

Ældre @ Sagen



Informationer fra lokalbestyrelsen i Ølstykke

Nr. 45

25. årgang

Efterår 2015



Onsdagscykelholdet på tur

Modtager:

Husk

Lokalbestyrelsen for Ældre Sagen i Ølstykke

	Formand	Ann Larsen Smaragdvej 6 2044 0116 e-mail: anfl.larsen@gmail.com
	Næstformand	Ole Koefoed Dr. Ingrid's Vej 28 2572 3008 e-mail: okoefoed@gmail.com
	It-koordinator 2	Mogens Laursen Maglehøjvej 35 2028 6355 e-mail: laurs@mail.tele.dk
	Kasserer	Erik Jørgensen Violvej 3 4017 7066 e-mail: erikjoerg@gmail.com
	Social-humanitær Besøgstjeneste	Inge Hjort Andantevej 5, 4717 7650 eller 2142 0350 e-mail: ihhnnypost.@gmail.com
	Sekretær Bladredaktør	Hanne Knudsen Smaragdvej 14 3023 8096 e-mail: hgk@pc.dk
	Motionskoordinator	Benny Bauner Bjarkesvej 14 3049 4908 e-mail: bw.bauner@gmail.com
	Suppleant Arrangementer og Rejser	Karsten Andersen Ryttervænget 6, 5191 3053 e-mail: tokaa@mai.dk
	Suppleant Arrangementer og Rejser	Inga Blankenborg Krebsen 89 2733 7441, e-mail: ingab@youmail.dk

Hjemmeside: www.aeldresagen.dk
E-mail: aeldre.sagen.oelstykke@gmail.com

Formanden har ordet

Så gik endnu en sæson med fuld fart på.

Vi fik 189 nye medlemmer, som vi byder velkommen.

I bestyrelsen har vi sagt farvel til Svend T. Jensen, som i 10 år har stået for al vores IT, og vi siger rigtig mange tak for hans store indsats.

Vores nye mand på IT-posten er Mogens Laursen, som vi byder velkommen.

Benny Bauner er kommet i bestyrelsen, så også velkommen til Benny.

Vi påtænker at lave lidt reklame for os selv, så alle – især nye medlemmer – inviteres til at besøge os på Græstedgård, den 22. august fra kl. 10.00 til 14.00 for at se og høre om alle vores aktiviteter og arrangementer.

Vi glæder os til at se rigtig mange, så vi på bedste vis kan vise, hvad vi har at tilbyde. Vi byder på lidt let at spise og drikke.

Alle vores aktiviteter fortsætter som hidtil, både sommeraktiviteter som er i gang og vinterhold, som starter omkring 1. september. Vi glæder os til at se rigtig mange af jer på alle hold.

Rigtig god sommer

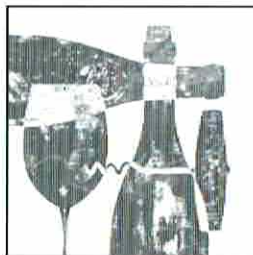
Ann

Kontoret på Græstedgård, Udlejrevej 13B (lok. 9)

Kontoret på Græstedgård har i 2. halvår 2015 åbningstid kl. 15.00-17.00, 27.8., 24.9., 29.10., 26.11., 17.12., hvor tilmelding og betaling ved fremmøde kan ske som anført under de enkelte arrangementer. Man kan i kontortiden også ringe på tlf. 6066 3650, og indbetaling sker da ved overførsel til vores konto i **Nordea 1345 3497 378 523**

Deadline til næste blad: 1. november 2015

BESØG PÅ DANSK VINGÅRD
Harløsevej 164, 3400 Hillerød
Onsdag d. 23. september 2015 kl. 14.00.



Lidt uden for Hillerød ligger Frederiksborg Vin, som producerer vin af danske druer. Vi får en rundvisning i marken og vineriet med efterfølgende vinsmagning.

Pris pr. person kr. 100,-.

Der vil efterfølgende kunne tilbydes et let måltid til en pris af kr. 125 pr. person + drikkevarer.

Såfremt samkørsel kan tilbydes eller ønskes, bedes

dette oplyst v/tilmeldingen.

Tilmelding tirsdag d. 27.8.15 mellem 15-17 på Græstedgård eller tlf. 6066 3650 i samme tidsrum.

Betaling til bankkonto 1345 3497 378523 mrk. VIN samt navn på indbetaler.

Arrangementsansvarlig: Inga Blankenborg, tlf. 2733 7441.

