

INFORMATION

Sæsonen 2026-2027



Ældre Sagen

Lokalafdelingen i Rødovre

INDHOLDSFORTEGNELSE

Arrangement for aktivitetsledere	Side 33
Bisidderordning	- 14
Bladuddelersammenkomst	- 32
Bogvenner	- 15
Bowling	- 32
Danmark spiser sammen	- 21
EDB på Dueslaget	- 9
Formanden har ordet	- 4
Frivillig-komsammen	- 33
Førstehjælpskurser	- 13
Herreværelset	- 16
Husorkesteret	- 17
Højskoleophold	- 6
Indmeldelser	- 5
Italiensk	- 10
IT-Café	- 8
IT-hjælp i hjemmet	- 8
IT-kurser	- 9
Juleudflugt	- 21
Kortspil (Bridge og Whist)	- 23
Litteratur III	- 10
Litteratur IV	- 10
Madhold og Mad-hygge-dag	- 22
Modeopvisning	- 23
Nye medlemmer, Introduktionsmøde	- 5
Lokalt nyhedsbrev	- 33
Petanque, Krolf og gåture	- 31
Senior-bio	- 34
Senior-gymnastik	- 30
Skolevenner	- 15
Skriv eller fortæl	- 10
Skriveværksted	- 10
Slægtsforskning	- 11
Sprogvenner	- 15
Sundhedsreformen	- 29
Syng sammen	- 32
Telefonkæde	- 14
Torsdagstræf	- 24
Vinsmagningskursus	- 32
Ture ud af huset	- 18
Årsfest	- 34
Årsmøde	- 34

REDAKTION og LOKALBESTYRELSE I RØDOVRE



Arne Møller Madsen
☎ 4063 5332
Axelhøj 68
Formand
E-mail: arnemm@live.dk



Laila Parbst
☎ 2310 3220
Birkmosevej 33, 1. tv.
Bestyrelsesmedlem
E-mail: lailaparb@hotmai.com



Sven Arne Steffensen
☎ 2465 1030
Rødovrevej 323A, 3. lej. 5.
1. næstformand
E-mail: sasteffensen@26b.dk



Anne B. Christiansen
☎ 2370 9161
Irmavej 4, 2. tv.
Bestyrelsesmedlem
E-mail: anne@christiansen.info



Ole Steenberg
☎ 2335 7603
Islevgård Allé 22
2. næstformand
E-mail: olelundste@gmail.com



Åse Munk Mortensen
☎ 2216 2274
Rødovrevej 220C, st. tv.
Bestyrelsesmedlem
E-mail:
aase_mortensen@hotmail.com



Bente Piper
☎ 2921 9030
Schweizerdalsvej 23B
Bestyrelsesmedlem. Kasserer
E-mail: bente.piper@post.tele.dk



Henning Kristensen
☎ 51932723
Voldumvej 59, st th.
Bestyrelsesmedlem. Sekretær
E-mail: hekr@mail.tele.dk



Sven Gamst Johansen
Vedersøvej 63
Bestyrelsesmedlem
Redaktionssekretær
E-mail: gamst@privat.dk



Susanne Heilskov Schiøler
☎ 5360 9153
Lunavej 8
1. suppleant
E-mail: susanne@schioeler.com



Kirsten Lissi Nielsen
Gunnækær 66, st.
2. suppleant
E-mail: kirstenlissi@gmail.com



Helle Albek
☎ 6147 0108
Rødovrevej 213D
3. suppleant
E-mail: hellealbek@gmail.com

Dette nummer af INFO-hæftet er 38. årgang og udkommer i juli 2026.
Det bliver trykt i 6.500 eksemplarer og uddeles til alle medlemmer i Rødovre.
Desuden ligger det til afhentning på biblioteket og andre steder i kommunen.

Kære medlemmer af Ældre Sagen i Rødovre.

Sommeren er over os, og i Ældre Sagen Rødovre mærker vi tydeligt, hvordan fællesskaberne spirer. Det er en glæde at se, hvordan vores aktiviteter samler mennesker og skaber nye fællesskaber.

I år har landsforeningen Ældre Sagen sat særligt fokus på fire områder: ensomhed, digital inklusion, værdig ældrepleje og stærke fællesskaber. Det er temaer, der ikke bare fylder i den nationale debat – de er også helt centrale her hos os i Rødovre.

Ensomhed er stadig en udfordring for mange, og derfor arbejder vi målrettet på at skabe trygge rum, hvor man kan komme, som man er. Hver eneste aktivitet – fra gåture til IT-hjælp – er et lille fællesskab, der gør en stor forskel.

For et år siden begyndte vi et samarbejde med Rødovre Kommune. Vi har en god og konstruktiv dialog, og vi aftalte hurtigt at koncentrere os om at invitere ensomme ældre til Danmark Spiser Sammen i uge 17. Kommunen skulle kontakte de pågældende, og vi skulle finde frivillige, som kunne hente og følge dem hjem igen. Dermed fik vi introduceret vores følgeordning, og den var årsag til, at borgere i Rødovre, der normalt ikke kunne deltage, fik en rigtig stor oplevelse.

Vi er i skrivende stund ved at etablere et samarbejde med Seniorrådet. Vi synes, det er helt oplagt, da Seniorrådet har den direkte kontakt til kommunen, og vi har den direkte kontakt til borgerne/medlemmerne. Vi har endnu ikke aftalt konkret, hvad samarbejdet skal omfatte, men vi ser store muligheder for, at samarbejdet kan bidrage til endnu større velfærd for ældre i Rødovre.

Tak, fordi I er en del af Ældre Sagen Rødovre. Sammen skaber vi et stærkt, varmt og levende fællesskab.

Mange hilsner med ønske om en god sæson.

Arne Møller Madsen, formand Ældre Sagen i Rødovre.

KONTORET

Ældre Sagen i Rødovres kontor ligger i Foreningshuset, Højnæsvej 63B, indgang C, vi deler lokaler med andre foreninger, men selvfølgelig IKKE på samme tidspunkt.



Kontortiden er hver torsdag i tiden 13.00-15.00 fra den 3/9-2026 til den 27/5-2027

Kontoret har telefon nr. ☎ **31 51 71 91**

E-mail: aeldresagen.rodovre@gmail.com

Lokalafdelingens hjemmeside: <http://www.aeldresagen.dk/rødovre>

INDMELDELSER i Ældre Sagen

Kender du en der gerne vil melde sig ind i Ældre Sagen, kan du selv melde vedkommende ind ved henvendelse til Ældre Sagen på telefon 3396 8686, eller ved at trykke på "Bliv medlem af Ældre Sagen" på Ældre Sagens hjemmeside eller henvende dig til en af os i bestyrelsen, så sørger vi for resten. Vi skal bare have navn og adresse, fødselsdag og år, e-mail adresse og eventuelt telefonnummer.

INTRODUKTIONSMØDE for nye medlemmer

Vi afholder et introduktionsmøde for "Nye Medlemmer", mandag den 31/8-26 kl.17.00 i Loen på Rødovregaard. Vi fortæller om Ældre Sagen generelt og om lokalafdelingen i Rødovre specifikt, hvorefter vi byder på et par stykker smørrebrød. Alle nye medlemmer får en direkte invitation.

Tilmelding:

Karin Nielsen, ☎ 2163 7599.

Aut. El-Installatører
STEEN RASMUSSEN ApS
3641 3181

Frisør
SALON
BOULEVARDEN
 Damhus Boulevard 26
 Tlf. 3670 1094



Liselund Højskole

Søndag d. 22/8 til lørdag d. 28/8-2027.

Liselund Højskole inviterer dig til en uge fyldt med historie, kultur og naturoplevelser. Vi går på opdagelse i områdets mange kulturelle skatte. Vi tager på tur ud i den smukke egn og dykker ned i den fascinerende fortid og den levende nutid. Glæd dig til en uge med tre helt unikke heldagsekskursioner. (Ekskursionerne er ikke besluttet endnu). På Liselund Højskole elsker vi at synge, og vi gør det flere gange om dagen. Glæd dig til at blive en del af Liselund Højskoles varme fællesskab i vores smukke historiske rammer.

