

Ældre Sagen



Informationer fra lokalkomiteén i Ølstykke

Nr. 34

19. årgang

August 2010



Store Vejleå, et af Ældrefisk's fiskesteder

*Lykkelige mennesker
tæller ikke flygtige minutter.
- kinesisk ordsprog*

Lokalkomiteén for Ældre Sagen i Ølstykke



Formand
Aase Moestrup
Dr. Margrethes Vej 106
47 10 13 01 e-mail: jenaas@os.dk



Næstformand
Ole Koefoed
Dr. Ingrids Vej 28
39 62 43 92 e-mail: okoefoed@gmail.com



Arrangementer
Tryghedsopkald
Niels Herløw
Dr. Ingrids Vej 32
48 70 52 94 e-mail: ingrid32@privat.dk



IT-kontakt
IT-undervisning
Bladredaktion
Svend T. Jensen
Kildegårdsvej 11
20 67 96 17 e-mail: svendt.jensen@gmail.com



Kasserer
Bladredaktion
Erik Jørgensen
Violvej 3
47 17 99 81 e-mail: erikjoerg@gmail.com



Social-humanitære
Besøgstjeneste
Inge Hjort
Andantevej 5
47 17 76 50 e-mail: ihhn@nypost.dk



Sekretær
Mona Philipsen
Bragesvej 15
47 17 08 86 e-mail: mona@philipsen.dk



1. Suppleant
Sundheds- og
Socialpolitisk
Ann Larsen
Smaragdvej 6
47 16 14 02 e-mail: anfl.larsen@kabelmail.dk



2. Suppleant
Arrangementer
Birthe Christiansen
Jadevej 19
47 10 01 55 e-mail: bic@paradis.dk

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

Formanden har ordet

Jeg skriver dette den 15. maj og jeg undrer mig, hvor bliver sommeren af?

Jeg går stadig delvis i vintertøj, men håbet er lysegrønt ligesom hæken omkring min have.

Fuglene synger og har travlt med at bygge reder, så på med jakken og ud og røre os, så får vi varmen.

Jeg læste for nylig en bog, som berørte mig dybt, den handlede om en højt begavet kvinde først i halvtredserne, som fik konstateret Alzheimer.

Bogen beskrev denne sygdoms hurtige forløb, som i løbet af få år gjorde, at hun ikke kunne genkende sin familie, og hvor dybt tragisk forløbet indtil da var for hende og ikke mindst for hendes pårørende.

Det er helt korrekt, når man kalder denne sygdom, samt demens for de pårørendes sygdom.

Demens er også uendeligt trist, men den kommer for det meste senere i livet, man siger, at vi alle bliver mere eller mindre demente, hvis vi lever længe nok.

En ting er dog positivt, det er den åbenhed, der er kommet omkring disse sygdomme de senere år, så de pårørende ikke er bange for at tale om den, og dermed får de støtte både fra de sociale myndigheder og ikke mindst fra familie og venner.

Så springer jeg næsten en måned frem, vi har haft sommer i 3 dage, derefter regn fra morgen til aften. Hvad er det, der sker med vejret ud over hele verden?

Men nok om vejret. Vi har igen i den forløbne sæson haft et meget stort antal deltagere på alle vore aktiviteter, det er utroligt dejligt, og noget jeg praler lidt (meget) af overalt, hvor jeg kommer frem.

På komiteens vegne takker jeg ALLE lederne for deres arbejde og engagement. Også tak til alle jer medlemmer som trofast støtter Ældre Sagen år efter år.

AASE

**HUSK debatmødet d. 27/9 kl. 19.00 i
HEP-huset, Carlsbergvej 4, Stenløse.**

VIGTIGT

om arrangementer !

Tildelte pladser på vore arrangementer må ved frafald **ikke** overdrages til andre, da vi altid har en færdig navneliste, som vi checker folk på. Da vi samtidig noterer få personer på en afbudsliste ved udsolgte foredrag/ture, beder vi jer ringe til os i stedet. Så kan vi glæde et ventende medlem på listen til det pågældende arrangement.

