

Ældre Sagen

GENTOFTE

Nr. 1 Januar - Juni 2026



I Vangede finder man Dan Turèlls Plads. Her finder man essensen af Dan Turèll og hans leg med ord. Hele alfabetet og alle tegn i en smuk skulptur og som han sagde: Alfabetet er mit bedste legetøj. Skulpturen er skabt af Kenn André Stilling. I fliser ud for bibliotekscaféen finder man denne inskription. Bænken er 47 meter lang - god til refleksion - 47, det antal år han levede. En lille perle her i kommunen.

ÆLDRE SAGEN GENTOFTE

Velkommen til vinter- og forårsaktiviteterne 2026 i Ældre Sagen i Gentofte. Alle de frivillige aktivitetsledere har gjort en stor indsats for at skabe en masse spændende nye arrangementer og fortsætte de faste aktiviteter på samme høje niveau som hidtil. Godt Nytår.

Velkommen til en ny sæson i Ældre Sagen i Gentofte – Forår 2026

Så skiftede kalenderen til 2026, og hermed byder vi velkommen til aktiviteterne i Ældre Sagen i Gentofte.

I denne udgave finder du oplysninger om alle de spændende arrangementer samt naturligvis programmer for de faste aktiviteter som sprog, spil, dans, sang, badminton osv.

Et helt nyt arrangement er allerede i februar, nemlig den store Ballroom dansematiné på Skovriderkroen med coaching, god musik, sandwich, øl/vand. Redaktøren har danseskoene helt klar. Læs mere inde i bladet.

Bankodatoerne er klar, en ny bridgeoversigt med alle holdmuligheder, og de mange sproghold, hvor der er kommet nye hold til i efteråret.

Dyk ned i bladet, og find de arrangementer og aktiviteter, som du kunne have interesse i. Find en spændende aktivitet, hvis du har mod på noget motion - lige fra hensyntagende gymnastik til dans og badminton - eller måske har du lyst til et fremmedsprog eller spil.

Som vanligt er der en perlerække af sociale aktiviteter - besøgstjenesten, de prisbelønnede drømmeløbere, tryghedsopkald, børnehavebesøg og andet.

God fornøjelse og læselyst

Per Ørsted

Indholdsfortegnelse	Side
Velkommen	2
Indholdsfortegnelse	3
Bestyrelse - Aktivitetsledere	4-5
Besøgstjenesten	6
Drømmeløbere	7
Bisidderordningen, Den hjælpende hånd	8
Bliv Skole- eller Børnehaveven, Tryghedsopkald	9
Nyt om Membersite, tilmelding og kontortider	10-11
Københavns Skomuseum, Skomagerens hus - 21 jan.	12
Foredrag om Morten Korch - 27 jan.	13
Foredrag om Politihunde - 4 feb.	14
Ballroom Matiné på Skovriderkroen - 17. feb.	15
Fremtidsfuldmagt og Testamente - 4 mar.	16
Havnerundfart Københavns Havn - 12 mar.	17
Bank og Sparekasse museet - 25 mar.	18
Natmændene i det gamle København - 21 apr.	19
Den Japanske Have - 5 maj	20
Guidet tur i Mindelunden - 6 maj	21
Rundtur på Mariebjerg Kirkegård - 21. maj	22
Banko	23
IT-Klubben	24-25
Sprog, Engelsk, Fransk, Italiensk	26
Sang, Gymnastik, Floorball, Dans	27
Fitnessgym, Gåture, Linedance, Volleyball, Stavgang	28
Badminton, Bordtennis, Strik	29
Spil: L'hombre, Skak, Backgammon, Billard	30
Spil: Bridge - alle hold	31
Bagside: Info, indmeldelse, medlemskab, redaktion o.a.	32

Bestyrelsen i Gentofte

Henrik H.Mauritsen , Formand	Tlf	Kontaktes via hjemmesiden
Lisbeth Buskjær , Næstformand, Kommunikation og leder af besøgstjenesten	51 42 28 70	lisbus@mail.dk
Jette Dulong , Social-humanitær Kontaktpers. Drømmeprojektet	60 60 65 24	jette@dulong.dk
Jonna Larsen , Daglig leder af bisidderne	40 76 33 33	jonnaogerik@hotmail.com
Birgitte Andersen , Sekretær Arrangementsgruppen		birborn@gmail.com
Charlotte Galbo , 1. suppleant Generationsmøder, skole/børnehave	61 68 84 99	charlotte@galbo.dk
Per Ørsted , Webmaster, lokalredaktør Det Sker og Det Gule Blad. 2. suppleant	40 25 66 12	dgb@aeldresagen-gentofte.dk
Nils Plum , Ad-hoc 3. suppleant		nils_plum@yahoo.com
Vibeke Krogh Petersen , Kasserer Associeret til bestyrelsen		Kontaktes via hjemmesiden
Birgitte Svendsen , Kontorleder Nyhedsbreve, Arrangementsgruppen	28 40 76 76	birgitte.svendsen@outlook.dk

Aktivitetsledere

Hjælpende hånd

Ulla Thomsen,

61 29 27 36 ullathomsen@mail.dk

Skole-/børnehavevenner

Charlotte Galbo

61 68 84 99 charlotte@galbo.dk

Ad-Hoc

Merete Gorm

20 63 28 91 meretegorm@gmail.com

IT-klubben

Lennart Petersson

40 28 49 44

lennart.petersson.post@gmail.com

Tryghedsopkald

Poul Lynderup

30 31 18 30 pouillynderup@gmail.com

Altmuligmand, sikkerhed, og billard

Mogens A. Sørensen

23 81 54 50 mas@webspeed.dk

Besøgstjenesten

Det er dejligt at have en at tale med, som har tid og overskud. Det er også nemmere at komme ud at gå en tur, hvis man er to. Besøgstjenesten er et gratis tilbud til alle ældre i Gentofte, der har brug for kontakt med andre mennesker.

