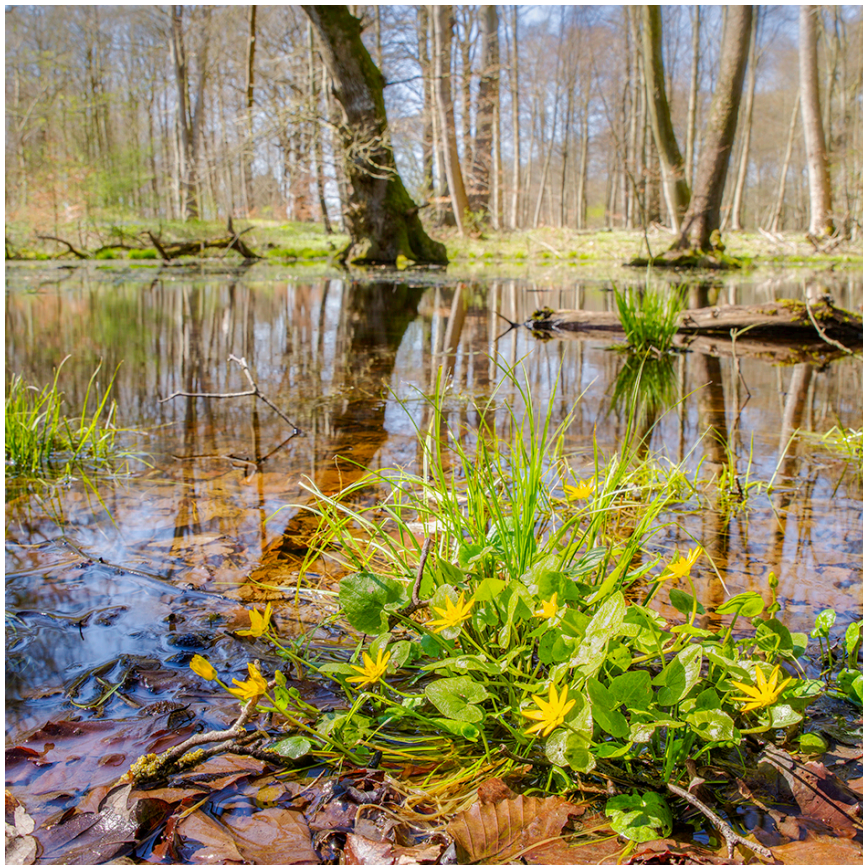


Ældre Sagen

Sorø



Livsglæde & Samvær

Nr 2. 2025 - program frem til sommer

Find altid de nyeste informationer på hjemmesiden:
aeldresagen.dk/soroe

Arrangementer

Alle arrangementer kræver tilmelding!

Tilmelding kan ske via vores hjemmeside eller til kontoret. Kontoret har åbent onsdage mellem 10 og 12, tlf. 29 74 93 80 eller til Jette Knuttskov Hansen på tlf. 61 60 03 08



Med mindre andet er nævnt afholdes arrangementerne i:
Kaarsbergcentret, Dr. Kaarsbergsvej 3, Sorø

"Maries Mænd"

24.04.2025 kl. 14.00-16.00

Maries Mænd er et højskoleorkester fra Marielyst på Falster, dannet af Højskolen Marielysts faste lærerstab.

Lærerne er alle musikere på Højskolen Marielyst. En del af jer kender måske allerede højskolen. Den har rigtig mange kursister fra bl.a Ældre Sagen.

Af og til kalder de sig "Mary's Men", det gør de, når de synger irske folkesange.

I får en blanding af det hele, så glæd jer, det bliver spændende.

I pausen denne dag vil der blive serveret kaffe med brød.

Pris for medlemmer 75,- kr. og ikke medlemmer 95,- kr.



