

DET SKER LOKALT

ARRANGEMENTER 04.04. – 15.08.2025

HOVEDSTADEN OMRÅDE 10C

AELDRESAGEN.DK/DETSKER

Som medlem af Ældre Sagen kan du deltage i alle lokalafdelingers arrangementer

ISHØJ KOMMUNE

ISHØJ

Formand: Per Nørskov,
20 21 59 64,
pernoeskov@gmail.com
Næstformand: Mogens Elbek,
21 97 26 95,
m.elbek@ishoejby.dk
Socialhumanitært:
Bent Jönsson, 24 22 78 48,
bendelius@jubii.dk
aeldresagen.dk/ishoej

Facebook

Vores Facebook gruppe hedder "Ældre Sagen Ishøj". Alle kan se og læse den, men kun medlemmer af gruppen kan kommentere på opslag. Du kan blive medlem, hvis du er medlem af Ældre Sagen og bor i Ishøj. Mange af vores indlæg handler om, hvad der sker lige nu i Ishøj lokalafdeling. Kig ind.

Ture og udflugter

Månedligt, undtagen juli og december, tager vi på en tur eller en udflugt, ofte med en guide, og efterfølgende er der mulighed for at spise frokost sammen. Du kan læse nærmere på hjemmesiden, eller ring til lokalafdelingens bestyrelse.

Vigtig information

Hjemmeside indeholder information om, hvad vi har planlagt. Husk dit medlemskort hver gang du vil deltage i vores aktiviteter og arrangementer.

Vil du deltage på vores ture, så udleveres billetter ved medlemsmøderne umiddelbart før.

Læs mere på hjemmesiden, eller ring til lokalafdelingens bestyrelse.

Besøgsvenner

Du kan få en besøgsven, hvis du er syg, handicappet eller på anden måde føler dig isoleret og mangler overskud til at komme ud blandt andre.

Vi hygger os sammen over en kop kaffe, går en tur i nærområdet eller i Bycenteret. Har du selv lyst til at blive besøgsven, så kontakt også Bent. Han venter dit opkald. Bent Jönsson, 24 22 78 48, bendelius@jubii.dk

Bisidder

Få en bisidder med til dine samtaler med sagsbehandlere, ergoterapeuter eller andre offentlige medarbejdere. Bisidderen har tavshedspligt. Ofte er det bedre at have en uvildig bisidder med fremfor en bekendt eller et familiemedlem. Bisidderen mødes med dig inden selve mødet med den offentlige person. Connie Bjørn Nissen, 22 48 02 66, conniebjornnissen@gmail.com

Den hjælpende hånd

Få en hjælpende hånd til småting, fx til at hænge et billede op, trække en ledning til et elektrisk apparat mv. Ring til Hans Jørgen, og aftal, hvad du skal have lavet. Du skal kun betale for materialer og transport. Hans Jørgen Hansen, 23 63 61 01.

Rickshaw

Cykling uden alder. Har du lyst til at komme ud, og få vind i håret i en rickshawcykel? Vi kører rundt i Ishøj kommune efter dit ønske. Det kan være en tur til stranden, til vores nye Byskov eller bare rundt for at se kommunen. Bent Jönsson, 24 22 78 48 eller Ishøj Kommune, 24 98 07 30.

Tryghedsopkald

Ønsker du et tryghedsopkald hver morgen mellem kl. 8-9, for at sikre, at alt er o.k.? Så ring eller skriv. Så sørger jeg for at kontakte dem, der skal foretage opkaldet. I samarbejde med Ældre Sagen i Vallensbæk. Bent Jönsson, 24 22 78 48, bendelius@jubii.dk

Faste aktiviteter

Billard

- Tirsdag kl. 10-12.
- Fredag kl. 10-12.