Hvis du gerne vil være besøgsven

Har du tid og lyst til at lære et ældre menneske at kende og måske gøre en forskel for dette menneske? Det kan være en, der mangler en at tale med, en at gå tur med eller måske endda en at gå i biografen og lignende med. Så er det måske en idé at blive besøgsven. Du og din besøgsven beslutter sammen, hvor ofte I mødes, og hvad I skal lave. Du vil blive introduceret til besøgstjenesten og kan deltage i de relevante kurser, som Ældre Sagen tilbyder.

Hvordan jeg får en besøgsven?

Du kan ringe eller sende en mail til besøgslederen og aftale en samtale hjemme hos dig. Herefter vil besøgslederen forsøge at finde en besøgsven, der passer til dine behov og ønsker. Du behøver ikke være medlem af Ældre Sagen for at få en besøgsven.

Er du interesseret og vil høre mere om det at være besøgsven, så kan du ringe eller maile til leder af besøgstjenesten:

Lisbeth Buskjær, lisbus@mail.dk

Tlf: 51 42 28 70, mandag-torsdag kl. 10-15

Ad-hoc frivillig: Vær med til at gøre en forskel

Har du lyst til at være frivillig i Ældre Sagen, men måske ikke har tid eller lyst til at være med i en fast aktivitet, kan det være, at du er interesseret i at blive ad-hoc frivillig. Her hjælper du til ved koncerter, arrangementer og større møder.

Du bliver en del af vores team, får gode sociale relationer og gratis oplevelser. Mange ad-hoc frivillige fortæller, hvordan de får energi og glæde af at være med til at arrangementerne bliver vellykkede. Som frivillig i Ældre Sagen bliver du inviteret til "Frivilligtræf" to gange om året. Her møder du mange andre frivillige til en lækker frokost og nogle timers hyggeligt samvær.

Er du interesseret i at høre mere, så

kontakt Merete Gorm på: meretegorm@gmail.com.

Drømmeløberaktiviteten



Drømmeløberne er frivillige, der stiller op for at opfylde ældre medborgeres drøm eller ønske. Det er de ældre, der bor på kommunens plejehjem, tilbuddet er rettet mod. Rygårdcentret har været med i over et år, og nu er også Jægersborghave kommet med. I første omgang er det 2 afdelinger på Jægersborghave Nord.

Det er i samtaler med personalet, at beboerne kommer frem til drømme og ønsker, som der ikke er personaletid til at opfylde, og her træder drømmeløberne så til.

Drømmene lægges på Facebook "Drømmeløber Gentofte", og frivillige drømmekoordinatorer hjælper med kontakten mellem drømmeløber og plejehjemmene. Kontakt Kell Arp på tlf: 60 69 92 53 eller på mail: Drom1@outlook.dk for yderligere information - også hvis du fx ikke er på Facebook, men gerne vil være drømmeløber.

Bisidderordningen

En bisidder er en person, der tilbyder følgeskab og et par ekstra øjne og ører i situationer, hvor man kan føle sig usikker og nervøs. Det kan for eksempel være ved samtaler med din læge eller hospitalslæger, en sagsbehandler i kommunen osv.

Inden mødet kan bisidderen hjælpe dig med at få overblik over de spørgsmål, du måtte have, og I kan snakke om, hvad du gerne vil have ud af mødet.

Under mødet er det dig, der taler, og bisidderen kan støtte dig, så du får stillet de spørgsmål, du gerne vil, og får svar på det, du ønsker. Bisidderen kan også tage noter under samtalen.

Efter mødet går I forløbet igennem og afrunder sagen.

Bisidderen er frivillig i Ældre Sagen, har tavshedspligt og bisidderhjælpen er gratis.

Henvendelse til Jonna Larsen, mail: jonnaogerik@hotmail.com

tlf. 40 76 33 33

Den hjælpende hånd

En gratis hjælp til løsning af mindre praktiske opgaver i hjemmet, der kan udbedres på 1-1 1/2 time.

Der vil være situationer, hvor hjælp kan afvises, hvis det vurderes, at opgaven er for stor eller kræver en professionel håndværker.

”Den hjælpende hånd” er en ulønnet frivillig.

Hjælpen udføres på borgerens egen risiko, da Ældre Sagens forsikring ikke dækker evt. skader, der måtte opstå under hjælpen.

Hjælpen bestilles hos **Ulla Thomsen** ved at sende en mail til ullathomsen@mail.dk med tydelig beskrivelse af opgaven, samt oplysning om navn, telefonnummer og adresse.

Alternativt ved at ringe eller sende sms på tlf. 61 29 27 36

mandag og onsdag kl. 14 -16.

Bliv skole- eller børnehaveven

Som frivillig i en skole eller børnehave bruger du nogle timer om ugen/måned med en fast gruppe børn og hjælper, hvor der kan bruges et par ekstra hænder.

Det kan for eksempel være til højtlesning, ture i børnehaven, læsetræning og lettere lektiehjælp for de yngre elever.

Eller måske på ungdomsskolen, hvor der også er brug for lektiehjælp til ældre elever. Mulighederne er mange og aftales mellem dig og skole/børnehave. Den eneste forudsætning er, at du kan lide at være sammen med børn. Du bidrager med livserfaring og nærvær, og du er med til at bygge bro mellem generationerne.

**Er du interesseret i at blive Skole- og Børnehaveven eller blot høre mere om projektet, så henvend dig til
Charlotte Galbo, mail: charlotte@galbo.dk
tlf. 61 68 84 99**

Tryghedsopkald

Tryghedsopkald tilbydes ældre mennesker i Gentofte, som har behov for et dagligt telefonopkald. Ordningen er gratis, og man behøver ikke være medlem af Ældre Sagen. Vi ringer hver morgen mellem kl. 8 og kl. 9.

Svarer du ikke på telefonen, tilkalder vi hjælp fra din kontaktperson, som du har opgivet (familiemedlem, ven, nabo eller hjemmeplejen).

**Daglige leder Poul Lynderup, mail: pouillynderup@gmail.com
tlf. 30 31 18 30**

Er du interesseret i at blive ringet op eller har spørgsmål, er du meget velkommen til at ringe eller maile til den daglige leder.

