



Efterår
2025

TURE & REJSER
AKTIVITETER
& TILBUD

Ældre  Sagen
Grindsted



BESØGSVEN

Har du brug for at snakke lidt, måske gå en lille tur? Vores besøgsvenner kan komme ugentlig eller hver anden uge. Det er et tilbud til alle, der føler sig ensomme.

Anni Jessen, 51 94 81 04



BISIDDER

Du kan få en bisidder med til vigtige samtaler med offentlige myndigheder, plejehjem, sagsbehandler, læge, bank mv. Bisidderen kan hjælpe med både forberedelse og efterbehandling af mødet og har naturligvis tavshedspligt.

Ella Thomsen, 31 20 98 31



HJÆLPENDE HÅND

Har du en lille praktisk opgave, du ikke selv kan klare, så spørg om vi kan hjælpe.

Ove Christensen, 21 22 64 85



INDKØBSHJÆLP

Vores frivillige tilbyder dig ledsagelse og kørelejlighed til en dagligvarebutik en gang om ugen eller efter aftale. Det er gratis og for alle.

Gertrud Sørensen, 29 74 44 57



TRYGHEDSOPKALD

Få glæde af et dagligt opkald. Du bliver ringet op hver morgen mellem kl. 8 og 9. Gratis og for alle.

Grethe Christensen, 51 26 78 04



IT-HJÆLP I HJEMMET

Har du problemer med din pc, iPad, tablet eller andet it-udstyr? Ring til

it-supporter Troels Gydum, 40 19 46 35
eller **Sigurd Traberg, 25 35 74 69**



FREDAGSSANG

Hver fredag kl. 09.30-11.00 (første gang 15/8)

Sted: GRAND Seniorhuset, Vesterbrogade 1.
Fællessang og social hygge med kaffe og brød.
Ingen tilmelding. **Alle er velkomne.** Pr. gang: 20 kr.
Ester Mortensen, 24 98 71 80



STOLEMOTION

Mandage kl. 9-00-10.00

Sted: GRAND Seniorhuset, Vesterbrogade 1

Hele kroppen arbejdes igennem både stående og siddende på stole - smidighed, kondition, balance og styrketræning. Det sociale samvær vægtes højt.

Mary Bøgh, 40 23 84 39 / Jenny Kjærsgaard, 30 33 25 28

Irma Lambertsen, 40 42 26 98 / Hanne Landstrøm, 30 64 33 15



HOLDMOTION

Tirsdage kl. 10.00-11.00

Sted: GRAND Seniorhuset, Vesterbrogade 1

Motioner dig til en lettere hverdag og få trænet smidighed, balance og muskelstyrke med sjove stående og siddende bevægelser, der giver smil og sammenhold - og holder hjernen skarp. Alle kan være med.

Lone Bjørn, 20 15 07 80 / Gitte Madsen, 30 33 14 16

Hanne Landstrøm, 30 64 33 15



MOTIONSHOLD SAMT MOTIONSMASKINER

Onsdage kl. 9.30-11.00

Sted: GRAND Seniorhuset, Vesterbrogade 1

I dette tidsrum er der instruktører, som hjælper dig i gang med styrketræningen.

Pris: Brug af motionsmaskiner 5 kr. pr. dag.

Karen Marie Gade, 22 80 50 66 / Else Hansen, 23 61 54 79

Hanne Landstrøm, 30 64 33 15

Som udgangspunkt er motionsfaciliteterne tilgængelige mandag-fredag kl. 07-18 samt lørdag kl. 07-13



STRIKKESTEDET

Onsdage i lige uger kl. 9.30-11.30

Sted: GRAND Seniorhuset, Vesterbrogade 1

Vær sammen med jævnaldrende, der nyder at bruge hænderne til at strikke, sy og hækle.

Kaffe og te kan købes. Medbring selv en kop.

Karen Johannesen, 23 21 73 28 / Edna Nielsen, 29 62 14 10



GRATIS IT-CAFE

Torsdage kl. 10.00-12.00 (Første gang 4. september)

Sted: GRAND Seniorhuset, Vesterbrogade 1

(indgang samme sted som motionsmaskiner)

Hjælp til dit IT-udstyr, hvis det driller. Der er hjælp til de fleste software programmer - og altid tid til en snak og en kop kaffe. Forudgående aftale IKKE nødvendig. Du møder blot op.