Detailplanlægningen sker i august/september 2026, og herefter kan det færdige program med foredragsholdere og andet godt kunne ses på vores hjemmeside: liselund.dk. Se også Torsdagstræf side 26.

Kursuspriser (pr. person)

- * Enkeltværelse med eget bad og toilet – 6.500,-
- * Dobbeltværelse med eget bad og toilet – 5.750,-
- * Enkeltværelse med bad og toilet på gangen, håndvask på værelset – 5.750,-
- * Dobbeltværelse med bad og toilet på gangen, håndvask på værelset – 5.250,-

Kollektiv bustransport tur/retur Rødovre-Slagelse er inkluderet.

Turleder: Laila Parbst, ☎ 2310 3220 eller lailaparbst@hotmail.com

HUSK: VISSE ARRANGEMENTER KRÆVER MEDLEMSBEVIS!

PAS GODT PÅ HÆFTET;

DU FÅR BRUG FOR DET FLERE GANGE I LØBET AF ÅRET!

Med forbehold for ændringer.



Sæt til salg og få op til
10.000 kr. i rabat
gennem Ældre Sagen

Start med en gratis og uforpligtende vurdering
af din bolig - Kontakt os og hør mere.



Poul Erik Bech

Vi gør en forskel for dig og dit salg

Jyllingevej 155
2610 Rødovre
Tlf. 36 72 18 00
261@edc.dk

IT-CAFÉ

Har du problemer med din bærbare PC, mobiltelefon eller tablet, så kan du altid få hjælp i vores IT-café, hvor vores erfarne IT-hjælpere er til stede. Vi kan rådgive om IT-problemstillinger, herunder det at færdes på internettet og undgå at komme på falske hjemmesider. Vi kan hjælpe med MitID, oprette mailadresser, få genoprettet glemte password og meget andet. Der er altid kaffe på kanden. Tilmelding er ikke nødvendig.

Caféen er åben torsdage fra 13 til 15, og du finder os i Foreningshuset, Højnæsvej 63B, dør C.

Leder: Henning Kristensen, ☎ 5193 2723 – mail:hekr@mail.tele.dk

IT-HJÆLP i hjemmet

Har du problemer med din internetforbindelse, printer eller din stationære PC, så kan du få hjælp hjemme hos dig selv. Vi har nogle dygtige IT-hjælpere, som meget gerne kommer hjem hos dig og hjælper dig videre, hvis du er medlem i Rødovre. Ring, SMS og aftal et besøg via vores hotline, mobil 9399 2465 eller send en mail til: lt.aeldresagen.rodovre@gmail.com.

Leder: Sven Arne Steffensen, ☎ 2465 1030,
mail: sasteffensen@26b.dk



IT-KURSER:

Det er gratis at deltage i undervisningen. Kurserne afholdes af Vestegnen HF&VUC. Det foregår på Kirstine Pedersens Vej 2 i Rødovre. Der vil forekomme lukkedage både mandage og torsdage, dette informeres om ved kursus start.

Efterår 2026:

Begynder hold: mandage fra kl. 12.30-15.30 (31/8 - 9/11), i alt 10 uger.

Øvede hold: torsdage fra kl. 12.30-15.30 (3/9 - 12/11), i alt 10 uger.

Forår 2027:

Begynder hold: mandage fra kl. 12.30-15.30 (1/2 - 3/5), i alt 10 uger.

Øvede hold: torsdage fra kl. 12.30-15.30 (4/2 - 29/4), i alt 10 uger.

FVU-Digital, begynder:

Du vil blive fortrolig med daglig brug af din computer, smartphone og sikker brug af internettet. Vi vil arbejde med offentlige platforme og apps samt med Word og Excel. Vi vil også prøve kræfter med kunstig intelligens (AI).

FVU-Digital, øvede:

Du vil få et dybere kendskab til Office-programmerne, smartphone og kunstig Intelligens (AI). Vi vil også arbejde med IT-sikkerhed, og du vil få et bedre kendskab til, hvordan du begår dig sikkert på internettet. Ved kursusstart vil du blive testet, om du har tilmeldt dig på det rigtige niveau.

Tilmeld dig ved at skrive til: Henning Kristensen, hekr@mail.tele.dk

EDB på Dueslaget

Studiekredsen samles mandage i **ulige uger** på Rødovregaard i

Dueslaget kl. 9.30 til 12.00, hvorvi hjælper hinanden inden for IT's forunderlige verden, med forskellige programmer, såsom PowerPoint, YouTube, Publisher og andet; også gerne Corel Draw. Måske ny brugbar viden, som vi vil delagtiggøre hinanden i.

Vi starter mandag d. 7/9-2026 og afslutter 26/4-2027.



Vejen til den rigtige tryksag

**ISLEV TRYK
& PRINT**

Marielundvej 33, 2. 2730 Herlev
Tlf. 44 53 52 00 ef@islevtryk.dk

ITALIENSK KONVERSATIONSKURSUS

Italiensk for øvede/let øvede. Vi læser bogen Baci da Venezia og anvender diverse tekster fra internettet og italiensksprogede tidsskrifter og magasiner. Kurset foregår i Pejsestuen i Rødovre Frivilligcenter på Broparken, Slotsherrens Vænge 2A, tirsdage fra 13 til 15. Kurset starter tirsdag d. 8/9-2026 og slutter 4/5-2027. Leder: John Greiffenberg, ☎ 2155 5929.

SKRIVEVÆRKSTED

Skriv om dit liv og i det hele taget om specielle episoder, der er værd at holde fast ved. Bidragene bør give inspiration til de øvrige deltagere. Mødested og tid: Havestuen på Rødovregaard 1. fredag hver måned kl. 13 - 17. Vi starter d. 4/9-2026 til 4/12-2026 og igen fra 8/1-2027 - 2/4-2027.

Leder: Magrethe Juhl-Petersen, ☎ 2976 7030 eller bm@juhl-petersen.net

SKRIV ELLER FORTÆL

Vi skriver erindringer i form af episoder fra vores liv, og vi skriver og fortæller desuden om emner, som vi har et personligt forhold til. Bidragene drøftes, og vi inspirerer hinanden til at give nogle velmente tilbagemeldinger. Vi mødes den første torsdag i hver måned fra kl. 14.00 til senest kl. 17.00 på Rødovregaard. Møderækken starter d. 3/9-2026 og slutter 3/6-2027.

Leder: Flemming Rigét, ☎ 5154 9116 eller flemming.riget@gmail.com

LITTERATUR III

Deltagerne og studiekredslederen beslutter, hvilke bøger gruppen skal læse. Mødested: Havestuen på Rødovregaard 2. fredag i hver måned kl. 13.00-15.00. Første gang 11/9-2026 og slutter 9/4-2027. Leder: Ingrid Hansen, ☎ 2217 7940.

LITTERATUR IV

Deltagerne og studiekredslederen beslutter, hvilke bøger gruppen skal læse. Mødested: Havestuen på Rødovregaard den 2. tirsdag i hver måned kl. 13.00-15.00. Første gang d. 8/9-2026 og sluter 13/4-2027. Leder: Annie Former, ☎ mobil 2361 7515.

SLÆGTSFORSKNING

Deltagernes fælles interesse er slægtsforskning, og vi deler de erfaringer, vi har opnået gennem tiden. Vi inspirerer hinanden til videre søgning, og deler viden om de arkiver, vi har været inde i, og om de papirer vi har om vores aner. Vi giver hinanden tips om brugen af internettet og om nye internetadresser, hvor slægtsforskere kan komme videre i søgningen.

Gruppe 2

Vi starter onsdag d. 9/9-2026 og mødes i Dueslaget på Rødovregaard i ulige uger kl. 10.00 til 12.00. Sæsonen slutter 28/4-2027.

