

# Ældre Sagen

**ØRBÆK**



**ÆLDRE SAGEN,  
ØRBÆK  
25 ÅR**

**PROGRAM FORÅR 2025**

# Ældre Sagen, Ørbæk

Ældre Sagen, Ørbæk byder velkommen til forårets aktiviteter.

Det er i år 25 år siden Ældre Sagen, Ørbæk blev en selvstændig **lokalkomite**, som det hed den gang. Der var 350 medlemmer, så nu måtte vi kunne stå på egne ben. Det fejrer vi den 9. februar.

Vores flerdagstur går i år til Øland i Sverige. Sammen med Giba Rejser har vi sammensat en spændende tur først i juni.

I maj har vi en 1-dagstur.

Se alle vores gode aktiviteter og tilbud inde i bladet.

Noget nyt i Ældre Sagen er: **Ældretelefonen tlf. 32 210 210**, som har åben mandag-fredag **kl. 9-15**. Se Ældre Sagens hjemmeside: [www.aeldresagen.dk](http://www.aeldresagen.dk)

Ældretelefonen er et tilbud til ældre. En samtalelinje til mennesker, som føler sig alene og mangler nogen at tale med.

En stor tak til alle vores frivillige, nye som gamle. Mange får glæde af jeres indsats. Stor tak til vore annoncører, der gør det muligt at udsende dette blad.

## Redaktion:

Sonja Lykkegaard Hansen & Kirsten Holst.

## Distribution:

Svend Åge Risbjerg.

Næste nummer udkommer sidst i juli/først i august 2025.

Det er **DESLERS grafiske hus**, der trykker vores lokale blad.



**DESIGN · TRYK  
STORFORMAT  
+ ETIKETTER**

Hvor personlig service og høj kvalitet gør en forskel.

deslers  
■ grafisk hus ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■

Tlf. +45 64 71 48 09 · info@deslers.dk · www.deslers.dk

## Bestyrelsens medlemmer



Formand:  
Sonja Lykkegaard Hansen  
65 33 20 46/23 83 00 10  
[Fm.oerbaek.495@aeldresag.en.dk](mailto:Fm.oerbaek.495@aeldresag.en.dk)



Næstformand:  
Kirsten Holst  
20 47 77 67  
[kullerup.by@gmail.com](mailto:kullerup.by@gmail.com)



Medlem:  
Karin Degn  
65 33 24 77  
[Karin.anita.degn@hotmail.com](mailto:Karin.anita.degn@hotmail.com)



Medlem:  
Else Marie Jakobsen  
23 25 98 67  
[e.jakobsen@youmail.dk](mailto:e.jakobsen@youmail.dk)



Medlem:  
Jette Bende Borgersen  
30 33 30 48  
[jbborgersen@gmail.com](mailto:jbborgersen@gmail.com)



Medlem:  
Lisbeth Langæble  
21 64 67 51  
[lflangaeble@gmail.com](mailto:lflangaeble@gmail.com)



Medlem:  
Richardt Muhs  
23 25 21 49  
[Muhs.privat@gmail.com](mailto:Muhs.privat@gmail.com)



Suppleant:  
Gitte Rasmussen  
21 28 45 63  
[grasmussen429@gmail.com](mailto:grasmussen429@gmail.com)



Suppleant:  
Hanne Glue  
65 33 16 34//51 32 64 07  
[hanne-bjarne@hotmail.dk](mailto:hanne-bjarne@hotmail.dk)



Webmaster og  
lokalredaktør:  
Inger Thulin Nielsen  
22 31 15 63  
[banemarken@outlook.dk](mailto:banemarken@outlook.dk)



Kasserer:  
Jørgen Stub Holmegaard  
24 64 93 65  
[ks.oerbaek.495@aeldresag.en.dk](mailto:ks.oerbaek.495@aeldresag.en.dk)

## Koordinationsudvalget i Nyborg Kommune

Formand: Peter Enevold	40 81 86 75	<a href="mailto:peen@tietgen.dk">peen@tietgen.dk</a>
Næstform.: Sonja Lykkegaard Hansen	23 83 10 00	<a href="mailto:fm.oerbaek.495@aeldresagen.dk">fm.oerbaek.495@aeldresagen.dk</a>
Medl.: Irma Trebbien	20 85 35 54	<a href="mailto:irmatrebbien@gmail.com">irmatrebbien@gmail.com</a>
Medl.: Lisbeth Langæble	21 64 67 51	<a href="mailto:lflangaeble@gmail.com">lflangaeble@gmail.com</a>

