

Program

august 2025 – maj 2026



Få rabat med Ældre Sagen	2
Lydavis	2
Nyt bookingsystem	3
Tilmelding til arrangement.....	4
15.09.2025 Billeder fra Grenaa, del 2	5
20.10.2025 Faldskærmsjæger i Fremmedlegionen	6
17.11.2025 Jazz med to	7
15.12.2025 Juleafslutning med Fl. Baade	8
19.01.2026 Badehotellernes Danmark	9
16.02.2026 Fællessang Bjarke & Mikkel	10
09.03.2026 Årsmøde	11
23.03.2026 Frivilligmiddag – MeloDivaerne	12
20.04.2026 Mit liv i verdens brændpunkter.....	13
Undervisning Computer, Tablet, Engelsk eller Kunstig intelligens (AI)	14
Højskoleforeningen ks Grenaa.....	15
Besøgsven	16
Bisidder	17
Bowling	18
Bridge	19
L'hombre	20
Litteraturcafé.....	20
Naturtræning.....	21
PC Hjælp	22
Petanque	22
Sangcafé	23
Tryghedsopkald.....	23
Ældre hjælper ældre.....	24
Nyhedsbrev fra lokalafdeling Grenaa	25
Oversigt over vores aktiviteter	26
Lokalbestyrelse Grenaa	27

Få rabat med Ældre Sagen

Hvad kan du få rabat til?



Under kategorien "**Kultur og oplevelser**" opnås tilbud på bl.a. teater, museer, udstillinger, koncerter og forlystelsesparker, og i kategorien "**spis ude**" tilbyder Ældre Sagen 25% rabat på mere end 240

restauranter, caféer, kroer og hoteller spredt over hele landet.

Med kategorien "**Motion og fitness**" opnår du rabat på træning hos populære og store fitnesskæder samt fitnessudstyr og træningsmaskiner, hvor kategorien "**Hobby og fritid**" tilbyder rabat på cykler, campingudstyr, bøger, gaveidéer og meget, meget mere.

God fornøjelse.

Lydavis



NORDDJURS LYDAVIS

Gratis ugentlige lokale nyheder

for blinde og svagtseende på CD eller DIGITALT
(pc, tablet eller telefon)

Yderligere oplysninger på tlf: 4017 2165 eller 6150 6327

Til dig, der på grund af svagt syn, blindhed eller andet handicap ikke kan læse trykt tekst, har vi et tilbud fra Norddjurs Lydavis:

Vi indlæser og udsender GRATIS en lydavis på CD hver uge med stof fra den lokale ugeavis DIN AVIS NORDDJURS

Lydavisen udsendes tillige DIGITALT på telefon, pc eller tablet. De digitale brugere får nyhederne samme dag, som de er indlæst (onsdag).

Nyt bookingsystem

Vi har fået et nyt bookingsystem der gør det lettere for dig at tilmelde dig vil vores arrangementer.

Har du brug for hjælp til at komme i gang, vil vi være i Pavillonen den 19. – 22. august mellem 10 & 16, så vi kan få hjulpet dig godt i gang. Bare mød op.

Du skal blot medbringe:

- Medlemskort til Ældre Sagen
- Telefon
- Mailadresse (husk dit password)
- mit ID (husk personlig kode)

Prøv selv, det er ikke svært, hvis du følger denne vejledning:

Du logger på: aeldresagen.membersite.dk

Klik her for login med MitID

Første gang du skal ind, bruger du blot mit ID.

Når du kommer ind, møder du et billede hvor du kan se de informationer Ældre Sagen har om dig. Er der data der mangler, vil vi gerne, hvis du vil sætte dem ind. Tryk på REDIGER, lav rettelserne og tryk på GEM. Når du kommer ind, kan du lave login (din mailadresse) og et password, hvis du hellere vil bruge det som adgang, men det er ikke nødvendigt.

Vi vil gerne, hvis du **betaler, når du tilmelder dig**. Det gør det hele mere overskueligt både for dig og os.

