

Ældre Sagen

Arden

1.halvår 2025

**Søndagscafe,
Årsmøde, Torsdagsmatiné,
Aktiviteter**



Program for foråret 2025

LOKALBESTYRELSE

ARDEN

Formand: Per Kristensen,
29 49 07 92,
pkri@mail.dk

Hjemmeside:

<https://www.aeldresagen.dk/arden>

Lokalredaktør: Edith Pedersen, 20 35 50 95.

Kontor

Kulturhuset i Arden
Bluhmesgade 19.
Torsdage kl. 10-12,
25 11 95 10.

Tilmelding og billetkøb

Vil du deltage i et eller flere af vore arrangementer, har du forskellige muligheder:

- Ring eller sms til kontaktpersonen.
- Køb billetter på kontoret torsdag kl. 10-12.
- Tilmelding og betaling via:
<https://www.aeldresagen.dk/arden>
- Betaling med MobilePay eller kontant ved indgangen.

Besøgsven

Få en besøgsven du kan snakke, hygge og gå ture med,
eller hvad I ønsker at lave i fællesskab

Gerda Toft, 30 22 81 33.

Elly Bjerring, 30 32 49 16.

Bisidder

En bisidder kan følge med til vigtige samtaler hos læge, sygehus og offentlige kontorer. Bisidderen har tavshedspligt, og I kan både før og efter samtalerne drøfte forløbet,
Elly Bjerring, 30 32 49 16.

Demensaflastning

Vi tilbyder besøg af en uddannet demensaflaster i hjem med en demensramt, så ægtefællen kan få et pusterum og mulighed for at ordne ting uden for hjemmet.
Elly Bjerring, 30 32 49 16.

Demensstøtte

Har du spørgsmål i forbindelse med demens, eller bare brug for en snak, så ring til lokalafdelingens demensansvarlige:
Elly Bjerring, 30 32 49 16.

Frivillige søges

I et frivilligt arbejde, der skaber gensidig glæde, er du ikke mere forpligtet end du selv ønsker.

Det er ikke nødvendigvis en gang om ugen, eller hver anden, men kan aftales fra gang til gang.

Send en uforpligtende sms til Elly Bjerring, 30 32 49 16, så ta'r vi det derfra.

Få en hjælpende hånd

Gratis hjælp til små opgaver til ældre, fx skift af pære, batteri, sikring, hænge et billede op eller reparere et møbel.

Gælder ikke rengøring, havearbejde og autoriserede håndværkeropgaver.

Karl Aage Toft, 42 42 17 68.

Aage Kjær, 40 35 44 06

Ledsager

Vi tilbyder en ledsager, som kan følge med dig til læge, tandlæge, øjenlæge, optiker, fysioterapeut, kontrol på hospitalet eller måske noget helt andet, hvor det er trygt med en at følges med.

Elly Bjerring, 30 32 49 16.

Seniorvejledning

Vi tilbyder vejledning i alle spørgsmål, du støder på. Vejlederen kan komme hjem til dig.

Kan vejlederen ikke svare, hjælper vi med kontakt til Ældre Sagens jurister og socialrådgivere.

Irene Buus, 20 83 07 92.

Bridge - et kortspil

Tirsdage kl. 12.30-15.30.

Fra 3.september

Sted: Kulturhuset i Arden.

Alle er velkomne.

Anne Dorte Bredahl, 60 77 69 29, gerne sms.

Pris: Kaffe kan købes..



Stolemotion /stoleyoga

Tirsdage kl. 10-11.30.

Sted: Kulturhuset i Arden.

Alle er velkomne til nogle hyggelige formiddage med stolemotion og ikke mindst socialt samvær.

Vi slutter af med kaffe.

Grete Christensen, 23 26 75 80, gerne sms.

Pris: 300 kr. for 2.halvår og 1.halvår

Cykelhold i Arden

Tirsdage kl. 9-11.

Sted: Arden Hallerne.

Alle er velkomne - med eller uden el på cyklen.

Husk hjelm og vest.

Hans Jørgen Jensen, 29 91 36 97, gerne sms.



Krolf i Arden

Tirsdage kl. 14-16.

Sted: Rododendronparken bag Solgårdscentret,

Anna Damborgsvej 41

Frisk luft, motion og socialt samvær.

Der er kugler og køller.

Medbring selv kaffe.

Hanne Christensen, 60 13 36 00, gerne sms.



Madlavning m/k

Onsdage kl. 16.30-20.

Sted: Arden Skole, Storardensvej 22.

Ledes af madlavningserfarne frivillige.

Tilmelding: Gerda Toft, 30 22 81 33,

gerne sms.

Pris: Deltagerne betaler selv maden.