## Ældre Sagen, Snorresgade 17-19, 2300 København S.

Hovedkontoret Tlf. 33 96 86 86  
Ældre Sagens hjemmeside:

[aeldresagen@aeldresagen.dk](mailto:aeldresagen@aeldresagen.dk)  
[www.aeldresagen.dk](http://www.aeldresagen.dk)

### Nye medlemmer

Hvis du ønsker at blive medlem af Ældre Sagen, kan indmeldelsen foretages ved direkte henvendelse til hovedkontoret;

eller kontakt Sonja Lykkegaard Hansen: tlf. 65 33 20 46/23 83 00 10

Et personligt medlemskab koster

145 kr. pr. halvår.

Et familiemedlemskab koster

240 kr. pr. halvår.

### Medlemsfordele

Du kan ringe gratis til tlf. **70 89 00 81** og få social og juridisk rådgivning.

Åbningstider: mandag, tirsdag, onsdag og fredag kl. 10-14. torsdag kl. 14-18.

Hos Ældre Sagens jurister og socialrådgivere kan man søge råd og vejledning.

Alle er velkomne til at deltage i Ældre Sagens arrangementer overalt i landet. Se i bladet "Det Sker", der udkommer sammen med medlemsbladet 5 gange årligt eller på hjemmesiden.

Ældre Sagen har rabataftaler med mange samarbejdspartnere. Se i medlemsbladet, eller hent app'en "Ældre Sagen, Tilbud" til din smartphone.

**VVS - GAS - BLIK**  
**Ørbæk Varmeservice**  
ApS

---

**Martin Sohne**  
aut. vand-, gas og sanitetsmester  
Kløvervej 7 - 5853 Ørbæk

**TLF. 65 33 11 84**  
[www.SOHNE-VVS.dk](http://www.SOHNE-VVS.dk)



**GAS- OG OLIEFYRSSERVICE**

# Søndagscafé og Demenscafé

## Søndagscafé

Kom og vær med og bliv en del af fællesskabet. Her kan du genopfriske gamle venskaber og skabe nye.

Her er levende musik, som spiller i 2 timer. Vi holder pause ½ time, hvor vi drikker kaffe med kage til, og der udtrækkes gevinster på indgangsbilletten.

Alle søndagscaféer afholdes i gæstecaféen på Rosengården, Kløvervej 1, Ørbæk.

### Tidspunkt: Kl. 14 – 16

Søndag den 5. januar	Rundt på gulvet
Søndag den 2. februar	Hiv og Slæv
Søndag den 2. marts	Eva og Jørgen
Søndag den 6. april	Vennerne
Søndag den 4. maj	Karl Pedersen

**Kontaktperson: Kirsten Holst tlf. 20 47 77 67**

**Pris:** 50 kr. pr. gang inkl. kaffe og kage.

Ingen tilmelding. Alle er velkomne.

## Demenscafé

Alle demenscaféer holdes med og i Klub Ørbæk, Kløvervej 1, Ørbæk.

For information:

**Kontakt Lisbeth  
Langæble**

**tlf. 21 64 67 51**

**Pris:** Gratis

Alle er velkomne.



# Motion

## Cykelture

Ældre Sagen ”Cykler for livet.”

Vi cykler hver mandag ud i det blå og nyder naturen i et tempo, hvor alle kan være med.

Vi starter igen den 7. april 2025 kl. 9.30 fra Almas Hus, Sentvedvej 1, Ørbæk og sidste gang i foråret er den 30. juni.

**Alle er velkomne, ingen tilmelding. Bare mød op.**

Husk cykelhjelm og gul vest. Har du ingen, har vi.

**Kontaktperson:**

**Käte Larsen. Tlf. 21 24 71 02**

**Poul Pedersen. Tlf. 40 58 27 82**

## Gymnastik

Styrk din smidighed. Få mulighed for samvær med andre.

Motion er med til at holde dig smidig og frisk.

**Sted:** TIF Hallen. Start den 9. januar.

Sidste gang den 20. marts

**Tid:** torsdag kl. 9 – 10 Vi slutter af med en kop medbragt kaffe.

Alle er velkommen.

**Pris:** 150 kr. for 10 gange

**Ledere:** Karen Jensen og Birgit Pedersen

**Kontaktperson:** Else

Marie Jakobsen

**Tlf. 23 25 98 67**

## Petanque

Mandage kl. 9.30 – 11.30.