Du skal ikke være bange for dine penge, hvis du **bliver forhindret**, bliver din **betaling automatisk tilbageført torsdagen efter** 😊

Tilmelding til arrangement

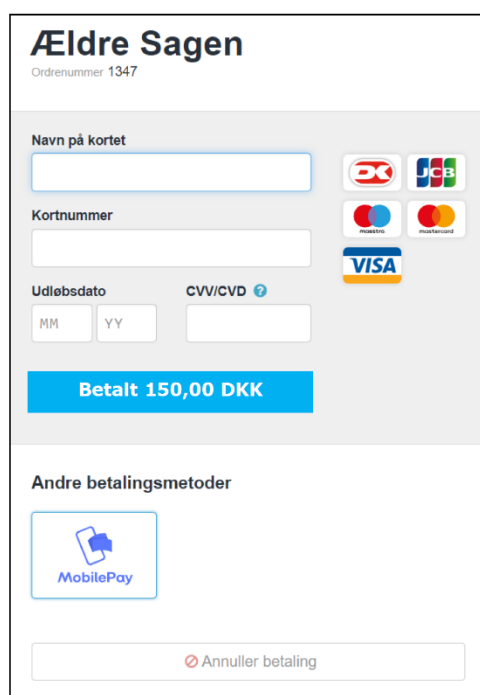
Tilmeld dig til et arrangement, ved at åbne
<https://www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/grenaa>

Tryk **arrangementer og aktiviteter**. Vælg det arrangement du vil med til og tryk **TILMELD**, ganske som du plejer. Nu åbnes et nyt vindue. Følg instruktionerne trin for trin. Start med at trykke på:

Klik her for login med MitID

Derefter kan du tilmelde dig selv, begge (familiemedlemsskab), eller andre. Følg vejledningen trin for trin.

Når du har gennemført bestillingen, kommer et betalingsvindue, lige som andre betalingssider.



Når du betaler **online**, kan du betale med kreditkort og MobilePay.

Når du kommer til arrangementet, spørger vi efter din adresse. (Den kan de fleste huske)
Dette for at sikre, at der er kaffe, brød mm. til alle fremmødte.

Betaling gennemført

Ok

Du får en kvittering på din computer, når din betaling er gennemført.
Der kommer også en kvittering på din mail eller telefon.

15.09.2025 Billeder fra Grenaa, del 2

mandag den 15. september 2025 kl. 19:00

Kærvej 11, Grenaa

Tilmeld senest 08.09.2025

Pris 80 kr. / 100 kr. ikke medlem - kan sagtens høres uden at have hørt del 1

Tryk

Tilmeld

på vores hjemmeside



Peter Weje Nielsen viste i januar 2025 billeder fra Grenaa og fortalte om Frank Pedersen og hans evne til at "fange" det rigtige billede. **Frank Pedersen** kommer ikke, men **Peter Weje Nielsen** vil vise billeder og fortælle om Frank Pedersens måde at arbejde med billeder.

Peter har indgående kendskab til Frank Pedersen, så der er mange historier om Frank Pedersen.

Man behøver ikke have hørt foredraget i januar, da Peter starter med en kort gennemgang af det tidligere foredrag.



20.10.2025 Faldskærmsjæger i Fremmedlegionen

mandag den 20. oktober 2025 kl. 19:00

Pavillonen, Kærvej 11, Grenaa

Tilmeld senest **09.10.2025 kl. 11**

Pris 80 kr. / 100 kr. ikke medlem

Tryk

Tilmeld

på vores hjemmeside



Tidligere faldskærmsjæger **Brian Lange**, fortæller om sine 15 år i den legendariske enhed **Fremmedlegionen**

Brian Lange har sprunget over 1000 faldskærmsspring, har stor erfaring i dykning, taler 4 sprog flydende. 27 års med TaeKwondo og erfaring fra indsættelse i missioner over alt på jorden.

Brian Møller Lange er vendt hjem efter 15 år i Fremmedlegionen. Her fortæller den nu tidligere korporalchef om de mest

kritiske øjeblikke, og om livet i den verden, der normalt opfattes som lukket og ikke for sarte sjæle.