Cafe ansvarlig: Mathias Steensgaard



AARHUS – VERDENS MINDSTE STORBY

Onsdag 6. august kl. 7.30-19.30

Afgang fra Lidl Grindsted

Tag med på tur til "storbyen" Aarhus. Her får vi en guidet busrundtur, hvor vi skal se de mange spændende bygninger og ikke mindst det nye område Aarhus Ø.

Vi spiser frokost på Aarhus Street Food, og derefter skal Aarhus midtby opleves til fods. Besøg hjemmesiden hvor du kan læse hele turbeskrivelsen.

Pris: 625 kr. (Ikke-medlemmer: 725 kr.)

Tilmeld og betal på aeldresagen.dk/grindsted

fra 24. juni eller tirsdage kl. 10-12 til

Ella Thomsen, 31 20 98 31 / Kjeld A. Knudsen, 23 37 42 83

NB: Bindende tilmelding senest 22. juli



Fotos:
Roar Paaske



Fotos:
Francesca
Dolnier



*Se mere om vores ture på
aeldresagen.dk/grindsted*

4 DAGES TUR TIL BORNHOLM

Tirsdag 9. september kl. 6.45 - fredag 12. september kl. 20.00

Afgang fra Lidl Grindsted

Grib chancen for at opleve "Solskinsøen" Bornholm på denne spændende tur til en absolut "SKARP PRIS". Med Gudhjem som base vil vi komme til at opleve blandt andet Hammershus, Allinge-Sandvig, Helligdomsklipperne, Østerlars Kirke, Bølshavn, Listed og Svaneke.

Turen byder også på frokost på lækker fiskerestaurant og besøg på vingården "Lille Gadegård".

Besøg vores hjemmeside for at få en fuld beskrivelse af turen.

Pris pr. person i delt dobbeltværelse

4.995 kr. (ikke-medlemmer 5.245 kr.)

Tillæg for enkeltværelse: 1.185 kr.

Tilmelding fra 17. juni på

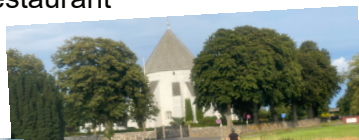
aeldresagen.dk/grindsted

eller *Kjeld A Knudsen, 23 37 42 83*

tirsdage kl. 10-12

Bindende tilmelding senest 29.juli

Betaling for denne tur opkræves direkte af Ansager Turist.



Ældre  Sagen

INVITERER TIL

SENIORFESTIVAL

I FESTTELLET PÅ TORVET

TIRSDAG DEN 26. AUGUST 2025

Grindsted Festuge

STRIK OG SNAK...
kl. 9.00 - 11.00

Hold masken og få snakketøjet på gлед.
Er du med på at strikke, hækle, sy eller
bare nyde hyggeligt samvær, så
velkommen i teltet - her er gratis adgang,
kaffe/rundstykker samt en lille bitter til
både damer og herrer!

- og en ekstra
oplevelse for de friske:

En lille 1,2 km
opdagelsestur med
indlagte poster og en
forfriskning når I er
tilbage i teltet.

Ingen tilmelding - bare
mød op og vær med!

Ældre  Sagen
GRINDSTED



TYROLERFEST MED BIER UND SPASS
kl. 18.00 - 21.00

Pris 120 kr. for anretning kl. 18.00 + musik kl. 19.00-21.00
Tilmelding nødvendig - helst på aeldresagen.dk/grindsted
eller til Hans Lund, 24 94 28 46 / Peter K. Hansen,
21 67 42 36 tirsdage fra 5.-19. august kl. 10-12.



**FROKOSTJAZZ - ALL TIME JAZZBAND
OG FROKOST FRA HOTEL HEDEMARKEN**
kl. 12.00 - 15.00

Pris pr. kuvert 140 kr. **Tilmelding nødvendig** - helst
på www.aeldresagen.dk/grindsted eller til Hans Lund,
24 94 28 46 / Peter K. Hansen, 21 67 42 36 tirsdage
fra 5. - 19. august kl. 10-12.



SYNGERIET »SANGSILDENE FRA LØVLUND«
kl. 16.00

Pris for kaffe, kage og underholdning: 30 kr.
Ingen tilmelding.