**Sted:** TIF's idrætsanlæg i Frørup.

Oplev 2 timers sjov og hyggeligt samvær. Om vinteren spilles der inde i TIF-hallen. Ingen tilmelding. Kom bare og se om det er noget for dig.

**Kontaktperson: Hanne Ringsmose**

**Tlf. 61 33 85 96**

**KLINIK ØRBÆK**   
Kiropraktik & Fysioterapi

- Smerter fra ryg og nakke
- Slidgigt i ryg, hofte og andre led
- Hovedpine og Svimmelhed
- Fælles træningshold

Kom og besøg os:  
Sanni Rømer, Kiropraktor  
Signe Darling Lavard, Kiropraktor  
Andreas Færch, Fysioterapeut

Se mere på 

Hovedgaden 9C - 5853 Ørbæk [www.klinikorbæk.dk](http://www.klinikorbæk.dk)  
mail@kiropraktor5853.dk - tlf. 2258 5653



Ønsker du dig...  
Din egen personlige kalender med whiteboard  
fåes den både som uge, måned og årskalender  
på: **Creative Cave.dk**

Vi kan også lave...  
bryllupshjertes, skamler med eget motiv, mm...

**Creative Cave.dk**  
en del af: **FOLIEKNIVEN.DK**



[WWW.HELSEOGMASSAGE.DK](http://WWW.HELSEOGMASSAGE.DK)

**Massage giver  
ekstra velvære**

v/ Jacob Nilsson,  
Fysiurgisk Massageterapeut RAB,  
Idrætsskadeterapeut og babyterapeut

Hovedgaden 26, 5853 Ørbæk, Tlf. 21 45 15 16



## Motion, Ørbæk Midtpunkt

Alle personer på 65+ eller førtidspensionister, med dokumentation, kan nu få medlemskab for **139 kr. pr. md.**, hvis de registrerer deres betalingskort, så betaling af kontingent kører automatisk.

For dem som IKKE vælger denne løsning og vælger at betale kontant eller ved kort i Ørbæk Midtpunkt – tillægges et administrationsgebyr på 75 kr. pr. betaling, så prisen **bliver 214 kr.** pr. måned.

Henvendelse kan også være pr. mail til [motion@orbek-midtpunkt.dk](mailto:motion@orbek-midtpunkt.dk) eller ring til tlf. 29 72 35 45. Kontortid mandag 8 -10, og torsdag kl.16 -18. lørdag 10 -12.

**Kom og vær med – motion og latter forlænger livet, siges i en stor undersøgelse. Motion kan udføres på mange niveauer. Dette vil vi gerne være med til at understøtte 😊**



FLADEMOSEGAARD FODKLINIK  
V. CHRISTINA BACH TALBRO

Tlf. 46 96 36 06

Flademosegaard 5853  
Longvej 9 Ørbæk

[www.christinatalbro.dk](http://www.christinatalbro.dk)

**Østfyn VVS & Energiservice**

Hans Erik Christensen

*Den varme linie!*

**65 37 18 09** [www.godtfyr.dk](http://www.godtfyr.dk)

Tårn Byvej 25 A • 5871 Frørup • godtfyr@ostfynvvs.dk

Åltd åben  
**Solsikken**  
65 33 12 24  
Hovedgaden 4  
5853 Ørbæk

**Lokalt pengeinstitut...**

Hos os er du et ansigt og ikke et nr...!  
Bare ring 65 43 25 50!

 **FRØRUP ANDELSKASSE**

Sportsvænget 2 · 5871 Frørup · Tlf. 65 43 25 50 · [post@froerupandelskasse.dk](mailto:post@froerupandelskasse.dk)  
[www.froerupandelskasse.dk](http://www.froerupandelskasse.dk)

## Billetter til forårets arrangementer

### Billetsalg følgende steder:

**Café Rosengården:** Første mandag i måneden kl. 10 – 12  
Start mandag den 6. januar 2025

**Almas hus:** Hver torsdag kl. 10 - 12

**(Lukket i uge 7)**

Start i den 9. januar 2025

Sidste gang inden sommerferien den 8. maj.

**Selvbetjening på hjemmeside:**

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

Book selv og betal via hjemmesiden.