Leder: Arly Larsen, ☎ 4046 1249, mail: Harly@larsen.tdcadsl.dk.

Gruppe 3

Vi hjælper og støtter hinanden med mange års erfaring, og prøver at komme endnu længere bl.a. ved hjælp af kunstig intelligens.

Vi mødes mandag i lige uger kl. 10.00-12.00 i Dueslaget på Rødovregaard. Start mandag d. 14/9-2026. Sæsonslut 19.4-2027.

Leder: Søren Thaae, ☎ 2946 0428, mail: soerenthaae@gmail.com.



Gå i teater i Rødovre

RØDOVRE TEATERFORENING

Sæsonstart i september 2026

Kontor:
"Viften" Rødovre Parkvej 130
2610 Rødovre Tlf. 3124 3593
www.roedovreteater.dk
Giro: 613-4076

Trænger boligen til at blive
frisket lidt op?

Så ring til den dygtige malermester:

Tlf.: 60 12 66 77



Malerfirmaet
Jan Dohlmann

Dit ønske – mit mål!



www.jandohlmann.dk

Vi maler grønt – og kører 100% på el



FØRSTEHJÆLPKURSUS med Hjertestarter.

Igen i denne sæson tilbyder vi førstehjælpkursus med Hjerter-Lunge-Redning inklusive kursus i hjertestarter.

Kursus udbydes med støtte fra TRYGFONDEN, og underviserne er certificerede reddere fra "Reddernes Førstehjælp". Vi forventer at gennemføre to kurser i foråret 2027, ét formiddagshold og ét eftermiddagshold, hver med maks. 16 deltagere. Datoerne er: fredag 5/3-2027 kl. 13.00-17.00 og lørdag 13/3-2027 09.00-13.00. Det bliver endeligt bekendtgjort i vores nyhedsbrev og på hjemmesiden.

Kurserne finder sted på Rødovregård.

Alle er velkomne også ikke-medlemmer.

Billetter à kr. 50,- kan købes online via lokalafdelingens hjemmeside www.aeldresagen.dk/rødovre eller på Hovedbiblioteket i to uger, fra 13/2 til 26/2-2027.

Leder: Sven Arne Steffensen, ☎ 2465 1030, mail: sasteffensen@26b.dk



**RØDOVRE
BEGRAVELSESFORRETNING**
Din lokale bededame

**Tryghed & tillid
i processen**





Danske
Bedemænd

Rødovre Centrum • 1R, 2. - 645
kontakt@bede.dk • www.bede.dk
DØGNTELEFON 36 72 00 82



BESØGSVENNER -- En mulighed for dig?

Kommer du ikke så tit hjemmefra, som tidligere? Er dine dage for lange og livet lidt trist? Så kan du som besøgsvært invitere en besøgsven hjem til dig. Jeg besøger dig først, for at høre lidt om dig og dine ønsker, så jeg kan vælge den besøgsven, som du kan få mest glæde af. Dine pårørende er meget velkomne til at kontakte mig for at høre mere. Måske er du en kommende besøgsven? Hvis du tænker, at du har overskud og er nysgerrig efter at møde et nyt menneske til jævnlige besøg i dennes hjem, så hører jeg meget gerne fra dig. Du skal være voksen, ansvarlig og pålidelig. Ældre Sagen tilbyder materialer, kurser og forsikring, og du får et ID-kort med billede. Lokalt i Rødovre er der sammenkomster, hvor vi udveksler erfaringer og får inspiration til at udvikle relationen med besøgsværterne.

Leder og kontaktperson for besøgsvennerne er Åse Munk Mortensen. Du træffer mig på ☎ 2216 2274, eller mail: aase_mortensen@hotmail.com.

TELEFONKÆDE Tryghed i hverdagen

Telefonkæden, som vi tilbyder i samarbejde med Rødovre Sogns Menighedspleje, skal skabe tryghed for mennesker, der bor alene. Man bliver dagligt ringet op mellem kl. 8.00 - 9.00 for at sikre, at alt er i orden. Alle kan deltage.

Kontakt: Elsbeth Sørensen på ☎ 2872 5463 e-mail: elsbeth@roneklint.com

BISIDDERORDNING

Har du et møde med kommunen, hospitalet, lægen, banken eller lignende institutioner, og ønsker du gratis følgeskab og støtte fra en person med erfaring og tavshedspligt? En bisidder kan hjælpe dig med at forberede mødet ved at formulere spørgsmål og støtte dig under mødet. Bisidderen hjælper også med at huske, hvad der blev aftalt. Har du et behov, kan du kontakte Aase Sandbæk, ☎ 2924 0090

HAR DU BRUG FOR

et råd om sociale, juridiske eller økonomiske forhold, så ring til Ældre Sagens rådgivere på telefon 8030 1527.

Åbningstider: mandag, tirsdag, onsdag og fredag kl. 10-14 eller torsdag kl. 14-18.

BOGVENNER

Ældre Sagen i Rødovre i samarbejde med Rødovre Bibliotek vil sikre, at alle borgere, som ikke selv kan møde op på biblioteket, fortsat kan låne bøger på biblioteket. Én gang hver måned, på nær i sommerferietiden, udbringes de bøger, som er bestilt, og samtidig afhentes de læste bøger tilbage til biblioteket. Kontakt undertegnede, hvis du er en sådan låner.

Leder: Ole Steenberg, ☎ 2335 7603, e-mail: olelundste@gmail.com

SPROGVENNER

kobler mennesker sammen for sproglig og kulturel udveksling gennem venskaber. Det er et samarbejde mellem voksne af forskellige aldre og udenlandske personer, som ønsker at forbedre deres dansk. Dette partnerskab giver begge parter mulighed for at udveksle viden og erfaringer. Er du interesseret i at blive en sprogven eller har brug for en, kontakt Lise Juncker på lisejuncker42@gmail.com eller Deeka på deeqaabdisaid@hotmail.com

SKOLEVENNER

skal være med til at bygge bro mellem generationerne. De er tilknyttet en fast klasse og deres lærer i indskolingen og i mellemtrinnet. Opgaverne er mange, det kan være hjælp til diktat, læsning, matematik og leg. Du planlægger sammen med klassens lærere, hvad, hvordan og hvornår du skal deltage. Hvis vi spørger lærerne om, hvordan de oplever det, siger de alle: "Det er en stor hjælp og samtidig også givende for børnene, at I er til stede i klasserne". Indtil videre er der lavet aftaler med Nyager Skole og Rødovre Skole. Kom og vær med til at bygge bro og oplev glæden ved at mødes med børn og lærer.

Leder: Lone Larsen, lone@lonelarsen.dk, ☎ 23727251

FØLGEVEN

Vil du være følgeven, når en ældre medborger gerne vil deltage sammen med dig til Torsdagstræf den 12. november 2026 eller deltage i "Danmark spiser sammen" i foråret 2027? Vi forsøgte med stor succes en ledsagermulighed den 24. april ved dette års "Danmark spiser sammen". Vil du være følgeven eller har du spørgsmål til opgaven, kan du kontakte Åse eller Arne fra bestyrelsen. Find vores kontaktoplysninger på side 3.

HERREVÆRELSET Kom og vær med!

Ældre Sagen i Rødovres Herreværelse er et frirum for mænd med forskellige holdninger og interesser. Vi hygger os over en dejlig frokost, hvor vi snakker og diskuterer på livet løs. I Herreværelset vil du opleve nærvær, kammeratskab, og støtte i fællesskabet. Her har du gode muligheder for at finde én, som du har noget til fælles med, én der har samme interesser som dig, måske kan du blive en del af en gruppe.

Vi gør meget for, at du skal føle dig velkommen i Herreværelset. Vi byder dig velkommen ved døren, du får et navneskilt, og så trækker du lod om, hvor du skal sidde ved ét af 6 mandsbordene.