GULE ÆRTER
Græstedgård, Udlejrevej 13B, "Laden"
Fredag den 20. november 2015 kl. 18.30



Bestyrelsens herrer går igen frisk til gryderne, når de igen i år fremtryller hjemmelavede gule ærter med tilbehør, samt efterfølgende kaffe og æbleskiver. Bagefter er der dans indtil kl. 22.30 til pianisten Per Bjørns underholdningsmusik.

Drikkevarer kan købes til sædvanlige populære priser.

Deltagerprisen er uændret kr. 150,- pr. person.

Tilmelding 29.10.2015 på Græstedgård kl. 15-17

eller pr. tlf. 6066 3650 i samme tidsrum.

Betaling til bankkonto 1345 3497 378523 senest d. 1.11.2015 mrk. GUL og navn på indbetaler.

RUNDVISNING PÅ TV2LORRY
Allegade 7-9, 2000 Frederiksberg
Tirsdag d. 6. oktober 2015 kl. 19.00 - 21.00



Rundvisningen omfatter introduktion til, hvordan, der arbejdes i løbet af dagen og vi overværer i studiet aftenens direkte 19.30 udsendelse hvorefter vi beskuer de historiske lokaler. Der bydes på en sodavand under arrangementet. Pris kr. 90,- per person - max 30 personer.

Såfremt samkørsel kan tilbydes eller ønskes, bedes dette oplyst ved tilmeldingen.

Tilmelding torsdag d. 24.9.2015 mellem 15-17 på Græstedgård eller tlf. 6066 3650 i samme tidsrum.

Betaling til bankkonto 1345 3497 378523 mrk. LORRY samt navn på indbetaler.

Arrangementsansvarlig Inga Blankenborg, tlf. 2733 7441

NYTÅRSKUR
Bibliotekssalen, Østervej 1
Fredag d. 8. januar 2016 kl. 14-17



Kom og vær med til vores festlige tradition – gerne i nytårsskruddet med hatte, diademer eller andet festligt. Vi byder på et glas bobler med hjemmelavet kransekage samt kaffe.

Der vil også være mulighed for en svingom til musik udført af "Bott Blues Band" med 8 mands besætning.

Prisen vil på ny kun være kr. 50,- pr. person for denne hyggelige eftermiddag.

Tilmelding torsdag d. 26.11.2015 eller d. 17.12.15 mellem kl. 15 – 17 ved personlig henvendelse på Græstedgård eller pr. telefon 6066 3650 i samme tidsrum.

Betaling til bankkonto 1345 3497 378 523 senest d. 31.12.2015 mrk. KUR og navn på indbetaler.

Juletur 2015 til Tønder, Kiel og Flensborg torsdag d. 3.12 og hjemkomst d. 4.12.15.

Afrejse med bus fra Ølstykke om morgenen og via Storebælt til Tønder, hvor vi besøger julemarkedet. Derefter fortsætter vi til Kiel, og indskrives på Hotel Maritim Bellevue, hvor vi spiser en tre retters aftenbuffet.

Næste dag fortsættes til Flensborgs julemarked og senere rundvisning. Vi spiser frokost på Hansens Bryghus.

Efter frokost kører vi til et supermarked i Harrislee, hvor der kan handles, inden vi kører hjem.

Pris kr. 1.176,- pr. person i dobbeltværelse. tillæg for eneværelse kr. 250,-. Tilmelding torsdag d. 24.9.15 og 29.10.15 samt 26.11.15 på Græstedgård kl. 15-17 eller telefonisk 6066 3650 i samme tidsrum. Kontaktpersoner, Karsten Andersen 5191 3053 eller Inga Blankenborg 2733 7441. Betalingen vil blive opkrævet via Riis rejser.

Forårstur til Andalusien i Spanien med Vitus Rejser

Vi planlægger en flyrejse til Andalusien fra den 17.5. til 24.5.2016. Vi flyver til Malaga og bor i Costa Tropical på Sydspaniens smukke solkyst.

Vi flyver fra Kastrup til Malaga, hvor vores danske rejseleder modtager os og fører os ud til vort hotel.

Vi skal på gåtur til Salobrenã, til marked, besøge en romfabrik, på udflugt til Malaga Picassos fødeby og til Sierra Nevada bjergene, hvor vi besøger et skinketørreri samt en af de typiske hvide landsbyer, hvor frokosten - paella serveres under åben himmel.

