FORTROLIGT, HEMMELIGT, YDERST HEMMELIGT og TOPSECRET. Materialet stammer fra Central Intelligence Agency, Forsvarets Efterretningstjeneste, kilder i Baltikum samt svenske og britiske kilder.

**Max. 80 deltagere. Billetter á 30 kr. sælges i kontortiden.**

**Mandag den 12. maj, kl. 14<sup>00</sup>**

### **Sangcafé**

Vi drikker sammen en kop kaffe med brød, drikker et glas vin/øl/vand og synger sange fra vores sangbøger.

Max. 80 deltagere. Gratis kaffe. **NB. Ingen tilmelding.**



**Mandag den 19. maj, kl. 14<sup>00</sup>**

### **Banko**

Max. 80 deltagere. Gratis kaffe. **NB. Ingen tilmelding.**



**Mandag den 26. maj**

### **Kristi Himmelfart ferie**

Ingen aktivitet

Kontoret er lukket

**Mandag den 2. juni**

### **Pinseferie**

Ingen aktivitet

Kontoret er åbent

**Mandag den 9. juni**

### **2. pinsedag**

Ingen aktivitet

Kontoret er lukket

**Mandag den 16. juni, kl. 14<sup>00</sup>**

### **Banko**

Max. 80 deltagere. Gratis kaffe. **NB. Ingen tilmelding.**





**Mandag den 23. juni, kl. 13<sup>00</sup>**

### **Sommerfrokost**

Vi spiser en platte sammen.

Troels Jørgensen underholder os under spisningen og spiller siden op til dans mellem bordene.



**Max. 60 deltagere. Billetter á 150 kr. sælges i kontortiden.**

**Mandag den 30. juni**

Kontoret er lukket

**Juli måned**

Kontoret er ferielukket



**Mandag den 4. august**

Kontoret er lukket

**Mandag den 11. august, kl. 12<sup>00</sup> - 13<sup>30</sup>**

### **Ingen aktivitet**

Kontoret er åbent

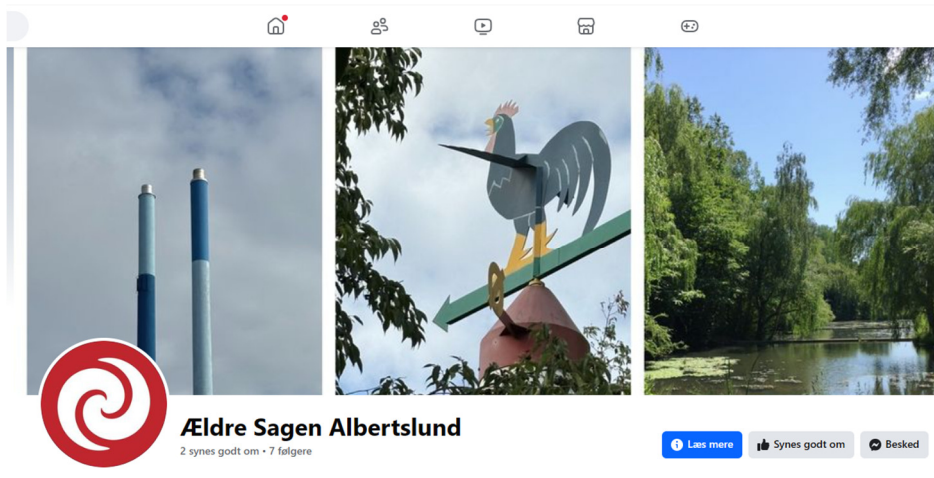
**Mandag den 18. august, kl. 14<sup>00</sup>**

### **Banko**

Max. 80 deltagere. Gratis kaffe. **NB. Ingen tilmelding.**



## NYHED



### Vi er kommet på Facebook

Find os på følgende adresse:

<https://www.facebook.com/aeldresagenalbertslund>

Vi har, sammen med Ældrerådet i Albertslund aftalt nedenstående arrangement med  Høreforeningen

Arrangementet er et oplæg, der handler om:

- Høretab og konsekvenserne af dette
- Høreapparater og hvor/hvordan man kan få dem
- Høretekniske hjælpemidler (fx tv-løsninger, mikrofonssystemer)
- Hvad man - udover at bruge høreapparater og eventuelle høretekniske hjælpemidler - kan gøre for at leve bedst muligt med sin hørenedsættelse.

Max. 80 deltagere. Gratis kaffe og brød. **NB. Ingen tilmelding.**

## **Nyhedsbreve**

Ældresagen har et system til udsendelse af lokale nyhedsmails. Vi må kun sende nyhedsbreve til dig, hvis du skriftligt har accepteret det.

Vil du modtage email med nyt fra Ældre Sagen Albertslund, bedes du derfor registrere din emailadresse på vores hjemmeside:

[www.aeldresagen.dk/Albertslund](http://www.aeldresagen.dk/Albertslund)

og tilmelde dig.

## **Rådgivning i Ældre Sagen centralt**

Ældre Sagen har en telefonisk rådgivning, hvor du ganske gratis kan få rådgivning om mange forskellige forhold.

Telefonerne hos Ældre Sagens rådgivning har åbent mandag, tirsdag, onsdag og fredag fra kl. 10-14, samt torsdag fra kl. 14-18 på

**70 89 00 81**

**Det er gratis at ringe og gratis at få råd.**