ROSKILDE DOMKIRKE

Lørdag den 28. august kl. 11.00

Sted: Domkirkepladsen 3, Roskilde

For de, der ikke er helt bekendt med Roskilde Domkirkes historis mangfoldighed, er her chancen for i skønneste flok at bevæge sig mod Roskildes lyksaligheder på denne lørdag. Thi da har vi arrangeret en kyndig rundvisning af dette vort store nære helligsted.

Tænk på, at Kirken er optaget på Unescos Verdens Kulturarvsliste, da det var den første gotiske kirke der i 1170-erne blev opført i det nye materiale teglsten, og som inspirerede fremtidige byggerier i hele nordn. Mød op ved kirken 10.45 og medtag kr. 40,- pr. person.

Efter rundvisningen indtager vi en sandwich på et nærliggende traktørsted (ikke medregnet i gebyret).

Tilmelding: fra 18. – 26. august på tlf. 4870 5294 eller 4710 0155, onsdage 10-12 og torsdage 16-18.



AVEDØREVÆRKET

Tirsdag den 21. september kl. 9.30

Sted: Kystholmen, Avedøre

Vi tager på bustur ned til dette verdens mest energieffektive kraftvarmewærk, og ser hvordan man producerer el og fjernvarme til i alt en million husstande, da det jo er derfra strømmen ankommer til kontakterne i vore hjem.

Kom med og oplev de enorme turbiner og kedler, samt det imponerende kontrolrum, hvorfra man bl.a. styrer afbrænding af biomasse m.m.

Vi bliver samlet op på Ølst.Station 8.30 og Gl.Toftegaard St. kl. 8.45. Rundvisningen varer 2 timer inkluderende en kort indledning samt forfriskning. Efter rundvisningen kører vi til et hyggeligt sted i strandområdet, hvor vi indtager bussens medbragte sandwiches á kr. 10 og drikkevarer i samme prisleje. Pris pr. person kr. 130, der inkluderer bustransport, rundvisning m. forfriskning, samt 1 sandwich pr. deltager. Drikkevarer dog excl.

Tilmelding i perioden 1. - 9. september på tlf. 4870 5294 og 4710 0155, onsdage 10-12 og torsdage 16-18.

DEBAT MED LOKALPOLITIKERE

27. september kl. 19.00

Sted: HEP-huset, Carlsbergvej 4, Stenløse

I lighed med sidste år vil vi invitere vore politikere til et møde i HEP-huset. Spørgsmålet vil være:

Hvordan synes I det går i Egedal kommune ?

Spørgsmålene fra jer kan være mange forskellige f.eks. Hjemmehjælp, Trafik, Pleje- og ældreboliger, Genoptræning eller noget helt andet, som ligger netop dig på sinde, mulighederne er mange. Der findes ingen dumme spørgsmål.

Vi glæder os til at se jer og håber I møder talrigt frem.

På koordinationsudvalgets vegne.

Kirsten, Stenløse, Bjarne, Ledøje-Smørum og Aase, Ølstykke.

VINSMAGNING

Fredag den 15. oktober kl. 14.00

Sted: Ølstykke Bibliotekssal, Østervej 1, Ølstykke

Når det gælder det så populære tema vinsmagning, tager vi nu sagen i egen hånd, og arrangerer vor egen smagning. For er du også nogen gange i tvivl, når du står foran vinhylderne i supermarkedet - kan det hele ikke meget nemt blive uoverskueligt når du skal vælge vinen til den gode bøf - eller til gæstemiddagen?

Nuvel - der er hjælp at hente. For Flemming Nielsen fra Rahbek Vin på Frederiksberg aflægger os besøg med et udvalg af kvalitetsvine fra de 2 mest dominerende vinlande i Europa, hvilket vil sige Frankrig og Italien.

Vi skal smage 5-6 karakteristiske vine fra disse lande, og dertil serverer vi snacks m.m. Traktementet koster kr. 85, som betales ved indgangen.