Der er også mulighed for en ekstra udflugt til Granada og Alhambra mod egenbetaling ca. kr. 735,-pr. person

Rejsens pris vil blive ca. 6.300 kr. Se mere på vores hjemmeside eller i næste nr. af nyhedsbladet.

Skulle du allerede nu være interesseret i at deltage kan, du melde dig til på Græstedgård i vores kontortid 15-17 (se datoer på side 3 i bladet), eller til Karsten Andersen tlf. 5191 3053 eller Inga Blankenborg tlf. 2733 7441.

Ensomhed

Ældre Sagens fokus er i 2015 rettet mod ensomhed. Ensomhed er mange ting. Man kan være ensom imellem mange mennesker, man kan være ensom i eget hjem, hvor man ikke får besøg, man kan mangle nogen at rejse med eller man kan mangler en eller flere at dele oplevelser med.

Det er ingen skam at være ensom. Vi har sikkert alle været ensomme på et eller andet tidspunkt i vores liv, og vi har måske også haft behov for et skub for at komme ud af ensomheden.

Vi kan alle hjælpe med at skubbe. Kender du en medborger, som er ensom og ikke selv ønsker at være det (der findes jo flere, som trives med at være alene), kan du forsøge at lokke vedkommende med til et af vore mange arrangementer.

Kan - eller vil du ikke selv, hjælpe vi i lokalbestyrelsen gerne til. Kontakt Inge Hjort Nielsen på tlf.: 4717 7650 eller e-mail ihhnnypost@gmail.com så prøver vi at finde en god løsning.

Nye kørekortregler til orientering

Fornyelse af kort for personer mellem 70 og 75 år, hvis kørekort udløber på 70 års-dagen, koster 120 kr.

Prisen for fornyelse af kørekort for personer over 75 år er fra 1. marts 2015, kr. 50. Dertil kommer udgiften til lægeerklæring. Lægeerklæringen kan koste 400-500 kr.

De nye regler betyder også, at den første fornyelse nu kan strække sig frem til 75-års fødselsdagen, og at der som udgangspunkt ikke skal afleveres en lægeerklæring ved denne fornyelse.

Fra man er 75 til 79 år kan kørekortet fornys med lægeattest, men nu med en gyldighedsperiode på to år ad gangen.

Fra man er 80 år kan kørekortet fornys med lægeattest og med en gyldighedsperiode på et år ad gangen.



Gå godt
gå til

**Statsautoriseret
Fodterapeut**

V/Kira Weile

Niels Olsens Vej 4
3650 Ølstykke
(Ved ALDI)

Tlf. 4717 1729

Gå fra problemerne

Kom ind og prøv skoen,
der for mange reducerer
smerter i ankler, knæ,
hoftelæd og ryg

Skoen har et nyt sålesystem som guider foden i den optimale fodstilling.

Mange oplever desuden en aflastet forfod, samt lindrende hælsmarter.

Læs mere på www.gaitline.com



**GAIT
LINE**

 *Michele's Fodklinik*



Klinik for fodterapi

Michele Pedersen
Statsautoriseret fodterapeut

Rådhus Allé 14

3650 Ølstykke

Tlf. 47 17 32 33

mob. 26 16 38 33

kontakt@michelesfodklinik.dk

www.michelesfodklinik.dk

Festsange (annonce)

Festlige, sjove, personlige sange forfattes, også på kort tid og til ethvert formål. Næsten frit melodivalg. Du kommer med oplægget, så klarer jeg resten.

Kan du ikke komme til mig, for at snakke indhold og melodi, så kommer jeg gerne hjem til dig.

Du kan trygt ringe til mig, så finder vi ud af det. Jeg hedder Eigil og har tlf. 4717 6150



Niels Larsens Bogtryk ApS

**Kopi • Print • Offset
Stans • Præg • Bogbind**

Tlf. 47 17 45 56

nlbtryk@nlbtryk.dk

www.nlbtryk.dk

Klinik for fodterapi



Fodterapeut

Anni Pedersen

Hørvænget 10 • 3650 Ølstykke

Tlf.: 2650 0363



(Annonce fra Egedal Kommune)

Egedal kommunes fest for pensionister 2015

Affholdes torsdag, den 22. oktober i Ølstykke Hallen, kl. 17.00- 23.00

Syngepigerne fra Bakkens Hvile vil igen i år underholde med deres festlige og vovede sange og viser, ligesom det lokale orkester Jensen og Co. Spiller op til dans.

Pris kr. 175 pr. deltager.