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

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

Han ser tilbage på en tilværelse, der ville være at sammenligne med et sandt helvede for de fleste danskere, men Lange kalder det oplevelser. Indimellem anstrengende oplevelser, men han har ikke fortrudt et sekund, siden han sidste år vendte tilbage til Danmark.

Brian har skrevet en bog om LEGIONÆREN



17.11.2025 Jazz med to

mandag den 17.11.2025 kl. 19:00

Pavillonen, Kærvej 11, Grenaa

Pris 80 kr. / 100 kr. ikke medlem

Tilmelding senest 12.11.2025 kl. 12:00

Tryk



på vores hjemmeside



Der er lagt op til masser af de gode gamle danske melodier, udsat for JAZZ MED TO. Fra Kai Normann Andersen, Aage Stentoft og Leo Mathiesen til Bjarne Liller og John Mogensen.

Fra "Man kan vel ikke gøre for at man har charme" og "Hvorfor er lykken så lunefuld" til "Jeg vil bygge en verden" og "En lille pige i flade sko" – og du skal være mere end velkommen til at synge med.

Det swinger – det bliver hyggeligt – og vi glæder os til at se dig. Søren Peter Frøsig spiller trompet og synger – og sammen med pianist Palle Juul Hansen skaber han en hyggelig stemning

15.12.2025 Juleafslutning med Fl. Baade

mandag den 15. december 2025 kl. 19:00

Pavillonen, Kærvej 11, Grenaa

Tilmeld senest 08.12.2025 kl. 11

Tryk

Tilmeld

på vores hjemmeside

Pris 80 kr. / 100 kr. ikke medlem + gave – der er 200 pladser, så tilmeld dig hurtigt.

HUSK Gave til værdi kr. 30 til vores julebanko



Julens sange og historien om dem.

Vi skal sammen synge rigtig mange af de sange og salmer, som vi år efter år nyder i december måned. Flemming fortæller om baggrunden for bl.a. nogle af vore kendte salmer. Mange af vore **julesange afspejler juletraditioner**, som de har set ud de sidste par hundrede år. Der kommer også nyere juleviser og sjove julehistorier. **Lige til at komme i julestemning af.**

Aftenen slutter med pakkespil, medbring pakke til 30 kr.



19.01.2026 **Badehotellernes Danmark**

mandag den 19. januar 2026 kl. 19:00

Pavillonen, Kærvej 11, Grenaa

Tilmeld senest 12.01.2025 kl. 11

Pris 80 kr. / 100 kr. ikke medlem

Tryk

Tilmeld

på vores hjemmeside

TV-seriens intriger i en historisk ramme.

Bettina Buhl og Benno Blæsild har fra start til slut været tilknyttet TV-serien Badehotellet som henholdsvis madhistorisk og kulturhistorisk konsulenter.



Med dette foredrag følger vi TV-serien tæt, hvor de to kendte historikere vil give et spændende indblik i den kulturhistorie, som danner rammen om seriens handling. Afgørende, overraskende og skelsættende optrin i serien

vil blive relateret til Danmarks historie i mellemkrigstiden.

Fra den økonomiske verdenskrise, som indvarslede 2. verdenskrig til store og små kulturhistoriske tiltag, hvor seriens intriger spejler den epoke, hvor det moderne Danmark blev skabt. Det bliver krydret med øjebliksbilleder fra dagliglivet i mellemkrigstiden og med anekdoter fra arbejdet med at passe dramaet ind i de historiske rammer, så seriens billede af tiden bliver dækkende.

I foredraget giver Bettina og Benno et spændende indblik i, hvordan det danske samfund hang sammen dengang ordet 'velfærdssamfund' ikke var opfundet endnu. Foredraget fortæller om Badehotellerne i Danmark, om gæsterne fra det bedre borgerskab, om opholdene og meget mere.

16.02.2026 Fællessang Bjarke & Mikkel

mandag den 16. februar 2026 kl. 19:00

Pavillonen, Kærvej 11, Grenaa

Tilmeld senest **06.02.2026 kl. 11**

Tryk

Tilmeld

på vores hjemmeside

Pris 80 kr. / 100 kr. ikke medlem - 120 pladser, så tilmeld dig hurtigt.

