

Ældre Sagen Allerød

Blovstrød - Lillerød - Lyngby - Uggeløse

Nr 1. - Januar 2025 - Årgang 36
Information fra lokalbestyrelsen i Allerød



Formandens adresse:

Walther Thomsen, Bygmarken 6, 3540 Lyngby

Tlf: 40 60 73 84 - e-mail: thomsen.walther@gmail.com

Indholdsoversigt

En smuk vågning	Side 2
Tegn en Annonce	Side 4
FlexUdlejning	Side 5
Bedsteforeningen.....	Side 9
Juridisk Rådgivning	Side 11
Årsmødet	Side 15
Tirsdagsmøder	Side 16
Herreværelset	Side 25
Rejse til ”Sydhavsøerne.....	Side 31
Aktiviteter.....	Side 34

Medier

ÆldreSagens hjemmeside:
www.aeldresagen.dk

Allerød afdelingens hjemmeside:
www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/alleroed

Facebook:
www.facebook.com



Skriv Ældre Sagen Allerød i søgefeltet, og så kommer du ind i vores opslag. Vi holder siden opdateret med arrangementer, nyheder og evt. ændringer til programmer.



Velkommen til forårsprogrammet 2025

Kære nye og gamle medlemmer af ÆldreSagen

2024 har budt på mange gode oplevelser, og selv om nogle af os også har mødt modgang i form af sorg og sygdom, har vores 98 fantastiske frivillige skabt glæde og mulighed for oplevelser og fysisk aktivitet gennem deres indsats. At være frivillig handler ikke kun om at gøre noget for sig selv – det handler også om at skabe livskvalitet og fællesskab for vores medlemmer.

Mit ønske for Allerød er, at vi kan skabe en "pandemi," hvor symptomerne er smil og glæde, og hvor "helbredelsen" er livskvalitet. Et godt smil smitter nemlig!

Gennem mine 8 år i Ældre Sagen i Allerød har jeg haft fornøjelsen af at møde mange mennesker med forskellige holdninger. Nogle gange bliver man klo- gere, andre gange får man bekræftet sine egne synspunkter – og begge dele kan være givende.

Vores tirsdagsarrangementer har tidligere haft ry for at være lidt "lukkede" med faste pladser; men vi har arbejdet målrettet på at skabe en mere fleksibel og åben atmosfære. I dag gør vi en stor indsats for at sikre, at vores gæster fø- ler sig velkomne, og at der altid er frivillige ved indgangen og rundt om i salen, som står klar til at hjælpe, hvis der er behov.

Dørene ved tirsdagsarrangementerne åbnes i god tid, så dem der har lyst til social snak og samvær er velkomne til det.

Kender du nogen, der kunne trænge til lidt selskab? Så inviter dem gerne med til en af vores aktiviteter. Er du selv ny i Ældre Sagen eller i Allerød? Så mød op og vær en del af vores fællesskab – alle er velkomne!

Som Johannes Møllehave engang sagde: "En fremmed er en ven, du ikke har mødt endnu."

Med venlig hilsen, Walther Formand

Ældre Sagen

Hvordan kan du komme til at annoncere i Ældre Sagen Allerød's lokalblad?

”Få Øjne på din Annonce i Allerød Kommune”

Er din målgruppe nysgerrige, loyale og godt selskab?

Så er Allerød Ældresags lokalblad det perfekte sted!

Med to årlige udgivelser, der lander i hænderne på over 5500 lokale læsere i Allerød Kommune og ugentlig eksponering via power point show for ca. 3600 engagerede besøgende over 36 tirsdage om året ved vores ugentlige underholdning, der finder sted i vores store sal på Allerød Bibliotek – ja så kan din annonce ikke undgå at blive bemærket!

Bladet udgives som sagt 2 x årligt til 5500 medlemmer.

Det er i A5 format og vi tilbyder reklameplads til følgende priser eksklusiv moms:

¼ side	63 x 90 mm	kr. 600
1/3 side	130 x 60 mm	kr. 800
½ side	130 x 90 mm	kr. 1.200
1/1 side med kant	130 x 185 mm	kr. 2.000
1/1 side uden kant	147 x 210 mm	kr. 2.000

Annonce ansvarlig:

Kontakt:

Vinnie Thomassen

Tlf.: 51 88 15 66

vinniethomassen@gmail.com



Velkommen til vores nye annoncør: FlexUdlejning!

Vi er glade for at kunne præsentere vores nye annoncør, FlexUdlejning – en virksomhed, der sætter fællesskab, glæde og tilgængelighed i højsædet.

Om FlexUdlejning

I flere år har FlexUdlejning hjulpet børnefamilier med at skabe sjove og mindeværdige oplevelser. De tilbyder blandt andet:

- Popcornmaskiner til festerne
- Slush Ice-maskiner til varme sommerdage
- Candyfloss-maskiner, der skaber store smil

Missionen: Sjov og tilgængelighed for alle

FlexUdlejning arbejder ud fra deres slogan: **”Vi har fokus på alt det sjove.”** De brænder for at skabe tilgængelige og budgetvenlige løsninger, der gør det muligt for familier og virksomheder at skabe uforglemmelige oplevelser sammen. FlexUdlejnings vision er ikke kun at vokse som forretning, men også at bevare den ægte glæde og passion, som altid har drevet dem. Penge var ikke det primære, da FlexUdlejning startede, og derfor sætter de stadig nærvær og engagement højere end en stor bankkonto.

Nyt tiltag for pensionister

Nu tager FlexUdlejning skridtet videre og har et nyt mål: at gøre noget godt for de ældre. Efter at have talt med familie og set, hvor vigtigt det er for pensionister at spare lidt på budgettet og stadig nyde de gode stunder, vil FlexUdlejning nu også tilbyde rabatter og tilbud, som glæder de ældre. Fra 2024 vil medlemmer af Ældresagen kunne få minimum 10% rabat på udlejning af udstyr som softicemaskiner – noget, der bringer lige så meget glæde til de ældre som til børnefamilierne!

Med dette tiltag ønsker FlexUdlejning at udvide deres berøringsflade og være med til at skabe flere hyggelige øjeblikke også for ældre. Det handler om at give noget tilbage og skabe mulighed for, at alle – både børnefamilier og pensionister – kan få adgang til det sjove og de små, livsbekræftende oplevelser.

Vi ser frem til at følge FlexUdlejning i deres spændende rejse og er stolte af at have dem som annoncør!

**Støt vores annoncører
- de støtter os -**



ALTID SKARP PRIS

KOMPLET BRILLE FRA

400 kr.*



PROFIL OPTIK
BY SYNSAM

*Prisen er for udvalgte D.Arnesen brillestel inkl. enkeltstyrke standardglas. Kan ikke kombineres med Lifestyle, Lifestyle Abonnement, andre tilbud og organiserede rabatter.

PROFIL OPTIK ALLERØD
M.D.MADSENSVEJ 17 · 3450 ALLERØD · TLF. 4817 0427
WWW.PROFILOPTIK.DK

En smuk vågning

Af Charlotte Erfurth

i Allerød blev i løbet af året kaldt ud til en vågning af en udmattet datter. Hun havde passet sin døende mor i over en måned efter udskrivning fra hospitalet til eget hjem, og hun kunne nu bare ikke klare mere. Den første våger mødte op i hjemmet allerede samme dag kl. 17, så datteren kunne få et tiltrængt hvil – og en god nats søvn. Vågningen blev lang – og meget smuk – og strakte sig over fem dage, inden moderen sov fredeligt ind med datteren ved sin side.

Moderen var ved bevidsthed og meget urolig, da vi indledte vågningen, så de første nætter var noget mere aktive, end vi normalt oplever. Men der var også smukke, stille stunder, hvor moderen tydeligt påskønnede vores tilstedeværelse og til tider døsede roligt hen. I de sidste par dage sov hun roligt næsten hele tiden, indtil hun gik bort.

Oftest sidder vi vågere alene og våger med den døende; men her var datteren sammen med os hele tiden. Nogle gange sovende i stuen ved siden af, ofte oppe for at holde øje med at moderen var smertedækket og havde det bedst muligt, og nogle gange med et stort behov for at dele iagttagelser og tvivl vedr. sin mors tilstand med en udenforstående, sådan som vi vågere jo er.

Det er helt sikkert et dilemma for mange pårørende, der på den ene side gerne vil have de meget intime stunder med den døende alene, men på samme tid må erkende, at denne tid også kan være hård og tage på kræfterne, så man er nødt til at bede fremmede om hjælp. Der er mange måder at tackle dette dilemma på, og i dette tilfælde valgte datteren at se vores tilstedeværelse som en gave og en berigelse for både sin mor og sig selv. Det prægede samværet, dialogerne og var i den grad med til at gøre vågningen til en fin oplevelse.