Møderne afholder vi efter en fast model: Velkommen med praktiske oplysninger om arrangementet, og nye medlemmer bliver budt velkommen med navn, fællessang, spisning af frokost, dagens program del 1, kaffe / te wienerbrød, dagens program del 2, fællessang og kom godt hjem.

Ofte er der et foredrag. Det sker, at der er underholdning. En gang om året er der lotto, indimellem er der korte indlæg og quizzer, men vi holder også møder uden noget på programmet, så vi rigtigt kan få talt sammen. Prisen er 100 kr. for frokost med sild, to flotte stykker smørrebrød, en ostemad, kaffe/te og wienerbrød. Drikkevarer koster 10 kr. pr. genstand (med få undtagelser).

Datoer for møder i Herreværelset sæsonen 2026/2027 er:

2026: 26/8, 23/9, 21/10, 25/11.

2027: 20/1, 17/2, 17/3, 14/4, 12/5, 9/6, 18/8, 15/9, 13/10, 10/11 og 8/12.

Tilmelding som medlem til aktivitetsleder: Knud Erik Lykkegaard på mobil: 4074 3022, e-mail: knuderiklykkegaard@gmail.com eller aktivitetsleder Michael Folke Hellensberg på mobil: 4036 1593, email: cmhellensberg@gmail.com.

Tilmelding til møderne er via Ældre Sagens bookingsystem, men du er altid velkommen til at ringe eller skrive til Knud Erik for hjælp og/eller yderligere oplysninger.

HUSORKESTRET

Husorkestret er et musikalsk mødested for glade amatørmusikere, så har du et instrument, som trænger til at blive spillet på, er du velkommen til at deltage. Det kræver ikke professionelle færdigheder, men engagement, elementært nodekendskab og lyst til at spille. I orkestret er der violiner, mandoliner, harmonikaer og medlemmer som spiller på saxofon, klarinet, tværfløjte og kontrabas. Vi har tillige en sanger. For tiden er vi 11 glade musikere, men vi vil meget gerne være flere.

Vi øver hver mandag i Ældrecentret Broparkens store festsal, Slotsherrens Vænge 2 fra kl. 11.30 til ca. 13.40 med en indlagt lille kaffepause ca. 12.30. Det er gratis at deltage. Prøverne er åbne, så alle er velkomne til at komme og lytte.

Vores repertoire spænder vidt, men består hovedsageligt af kendte danske og udenlandske slagere og populærmusik. To til tre gange i løbet af efteråret og foråret spiller vi koncerter på ældreplejehjem og plejehjem. Vi indleder vores sæson første mandag i september og slutter sidst i maj.

Leder: Erik Tybjerg-Pedersen ☎ 2679 6616. eriktybjerg@hotmail.com.



Hvil I Fred - Begravelse
v/Stine Velling - bedemand

Tryghed og nærvær - når det sidste farvel skal føles helt rigtigt.

Tlf. 51 41 46 46

Lokalkendt i Rødovre og omegn
Jeg møder dig gerne hjemme, så vi i ro kan planlægge et smukt farvel.

HVILIFRED.DK

HVIL I FRED
BEGRAVELSE

TURE UD AF HUSET

Under denne rubrik arrangerer vi besøg på museer, virksomheder, udstillinger, institutioner og andre seværdigheder. Har du et godt forslag, så kom frem med det, og vi vil prøve om det kan realiseres. Vi er altid modtagelige for gode ideer og ønsker. Nye arrangementer vil blive annonceret på vores hjemmeside. Da der for det meste er begrænset deltagerantal på vores arrangementer, skal man sikre sig adgangsbillet, idet besøgsstederne principielt ikke tillader flere besøgende, end de har meddelt os. Hvor der er udleveret billetter, skal disse medbringes og fremvises til turlederen. Billetter købes på kontoret, Højnæsvej 63 C eller online på lokalafdelingens hjemmeside. BEMÆRK, at du kan tilmelde dig til arrangementerne, så snart de ligger på hjemmesiden, dog senest indtil 14 dage før arrangementet. I sæsonen 2026-2027 har vi arrangeret følgende besøg, dog med forbehold for eventuelle ændringer og aflysninger.

VESTERBRO PÅ KRYDS OG TVÆRS

Mandag d. 17/8-2026 kl. 10.45 mødes vi ved Frihedsstøtten foran Københavns Hovedbanegård, hvorefter vi begiver os ud på "Vesterbro på kryds og tværs" sammen med Kim Greiner. Turen tager ca. 2 timer og 15 minutter. Prisen er kr. 100 pr. person. Max 15-20 personer. Turleder: Laila Parbst, ☎ 2310 3220.

AMALIENBORG MUSEET

Mandag d. 14/9-2026 kl. 10.45 mødes vi ved museet og hører om monarkiet i medgang og modgang, hvorefter vi får en rundvisning på Amalienborgmuseet. Der vil muligvis være en særudstilling. Rundvisningen tager 1 time. Prisen er kr. 100 pr. person. Max 25 personer. Turleder, Anne Christiansen, ☎ 2370 9161.

Dans folkedans i Den lille Vendelbo

Onsdage kl. 19.30 – 21.15, sæsonstart 2. september

www.dlv.dk, FB: Den Lille Vendelbo – folkedans, tlf. 40 35 21 85

Støt vore annoncører! De støtter os

KØGE MUSEUM

Onsdag d. 7/10-2026 kl. 11 mødes vi på Køge Station, hvorefter vi sammen går til museet. Det er en tur på ca. 200 meter. Vi får en rundvisning, bl.a. er der udstilling af Jim Lyngvild om vølver, guld og guder. Derefter går vi hen på torvet, hvor der er torvedag. Her kan købes mange lækkerier. Prisen er kr. 50. Max 20 personer.

Husk at medbringe Ældresagskortet, da det giver rabat på museet. Turen er ikke for gangbesværede, medmindre du kan gå på trapper.

Turleder, Lise Kjeldsmark, ☎ 2094 1951.

JULETUR TIL HELSINGØR

Lørdag d. 5/12-2026. Pris kr. 500. Se andetsteds i bladet for tilmelding m.m.

Turleder, Lise Kjeldsmark, ☎ 2094 1951.

RUNDVISNING OPERAHUSET

Tirsdag d. 9/2-2027 kl. 10.45 mødes vi i Operaen på Holmen, hvor vi får en rundvisning. Operaen huser to scener: Store scene og Takkelloftet. De omfatter ligeledes øvelokaler, garderober og omklædningsrum. Ud over opera opføres balletter og koncerter. Rundvisningen tager 75 minutter. Prisen er kr. 100. Max 30 personer. Turleder, Anne Christiansen, ☎ 2370 9161.

GRUNDTVIGSKIRKEN

OBS. Turen er ikke for gangbesværede.

Mandag d. 1/3-2027 kl. 12.15 mødes vi ved Grundtvigskirken, På Bjerget 14, 2400 København NV. Her får vi en rundvisning i kirken, hvor vi oplever kirkerummet, krypten og kirkens tårn. Vi hører også om kirkens arkitektur, byggeri og historie. Rundvisningen tager ca. en time. Prisen er kr. 50. Max 20 personer.

Turleder, Karin Nielsen, ☎ 2163 7599.

HAVNERUNDFART MED NETTOBÅDENE

Onsdag d. 12/5-2027 kl. 11 mødes vi ved Ankeret i Nyhavn, hvorefter vi får en tur rundt i Københavns kanaler. Prisen er kr. 50. Max 30 personer.

Turleder, Lise Kjeldsmark, ☎ 2094 1951.



Har du
brug for
en
advokat?

Advokat Helle Lunde

Axus Advokater, Advokatanpartsselskab
Strandvejen 72, 1. th, 2900 Hellerup

Tlf. 70 220 430

hlr@axusadvokater.dk • www.axusadvokater.dk

VORE SPECIALER:

RÅDGIVNING VED DØDSFALD
OG BEHANDLING AF DØDSBOER

- Tag de rigtige beslutninger

UDARBEJDELSE AF TESTAMENTE

- Få papirerne i orden

KØB AF EJENDOM

- Få rådgivning og ordnet alt papirarbejdet

Kontakt advokat Helle Lunde Rasmussen på telefon eller
mail for en uforpligtende drøftelse.