Foto: Maries Mænd

Tilmeld dig nyhedsbrevet på hjemmesiden: aeldresagen.dk/soroe

"Bonden" og Shu-Bi-Dua som vi husker dem ved Ivan Liljebæk

22.05.2025 kl. 14.00-16.00

Få den ucensurerede historie om Danmarks største popband og ikke mindst historien om Michel Bondesens privatliv.



Historien om bandet der flere gange var ved at kollapse bag scenen. Der er også sjove anekdoter omkring musikken, alt i alt en spændende fortælling.

Det hele er krydret med rigtig mange af de sange, vi aldrig glemmer. Det være sig "hvalen Valborg", "Står på en alpetop", "vuffeli-vov" og rigtig mange flere.

Glæd dig, det bliver en skøn eftermiddag!

Der serveres kaffe med brød (og ikke kiks) i pausen.

Pris for medlemmer kr. 75,- og ikke medlemmer 95,- kr.



Svegård Bog&ide
Storgade 31



Meny Sorø
Ringstedvej 35



Klinik for Fodterapi,
Sorø Absalonsgade 6



Thiele Sorø
Storgade 23



GF Forsikring
Vestsjælland
Boldhusgade 3



Sejers Konditori
Storgade 22

Sorø Apotek

Sorø Apotek
Storgade 19 A

Årsmødet

Afholdt lørdag den 22 marts

Om det skyldtes at årsmødet som noget nyt blev afholdt på en lørdag, eller andre omstændigheder, er ukendt, men fremmødet var overvældende.

Vi lagde ud med bestyrelsens korte beretning, som efterfølgende blev godkendt af forsamlingen. Beretningen kan hentes på hjemmesiden, hvis du vil nærstudere den.

Kassereren fremviste et fornuftigt regnskab, som udviste et lille men kalkuleret underskud.

Efter bestyrelsens beretning og regnskab blev der afholdt valg til bestyrelsen. Alle medlemmer i bestyrelsen der var på valg, genopstillede, dertil opstillede Kurt K Pedersen. Hvorfor der blev afholdt skriftligt kampvalg.

Hele bestyrelsen blev med overbevisning genvalgt.

Kurt K Pedersen og Birthe Jensen blev herefter valgt som suppleanter.

Efterfølgende var der et kort foredrag af Katrine Rogert, formand for Sorø Handel og Service.

En fantastisk udflugt til Fyn

16 juni kl 08:30

Vi mødes ved Sorø Hallen, på den store p-plads bag Uno- X, Ringstedvej 20, 4180 Sorø, hvorfra vi kører i bus til det smukke Fyn.

Vi besøger Danmarks Forsorgsmuseum i Svendborg, hvor vi får omvisning i 2 hold. Frokosten inkl 1 øl eller vand indtages på Restaurant Bregninge Mølle der ligger ved Svendborg

Efter frokosten kører vi til Nyborg Destilleri i Nyborg, her får vi også en rundvisning.

Vi slutter med at indtage kaffe og lagkage på Restaurant Vandkanten ved Storebælt Camping i Korsør.

Vi forventer at være hjemme i Sorø igen kl 17:30

Udførligt program og tilmelding kan findes på hjemmesiden

Senior Sommerhøjskole

I år har vi igen en spændende og interessant sommerhøjskole

Mandag den 28, tirsdag den 29 og onsdag den 30 juli

Mandag rejser vi via et foredrag til Grækenland. Med udgangspunkt i landets hovedstad, Athen, til historiske steder fra det antikke Hellas, samt til fantastiske landskaber flere steder på det græske fastland. Der er et hav af enestående og uforglemmelige landskabsbilleder.

Om eftermiddagen får vi en række løgnehistorier. Steinar Storyteller kommer og fortæller 4 historier, men hvilken en af dem er løgn? Steiner er Storyteller og ekspert i mundtlig formidling. At være tilhører til Steiners fortællinger er en helt særlig oplevelse. Egentlig er der ikke ord for det, det skal opleves!

