



SOCIAL- HUMANITÆRT ARBEJDE

Ansvarlige: Susanne Mølgaard tlf. 41 80 20 99,
Hanne Skov tlf. 28 83 17 73

Besøgsvenner

Har du lyst til at glæde et andet menneske og bruge en time eller to om ugen på et besøg, til en snak, drikke en kop kaffe, gå en tur, eller hvad I nu bliver enige om, eller – har du brug for en besøgsven, så ring til: Susanne Mølgaard, 41 80 20 99 eller Hanne Skov, 28 83 17 73

Tryghedsopkald

Har du lyst til at give andre lidt mere tryghed i hverdagen ved hjælp af en opringning hver morgen. Du skal ringe op mellem kl. 8.30 og 9.00. Hvis borgeren ikke tager telefonen, skal du ringe til en kontaktperson, som kan være en nabo eller en slægting – ring til kontaktpersonen. Eller – har du brug for et tryghedsopkald – ring til Kontakt: Birthe L. Andersen, 30 52 20 76 eller 23 34 71 17

Vågetjeneste

Har du som pårørende brug for støtte og aflastning, har vi mulighed for at hjælpe. Kunne du tænke dig at blive frivillig i vågetjenesten? Kontakt: SOCIAL- HUMANITÆRT ARBEJDE
Ansvarlig: Birgit Rasmussen 21 67 74 78.

Har du lyst til at blive bisidder?

Har du lyst til som bisidder at gå med til vigtige samtaler med en borger, når denne skal møde hos en sagsbehandler, en læge, i banken, i skifteretten, ved advokaten m.fl. Når samtalen er overstået, er der god tid til at tale om, hvad der egentlig blev sagt. En bisidder er med til at lytte og støtte i situationer, hvor det er bedst at være to. Bisidderen er en frivillig person, som har gennemgået et af Ældre Sagens bisidderkurser. En bisidder har naturligvis tavshedspligt.

Vi har følgende bisiddere Sundhedssektoren. Marianne Kastrup, 27 20 00 93 Jens Brendorp, 40 63 51 06 Juridisk & økonomisk hjælp: Cand. jur. Peter Tvorup, 29 42 48 17, juridiske og økonomiske forhold. Cand. jur. Niels Back-Jensen 26 30 13 44. Bisidder. Hvis du har brug for en bisidder – kontakt bisidderen.

Praktisk hjælp

Har du lyst til at være en hjælpende hånd til små praktiske opgaver i hjemmet som f.eks. at slå et søm i væggen, hænge et billede op, flytte et møbel, skifte en elpære eller pumpe kørestol/rollator eller lignende. Eller har du brug for praktisk hjælp Kontakt: Kurt Nielsen, 25 71 39 09

FASTE AKTIVITETER

Ansvarlig: Gunner Sørensen, 40 80 66 26

Krolf – Hele året

Krolf er en skøn blanding af kroket og golf. Spillet går ud på at slå en stor kugle i hul på færrest mulige slag med en krocketkølle. EFFE har tre 12-hullers baner, så det er bare om at komme i gang. Sted: EFFE, Galgebakken 4, Ebeltoft Onsdag kl. 9.30-12 og 13.45-16, Pris 250 kr. Boris Holm, 51 25 77 55, hosholm@gmail.com

Veteranfodbold – Hele året

Udendørs eller Indendørs afhængig af vejr og årstiden - Kom og prøv at spille med. Sted: Ebeltoft Idrætscenter, Øster allé 17, Ebeltoft. Onsdag kl. 14-15, Pris: Medlemskab af EIF Fodbold, 100 kr. Månedligt. Conny Dorthea Berggreen, 22 17 29 24, connydortheaberggreen@gmail.com

Whist

Kom og prøv at spille et klassisk kortspil, der har underholdt generationer. Sted: Aktivitetshuset, Lille sal, Nørre allé 4, Ebeltoft. Tirsdag kl. 9.30-12, fra september til og med april. Pia Tastum, 30 88 27 01, piatastum@gmail.com

Pétanque – Hele Året

Alle kan være med, og vi har kugler, du kan låne. Sted: Festpladsen, Nørre Allé 4, Ebeltoft. Mandag og torsdag kl. 10-12, Pris er 250,- pr. helår John Andersen, 21 85 47 47, jsa1145@yahoo.dk

Shuffleboard – Udendørs

Samlingspunkt for alle – unge som ældre. Kom og prøv at få en uforglemmelig social oplevelse. Alle kan være med, og der kræves ikke udstyr. – Man spiller 8 personer pr. hold. Sted: Festpladsen, Nørre allé 4, Ebeltoft. Fra april til og med august, mandag og torsdag kl. 10-12, Pris: 250 kr. Tovholder er John Andersen, 21 85 47 47, jsa1145@yahoo.dk