Fællessang for alle!



Bjarke & Mikkel spiller Kim Larsens mange hits og kommer selvfølgelig ikke udenom Gnags, Anne Linnet, Shu-bi-dua, TV2, Alberte, Sebastian, Høj- & Friskolesangbogen m.fl.

Bjarke & Mikkel kan godt li' at vække nostalgien med en rigtig god børnesang.

Der er humørbombegaranti, når duoen dukker op med et væld af gode fællessange, højt til loftet, humor og god stemning.

09.03.2026 Årsmøde

mandag den 09. marts 2026 kl. 17:30 / 19:00

Pavillonen, Kærvej 11, Grenaa

Tilmeld spisning senest 04.03.26 kl. 11

Tryk  på vores hjemmeside

Husk medlemskort og tilmelding, både til mødet og til spisning

Foreningen er vært for kaffe & kage under årsmødet, hvis du er tilmeldt.

Ældre Sagen
Grenaa

Du kan tilmelde dig til:

17:45 Spisning FØR årsmøde kr. 195 + Årsmøde

19:00 Årsmøde GRATIS for medlemmer

Dagsorden:

1. Valg af dirigent
2. Beretning om lokalbestyrelsens virke, til godkendelse
3. Forelæggelse af lokalbestyrelsens regnskab, til udtalelse
4. Orientering om lokalbestyrelsens fremtidige virke
5. Indkomne forslag
(skal være lokalbestyrelsens formand i hænde senest 14 dage før mødet).
6. Valg af lokalbestyrelsesmedlemmer for to år
7. Valg af suppleanter for et år
8. Eventuelt

Ved tilmelding, tjekker vi dit medlemsnummer.

Når du kommer, spørger vi om din **adresse**, så vi er sikre på, at alle fremmødte er medlemmer.

Ældre Sagen

MEDLEMSKORT
2025

Medlemsnr. 99999999

Navn Navnesen

Lokalafdeling

Kun gyldigt, når det aktuelle kontingent er betalt

23.03.2026 Frivilligmiddag – MeloDivaerne

mandag 23. marts 2026 kl. 17:45

Pavillonen, Kærvej 11, Grenaa

Tilmeld senest 16.03.2026 kl. 11

GRATIS for frivillige med ægtefælle

Tryk

Tilmeld

på vores hjemmeside



...nyd nu'et - det er
voek om lidt...!!!

**Ældre Sagen, Grenaa vil
gerne fejre sine frivillige.**

Vi vil derfor gerne invitere
frivillige med ægtefælle til
middag og underholdning.

Program:

17:45	Velkomst
18:00	Middag
19:00	Underholdning af MeloDivaerne
21:00	Tak for i aften.



MeloDivaerne fortæller, at de er omrejsende i
smil, glæde, fællessang, skønsang samt
sange fyldt med nogle gode grin.

Der vil være både gamle og nye sange.

Glæd jer til et par timers god underholdning,
hvor du selvfølgelig er velkommen til at
syng med.

20.04.2026 **Mit liv i verdens brændpunkter**

mandag den 20. april 2026 kl. 19:00

Pavillonen, Kærvej 11, Grenaa

Tilmeld senest 16.04.2026 kl. 11

Pris 80 kr. / 100 kr. ikke medlem

Tryk

Tilmeld

på vores hjemmeside

Vores tidligere borgmester Jan Pedersen har haft et spændende liv, her lidt fakta:



Født 25. januar 1958 i Fjellerup.

Skolegang i Fjellerup, Glesborg og

studentereksamen fra Grenaa Gymnasium.

Derefter højskoleophold i Esbjerg og Manchester.

Uddannet som butiksleder i FDB (COOP). Aktiv i DSU,

Socialdemokratiet og HK siden 1974. Valg som

formand for DSU på landsplan i 1982. Derefter faglig sekretær i HK. Valgt som folketingsmedlem i 1990 fra den daværende Grenaa-kreds. Stoppede ved valget i 2007. Herefter borgmester i Norddjurs Kommune fra 2010-21. Gift og har tre sønner. Bosiddende siden 1991 i Sangstrup.