Du/I skal bestille plads i perioden fra den 22. september - 7. oktober på tlf.: 4870 5294 eller 4710 0155, onsdage 10-12 og torsdage 16-18.

GULE ÆRTER & ÆBLESKIVER

Fredag d. 19. november 2010, kl. 18.30

Sted: Græstedgaard i Ølstykke

Vi fortsætter successen med vore herlige ærter og hvad deraf følger i gode venners selskab og muntre toner ved indtagelsen af denne ægte Ølstykske Ældre Sags Egnret.

Og i år er det lykkedes os at engagere det festlige og farverige 6-mands store Blå-Mandag Rythm Band, der vil forsyne os med passende rytmer gennem aftenen.

Pris pr. person: kr 115.-

Tilmelding i tiden 20. oktober til 4. november; onsdage 10-12 og torsdage 16-18 på tlf 4870 5294 og 4710 0155.

Får I OK ved tilmeldingen, indbetales beløbet på vor konto i Danske Bank: 3433-3433302060 senest mandag d. 8. november med navnet på den der har tilmeldt sig.

JULETUR

Lørdag den 4. december kl. 13.00

Sted: Skoemagerkroen, Kirke Såby

Hermed indbyder vi jer til stor julefrokost i den historiske kro **Skoemagerkroen** ved Kirke Såby på Midtsjælland.

Fra opsamlingsstederne hhv. Ølstykke St. kl. **12.40** og Gl. Toftegaard St. kl. **12.50** kører vi samlet i bus til denne herlige kro fra 1521, hvor vi skal smagsoplevelse kroens store kolde og ikke mindst lune Julebuffet.

Vi kommer til at sidde i vor egen historiske stue, hvor vi med medbragt musik vil sørge for passende melodisk underlægning samt fællessang under indtagelsen af de skønne retter.

Pris pr. person: kr. 270,- der dækker transport tur/retur samt spisning og musik. Drikkevarer er dog eksklusive.

Meld Dig/Jer til på vore telefoner 4870 5294 eller 4710 0155 på onsdage 10-12 og torsdage 16-18 fra 10. - 25. november

Har du/I fået OK på jeres deltagelse, indsættes beløbet på vor konto i Dansk Bank: 3433-3433302060 mrk. 'julefrokost' samt navnet på den der har foretaget tilmeldingen.



