



**Der tages forbehold for eventuelle
prisændringer**



Ældre Sagen

Nakskov – Rudbjerg



Program

September 2025 – September 2026

Arrangementer

Den årlige julefrokost

Torsdag den 4. December 2025 kl. 13.00

Sted: Skovridergården, Nakskov
Husk tilmelding fra 21. oktober 2025
til Ingelise tlf. 61 73 14 94
Husk gyldigt medlemskort.
Pris 315 kr. Indsættes i Lollands Bank
Reg.nr. 6520 kontonr. 4161938
Eller Mobile-Pay 23091

Årsmøde

Tirsdag den 10. marts 2026 kl. 17.00

Sted: Skovridergården, Nakskov
Ved arrangementet efter årsmøde
serveres
Skovridergryde med kartoffelmos
Husk tilmelding fra 10. februar 2026
til Ingelise, tlf. 61 73 14 94
og gyldigt medlemskort.
Pris 125 kr. Indsættes i Lollands Bank
Reg.nr. 6520, kontonr. 4161938
Eller Mobile-Pay 23091

Ældre-Sagen Nakskov—Rudbjerg

Lokalbestyrelsen

Ingelise Larsen
Formand
Telefon 61 73 14 94
Mail: aesnakskov@gmail.com

Kisten Margrethe Pedersen
Næstformand

Betty Husted Madsen
Bestyrelsesmedlem

Hanne Sørensen
Bestyrelsesmedlem

Kirsten Christensen
Bestyrelsesmedlem

Ellen Lamberth
Bestyrelsesmedlem

Boye Friis
Bestyrelsesmedlem

Sten Petersen
Bestyrelsesmedlem

Finn Mortensen
Bestyrelsesmedlem
Kasserer

Suppleanter

Jan Hansen

Vinni Frederiksen

Bisidder

Har du behov for støtte ved samtaler med det offentlige, Læger eller andet sundhedspersonale, kan vi tilbyde en Bisidder. Bisidder har altid tavshedspligt

Henvendelse til: Ilse Stenkjær

Telefon: 50571602

Sorg og livsmod gruppe

Kontaktpersoner

Margrethe Sigvard Madsen

Telefon: 30 29 24 55

Mail: margrethe.sigvardt@gmail.com

Eller: Kirsten Mortensen tlf: 20 89 26 13

Mail: kirstenmo@outlook.dk

Besøgsvenner

Har du lyst og overskud, så meld dig som besøgsven, og vær med til at skabe glæde for en ensom medborger. Et ugentlig besøg på ca. en times varighed kan give stort indhold i tilværelsen, når man er ensom.

Meld dig som besøgsven hos:

Betty Husted Madsen

Telefon: 20471651

bettyaasberg@gmail.com

Modeopvisning Butik Berit

Nybrogade 1

Torsdag den 23. oktober 2025 kl. 18.30



Kom og få en hyggelig aften,
og nyd opvisningen af
Vinterens nyheder



Tilmelding nødvendig

Efter først til mølle 35 pladser

til Ingelise, tlf. 61 73 14 94

Pris gratis

Endagstur 2025

Bustur med guidet rundvisning i Københavns lufthavn



30 juni 2025

Afgang Busmadsen klokken 8.30

Afgang Banen klokken 8.45

Der er en sandwich og en øl/vand

Rundvisning i Lufthavnens bus

Kaffe på hjemvejen

2 retters menu i Landsbyen Våbensted

Pris Kr. 385.-

Tilmelding: Kun telefonisk

Tlf. 61 73 14 94

Fra Tirsdag den 13. maj klokken 9.00

Husk billedlegitimation for rundvisning

Aktiviteter

Petanque

2026

Onsdag den 6. maj 2026 kl. 14-16

Petanque spilles hver onsdag
fra maj til august

Sted: Petanque-banerne
ved Nakskov Idrætscenter.

Tilmelding ikke nødvendig.

Bare mød op med det gode humør
og få et par timer med hyggeligt samvær.

Både for begyndere og øvede.