Grindsted
Festuge

Ældre  Sagen
GRINDSTED

BANKO

2. onsdag i måneden kl. 14.00-16.00

Første gang onsdag den 10. september

Sted: GRAND Seniorhuset, Vesterbrogade 1

Kun for medlemmer af Ældre Sagen – medbring medlemskort.

Pris: 20 kr. der dækker kaffe og brød i pausen.

Pris: pr. plade 8 kr. Ingen tilmelding.

Ester Mortensen, 24 98 71 80



SENIORBIO i Kulturhuset, Grindsted

Torsdag 11. september / Torsdag 9. oktober /

Torsdag 13. november / Torsdag 11. december

Filmtitler følger på vores hjemmeside, KINOs hjemmeside

samt i ugeavisen. **Dørene åbnes kl. 14.00** - forestillingen starter kl. 15.00. Inden forestillingen serveres kaffe og kage.

Pris for film, kaffe og kage: 85 kr. Bemærk: Husk medlemskort.

Jan Landstrøm, 53 69 10 44



GRATIS IT-KURSUS

Hold I (begyndere): Onsdag 17. september kl. 09.00-12.00

Hold II (øvede): Torsdag 18. september kl. 08.30-11.30

(første af 8 gange på hvert hold)

Sted: GRAND Seniorhuset, Vesterbrogade 1

Deltag i et interessant kursusforløb om dagligdagens udfordringer med AOF som undervisere. Kurset er gratis for medlemmer. Medbring evt. egen PC.

(Max. 14 deltagere på Hold I • max. 18 på Hold II)

Pris for kaffe og kage: 20 kr./gang

Tilmelding: aofdk.onlinebooq.dk (I kan allerede nu tilmelde jer)

eller til Vagn D. Sørensen, 21 77 24 71 / Kjeld A. Knudsen, 23 37 42 83



GRINDSTED REVYEN 2026 TILBUD

Ældre Sagen og Grindsted Revyen har indgået en aftale, der betyder, at alle Ældre Sagens medlemmer på aeldresagen.dk kan købe revybillet til en specialpris på 335 kr.

Men du kan jo også få endnu mere for pengene ved at tilmelde dig til vores arrangement **FORSMAG PÅ GRINDSTED REVYEN** i Kino den 9. januar - deltagerne vil der få tilbudt billetter til bare 300 kr. Se mere om arrangementet på bagsiden af dette hæfte.



"NÅR MÆND MISTER!"

Torsdag 25. september kl. 19.00-21.00

Sted: GRAND Seniorhuset, Vesterbrogade 1

Vi vil alle opleve at miste en kær og rammes af sorg. Men hvad er sorg og hvordan håndterer vi den?

Vi skal se den prisbelønnede danske kortfilm Ridder Lykke, som er produceret af bl.a. Lasse Lyskjær Noer, der stammer fra Billund.

Filmen er til eftertanke og har samtidig en humoristisk vinkel på emnet afsked og sorg.

Efter filmen vil sognepræst Steen Søvnald give et kort oplæg og lægge op til en dialog med de, der er interesserede eller blot har en kommentar. Du kan også være med for blot at lytte og være alene med egne tanker.

Arrangementet er for alle – mænd som kvinder.

Pris: 20 kr. til kaffe og kage, som betales ved indgangen.

Tilmeld fra tirsdag 19. august kl. 10 på aeldresagen.dk/grindsted eller Kjeld A. Knudsen, 23 37 42 83 tirsdage kl. 10-12.



**Når livet
slår knuder**

Ring til Ældretelefonen
på 32 210 210



SIKKER I TRAFIKKEN

Mandag 29. september kl. 14.00-16.00

Sted: GRAND Seniorhuset, Vesterbrogade 1

Kørelærer Poul Erik Thrane gennemgår færdselsregler og -tavler og fortæller, hvor du skal være særlig opmærksom.

Fra kl. 13.00 udstiller M. Junker kabinescooter og handicapkøretøjer. Få en snak og aftal prøvekørsel. Ingen tilmelding.

Pris: 20 kr. til kage og kaffe, som betales ved indgangen.

Kjeld A. Knudsen, 23 37 42 83

FÆLLESSKAB FOR MÆND i Magion Biblioteket

Tirsdag 30. september kl. 14.00-15.30

(første af 8 tirsdage, sidste gang 25. nov. 2025)

Deltag i et hyggeligt litterært fællesskab kun for mænd, hvor bibliotekar Kim Nissen har udvalgt tekster, som han vil læse højt, og som vi derefter skal snakke om. Vi garanterer gode grin og overraskende oplevelser. Pris: Gratis.