**Aktivitetsudvalget tlf. 61 16 18 16.** Indtal **ikke** beskeder her.

### Priser:

Bestyrelsen finder det naturligt, at Ældre Sagens medlemmer betaler en specialpris for vores arrangementer. Ikke medlemmer betaler typisk 50 kr. mere. **Husk medlemsnummer, hvis man vil sikre sig medlemsrabat.**

Men husk i øvrigt, at medlemskab giver mulighed for at deltage i Ældre Sagens lokale aktiviteter over hele landet.

Mange steder giver medlemskab i Ældre Sagen også gode rabatter.





## Billeder fra efterårets arrangementer

## Forårets arrangementer

# NITØ-TEK



Din lokale VVS og El installatør  
Hvidevare

**Tlf. 24 24 24 24**

# HÅRFEEN

Hovedgaden 10 • 5853 Ørbæk


Webshop - [www.haarfeen.dk](http://www.haarfeen.dk)

[mail@haarfeen.dk](mailto:mail@haarfeen.dk)

Tlf.: 65 33 23 20

## Ørbæk Begravelse



  
Tlf. 62 21 06 51  
[www.orbaek-beg.dk](http://www.orbaek-beg.dk)

Aftaler træffes gerne  
hjemme hos Dem også  
søn og helligdage

Bedemænd: Jørgen Christiansen / Peter Honoré / Henrik Christiansen  
Hovedgaden 15B • 5853 Ørbæk

# Forårets arrangementer

## Vinterhygge mandag den 20. januar.



Vi mødes til vinterhygge med Fællesspisning, hvor vi skal nyde Dorthes gode mad.

### Underholdning:

**Karen Rasmussen**, "Høkildegård" fortæller om H. C. Andersens eventyrlige liv og besøg på fynske herregårde - også Glorup. Karen fortæller anekdoter og medbringer en del af sin H. C. Andersen udstilling.

**Sted:** Ørbæk Midtpunkt, Langemosevej 5, 5853 Ørbæk

**Tid:** 17.30

**Menu:** Hjemmelavet suppe, okse- og hønsekød med peberrodssauce  
Kaffe / the og småkager

**Pris:** 110 kr. 160 kr. for ikke medlemmer.  
Tilmelding senest den 13. januar 2024.

**Alle er velkomne**

**Tilmelding er bindende fra sidste tilmeldingsdato.**

**Arr. Nr.608**



**HELLA**  
SERVICEPARTNER

**NYGARD AUTO**

GRATIS LÅNEBIL

RØDEBRO 4 HAVNDRUP, 5750 RINGE - NYGARDAUTO@GMAIL.COM - TLF 28433861

**pm** installationer<sup>aps</sup>  
65 98 14 96



**PJ** El teknik  
65 31 67 65



# Lokalafdelingens 25-års jubilæum



**Søndag den 9. februar 2025** er det 25 år siden lokalafdelingen blev stiftet på et møde på Ørbæk kro.

Det fejrer vi med et arrangement på Rosengården, Kløvervej 1 5853 Ørbæk

Underholdning v. Hans og Therese

**Tid:** Kl. 12 er der middag, derefter underholdning. Kaffe med lagkage ca. kl. 15 og slutter dagen ca. kl. 16

**Pris:** 150 kr. for medlemmer. 200 kr. ikke medlemmer.

**Tilmeld senest den 3. februar kl. 12**



**FRØRUP HAVESERVICE**

**Tel.nr.: 60 56 98 44**  
e-mail: [froruphave@gmail.com](mailto:froruphave@gmail.com)

# Årsmøde i Ældre Sagen, Ørbæk.

**Mandag** den 3. marts kl. 16.00

**Sted:** Ørbæk Midtpunkt, Langemosevej 5, 5853 Ørbæk

**Dagsorden ifølge vedtægterne.**

**Tilmelding til efterfølgende spisning.**

**Pris:** 75 kr. ekskl. drikkevarer.

Tilmelding fra hjemmesiden eller til Sonja Lykkegaard Hansen 23 83 00 10, eller via hjemmesiden.

Sidste tilmeld senest den 24. februar. **Tilmelding er bindende fra den 24. februar**

## Modeshow

**Onsdag den 26. marts**

Den mobile tøjbutik

**Seniorshoppen/Patina**

Kommer og præsenterer deres Forårskollektion.