Gebyr: 100,-kr. for hele sæsonen



Onsdagscafé

**Alle onsdagscaféer foregår i
Sundhedscentret, Konferencen
Hoskiærsvej 17, 1. sal, Nakskov
med mindre andet er nævnt**

Tilmelding til:

Ingelise

61 73 14 94

Senest mandag inden cafeen

Pris 50 kr. pr. gang ved almindelige cafeer

Betal gerne MobilePay 23091

Husk: Tilmelding og kop

I samarbejde med Nakskov Billard Klub

Spilles mandage fra september 2025

I den gamle sportshal

Pris for 3 måneder kr. 200,-

Perioden kan forlænges efter ønske

Kontaktperson: Jørn Saaby

Telefon : 26 69 32 47



Løvfaldstur 2025

2 dages tur til Ærø



20 oktober– 21 oktober 2025

**En overnatning i delt dobbeltværelse med 1/2
pension samt underholdning efter middagen**

Rundtur på øen

**Besøg og ølsmagning Rise bryggeri. Afslut-
tende med Skaldyrsbuffet klokken 18.00 på**

Bagenkop kro, vi tager færgen kl. 21.15

Pris i delt dobbeltværelse pr. person

Kr. 2450,-

Tillæg enkeltværelse kr. 250.-

Program kan hentes efter aftale

Tlf: 61 73 14 94

Tilmelding efter først til mølle fra nu

Turen gennemføres ved 30 tilmeldte



Rejser 2026

Forårsrejse Viborg-Silkeborg besøg i Århus



11.maj-13. maj 2026

2 overnatninger med 1/2 pension

Golf Hotel Viborg

På udturen er der ophold i Århus

2. dag. Udflugt til Silkeborg , sejltur med Hjejlen, frokost på Restaurant Panorama

begge dele med i prisen

3. dag besøger vi Mønsted Kalkgrube entre inkl.

Derefter kører vi til Fredericia hvor vi spiser frokost på Hotel Medio. Efter frokost kører vi

Det sidste stykke til Spodsbjerg

Pris pr person i dobbeltværelse

Kr. 3490,-

Tilæg enkeltværelse kr. 600,-

Program kan hentes efter aftale

Tlf: 61 73 14 94

Tilmelding efter først til mølle fra nu

Turen gennemføres ved 30 tilmeldte

Aktiviteter og undervisning

Frivilligcentret, Hoskiersvej 17, 1. sal

Lokale: Konferencen

CAFÉ VERA

kl. 13.00 — 15.00

Torsdag den 2. oktober 2025

Torsdag den 6. november 2025

Torsdag den 5. februar 2026

Torsdag den 5. marts 2026

**Vi mødes til hygge og en let anretning,
samt kaffe og kage.**

Medbring selv service og et vinglas

Caféen er kun for damer.

**Tilmelding senest mandagen
før arrangementet**

til Ingelise Larsen, tlf. 61 73 14 94

Deltagerbetaling 85,00 kr. pr. gang



Aktiviteter og undervisning

Frivilligcentret, Hoskiersvej 17, 1. sal

Lokale: Konferncen

CAFÉ VICTOR

kl. 13.00 — 15.00

Torsdag den 23. oktober 2025

Torsdag den 27. november 2025

Torsdag den 22. januar 2026

Torsdag den 26. februar 2026

**Vi mødes til hygge og en sildemad,
samt en øl og en snaps.**

Caféen er kun for mænd.

**Tilmelding senest mandagen
før arrangementet**

til Boye Friis tlf: 54 92 85 47

Deltagerbetaling 85,00 kr. pr. gang



Rejser 2026

Sommerrejse Polen—Berlin



9. august—12 august 2026

**Morgenbuffet ud og Aftenbuffet hjem på fær-
gen Gedser-Rostock**

3 overnatninger med halvpension

Hotel Radisson Blue i Stettin

**Udflugt til Berlin med sejltur på kanalerne,
samt frokost på en restaurant i byen**

Vi ser på byens severdigheder.

**Udflugt til Swinoujscie med frokost på en
Restaurant. Vi ser på byen og besøger det
berømte marked.**

Pris i dobbeltværelse pr person

Kr.4260.-

Tillæg enkeltværelse kr. 600.-

Program kan hentes efter aftale

Tlf: 61 73 14 94

**Tilmelding efter først til mølle fra nu
Turen gennemføres ved 30 tilmeldte**

Onsdags Cafe`Spisearrangement **for medlemmer**

Restaurant Skovridergaarden



1,oktober 2025 kl. 13.00

2 retters menu samt kaffe

Kr. 175,-

Tilmelding kun telefonisk fra

11. september kl. 9.00 til

Tlf. 61731494

Beløbet bedes indbetalt efter tilmelding

Mobile-Pay 23091 eller i netbank

Regrnr.6520 konto4161938

Efter først til mølle ca 100 pladser

Onsdags Cafe Foredrag

15. oktober 2025 kl. 10.00 - 12.00

Ole Munksgaard fortæller om Stormfloden



Sted: Konferencen

Husk Kop

Pris kr. 50,-

Aktiviteter

Lime Lokale

Suppe, hygge og måske en god historie



Onsdag den 8. oktober 2025

Onsdag den 12. november 2025

Onsdag den 14. januar 2026

Onsdag den 11. februar 2026

Alle ovenstående onsdage kl. 11.30-13.30

**Tilmelding senest mandagen kl. 12
før arrangementet til**

Hanne, tlf. 54 94 47 18

Pris: kr. 95-

Aktiviteter

Bowling



Torsdag den 25. september 2025 kl. 15.00

og derefter hver torsdag.