I det nye Membersite møder du en ny og enkel måde at tilmelde dig på – både hjemmefra og ved personlig henvendelse på kontoret på Ordrupvej.

Sådan logger du ind første gang

Gå ind på: <https://aeldresagen.membersite.dk>

- Log ind med MitID eller

Skriv dit medlemsnummer og opret en adgangskode.

Sådan logger du ind efterfølgende

Gå ind på: <https://aeldresagen.membersite.dk>

Log ind med MitID eller

- Skriv dit medlemsnummer eller email -
- og indtast din adgangskode

Sådan tilmelder du dig

1. Find ønskede *aktivitet eller arrangement* under “Aktiviteter og arrangementer”.
2. Klik på “Tilmeld”.
3. Log ind med MitID eller indtast medlemsnummer og fødselsdato.

Følg vejledningen på skærmen.

Du modtager straks en kvittering på email eller SMS.

Betaling

Ved tilmelding til et arrangement med betaling kan du vælge mellem:

- MobilePay
- Betalingskort

Når du betaler via MobilePay, får du en anmodning på din mobil, som du blot godkender. Kvitteringen sendes automatisk til din email eller som SMS.

Hvis du har problemer med det nye system er du velkommen til at henvende dig på kontoret eller i IT klubben hvor vi er klar til at hjælpe dig i gang.

Aktiviteter og arrangementer

Tilmelding/afmelding

Tilmelding til **holdaktiviteter** kan foretages **on-line** på:

www.aeldresagen.dk/gentofte fra **den 5.1.26, kl. 8**

eller **på kontoret** fra **den 5.1.26, kl. 13**

Tilmelding til **arrangementer** kan foretages **on-line** på:

www.aeldresagen.dk/gentofte fra **den 5.1.26, kl. 13**

eller **på kontoret** fra **den 5.1.26, kl. 13**

Tilmelding er bindende og først endelig, når Ældre Sagen har modtaget betalingen.

Såfremt et arrangement eller en holdaktivitet aflyses, refunderes det fulde beløb.

Husk at melde afbud hvis du bliver forhindret.

Ved afmelding til et arrangement (foredrag-udflugter-rejser) kan beløbet refunderes, såfremt pladsen kan afsættes til anden side eller efter aftale med lederen af aktiviteten. Beløb under kr. 100 tilbagebetales ikke, dog undtaget ved aflysning.

Åbningstider IT-Klubben:

Tirsdag og torsdag kl.10-13, onsdag kl. 13-15.30.

Kom senest en halv time før lukketid.

IT-klubben åbner efter juleferien tirsdag d. 6.1.26



ÅBNINGSTIDER for kontoret:

GOVAhuset, Ordrupvej 60, 3. sal
(indgang fra Henriettevej)

Charlottenlund, tlf. 39 90 51 52

Kontortid: Mandage og onsdage kl. 13- 16

Kontorets mail: aeldresagen@aeldresagen-gentofte.dk

IT-klubbens mail: it-klubben@aeldresagen-gentofte.dk

Hjemmeside: www.aeldresagen.dk/gentofte

Københavns Skomuseum, Skomagerens Hus

Tidspunkt: Onsdag den 21. januar 2026, kl 13 - ca 14.30

Mødested: Vespersvej 40, 2900 Hellerup

Samlingen omfatter en afdeling med ortopædiske sko, historiske sko, skoværksted fra ca. 1890, træsko gennem tiden, kongelige sko, balletsko, Bamses støvler, sko der har tilhørt afdøde personer som bl.a. Niels Bohr, Mærsk Mc-Kinney Møller, Lauritz Melchior. Desuden er der udstillingssko fra Verdensudstillingen i 1889, sko der er fremstillet ved svendepøver og sko i det hele taget. Der er også eksempler på værk-tøj og maskiner gennem tiden. Der er endvidere en rundtur på en Københavnsk skofabrik fra 1950 til 1970 (vist gennem plancher). Og der vil blive serveret en kop kaffe. Ved rundvisningen vil guiden også fortælle spændende historier og anekdoter.



Foto: privat

Tilmelding og betaling: Senest den 14. januar 2026

Tilmelding kan kun ske online på www.aeldresagen.dk/gentofte eller på kontoret, som er åbent mandag og onsdag kl. 13-16. Max 20 deltagere.

Pris: kr. 50 - inkl. kaffe.

Arrangementsansvarlig: Lisbeth Buskjær, tlf. 51 42 28 70

Foredrag om Morten Korch

Tidspunkt: 27. januar 2026 kl. 15 – 17.

Sted: Ældre Sagen, Ordrupvej 60 3. sal, Gentofte (elevاتور)

Morten Korch (1876-1954) er en af de mest populære og bedst sælgende forfattere i Danmark med langt over 6 millioner solgte bøger. Dertil kommer, at hans film var tilløbsstykker. "De røde heste" solgte 2,5 millioner billetter - halvdelen af Danmarks befolkning på det tidspunkt! Mindre kendt er han som dramatiker, men han skrev en række stykker til især Odense Teater, og de hører stadig til teatrets mest spillede. Uvant for ham så blev de faktisk godt modtaget af anmelderne, men hvem var i grunden Store Morten, som han døbttes i 1930'erne; blandt andet var han en passioneret forfører af Don Juanske dimensioner! Foredraget dykker ned i Morten Korchs liv og forfatterskab.

Allan Vendeldorf er for tiden ved at skrive en hårdt tiltrængt biografi om Morten Korch og har gravet en masse ukendt om ham frem fra arkiver og private samlinger. Derudover har Allan Vendeldorf i forvejen udgivet 30 bøger og er en erfaren foredragsholder.



Tilmelding og betaling: Senest den 19. januar 2026

Tilmelding kan kun ske online på www.aeldresagen.dk/gentofte eller på kontoret, som er åbent mandag og onsdag kl. 13.-16. Max 40 deltagere.

Pris: kr. 125.- inkl. kaffe eller te i pausen.