Det blev, for alle os vågere der løbende kom ind i huset, en smuk og stærk oplevelse. For en stund at få lov til at holde rummet for både mor og datter i den allersidste tid. At opleve den respekt og værdighed som omgærdede den allersidste tid. Og at få lov til at være med, vidner til en stærk kærlighed mellem mor og datter.

Vi har mange fine og særlige oplevelser som vågere, men denne oplevelse fanger essensen af vores arbejde – og gør det så meningsfuldt for os at bruge tid og energi i Vågetjenesten i Allerød.



MEDLEMSTILBUD

Vil du forkæle dine gæster
med lækker softice.?

SPAR
OP TIL **20%**

Så lej en

SOFT ICE MASKINE

Inkl. ALT tilbehør du skal
bruge til ca. 50 gæster!

KUN 1495,-

Kontakt os på

22 79 79 11

www.FlexUdlejning.dk

Kærhøjgårdsvej 9B - 3540 Lyngø

FLEX
UDLEJNING

”Bedsteforeningen”

Støtte til bedsteforældre til anbragte børn

Når det anbragte barn er dit barnebarn.

På et af Ældre Sagens tirsdagsmøder i august 2024 fik vi besøg af Irene Karin Gjerløv, holdleder og underviser i engelsk i vores lokalforening. Irene holdt et meget interessant og oplysende foredrag om ”Bedsteforeningen” som hun også er formand for.



Foreningens officielle navn er ”Foreningen for bedsteforældre og øvrige relationer til anbragte børn”. Foreningen tilbyder støtte til bedsteforældre og andre nære pårørende til anbragte børn, og har som mål at sikre, at nære relationer til barnet får bedre muligheder for samvær og støtte.

Rådgivning og juridisk bistand

Der er et mindre kontingent i foreningen på kr. 125,- pr. person og kr. 200,- for en husstand. Beløbet dækker almindelig drift og den tid der bliver brugt på rådgivning og vejledning. Man kan ringe til foreningens telefon 2980 1491 hvor vi hjælper med både samtaler og vejledning. Det er også muligt bare at tale om det, der lige er på hjertet. Vi lytter gerne.

Vi har stor erfaring med primært tvangsanbringelser, der er vores speciale. Vi har kontakt til advokater, hvis der opstår behov for juridisk bistand.

Vi kan hjælpe med at se på afgørelser eller skrive klage til kommunen eller ankestyrelsen.

Barnets ret til samvær med netværket

Ifølge lovgivningen har anbragte børn ret til minimum 45 minutters samvær om måneden med deres netværk, der inkluderer bedsteforældre og andre nærtstående relationer. Netværk indebærer alle personer der har, eller vil blive en del af barnets liv. Desværre er det ofte kun forældrene, der får mulighed for samvær, mens bedsteforældre og øvrige relationer bliver overset. Bedsteforeningen arbejder for at sikre, at det udvidede netværk kan bevare kontakten og spille en aktiv rolle i barnets liv.

Fokus på netværksanbringelse

Beklageligvis bliver flere og flere børn anbragt, og der skal efterhånden meget lidt til. Nogle af de begrundelser der bliver brugt til at anbringe børn allerede inden de er født, kan være autisme, ordblindhed, at søskende er anbragt, misbrug og naturligvis overgreb. Hos ældre børn kan det være autisme eller adhd hos barnet, skolevægring, bekymrende adfærd hos barnet eller lignende.

Ved tvangsanbringelse skal der foranstalles samvær mellem barnet og netværket. Kommunen sørger som regel for at forældrene får samvær, men glemmer resten af netværket. Så bedsteforældre bliver ofte kørt ud på et sidespor. Dette kæmper vi rigtig meget for at ændre. Foreningen bruger meget energi på ”netværksanbringelse” – hvor barnet i stedet for at blive placeret hos en fremmed plejefamilie anbringes hos familiemedlemmer eller andre

T. RASMUSSEN – HÅNDVÆRK & MULTISERVICE

- Din garanti for en god oplevelse

Hvor kan vi hjælpe?



- ✓ Opsætning af køkken
- ✓ Renovering af badeværelse
- ✓ Alt malerarbejde inde og ude
- ✓ VVS og el-arbejde
- ✓ Opsætning af lamper og spot
- ✓ Udskiftning af toilet
- ✓ Udskiftning af vandhaner, og brus
- ✓ Skift af bordplader
- ✓ Lægning af gulve
- ✓ Alt i have arbejde
- ✓ Renovering og nybyg af terrasse
- ✓ Samling af møbler
- ✓ Alt i vægge, lofter, vinduer
- ✓ Alt i døre, paneler og karme
- ✓ Tapet, filt, væv og deco
- ✓ Hegn, carport, skur og facade
- ✓ Nedrivning og bortkørsel
- ✓ Mure- spartling- fugearbejde
- ✓ Klinker og flisearbejde
- ✓ Bad og køkken
- ✓ Rens af rør og afløb
- ✓ Silikone fugning
- ✓ Montering af hårde hvidevarer
- ✓ Reparation af sokkel og mur
- ✓ Filtsning af vægge
- ✓ Gardiner, persiener og lameller

Opgaver udføres efter aftalt tilbud eller fast timepris. Både store og små opgaver løses uden besvær.

Ingen ekstraregninger og ingen overraskelser. Vi afleverer altid et flot stykke arbejde, møder som aftalt, og holder det vi lover til fair og rimelige priser.

Når vi siger ja tak til en opgave laver vi arbejdet færdigt et sted af gangen.

Har du brug for hjælp til ophængning af billeder, hylder, lamper, skabe, akustikpaneler, TV eller andet boliginteriør, er vi klar med en hjælpende hånd.

Ingen bekymringer altid pænt og rent efter udført arbejde og vi tager affaldet med os.

T. RASMUSSEN – HÅNDVÆRK & MULTI SERVICE

Slangerup – Frederikssund – Allerød – Hillerød – Furesø – Egedal

Tel. 40 87 13 33

info@tr-multiservice.dk

www.tr-multiservice.dk

tætte relationer. Denne løsning kan ofte skabe en mere tryk ramme for barnet, men bliver desværre ofte ignoreret af kommunerne. Bedsteforeningen arbejder aktivt for at ændre denne praksis.

Et vigtigt skridt mod større opmærksomhed

Bedsteforeningen håber gennem oplysning og fællesskab at kunne gøre en forskel for flere bedsteforældre og børn i anbringelsessystemet. Det var derfor et vigtigt skridt mod at skabe opmærksomhed omkring bedsteforældres rettigheder og muligheder, når et barnebarn anbringes uden for hjemmet, at kunne holde et arrangement hos Ældre Sagen.

Frivillig juridisk rådgivning hos Ældre Sagen Allerød

Jeg har siden juni haft fornøjelsen af at være frivillig juridisk rådgiver hos Ældre Sagen i Allerød. Jeg bor selv i Allerød med min mand og vores tre børn, og det var derfor naturligt for mig at være frivillig i lokalafdelingen.



Rådgivningen er etableret med henblik på at give Ældre Sagens medlemmer en mulighed for at få gratis råd og vejledning om juridiske forhold. Der efterspørges primært vejledning om fremtidsfuldmagter, testamenter og arveforhold. Rådgivningen kan dog også vedrøre andre forhold.

For nogle bruges rådgivningen til at få gennemgået, om det de tidligere har oprettet stadig er gældende, og om det stadig stemmer overens med deres ønsker. Derfor er det dejligt at kunne tilbyde 30 minutters gratis rådgivning, hvor et eventuelt tidligere oprettet testamente kan gennemgås. Mange gange er det hele, som det skal være; men det kan for den enkelte være utrolig rart at få bekræftet.

I mit daglige virke som advokat oplever jeg desværre ofte, at der er misforståelser om arveforhold. Det kan betyde, at midlerne ender i andre lommer end dem som arvelader troede de ville ende i. Derfor vil jeg gerne være med til at gøre det lettere tilgængeligt for Ældre Sagens medlemmer at blive oplyst om blandt andet arveretlige forhold.

Rådgivningen er dog ikke begrænset til at handle om fremtidsfuldmagter og arveforhold; alle spørgsmål er velkomne. Kan jeg ikke svare, kan jeg helt sikkert henvise til en der kan.

Ønsker du at benytte dig af den gratis juridiske rådgivning, så kontakt mig gerne på mhl@birkeroadvokater.dk. Der afsættes 30 minutter til hver rådgivning, og tiden skal bookes på forhånd.

Læs mere om rådgivningen, herunder tid og sted, på Ældre Sagens hjemmeside.

Jeg ser frem til at hjælpe dig.
Maria Lund

Allerød Stationsvej 10
3450 Allerød



Telefon: 48 17 31 51
www.allerødfys.dk

ALLERØDFYS
fysioterapi • idrætsskader • træning

- Senior træningshold
- Vederlagsfri fysioterapi
- Fysioterapi
- Motionscenter
- Hjemmebehandling
- Ultralydsscanning

Fysioterapi med fokus på dig

MOBILEPAY som betalingsmiddel

MobilePay er en app, der gør det nemt at betale på vores tirsdagsmøder.