Tirsdag kommer foredragsholder Uwe Lindholdt, Lektor i biologi og kemi, som har været ansat på Grønlands Seminarium og GU-Nuuk (Midtgrønlands Gymnasium). Han fortæller om »det moderne Grønland.« Foredraget omhandler Grønlands nyere historie fra 2. verdenskrig og til i dag. Om et land, der er gået fra at have status som dansk koloni over hjemmestyre til selvstyre. Forholdet mellem Grønland og Danmark er dog desværre stadig præget af konflikter, men der er også mange bånd både historiske og familiemæssige som knytter de to lande tæt sammen.

Om eftermiddagen bliver der musikalsk underholdning i form af »Johnny Madsen Jam Duo.«

Johnny Madsen Jam spiller med anerkendelse fra Johnny Madsen. ”Tak, fordi I vil spille mine sange”, har han sagt til bandet i et backstagelokale over en øl og en røverhistorie eller to. Johnny Madsen Jam duo leverer et show med fuld fokus på sangene, der er plads til anekdoterne.

Onsdag afsluttes højskolen med en udflugt til Nordsjælland, hvor vi tager til Hundested og besøger Knud Rasmussens hus, den dansk-grønlandske polarforsker. Vi vil før eller efter bytte kulde og sne ud med sand og skal se sandskulpturerne på Hundested Havn.



Hele programet og tilmelding kan findes på hjemmesiden.

Andre aktiviteter

Med mindre andet er nævnt afholdes aktiviteterne i:
Kaarsbergcentret, Dr. Kaarsbergsvej 3, Sorø

"Dameværelset " Kun for kvinder

Første onsdag i måneden fra kl. 12.00

Bemærk! Sidste gang inden sommerpausen er 7 maj, vi vender tilbage den første onsdag i september

Er du kvinde 60+, interesseret i et uformelt socialt samvær med andre kvinder?

Har du lyst til at udveksle erfaringer, høre foredrag, måske selv komme med ideer?

Vi har allerede haft mange forskellige indslag, de spænder lige fra vinsmagning, over interview med erhvervskvinde, besøg fra det lokale museum, gårdbutik, og meget, meget mere.

Kan du komme den første onsdag i måneden fra kl. 12-14, så er "Dameværelset " noget for dig.

Tilmelding via hjemmesiden eller til Jette Knudtskov Hansen på tlf: 61 60 03 08



"Herreværelset" Kun for mænd

Onsdag den 23/4 og onsdag den 21/5, alle møder starter klokken 12.

Er du mand, 60+ og interesseret i et uformelt, socialt samvær med andre mænd. Vi mødes og udveksler erfaringer og hører foredrag og spiser et par stykker mad og hygger os.

Ideen med "Herreværelset" er at skabe et netværk for meningsfyldt samvær med spændende foredrag, udveksling af erfaringer, nye venner, oplevelser, et stykke mad og en dram. Eller noget helt sjette, fordi det er deltagerne, der sætter dagsordenen.

"Herreværelset" har efterhånden en del år på bagen, alle med mange interessante indslag, besøg forskellige spændende steder. Masser af foredrag om alt imellem himmel og jord.

Kom og vær med, du finder det næste møde på hjemmesiden, adressen står på forsiden af dette blad.

Tilmelding via hjemmesiden eller til Sven Refstrup på tlf: 26 22 06 47



Kulturnet

Første tirsdag i måneden kl. 14.00-16.00

"Kulturnet" er mødestedet for medlemmer med interesse for musik, teater, kunst og kultur. Er du interesseret i at planlægge og deltage i kulturelle oplevelser sammen med andre, så kom og vær med.

Kulturnet har et meget dynamisk program, det udvikler sig hele tiden, gå på hjemmesiden og tjek det jævnligt.

Bemærk, du skal selv deltage i planlægningen, for at kunne deltage.

Kontakt Kirsten Meijer, 21 24 01 70.