Niels Larsens Bogtryk ApS

**Fotosats • DTP • Bog- og offsettryk
Stans • Præg • Bogbind**

Tlf. 47 17 45 56 • Fax 47 17 86 46

E-mail: nlbtryk@nlbtryk.dk

www.nlbtryk.dk

Kalender med faste ugentlige eller månedlige aktiviteter

Ugedag	Tid	Aktivitet	Sted	Ansvarlig
Mandag	Kl. 10.00-12.00	Stræk og bøj	Ølstykke Hallen	v/Lillian Sørensen Tlf. 4717 7671
Mandag	Kl. 18.30-21.30	Whist	Toftehøjskolen	v/Amy Christensen Tlf. 4717 7009.
Tirsdag	Kl. 13.00-15.00	Petanque	Græstedgård	v/Henning Simonsen Tlf. 4733 4969
Tirsdag	Kl. 12.00, 13.00 el.14.00	Bowling	Bowling Center Stenløse	v/Otto Fredskilde, tlf. 6064 7506 eller Leni Lensing, tlf. 4077 9270.
Tirsdage/Onsdage se mere i bladet	Kl. 9.30-12.30	IT-undervisning	"Grotten" Stengårdsskolen	v/Svend T. Jensen Tlf. 2067 9617
Tirsdage mere i bladet	Kl. 14.00-15.15 el 15.15-16.30	Line dance	Bibliotekssalen	v/Ketty Jørgensen Tlf. 4717 9981
4. onsdag i måneden	Kl. 10.00-12.00	Litteraturkreds	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/Grethe Holmberg Høge Tlf. 4498 0092
2. tirsdag i måneden	Kl. 10.00-12.00	Litteraturkreds	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/Birgit W. Nielsen Tlf. 4717 8091
3. tirsdag i måneden	Kl. 13.00-15.00	Litteraturkreds	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/Jytte Præbel Tlf. 2617 5246
1. onsdag i måneden	Kl. 10.00-12.00	Litteraturkreds	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/Vibeke Nielsen Tlf. 4710 0830
2. onsdag i måneden	Kl. 10.00-12.00	Litteraturkreds	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/Grethe Madsen Tlf. 4717 5126
		Litteraturkreds	Medborgerhuset	v/ Lis Fallenkamp Tlf. 4798 1122
3. onsdag i måneden	Kl. 13.00-16.00	Strik og hygge	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/Ulla H. Jensen tlf. 30279617 el. Inge Hjort Tlf. 47177650
Onsdag i lige uger	Kl. 11.00	Cykelture 18-22 hhv. 35-40 km.	Stationspladsen Ølstykke	v/Janne tlf. 4717 9204 el. Jens tlf. 4710 1301
Onsdage se datoer i blad	Kl. 13.00	Leg og samvær i naturen	Ølstykke Hallen	v/Ester, 4717 8077 el. Jens, 4710 1301
Onsdag	Kl. 13.00	Stavgang	Græstedgård	v/ Henning Simonsen Tlf. 4733 4969
1. torsdag i måneden	Kl. 16.30-20.00	Madlavning og fællesspisning	Toftehøjskolen	v/Birgitte Friis Mikkelsen Tlf. 4818 0302
Torsdag	Kl. 10.00-12.00	IT-stue	"Grotten" Stengårdsskolen	v/Svend T. Jensen Tlf. 2067 9617
Torsdag	Kl. 13.00-15.00	Petanque	Græstedgård	v/Henning Simonsen Tlf. 4733 4969
Torsdag	Kl. 10.00	Traveture, lange	Bryggerstorvet (ulige uger) el. Stationstorvet (lige)	v/Lillian Sørensen Tlf. 4717 7671
Torsdag	Kl. 10.00	Traveture, korte	Bryggerstorvet (ulige uger) el. Stationstorvet (lige)	v/Eva Bay Tlf. 4716 1960
Torsdage, se datoer i blad	Kl. 19.00-21.00	Sangafterner	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/Kirsten & Villy Orbe Tlf. 60802141 hhv.60687611
Torsdag	Kl. 12.30-17.00	Bridge	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/Helen & Geo Jensen Tlf. 4717 9396
4-6 ture årligt samt månedlige temamøder	Start Kl. 15.00 se datoer i bladet	Ældrefisk, lystfi- skeri	Afhængig af årstid hhv. Græstedgård	v/Rudi Westergaard Tlf. 5810 0642
Tirsdage	Kl. 10.00-12.00	Engelsk brush-up	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/ Helle Arnø
Arrangementer, rejser m.v.	Telefontider: ons. 10-12 el. tor. 16-18		Birthe Christiansen & Niels Herløw	Tlf. 4710 0155 hhv. Tlf. 4870 5294
Tryghedsopkald, en hjælpende hånd			Niels Herløw	Tlf. 4870 5294
Besøgsvenner			Inge Hjort	Tlf. 4717 7650

Bridge

Torsdage kl. 13.00-17.
Sted: Toftehøjgård, Ølstykke.

Bemærk nye aktivitetsansvarlige:
Helen & Geo Jensen, 4717 9396.

Bowling

Den nye sæson starter tirsdag den 5. oktober henholdsvis kl. 12, 13 og 14 på de baner, som man spillede på sidste sæson.

Vi har desværre stadig vente liste på nye medlemmer, som vil blive kontaktet efterhånden som der bliver plads.

Afbud skal meddeles til enten Otto Fredskilde tlf. 60647506 eller Leni Lensing tlf. 40779270



IT-Stue

Torsdage kl. 10-12.
Sted: Stengrotten, Stengårdsskolen.