Efter modeopvisningen er der mulighed for at handle



**Sted:** Café Rosengården, Kløvervej 1, 5853 Ørbæk

**Tid:** 17.30

**Pris:** 80 kr. for medlemmer og 130 kr. for ikke medlemmer

**Menu:** 1 let anretning Kaffe / the, ostelagkage og småkager.

Tilmelding senest 18/3. **Tilmelding er bindende fra denne dato.**

**Arr.nr. 613**

## Danmark spiser sammen



Arrangementet er en del af kampagnen "Danmark spiser sammen" i uge 17. Er du alene eller +65 og kunne tænke dig at spise sammen med andre, så tag din nabo, genbo, ven eller veninde med.

**Underholdning: Christian Søgaard** fra Svendborg kommer kl. 19.00 og underholder i ca. 1 time.

**Onsdag den 23. april**

**Sted:** Café Rosengården, Kløvervej 1, 5853 Ørbæk

**Tid:** 17.30.

**Menu:** 2 retter mad, kaffe/the og småkager.

**Pris:** 100 kr. for medlemmer og 150 kr. for ikke medlemmer

Tilmelding senest **15/4**. Tilmelding er bindende fra denne dato.

**Arr.nr. 260**



Ældre  Sagen

ØRBÆK

I samarbejde med Giba Travel



**Øland og glasriket**

*5 dages busrejse - afrejse 1. juni 2025*



### Dag 1

Med tidlig afgang kører vi over Sjælland og Øresundsbroen til Sverige. Vel ankommet i Sverige kører vi til Markaryd, som ligger midt i Smålands skovområde. Her skal vi på en tur med safariparkens egne safaritog og begynder en eventyrlige rejse i elgens rige. Med lokoføreren som lokalguide kører vi gennem elgparken og bisonsletten og oplever dyrene i deres naturlige omgivelser. Sidst på eftermiddagen ankommer vi til Øland, hvor vi overnatter og spiser en fælles velkomstmiddag.

### Dag 2

Efter en god morgenmad besøger vi Sveriges næststørste ø, Øland. Her starter vi med at besøge kalkstenssletten Stora Alvaret, som dominerer det sydlige Øland. På sydspidsen af øen findes Sveriges ældste fyr, Lange-Jøn, der blev bygget af russiske krigsfanger i 1785.

#### Hotel Strandborgholm på Øland

Det 4-stjernede Strand Hotell Borgholm er beliggende midt på Øland med smuk udsigt over Borgholms gæstehavn og Kalmarsund. Fra hotellet er der 5 minutters gang til byens centrum. Hotellet ligger fint til både at opleve Ølands spændende natur og historie og tage en smuttur de ca. seks km over broen til Kalmar.

Der er fundet rester af hele 19 jernalderborge, og vi besøger Eketorps Borg, som er en rekonstruktion af en ringborg fra 300-tallet. Borgen var tilflugtssted for områdets befolkning i jernalderen og blev taget i brug igen i den tidlige middelalder. Vi bliver vist rundt af en svensktalende guide og besøger borgens museum, der fremviser genstande fra de arkæologiske udgravninger af Eketorp.

#### Pris pr. person

I delt dobbeltværelse ... Kr. 5.995  
Tillæg, eneværelse/kahyt Kr. 1.200  
Afbestillingsforsikring: 7,25 %  
af rejsens pris

#### Med i prisen

Kørsel med 4★ bus  
Brooverfart (Storebælt og Øresund)  
4 x overnatning med halvpension  
1 x morgenkaffe + rundstykke  
1 x sandwich (dag 2 og dag 4)  
1 x besøg Glasrike  
1 x besøg Eketorps Borg  
1 x Elgsafari i Markaryd  
1 x let frokost i Markaryd  
1 x besøg VIDA Museum og Kunsthal  
Dansk rejseleder

#### Opsamling

Kl. 8.00 – Ørbæk Midtpunkt  
Kl. 8.30 – Nyborg Banegård  
Hjemkomst ca. kl. 21.00

#### Tilmelding

Sonja Lykkegaard Hansen  
Tlf. 23 83 00 10  
Sonja.pedal@os.dk

#### Diverse informationer:

Der tages forbehold for trykfejl samt ændring i program.





Sidst på dagen er vi retur til vores hotel – resten af dagen byder på oplevelser på egen hånd.

### **Dag 3**

Efter morgenmaden kører vi en tur i Glasriket, hvor talrige glaspusterier og glasværker skaber unik glaskunst i verdensklasse og tiltrækker tusindvis af turister. Vi besøger Kosta Glasværk, og her oplever vi glasblæserkunsten og ser produktionen. Turen slutter med et besøg i »Studioglas Strömbergshyttan«, en udstilling, der viser resultaterne af eksperimenter og brug af avancerede glasblæsningstekniker. Retur til vores hotel sidst på dagen.