Jan har privat og arbejdsmæssigt rejst i de fleste Europæiske lande, desuden Asien, Afrika og Latinamerika. Jan har mødt flere internationale personligheder og været i lande i konfliktprægede tilstande også med stærke personlige og dramatiske oplevelser.

Kom og hør om et spændende liv med mange oplevelser

Undervisning

Tryk  på vores hjemmeside

I samarbejde med AOF tilbyder vi **gratis** kurser

FVU Digital

Bliv mere sikker på en pc

I samarbejde med AOF, har vi udbudt kursus i brug af computer, tablet, telefon mm.

Der undervises 8 gange af 3 timer.

Der er hold fra 09:00-12:00 tablets

(telefoner) & 13:00-16:00 Computer

Der er gennemført 6 hold, nye hold starter 3. september 2025 infomøde den 28. august 2025 kl. 10:00 – læs mere på vores hjemmeside.

FVU Engelsk

Bliv bedre til engelsk

Uanset om du vil bruge det, når du:

- * Rejser
- * Ser TV
- * Læser brugsanvisninger
- * Er på internettet

ENGELSK

8. august starter vi undervisning i **Engelsk**

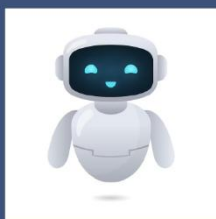
Der undervises 12 gange af 3 timer.

Der er hold fra 09:00-12:00 & 13:00-16:00

Skynd dig at melde dig til, så du kan blive dygtigere til at forstå og bruge engelsk. Vi starter hold, hvis der er 14 tilmeldte.

AI

Lær at bruge kunstig intelligens



AI KUNSTIG INTELLIGENS

4. november starter undervisning i **AI**

Der undervises 2 dage (tirsdag & onsdag) af 3 timer.

Der er hold fra 09:00-12:00 & 13:00-16:00

Skynd dig at melde dig til, så du kan blive dygtigere til at forstå og bruge AI

Vi starter hold, hvis der er 12 tilmeldte.

Tidligere kursister kan deltage på kurset.

Højskoleforeningen ks Grenaa



Grundtvig mente at oplysning og dannelse var afgørende vigtigt for det enkelte menneske. Han lagde endvidere vægt på fællesskabet og folkeligheden; at vi som land og folk er knyttet sammen med vores historie og vores sprog. En dannelse – både som folk og som individ – gav, ifølge Grundtvig, endvidere mulighed for et udsyn, der strakte sig videre end menneskets eget begrænsede udsyn. Højskoleforeningen historie er knyttet til Grundtvig og hans tanker.

Kulturhuset Pavillonen, Kærvej 11, 8500 Grenaa

Bemærk mødetidspunkt ændret til kl.:19:00

Program efterår 2025

9. sep. 2025

Om præsten og forfatteren Johannes Møllehave

v. Pastor emeritus Christen Væver

14. okt. 2025

Med Simon Spies på bagsædet

v. Journalist Ken Richter

11. nov. 2025

Mit møde med en svindler

v. journalist Majbrit Oddershede

9. dec. 2025

Det er Jul

v. højskolelærer Helge Teglgård

Tilmelding: Robert Kristensen Tlf. 4029 9596
eller Mail: Robert-Kristensen@Stofanet.DK

Besøgsven

At være besøgsven er en frivillig, ulønnet opgave, som du har lyst til.

- Du besøger en ældre ensom medborger en gang om ugen eller hvad I aftaler
- Besøget består primært af, at du får en god snak med den ældre borger
- Besøget kan også være, at I drikker en kop kaffe sammen, går en tur, læser avisen, spiller kort eller hvad I kunne have lyst til
- At være besøgsven skal gerne være til gensidig respekt og glæde
- Vi besøger både dig og borgeren, så vi har fornemmelsen af, at I kan have glæde af hinanden
- Som besøgsven har du tavshedspligt
- Du behøver du ikke at være medlem af Røde Kors eller Ældresagen



Niels Hausgaard siger det sådan:

De historier, der optræder imellem os er vigtige og værdifulde. Det er de historier, der er interessante og det er dem, der gør noget ved os. Det er dem, der får det hele til at hænge sammen.