Kreativitet i Kaarsbergcenteret

Alle torsdage kl. 10.00 - 12.00

Har du lyst til at mødes med andre omkring håndarbejde eller andre kreative sysler?

Vi sætter (næsten) ingen begrænsninger for hvad du kan sysle med. Strik, hækling, papirklip, patchwork, kun fantasien sætter grænser. Bare du selv kan medbringe remedier og materialer.

Vi hjælper hinanden og udveksler erfaringer og måske bliver vi selv inspireret til at prøve noget nyt.

Vi mødes hver torsdag formiddag kl. 10.00 – 12.00 i Kaarsbergcenteret.

Vi glæder os til at se dig og ser frem til, at se og lære noget af lige netop din specielle hobby.

Kaffe og the kan købes i Kaarsbergcenteret. Medbring gerne noget at drikke af.

Har du spørgsmål eller noget du gerne vil have uddybet, kan du kontakte en af tovholderne for gruppen.

Tovholderne er: Lisbet Niemann, tlf. 31232761, Vinnie Poulsen, tlf. 29463721 og Jette Knudtskov, tlf. 61 60 03 08.



Senior Biograf i Victoria Teatret.

Tredje torsdag i måneden kl. 10.00-12.00

Alle pensionister såvel seniorer, førtidspensionister og invalidepensionister er velkomne. For at deltage skal du være medlem af Seniorbiografen, medlemskabet er gratis.

Du bliver medlem af Seniorbiografen ved at indmelde dig på mail: senior@victoriamaails.dk, med din mailadresse i Victoria. Du kan også blot henvende dig i Victoria.

Der vises en film hver måned, fortrinsvis premierefilm, i perioden september - maj.

Den 24.04.2025 vises: Paola Cortellesis 'Der er stadig i morgen' Paola Cortellesis kvindefrigørelsesfilm er virkelig velgjort. Filmen udspiller sig i et historisk hverdagsmiljø, og den giver både i ånd og æstetik mindelser om det bedste fra neorealismens tid. Hovedpersonen, Delia (spillet af filmens instruktør, Paola Cortellesi), bor i Rom i slutningen af 1940'erne og har fået opfyldt sine to drømme i livet: At være hustru og mor. Hun lever under tag med sin Ivano og deres tre børn. Hvilket ikke altid er en dans på roser. Delia har heldigvis en bedste ven, som hun kan dele øjeblikke af letsindighed med, og hendes datter skal snart giftes. Hun favner og accepterer sin skæbne – indtil et mystisk brev lander i postkassen.



Den 22.05.2025 vises: 'For fuld musik' Thibaut er en internationalt anerkendt dirigent, som rejser verden rundt. Da han ved et tilfælde finder ud af, at han er adopteret, opdager han også, at han har en lillebror, Jimmy, som arbejder i en skolekantine og spiller basun i et lille marchorkester. De to brødre er hinandens modsætninger – undtagen når det kommer til deres kærlighed til musik. Thibaut fornemmer sin brors musikalske talent og beslutter sig for at rette op på skæbnens uretfærdighed, og Jimmy begynder at drømme om et andet liv.



Billetten koster kr. 100,- og er inkl. kaffe og croissanter. Biografklub Danmarks medlemmer kan bruge deres kuponer på den ordinære pris.

It-cafe i Kaarsbergcentret

Mandage kl. 10.00 – 12.00

Bemærk! Sommerpause efter 16 juni, vi er tilbage 25 august!

Du kan få it-hjælp i Kaarsbergcentret hver mandag 10-12.

Har du brug for hjælp til din PC, tablet, mobiltelefon, programmer eller lign, er vi klar til at hjælpe. Vi hjælper stadig med MitId.

Er du usikker ved handel på internettet, bestilling af billetter, gå i netbanken osv, kan du i it- cafeen få den nødvendige tryghed. Der er altid hjælp, så du er sikker.

Du er også velkommen til at komme og få en kop kaffe, imens du hygger dig med din PC/tablet og nyder samværet med andre.