### **Dag 4**

På dagens udflugt kører vi til VIDA Museum og Kunsthall, som ligger ved Borgholm og med en dejlig udsigt over Kalmarsund. Museet viser skiftende udstillinger af svensk og international samtidskunst af høj kvalitet inden for maleri, skulptur, glas, design mv. Herfra fortsætter vi til den kongelige sommerresidens Solliden Slot og ruinerne af Borgholms Slot, der ligger næsten side om side. Borgholm Slot var engang hovedsæde for svenske konger, men efter en brand i 1806 står kun de tykke kalkstensmure tilbage. Vi besøger den smukke slotspark inden vi kører retur til vores hotel. Fælles middag.



### **Dag 5**

Formiddagen bruges til en tur i hyggelige Kalmar. Måske frister de mange butikker i området? Sidst på formiddagen er der afgang til Karlskrona, den største by i Blekinge, som blev grundlagt i 1680 af Karl XI., og blev hovedbase for den svenske flåde. I 1658 erobrede den svenske konge Karl X Blekinge fra Danmark, og Karl XI ønskede at holde på den nyerhvervede landsdel.

Midt om eftermiddagen begynder vores hjemtur og efter turen over Øresundsbroen, er vi tilbage på Fyn først på aftenen.

#### **Tekn. arrangør**

**GIBATRAVEL**

Torvet 3,1 · 5750 Ringe

Tlf: +45 91 52 60 62

Mail: giba@gibatravel.dk

Rejsegarantifond nr. 2854



## IT - TILBUD

### IT-Café: Ingen tilmelding - Gratis - kom bare.

Denne starter op igen onsdag d. 8. januar 2025 og afholdes hver onsdag formiddag i Ørbæk Boldklubs lokale ved Ørbæk Midtpunkt, fra kl. 9.30 – 11.30.

I it-caféen kan du få hjælp med alle typer it-udstyr: Bærbar PC, iPad, Android tablet og Chromebook samt Smartphones både iPhone og Android.

Af og til har it-caféen gæster udefra der fortæller omkring specielle emner – eller vi afholder en temadag.

Vi hjælper gerne med MitID.

Du kommer blot med din bærbare PC, iPad eller telefon. Så snakker vi om, hvad du gerne vil vide noget om, have hjælp til m.v.

Vi er ca. 20 hver onsdag, men der er plads til flere, så fortæl det gerne til dine venner. Der kan købes kaffe/te.

**Kontaktperson: Mogens Petersen tlf. 30 12 66 71**

### PC-hjælp - i eget hjem



I Ældre Sagen har vi frivillige it-vejledere, som gerne kommer hjem til dig og hjælper dig med at løse mindre edb - problemer.

**Kontaktperson: Mogens Petersen tlf. 30 12 66 71**

### Hotline tlf. 63 33 80 00

Nyborg Kommune tilbyder, sammen med andre kommuner, hjælp til digital selvbetjening med computeren - også uden for almindelig åbningstid. Har du brug for hjælp, så kan du nu ringe til hotline i dette tidsrum: Mandag - torsdag kl. 09 - 18 og fredag 09 – 13.

**KLINIK FOR FODTERAPI**  
**V/ PIA GRØN**  
Christianslundsvej 13  
Tlf. 2077 1756  
[www.fodterapi-nyborg.dk](http://www.fodterapi-nyborg.dk)



#### Tilskud til:

- diabetesbehandling
- leddegigt
- psoriasisgigt
- bøjlebehandling
- Podiatech indlæg
- arvæb

#### Tilskudsmulighed:

- den offentlige sygesikring
- Sygeforsikring danmark
- helbredstillæg

**Fodbehandling**  
**Hjemmebehandling**

## Social frivillig indsats ved Ældre Sagen, Ørbæk

Alle frivillige er forsikringsmæssigt dækket under udførelsen af det frivillige arbejde, desuden har de tavshedspligt. Som frivillig bliver du introduceret til opgaven, og du kan deltage i relevante kurser, som Ældre Sagen tilbyder gratis.

Der er altid brug for frivillige, som vil bruge tid på nogen af de mange opgaver, der ellers ikke bliver udført.

Til glæde for de der får hjælp, men ikke mindst til glæde for den frivillige selv.