Niels Hausgaard fra bogen "Når vi ånder i takt"

- Ældresagen og Røde Kors har samarbejdet siden januar 2023



Kontakt	Birgit Lindgaard
Mail	Blindgaard45@gmail.com
Telefon	42 38 38 79
Kontakt	Kirsten Ladefoged
Mail	kirsten@ladefoged.net
Telefon	40 28 70 25

Bisidder



En bisidders opgave er at **støtte** dig i forbindelse med møder eller skrivelser i forhold til det offentlige.

Det kan være læge, hospital, visitator, hjælpemidler, jobcenter og sagsbehandling.

Bisidderen kan hjælpe dig med at komme ind til kernen af det, der er dit problem, fx. at du føler, du ikke bliver hørt.

Du kan føle, at du ikke får sagt det du vil, eller ikke får spurgt om det du har brug for at vide.

Det er godt at være to til at høre og forstå, hvad der bliver sagt.
En bisidder har selvfølgelig tavshedspligt.

Kontakt:

Aage Højbjerg 23 96 16 04, mail@aagehojbjerg.dk

Egon Jensen 61 16 66 07, ej-grenaa@stofanet.dk

Birgit Lindgaard 42 38 38 79, blindgaard45@gmail.com

Bowling

Sted Grenaa Bowlingcenter
Tid Mandage kl. 9, 10, 11 eller 12
Periode 1. september 2025 til 4. maj 2026
 Juleferie uge 50-51-52 & 1



Vi mødes 10 - 20 min. før til en hyggesnak, og slutter med en kop kaffe, en snak om verdenssituationen og et par røverhistorier. Kaffen er inkluderet i spillegebyret.

Det sociale samvær er lige så vigtig som spillet



Lejf Hummelshøj, Telefon 23 71 92 06
Mona Hummelshøj, Telefon 20 96 67 79

Bridge

Sted Kulturhuset Pavillonen, Grenaa
Tid Onsdage kl. 13:30-17:00
Periode **Efterårssæson** 3. september 2025 til
Juleafslutning 26. november 2025.
Forårssæson 7. januar 2026



*Bridge er et kortspil ligesom whist.
Bridge spilles altid med fast makker.
Forskellen består i et meldesystem,
som man skal kende inden tilmelding.*



Kontakt	Elin Jørgensen	Dorte Friis
Mail	kurtelin@stofanet.dk	dbf@stofanet.dk
Telefon	51 96 76 13	40 40 37 99

L'hombre

Sted Kulturhuset Pavillonen, Grenaa
Tid Hver onsdag 10:00 – 12:00
Periode Kan du spille whist, så er L'hombre måske noget for dig.

Spillet er ældgammelt, men livligt og morsomt, og så er det rigtig god "hjernegymnastik"

Vi underviser dig i reglerne, men det kræver også lidt af dig.

Kontakt	Lone Frøhlich
Mail	lonefro@gmail.com
Telefon	29 93 49 06

Litteraturcafé

Sted Kulturhuset Pavillonen, Grenaa
Tid Kl. 14:00
Periode 3. torsdag i måneden
17. september 2025 til april 2026
Dog ikke uge 42



*Vi læser en bog om måneden fra september til april.
Der er mulighed for at købe kaffe og kage.*

Kontakt	Anne Larsen
Mail	anneslyst@gmail.com
Telefon	22 90 92 90

Naturtræning

Sted: Meddeles hver uge via sms og på Facebook
Tid: onsdag kl. 10-11.30
Periode: Hele året



Kom ud i naturen og få motion i et glad og givende samvær med andre. Træningen tilrettelægges så alle kan være med – og efter vejrliget. Du skal være selvhjulpen og kunne gå ca. 3 km i et jævnt tempo på grusstierne. Vi træner i Grenå Plantage og ved stranden.

Træningen indeholder 3 elementer i øvelserne - fysisk, mentalt og socialt. Vi lægger vægt på, at alle er nærværende og aktive under træningen. Vi er sammen efter mottoet "når alle er ude, er alle inde". Vi bruger naturens redskaber og om sommeren har vi øvelser på måtte.