Egedal Kommune sælger Billetter fra Smørum Kulturhus, Rytter-skolen i Ganløse, Hep-Huset i Stenløse og Ølstykke Bibliotek, Torsdag, den 17. september 2015, kl. 14.00 – 16.00.

Informationsservice

Tilmeld dig vores informationsservice.

Vil du gerne holdes informeret om nye aktiviteter, arrangementer, udflugter mm., som vi ikke har fået med i vores blad, og/eller vil du gerne have en "husker" når det er tid for tilmelding til planlagte arrangementer, så send din e-mailadresse til okoefoed38@gmail.com

Vi bestræber os på at udsende e-mails, så ingen andre end du selv kan se din adresse. Husk også vores hjemmeside: www.aeldresagen.dk

Influenzavaccination

Sted Græstedgård, lokale 4

Torsdag, den 1.10. , kl. 9.30-11 og torsdag, den 29.10.2015, kl. 11-12

Igen i år står Ældre Sagen Ølstykke for gratis influenzavaccination af pensionister

BESØGSVENNER

Interesserede nye besøgsvenner og besøgsmodtagere kan henvende sig til Inge Hjort og få en snak om mulighederne for hyggeligt samvær, tlf.. 4717 7650 eller 2141 0350, e-mail: ihhnnypost@gmail.com

Undervisning i Ølstykke

Engelsk hold 1-Brush up kursus

Tirsdage kl. 10.00-12.00 på Græstedgård i lokale 9

Underviser Helle Arnø, tlf: 4717 2453 eller helle.arnoe@gmail.com

Holdet fuldttegnet

grundgebyr kr. 200 ekskl. Bøger. Beløbet indbetales på konto nr. 1345 3497 378 523 senest 1.9.2015. Husk at anføre ENG 1

Engelsk hold 2-Lidt øvede

Tirsdage kl. 10.00-12.00 på Græstedgård i lokale 10

Engelsk samtale, vi taler kun engelsk i undervisningen.

Underviser Inga Blankenborg, tlf. 2733 7441

grundgebyr kr. 50,00 ekskl. Bøger. Beløbet indbetales på konto nr. 1345 3497 378 523 senest 1.9.2015. Husk at anføre ENG 2

Engelskhold 3 - Fortsættere / øvede

Onsdage 10.00-12.15 på Græstedgård i lokale 10

Underviser: Kamal Khan, tlf.3051 3631, mail: kk_consult@hotmail.com

grundgebyr kr. 50,00 ekskl. Bøger. Beløbet indbetales på konto nr. 1345 3497 378 523 senest 1.9.2015. Husk at anføre ENG 3

Engelskhold 4 - Begyndere

Onsdage 13-15-15 på Græstedgård i lokale 10

Underviser: Kamal Khan, tlf.3051 3631, mail: kk_consult@hotmail.com

grundgebyr kr. 50,00 ekskl. Bøger. Beløbet indbetales på konto nr. 1345 3497 523 senest 1.9.2015. Husk at anføre ENG 4

BLIV FRIVILLIG

Har du lyst til at blive frivillig, så mangler vi hjælp til gymnastik, besøgsvenner og andet praktisk arbejde. Henvendelse til formand Ann Larsen tlf. 2044 0116.

Undervisning i Ølstykke

IT-kurser og aktiviteter Efterår 2015

Tid: Tirsdage kl. 09.15 – 11.45 Sted: Græstedgård lok. 5

Hold 3 Begynderhold (ingen eller lidt PC-kendskab) 6 – 8 gange.

Undervisningen varierer efter ønsker og behov, med vægt på brug af internet, mail, NEM-ID mm.

Pris: 120 kr. for materialer og kaffe/the. Start: September 2015 – aftales med underviser, Lisbet Engberg-Andersen

Tid: Tirsdage kl. 10.00 – 12.30 Sted: Stengårdsskolen, "Stengrotten"

Hold 4. Billedbehandling (kræver nogen PC-kendskab) 6 – 7 gange. Vi bruger bl.a. Picasa 3 og Windows Movie Maker.

Pris: 120 kr. for materialer og kaffe/the. Start: September 2015 – aftales med underviser. Underviser, Svend T. Jensen

Tid: Tirsdage kl. 10.00 – 12.30 Sted: Græstedgård lok. 4

Hold 5. Tekstbehandling og regneark (kræver nogen PC-kendskab) 7 – 8 gange. Vi bruger programmet "Libre-Office" (gratis) – kan installeres 1. gang. Lidt hjemmearbejde påkrævet. Lær at lave invitationer, sange, indsætte billeder i tekster m.v. Vi slutter af med lidt om brug af regneark.