**Kontakt: Lisbeth Langæble tlf. 21 64 67 51**

### **Besøgsven. – Hvordan du får en besøgsven?**

**Besøgstjenesten** er et gratis tilbud til alle ældre, der savner kontakt til andre mennesker.

Du kan ringe eller sende en mail til besøgslederen og aftale et besøg hjemme hos dig. Herefter vil besøgslederen prøve at finde en besøgsven, der passer dine interesser.

Du behøver ikke være medlem af Ældre Sagen for at få en besøgsven.

**Henvendelse til: Jette Bende Borgersen tlf. 30 33 30 48**

### **Besøgshunde**

Vi har 2 besøgshunde, Bobbi og Wilma, som kommer på plejehjem Rosengården og Klub Ørbæk.

### **Bisidder**

Har du behov for eller ønske om at have en person med, når du skal til samtale med myndigheder, sundhedspersonale eller andre, så kan du hente hjælp gennem bisidderordningen.

Enhver borger, der ønsker det, har ret til, at en anden person deltager ved enhver henvendelse til myndighederne.

Det er borgeren, der vælger, hvem hun eller han ønsker som bisidder. Fire ører hører bedre end to, og man har en som man bagefter kan drøfte sagen med.

Bisidderen er medlytter/formidler

Har du brug for en bisidder?

**Henvendelse til: Hanne Ringsmose tlf. 61 33 85 96**

## Buskørsel for beboerne på Rosengården

Der køres busture hver tirsdag, når vejret tillader det. Vi har 3 par, der skiftes til at køre bussen ud i det blå, eller hvis beboerne har et særligt ønske, prøver de at efterleve det. Der er altid personale med fra Rosengården.



## Dagcentret ”Klub Ørbæk” Nyborg Kommune

Et dagcenter for personer med begyndende hukommelsesproblemer eller demens. Ældre Sagen har også frivillige, der kommer i klubben.

Kunne du tænke dig at være med til socialt samvær i hyggelige omgivelser, kan du henvende dig til.

**Kontaktperson: Lisbeth Langæble tlf. 21 64 67 51**

## Frivillige på Rosengården

Vi har frivillige, der kommer på Rosengården, hvor der hygges med kortspil, rafling stolegymnastik og besøgshund.

Vi vil rigtig gerne have flere frivillige, så hvis du er interesseret og vil høre mere?

**Kontaktperson: Sonja Lykkegaard Hansen tlf. 23 83 00 10**

## Hjælpende Hånd

Gratis hjælp til små opgaver i hjemmet, men brugeren skal selv betale evt. materialer + 20 kr. til kørsel.

Man kan få hjælp til små opgaver i hjemmet af ca. 1/2 times varighed, hvis man bor indenfor gl. Ørbæk kommunens grænser.

Den frivillige må ikke påtage sig opgaver, der kræver autoriseret håndværker.

Hjælpen må ikke være til fare for brugeren eller den frivillige.

**Henvendelse til:**

**Bent Gylling tlf. 25 12 26 80**

**Rudy Lyngvig tlf. 42 40 40 36**

## Ledsagertjenesten/gå med ven

Bor du i Nyborg Kommune, på plejehjem eller hjemme og er bevilliget hjemmehjælp fra kommunen, og ikke har nogen til at ledsage dig ved lægebesøg, sygehusbesøg mv. kan du få hjælp.

I samarbejde med Nyborg Kommune tilbyder Ældre Sagen at stille ledsagere til rådighed.

**Henvendelse til: Karin Degn tlf. 65 33 24 77**

## **Skole/daginstitutionsvener**

Tager udgangspunkt i det gode generationsmøde til glæde og gavn for den frivillige og børnene.

Som frivillig er du tilknyttet en skole/daginstitution, hvor du kommer efter lyst og behov. Du får kontakt til livsglade børn og unge, indblik i børnenes liv, gode oplevelser og mulighed for at dele din viden og erfaringer indenfor det område du vælger at bidrage i.

Du kan hjælpe med læsetræning, sprog, billedkunst, håndværk, læse en historie, lege med de små, musik, sang og meget mere. Det er helt op til dig selv at vælge, hvad du vil byde ind med, og hvor ofte og hvor lange dagen skal være.

Alle vores frivillige melder positivt tilbage. De føler sig meget velkomne af både personale og børn.

Vi vil rigtig gerne have flere frivillige, så hvis du er interesseret og vil høre mere, kan du henvende dig til.