AXUS ADVOKATER

JULEUDFLUGT

Lørdag d. 5/12-2026 går turen til Kronborg Julemarked i Helsingør. Efter nogle timer på markedet, kører vi til Hornbæk golfklub, hvor vi får en dejlig frokost – drikkevarer på egen regning. På vej hjem kører vi til Gilleleje, hvor vi skal have kaffe og kage. Der bliver tid til en lille tur rundt i byen. Vi kører fra Rødovregaard, Kirkesvinget 1, kl. 9.00 og er tilbage kl. 18. Turen hjem tager vi ad Strandvejen.

Køb af billetter online på lokalafdelingens hjemmeside eller på kontoret på Højnæsvej 63 C fra 20/11-2026 kl. 13. Prisen for denne tur vil være kr. 500. Begrænset deltagerantal. Seneste tilmelding vil være d. 26/11-2026 kl. 15.

Turleder: Lise Kjeldsmark ☎ 2094 1951.

DANMARK SPISER SAMMEN



SPIS FÆLLESSKABET I GANG ÉN AF DAGENE

Vil du være med til at danne nye fællesskaber og sætte fokus på bekæmpelse af ensomhed? Folkebevægelsen mod Ensomhed og Ældre Sagen opfordrer hele Danmark til at spise sammen i uge 17 hvert år, og det gør vi ved fællesspisning med og for ensomme i Loen på Rødovregaard **både** d. 27/4 og d. 30/4-2027 kl 12.30.

Vi tilbyder en lækker 2-retters middag (ekskl. drikkevarer) med efterfølgende kaffe med lidt sødt til, og vi slutter af med et lotteri. Billetter à kr. 60 reserveres på telefon 3151 7191 fra kl.10 til 15, tirsdag d. 13/4-2027, og skal afhentes på Højnæsvej 63C, torsdag d. 15/4-2027 mellem kl. 13 og 15.

Lettere Sund HVERDAGSMADLAVNING for mænd

I fællesskab dykker vi ned i madlavnings kundskaber og tilbereder lækre hverdagsretter i det nyrenoverede skolekøkken på Nyager Skole. Vi mødes onsdage i lige uger i tidsrummet kl. 16.00-20.00. Der er ingen kursusafgift, dog betaler vi et beløb ved hver mødegang for indkøbte råvarer.

Vi indleder vores sæson onsdag d. 2/9-2026 og slutter 5/5-2027.

Leder: Lone Kemp, ☎ 2092 0425.

Lettere Sund HVERDAGSMADLAVNING for mænd og kvinder 60+

Vi fortsætter vores kursus i madlavning for M/K hold i skolekøkkenet på Rødovre Skole. Vi mødes mandage i lige uger, i tidsrummet kl. 16.00-19.30. Der er ingen kursusafgift, dog betaler vi 60 kr. ved hver mødegang for indkøbte råvarer.

Vi indleder vores sæson mandag d. 31/8-2026 og slutter 3/5-2027.

Leder: Lone Kemp, ☎ 2092 0425.

MAD-HYGGE-DAG

Vi fortsætter med mad-hygge igen under temaet "Ingen skal spise alene". Kom til et par hyggelige timer sammen med andre og nyd den gode mad i Kostalden på Rødovregård kl. 12.30. Efter maden drikker vi kaffe eller te, og derefter trækkes der lod om blomsterne på bordene. Vi har plads til 54 personer. I efteråret starter vi tirsdag d. 8/9-2026, og fortsætter tirsdage i ulige uger til og med d.

1/12-2026. Efter jul fortsætter vi igen tirsdage i ulige uger fra den 19/1-2027 til og med d. 13/4-2027. Prisen for mad, kaffe og småkager er 60 kr. Drikkevarer købes til rimelige priser. Billetsalget er på Hovedbiblioteket fra mandag til og med lørdag i ugen før.

Leder: Karin Nielsen, ☎ 2163 7599.

rødovre apotek

rødovre centrum 124

tlf. 3670 0858

apoteket i centrum

husk, at vi bringer ud

islev apotek

fortvej 5

tlf. 3670 4781

Støt vore annoncører! De støtter os

BRIDGE

For alle bridge-holdene gælder: Der betales kr. 50 for henholdsvis efterårssæson og forårssæson.

Rødovregård, Loen, Kirkesvinget 1.

Fra mandag d. 31/8-2026 og de følgende mandage spilles der fra kl. 10.00 - 13.00. Slut den 26/4-2027.

Leder: Jørgen Mølgaard, ☎ 5230 2944.

Brohuset, Slotsherrens Vænge 2.

Fra tirsdag d. 1/9-2026 kl. 10.00 - 13.00 til 4/5-2027.

Leder: Allan Harpsøe, ☎ 2530 8217.

Brohuset, Slotsherrens Vænge 2. Tilmeld som par.

Fra torsdag d. 3/9-2026 kl. 13.00 - 16.00 til 13/5-2027.

Leder: Allan Harpsøe, ☎ 2530 8217.

WHIST

Vi fortsætter vores whisthold, hvor der kan være op til 25 deltagere.

Har du lyst til at spille whist, så kom og vær med. Holdet mødes på Rødovregård i Hestestalden hver fredag kl. 12.30-16.00.

Sæsonen starter d. 28/8-2026 og slutter 30/4-2027.

Leder: Birthe Bendtsen, ☎ 2513 4628.

MODEOPVISNING

Vores modeshows viser modetøj for den voksne kvinde 50+ søndag d. 25/10-2026 kl. 13 i Kostalden. Showet afholdes i samarbejde med "TØJ LOTTE". Vi hygger os med en kop kaffe/te/wienerbrød, mens vi får tøjet præsenteret af vores egne modeller. Bagefter kan vi prøve, evt. købe, tøjet i Hestestalden. Billetter a kr. 50 købes kontant på Hovedbiblioteket i ugen før. Restbilletter sælges ved indgangen.

Der afholdes modeshow igen d. 4/4-2027.

Leder: Bente Piper, ☎ 2921 9030. bente.piper@post.tele.dk

MURERMESTER & ENTREPRENØR

Jens M. Larsen aps

Skovbovej 7, Undløse - 4340 Tølløse

Guldsmedevej 41 - 2610 Rødovre

Tlf. 3670 0073 - Mobil 5137 6890

CVR.nr.: 36546301

Mail. murer-jensmlarsen@mail.dk



TORSDAGSTRÆF

Vi har igen i år foredrag hver torsdag formiddag fra d. 3/9-2026 og til 3/12-2026. Program for foråret 27 vil sidst på året kunne ses på Ældre Sagen Rødovres hjemmeside. Der er ingen tilmelding, deltagelse koster 40 kr, som betales ved indgangen med MobilePay eller kontant. Kom i tidsrummet kl. 9.00-9.30, hvorefter vi starter med sang, kaffe/the og morgenbrød. Arrangementet slutter ca. 11.30. Vi glæder os til at mødes med såvel stamgæster som nye deltagere. Hvis du ikke har deltaget tidligere, er du velkommen til at kontakte en af os inden du kommer, så vi kan sørge for, at du bliver taget godt imod.

Ledere: Anne B. Christiansen ☎ 2370 9161 og Åse Munk Mortensen ☎ 2216 2274.

3/9. I saksens tjeneste i Tokyo.

Praktiserende papirklipper Torben Jarlstrøm Clausen siger selv, at han nok altid har været papirklipper. I sit foredrag fortæller han om de mange spændende oplevelser, han har haft i saksens tjeneste gennem årene. Det er en fortælling, som med udgangspunkt i Danmark rækker ud til fjerne destinationer som Tokyo og Midtvesten i USA. Han viser også en lang række eksempler på sine egne papirklipuniverser. Han fortæller om papirklip generelt herunder H. C. Andersens papirklip og meget mere.