Ældre Sagen Ebeltoft

Shuffleboard – Indendørs

Alle kan være med, og der kræves ikke udstyr. Sted: Ebeltoft Idrætscenter, Øster Allé 17, Ebeltoft. Onsdag kl. 14-16. Fra september til og med april, Pris 200 kr. Tovholder er John Andersen, 21 85 47 47, jsa1145@yahoo.dk

Bowls - Indendørs

Alle kan være med, og der er udstyr til rådighed. Fra september til og med april. 1). Søndag kl. 14-16. Sted: Aktivitetshuset, Nørre Allé 4, Ebeltoft. 2). Onsdag kl. 14-16, Sted: Ebeltoft Idrætscenter, Øster alle 17, Ebeltoft. Pris: Det ene sted kr. 200. – Begge steder/dage kr. 400. Lars Jensen, 40 26 56 21, jlars485@gmail.com

Traveture – Hele året

Vi mødes ved hovedindgangen til Ebeltoft Idrætscenter Øster Allé 17. Der er kollektiv ledelse - bare mød op! Tirsdage kl. 10-12. Kontaktperson for Ældre Sagen: Gunner Sørensen, 40 80 66 26, Gunner16@outlook.dk

Stavgang – Hele Året

Vi går i al slags vejr. 8-10 kilometer i rask tempo. Sted: Ebeltoft Idrætscenter, Øster Allé 17. Torsdage kl. 10.00-1200 Kirsten Harvig, 50 99 81 46, waki8400@gmail.com

Vandmotion i varmt vand

Vandmotion er for alle, både kvinder og mænd. I samarbejde med FOF Djursland. Sted: Århusvej 35, Tirstrup, Instruktør Hanne Bjørk. Opstart i januar og september. I alt 3 hold: - Fredag kl. 14.15-15 Hold 1, 15-15.45 Hold 2 og 15.45-16.30 Hold 3. Pris: 995 kr. per halvår for 18-19 gange. Tilmelding og betaling til FOF Djursland, 86 32 55 88, f@f-djursland.dk

Linedance

Linedance er sjov motion for alle uanset alder. Du danser alene, så du behøver ingen partner. Der danses til alle former for musik - ikke kun country. Instruktør: Ann-Marie Hoelgaard Nielsen. Opstart i september og januar, 14 Lektioner per halvår. Der er som altid rift om pladserne, men hvis flere henvender sig, så er der mulighed for, at der startes flere hold. Sted: Kernehuset, Øster Allé 33, Ebeltoft. Mandag kl. 12.15-13 Begyndere, 15.45 -16.30 Letøvede, 16.45-17.30. Tilmelding og betaling til AOF Djursland, 69 60 70 05, aftenskole@aof.dk Kursussekretær Anette Thomsen, 51 24 37 99, anth@aof.dk, Pris: 715 kr. halvårligt, ikke-medlemmer 755 kr.

Billard

I samarbejde med Ebeltoft Billard Klub. Der er ikke nogen bestemt ugedag eller noget bestemt tidspunkt. Man får en kode til døren, og der er udstyr i lokalet. Sted: Ebeltoft Idrætscenter, Øster alle 17, Ebeltoft. Alle dage kl. 7-23, Pris: 700 kr. kontingent til Billardklubben. Hans Verdoes, 61 70 00 60, hans@verdoes.dk

Bowling

Alle kan være med, og der er udstyr og sko i hallen. Sted: Spis og Bowl Ebeltoft, Vibæk Strandvej 8. Onsdag kl. 11.00-14.00, Pris: 45 kr., afregnes med aktivitetslederen fra gang til gang. Teddy B. Jensen, 86 34 68 00 eller 40 46 46 27

Bridge

Kom og deltag – Bridge er en sport, hobby og kultur, hvor venskaber samt solidaritet udvikles. Sted: Aktivitetshuset, Nørre alle 4, Ebeltoft, Pris 150 kr. til kaffe og præmier. Tirsdag kl. 12 -17 og torsdag 12.30 -16.30, september til og med april. Aase Gissel, 61 79 54 12, Gerda Fransen, 28 94 37 64, gfransen23@gmail.com Grethe Eppler, 40 26 55 52, gvehke@gmail.com

It-cafe

Ældre Sagen og Kernehuset i samarbejde afholder åben it-cafe. Kom og få hjælp til pc, tablet, iPad og smart-phone, samt de udfordringer, der kan være med Mit ID. It-Gruppen er særdeles motiveret, engageret og har mange besøgende, som udveksler erfaringer og får god hjælp i en digital verden. Sted: Kernehuset, Øster allé 33, Ebeltoft. Torsdag kl. 10-12, fra september til og med april. Jørn Esmann, 86 33 64 93, jornesmann@gmail.com

It-hjælp

Hvis du ikke møde op i It-cafeen i Kernehuset, kan du få hjælp i hjemmet. Henning Carlsen, 40 34 55 05, henning@trojborgvej.dk. Helle Thorsdal, SMS 30 29 59 13, hthdk@hotmail.dk.