I dag har over 4,5 millioner danskere installeret MobilePay på deres telefon, så jeg forstiller mig også, at rigtig mange af vores gæster på tirsdagsmøderne har det.

Jeg vil derfor gerne opfordre til at bruge MobilePay, når du betaler Entre, Lotteri eller køber i baren 😊

Hvis ikke du har MobilePay installeret, vil bestyrelsen og jeg gerne hjælpe om tirsdagen, efter kl. 16:15 – så også du fremadrettet kan få glæde af dette digitale betalingsmiddel.

Mange hilsner

Claus de Lichtenberg

Kasserer Ældre Sagen – Allerød Afdelingen

“Brænder du for at gøre en forskel i ÆldreSagen?”

Eller måske overvejer du at blive frivillig?
Især mangler vi et par stykker der har lyst til at arrangere endagsture.



Bestyrelsen vil gerne høre fra dig!

Har du idéer eller kommentarer til, hvordan vi kan gøre vores foredrag, udflugter og arrangementer endnu bedre? Vi ser frem til at høre fra dig!
Sammen kan vi skabe uforglemmelige oplevelser og gøre en positiv forskel for vores medlemmer. Din stemme og dine ideer betyder meget for os.
Vi opfordrer dig til at dele dine spørgsmål, forslag og idéer med os, så de kan blive behandlet på et af vores kommende bestyrelsesmøder. Vi glæder os til at tage imod dine bidrag og lytte til dine ideer. Kontakt formanden eller et af vores bestyrelsesmedlemmer. Dit engagement betyder noget for os!

I 2025 afholdes der bestyrelsesmøder på følgende datoer
21. jan., 18. feb., 18. mar., 15. april.

**”Lad os arbejde sammen for gode oplevelser og muligheder.
Dit bidrag gør en verden til forskel!”**



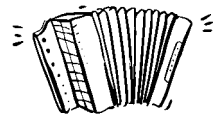
Efterlysning !!



Du sidder nok derude, og mangler bare at blive opfordret til at komme og spille!

Kan du spille evt. på klaver, violin, harmonika eller andet instrument der kan bruges ved fællessang og har lyst til lejlighedsvis at hjælpe med dette ved vores særlige arrangementer og tirsdagsmøder, vil det glæde os meget.

Du behøver ikke være professionel musiker, vi søger blot en der som hobby kan betjene et instrument, og som frivillig vil hjælpe med musik til fællessang af og til.



Hvis du ønsker mere information så kontakt: Finn Larsen tlf. 4046 7633

**Støt vores annoncører
- de støtter os -**



Ældre Sagen

Forårsprogram 2025 – Tirsdage er kl. 14 – 16.
Sted: Salen i Biblioteket og Kulturhuset Skoven4

Tirsdag d. 7. jan.

Velkommen til sæson start.
Foredrag – Elholm begravelse fortæller. -
Efter pausen ønsker vi hinanden godt nytår med
bobler og kransekage

Tirsdag d. 14. jan.

Foredrag – ”Tæt på de kongelige og kendte”
med Hofreporter Trine Larsen

Tirsdag d. 21. jan.

Musik - Foredrag – Mit liv som sanger på
operaen
med Ove Mynderup

Tirsdag d. 28. jan.

Musik – JJ duo fortæller om Flemming Bamse
Jørgensen
med Jens Jacob og Preben Nissen

Tirsdag d. 4. febr.

Foredrag – Musik
med fhv. luftkaptajn Stefan G Rasmussen

Tirsdag d. 11. febr.

Foredrag – ”Politisager jeg aldrig glemmer”
med Ole Larsen

Tirsdag d. 18. febr.

Foredrag – ”Humørpiller”
med Erik Aksel Lindgren

Tirsdag d. 25. febr.

Musik – Sang
med Christoffer Brodersen

Tirsdag d. 4. mar.

Musisk Foredrag –
med Mette Kathrine Jensen Stærk

Tirsdag d. 11. mar.

Foredrag – Musik om Radio Mercur
med Ivan Liljebæk

Tirsdag d. 18. mar.

Foredrag – ”Livsglæde i med- og modgang!”
med Trine Alvilda Jensen

Tirsdag d. 25. mar.

Apaches - Musik fra vores ungdom

Tirsdag d. 1. apr.

Musik og sang og sjov ”One Man Show”
med Martin Knudsen

Tirsdag d. 8. apr.

Musik og sang – ”Vi ta’r dem på dansk”
med Søren Peter Frøsig og Brian Svendsen

Tirsdag d. 15. apr.

Foredrag – baseret på ”Christian III’s Krigsbog”
med Per Klaumann

Tirsdag d. 22. apr.

Musik – Sang
med Tatiana Kisselova Gudnæs
Billetter a’ 200 kr. sælges til sæsonafslutning d. 6. maj

Tirsdag d. 29. apr.

Foredrag – om Jægerspris Slot
med Birgitte Nyborg

Tirsdag d. 6. maj.

Sæson afslutning: Spisning kl. 13.00 – 17.00
Billetter a’ 200 kr. sælges fra d. 26. nov.

Ældre Sagen

Årsmøde 2025

Biblioteket & Kulturhuset,
store sal i stuen, Skovensvej 4, 3450 Allerød

Mandag den 17. marts 2025 kl. 17.00

Husk gyldigt medlemskort.

På årsmødet kan du som medlem være med til at vælge lokalbestyrelsen og give din mening til kende om, hvad der skal ske i fremtiden.

Dagsorden.

Valg af dirigent.

1. Beretning om foreningens virksomhed til godkendelse.
2. Forelæggelse af foreningens regnskab til udtalelse.
3. Orientering om foreningens fremtidige virke.
4. Indkomne forslag, som skal være foreningens formand i hænde senest den 6. marts.
5. Valg af bestyrelsesmedlemmer for 2 år.

På valg er:

Dorte Agerby, Bente Larsen, Bodil Søndergaard,
Jørgen Hendriksen og Walther Thomsen

6. Valg af suppleanter for 1 år:

På valg er:

Finn Larsen, Marianne Evald, Per Bechgaard, Godtfred Petersen

7. Eventuelt.

Årsmødet vil slutte med et lettere traktement. Af hensyn til traktementet, gerne tilmelding til Walther Thomsen tlf.: 4060 7384

Tirsdagsarrangementerne

kl. 14.00 – 16.00

er de nævnte tirsdage i programmet.

Alle medlemmer er velkommen.

Deltagerbetalingen er 40,- kr. ved indgangen for kaffe og kage, hyggeligt samvær og underholdning/foredrag. Det foregår i Biblioteket og Kulturhuset Skoven4, Store Sal i stuen.

Velkommen til sæson start.

Tirsdag den 7. jan.

Foredrag - Christina og Lone fra Elholm Begravelse

vil komme og fortælle om, hvordan forskellige kulturer og religioner håndterer død og begravelse, og de forskellige typer af begravelsesritualer og deres betydning.

De fortæller om vigtigheden af at have samtaler om døden og planlægning i livet.

Hvad sker der egentlig, når man planlægger en begravelse?

Tendensen går mod mere miljøvenlige begravelsesmetoder.

De vil også fortælle om mindeværdige oplevelser fra deres daglige arbejde.

Efter pausen ønsker vi hinanden godt nytår med "bobler" og kransekage.

Tirsdag den 14. jan.

Foredrag - "Tæt på de kongelige og kendte i over 30 år"

med **Hofreporter Trine Larsen**

I over 30 år i Trine Larsens journalist-karriere kunne hun skrive "hofreporter" på sit visitkort. Det er blevet sagt om Trine Larsen, at hun er den uden for Kongehuset, der kender Kongehuset bedst. Det har gjort, at hun gang på gang toner frem på tv, når der skal kommenteres store royale begivenheder.

Udover arbejdet som hofreporter har Trine Larsen i sine mange år som journalist på bl.a. Billedbladet også dækket stof om kendte.

Her har Trine mødt de fleste, fra Kim Larsen til Victor Borge, hvor hun var den sidste Victor Borge talte med, inden han rejste fra Danmark til sit hjem i USA og døde.

Også i jobbet som journalist i den kulørte presse har Trine Larsen formået både at dække de kendte meget tæt og samtidigt bevare et godt og respektfuldt forhold.



Tirsdag den 21. jan.

Musikalsk foredrag - "Mit liv som sanger på Operaen"

med **Ove Mynderup**

Ove Mynderup har haft en lang oplevelsesrig karriere på DET KONGELIGE TEATER som operasanger.

Han fortæller med stor entusiasme og på underholdende vis, om disse oplevelser til andre. Vi skal høre små og sjove anekdoter fra de skrånede brædder og blive meget klogere på, hvad der foregår bag kulissen på Det Kongelige Teater. Foredraget er krydret med sange og arier fra opera, oprette og musicals.