Arrangementsansvarlig: Lisbeth Scherney, tlf. 31 22 60 12

Foredrag om Politihunde

Tidspunkt: Onsdag den 4. februar kl. 14 til ca. kl. 16

Mødested: Ældre Sagen, Ordrupvej 60, 3. sal, 2920 Charlottenlund

Politiassistent René Hansen fortæller om sine mange år som hundefører i politiet. Kom og hør om nogle af de spændene opgaver. Der bliver også lejlighed til at hilse på en rigtig politihund.



Tilmelding og betaling: Senest 28.1.2026. Minimum 20 deltagere. Maximum 40.

Tilmelding til arrangementer kan kun foretages online på www.aeldresagen.dk/gentofte eller på kontoret, som har åbent mandag og onsdag kl. 13-16.

Pris: Kr. 50, i prisen er inkluderet et glas vin, kaffe, te og snack

Arrangementsansvarlig: Karin Hansen. Karin.hansen@pol.dk

Festlig Ballroom-matiné på Skovriderkroen

Tidspunkt: Tirsdag den 17. februar kl. 15.50 til ca. kl 19

Mødested: Skovriderkroen, Strandvejen 235, 2920 Charlottenlund

Kom og vær med til en hyggelig matiné med festlig dans og masser af skøn musik i Skovriderkroens smukke lokaler.

Dansecoach Anne Søkvist og linedance-instruktør Sylvia Mortensen introducerer nogle danse, der både giver smil på læben og lidt sved på panden. Alle kan være med. Du behøver hverken at kunne danse eller have en dansepartner med. Mange af os ældre har lyst til at tage lidt pænt tøj på og nyde en festlig eftermiddag med dans og godt selskab uden at skulle bevæge sig ud i 'nattelivet'. Den mulighed får du her. Der er pauser imellem dansene, hvor der bliver serveret sandwich og et glas øl/sodavand. Vin og kaffe kan tilkøbes.



Foto: Privat.

Tilmelding og betaling: Senest den 26. januar.

Online www.aeldresagen.dk/gentofte eller på kontoret som har åbent mandag og onsdag fra 13-16.

Pris: Medlemmer 200 kr. – Ikke medlemmer 250 kr. Prisen dækker sandwich, øl/vand og dansecoach.

Kontaktperson: Birgitte Svendsen, 28 40 76 76

Har du styr på din fremtidsfuldmagt og dit testamente?

Tidspunkt: Onsdag, den 4. marts 2026, kl. 16 til ca. 17.30

Mødested: Ældre Sagens lokaler, Ordrupvej 60, Gentofte (der er elevator)

Hvem skal hjælpe dig, hvis du en dag ikke længere selv kan varetage dine interesser – og hvad må dine pårørende egentlig hjælpe dig med?

Og hvad skal der ske med dine værdier, når du ikke længere er her?

Disse vigtige spørgsmål sætter jurist Mette Schultz-Petersen, Lokaljuristen ApS, fokus på i sit foredrag om fremtidsfuldmagter og testamenter.

Du hører, hvordan du med en fremtidsfuldmagt kan sikre, at en person, du har tillid til, kan hjælpe dig, hvis du mister evnen til selv at træffe beslutninger.

Derudover får du indsigt i, hvordan du med et testamente kan bestemme, hvad der skal ske med din arv – hvordan du sikrer din længstlevende partner, og hvordan arven kan gøres til dine arvingers særeje.

Kom og få viden, inspiration og konkrete råd til, hvordan du trygt kan tage stilling til fremtiden.

Ved arrangementet serverer vi en kop kaffe/te



Mette Schultz-Petersen

Tilmelding og betaling: Senest 25. februar 2026

Tilmelding til arrangementer kan kun foretages **online** på www.aeldresagen.dk/gentofte eller på kontoret, som er åben mandag og onsdag kl. 13-16.

Pris: Kr. 25, der inkluderer en kop kaffe/te

Arrangementsansvarlig: Per Lindegaard-Hjorth, 40 61 69 82

Havnerundfart, Københavns Havn

Tidspunkt: torsdag den 12. marts 2026, kl. 11 – ca 12

Mødested: Ved Nettobådene i Nyhavn

Havnerundfart med Nettobådene, som sejler med overdækkede og opvarmede både i marts. Bådens guide fortæller om havnen undervejs. Altid hyggeligt at se København fra vandsiden. Bemærk, at afgangstiden er ca. tid. Så kom gerne minimum 15 minutter før. Turen kan blive aflyst, hvis vandstanden i havnen er for høj.



Foto: Privat

Tilmelding og betaling; Senest 26. februar 2026. Max. 25 deltagere.

Tilmelding kan kun ske online på www.aeldresagen.dk/gentofte eller på kontoret, som er åbent mandag og onsdag kl. 13-16.

Pris: Kr. 60.-

Arrangementsansvarlig: Karin Hansen, mail: karin.hansen@pol.dk

Bank og Sparekasse museet

Tidspunkt: Onsdag, den 25. marts 2026 kl. 11 til ca. kl. 13.30

Mødested: Heerings Gård, Ovengaden Neden Vandet 11, 1414 København K

Tag med på en spændende rejse tilbage til 1800-tallets bankverden, hvor du får indblik i en tid, hvor bankerne begyndte at få en afgørende rolle – både i Danmark og internationalt.

Vi starter i den historiske gård - hvis vejret tillader det - hvor du får fortalt om bygnings oprindelse, og de mennesker, der har haft deres gang her. Derefter bevæger vi os ind i de faste udstillinger, hvor du blandt andet kan opleve:



Foto: tilhører museet

- *PENGE – dine, mine og vores* - en udstilling, der belyser pengene og bankernes voksende betydning i samfundet.
- Historien om C.F. Tietgen, en af Privatbankens første direktører.
- Et imponerende udvalg af sparebøsser og andre historiske genstande.

Rundvisningen slutter i museets kælder, hvor du får et glas Cherry Heering – en kirsebærlikør med lokal historik. Her ser vi de gamle tøndes fra dengang likøren blev fremstillet på stedet, og en kort film fra 1920'erne om livet og arbejdet i Heerings Gaard.