Sted: Kærbo, Ishøj Boulevard 2, Ishøj. Vi spiller hygge-billard, og der er plads til flere på holdet. Det er både for kvinder og mænd. For dem, der ikke har prøvet det før - og dem, der har. John Vandrup, 40 86 18 08, johnvandrup@yahoo.com

Bowling

Mandag i ulige uger kl. 11-12. Sted: Big Bowl Valby, Gammel Jernbanevej 31, København. Seniorbowling med plads til både kvinder og mænd. Vi hygger os, så kom, hvis du har lyst. Jens Peter Etzerodt, 40 42 49 77, jens.etzerodt@gmail.com Pris: 45 kr. for en time inkl. sko og kaffe ad libitum. →

Cafe - Torslunde ☒

Tirsdag i lige uger kl. 14-16.
Sted: Torslundevej 145, ved kirken.
Hvorfor spise alene, når du kan spise med andre?
Frivillige hjælpere laver kaffen og kagerne - ingen varm mad, kun kaffe og kage.
Der kan være forskellig underholdning.
Stig Nordberg Nielsen, 24 87 80 80.
Pris: 20 kr.

Cafe - Tranestuen ☒

Torsdag kl. 12-15.
Sted: Café Tranestuen, Vejledalen 27.
Hvorfor spise alene, når du kan spise med andre?
Frivillige hjælpere laver maden og kagerne, og der kan være forskellig underholdning.
Kristian Pedersen, 22 50 25 04.
Pris: 50 kr.

Cyklen frem

Tirsdag kl. 10-14.
Sted: Ishøj Stationsplads ved busserne. Vi cykler hele året! Og på med hjelmen. Kør med os rundt i Ishøj og omegn.
Vejrforholdene bestemmer, om vi kører 20, 30 eller 40 km med en gennemsnitshastighed på ca. 15 km/t.
Du bestemmer selv, hvor langt du vil køre, og kan vende om, når det passer dig.
Sluttidspunktet kan variere.
Poul Lund, 40 54 98 61, poul.lund@outlook.dk

Dameværelset ☒

Sidste tirsdag i måneden kl. 12-15.
Sted: Brohuset, Vejlebrovej 45, Ishøj.
For damer der også er medlemmer af Ældre Sagen. Vi afholder hyggelige møder for de tilmeldte.
Kirsten Elbek, 61 46 54 36, damevaerelset.ishoej@gmail.com
Pris: 70 kr. inkl. frokost, kaffe, te og kage.

Fællesspisning på Torsbo ☒

En tirsdag månedligt kl. 17.30-19.30.
Sted: Festsalen på Torsbo - indgang ved haven.
Tilmelding kræves.
Der kommer nyt program i løbet af det nye år.
Anne Madsen, 42 15 16 93, anne2146@gmail.com
Pris: 30 kr. ekskl. drikkevarer.

Herreværelset

2. fredag i måneden kl. 11-16.
Sted: Brohuset, Vejlebrovej 45, Ishøj eller ude i byen.
Vi mødes for at hygge os sammen, og nogle måneder tager vi på udflygt.
Der er planlagt flere initiativer som foredrag hjemme, besøg på museer m.m.
Deltagelse er gratis, men forudsætter medlemskab af Ældre Sagen.
Vi betaler selv vores frokost til møderne samt de omkostninger, der er på ture.
Alex Leegaard Holm, 22 61 33 00, Alexsus.holm@gmail.com

It - eneundervisning ☒

Mandag kl. 9.30-11.30.
Sted: Brohuset, Vejlebrovej 45, lokale A.
Vi tilbyder nu mulighed for eneundervisning, hvis du fx har problemer med brug af din pc, eller du blot ønsker at opfriske enkelte ting, du har glemt.
Send en e-mail til it-cafe@aes-ishoj.dk
Hvis din mail ikke virker, så ring eller sms til Preben Hansen, 23 24 10 11 eller Erling Rahbek, 21 28 63 10.