Tirsdag den 28. jan.

Musik – JJ duo fortæller om sangeren Bamse

JJ duo, består af far og søn, Preben og Jens Jakob Nissen.

Preben Nissen er musiker, komponist, lærer og orkesterleder af "The Spirit of New Orleans".

Jens Jakob er sanger, guitarist, lærer og musiklærer.

Der kommer bag på personen, musikeren og familiemennesket

Flemming Bamse Jørgensen når Preben og Jens Jakob fortæller om

"Bamses liv", samt spiller mange af de melodier, der er blevet folke-

keje. Det musikalske foredrag bliver en vekslen mellem fortælling,

fællessang og solonumre. Glæd dig til "Vimmersvej", "I en lille båd der gynger", "Hvorfor går

Louise til bal" og mange flere.



Tirsdag den 4. feb.

Foredrag og musik "Verdensberømt... Hva' så?"

med **fhv. luftkaptajn Stefan Rasmussen**

I en del år har tidligere Luftkaptajn Stefan G. Rasmussen, draget

land og rige rundt med sine filosofiske betragtninger om livet og

dets finurligheder. Ingen tvivl, så satte - nødlandingen af SAS-flyet

SK751 i 1991, hvor alle 129 ombord overlevede - hans liv i relief.



Fra at være "en almindelig dansker og pilot" blev han udråbt til "helt", og fra det ene øjeblik til det andet, blev han trukket fra anonymitetens fredfyldte skygge og ind i kendthedsens skærende rampelys. I causeriet "Verdensberømt... Hva' så?" berører Stefan mange af livets emner. Han taler åbent og ærligt om det helvede en "berømmelse" også bringer med sig.

Han berører emner såsom tiden og virkeligheden med udgangspunkt i sin barndom og hans eventyrlige liv. Han giver tilhørerne bevis for, at alle mennesker er unikke. Han lukker sine tilhører ind i det indre rum der opstår, når man som menneske ved, at man skal dø... Og som en lille sidegevinst krydrer han det hele med toner fra hans saxofon og sangstemme.

Kom og mød et ganske almindeligt menneske, der har haft et ganske ualmindeligt liv...

Tirsdag den 11. feb.

Foredrag – ”Politisager jeg aldrig glemmer” med Ole Larsen

Ole Larsen arbejdede i 10 år som uniformeret politimand – men gjorde også tjeneste i kortere og længere perioder i Udrykningstjenesten, Kriminalpolitiet, Eftersøgningstjenesten, Bevillings- og Pornopolitiet.

Jeg skrev dagbog om alt, hvad jeg kom ud for i tjenesten – det var oplevelser på godt og ondt. Episoder som gjorde et stort og varigt indtryk på mig – men også oplevelser som jeg har lært af.



Tirsdag den 18. feb.

Foredrag - ”Humørpiller” med Erik Aksel Lindgren

Skal man have lidt motion af smilebåndet i hverdagen lover Erik os ømhed i lattermuskler, ondt i maven af grin, som kan resultere i latterkrampe.

Advarslen kan lyde: Kan skabe afhængighed!

Ingredienser: Humor fra gadeplan, tilsat Storm P, skæve citater og anekdoter blandet og doseret af Erik, som også er uddannet farmaceut.

Men bare rolig: Det er ikke sikkert alle bivirkninger udløses, så I/du kan roligt komme.



Tirsdag den 25. feb.

Musik - Underholdning med Christoffer Brodersen

Christoffer Brodersen er uddannet på Den Danske Scenekunstscole - Musicalakademiet i Fredericia.

Han har også været med i vokalgruppen Basix som turnerede i Europa, Asien og USA.

Vi kan glæde os til en eftermiddag med dejlig sang og guitar musik.

Christoffer har mere end 25 år som sanger, entertainer og skuespiller med

i bagagen. Han har medvirket i adskillige musicals bl.a. flere hovedroller. Nævnes kan: We Will Rock You i Royal Arena og Jyske Bankboks, Les Miserable, Miss Saigon, Chess samt i Jesus Christ Superstar ved Underholdningsorkestrets store 50 års jubilæum.

En festlig eftermiddag i vente.



Tirsdag den 4. mar.

Musikalsk foredrag - Fornemmelser for årstider i Skandinavien

med **Mette Kathrine Jensen Stærk**

Findes der en nordisk tid? I hvert fald har vi masser af traditioner og sange, som bærer os igennem både de lyse og de lidt tungere tider.

Dette foredrag kommer til at omhandle ”den nordiske tid” – om Sankt Hans, majstangen, fastelavn – om Vølvens Spådom, om vikinger og om årstidens sange. Og en sang er kun en sang, når den bliver sunget – så det skal vi også.



Tirsdag den 11. mar.

Foredrag – "Om radio Mercur" med Ivan Liljebæk.

"Radio Mercur". Den danske piratradio i Øresund. For første gang kan man opleve den sande historie om Radio Mercur, med originale radioreklamer fra dengang, da eksempelvis Gunner "Nu" Hansen reklamerede for Coca Cola.

Kom med tilbage til årene 1958-1962, hvor musikken bl.a var af Paul Anka, Neil Sedaka, Tommy Steel, Cliff Richard og Pat Boone.

Et hit for "tøserne". Det er et let, levende og underholdende foredrag med masser af musik og sang.



Tirsdag den 18. mar.

Foredrag - "Livsglæde i med- og modgang!" med Trine Alvilda Jensen.

Trine er kendt for sine humoristiske, tankevækkende og inspirerende foredrag om livets mange overgange.

Med mig i bagspejlet på Trines egen farverige livshistorie som danser, foredragsholder, hospitalsklovner, forfatter og billedkunstner vil Trine bl.a. komme ind på, hvordan man bevarer sin livsglæde, sin humor og sit helbred, samt hvordan man kan opleve et positivt samvær med andre mennesker i en fortravlet hverdag, og ikke mindst hvordan vi skal tage vare på os selv.

Trine vil også fortælle om barndommens konflikter mellem at tage livet let og sorgløst hos Bedste – og samtidig kunne håndtere et barndomshjem hvor struktur, pligter, sygdom og perfektionisme var fremherskende. Lykke er at overvinde livets udfordringer og leve i nuet.



Tirsdag den 25. mar.

Musik: Apaches 60'er koncertstemning for de "unge" på 60-70-80.

Så er de her igen. Det var en stor succes, da vi sidst havde besøg af Apaches, derfor glæder vi os til et genhør.

APACHES spiller instrumental guitarmusik inspireret af The Shadows.

De spiller mange af The Shadows kendte 60'er hits samt et udvalg af deres nyere produktioner. Ind imellem fortæller de lidt om de enkelte numre og lidt historie om The Shadows.

Steen Rasmussen på lead guitar, Tom Petersen på rytmeguitar, Erik Kværndrup på keyboard, Jørgen Hansen på trommer og Preben Mortensen på basguitar.



Tirsdag den 1. apr.

Musik, sang og sjov med Martin Knudsen

Martin Knudsen er kendt fra TV2 Charlie, Ganløse Revyen og Cirkusbygningen, hvor han underholder på festligste vis. Når han går på scenen, får I noget at synge med på og ikke mindst at grine af. Han har taget de bedste sange med, fra hans tid på flere af landets scener.

En af de revyforfattere, som står Martin Knudsens hjerte nær, er Erik Leth som er kendt for evergreens som "Susanne, Birgitte og Hanne", "Er du dus med himlens fugle", "Når en sailer går i land" og mange flere. Glæd dig til hans hits og de rørende historier, som Martin kommer omkring med i hans lille oneman show.



Tirsdag den 8. apr.

Musik – "Vi ta'r dem på dansk" med Jazz for to

Søren Peter Frøsig og Brian Svendsen kommer denne gang med sange du kender - på dansk.

Først blev sangene til internationale hits – og da de blev oversat til dansk blev de til ladeplager i Danmark.

Vi genopfrisker "de gode gamle" – og du skal endelig synge med når Elvis bliver til Bamse, Dean Martin til Gustav Winckler, Paul Simon til John Mogensen, Dr. Hook til Bjørn Tidmand og så videre.

Det er Evergreens, og vi ta'r dem på dansk.



Tirsdag den 15. apr.

Foredrag - "Livet som landsknægt" med Per Klaumann

Foredraget tager udgangspunkt i en 500 år gammel tysksproget bog, 'Kriegs Memorial', som har tilhørt Christian III. Bogen har ligget upåagtet i Det kgl. Bibliotek i København og er ikke tidligere oversat til dansk.

Den er en vejledning til konger og fyrster i, hvordan man organiserer og håndterer en hær af landsknægte (lejesoldater). Kvinder og børn følger med i felten og har deres specifikke pligter.



Omkring den tid, bogen blev skrevet, udviklede den protestantiske frigørelse fra den katolske kirke sig til bondeoprør og religionskrig.