Demens samvær

4. mandag i måneden kl. 14-16.

Sted: Kulturhuset i Arden.

Et mødested for mennesker med demens og pårørende.

Et fristed med hyggeligt og afslappet samvær.

Tilmelding: Elly Bjerring, 30 32 49 16.

Pris: 20 kr. for kaffe og brød.

Ældre Sagen i Arden
er en demensvenlig
lokalafdeling



Motion

- for ikke motionsvante

Torsdage kl. 10-11.30.

Sted: Kulturhuset i Arden.

Socialt samvær med motion, sang og kaffe.

Lone Heiring Juelsbo, 22 22 16 92, gerne sms

Pris: 300 kr. for 2. halvår og 1.halvår.

Netcafe - hjælp til it

Mandage kl. 13-15.

Sted: Kulturhuset i Arden.

Gratis hjælp til alle, som vil have pc eller iPad til at fungere med internet, e-mail eller billeder.

Hjælp i hjemmet er også en mulighed.

Edith Pedersen, 20 35 50 95, gerne sms,

erp2702@gmail.com

Reparationscafe

Torsdag i lige uger kl. 10-12.

Sted: Solgården, Anna Damborgsvej 29, Arden.

Bemærk: Indgang gennem glasgangen.

Her kan du få repareret mindre maskiner og mindre møbler. Vi sliber også knive.

Poul B. Larsen, 24 22 41 72, helst sms.

Mogens Borup Jensen, 20 66 40 05, helst sms.

Seniordans i Arden.

Onsdag kl. 13.30-15.30, indtil 12. marts.

Sted: Kulturhuset i Arden.

Kom alene eller tag naboen, manden eller konen under armen.

Instruktør: Rosa Skriver.

Gerda Toft, 30 22 81 33.

Pris: 300 kr. for ti gange

Strikkecafe

Tirsdage i lige uger kl. 19-21.

Sted: Kulturhuset i Arden

Det bliver aftener, hvor strikkende og hæklende mødes. Vi kan inspirere hinanden, udveksle ideer og teknikker og selvfølgelig snakke og hygge over pindene.

Tilmelding : Jette Gahms, 51 90 23 96, gerne sms

Suppeaften

Torsdag 16. januar kl. 18-21.

Sted: Kulturhuset i Arden.

En hyggeaften med suppe, kaffe og fællessang.

Tilmelding senest 14.januar online

eller Edith Pedersen, 20 35 50 95, gerne sms

Pris: 100 kr. inkl. et glas vin, en øl eller vand

Søndagscafe

Søndag 2. februar kl. 14-16.

Sted: Kulturhuset i Arden.

Koret "Stay on the Beat" fra Mariagerfjord Kulturskole underholder og deltager i fællessang.

Tilmelding senest 31. januar online

eller Lone Juelsbo, 22 22 16 92, gerne sms.

Pris: for medl. 80 kr. inkl. kaffe og brød

Pris: ikke medl. 100 kr. inkl. kaffe og brød

Er du forberedt på kriser

Onsdag 19. februar kl. 14-16.

Sted: Kulturhuset i Arden.

Foredrag om, hvordan man gør sig klar til at efterleve

Beredskabsstyrelsens anbefalinger om: **at være kriseparat til at klare sig i tre døgn.**

Undervejs serveres kaffe og småkager.

Tilmelding senest 16.februar online,

eller til Lone Juelsbo, 22 22 16 92, gerne sms.

Årsmøde

Torsdag 20. marts kl. 17-21.

Sted: Kulturhuset i Arden.

Der er udsendt medlemskort, som også er adgangstegn.

Efter årsmødet serveres mad, hvorfor tilmelding er påkrævet.

Tilmelding senest 17. marts online eller til Edith Pedersen,

20 35 50 95, gerne sms, erp2702@gmail.com

Spis sammen-aften

Fredag 11. april kl. 18-21.

Sted: Kulturhuset i Arden.

Har du lyst til at komme ud og spise og møde andre?

Her er muligheden for et godt traditionelt dansk måltid mad i godt selskab.

Vi serverer hovedret, dessert, kaffe med småkager og god underholdning.

Tilmelding online eller til Gerda Toft, 30 22 81 33, helst sms, fra 1. marts og senest 8.april.

Pris: 150 kr. inkl. en øl, vand eller et glas vin, ikke-medlemmer 175 kr.

Tur til Tofteskov

Vi har igen i år planlagt en tur til Tofteskov med dato den 25. maj.

Forudsætningen er dog afhængig af,

at Aage Jensens Fond giver tilladelse dertil.

Yderligere information herom vil fremgå på vores hjemmeside:

<https://www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/arden>

Nyhedsbrev vil blive fremsendt.