10/9. Cambodia rundt på motorcykel

I november 2025 foretog Henrik Bjørn en 2.975 km lang solo motorcykelrejse rundt i Cambodia langs grænsen til Vietnam, Laos, Thailand og Gulf of Thailand. Hør hans spændende beretning.

17/9 Sproget letter låget

Michael Falkendorf præsenterer dansk sprog gennem billeder fra hverdagen kombineret med 45 års erfaring med at besvare spørgsmål så som: Hvad sker der med g'erne i "sproget letter låget"? Hvorfor hedder halvtreds ikke noget med fem? Hvorfor udtales de to A'er i Anders And forskelligt? Hvordan kan man vide, om et ord skal deles i to ord? Og mange andre besynderligheder.

Hør et foredrag, der kommer til at åbne for aha-oplevelser, eftertænkksomhed og latter.

24/9. Rødovre gennem 125 år.

Rødovre kommune kunne i foråret 2026 fejre sin 125 års fødselsdag. Vi får nu besøg af kommunearkivar Marie Drost Aakjær, som har udgivet bogen "Rødovres historie fortalt i billeder".

Med udgangspunkt i bogen fortæller hun om Rødovres historie fra 1901, da Rødovre blev en selvstændig sognekommune. Det hele krydres med historier om borgernes hverdagsliv og personer, der har sat særlig aftryk i og for Rødovre.

1/10. Løvernes Fristed - mit møde med de store katte.

Tag med journalist Mette Rem på en livsbekræftende rejse til Lionsrock – et naturskønt fristed i Sydafrika, hvor løver og andre store katte lever i fred og værdighed. Her får du et unikt indblik i et enestående reservat for 100 store katte, der er reddet fra cirkus, turistindustrien, kommercielle løvefarme og krigsområder. Det er et foredrag, der både rører og ryster.

8/10. Udfordringen Kina – for os og de 1,4 mia. kinesere.

Kina fremstiller mange af vores varer og påvirker vores økonomi - og tester sin supermagtsstatus, militært og politisk. Mange spørger, skal vi være bange for Kina? Andre undrer om kineserne egentlig er lykkelige? Foredraget går tæt på det kinesiske samfund - fra politik og højteknologi til moral og ulighed. Journalist Jan Larsen har i over 20 år beskæftiget sig med Kina, heraf seks år som TV Avisens korrespondent i Kina.

15/10. Havbakterier – på tur efter nye bioaktive bakterier.

Galathea 3-ekspedition sejlede i 2006-2007 jorden rundt med mere end 50 forskningsprojekter. Vores projekt, "Havets bakteriestjerner", var ombord alle 8½ måned. Lone Gram vil i foredraget fortælle og vise fotos fra ekspeditionen og fortælle om projektet, hvor de isolerede bakterier fra verdenshavene og undersøgte i hvilken udstrækning disse havbakterier er i stand til at bekæmpe andre bakterier.

22/10. Krudttønden i Mellemøsten.

Hvor er Mellemøsten på vej hen? Hvad er årsager og løsningen på konflikterne dernede? Hvad er konsekvenser for os i Danmark? Et generelt foredrag om hele Mellemøsten. Deniz B. Serinci er journalist og forfatter, har været i Syrien, i Israel, og i de palæstinensiske områder. Hun arbejder som tyrkisk tolk, stammer derfra og bruges ofte som Tyrkiet-ekspert i danske medier.

29/10. OBS!

Vi har desværre fået afbud fra foredragsholderen den 29.10.26 i slutfasen af redaktionen på informationshæftet. Derfor henviser vi til Ældre Sagen Rødovres hjemmeside for hvilket foredrag, der kommer denne dag.

5/11. Oldtidens Egypten om faraoernes land.

Det gamle Egyptens kultur har fascineret den vestlige verden i mange århundreder med sin ikoniske kunst og arkitektur. Det var dog først med fundet af Rosetta-stenen og afkodningen af hieroglyfferne, at det blev muligt at dykke dybere ned i den mere end 5000 års lange historie, som har defineret landet ved Nilen. I dette foredrag giver Rune Olsen en introduktion til oldtidens Egypten og dets storhedstider.

12/11. Rundt om Benny Andersen.

I efteråret 2025 havde vi besøg af Lillian Hjorth-Westh, der fortalte om Halfdan Rasmussen. Nu kommer hun igen, denne gang skal vi høre om Benny Andersen. Denne folkekære digter og musiker har virkelig givet os meget. I foredraget fortælles om Benny Andersens liv, og mange af hans sange skal synges som fællessang.

19/11. Om Højskolekurset "Vestsjællands skatte".

Forstander Kim Jacobus Paulsen fortæller om Liselund Højskole og om det kursusprogram, som arrangeres i samarbejde med Ældre Sagens lokalafdeling i Rødovre. På Liselund Højskole indgår kursister i et varmt fællesskab i vores smukke historiske rammer. Efter Kims oplæg og en lille pause, vil der være mulighed for at tilmelde sig det aktuelle kursus.

26/11. Turist i Talebans tjeneste - Ekstremismens nyttige idiot.

I dette spændingsmættede foredrag tager Jan Tvernø os med bag linjerne i et af verdens mest martrede lande med et illegitimt styre, som verden alligevel synes at acceptere. Vi vil også møde kvinden, som underviser andre kvinder, Talebans finansminister, to forfulgte rappere, og fotografen, som stadig benytter et boxkamera på træstativ.

3/12. Alletiders jul.

"vend kun op og ned på alle ting. Rør blot ikke ved min gamle jul"
Julen er et af årets højdepunkter. En tid præget af traditioner. Men alle de gode, gamle danske juletraditioner, hvor stammer de fra og hvor danske er de egentlig? Hvordan holdt man jul for 100 år siden og for 500 år siden? Hvordan stemmer historien om Jesus overens med vikingernes skik med at fejre årets korteste dag med et overdådigt ædegilde. Kom og hør foredragsholder Lars Ringholms klassisk fortællende foredrag om julen gennem tiderne

Vi fortsætter igen efter nytår med nye og spændende foredrag.



Spar tid - bestil tid online

9391 0515

www.carlsroherrefrisor.dk

Også hjemmebesøg

CARLSRO HERREFRISØR

Indehaver

Alm. Klipping fra 250 kr.

Pensionistpris 250 kr.

Drengeklipping 250 kr.

Hjemmebesøg 500 kr.

Mandag - fredag kl. 9.00-18.00

KAWA Tårnvej 237

Støt vore annoncører! De støtter os

FORESTIL DIG, AT DU BLIVER HENTET TÆT PÅ HJEMMET OG REJSER AFSTED I GODT SELSKAB

Inkl. bus fra
Rødovre og
Hvidovre
til lufthavnen t/t

Det er for længe bevisst, at livsglæde, gode relationer og oplevelser giver et bedre liv – og det bliver kun vigtigere med alderen. Det er præcis det, Bella Rejser handler om.

Hvert år rejser tusinder af friske seniorer sammen på skønne rejser i Europa fyldt med oplevelser, tryghed og godt selskab. Mange rejser alene – og kommer hjem med nye bekendtskaber.

Du bliver hentet tæt på hjemmet – vi har mere end 120 opsamlingssteder i hele landet – og fulgt trygt hele vejen til lufthavnen. Vi sørger for det praktiske, så du kan koncentrere dig om at nyde rejsen og samværet med de andre i gruppen.

Udflugterne er tilpasset vores gæster, og der er god tid til både oplevelser, hygge og fællesskab undervejs.