Du behøver ikke at tilmelde dig, men medbring PC, tablet/Ipad og/eller mobiltelefon, eller hvad du har brug for hjælp til.

Er det umuligt for dig at komme i cafeen, og du har brug for hjælp, så ring til en af nedenstående, så finder vi en løsning.

Har du spørgsmål så kontakt venligst Palle Frejvald, 20 21 98 05, eller Dirk Ibsen, 20 22 42 75

It-cafe på Sorø bibliotek Storgade 7, Sorø

Torsdage kl. 14.00 - 16.00

Bemærk! Sommerpause efter 19 juni, vi er tilbage 29 august!

Du kan få it-hjælp på Sorø Bibliotek, Storgade 7, hver torsdag mellem 14 og 16.

Du finder os på 1 sal, henne ved aviserne. Vi er her imidlertid ikke på helligdage, samt andre dage hvor biblioteket er ubemandet.

Vi hjælper alle der har problemer med pc, mobiltelefon, tablet/Ipad, programmer/apps, opdateringer mv. Er du usikker på brug af internettet osv., kan vi også hjælpe. Vi hjælper stadig med MitId.

Du behøver ikke at tilmelde dig, men medbring PC, tablet/Ipad og/eller mobiltelefon, eller hvad du har brug for hjælp til.

Har du spørgsmål, så kontakt venligst Palle Frejvald, 20 21 98 05, eller Dirk Ibsen, 20 22 42 75

Det sociale og humanitære område

En at tale med

Har du brug for en snak om det svære i livet? Vi løber alle ind i svære stunder, hvor det kan hjælpe at snakke med et andet menneske om det.

Ældre Sagen i Sorø kan tilbyde "En at tale med" om det der er svært i livet. Snakken kan foregå hjemme hos dig selv eller i Kaarsbergcentret.

Hold dig ikke tilbage, bare ring til Kirsten Schilling på telefon: 27 51 17 01

Kirsten Schilling sætter dig i forbindelse med en der er erfaren og god at snakke med.

Besøgsvenner bekæmper ensomheden

Kontakt til ensomme borgere og demensramte.

Besøgsvenner er et tilbud til ensomme ældre. Men også demensramte i den tidlige fase af sygdommen. Tilbuddet kan indeholde en hyggesnak over en kop kaffe eller en øl, en gå- eller køretur, en biograftur, se en fodboldkamp sammen, læse højt af en bog osv.

Mangler du lidt selskab, gør en af dine pårørende, eller er en af dine nærmeste ramt af demenssygdom så kontakt:
Niels K. Pedersen 40 46 31 28

En besøgsven til demensramte kan være en hjælp, også for de pårørende.

Vi har også besøgsvenner som kan medbringe hund.

Vi søger altid frivillige, som har lyst til samvær med en ældre medborger.

Er du nogenlunde mobil, har lidt overskud, eller selv brug for en snak ind i mellem, så er du et oplagt emne som besøgsven.

Er du interesseret i at høre mere, er du velkommen til at kontakte:

Niels K. Pedersen 40 46 31 28

Bisidder

Skal du til møde med en offentlig myndighed, læge, sygehus, bank eller lignende, så benyt dig af vores støtte.

Bisidderen kan hjælpe dig med at forberede samtalen og bagefter sammenfatte resultatet.

Bisidderen er ulønnet frivillig og har naturligvis tavshedspligt.

Du er velkommen til at kontakte kontoret i Kaarsbergcentret Sorø onsdage 10-12 på tlf. 29 74 93 80, Jørgen List Kristensen, 51 35 89 65, eller Steen Mikkelsen, 25 3618 88

ErindringsBio - en demensvenlig filmforevisning

Sidste mandag i måneden kl. 19.00-21.00

ErindringsBio er demensvenlig filmforevisning for demente og deres pårørende. Vi snakker om filmene og nyder en kop kaffe og lidt kage efter forestillingen.