Tilmelding til Ellen Lamberth, tlf 29 89 27 82

**Pris pr. gang 65 kr, som betales direkte til
Bowlingcentret.**



Onsdagscafe`Foredrag

29. oktober 2025 kl. 10.00-12.00

Henrik Madsen fortæller om

Nakskov 2030 projekt



Sted: Konferencen

Husk Kop

Pris kr. 50,-



Onsdagscafé

10. december 2025 kl. 11.00 — 14.00

Portvinssmagning/Julehygge

v/ Finn Andersen

Kaffe og smagsprøver med tilbehør

Sted: Konferencen. Husk kop og glas



Pris kr. 75,00

God Jul

Onsdagscafé

Foredrag

7. januar 2026 kl. 10.00 -12.00

Ulla Puck fortæller om
30 dages rejse Australien, New Zealand og
USA



Sted: Konferencen

Husk Kop

Pris kr. 50,-

Onsdags Cafe

Foredrag

21. januar 2026 kl. 10.00 -12.00

Ditte Marie Hjort fra Sund og Bælt I/S
fortæller om stisystemer og erstatnings
natur omkring Fehmerntunnelen

Sted: Konferencen. Husk kop

Pris kr. 50.-

Sund≅Bælt
Sund≅Bælt

Aktiviteter og undervisning

Stolegymnastik

Let motion for alle



Tirsdag den 5. august 2025 kl. 14.30 —15.30

og derefter hver uge

Sted: Skovcentret

Tilmelding. Kirsten Christensen tlf. 51359956

Gratis

Gåture / motion for alle aldre



Mandage kl. 10.00 — 12.00

Sted: Cirkuspladsen, Nybro.

Kontaktperson: Kirsten Christensen

Telefon 51359956

Gratis

Aktiviteter og undervisning

IT undervisning

For begyndere og let øvede



Tirsdag den 7. oktober 2025

**Hjælp til brug af computer, tablet og
mobiltelefon**

Tirsdag fra kl. 10.00 — 12.00

**Vi tager udgangspunkt i den enkelte deltagers
hverdags IT problemer**

Kontakt: Finn Mortensen tlf. 20101370

Gebyr. 150 kr. inkl. materialer

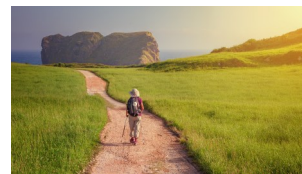


Onsdagscafé

Foredrag

4. februar 2026 kl. 10.00 - 12.00

**Freddy Jørgensen fortæller om
At gennemføre en Camino på 1700 km. med
en kronisk sygdom**



Sted: Konferencen

Husk Kop

Pris kr.50,-

Onsdags Cafe

18. februar 2026 kl. 10.00-12.00

**Allan Jordan inviterer publikum med en tur
ned af memory lane,sange af Kim Larsen,
Bamse og andre, mulighed for at synge med**



Sted: Konferencen. Husk kop

Pris kr. 50.-

Onsdags Cafe. Vinsmagning

4. marts 2026 kl. 11.00-14.00

Vinsmagning med Viggo Vestergaard

Husk glas på stilk.

Pris kr. 100,-



Aktiviteter og undervisning

Tysk



Fredag den 12. september 2025

Øvede og let øvede kl. 10.00 — 12.00

Kontakt: Inger Jensen

Tlf. 21 70 92 01

Gebyr: 250 kr. inkl. materialer

Aktiviteter og undervisning

Engelsk



Tirsdag den 16. sept.2025 kl. 10-12

Og derefter hver tirsdag. Medbring kop!

Hold for let øvede

Kontakt og tilmelding:

Underviser Kirsten Larsen. Tlf: 51 50 00 43

Gebyr: 250 kr. inkl. materialer

Engelsk



Tirsdag den 23. sept. 2025 kl. 10-12

og derefter hver tirsdag. Medbring kop!

Engelsk samtalegruppe v/Bo Bavngaard

Kontakt: Ellen Lamberth

Tlf: 29 89 27 82

Gebyr: 250.-kr. inkl. materialer