Vi giver hjælp til Pc'er og programmer eller hør/se lidt om slægtsforskning.

Ingen tilmelding nødvendig.
Pris kr. 10 inkl. kaffe m.v.

Sæson torsdage 26/8 til 25/11, uge 37 er skolen lukket.

IT-kursus for nybegyndere

Vor 7. sæson starter igen med et fuldttegnet hold. Undervisningsdage er onsdage 10-12.30. Pris kr. 200 inkl. materialer og kaffe.

Undervisning sker i værestedet Stengrotten på Stengårdsskolen.

Ønsker du at komme på venteliste kontaktes Svend T. Jensen, tlf. 2067 9617 eller mail: aeldre.sagen.oelstykke@gmail.com

IT-kursus for øvede

I efteråret 2010 fortsætter vi med undervisning af lidt øvede i kurserne:

Billedbehandling med programmerne Picasa 3, Windows Movie Maker og Windows DVD Maker. Varighed 5 dage. Ledige pladser i efteråret.

Tekstbehandling, videregående kursus. Varighed 5-6 dage, hjemmearbejde påkrævet. Lær at lave invitationer, sange, indsætte billeder i tekster og meget andet. Ledige pladser i efteråret.

Optimer på din PC. Varighed 3-4 dage. Er din PC blevet sløv vil vi gennemgå muligheder for optimering.

For alle kurser gælder, at man har et rimeligt godt kendskab til brugen af PC, f.eks. som deltagelse i vort begynderkursus.

Skolens maskiner kan kun i begrænset omfang anvendes så medbring gerne bærbar PC.

Er der ønsker om andre kurser, så lad os høre herom, og vi vil over-

veje mulighederne herfor. Undervisningsdage er tirsdage kl. 9.30-12.30. Undervisning i Værestedet Stengrotten på Stengårdsskolen.

Kursusprisen på kr. 75,- pr kursus inkluderer materialer og kaffe/the. Er du/I interesserede kan I sende mail eller ringe til undertegnede, så bliver I kontaktet, når vi kan tilbyde dig plads på ønsket kursus.

Kontakt Svend T. Jensen, tlf. 2067 9617 eller skriv en mail til: aeldre.sagen.oelstykke@gmail.com



KLINIK FOR FODTERAPI
CVR: 30 25 07 29
KIRA WEILE
NIELS OLSENSVEJ 4
3650 Ølstykke
TLF: 47 17 17 29

- Alm/komplic. fodbehandling
- Hælrevner/ligtorne
- Diabetes/sukkersyge
- Bøjlehandling/nedgroede negle
- Gavekort
- Velvære

Lystfiskeri

Fisketure på Øresund i efteråret er fastlagt til 17/8, 7/9 og 23/11. Pris ca. 150,- kr. pr. tur. Andre ture aftales på vore møder.

Møder på Græstedgård: 9/8, 6/9, 11/10 og 8/11 alle dage starter kl. 15.00. Pris 10,- kr. til kaffe/the. Vi holder juleafslutning 6/12.

Kontakt Rudi Westergaard, tlf. 5810 0642 eller John Toft, tlf. 2160 0906 og hør nærmere.

Line dance

Vi fortsætter dansen i Ølstykke Biblioteks foredragssal, Østervej.

Lidt øvede hver anden tirsdag i ulige uger kl. 14.00-15.15 start 31/8.

Begyndere hver anden tirsdag i lige uger kl. 14.00-15.15 start 7/9.

Samt 1 hold hver tirsdag 15.20-16.35 start 31/8.

Pris afhænger af antal deltagere. Kontakt og tilmelding til Ketty Jørgensen tlf. 4717 9981 / 4035 9781.

Litteraturkredse

Vore 6 litteraturkredse holder til på Toftehøjgård, Ølstykke.

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.

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.
Grethe Holmberg Høge, tlf. 4498 0092.

Vi vil oprette litteraturkreds nr. 6 efter sommerferien. Hør mere ved henvendelse til: Lis Falken-kamp, tlf. 4798 1122.