Tilmelding er nødvendig, enten på hjemmesiden eller til Kirsten Schilling, 27 51 17 01



Sange for livet

Alle tirsdage kl. 14.00 – 16.00

I "Sange for Livet" synger vi sammen - nyder en kop kaffe og kage samt får en snak om livet og det der sker omkring os.

Begrænset deltagerantal, så tilmelding er nødvendig!

Tilmelding til Kirsten Schilling, 27 51 17 01



Stemmetræning/kor

1. april og 6. maj, kl. 11 – 12.

Stemmetræning/kor med Lene Hahne Bundgaard

Kor med **fokus på stemmetræning og krop**, hvilket også hjælper os med at udtrykke os i hverdagen. Vi gør det i en fremadskridende arbejdsangang, ca 50 minutters sange for livet med stor sangglæde.

Begrænset deltagerantal, så tilmelding nødvendig enten på hjemmesiden eller til Kirsten Schilling, 27 51 17 01

Er du it-sikker?

Ind i mellem kommer der gæster i vores it-caféer, som har været ude for it-svindler. Det er der ikke noget flovt i, selv bankerne lader sig snyde ind i mellem. Mange modtager mails, sms-beskeder eller møder svindelforsøgene på de sociale medier eller via opkald på telefonen.

Der dukker beskeder op som påstår, at der er problemer med betaling af dette eller hint, de fleste gange rammer afsenderen heldigvis forkert. Men indimellem er de heldige og får sendt beskeden til en som netop har handlet hos firmaet afsenderen udgiver sig for at være fra. Kontakt firmaet du har handlet hos, tryk ikke på noget.

Eksemplet her ved siden af er et af rigtig mange.

Også opkald som tilsyneladende kommer fra banken eller andre, er en udbredt svindelmetode.

Oplys aldrig login eller personnummer.

Svindlerne stresser ofte deres ofre ved at lade som det skal gå hurtigt, så du ikke når at tænke.

Opkald fra banken, politiet eller andre behøver ikke være sande, det er muligt at ændre visningen af nummer. Ring selv op til banken og tjek, hvis du er usikker.



Motion med videre

For yderligere oplysninger, se hjemmesiden eller ring til kontaktpersonen hvis tlfnr står under hver aktivitet

Badminton

Tirsdage kl. 08.00 – 12.00
fredage kl. 10.30 - 12.30

Mødested: Sorø Hallen, Ringstedvej 20

100 kr., pr. sæson fra september til maj

Kontakt:
Ole Hvidkjær-Johansen, 42 45 19 52

Bordtennis

Torsdage kl. 09.30 - 14.00

Mødested: Sorø Hallen, Ringstedvej 20

Det er muligt at spille bordtennis hele året.

Prøv denne dejlige form for samvær med andre, en motionsform hvor alle kan være med.

450 kr. årligt

Kontakt: Per Møller, 25 25 81 81

Whist

Mandage kl 13 - 16.30

Vi spiller Whist i Kaarsbergcenteret, Dr. Kaarsbergsvej 3, Sorø hver mandag.

Kom med og få et par hyggelige timer. For mere information, ring til Petra Kristensen, 42 31 18 65

Petanque

Tirsdage kl. 09.30 – 11.30 – sæson fra 1 april til oktober

Mødested: Sorø Hallen - bag ved svømmehallen, ved siden af tennisbanen.

Kom og prøv dette spil, alle er velkomne, tag venner og bekendte med og få et par hyggelige timer sammen. 90 kr., april til oktober

Kontakt: Birthe Jensen, 29 29 76 61

Billard

Torsdage kl. 09.30 – 12.00

Mødested: Sorø Hallen, Ringstedvej 20

Vi spiller i Billard-klubben Soranas lokale. 15 kr., pr. gang.