Vi ser på, hvilken rolle religionen spillede i landsknægtenes hverdag, og om de religiøse stridigheder der gav sig udslag i landsknægtenes ind-byrdes forhold. Hvad betød det, når landsknægtenes tjeneste afsluttedes, og de blev til "herreløse krigsfolk"? Hvilke elementer i Kriegs Memorial har almen gyldighed den dag i dag?

Tirsdag den 22. apr.

Musik og fællessang med Tatiana Gudnæs Kisselova

Endnu engang skaber Sopranen Tatiana Kisselova Gudnæs en festlig eftermiddag for os alle. Tatiana er uddannet som sangerinde og pianist i Rusland og har boet i Danmark siden 1995.

Vi skal høre de mest kendte og elskede arier og sange fra opera, operette og musical.

Feststemning garanteres!

Tatiana forener en række egenskaber, som gør hendes kunstneriske arbejde til en oplevelse. Hendes stemme og musikalitet kombineret med sprudlende humør, griber ethvert publikum om hjertet.



Billetter a' 200 kr. til sæsonafslutning den 6. maj sælges fra i dag den 22. apr. 2025

Tirsdag den 29. apr.

Foredrag - "Fra uægte barn til Kongens hustru" med Birgitte Nyborg

Birgitte Nyborg som er foredragsholder, vil fortælle om Grevinde Danner.

Grevinde Danner var mønsterbryder og en klog og driftig kvinde, der trods stor modstand tog turen fra uægte barn til kongens hustru.

Den lille frejdige Louise Rasmussen, der blev født uden for ægteskab blev balletpige, lærte at begå sig på de bonede gulve og nåede til tops i samfundet. Hun blev gift med kongen og ophøjet til Lensgrevinde af Danner.

Hendes sociale engagement var stort. Hun testamenterede hele sin kongelige arv samt Jægerspris Slot til oprettelse af et børnehjem for forældreløse og forladte pigebørn og en boligstiftelse til trængende fruentimmere af arbejderklassen. I sit humanitære arbejde såede Grevinde Danner mange frø, der stadig blomstrer her 150 år efter hendes død.

Birgitte Nyborg er vokset op på Jægerspris slot, hvor hendes far var godsinspektør, og hvor hendes historiske interesse blev vakt.



Tirsdag den 6. maj.

Sæsonafslutning med spisning kl. 13.00 – 17.00

Vi slutter sæsonen med en hyggelig eftermiddag, og ønsker hinanden "god sommer" mens vi nyder en lækker buffet.

Drikkevarer kan købes til de sædvanlige priser.

Eric Præst spiller hyggemusik mens vi spiser og senere til måske en dans?

Vi glæder os til en festlig eftermiddag.

Billetter a' 200 kr. sælges fra den 22. apr. 2025.

Forårssæsonen starter tirsdag den 7. januar 2025

Ældre @ Sagen

Allerød bestyrelse 2023/2024



Ella Hansen
Bestyrelse



Dorthe Agerby
1. Næstformand



Walther Thomsen
Formand



Vinnie Thomassen
2. Næstformand



Finn Larsen
Suppleant



Alice Sørensen
Bestyrelse



Bente Larsen
Bestyrelse



Jørgen Hendriksen
Bestyrelse



Kirsten Bechgaard
Bestyrelse



Bodil Søndergaard
Bestyrelse



Godtfred Petersen
Suppleant



Per Bechgaard
Suppleant



Marianne Evald
Suppleant

Fremragende



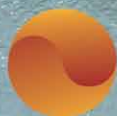
★ Trustpilot

Gæsternes bedømmelse af Best Travel på Trustpilot er 4,6 ud af 5 stjerner.

REJSEGARANTI
FORSIKRING
REG. NR. 2190

Flodkrydstogter på Europas floder

Find din næste krydstogtoplevelse på
www.besttravel.dk/flodkrydstogter



Best Travel
Rejs dig rig

Ældre  Sagen

”Herreværelset”

Afholdes følgende fredage kl. 12.30:

10. jan. - 14. feb. - 14. mar. - 11. apr. - 9. maj 2025

I Biblioteket & Kulturhuset Skoven4 på 2. sal.

Indgang fra Frederiksborgvej 15. Der er elevator.

Formålet med arrangementet er, at mænd mødes en gang om måneden i 2-3 timer, til lidt mad og snak om almene ting og fælles interesser.

Der serveres 2 stk smørrebrød, 1 ostemad, 1 øl el. vand og kaffe for

70 kr.

Kom og vær med, og kender du også andre mænd som savner lidt ”mandeselskab” så tag dem med og mød op.

Der tilmeldes til et arrangement af gangen fra 14 dage før hvert arrangement til

Ella Hansen, mail ellahansen3@gmail.com eller tlf. 4141 3879

Bente Larsen, mail: bente.larsen@mailme.dk eller tlf. 4046 7633.

Ved tilmelding via mail eller sms får du svar tilbage med bekræftelse på tilmeldingen og aftale om betaling.

Kvickly

M.D. Madsensvej 21

3450 Allerød

Tlf. 48 17 20 85

BYENS

10%

OGSÅ MAD UD AF HUSET

CAFÉ & PIZZERIA

M. D. Madsensvej 4 - 3450 Allerød (ved Apoteket)

TELEFON 48 14 08 07

www.byens-restaurant.dk | Abningstider: mandag - lørdag kl. 11.00 - 22.00 · Søndag og helligdage kl 12.00 - 22.00

Kontakt os
gerne for et
uforpligtende
tilbud



Fra **HJEM** til **HJEM**



Ring til os:
Marianne Hvid **28 70 38 78**
Randi Dam **26 15 85 32**
Mail: frahjemtilhjem1@gmail.com

Vi hjælper dig med TRYG OG OMSORGSFULD FLYTTEHJÆLP



Står du foran flytning til en mindre bolig, ældrebolig eller plejehjem skal der tages hånd om mange praktiske ting.

- Indretning af din nye bolig så den fungerer, og du føler dig hjemme.
- Nedpakning og udpakning samt kontakt til flyttefirma.
- Sortering, oprydning samt håndtering af de ejendele som du ønsker at skille dig af med.
- Andre opgaver du måtte have, relateret til din flytning.

Din bolig er et vigtigt fundament i dit liv. Vi skaber et trygt forløb, hvor du føler dig set, og hvor vi sammen med dig løser de udfordringer, der er ved en flytning.

Vi er begge erfarne i indretning af hjem og er praktisk anlagt. Vi glæder os til at hjælpe dig trygt på plads i dit nye, hyggelige og personlige hjem.



ELHOLM BEGRAVELSE

Virum tlf. 45 83 45 30 • Hellerup tlf. 39 65 45 30



Gratis og uforpligtende rådgivning vedr. Min sidste vilje

- Få dokumentet tilsendt
- Udfyld det online på elholmbegravelse.dk
- Hent ved en af vores forretninger

Uddannede og certificerede

LONE ANDERSEN
CHRISTINA GAUGUIN

Rigtige bededamer
elholmbegravelse.dk



Siden 2014 har vi plantet et træ for hver kiste vi har solgt



Forbrugerrådet
TÆNK anbefaler ISO9001



Grønnevej 83, 2830 Virum • Callisensvej 5, 2900 Hellerup



Allerød

M. D. Madsensvej 19 - 3450 Allerød - Tlf: 40 40 07 06

ALLERØD FODPLEJE

v/ lægeeksamineret fodplejer
Sandra Albrechtsen

Torvestrædet 6 2.sal

3450 Allerød

Telefon 2142 2304

WWW.ALLEØD-FODPLEJE.DK



Vi udsteder også gavekort

Klassisk fodbehandling

- fodbad med urtesalte
- klipning, slibning og oprensning af negle
- beskæring af hård hud, hælrevner samt ligtorne
- afsluttende med negleolie og fodmassage

Pris 500,-

Senior IT Allerød



IT Café/Åbent Hus: Gratis IT-hjælp
i vores undervisningslokale
hver tirsdag og onsdag.

Kurser- Studiekredse og Temamøder

Kig på vores
hjemmeside.

www.senior-it-alleroed.dk

- Vin, Altid færdige gaver
- Spiritus fra hele verdenen
- Chokolade fra Sv. Michelsen
- The 51 forskellige slags.

SKJOLD BURNE

Vinglæde siden 1928

M. D. Madsensvej 4 C, 3450 Allerød
E-mail.: vin@skjoldburne-alleroed.dk
WWW.skjoldburne-alleroed.dk
TLF.: 48 17 29 88

Åbent hver dag fra 8.00
Man-fredag til: 18.00
Lørdag til 14.00



Din vin og tobakshandler



Super Brugsen

www.lynge-brugs.dk



LYNGE-UGGELØSE BRUGSFORENING

Åben
Hverdage 07-19
Weekend 07-18



FARUMHUS
BRØD, KAGER & KAFFE

Åbner
Hver dag
kl. 07

CLUB BELLA

14 dage på Costa Del Sol

Inkl. bus fra
Lyngø
og Allerød
til lufthavnen
t/r



8. - 22. marts 2025

Ferie med senioraktiviteter

Du rejser med seniorer fra dit lokal-område og på hotellet er også grupper fra andre kommuner, så der altid er nogen til aktiviteterne. Og du finder nemt nogen at udfordre f.eks. til et slag dart eller whist. Alle er her for at hygge sammen og få de bedste minder med hjem.