Pris: 120 kr. for materialer og kaffe/the. Start: september 2015 – aftales med underviser, Ole Gottlieb (Tekstbehandling) Ole Koefoed (Regneark)

Torsdage 10.00 – 12.30 – Start: 24. september. Stengrotten på Stengårdsskolen i Ølstykke

Hold 6. Optimering af PC (forudsætter nogen PC-øvelse) 5 gange. Er din PC blevet sløv? – Vi vil gennemgå muligheder for optimering. Vi arbejder med Windows programmer og et antal gratis programmer. Du medbringer egen bærbar PC.

Pris: 100 kr. som dækker materialer og kaffe/the. Underviser, Hilmer Hansen

IT-caféer (kræver ikketilmelding)

Tid: Tirsdage kl. 10.00 – 12.00 Sted: Græstedgård lok. 4

Tid: Torsdage kl. 10.00 – 12.00 Sted: Stengårdsskolen, Stengrotten

(Adgangsforhold uegnede for gangbesværede)

Hjælp til PC'er, programmer, Tablets, I-pads og Smart phones.

Pris pr gang: kr. 10 for hjælp og kaffe/the. Sæson start: 1. september 2015

Tilmelding til IT - kurser

Aeldreundervisning.oelstykke@gmail.com, på IT-caféerne og i kontortiderne på Græstedgård – se side 3.

Undervisning i Ølstykke

Introduktion til slægtsforskning.

Har du overvejet at starte på slægtsforskning, men ikke rigtig fundet en måde at komme i gang på, så er dette lille kursus måske noget for dig.

Efter en introduktion til måder at slægtsforske på, og til de kilder der er til rådighed for os som slægtsforskere (dag 1) får I hver især lejlighed til at vælge hvad I har lyst at begynde med, og jeg hjælper jer i gang. Med 4 deltagere pr hold, er der god tid til at hjælpe alle.

Selv om slægtsforskning kan dyrkes uden PC, så forudsætter dette kursus egen bærbar PC og et nogenlunde kendskab til brugen af denne og til brugen af hjemmesider.

Varighed: 3 onsdage på Græstedgård – Lokale 5. Pris: 50 kr. der inkluderer materialer og kaffe/te. Start: Onsdag d. 16. september 2015. Underviser: Mogens Laursen. Ved overtegning skrives på venteliste.



15 % rabat til Ældre Sagens medlemmer -

CHAISONG
Thai Massage

Rådhus Alle 17
3650 Ølstykke
Tlf. 3056 1469
info@chaisong.dk
www.chaisong.dk

Motion og friluftaktiviteter i Ølstykke

Lystfiskeri/Ældrefisk

Tid: den 1. mandag i måneden i tidsrummet kl. 15.00-17.30.

Sted: Græstedgård, lokale 7.

Vi mødes til en sludder over en kop kaffe/småkager til en rund 10er. Vi planlægger ture og arrangementer og påregner 2 til 3 ture med båd i løbet af foråret samt ture til ær, kyst og "Put and Take" alt efter, hvad vi har lyst til. Info: fiskestangen@58100642.dk eller ring på 6013 3500.

Lege og samvær i naturen

Tid: 26. august, 23. september, 21. oktober og 18. november (afslutning)

Sted: Ølstykke Bibliotek

Mennesker holder ikke op med at lege, fordi de er blevet gamle. Mennesker bliver gamle, fordi de holder op med at lege.

I den kommende sæson leger vi efter samme "opskrift" som foregående år, idet der dog også vil blive plads til relevante og accepterede nyskabelser. Hertil kommer, at der tillige stadig er teoretiske opgaver om naturen og om vores historie.

Der er plads til enkelte nye interesser.

Esther (4717 8077) og Jens (4710 1301).

Oplevelser og motion på cykel

Tid: Onsdage i lige uger, kl.

11.00 første gang 1. april 2015

Sted: ved bageren i stationsbyen

Vi cykler 2 ture, en kort på ca. 20 km og en lang på ca. 40 km. Vi kører i moderat tempo.

Fælles pause med medbragt mad og drikke. Oplev vores varierede natur fra cykelsadlen, bliv en del af et rart fællesskab, hør lidt lokalhistorie og kom i god form. Mød op som ovenfor anført. Cykelhjelme er obligatorisk.

Hør nærmere ved Janne (4717 6004) eller Jens (4710 1301).