Efter rundvisningen spiser vi frokost i de smukke lokaler i Heerings Gård.

Tilmelding og betaling: 18. marts 2026

Tilmelding kan kun ske online på [www.aeldresagen.dk\(gentofte eller på Kontoret, som er åbent mandag og onsdag kl. 13-16](http://www.aeldresagen.dk(gentofte)

Pris: kr. 245 inkl. frokost, pris uden frokost kr. 50.

Arrangementsansvarlig: Birgitte Svendsen, tlf 28 40 76 76

Natmændene i det gamle København

Tidspunkt: Tirsdag den 21. april 2026 kl. 12 til ca. 15.

Mødested: Højbro Plads kl. 11.45

Natmændene udgjorde i 300 år den absolutte bund af det danske samfund. De var født til at udføre arbejde som ingen respektable borgere eller fattigfolk ville røre ved – fx at partere henrettede forbrydere. Natmændene og deres familier udviklede sig til et parallelsamfund, som fungerede efter deres egne regler og udviklede deres eget sprog.

Guiden vil tage os på en tur flere hundrede år tilbage til natmændenes makabre daglige opgaver og indædte magtkamp med de andre indbyggere. Natmændenes sang har ikke lydt i Københavns gader i flere hundrede år, men det gør den nu...

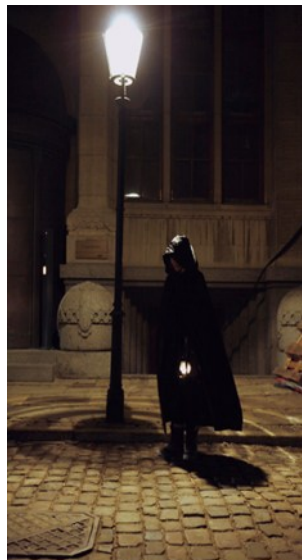


Foto: Ghosttour

Natmændenes historie er en fortælling om en befolkningsgruppes udstødelse, deres trang til hævn, magtesløshed, afmagt og stolthed.

Vi afslutter turen i Skt. Pederstræde og med frokost på Brewpub i Vestergade 29.

Tilmelding og betaling: Senest den 8. april

Tilmelding kan kun ske online på www.aeldresagen.dk/gentofte, eller på kontoret som er åbent mandag og onsdag fra 13 – 16.

Pris: 300 kr. – dækker guide og frokost med to stykker smørrebrød.

Turleder: Birgitte Svendsen, 28 40 76 76

Den Japanske have

Tidspunkt: Tirsdag den 5. maj 2026 kl. 10.30 til ca. 16.30

Mødested: Charlottenlund Station kl. 10.15



Foto: Anett Sander

Oplev Danmarks største japanske have i foråret. Haven er på i alt 10.000 m², og blev grundlagt i 1997, oprindeligt tegnet af havearkitekt H.C. Skovgård. I den japanske have er der brugt mange tusinde tons smukke sten fra egnen, som i istiden var et morænelandskab.

En af de mest markante haveformer er den japanske, den er kendetegnet ved en høj grad af symbolik bag hvert eneste træ, sten og busk. Haven er inddelt i 5 større og mindre haveafsnit: Vandrehaven, Meditationshaven, Sandhaven, Stenhaven og Murhaven, der hver rummer sin egen fortælling gennem formernes og planternes symbolik. Rundt om i haverne er der opsat skilte, der fortæller om den symbolske betydning. I turen indgår frokost med tre stykker smørrebrød og guidet foredrag om haven.

Tilmelding og betaling: Senest onsdag den 22. april.

Tilmelding kan kun ske online på www.aeldresagen.dk/gentofte, eller på kontoret som er åbent mandag og onsdag fra 13 – 16.

Pris: 485 kr. - dækker bus, entré, foredrag og frokost.

Turleder: Birgitte Svendsen, 28 40 76 76

Vi kører med "Jyttes busser" til Birkegårdens Haver, Tågerupvej 4, 4291 Ruds Vedby. Turen varer ca. 1½ time.

Guidet tur i Mindelunden

Tidspunkt: Onsdag, d. 6. maj 2026, kl. 14 til ca. 16

Mødested: Indgangen til Mindelunden, Tuborgvej 33, Hellerup. Vi mødes kl. 13.45

Vi inviterer til en stemningsfuld forårstur til Mindelunden i Ryvangen, hvor en guide vil føre os igennem det smukke og tankevækkende mindested og vi sammen dykker ned i historien om modstandskampen under Besættelsen. Rundviseren vil føre os gennem anlægget og fortælle om de dramatiske begivenheder, der har sat deres spor her.

Tag med og få en oplevelse, der både rører og beriger. Vi glæder os til at se dig!



Foto: Stillet til rådighed af Mindelunden

Tilmelding og betaling: Senest 30. april 2026

Tilmelding til arrangementer kan kun foretages online på www.aeldresagen.dk/ gentofte eller på kontoret, som har åbent mandag og onsdag kl. 13-16.

Pris: Kr. 75 – i prisen er inkluderet kaffe og kage.

Arrangementsansvarlig: Per Lindegaard-Hjorth, 40 61 69 82

Rundtur på Mariebjerg Kirkegård

Tidspunkt: torsdag den 21. maj 2026, kl. 11-ca. 13

Mødested: Indgangen til Kirkegården, Mariebjergvej 1, 2820 Gentofte.

Kom med på en rundtur på den smukke Mariebjerg Kirkegård, når den er klædt i forårsfarver. Hør om kirkegårdens tilblivelse, og oplev de meget forskellige afdelinger. Turen foregår til fods og er desværre ikke egnet til gangbesværede. Vi slutter med en kop kaffe og en kage.

Tilmelding og betaling: Senest 14. maj 2026. Max 20 deltagere.



Foto: Privat

Tilmelding til arrangementer kan kun foretages online på www.aeldresagen.dk/gentofte eller på kontoret, som har åbent mandag og onsdag kl. 13-16.