Badminton

Kom og spil med, vi har alle niveauer, spiller double, men ikke med fast makker. Sted: Ebeltoft Idrætscenter, Øster Allé 17. Peter Kongsbak, 61 69 47 11, peterkongsbak4@gmail.com Tirsdag og torsdag kl. 14-16, fra september til og med april. Pris: Kontingent er 1000 kr. for en sæson, der betales til badmintonklubben. Hvis man kun deltager en af dagene, kan der aftales en reduceret pris.

Bordtennis

Kom og spil med, vi har alle niveauer og spiller både single og double. Sted: Ebeltoft Idrætscenter, Øster alle 17, Hal 1. Online tilmelding. Instruktør: Holger Noesgaard Sørensen, 42 53 69 70, holgernoesgaard@gmail.com. Onsdag kl. 14-16, fra september til og med maj. Tilmelding og betaling online på www.aeldresagen.dk/ebeltoft. Pris 250,-kr.

KREA-Værkstedet

Mandag og torsdag – Kl. 9-14. Sted: Toppen af Ebeltoft, Egedalsvej 5, 8400 Ebeltoft Et hyggeligt værksted med gode muligheder for diverse håndarbejde, gode snakke og gratis kaffe. Vi vægter fællesskab, hygge og en god tone højt - alle er velkomne. Her er mulighed for at arbejde med: Strik, syning, læder, filt, tegning, linoleumstryk o. lign. Projektleder i KREA Værkstedet er Kamilla Hanberg: Man kan lægge besked 86 34 20 53 eller info@toppenafebeltoft.dk

Repair Café

Hver mandag kl. 10-12. Sted: Toppen af Ebeltoft, Egedalsvej 5, 8400 Ebeltoft Repair Café er et non profit initiativ, hvor frivillige ildsjæle mødes og tilbyder lokale borgere at reparere defekte genstande, som ellers var blevet smidt ud. Formålet er at reducere affald og hjælpe med at give defekte ting nyt liv. Repair Café kontakt kun på mail: repaircafetoppen@gmail.com. Kontaktperson Ældresagen: Gunner Sørensen, 40 80 66 26

Motion i naturen – Hele Året

Sted: Kvindestenen i Tolløkkeskoven, indkørsel ad Skovalleen 1, Ebeltoft, mod Skovpavillonen. Dette nye motionstilbud henvender sig til personer, der elsker naturen hele året. Måske er indendørs fitness maskiner blevet kedelige. I naturen bruges træstammer, grene og sten, samt borde og bænke til at styrke balancen og musklerne. Alle kan deltage, og målet er at få pulsen op. Mandag kl. 10-11.30, Pris: Gratis. Pia Tastum, 30 88 27 01 piatastum@gmail.com, eller Inge Tungelund, 24 62 92 31, i.tungelund@hotmail.com

Spændende mad for mænd

Vi laver dejlig og spændende mad sammen under vejledning af Poul Bojesen. Sted: Ebeltoft Skole, Øster allé 19, 8400 Ebeltoft. Mandag i lige uger kl. 16.30 -20.30, fra september til og med april. Poul Bojesen, 30 20 40 10, pbojesen@live.dk Pris: Max 75 kr. per gang for madvarer.

Bogbinding og Marmorering

Kom og lav din egen Skitsebog, Bogbinding, Tegnedagbog eller måske reparere gamle bøger. – Du får en oplevelse af, at tiden forsvinder og dit humør lysnes, når du skaber noget med dine hænder. Et social samvær, hvor vi hygger og hjælper hinanden. Sted: Solbakken, Nørreport 18, 8400 Ebeltoft. Torsdag, kl. 13-16, Ingen udgifter udover til materialer. Tovholder er Marbella Pedersen og Søren Henrik Glud Santana Pedersen. Kontaktperson er Nis, 20 94 08 61 Mail: oregano@outlook.dk

TANKEN – kreativt værksted

Det 'gamle' benzintank i Tirstrup er i dag et sted, hvor socialt fællesskab og kreativitet er i fokus. - Bl. a. strik-kecafé, maling, kunsthåndværk, træværksted og meget mere. Sted: TANKEN, Århusvej 49, Tirstrup, 8400 Ebeltoft Åben: tirsdag, onsdag og torsdag, kl. 10-14, Kontingent er 400 kr. pr. kvartal. Efter aftale ring til Tovholder, Bjarne Pedersen på tlf. 61 76 77 31. Kontaktperson er Bente Jensen, 29 29 08 29.

Aktiv Onsdag

Aktiv Onsdag er et fælles tilbud fra Ældre Sagen og Ebeltoft Familie og Firmaidræt til dig, der gerne vil i gang – eller i gang igen – med bevægelse i et afslappet tempo og med et smil på læben. Du kan prøve bordtennis, bowles, shuffleboard, cornhole. Hver onsdag 14 – 16 frem til 8. april. Kontakt: Holger Noesgaard Sørensen på 42 53 69 70 eller John S. Andersen på 21 85 47 47