Tag på to ugers ferie fyldt med hygge og livsglæde. Dagen igennem giver Club Bella dig adgang til skønne aktiviteter lige fra fælles-sang til vandgymnastik.

Pris per person i delt dobbeltværelse

fra **11.995,-**

Eneværelsestillæg +2.995,-

Inkluderet i rejsen:

- Transport fra din kommune til lufthavnen t/r
- Fly til Malaga t/r
- Lufthavnsskatter og -afgifter
- Indchecket bagage
- Transport fra Malaga Lufthavn til hotellet t/r
- 14 overnatninger på hotel i Fuengirola i delt dobbelt-værelse
- 14 x morgenmad på hotellet
- 14 x aftensmad inkl. vin og vand på hotellet
- Udflugt med bus til Malaga
- Diverse aktiviteter på hotellet
- Dansk Rejseleder under hele rejsen
- Guide assistance i lufthavnen i Danmark ved ud- og hjemrejse



Godt selskab for livsglade seniorer

www.bellarejser.dk • Tlf. 27 31 37 05 • info@bellarejser.dk

FLORANT

Allerøds lokale vinduespudser



Få et **GRATIS** og uforpligtende tilbud

- ✓ Pålidelig
- ✓ Fast lav pris
- ✓ Tilfredshedsgaranti
- ✓ Svanemærket produkter



Kontakt vinduespudseren

Marius Brandt

93 91 91 59

Florant@outlook.dk



FORÅRSTUR 19. MAJ-23. MAJ 2025

SYDHAVSØERNE



Dette års tur er et lille "Ø HOP" med bus.
Vi bor i Maribo.

MILLING HOTEL SØPARK

½ halvpension på hotellet.
Drikkevarer for egen regning.

Oplevelser fra 1. dag, hvor turen går til **Stevns Klint** og **Stevns Klint Experience**.
Frokost buffet inkl. 1 øl, vand eller vin nydes på **Konference og Hotel Klinten**.
Derefter til vores hotel for indkvartering.

De næste dages udflugter tilrettelægges i samarbejde med chauffør og guide, og der tages hensyn til de danske vejrguder.

Fastlagt tur til **Krenkerup Bryggeri** inkl. frokost og 1 øl, vand eller æblemost.
Hjemturen bliver med besøg på **Femern Bælt udstillingscenter** med rundvisning.
Frokost inkl. 1 genstand på **Landsbyen i Våbensted**.

Vi slutter med at få slukket kaffetørsten inkl. lagkage på **Udby Kro**.

Forventet ankomst til Allerød ved 18-tiden.

Ved ture under opholdet, hvor der kræves entre, er dette for egen regning.

Vi forbeholder os ret til ændringer i programmet, hvis dette bliver påkrævet.

PRIS: Pr. person i delt dobbeltværelse kr. 5.979,00

Tillæg for enkeltværelse kr. 600,00

Ture med beskrevet frokost/drikkevare/kaffe og kage er med i tur pris.

OBS! Du skal være selvhjulpen for at deltage i turen.

Der bliver opsamling flg. steder - Enghave Parkvej - Allerød midtby – Lyngby Brugs
Tidspunkter sendes til deltagerne senere.

Teknisk arrangør:

STRØBY TURIST.

Tilmelding til:

mail: pk.bechgaard@gmail.com

Kirsten Bechgaard tlf 60 82 86 87

Per Bechgaard tlf 53 34 84 36

Tur arrangører for ÆldreSagen:

Kirsten og Per Bechgaard

Bente og Finn Larsen



Står der mursten på menukortet?

Er du pensionist, og synes du, det er svært at få indtægt og dine drømme til at gå i takt? Så er det måske nu, du skal overveje at tage en bid af friværdien, hvis du ejer en bolig. Det kan nemlig give dig ekstra penge mellem hænderne, så du kan leve det liv, du drømmer om.

Kig ind til os på Lilledal, og tag en snak med os om din økonomi og dine fremtidsplaner. Så finder vi sammen ud af, om det er en god idé for dig at begynde at spise af dine mursten.

Ring på 96 16 20 60 og book et møde.

Spar Nord Allerød

Lilledal 23, 3450 Lillerød



spar nord
Hele byens bank

Walk-and-Talk i Allerød

Udforsk vores smukke kommune i godt selskab!

Kom ud i naturen, nyd foråret, mød nye mennesker og få en god snak.

Vores gratis ture er åbne for alle!

På turene vil guider fortælle om området.

For at alle kan få noget ud af en tur, har vi sat en øvre grænse på 25 deltagere per tur, og du kan tilmelde dig i de angivne tidsrum som beskrevet nedenfor.

Dato og mødested

19. marts, kl. 13-15

Mødested:

Tilmelding:

Lillerød landsby og bymidten

Kirkehavegaard, Kirkehaven 16

5/3 - 18/3 til Tilmeld3450@gmail.com



2. april, kl. 13-15

Mødested:

Tilmelding:

Lynge Naturområde, Grusgraven

P-pladsen ved søen, Lynge bytorv

19/3 - 1/4 til Tilmeld3450@gmail.com



7. maj, kl. 13-15

Mødested:

Tilmelding:

Hannah Halerød og Rævemosen

Vestrehus, Mørkebakkevej 1

23/4 - 6/5 til Tilmeld3450@gmail.com



21. maj, kl. 13-15

Mødested:

Tilmelding:

Årtusindeskifteskoven

Lyngehallen, Idrætsvej 14

7/5 - 20/5 til Tilmeld3450@gmail.com



11. juni, kl. 13-15

Mødested:

Tilmelding:

Kattehale Mose

P-pladsen, Allerødvej 35

28/5 - 10/6 til Tilmeld3450@gmail.com



Ruter

Vi går ad Allerøds etablerede ruter (3 - 4 km) i et tempo, hvor alle kan være med. Turene afsluttes med egen medbragt kaffe eller te. Husk godt humør og praktisk påklædning!

For mere information, kontakt

Lisbeth Skov (81 95 35 38)

Marianne Smed (23 69 33 00)

eller Eva Hansen (30 95 50 70)

Aktiviteter

Forårssæsonen starter tirsdag den 7. januar 2025

I nødvendigt omfang er der anført startdatoer på nedenstående aktiviteter. Desuden er aktiviteterne anført efter de overordnede emner.

Hvor ikke andet er angivet sker aktiviteten i Biblioteket og Kulturhuset Skoven 4, Skovensvej 4, 3450 Allerød

Har du brug for Social støtte og rådgivning?

Besøgsven

Vi mangler stadigvæk besøgsvenner!

Vi håber der blandt alle jer medlemmer, er nogen der har overskud og lyst til at bruge en times tid om ugen til at gøre en forskel for et andet menneske

Vi er i øjeblikket 17 besøgsvenner, der sætter stor pris på at være noget for andre og at kunne gøre en forskel for et andet menneske. Har du overskud og lyst til at være besøgsven, så kontakt Ivan Christiansen, tlf. 29 39 16 93, Email: ivanchr@mail.tele.dk

Besøgsvært

Har du brug for og lyst til at få besøg af en besøgsven, hvor I kan få en snak over kaffen, gå en tur, se billeder, læse avis og meget andet? Så lad en frivillig besøgsven blive et lyspunkt for dig i din dagligdag. For at høre nærmere om, hvordan det foregår, så kontakt Ivan Christiansen, tlf. 29 39 16 93, E-mail: ivanchr@mail.tele.dk



Frisør Allerød

v/ Husain

Torvestrædet 4A

3450 Allerød

Telefon 20 20 45 29

www.frisorallerod.dk

Åbningstider:

Mand. - fred.

kl. 10-18

Lørdag

kl. 09-15

Søndag

Lukket

Bisidder

Bisidderen kan hjælpe dig med forberedelse til mødet med f.eks. visitator, læge m.fl. og være din medlytter og støtte under mødet. Bisidderen er ikke din rådgiver, men kan hjælpe dig med at forstå det aftalte. Bisidderen har tavshedspligt. Bisidderordningen er gratis for dig. Kontakt Dorthe Agerby tlf. 51 72 70 25 eller E-mail: agerby2009@live.dk Vinnie Thomassen, tlf. 51 88 15 66, E-mail: vinniethomassen@gmail.com Jens Christiansen tlf.: 29 86 90 70, E-mail: jens@jcjuul.dk



Den hjælpende hånd

Kommer gerne og hjælper til med småtjenester, som ikke indgår i de offentlige ydelser. Der udføres ikke arbejdsopgaver, der hører ind under hjemmehjælpsordningen eller kræver en autoriseret håndværker ligesom der heller ikke udføres havearbejde (græsslåning, hækklipping, snerydning og lign.)