Pris: Kr. 40 - i prisen er inkluderet kaffe og kage

Arrangementsansvarlig: Karin Hansen, mail: karin.hansen@pol.dk

BANKO

Siden januar 2024 har vi spillet banko på udvalgte søndage. Det har været en stor succes, og den gentager vi i 2026.

Så i stedet for at sidde og filosofere over vejret, så kom glad og spil med på en måske lang og kedelig søndag.

I foråret spiller vi banko

Søndag den 18. januar 2026, kl. 14-16

Søndag den 22. februar 2026, kl. 14-16

Søndag den 22. marts 2026, kl. 14-16

Søndag den 19. april 2026, kl. 14-16

Sted: Ældre Sagens lokaler, Ordrupvej 60, Charlottenlund (der er elevator)

Foto: Per Lindegaard-Hjorth



Du behøver ikke sidde og kede dig søndag eftermiddag. Kom hellere og vær med til at spille banko – også, hvis du ikke har prøvet det før.

Vi er både banko-novicer og banko-entusiaster, der mødes til et par timers hyggeligt samvær. Du har gode chancer for at vinde en af de mange fine præmier. Vi spiller i alt otte runder, der hver består af tre spil, nemlig banko på en række, to rækker og hele pladen.

Pris: 70 kr. - der inkluderer to bankoplader og en kop kaffe/te og småkager i pausen. Der kan købes yderligere plader på stedet for 20 kr. pr. stk.

Arrangementsansvarlig: Per Lindegaard-Hjorth, tlf. 40 61 69 82

Rejsekort

Det fysiske rejsekort som vi kender det, bliver udfaset i 2026.

Der er indført en ny mobil-app som hedder Rejsekort. Det er en anden måde at rejse på. I princippet med samme rabatter osv. Appen ved hvor man står på og når rejsen er færdig ved man hvor meget det har kostet -- lidt ligesom når man bruger en parkerings app.

IT klubben hjælper gerne med at installere og informere nærmere om hvordan den bruges og fungerer. Kig endelig forbi—se åbningstiderne på næste side.

Det skal lige nævnes at i særlige tilfælde er der mulighed for hjemmehjælp fra IT-klubben. Prisen for hjemmehjælp er kr. 75 uanset om vi kan løse problemet eller ej. 😊

Brug dit kamera til at scanne QR-koden

Flere steder i bybilledet kan du komme ud for at skulle scanne for eksempel bus-tiderne eller restaurantens menukort. QR-koden er en stregkode, som kan aflæses med iPad, tablet eller smartphone.

Du kan komme direkte ind på Ældre Sagens hjemmeside her og læse om Gentofte-afdelingens mange tilbud.

QR-koden her danner et opslag til Ældre Sagen Gentoftes hjemmeside.

Brug din mobiltelefons kamera, og tryk derefter på det gule felt, som du kan se midt i billedet.

Husk at indstille din telefon til det:

Gå til indstillinger, find kamera og giv kameraet tilladelse til at bruge "Scan QR-koder".



IT-klubben

Åbningstider: Ordrupvej 60, 3. sal

Tirsdag og torsdag kl.10-13, onsdag kl. 13-15.30.

Kom senest en halv time før lukketid.

IT-klubben åbner efter juleferien tirsdag d. 6.1.26

Pris: Klippekort til fem besøg 80 kr. (gælder et år). Hvis du kun har brug for et enkelt besøg, koster det 20 kr. Du kan altid få de nyeste oplysninger på vores hjemmeside: www.aeldresagen.dk/ Gentofte.

Her kan du også kan tilmelde dig Nyhedsbrev fra Ældre Sagen Gentofte.



Foto: Privat fra IT- klubben

IT-klubben på Ordrupvej hjælper både begyndere og mere øvede brugere af pc og iPad/iPhone eller Tablet/Smartphones.

Du kommer med din bærbare computer, din iPad/tablet eller iPhone/Smartphone.

- Hjælp til opsætning af din PC
- Hjælp til iPhone/smartphone, iPad/tablet samt PC/Mac
- Hjælp til at bruge internettet blandt andet til digital post, skat, bank, sundhed m.m.
- Hjælp til tage billeder, sende billeder og arbejde med billeder
- Hjælp til MitID
- Der er til rejser med offentlig transport indført en ny mobiltelefon-app, der hedder Rejsekort. Den afløser det fysiske Rejsekort i 2026. IT-klubben hjælper gerne med overgangen hertil.

Engelsk 1 konversation

Ordrupvej 60, 3., lokale 33

Henvender sig til alle, der ønsker at forbedre deres engelsk. Der er ikke krav om et bestemt niveau; dog skal man være i stand til at føre en samtale med et vist ordforråd. Kurset tager afsæt i en læseplan for semestret og fokuserer primært på samtale og konversation på engelsk, herunder rollespil, diskussioner om aktuelle emner i ind- og udland, lytteøvelser, læsning og diskussion af nemme litterære engelske tekster. Der kræves ingen forberedelse til de enkelte timer.

Tirsdag kl. 10.30-12.30

Tirsdag kl. 13-15

Periode: 1.10.25-7.4.26

Anita Pontoppidan, 28 18 94 70

Pris: 300 kr. Dækker efterår 2025 og forår 2026.

Engelsk 2 konversation

Ordrupvej 60, 3., lokale 33

For dig, der gerne vil være up-to-date med det engelske sprog og lære de nyeste ord og vendinger at kende. Deltagelse kræver et godt kendskab til engelsk og der vil være hjemmearbejde og skriftlighed i arbejdet.

Mandage kl. 14-16

Periode: 30.9.25-13.4.26

Annie Iwersen, 20 46 70 72

Birthe Bolvig, 24 23 73 20

Charlotte Galbo, 61 68 84 99

Pris: 300 kr. Dækker efterår 2025 og forår 2026.

Fransk studiekreds

Ordrupvej 60, 3., lokale 34

Vi læser og diskuterer fransk litteratur, både klassisk og moderne.