Petanque

Tid: Tirsdag og torsdag kl. 13-15

Sted: Græstedgård have.

Vi spiller i Græstedgårds dejlige have, hvis vejret tillader det, spiller vi året rundt.

Spillereglerne er lette, så alle kan være med. Du skal selv medbringe kaffe og kugler, hvis du har lyst til at prøve, kan du godt låne nogle kugler.

Frokost petanque hver 14. dag på banerne ved græstedgård. Vi spiller fra kl. 11-12, så spiser vi vores medbragte mad og så spilles igen fra kl. 13-15 Poul Erik Dahl, tlf. 27256750

Krolf

Tid: Onsdage kl. 10-12

Sted: Græstedgårds Have

Krolf er halvt kroket, halvt golf og helt sjovt. Kom og vær med og

Motion og friluftaktiviteter i Ølstykke

nyd Græstedgårds dejlige have.
Pris 50 kr. pr. sæson.
Karsten Andersen, tlf. 5191 3053

Stavgang

Tid: Onsdage kl. 13.00

Sted: Græstedgårds P-plads

Stavgang træner både ben, arme og ryg, får pulsen op, og hjælper derved med at vedligeholde kroppen og styrke musklerne. Så bliv stavgænger, det er gratis at deltage.

Ingelise Lehmann tlf. 4717 9201

Stræk og Bøj

Tid: Mandage kl. 10-12 fra september til april.

Sted Ølstykke Hallen og Badmintonhallen

Hver mandag: Gymnastik, afspænding, håndbold, badminton, tæppecurling og kegler.

Hver anden mandag: Massagebolde. Den sidste mandag i måneden: Swimba.

Meld dig til på Græstedgård, lokale 9, den 20. august kl. 15-17 eller i kontortiden den 27. august kl. 15-17.

Eller indbetal kr. 100 på konto nr. 1345 3499 419 227 mrk. med for- og efternavn – senest den 20. august.

Har du ikke tidligere deltaget i Stræk og Bøj bedes du sende en mail til:

sogb.oelstykke@gmail.com med oplysning om navn, adresse samt tlf.nr.

Kontaktpersoner: Benny og Tove Bauner, tlf.nr. 30494908 eller 28662624

Travetur kort 4-5 km

Tid: Torsdage kl. 10-12

Sted: Lige uger: Ølstykke Station. Ulige uger: Bryggertorvet, Gl. Ølstykke.

Ingen tilmelding. Sidste torsdag i måneden tager vi på tur.

Husk madpakke.

Benny Bauner tlf.. 3049 4908 eller mail:

sogb.oelstykke@gmail.com

Travetur lang 12-15 km

Tid: Torsdage kl. 10.00

Sted: Lige uger: Ølst. Station. Ulige uger: Bryggertorvet, Gl. Ølstykke.

Ingen tilmelding. Sidste torsdag i måneden altid ved Ølstykke station, da vi tager på tur med bus eller tog. Husk madpakke. Lillian Sørensen, 4717 7671

Bowling

Tid: hver tirsdag

Sted: Stenløse Bowling

Vi spiller på 3 hold kl. 12, 13 og 14. Der er få ledige pladser.

Tilmelding kan ske til Leni Lensing, 4077 9270 eller Otto Fredskilde, 6064 7506.