Hver den første onsdag i måneden har vi hyggetræning. Vi vandrer en tur og slutter af med fælles kaffebord hos instruktøren. Deltagerne betaler 50 kr. årligt til vores kaffekasse.

Der er to udflugter og et julearrangement om året for medlemmernes egen regning.

Tilmelding sker ved at sende en sms eller ringe til instruktøren på mobil 93922078. Træningskalender findes på Facebook, men kan også udleveres på papir ifm. træningen.

Vel mødt i naturens motionslokale!

Kontakt:	Naturtræning Ældresagen v/DGI instruktør Sandy Ditlef
Mobil:	9392 2078
Mail:	ditlefsandy@gmail.com

PC Hjælp

En PC driller ofte sin ejer, så man er lige ved at opgive at bruge den.

Tag det roligt, langt de fleste problemer kan løses, bare der kommer en hjælper til.

Har du brug for hjælp til din computer, kommer John og hjælper dig, i dit eget hjem mandag og tirsdag.

Kontakt	John H. Nielsen
Mail	johnharry@yjh.dk
Telefon	61 67 61 70

Petanque

Sted	Banerne, Stadionallé 15
Tid	Tirsdage kl. 09:15 – ca. 11:30
Periode	Første tirsdag i april til og med sidste tirsdag i oktober.

Vi har det sjovt når vi hver tirsdag formiddag mødes for at spille petanque. **Mød op til konkurrence, hygge og socialt samvær.**

I april spilles startturnering.

Fra maj til slut september spilles sommerturnering.

I oktober spilles afslutningsturnering.

Pris for hele sæsonen 150 kr.

VEL MØDT

Et hyggeligt spil, hvor alle kan være med

Lejf Hummelshøj, Telefon 23 71 92 06
Hardy Jørgensen, Telefon 22 59 29 79
Mona Hummelshøj, Telefon 20 96 67 79

Sangcafé

Sted Kulturhuset Pavillonen, Grenaa
Tid Første mandag i måneden kl. 14:00 – 16:00
Pris 50 kr. pr. gang inkl. vand, kaffe & brød

Vi synger følgende mandage:

2025: 1. september - 6. oktober - 3. november - 1. december

2026: 5. januar - 2. februar – 2. marts - 7. april - 4. maj

Tilmelding ikke nødvendigt, du møder bare op

Kontakt	Vibeke Enoksen
Mail	vibekeenoksen@dukamail.dk
Telefon	29 85 26 07



Tryghedsopkald



En aftale om et tryghedsopkald giver dig ro.

Du bliver ringet op hver morgen af en frivillig, der ønsker dig "godmorgen".

Tager du ikke telefonen, undersøger vores frivillige årsagen til det.

Kontakt	Cleo Hejlesen
Mail	ac.hejlesen@yahoo.dk
Telefon	23 96 31 41

Ældre hjælper ældre

Alle kan få hjælp



Mangler du en hjælpende hånd til små praktiske opgaver i hjemmet som fx at: slå et søm i væggen, hænge et billede op, flytte et møbel, skifte en pære eller pumpe kørestol eller rollator.

Ønsker du hjælp, kan du kontakte vores koordinator
Marion Bager på telefon 21 20 92 39

Marion giver så besked til en af vore hjælpere, der derefter kontakter dig, så I kan aftale tidspunkt og hvilke materialer der skal købes til opgaven.

Arbejdet er **gratis**, men du skal selv betale materialerne.

Der udføres ikke autoriseret arbejde og vi hjælper ikke med havearbejde.

Hjælpen må højst være af en times varighed.