Tirsdag kl. 10.30-12.30

Periode: 16.9.25-31.3.26

Bente Menzies, 24 40 93 94

Pris: 350 kr. Dækker efterår 2025 og forår 2026.

Fransk konversation

Ordrupvej 60, 3., lokale 33

Vi læser og diskuterer franske noveller og uddrag af romaner og biografier.

Onsdag kl. 11-13

Periode: 18.9.25-15.4.26

Lisbeth Littrup, 20 47 17 22

Pris: 350 kr. Dækker efterår 2025 og forår 2026

Fransk - sproglig træning

Ordrupvej 60, 3, lokale 33

Vi læser og diskuterer fransk litteratur, både klassisk og moderne.

Periode: 18.9.25—1.4.26

Onsdag kl. 14 - 16

Mary Anne Ingsholt, 20 94 31 19

Pris: 350 kr. Dækker efter 2025 og forår 2026

Italiensk konversation

Ordrupvej 60, 3., lokale 33

Torsdag kl. 11-13

Periode: 9.1.25 - 7.5.26.

Hans Kryger Larsen, 20 78 18 63

Kurset er uden lærer og er baseret på aktiv deltagelse.

Pris: 200 kr. Dækker forår 2026.



Fællessang

Ordrupvej 60, 3. lokale 39

Vi synger sange og viser til akkompagnement af harmonika ved Kirsten Håkansson.

Hver anden tirsdag i ulige uger

Tirsdag kl. 10.30-12

Periode: 7.1.25 - 9.5.26. Første gang i 2026 er den 13.1.26 indtil den 9.5.26.

Anne Skovsted, 22 45 80 30

Pris: 100 kr. der dækker hver anden tirsdag i ulige uger foråret 2026.

Motion

Hensyntagende gymnastik

Ordrupvej 60, 3., lokale 39

Stående/siddende, vi får pulsen op og gjort kroppen levende.

Onsdag kl. 10.30-11.30

Periode: 22.10.25-13.5.26

Natasha B. Choupay Høgdal 2728 8231

Pris: 350 kr. Dækker efterår 2025 og forår 2026.

Floorball for kvinder 60+

Gymnastiksalen Nymosehave,
Stolpehøj 150, Gentofte

Vi får pulsen op og har det sjovt. Udstyr haves.

Onsdag kl. 13.3 - 15

Periode: 13.8.25 frem til sommerferien starter.

Lise Lotte Buron, tlf. 42 74 67 02

Pris kr. 100. Dækker efter 2025 og forår 2026.

Hyggedans for par

Kildeskovshallen, sal 1, Adolfsvej 25

På holdet danser vi de 5 standarddance og de 5 latindance samt lejlighedsvis ældre selskabsdance. Det primære formål er, at vi får noget motion og har det hyggeligt med dansen og samværet.

Dansen er for begyndere og øvede.

Onsdag kl. 13.15-15.15

Periode: 13.1.26 - 5.5.26.

Kell Arp, 20 22 01 84

Pris: 200 kr. Dækker forår 2026.



Fitnessgymnastik m/k

Kildeskovshallen, sal 1, Adolfsvej 25
Styrke- og konditionstræning for
herrer og damer.

Samme program på begge hold.

H1. Torsdag kl. 13-14

H2. Torsdag kl. 14.10-15.10

Periode: 19.9.25 -27.3.26

Margot Gunzenhauser, 21 48 87 20

Pris: 100 kr. Dækker efterår 2025 og forår 2026.

Senior Volleyball

Gentoftehallen, hal B,
Ved Stadion 14

Fredag kl. 9.30-12

Periode: 8.8.25-19.6.26

Der er ikke faste makker og der byttes rundt.

Allan Bertelsen, 30 24 52 72

Leif Sonntag, 61 50 16 67

Pris: 100 kr. Dækker efterår 2025 og forår 2026.

Gåture i Dyrehaven

Vi mødes ved Røde Låge ved Klampenborg Station

H1: Tirsdag kl. 10.30-12

Anita Vedel, 26 16 25 00

H2: Torsdag kl. 10.30-12

Kirsten Skak Poulsen, 40 58 86 04

Periode: 5.8.25-7.8.26

**Gratis. Tilmelding online eller på konto-
ret er nødvendig.**

Stavgang

Vi mødes på Vældegårdsvej ved hjørnet af "Ved Slotshaven". Mødestedet kan skifte. Medbring selv stave. Instruktion gives.

Mandage kl. 10-11.30

Morten Sparre-Andersen, 50 69 83 79

Periode: 1.9.25-1.6.26

**Gratis. Tilmelding online eller på konto-
ret er nødvendig.**

Line dance

Ordрупvej 60, 3., lokale 39

H1 Let øvede: Mandag kl. 11-12

H2 Del øvede: Mandag kl. 12.15 - 13.15

H3 Meget øvede: Mandag kl. 13.45-14.45

H4 Nybegynder: Onsdag kl. 13 -14

H5 Nybegynder: Onsdag kl. 14.15-15.15

Periode: 1.9.25-6.5.26

Sylvia Mortensen, 25 27 04 61

Pris: 400 kr. Dækker efterår 2025 og forår 2026.

Badminton

Gentoftehallen, hal B,
Ved Stadion 14

Medbring selv ketsjer og fjerbolde.

Der er ingen undervisning, man skal have spillet før og have kendskab til spillereglerne.

H1 Mandag kl. 11.15-12.15

H2 Mandag kl. 12.15-13.15

Periode: 11.8.25-15.6.26

Finn Jensen, 40 51 86 95

H3 Tirsdag kl. 11.20-13.00

Periode: 12.8.25-16.6.26

Merete Bertelsen, 24 27 85 91

H4 Onsdag kl. 11.15-12.30

Periode 13.8.25-17.6.26

Finn Jensen, 40 51 86 95

H5 Torsdag kl. 11.30-12.30

Periode: 14.8.25-18.6.26

Ole Munk Plum, 61 33 29 49

Pris: 100 kr. Dækker efterår 2025 og forår 2026.