Indendørsaktiviteter i Ølstykke

Blomsterdekoration	Jytte Hansen tlf.: 3091 1446 Fruentimmerne Torsdage i lige uger, kl. 14-17 Sted: Lokale 5 Gunvor Holdrup, tlf.. 2480 6837 gunkaj@webspeed.dk Nymferne Onsdage i ulige uger, kl. 13-16 Sted: lokale 9 Kirsten Andersen, tlf. 2122 8425 kiand49@hotmail.dk ell. Birgit Petersen tlf. 4011 1095 p.birgit@mail.com
Bridge	Herreværelser
Tid: Torsdage kl. 13.00-17.00 Sted: Græstedgård, lokale 10 Aktivitetsansvarlige: Helen & Geo Jensen, 4717 9396 .	Sted: Græstedgård Udflugter, madlavning og samvær mv. kun for mænd. Herreværelset Torsdage i lige uger kl. 17-22 Sted: lokale 9. Flemming Larsen, tlf. 4115 0976 Svend T. Jensen, tlf. 2067 9617 herrer3650@live.dk
Dameværelser	Karlekammeret Torsdage i ulige uger kl. 14-17. Lokale 4 - fuldttegnet Audun Reitzel, tlf. 2463 7545. audun@mail.dk
Sted: Græstedgård Udflugter, madlavning og samvær mv. kun for kvinder Jomfruburet Torsdage i lige uger kl. 18.30-22 Sted: lokale 11 - fuldttegnet Ulla Hautop Jensen tlf 3027 9617 ullah.jensen@gmail.com Tove Bauner tlf 2866 2624 tovebauner@gmail.com Pigekammeret Tirsdage i ulige uger, kl. 13-16 Sted: lokale 8. Lissi Stokkendahl, tlf. 4717 9865, stokkendahl@cdnet.dk Jette Weikop, tlf. 4716 1050 weikop@pc.dk Dameværelse Onsdage i ulige uger, kl. 13-16 Sted: lokale 8 Lilli Beck, tlf., 4086 1632 lillibeck@live.dk	Loge III Torsdage i lige uger kl. 14-16 lokale 4 - fuldttegnet Arne Hviid, tlf. 6018 5887, arhviid@youmail.dk Bjørnebanden Onsdage i lige uger, kl. 13-17 Lokale 9 Poul Thomsen, tlf.: 6013 3500

Indendørsaktiviteter i Ølstykke

Jazz-dans	Grethe Holmberg Høge, 4498 0092.
Tid: 18.10. kl. 14.00 Sted: Bibliotekssalen Vi danser jazz, der serveres kaffe og hjemmebagt kage og der kan der købes øl og vand. Håber vi ses til nogle hyggelige timer. Pris kr. 40,00. Inge Hjort	Madlavning og samvær
Line dance	Tid: Første torsdag i måneden. Fra september til maj. Kl: 16.30 til 20.00. Sted: Hampelandskolen i hjemkundskabslokalet. Vi laver alle former for mad og bagning. Deltagerne kan altid vælge emner (retter). Vi deles om udgifter til råvarer. Birgitte Friis-Mikkelsen. Tlf.: 2624 8218. Mail: vimse.lau@gmail.com
Tid: hver tirsdag Sted: Græstedgård, Salen kl. 13.45-15.00 danser lidt øvede. Kl. 15.05-16.20 danser øvede. Kl. 16.30-17.45 danser begyndere og dansere, der har danset 1 sæson. Nye deltagere er velkomne. Pris kr. 300 pr. halvår Ketty Jørgensen, tlf. 47 17 99 81, 40 35 97 81, kettyhoejbjerg@gmail.com	Maleklub
Litteraturkredse	Tid: 1. og 3. tirsdag i måneden kl. 15.00-19.00 sept.-april Sted: Græstedgård lokale 7 Akrylmaling på lærred og hygge. Vi inspirerer hinanden. I løbet af sæsonen vil vi tage ud og hente inspiration på udstillinger eller andet. Pris: kr. 300 som dækker kaffe/te og kage hver gang og tilskud til udflugter. Hanne Knudsen tlf.. 3023 8096 email: hkg@pc.dk
Sted: Græstedgård. Vore 6 litteraturkredse mødes 2. tirsdag i måneden kl. 10-12. Birgit W. Nielsen , tlf. 4717 8091. 3. tirsdag i måneden kl. 13-15. Jytte Præbel, tlf. 2617 5246. 4. tirsdag i måneden kl. 10-12. Lis Fallenkamp , tlf. 4798 1122. 1. onsdag i måneden kl. 10-12. Vibeke Nielsen , tlf. 4710 0830. 2. onsdag i måneden kl. 10-12. Grethe Madsen , tlf. 4717 5126. 4. onsdag i måneden kl. 10-12.	Sangaftner
	Tid: 20.8., 17.9., 15.10., 12.11., 10.12.2015, 14.1., 11.2., 10.3., 7.4., 18.4.2016 Sted: Bibliotekssalen Fortsættes næste side

Indendørsaktiviteter i Ølstykke

engangsudgift til indkøb af sang-hæfter:

Seniorsangbogen købes hos bog-handleren. Ca. kr. 150.

Evergreens i løbladsform købes hos Kaj, kr. 150.

Kaj Normann Andersen 4717

9782

jytte.normann.andersen@post.tele.dk

Stolegymnastik

Tid: mandage kl. 13-14,

Sted: Græstedgård, lokale 7

Få ledige pladser.