Ønsker du hjælp, så kan du kontakte en af nedennævnte:

John Friese tlf.: 30 70 50 38, eller

John Nielsen tlf.: 23 86 29 66, eller

Bent Schat-Holm tlf.: 26 81 65 13, eller

Eigil Holm Jepsen tlf.: 29 32 03 66.

Hjælpen er gratis, men der betales for evt. materialer samt for hjælpers kørsel (pris i flg. Statens gældende takster pr. km)

Vil du være med til at hjælpe, så kontakt John Friese tlf.: 30 70 50 38.

Juridisk rådgivning

Ældre Sagen Allerød tilbyder gratis juridisk rådgivning.

Advokat Maria Lund træffes den 2. og 4. mandag i hver måned i tidsrummet 13.15-15.

Det foregår på 1. salen i lokale D i Biblioteket og kulturhuset Skoven4.

Vejledningen er gratis, men kan kun ske efter forudgående aftale.

Skriv til Maria Lund på mhl@birkeroadadvokater.dk for at aftale en tid.

Maria Lund kan vejlede om mange juridiske forhold, herunder forhold vedrørende lejekontrakter, familieretlige forhold som testamenter, ægtepagter og fremtidsfuldmagter, formidlingsaftale indgået med ejendomsmægler i forbindelse med salg af ejendom, købsaftale i forbindelse med køb af fast ejendom, vedtægter og eventuelle vedtægtsændringer i ejerforeninger, andelsforeninger eller grundejerforeninger og lignende.

Har du juridiske spørgsmål ud over ovenstående, er du naturligvis stadig velkommen til at rette henvendelse.

Rådgivning

Ældre Sagens udvalg for sundhed og ældrepolitik følger med i kommunens service over for vore medlemmer for at sikre, at de får den service, de har behov for. Det drejer sig bl.a. om hjemmehjælp til personlig pleje, rengøring og hjælpemidler, genoptræning og transportmuligheder.

Vi samarbejder og koordinerer også vor indsats med Seniorrådet.

Hvis du føler, at du ikke får den hjælp og behandling, du mener dig berettiget til, så kan du kontakte formanden for Ældre Sagens udvalg Dorthe Agerby.

Hvis du vil høre mere om demens, og hvordan man får hjælp så kontakt også

Dorthe Agerby, tlf. 51 72 70 25, E-mail: agerby2009@live.dk eller

Vinnie Thomassen, tlf. 51 88 15 66, E-mail: vinniethomassen@gmail.com

Tryghedsopkald

Tryghedsopkald er en tjeneste, hvor du dagligt også lørdag og søndag kan få et opkald på telefonen ml. kl. 8 og 9 af frivillige personer der er tilknyttet denne aktivitet.

Opringningens varighed vil være højst 2 minutter.

Svarer du ikke på opringningen du får, skal du forvente at blive kontaktet igen. Eller de pårørende der er lavet aftale med, vil blive kontaktet igen.

Kontakt: Ingibjörg Busse, tlf 28 18 39 22, E-mail: i40busse@gmail.com



Vågetjeneste

Har du som pårørende brug for hjælp omkring en døende, så har vi en vågetjeneste, der kan bistå dig.

Vågetjenestens Vagttelefon tlf. 93 86 08 25.

Ønsker du at indtræde i vågetjenesten, så kontakt

Dorte Enø Helmudt tlf. 50 42 80 61 eller Charlotte Erfurth tlf. 93 97 21 00.

Økonomisk overblik

Savner du hjælp til at gennemskue din økonomiske situation?

Ældre Sagen Allerød tilbyder gratis økonomisk vejledning.

Erik Thomassen, der har mange års erfaring indenfor økonomi, har tilbudt at være frivillig i ÆldreSagen.

Hvis man er usikker omkring, eller har problemer indenfor f.eks. privatøkonomi, forsikring, pension, skat og lignende, er man velkommen til at kontakte Erik Thomassen og få hjælp omkring emnerne.

Du tilmelder dig via e-mail: eriktho20@gmail.com, hvor du kort beskriver, hvad du ønsker hjælp til.

Erik Thomassen vil derefter kontakte dig for at aftale nærmere.

Mødet vil finde sted enten i dit eget hjem eller efter nærmere aftale med Erik Thomassen.

Sundhed. Livskvalitet i den 3. alder

Den anden fredag i måneden, kl. 13.00 -15.30.

Studiekreds med oplæg om sundhedsrelaterede emner. Udveksling, inspiration og debat. Vi lægger vægt på at styrke vore ressourcer og mindske vore belastninger og skavanker. Pt. ingen ledige pladser.

Kontakt Alis Moss, tlf. 24 21 48 47.

“Har du brug for IT-hjælp?”

PC-hjemmesupport og undervisning ydes af Senior IT

Se hjemmesiden Senior-it-allerod.dk

Senior IT tilbyder hjælp til løsning af PC-problemer hjemme ved egen PC eller pr. telefon.

Kontakt Hans Clemensen, tlf. 21 80 01 27.



Nærmere program og oplysninger på hjemmesiden: Senior-it-allerod.dk eller kontakt, Birthe Buch-Hansen, tlf. 26 22 27 33, eller senior.it.allerod@gmail.com

ÆldreSagen yder også hjælp ved problemer med PC pr. telefon eller hjemme hos dig.

Kontakt Hans Clemensen, tlf. 21 80 01 27 eller Jens Kruise, tlf. 31 61 67 53.

Motion

Gymnastik

Sted: Pensionisthuset lokale F

Pris: 200 kr. for sæsonen

Hold 1: Tirsdage kl. 9.30 – 10.30.

Sæson: 27. august 2024 – 6. maj 2025

Instruktør: Merete Larsen, tlf. 27 28 06 82.

Hold 2: Tirsdage kl. 10.45 – 11.45.

Sæson: 27. august 2024 – 6. maj 2025

Instruktør: Merete Larsen, tlf. 27 28 06 82.

Hold 3: Onsdage kl. 9.00 – 10.00.

Sæson 2. oktober 2024 - 16. april. 2025

Instruktør: Elisabeth Højholt Sørensen, tlf. 31 65 40 42.

Fælles for hold 1, 2 og 3, vinterferie uge 7, og efterårsferie uge 42.

Start efter nytår tirsdag d. 7 og onsdag d. 8. januar 2025.



Der er ventelister til alle tre hold.

Senior Yoga

Torsdage, Sted: 1. sal Lokale F.

Ældre Sagen anbefaler interesserede at indhente yderligere information hos:
Instruktør Louise Skou Rehfeld, tlf. 42 28 08 09, E-mail: louise.rehfeld@hotmail.com

Stolegymnastik onsdage 10.30 – 12.00

Siddende træning.

Øvelser der styrker muskler, balance, bevægeligheden, udholdenhed og koordinationsevne.

Sæson: 8. januar 2025 - 23. april 2025.

Start efter nytår onsdag den 8-01-2025, vinterferie den 12-02-2025,
afslutning onsdag den 23-04-2025.

Instruktør: Bente Skytte Olsen, tlf. 48 17 00 14.



Stavgang

Ældre Sagen anbefaler deltagelse hos Allerød Stavgang. Du er også velkommen uden stave.
Hold alle ugens hverdage. Motion, natur og fællesskab.
Se hjemmesiden: alleroedstavgang.dk.

Traveture

Mandage kl. 9.30 – 11.30. Turlængde: 8 - 9 km.

Svend Ole Jørgensen, tlf. 50 51 14 83.



Onsdage kl. 10 – 12.30. Turlængde: 6 - 7 km.

Helge Jørgensen, tlf. 40 32 15 02.

Turene foregår i al slags vejr.

Mødested: Forpladsen ved Biblioteket, Skovensvej 4.

Træning i naturen

Tirsdage kl. 9.30 - 11.

Sted: Start fra Karatehuset, Skovensvej 10, Allerød.

Vi bruger naturen som træningsrum for at få mere energi og for at vedligeholde kroppen.

Tilmelding ikke nødvendig.

Alis Moss, tlf. 24 21 48 47.



**Støt vores annoncører
- de støtter os -**



Billard

Tirsdage kl. 9.30 – 12.00.

Fredage kl. 9.30 – 12.00.

Pris: 125 kr. for sæsonen

Der er venteliste til begge hold.

Kontakt: Asger Jespersen, tlf. 20 14 65 70.



Bowling PRIK

Sted: Ballerup Bowling, Tempovej 35, 2750 Ballerup

Torsdage kl. 10.30 - 12.30

Sæson 1. september - 31. maj.

Kontakt: Svend Ole Jørgensen, tlf. 50 51 14 83.

E-mail: svolej@gmail.com

Der er plads til flere spillere, så du er meget velkommen.