Bordtennis

Kildeskovshallen, sal 1,
Adolfsvej 25

Medbring selv bat og bolde. Der er ingen undervisning. Man skal have spillet før og have kendskab til spillereglerne

H1 Mandag kl. 11.45-15.00

Rutinerede 11.45. Let øvede fra kl.13.00

Periode: 11.8.25 -22.6.26

H2 Tirsdag kl. 10.15-13

Rutinerede og turneringsspillere (gruppe C og B)

Periode: 12.08.25 -23.6.26

H3 Tirsdag kl. 12:30-15.15

Let øvede (gruppe D)

Periode: 12.8.25 -23.6.26

H4 Fredag kl. 11.45-15.00

Rutinerede 11.45. Let øvede fra kl. 13.00

Periode:15.8.25-26.6.26

Bente Keittelman, 26 20 85 10

Pris: 100 kr. Dækker efterår 2025 og forår 2026.

Kreativitet

Strik og kreative ideer

Ordrupvej 60, 3., lokale 39

Medbring selv materialer.

Fredag kl. 10-13

Periode 5.9.25-24.4.26

Käthe Empacher, 23 27 13 55

Pris: 400 kr. Dækker efterår 2025 og forår 2026.



L'hombre

Ordrupvej 60, 3. lokale 38

Kom og vær med. Oplæring kan finde sted.

Onsdag kl. 19-22

Periode: 3.9.25-29.4.26

Merete Gorm, 20 63 28 91

Pris: 400 kr. Dækker efterår 2025 og forår 2026.

Skak

Ordrupvej 60, 3. lokale 33

Mest for at spille, men også for at diskutere forskellige aspekter af spillet.

Mandag: kl. 10.30-12

Periode: 15.9.26-30.3.26

Hans Henning Thiesen, 29 62 40 66

Pris: 400 kr. Dækker efterår 2025 og forår 2026.



Backgammon

Ordrupvej 60, 3. lokale 33

Spillet introduceres, og vi spiller backgammon. Vi spiller sammen samtidig skakspillerne.

Hver anden mandag kl. 10.30-12

Periode 4.9.25-11.5.26

Erik Sommer, 31 53 02 61

Pris: 225 kr. Dækker efterår 2025 og forår 2026

Billard: Dag og aftenhold

Ordrupvej 60, 3. Lokale 35

Mandag kl. 10-17

Tirsdag kl. 10-17 og kl. 17-22

Onsdag kl. 10-17 og kl. 19-22

Periode: 4.8.25—31.5.26

Mogens A. Sørensen, 23 81 54 50

mas@webspeed.dk

Pris: 50 kr. pr. md.

Bridgesæsonen 1.9..2025 – 30.4.2026

Sted: Ordrupvej 60, 3.

Pris 400 kroner for sæsonen.

Der er ingen undervisning på holdene.

Information til nye spillere ved personlig henvendelse på kontoret, mandag og onsdag kl. 13.00 – 16.00 eller telefon 39 90 51 52 (samme tidsrum).

I øvrigt henvises til Ældre Sagen Gentoftes hjemmeside under spil.

Bridge – hygge:

Mandag kl. 13.00 - 16.00

Tirsdag kl. 14.00 - 17.00

Bridge – turnering:

Mandag kl. 14.00 – 17.30

Mandag kl. 18.30 – 22.00

Tirsdag kl. 10.30 – 14.00

Onsdag kl. 13.00 – 16.30

Onsdag kl. 19.00 – 22.00

Torsdag kl. 13.00 – 16.30

Torsdag kl. 18.00 – 22.00



Redaktion

Ordrupvej 60, 3. sal, 2920 Charlottenlund. Tlf. 39 90 51 52

Lokalredaktør: Per Ørsted
dgb@aeldresagen-gentofte.dk

Hjemmeside

www.aeldresagen.dk/gentofte

Her kan du også tilmelde dig vores

Nyhedsbrev med

Nyt fra din Lokalforening

Det Gule Blad udkommer i januar og juli.

Deadline for modtagelse af stof til næste udgave af bladet er den **5.5.2026**

Der tages forbehold for ændringer og eventuelle trykfejl.

Mail til Ældre Sagen Gentofte:

aeldresagen@aeldresagen-gentofte.dk

Foto: Fotografier uden fotografens navn er Ældre Sagens private.

Foto forside: ÆSG

Tryk: AKA print. Oplag: 2.000

Bliv frivillig

Se, hvordan du kan være med til at gøre en forskel som frivillig i Ældre Sagen.

Du kan være frivillig på forskellige måder:

- Du kan give et ældre menneske støtte og omsorg.
- Du kan være med til at organisere Ældre Sagens frivillige tilbud.

Hvis du ønsker at blive frivillig i Ældre Sagen, kan du kontakte Frivilligafdelingen tlf. 33 96 86 89 eller gå ind på hjemmesiden www.aeldresagen.dk og udfylde skemaet.

Dine fordele som medlem af

Ældre Sagen

Når du er med i Ældre Sagen, bidrager du sammen med mere end en million andre til et Danmark, hvor det er godt at blive ældre.

Se de mange medlemsfordele på

www.aeldresagen.dk.

Nye medlemmer og kontingent

Indmeldelse foretages ved direkte indbetaling af kontingent til Ældre Sagens hovedkontor, Snorresgade 17-19, 2300 København S.

Telefon 33 96 86 89, eller gå ind på hjemmesiden www.aeldresagen.dk og udfyld skemaet.

Et personligt medlemskab koster kr. 145 halvårligt. Familiemedlemskab koster kr. 240 halvårligt og dækker 2 personer i husstanden.

Kontingentet betales i januar og juli.

Gratis rådgivning

Ældre Sagens jurister og socialrådgivere rådgiver hvert år over 50.000 medlemmer og pårørende. Rådgivning er telefonisk, og du kan ringe gratis om alle sociale og juridiske spørgsmål.

Telefonnummeret er 70 89 00 81. Åbent mandag, tirsdag og onsdag kl. 10-14 og torsdag kl. 14-18.