Ulla Hautop Jensen

tlf. 3027 9617

ullah.jensen@gmail.com

og Ketty Jørgensen, tlf. 4717 9981,
4035 9781,

kettyhoejbjerg@gmail.com

Strikning og hygge

Tid: 3. onsdag i måneden kl. 13-

16, Sted: Græstedgård, lokale 10

Første gang 19. august 2015

Jeg glæder mig til at se jer.

Inge Hjort, tlf. 4717 7650 ell. 2142

0350 ihhnnypost@gmail.com

Whist

Tid: Mandage, kl. 18.30-

Sted Græstedgård lokale 8

Hør nærmere hos Inga Møller,

hvis du har lyst til at spille. Tlf.

3029 8028

Værksted

Tid: Fredag kl. 9-12

**Sted: Ungdomsskolens Værksted,
Hindbærvangen 224, Smørum**

Der kan arbejdes både med metal
og træ.

Vi har fået mulighed for at bruge/
låne ungdomsskolens værksteder,
fredag formiddag.

Der er svejseværk, boremaskine,
træ og metaldrejbænk, afkorter,
båndsav, båndpudser, afretter mv.
Mulighed for lift til motorcykel og
småreparation af en bil. Håndværk-
tøj er begrænset.

Så fylder din hobby for meget på
køkkenbordet, eller ønsker du bare
at dele din interesse med andre. Så
kom og se/brug faciliteterne, og lad
os lære af hinanden. Al brug af ma-
skiner er på eget ansvar.

Til værkstederne er der et kantine /
møderum.

Henvendelse: Torben Jørgensen,

tlf. 47 17 64 61

E-mail : tgjoer@stofanet.dk



Plej fødder og krop - hele året

♥ **Alm. fodbehandling**
Fodbad, klip, slib,
oprensning, fjernelse
af hård hud, massage
m. creme 300,-



♥ **Voksbehandlinger**

♥ **Shellac,**
hænder/fødder 300,-

♥ **Behandling af patienter**
der får kommunalt tilskud

♥ **Mulighed for behandling i**
eget hjem + kørselstillæg

♥ **Gaveidé** **KØB ET GAVEKORT**

Endvidere fjernes lgtome,
behandles nedgroede negle,
udvidet fodbehandling ved
svære fødder, pålæggelse af
egen neglelak.



Susanne Lorenzen
Stenillevej 27, 3660 Stenløse
Tlf: 27 40 84 64

For mere info og priser, se min hjemmeside

www.susfodogvoks.dk

sus.lorenzen@gmail.com



Susanne Lorenzen,
Lægeexam. fodplejer
og kvalificeret
voksbehandler.

Nye låger

- monteret på 1 dag

Skift kun låger og evt.
skuffer, bordplade og...
dit køkken bliver som
nyt med låger efter mål!

Danmarks eneste
landsdækkende kæde
- din garanti for tryghed
og kvalitet!



**KØKKEN-
RENOVERING**

KØKKEN · BAD · GARDEROBE

Ring og få et gratis hjemmebesøg!

FLEMMING PALLIS TLF. 6043 8200

WWW.OKKR.DK



Egedal Handyman

- lettere vedligeholdelse af hus og have

Havearbejde



Malerarbejde



Indendørs...



Kontakt / Priser



Velkommen til Egedal Handyman!

Din lokale handyman fra Ølstykke, som gerne kommer i hele Egedal kommune.

Hvad jeg kan gøre for dig?

Har du problemer med at nå vedligeholdelsen af dit hjem i en travl hverdag?

- så lad mig hjælpe! Jeg løser opgaver som:

- Havearbejde
- Malerarbejde inde- og ude
- Samling af møbler/ophængning af billeder m.m.

Har du andre spændende opgaver der skal løses, og som du ikke finder beskrevet på disse sider, så ring og lad os få en snak om det!

Med hilsen:
Flemming Larsen

Du kan altid bede
om et tilbud
...det er gratis!

Egedal Handyman v/Flemming Larsen • Smaragdvej 5 • 3650 Ølstykke • Tlf. 41 15 69 75 • E-mail: kontakt@egedalhandyman.dk



Dyrene På Torvet



Din dyrehandel i Ølstykke

Du kan få bragt dine varer hjem til din hoveddør
når du bestiller på:

www.dyrenepaatorvet.dk

Levering **39,-kr**

Gratis levering ved køb for over **600,-kr**

**Kom og besøg os i butikken
vi har både akvariefisk og gnåvere.**

Åbningstider:

Man-fre 10.30 - 18.00

Lørdag 10.00 - 14.30



Bryggertorvet 4.B - 3650 Ølstykke - Tlf.: 47178070