**Kontaktperson: Else Marie Jakobsen tlf. 23 25 98 67**

## **Stolegymnastik**

En gang om ugen er der stolegymnastik for beboerne på Rosengården. Det sker i samarbejde med personalet under ledelse af:

**Karen G. Larsen**

**Lisbet Trædholm**

## **Tryghedsopkald**

Få et tryghedsopkald hver morgen mellem kl. 8.30-9 af en frivillig. Et dagligt opkald kan være med til at give dig tryghed i hverdagen, hvis du bor alene. Det er gratis, og det kan være dejligt at høre en kendt stemme, der ønsker dig en god dag.

Har du lyst til at tilmelde dig, eller få mere at vide, får du nærmere information ved henvendelse til:

**Richard Muhs tlf. 23 25 21 49**

## **Vågetjenesten**

Har du som pårørende brug for støtte eller omsorg i en svær tid, så vil vi gerne yde støtte til aflastning af pårørende til døende i eget hjem eller på plejecenter.

Vågetjenesten består af frivillige erfarne personer, som kan gøre den allersidste tid mere tryk for den døende, når livet ebber ud. Vågetjenesten kan aldrig erstatte de offentlige tilbud og forbindelser med terminal pleje og omsorg til borgeren.

Opgaveløsningen foregår i den udstrækning det er muligt på den døende borgers præmisser.

**Kontaktpersoner: Lisbeth Langæble tlf. 21 64 67 51**

**Karen G. Larsen tlf. 23 44 07 45**

**Vågetjenesten kan bruge flere vågere.**

Har dette interesse for dig, eller vil du vide mere.

Få nærmere information ved henvendelse til:

**Kontaktperson: Lisbeth Langæble tlf. 21 64 67 51**



## Til opslagstavlen eller køleskabet

### Ældre Sagen Ørbæks Kalender forår 2025

Søndag den 5. januar  
Mandag den 20. januar  
Søndag den 2. februar  
Søndag den 9. februar  
Søndag den 2. marts  
Mandag den 3. marts  
Onsdag den 26. marts  
Søndag den 6. april  
Onsdag den 23. april  
Søndag den 4. maj  
Maj  
Søndag den 1. – 5. juni

Rundt på gulvet  
Vinterhygge  
Hiv og Slæv  
Jubilæum  
Eva og Jørgen  
Årsmøde  
Mode  
Vennerne  
Danmark spiser sammen  
Karl Pedersen  
1-dagstur  
Ølandstur



Bryggeriet  
Refsvindinge

Nyborgvej 80 - 5853 Ørbæk

tlf. 65331040 - cvr. 27908470

[www.bryggerietrefsvindinge.dk](http://www.bryggerietrefsvindinge.dk)

[https://www.instagram.com/bryggeriet\\_refsvindinge/](https://www.instagram.com/bryggeriet_refsvindinge/)

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



Duus Fodpleje

v. Anna Marie Duus Thomsen

**TLF. 51 89 37 00**

Hjemmebehandling og på klinik

Libavej 12, 5853 Ørbæk  
Strandvejen 18, 5800 Nyborg

mail [www-duus@live.dk](mailto:www-duus@live.dk) CVR 33 20 61 27  
Lægeeksamineret og erhvervsforsikret

# Jørgen Hansen Møbler

LARS HANSEN  
møbelhandler

Ringvej 2 . 5853 Ørbæk . Telefon 65 33 11 47  
Mobil 40 11 75 01 . E-mail: orbaek.mobler@mail.dk  
Web: joergenhansenmoebler.dk

# Frisørgården

v/ Helene Linde

Ring og book en tid

Tlf. 26 20 66 58

Odensevej 30 . 5853 Ørbæk . Telefon 26 20 66 58 . Følg Frisørgården på Facebook

## Aktivcenter Ørbæk

Kløvervej 1 B, 5853 Ørbæk

Tlf: 63 33 73 58

Åbningstid: Mandag-torsdag: 10-15.  
Fredag: 10-12.30

A  
og  
nge aktiviteter, der er gratis at deltage i,  
nter er altid til en overkommelig pris.

Du skal være pensionist i Nyborg kommune, for at kunne deltage i vores aktiviteter.

**Kontakt** os gerne til en snak eller ved interesse i vores hold. En gang om måneden udkommer "Bladet", hvor du kan følge med i alle vores forskelligartede tilbud.

Vi glæder os til at se dig/jer!!

De bedste hilsner fra personalet - Aktivcenter Ørbæk