Tilmelding: **Billundbib.dk/mand** eller på 79 72 70 17

Med din tilmelding er du meldt til otte mødegange.

Fællesskab for mænd er et samarbejde mellem Billund Bibliotekerne og Ældre Sagen Grindsted. Jan Landstrøm, 53 69 10 44



SUPPEAFTEN OG HYGGE MUSIK

Torsdag 2. oktober kl. 18.00-20.00

Sted: GRAND Seniorhuset, Vesterbrogade 1

Opgiv dit medlemsnummer, når du tilmelder dig.

Pris: 70 kr. pr. kuvert (ikke medlemmer 100 kr.)

Tilmeld og betal direkte via **aeldresagen.dk/grindsted**

fra 2.-19. september kl. 10 eller tirsdage kl. 10-12 til

Peter K. Hansen, 21 67 42 36 / Hans Lund, 24 94 28 46



FLEXTRAFIK – informationsmøde

Mandag 6. oktober kl. 14 – 16

Sted: GRAND Seniorhuset, Vesterbrogade 1

Hvad er dine muligheder for at benytte Flextaxa og hvad koster det. Værd at vide når du ikke kører bil.

Kundeambassadør Gitte Berndsen, SYDTRAFIK kommer og fortæller og svarer på spørgsmål. Ingen tilmelding.

Pris: 20 kr. til kaffe og kage, som betales ved indgangen.

Kjeld A. Knudsen, 23 37 42 83



Kunne du tænke dig at blive FRIVILLIG?



Vi kunne godt bruge flere frivillige - er du frisk på det, så kontakt aktivitetslederen eller **Kjeld A. Knudsen, 23 37 42 83**

HJERTEREDDERKURSUS

tirsdag 7. oktober kl. 14.00-16.00

Sted: Seniorhuset, Vesterbrogade 1

"Vi skal redde flere liv i Danmark". "Vi skal turde træde til og handle, hvis vi er vidner til et hjertestop". **Hjerteforeningen** tilbyder derfor i samarbejde med Ældre Sagen et gratis 30 minutters introduktionskursus med efterfølgende træning i genoplivning.

Der vil blive et fælles oplæg, og derefter bliver man delt i 2 grupper á 15 deltagere (max 30 deltagere i alt). De 2 grupper vil derefter på skift deltage i genoplivningskurset.

Der vil blive serveret kaffe og kage.

Pris 20 kr.

Tilmelding med navn, CPR nr., alder og e-mail. (nødvendig) fra 16. september og senest 3. oktober på

aeldresagen.dk/grindsted eller til

Ella Thomsen, 31 20 98 31

tirsdage kl. 10.00-12.00.



KOMMUNALVALG 2025 – PANELDEBAT VÆLGERMØDE

Torsdag 23. oktober kl. 19.00-21.00

Sted: GRAND Seniorhuset, Grindsted
Mød op og hør hvad de forskellige partier vil på ældreområdet og andre områder.

Få mulighed for at stille spørgsmål - og få svar. Ældre Sagen vil især have fokus på den nye ældrelov og dens betydning for borgerne i Billund kommune.

Ingen tilmelding - men **max 150 pladser.**
Arrangementet er gratis – med kaffe og kage i pausen.

Vagn D. Sørensen, 21 77 24 71



EFTERÅRSKONCERT MED JOHN MOGENSEN LIVE DUO

Torsdag 30. oktober kl. 19.00-21.00

Sted: GRAND Seniorhuset, Vesterbrogade 1

Efterårskoncerten har i år John Mogensen som tema. Hvem husker ikke Fut i fejemøget eller Der er noget galt i Danmark og mange flere. Den folkekære sanger, sangskriver og komponist lever ikke længere, men det gør hans sange og musik – og hvem er bedre til at genkalde hans sange og stemning end John Mogensen Live Duo (bl.a. kendt fra DK4). Med look, stemme og karisma kommer forsanger Karsten Loft tæt på den rigtige John Mogensen. Pianist Brian Thomsen (tidligere keyboardspiller i Fenders) skaber den musikalske stemning. Sangene bliver krydret med anekdoter og underholdende indslag.

Pris: Koncert, kaffe og kage 100kr. Ikke medlemmer 150 kr.