Derfor vælger mange Bella Rejser

- Busopsamling fra mere end 120 steder i hele landet
- Hjælp til check-in i lufthavnen
- Direkte fly
- Dansk rejseleder på destinationen
- Spændende udflugter med fokus på oplevelser og fællesskab
- Morgenmad og aftensmad på hotellet
- Gode hoteller med central beliggenhed
- Oplevelser, tryghed og godt selskab

Afrejsekalender efterår 2026

Rejsemål	At- og hjemrejsedato	Busopsamling
Costa del Sol - Bella 14	17. - 31. oktober 2026	Rødovre
Costa Blanca - Bella 14	18. nov. - 2. dec. 2026	Friheden
Cypern	20. - 27. november 2026	Rødovre, Hvidovre og Friheden

**Bella
Rejser**
Godt selskab for livsglade seniorer

📞 27 31 37 05

✉ info@bellarejser.dk

🌐 www.bellarejser.dk

SUNDHEDSREFORMEN - kort fortalt

Sidste år skrev vi lidt om Ældreloven. I år vil vi prøve at skrive om nogle af de vigtigste ting ved Sundhedsreformen.

I takt med, at der bliver flere ældre og færre hænder, har det været nødvendigt at sikre, at alle kan få den nødvendige behandling. Med sundhedsreformen har man prøvet at sikre, at hjælpen kommer tættere på hverdagen, og at ældre oplever mere tryghed og sammenhæng i behandlingsforløb.

Meget kort fortalt drejer det sig om:

- * Hjælp tæt på – flere behandlinger flyttes ud af sygehusene og tættere på hjemmet. Det giver mindre transport og mere nærvær.
- * Sammenhæng i forløb – vi skal ikke længere sendes rundt mellem systemer. Informationerne skal følge borgeren, så forløb bliver mere overskuelige og trygge.
- * Styrket adgang til egen læge – den almene praksis styrkes for at sikre kortere ventetid til ældre med komplekse behov.

Derudover blev Ældreloven igangsat sidste år, og den giver bl.a.: Mere selvbestemmelse og flere valgmuligheder.

Så alt i alt har der været en politisk vilje til at prøve at løse de store udfordringer i vores sundhedsvæsen samtidig med, at vores muligheder bliver forbedret, når/hvis vi får brug for hjemmeplejen eller plejehjem. Men vi ved godt, at Rom ikke blev bygget på en dag, og vi skal nok regne med, at der går nogle år, før de fine intentioner bliver synlige for os.

VIL DU VÆRE HELT SIKKER PÅ AT MODTAGE MATERIALER FRA ÆLDRE SAGEN, SKAL DU HUSKE AT MELDE ADRESSE-FORANDRING TIL »MEDLEMSSERVICE«, TLF. 3396 8689.

**HUSK: GLÆDEN ER SOM ET LYS,
TÆNDER DU DET FOR ANDRE,
FALDER DETS SKIN TILBAGE PÅ DIG SELV!**

SENIORGYMNASTIK

Vi har 3 seniorgymnastikhold. De 3 hold er M/K hold og træner i "Spejlsalen" i Foreningshuset, Højnæsvej 63 på tirsdage.

Du skal medbringe et liggeunderlag, og en flaske vand, og eventuelt et tæppe til afspændingen.

Holdene starter d. 1/9-2026 og slutter d. 27/4-2027

Hold 1 træner fra kl. 9.30 til kl. 10.45

Hold 2 træner fra kl. 11.00 til kl. 12.15

Hold 3 træner fra kl. 12.30 til kl. 13.45

Træningen går ud på, at vi får rørt og styrket alle muskler, får pulsen op, trænet balanceevnen, og vi arbejder med at gøre din krop smidig. Der er både liggende og stående øvelser. Øvelserne styrker desuden koordinationen og holder hjernen skarp. Tilmelding sker til træneren. Kun for Ældre Sagens medlemmer i Rødovre.

Leder og træner hold 1 og 2: Lissi Lykkegaard, ☎ 6171 3022 eller lissilykkegaard@gmail.com. Der er venteliste til hold 1 og 2.

Leder og træner hold 3: Vivi Dall, ☎ 3133 2331, eller vdall@live.dk



GLEM FORTIDEN – NYD NUTIDEN

RÅDGIVNING angående akut sygdom

Brug Region Hovedstadens AKUTTELEFON nr. **1813**

PETANQUE

Vi er 2 hold, der fortsat spiller på banerne ved Jyllingevej 128. Hver mandag fra 12.00-15.00 og hver onsdag fra kl. 10.00-13.00. Vi bliver ved, indtil det bliver for koldt, senest d. 26/10-2026 og 28/10-2026. Kom og vær med! Alle er velkomne.

Til foråret 2027 begynder mandagsholdet igen med at spille d. 12/4, onsdagsholdet starter d. 14/4. Alle hold fortsætter hen over sommeren. Ledere: Mandagshold: Peer Bring, ☎ 2248 6286. Onsdagshold: Susanne Skydt, ☎ 6064 8533, sanneskdyt127@gmail.com

KROLF

Det er en sport, som er rigtig god for især ældre mennesker. Vi spiller på græsarealet bag Engskræntens Plejehjem. Kom og hyg dig med os. Vi spiller hver tirsdag fra kl. 10-11.

Efterårssæsonen slutter d. 6/10-2026.

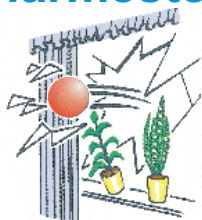
Til foråret starter vi igen d. 6/4-2027 og slutter igen d. 12/10-2027. Kun for medlemmer af Ældre Sagen.

Ledere: Hanne Obel Glanning, ☎ 2462 8442 og Anni Christensen, ☎ 2290 8766.

GÅTUR omkring Damhussøen

Der er gåture hver tirsdag året rundt. Vi starter kl. 11.00 foran Rødovregaard. Vi slentrer rundt om Damhussøen, og nyder det altid gode vejr. Turen varer ca. en time. Det er gratis at deltage og tilmelding er ikke nødvendig. De der vil, går bagefter ind sammen i Engskræntens Cafeteria og spiser (for egen regning). Ledere: Birte Wienecke, ☎ 2068 1737 og Birgit Johansen, ☎ 2483 1555.

Glarmester Gustav Sørensen & Søn Aps



Brusekabiner
Energitermoruder. Eksklusive glasskillerum
til kontor-løsninger.
Forhandlere af vinduer og døre
80 år med glas i Rødovre

Tlf. 36 70 18 45

Rødovrevej 288-290 • 2610 Rødovre • E-mail: info@gs-glarmester.dk

BOWLING

Vi spiller i Rødovre Bowlinghal under Rødovre Centrum hver mandag fra kl. 13.00-14.00 fra d. 7/9-2026 til 26/4-2027. Pris 600 kr. for efteråret 2026 og 600 kr. for foråret 2027. Tilmelding til Ture Skriver. Leder: Ture Skriver, ☎ 2372 6943.

SYNG SAMMEN

Kom i herligt selskab med sang efter højskolesangbogen og vores eget sanghæfte. Sted: Rødovregård, Kostalden. Tid: Kl. 14.00-15.50.
Efterår 2026: 16/9, 21/10 18/11 og 9/12.
Forår 2027: 20/1, 10/2, 17/3 og 21/4.
Tilmelding ikke nødvendig. Medbring selv drikkevarer/termokande.
Leder: Jane Thomsen, ☎ 4233 3590, e-mail: jbtthom@mail.dk

VINSMAGNINGSKURSUS

Kurserne foregår tirsdage i Havestuen på Rødovregård kl. 14 -16.
Efterår 2026: 29/9, 27/10 og 17/11.
Forår 2027: 16/2, 16/3 og 27/4.
Vinkurset ledes af Finn Maltén, professionel vinmand i over 50 år.
Der vil være smagning af 6 forskellige vine, der viser, hvor forskellige udtryk den samme drue kan frembyde og de faktorer, der påvirker smag og karakter. Et hyggeligt og lærerigt kursusforløb. Pris kr. 150 pr. gang. Tilmelding og betaling via hjemmesiden, Dankort eller MobilePay. Der åbnes for tilmelding og betaling på hjemmesiden 14 dage forud for hver gang.
Hvis holdet bliver overtegnet, oprettes en venteliste.
Ledere: Tina Larsen, mail: tinlarsen@mail.dk og Conni Svendsen mail: polax@privat.dk

BLADUDELERE

Tak til alle dem, der er med til at uddele hæftet. Vi vil jo gerne spare penge til porto. Det er jo samtidig en god måde at holde sig i form på. Et distrikt består af mindst 50 hæfter, men det gør ikke noget, hvis man kan bringe flere ud. Som tak for jeres indsats inviterer bestyrelsen til en frokost, fredag den 14/8-2026 i Loen på Rødovregård kl. 12.30. Tilmelding til Ture Skriver, ☎ 2372 6943, inden 8/8.