Kontakt	Marion Bager
Mail	marionbager@gmail.com
Telefon	21 20 92 39

Nyhedsbrev fra lokalafdeling Grenaa

Gå ind på vores hjemmeside: www.aeldresagen.dk/grenaa

 AKTIVITETSKALENDER Nederst på siden, kan du læse det nyeste nummer af DET SKER.	 ARRANGEMENTER OG AKTIVITETER Se vore arrangementer i Ældre Sagen, Grenaa	 Læs her Før du tilmelder dig ÆNDRINGER I PROGRAM. Vi kan desværre ikke undgå, at der bliver ændringer. Tjek derfor altid denne side før du tilmelder dig.
 INFORMATION FRA VORE AKTIVITETER Her kan du følge de forskellige turneringer samt læse de informationer de forskellige grupper har, om deres aktivitet...	 HJÆLP OG VEJLEDNING Få en bisidder, en besøgsven, hjælp til din computer eller få et daglig trykopskald	 KONTAKTPERSONER Oversigt over bestyrelse & kontaktpersoner

Rul ned på siden til:

NYHEDSBREV

Få nyheder fra din lokalafdeling tilsendt via e-mail.

[Tilmeld dig til det lokale nyhedsbrev](#)

1. Tryk på ***tilmeld dig til det lokale nyhedsbrev*** ved at trykke på ovenstående.
2. Udfyld den skabelon der kommer op med medlemsnummer og din E-mailadresse.
Derefter skal du acceptere, at Ældre Sagen, Grenaa må kontakte dig på E-mail med nyheder og medlemstilbud.

Vi vil gerne, at **alle** medlemmer er **tilmeldt vores nyhedsbrev**.
Der er stadig over 1000 der ikke er tilmeldt.

Ring til John: 61 67 61 70 hvis du vil have hjælp til tilmelding

Oversigt over vores aktiviteter



Aktivitet / ugedag	Ma	Ti	On	To	Fr	Lø	Sø	Bemærkning omkring tidspunkt
Aftenaktivitet foredrag, underholdning mm.	x							september, oktober, november, december, januar, februar, marts, april
Bestyrelsesmøde	x							2. mandag i måneden
Besøgsven	x	x	x	x	x			efter aftale
Bisidder	x	x	x	x	x			efter aftale
Bowling	x							Kl. 9, 10, 11 og 12
Bridge			x					13:30 - 17:00
L'hombre			x					10:00 - 12:00
Litteraturcafe				x				3. torsdag / måned
Naturtræning			x					10:00 – 11:00 hele året
Petanque		x						Først april - sidst oktober
PC Hjælp	x	x						14:00-16:00
Sangcafe	x							1. mandag / måned
Tryghedsopkald	x	x	x	x	x	x	x	hver morgen
Ældre hjælper ældre	x	x	x	x	x			efter aftale

Lokalbestyrelse Grenaa



Ældre Sagen, Grenaa



Formand

Kristian Stougaard

stougaardpoulsen@stofanet.dk

23 26 76 77

Sekretær

Mona Hummelshøj

vogn.710@gmail.com

20 96 67 79

Næstformand,

Niels Peter Gleerup

npgleerup@hotmail.com

21 40 19 72

Kasserer

Lejf Hummelshøj

Vogn.710@hotmail.com

23 71 92 06

Bestyrelse

Hardy Jørgensen

hardygerda@gmail.com

22 59 29 79

Marion Bager

marionbager@gmail.com

21 20 92 39

Ulla Ravn Kristensen

ullalindahansen@gmail.com

60 87 37 04

Vibeke Enoksen

vibekeenoksen@dukamail.dk

29 85 26 07

Suppleanter

1. Inge Sørensen

inge.per@outlook.dk

30 12 49 12

2. Anne Larsen

anneslyst@gmail.com

22 90 92 90

Webmaster, administration

John H. Nielsen

johnharry@yjh.dk

61 67 61 70

Medlemsservice, Ældre Sagen

33 96 86 86



Ældre Sagen, Grenaa

Tak fordi du læste vores program.

Vi håber, du vil gemme det, så du altid kan finde vore aktiviteter.

Håber du har fundet noget der kan friste dig. Vores mål er, at alle skal have en **god dag**, hvor **hygge** og **oplevelser** er en væsentlig del af hverdagen.

Du kan altid se hvad der sker på vores hjemmeside:



ÆldreSagen.dk/Grenaa, hvorfra du også kan tilmelde dig til arrangementer og det lokale nyhedsbrev.