Madlavning og samvær

Tid: 1. torsdag i måneden
Sted: Toftehøjskolen, Ølstykke.

I skrivende stund, har vi lige haft vores afslutning. Vi hold grill-aften i en privat have. Det var godt vejr. Tak for den gode aften.

Petangue

Tirsdage og torsdage kl. 13-15.
Sted: Græstedgårds have.

Nu på 11. sæson. Hvis vejret tillader det spiller vi året rundt. Spille-reglerne er lette, så alle kan være med. Du skal selv medbringe kaffe og kugler.

Spørgsmål til:
Henning Simonsen, 4733 4969.

Sangafterner

Der synses i 2010 på følgende datoer: 19/8, 16/9, 14/10, 11/11 og 9/12 2010 og 6/1, 3/2, 3/3, 31/3, 28/4 og 26/5 2011.

Sted: Toftehøjgård, Ølstykke

Holdet er fyldt helt op, men hvis man er interesseret i at deltage, kan man skrives på venteliste ved henvendelse til:

Willy Orbe, tlf. 6068 7611 og Kirsten Orbe, tlf. 6080 2141 eller e-mail: kirstenorbe@gmail.com

Holdet starter atter d. 03.09.10 kl. 16.30 – ca. 20.00

Hvis nye elever ønsker at komme på venteliste, modtager jeg gerne jeres data på mail el. telefon.

Henvendelse til Birgitte Friis-Mikkelsen på tlf. 4818 0302 eller 26 24 82 18.

Mail: bibi.friis@webspeed.dk

Bibi's madklub

Ønsker du madoplevelser sammen med andre madelskere, så er tilbuddet der, eller er du blot ked af at spise alene?

Vi mødes til fælles undervisning på Hampelandsskolen. Efter 4 undervisningsgange, skal vi oprette jeres madklub. Der vil være ca. 5 medlemmer i en gruppe.

Gruppen går på skift hos hinanden. for at lave maden, og nyde den sammen.
Første mødegang i jeres madklub, vil være hos mig.
Jeg sørger for ideer og opskrifter hen ad vejen.

Jeg glæder mig til dette nye tiltag, i Ældre Sagens madundervisning.

Info: Birgitte Friis-Mikkelsen.

Stavgang

Tid: hver onsdag kl. 13.00
 Sted: Græstedgårds P-plads
 Du vil erfare, at denne form for motion er alle tiders til at træne både ben, arme og ryg, og til at få pulsen op, og derved hjælpe med til at vedligeholde kroppen og styrke musklerne.

Så bliv stavgænger, det er gratis at deltage.

Spørgsmål til: Henning Simonsen, 4733 4969

Strikning/hygge

Vi strikker og hygger i efteråret på følgende dage 18/8, 15/9, 20/10, 17/11 og 15/12 alle dage 13.00-16.00.

Sted: Toftehøjgård, Ølstykke.

Vi har stadig få pladser tilbage. Vi lægger stor vægt på den sociale del.

Oplysninger hos Inge Hjort, tlf. 4717 7650 eller Ulla H. Jensen, tlf. 3027 9617.

Stræk og bøj

Mandage kl. 10-12.

Sted: Ølstykkehallen og Badmintonhallen, Ølstykke.

Sæsonstart 6. september.

Aktiviteterne omfatter bl.a. gymnastik og afspænding, stavgang, håndbold, badminton, soft-tennis, kegler, og massagebolde (hver 14. dag).

Lilian Sørensen, tlf. 4717 7671 og Aase Moestrup, tlf. 4710 1301.

Traveture

Torsdage kl. 10

Mødested: Lige uger: Ølstykke Station. Ulige uger: Ved Brygger-torvet ved Superbrugsen, Gl. Ølstykke.

En tur på ca. 8-12 km og en lang-sommere på ca. 5 km. Ingen til-melding. Mød blot op og trav med.

Lange ture: Lillian Sørensen, tlf. 4717 7671.