FRIVILLIG-SAMMENKOMSTER

Næste sæson afholder vi to sammenkomster for frivillige som en tak og anerkendelse for den indsats I, som aktivitetsledere og frivillige, har gjort. Den første sammenkomst bliver i d. 3.11-2026, hvor vi inviterer til oplæg, underholdning eller andet relevant for frivillige, og det hele afsluttes med en fælles frokost med drikkevarer.

Alle frivillige får en skriftlig invitation.

Den anden sammenkomst afholdes d. 23.4-2027, hvor vi som tidligere år inviterer til en hyggelig frokost og drikkevarer, og også her vil alle frivillige få en skriftlig invitation.

ARRANGEMENT FOR AKTIVITETSLEDERE

De frivillige er afgørende for, at vi kan gennemføre de mange aktiviteter i Ældre Sagen i Rødovre. Hver aktivitet har tilknyttet mindst en aktivitetsleder, og vedkommende er ansvarlig for, at aktiviteten kan gennemføres hele sæsonen igennem. Som en særlig tak til disse, afholder vi et arrangement, hvor vi sætter fokus på denne særlige opgave. Vi gør det under hyggelige og afslappede former og slutter med en god frokost samt drikkevarer. Arrangementet afholdes 8.6-2027, og alle aktivitetsledere vil få tilsendt en skriftlig invitation.

LOKALT NYHEDSBREV

Har du ikke allerede tilmeldt dig som abonnent på vores lokale nyhedsbrev, opfordrer lokalafdelingens bestyrelse dig til at gøre det, idet det er én af de måder, vi benytter til at meddele vores medlemmer, når der sker nye ting, eller der sker ændringer i det allerede fastlagte program. Nyhedsbrevene udsendes ikke med regelmæssige mellemrum, kun efter behov. Tilmelding kan ske på lokalafdelingens hjemmeside: <https://www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/roedovre>, hvor der ca. midt på siden er en tilmeldingsrubrik, hvori der står: "Tilmeld dig til det lokale nyhedsbrev".

 DOMICIL™ BLOMSTER TELEFON: 36 41 40 42 DOMICIL.BLOMSTER.DK	BLOMSTER TIL ENHVER LEJLIGHED Blomsterautomaten foran butikken er altid åben. Den bliver fyldt op flere gange dagligt. Fortvej 3 - www.domicilblomster.dk
---	---

Støt vore annoncører! De støtter os

ÅRSFEST for vores medlemmer.

Lørdag d. 24/10-2026 kl. 17.30 mødes vi i Loen på Rødovregaard til vores årlige fest. Vi hygger, spiser, snakker, og efter middagen er der underholdning. Når vi ankommer, finder vi vores pladser, og vi starter med et velkomstglas. Kl. 18.00 får vi serveret en lækker to retters menu. Når vi har nydt maden og samtalen, er der planlagt en lille pause til at strække benene, medens der gøres klar til en kop kaffe/te, og der vil være et musikalsk indslag i løbet af aftenen.

Billetprisen er 250 kr. ekskl. drikkevarer. Billetterne købes på vores kontor, Højnæsvej 63 dør C, torsdag d. 1/10-2026 eller online i uge 40 fra d. 28/9-2026 til 4/10-2026.

ÅRSMØDE

Årsmødet afholdes lørdag d. 6/3-2027 kl. 14.00 i Loen på Rødovregaard, Kirkesvinget 1, med dagsorden efter gældende vedtægter, der kan ses på vores hjemmeside sammen med regnskabet og dagsordenen.

Dørene er åbne fra kl. 13.30, hvor der vil være kaffe, medens man finder sin plads. Vi håber, at mange vil møde op og meget gerne sende forslag til nye tiltag til bestyrelsen, senest 19/2-2027.

Mød op og gør din indflydelse gældende.

HUSK MEDLEMSBEVIS og noget at skrive med!

SENIOR-BIO

Som det er sædvane, viser vi en film én af de første lørdage i hver måned i den mørke tid i vinterhalvåret. Igen i år har det været muligt for Viften at tilbyde forsalg til efterårets forestillinger allerede fra d. 8/5-2026 kl. 11.00 til d. 5/9-2026 kl. 12.00. Vi starter den nye sæson, lørdag d. 5/9 kl. 12.00, med vores sædvanlige gode film, som vi bagefter diskuterer over en kop kaffe samt et godt stykke wienerbrød. Prisen for alle efterårets 4 film inkl. kaffe og wienerbrød er 260,-. Billetterne købes i Viften. Der sælges ikke billetter til enkeltforestillinger. Leder: Laila Parbst, ☎ 2310 3220.

HAR DU ET BEHOV FRA KOMMUNEN så kontakt Borgerservice på tlf. 3637 7000.

Ældre @ Sagen

SENIOR BIO

Efterår 2026 • Lørdage

LØRDAG 05.09 KL. 12.00



ELEANORS SANDHED

Et hjertevarmt drama der følger Eleanor Morgenstein, der efter et stort tab forlader Florida og flytter til New York for at begynde forfra. I storbyen glider hun ind i et nyt hverdagsliv, hvor en uventet forbindelse til en ung studerende åbner for fortællinger, der får eget liv og uforudsete konsekvenser. Ensomhed, gamle venskaber og den rastløse by tvinger hende til at genopfinde sig selv uden at give slip på det, der var.

LØRDAG 03.10 KL. 12.00



AMRUM - NÅR TIDEVANDET KOMMER

Stærkt og rørende drama fra Anden Verdenskrigs sidste dage – baseret på en sand historie. På den tyske ø Amrum i 1945 forsøger den 12-årige Nanning at hjælpe sin mor, der er knust efter Hitlers død. For at gøre hende glad drager han ud for at skaffe ingredienser til hendes livret: fransbrød med smør og honning. En enkel opgave udvikler sig til en stærk fortælling om familie, skyld og uskyldstab i en verden præget af krigens eftervirkninger.

LØRDAG 07.11 KL. 12.00



PRESSURE

I de tre intense døgn op til D-dag står General Dwight D. Eisenhower og chefmeteorolog James Stagg over for et umuligt valg. De skal beslutte, hvornår de allierede skal indlede historiens største søbårne invasion. En enkelt fejl kan koste tusindvis af liv og ændre krigens udfald. Pressure fortæller den sande historie om en alt afgørende vejruddagt og de mennesker, hvis mod, viden og handlekraft blev udslagsgivende for D-dag.

LØRDAG 05.12 KL. 12.00



CALLE MALAGA

María bor i den spanske bydel i marokkanske Tanger, hvor hun er dybt forankret i sit lokalsamfund og holder af livet blandt sine naboer. Da hendes datter Clara kommer på besøg, håber hun at overtale sin mor til at sælge lejligheden, så hun kan løse sine økonomiske problemer efter en skilsmisse. Men María har ingen planer om at forlade sit hjem. Et varmt og livsbekræftende drama med både humor og hjerte.

4 Film: 260 kr. inkl. kaffe og kage

Tilmelding foregår i Viften fra 9. maj 2026 kl. 11.00

Der sælges ikke løssalgsbilletter.

Vi tager forbehold for ændringer i programmet, hvis filmselskaberne flytter premiedatoer.



RØDOVREGAARD

Kirkesvinget 1, 2610 Rødovre

Det faste mødested for Ældre Sagen i Rødovre