Bridge

Hold 1. Mandage kl. 10.00 – 13.00

Instruktør: Bent Adstofte, Claus Eliassen.

Hold 2. Mandage kl. 13.15 – 15.30

Instruktør: Finn Elton Thomsen.

Hold 3. Mandage kl. 19.00 – 21.30 (Turnering).

Instruktør: Stig Christensen.

Hold 4. Onsdage kl. 12.00 – 14.30 (Begyndere)

Instruktør: Stig Christensen

Igangværende hold fortsætter.

Nye spillere kan kontakte Stig Christensen,

tlf. 29 90 30 24 eller E-mail: stig3450@gmail.com



Dart

Mandage kl. 10.00 – 12.00

Sæsonen starter 6. januar 2025

Kontakt: John Olsen, tlf. 48 17 00 14.

Ledige pladser.



Petanque

Sted: Petanquebanerne ved Lyngehallen

Onsdage kl. 9.45 – 12.00

Sæson starter igen april 2025.

Kontakt: John Olsen, tlf. 48 17 00 14.



Whist

Onsdage kl. 19.00 – 22.00

Vi har plads til flere medlemmer der har lyst til at spille uforpligtende whist, hvor der er plads til snak og grin, så kom og vær med.

Sæson sep. - apr.

Kontakt: Erling Rygaard, tlf. 50 80 80 04



Interessegrupper

Debat

Samtale om aktuelle spørgsmål.

Er du træt af overfladesnak? Savner du dybdegående samtaler om aktuelle og eksistentielle spørgsmål? Maks. 10 deltagere på hvert hold.

Hold 1. Hver anden torsdag (ulige uger) kl. 14.00 – ca. 16.30.

Start 1. ulige uge september 2024 – slut ultimo maj 2025

Steffen Christiansen, tlf. 22 94 20 71.

Hold 2. Hver anden torsdag (lige uger) kl. 14.00 – ca. 16.30.

Start 1. lige uge september 2024 – slut ultimo maj 2025

Arne Frost Nielsen, tlf. 28 96 85 66.



Højskolesang

Sted: Sognegården, Kærvej 20, Blovstrød.

Den 2. torsdag i måneden kl. 10.00 – 11.30.

Hanne Hauberg, tlf. 25 77 49 85.



Litteraturkredse

“ Bliv medlem i en af Ældre Sagens læsekredse - eller start en selv!”

Er du glad for at læse og vil du gerne dele læseoplevelserne med andre er læsekredsen lige noget for dig.

Vi snakker om bøgerne, bliver klogere ved at høre de andres iagttagelser, og ting, du ikke selv har tænkt over, dukker op i samtalerne.

Vi griner og græder sammen over romanerne, og oplevelser fra eget liv styrker fællesskabet. Mærk samhørigheden med andre i mødet over romanerne.

Du kan kontakte en af nedennævnte:

Hold 1. Den anden onsdag i måneden kl. 15.00 – 17.00.

Start 2. onsdag september 2024, slut 2. onsdag maj 2025

Er du glad for at læse, og vil du gerne dele læseoplevelserne med andre, er læsekredsen lige noget for dig.

Lene Fredens tlf. 30 27 10 92.

Hold 2. Den første onsdag i måneden kl. 15.00 – 17.00.

Start 1. onsdag september 2024, slut 1. onsdag maj 2025

Er du glad for at læse, og vil du gerne dele læseoplevelserne med andre, er læsekredsen lige noget for dig.

Jytte Olsen tlf. 20 64 17 82.



Hold 3. Den første onsdag i måneden kl. 10.00 – 12.00.

Start 1. onsdag september 2024, slut 1. onsdag maj 2025

Vi er en flok nysgerrige litteraturelskere, som mødes under hyggelige former den 1. onsdag i måneden.

Jette Jungersen tlf. 21 22 32 40.

Hold 4.

”Grete’s Læsekræs”

Den anden onsdag i måneden kl. 12.00 – 14.00

LæseKræsen byder på nyere danske, nordiske og udenlandske romaner, der alle har et særligt twist.

Grete Holm tlf. 22 86 67 33.

Hold 5. Den anden tirsdag i måneden kl. 14.00 – 16.00

Tema: ”Power People”

Vi læser bøger om og af ”power” personer, der kan inspirere os.

Eva Hansen tlf. 30 95 50 70.

Vil du starte en læsekreds selv, så kontakt Eva Hansen ehansen.bx2g.mail.com for råd og vejledning om opstart under ÆldreSagen.

For lokale, kontakt Hans Clemensen tlf.: 21 80 01 27.

Madklubber for mænd

Sted: Lillerød Skole, Frederiksborgvej 65, Allerød

Ondage og torsdage i lige uger kl. 16.00 – 21.30.

Ondage: Erland Nielsen, tlf. 48 17 27 08.

Torsdage: Peter Bregnedal, tlf. 42 61 00 03

Kontakt holdlederne om startdato og om evt. ledige pladser.

Der betales for råvarer.



Spise venner

Sted: Byens Café og Pizzeria

NB.! Hver 1. tirsdag i måneden hele året. Umiddelbart efter tirs-dagsmødet ca. kl. 17.00.

Der er rigtig mange mennesker der sidder og spiser alene hver dag, men kom og deltag i et hyggeligt selskab sammen med ialt ca. 20 personer.

Tilmelding i Salen i Biblioteket om tirsdagen fra ugen før eller til Ella Hansen, tlf. 4141 38 79.



Strikkecafé

Sted: Sognegården, Kærvej 20, Blovstrød.

Mandag i ulige uger fra september til maj kl. 10.00 – 12.00

Kom og vær med i strikkecaféen.

Kontakt Birthe Kargaard, tlf. 48 17 63 98, eller Hanne Hauberg, tlf. 25 77 49 85.



Engelsk

Niveauet er Engelsk i hverdagen.

Mandag kl. 13.00 – 15.00

Instruktør & kontakt: Birgitte Lundemann, tlf. 48 17 15 82, tlf. 41 62 85 82, bdl@lundemann.dk

Holdet er helt optaget.



Tirsdag kl. 15.00 – 17.00

Instruktør & kontakt: Irene Karin Gjerløv, tlf. 23 74 30 74, irene@sonnes.eu



**Støt vores annoncører
- de støtter os -**

Lokalbestyrelsen i Allerød

Walther Thomsen	Formand	thomsen.walther@gmail.com	40 60 73 84
Dorthe Agerby	1. Næstformand	agerby2009@live.dk	51 72 70 25
Vinnie Thomassen	2. Næstformand	vinniethomassen@gmail.com	51 88 15 66
Alice Sørensen	Bestyrelsesmedlem	alicesorensen1234@gmail.com	40 96 54 23
Bente Larsen	Bestyrelsesmedlem	bente.larsen@mailme.dk	40 46 76 33
Bodil Søndergaard	Bestyrelsesmedlem	jambogodt@gmail.com	20 47 48 24
Ella Hansen	Bestyrelsesmedlem	ellahansen3@gmail.com	41 41 38 79
Jørgen Hendriksen	Bestyrelsesmedlem	jorgen.hendriksen@post.tele.dk	40 73 32 52
Kirsten Bechgaard	Bestyrelsesmedlem	pk.bechgaard@gmail.com	60 82 86 87
Finn Larsen	Suppleant	befi@larsen.mail.dk	23 38 98 64
Marianne Evald	Suppleant	marianne.evald@dukamail.dk	27 50 85 56
Per Bechgaard	Suppleant	pk.bechgaard@gmail.com	53 34 84 36
Godtfred Petersen	Suppleant	jambogodt@gmail.com	25 17 48 14

Der afholdes bestyrelsesmøder:

21. januar, 18. februar, 18. marts, 15. april.

Claus de-Lichtenberg Kasserer KS.Alleroed.201@aeldresagen.dk 81 71 52 72

Aktivitetsudvalg:

Finn Larsen, Bodil Søndergaard, Kirsten og Per Bechgaard

Redaktion:

Walther Thomsen, Kirsten Bechgaard, Bodil Søndergaard, Eva Hansen,

Vinnie Thomassen og Bente Larsen

Announce ansvarlige:



Walther Thomsen
Tlf.: 40 60 73 84
thomsen.walther@gmail.com

Vinnie Thomassen
Tlf.: 51 88 15 66

vinniethomassen@gmail.com



Layout: Per Jacobsen.

Ret til ændringer i programmet forbeholdes.

Efterårssæsonen starter 12. august 2025.

Vi tager hånd om alt i **dit** **boligsalg**

Vil du gerne sælge dit hjem, men virker det hele lidt uoverskueligt? Få overblikket hos os.

Kontakt os på tlf. **38 40 37 00**
eller **alleroed@home.dk**



ALLERØD-LYNGE
v/ Sederholm & Teglgård I/S
Kollerødvej 23
3450 Allerød

home
Kom godt hjem