Korte ture: Eva Bay, tlf. 4716 19 60.

Whist

Mandage kl. 18.30-21.30.

Sted: Toftehøjskolen, Ølstykke.

Hør nærmere hos:

Amy Christensen, 4717 7009.

Brush-up kursus I engelsk

Tirsdage kl. 10-12

Mødested: Lokale 1 på Toftehøj-gård

Brush-up kurset i engelsk er fuld-tegnet med 14 deltagere.

Kurset henvender sig til dem, der har haft noget engelsk før, men som synes, det vil være fint med lidt genopfriskning, så de rent fak-tisk "tør sige noget" på engelsk, i udlandet eller hjemme.

1. gang 14. september.

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

*Da jeg var ung
vidste jeg alt.
Nu er jeg blevet klogere*

Oplevelser, lege og samvær i naturen

Datoerne i efteråret er 25/8, 29/9, 27/10 og 24/11, hvor der er juleaf-slutning på Møllen.

Holdet er fuldtalligt, men vi skri-ver gerne på venteliste.

Esther (47 17 80 77) og Jens (47 10 13 01).

Oplevelser og motion på cykel

Vi cykler i alle lige uger indtil onsdag den 3. november, hvor der er afslutning på Møllen.

Janne (47 17 60 04), Hanne (47 17 73 93), Jens (47 10 13 01).

Cykelhjelm er obligatorisk.

Kan du lide at tale med andre mennesker? Er du god til at lytte? Kan du afse et par timer ugentligt? Eller er savner du en at tale med?

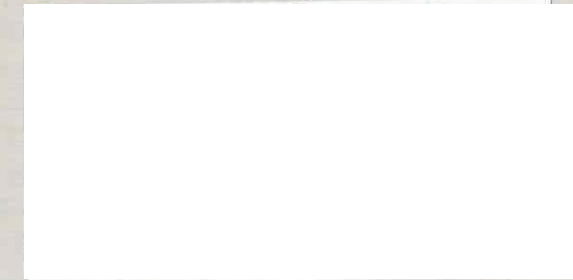
Vi kan måske tilbyde dig at blive **besøgsven** eller **besøgsmodtager**.

Vi etablerer løbende kontakter mellem medlemmer, der ved et par timers ugentligt samvær vil glæde hinanden.

Opgaven belønnes med gensidige smil og taknemlighed.

Nærmere hos BESØGSTJENESTEN v. Inge Hjort, tlf. 4717 7650.

Modtager:



Mangler du lidt støtte i hverdagen ?

- * Kan rudekuverterne virke som et mareridt?
- * Kniber det med småreparationer?
- * Bliver du hjemme, fordi det er kedeligt/utrygt at gå alene?
- * Kan et dagligt telefonopkald være en tryk start på dagen?

Ældre Sagens frivillige har mange talenter, godt humør og et helhjertet ønske om at træde til, hvor det kniber. Kan du svare ja til et af disse spørgsmål, så ring til undertegnede, som vil prøve at hjælpe.

Niels Herløw, tlf. 48 70 52 94, E-mail: ingrid32@privat.dk

Advisering af Arrangementer

Vi optager stadig medlemmer på e-maillisten for medlemmer, som ønsker en "husker" i forbindelse med afholdelse af vores forskellige arrangementer.

Ønsker du også at få en e-mail én til to uger før et arrangement løber af stabelen, skal du sende din e-mail adresse til:

okoefoed@gmail.com

Deadline for indlæg til næste blad: 20. november 2010

**Super
Brugsen
Ølstykke**

LOTTO

TIPS

Bryggertorvet

Gl. Ølstykke - Tlf. 47 18 88 00

Bagerens åbningstider:

Mandag-torsdag 9.00-19.00

Fredag 9.00-20.00

Lørdag 8.00-17.00

Butikkens åbningstider:

Mandag-torsdag 9.00-19.00

Fredag 9.00-20.00

Lørdag 8.00-17.00



Jesper Housgaard