Tilmelding: Kirsten Thybo, 40 53 29 49

Bowling

Fredage kl. 12:00 - 14:00

Mødested: Køge Bowling Center Ravensborgvej 1, Køge

Vi er for tiden 41 kvinder og mænd i klubben (seniorer), men vi vil også gerne have dig med.

Kontakt:
Ingelise Mogensen tlf. 40 83 74 18

MotionsFloorball 60+

Tirsdage og torsdage kl. 9.00-12.00

Mødested: Sorø Hallen, Ringstedvej 20.

MotionsFloorball 60+ der er en særlig tillempet form som er en mere hensynsfuld og sikker udgave overfor 60+ målgruppen. Vi er 4 hold der spiller i tiderne 9 - 10.30 og 10.30 - 12.00 tirsdag og torsdage.

200 kr.

Tilmelding: Asgær Grant, 21 92 35 53,
Flemming Bock, 42 83 81 46

L'Hombre

Alle uger Onsdag kl. 18:00 - 22:30

Kaarsbergcenteret, Dr. Kaarsbergsvej 3

L'hombre er et kortspil, der stammer fra Spanien og kom til Danmark i 1600-tallet. Det kan spilles af 3-4 spillere, men kun tre deltager aktivt i kortspillet.

Disse og mange andre spidsfindigheder ved dette ædle spil, kan man lære i Kaarsbergcentret. Deltagelse er gratis.

Kontakt: Arne Jensen, 42 41 87 89.

Handyman - Hjælp til småreparationer

Henning Hansen, 24 23 19 74 Mandage kl. 10.00 - 12.00

Har du brug for lidt praktisk hjælp?

Så ring til Henning Hansen på telefon: 24 23 19 74 mandage kl. 10-12. og få en aftale.

Havearbejde og snerydning hjælper "Handyman" ikke med!

"Livsglæde & Samvær" udgives af Ældre Sagen Sorø Nummeret du sidder med dækker perioden fra april til efter sommerferien.

Dette lille blad indeholder en overflod af tilbud som Ældre Sagen Sorø, takket være en masse glade frivillige, kan give til medlemmerne. Det er tilbud, der alle handler om "det gode liv – hele livet" for os alle.

Redaktør: Palle Frejvald

Nyt og ændringer til indhold sendes til redaktøren, kontaktoplysninger findes på hjemmesiden.

Der tages forbehold for trykfejl og programændringer.

Forsidefoto: Palle Frejvald, Forår i "Stensbøg Skov"

Bestyrelsen



Ole Steen Rasmussen.
Formand bestyrelsen,
arrangementsudvalget,
Koordinationsudvalget.
Mobil 20 20 28 12



Jette Knudtskov Hansen.
Næstformand
bestyrelsen,
arrangementsudvalget,
Dameværelset,
Kreativitet
Mobil 61 60 03 08



Mogens Schmidt
Jensen. Bestyrelsen,
sekretær, IT-
koordinator distrikt 8.
Mobil 21 40 26 82



Kirsten Schilling.
Bestyrelsen,
Erindringsbio, ”En at
tale med”, ”Sange for
livet”.
Mobil 27 51 17 01



Lene Udby Petersen.
Kasserer
Mobil 51 82 18 25



Niels Kristian Pedersen.
Bestyrelsen,
Besøgsvenner
Mobil 40 46 31 28



Palle Frejvald.
Bestyrelsen, medier, It-
cafeer
Mobil 20 21 98 05



Jørgen List Kristensen.
Bestyrelsen,
koordinationsudvalget,
bisidder.
Mobil 51 35 89 65

Birgit Karen Wehlast.
Bestyrelsen,
ældrepolitik
Mobil 71 75 80 05

Vinnie Poulsen
Bestyrelsen,
Dameværelset,
Kreativitet
Mobil 29 46 37 21

Birte Jensen
Suppleant-bestyrelsen



Kurt Karsten Pedersen.
Supplant-bestyrelsen,
Seniorbiografen.
Mobil 40 59 31 52

Følg os på facebook.com/aeldresagensoroe