Tilmeld og betal på aeldresagen.dk/grindsted fra 30. september - bindende tilmelding senest 28. oktober - eller tirsdage kl. 10-12 til

Kjeld A. Knudsen, 23 37 42 83 / Anni Jessen, 51 94 81 04



DANMARK SPISER SAMMEN torsdag 6. november kl. 18-20.

Sted: GRAND Seniorhuset, Vesterbrogade 1

Hele Danmark Spiser Sammen i uge 45 - en landsdækkende tradition. Vi håber at se Jer til en rigtig hyggelig aften - måske sammen med nye venner eller bekendte. Pris pr. kuvert: 100 kr.

Tilmelding (nødvendig) og betaling 7.-24. oktober,

helst på aeldresagen.dk/grindsted

eller til *Peter K. Hansen, 21 67 42 36 / Kjeld A. Knudsen, 23 37 42 83*
tirsdage kl. 10-12



NYHEDSBREV TIL Ældre Sagens MEDLEMMER

e-mail med aktuelle informationer og links til aktiviteter og tilbud som supplement til vores **lokale** hjemmeside. Hvis du ikke allerede har tilmeldt dig nyhedsbrevet, kan du nemt gøre det på aeldresagen.dk/grindsted hvor du på forsiden finder dette link

 [Tilmeld nyhedsbrev](#)

Vin

værkstedet

v/Ole
Markussen



VINSMAGNING

Torsdag 13. november kl. 18.00-20.00

Sted: GRAND Seniorhuset, Vesterbrogade 1

Kom og vær med til en hyggelig aften, hvor Vinværkstedet v/Ole Markussen præsenterer gode vine. Vi skal smage i alt 8 vine: 1 hvid, 1 rose og 6 rødvine. Ole vil fortælle om vinene, og hvor de kommer fra. Undervejs vil blive serveret 1 landgangsbrød pr. deltager samt lidt chips på bordene.

Begrænset antal pladser, så tøv ikke, hvis du vil med.

Pris: 175 kr. (ikke medlemmer 225 kr.)

Tilmeld og betal direkte på

aeldresagen.dk/grindsted fra tirsdag 7. oktober kl. 10 eller til

Anni Jessen, 51 94 81 04 tirsdage kl. 10-12, senest 4. november kl. 12.

Tilmelding er først gældende, når betaling ses modtaget.

JULEFROKOST

Søndag 7. december kl. 12.30 - ca. 16.00

Sted: Seniorhuset, Vesterbrogade 1

Vi vil igen i år invitere alle til en rigtig dejlig og hyggelig julefrokost. Pris pr. kuvert:

Medlemmer 180 kr. / ikke medlemmer 230 kr.

Tilmelding (nødvendig) og betaling 4.-21. november på

aeldresagen.dk/grindsted eller

Peter K. Hansen, 21 67 42 36 / Hans Lund, 24 94 28 46 tirsdage kl. 10-12



Kunne du  tænke dig at blive FRIVILLIG?



Vi kunne godt bruge flere frivillige - er du frisk på det, så kontakt aktivitetslederen eller **Kjeld A. Knudsen, 23 37 42 83**



FORSMAG PÅ GRINDSTED REVYEN

Fredag 9. januar 2026 kl. 15.00

Kulturhuset KINO, Vesterbrogade 3

Mød Grindsted revyens hold i et unikt talkshow styret af Jesper Maigaard, der bl.a. er kendt fra P4 Trekanten. I en ½ times talkshow vil revyholdet fortælle historier og anekdoter fra revyens verden og også om egne oplevelser fra de mange år på scenen. Alt kan ske når Jesper Maigaard spørger løs.

Efter talkshowet vil revyholdet give en lille smagsprøve fra årets revy, inden der i foyeren kan nydes både kaffe og kage og samtidig købes revybilletter til en særpris - 300 kr.

Arrangementets varighed er ca. 90 minutter.

Pris for kage og kaffe 50 kr.

Tilmelding og betaling på aeldresagen.dk/grindsted
fra tirsdag 4. november kl. 10

eller Kjeld A. Knudsen, 23 37 42 83 tirsdage kl. 10-12

Ældre  Sagen
Grindsted

Som medlem af Ældre Sagen Grindsted får du samtidig mulighed for at få gode rabatter på mange forskellige oplevelser og indkøbsmuligheder fordelt over hele landet