It-hjælp: It-cafe ☒

Mandag kl. 9.30-11.30.
Sted: Brohuset, Vejlebrovej 45, lokale A.
Driller it-udstyret, så vil Hanne, Stig, Erling og Preben, gerne prøve at hjælpe dig.
Du kommer bare med dit it-udstyr.
Hjælpen er gratis, og der er findes ingen dumme spørgsmål.

Preben Hansen, 23 24 10 11, preben@tranegilde.com

Kortspil

Onsdag kl. 14-17.
Sted: Selskabslokalerne "Tranegården", Vejledalen 27, Ishøj.
Her har du mulighed for at spille to slags kort, nemlig whist og canasta.
Husk, kaffe og kage medbringer vi selv.
Christen Cilieborg, 21 96 45 22, ccilieborg@gmail.com
Pris: 5 kr.

Madklub ☒

Hver 3. onsdag kl. 16-20.
Sted: Brohuset, Vejlebrovej 45, Ishøj, køkkenet.
Brohuset har et fantastisk køkken med alt tilbehør.
Vi er et hold i Ishøj som afholder en social sammenkomst, hvor vi laver mad.
John Pedersen, 93 60 45 60, servicejohn@gmail.com
Pris: Der betales for råvarerne.

Medlemsmøder

1. torsdag i måneden kl. 14-16.
Sted: Brohuset, Vejlebrovej 45, Ishøj.
På møderne er der fx underholdning, musik eller foredrag.
Du kan læse nærmere på hjemmesiden.
Hvis du ikke bruger internettet, så ring til lokalafdelingens bestyrelse.

Nyt! Petanque

Mandag kl. 10-12.
Sted: Petanque banen på Kærbo, Ishøj Boulevard 2, Ishøj.
Hygge-petanque. Et nyt tiltag i Ældre Sagen i Ishøj
Eigil Laursen, 22 85 78 69, inger@elgens.dk

Rejseklub ☒

2. onsdag i måneden kl. 11.30-14.30.
Sted: Lokale B, Brohuset, Vejlebrovej 45, Ishøj.
Rejseklubben formidler kontakt mellem medlemmerne om eventuelle rejser. Nogle finder sammen om et rejsemål, som andre kan melde sig til, og de kontakter selv et rejsebureau.
Der udpeges en kontaktperson for rejsen.
Elisabeth Bentzen, 51 51 49 18, eb@fay.dk
Pris: 25 kr. som opkræves på mødet.

Rollator hold, Vejlebrovej. ☒

Onsdag kl. 11-13.
Sted: Vejlebrovej 105, Ishøj - ved p-pladsen.
Vi går, så længe vi har lyst og holder pauser under vejs.
Ingen tilmelding, bare kom - med eller uden rollator.

Rollatorbanden, Vejledalen ☒

Onsdag kl. 10-12.
Sted: Vejledalen 23-27, Ishøj - ved p-pladsen.
Kom og gå med os, hvis du gerne vil ud i den friske luft sammen med andre ligestillede!
Bjarne Olsen, 21 25 55 70, blo@mail.tele.dk

Rummikub ☒

Fredag i ulige uger kl. 11-14.
Sted: Brohuset, Vejlebrovej 45, Ishøj, lokale C.
Har du lyst til at spille brætspillet rummikub? Så kom og prøv.
Inge Vesterdahl, 30 27 89 94, ingelisiv@gmail.com

Undervisning

Sted: Brohuset, Vejlebrovej 45.
For medlemmer af Ældre Sagen, afholder vi hvert forår og efterår undervisning i sprog, it samt kreativitet kurser.
Se mere information på hjemmesiden eller i vores lokale blad.
Erling Rahbek, 21 28 63 10, erlingrabek@ishoejby.dk

På aeldresagen.dk/arrangementer ligger alle Ældre Sagens lokale arrangementer. Du kan få andre Det Sker Lokalt tilsendt, hvis du ringer til MedlemsService, 33 96 86 89, eller skriver til medlemsservice@aeldresagen.dk