

# Ældre @ Sagen

**Mariager**  
**Efterår 2025**



Find også vores arrangementer og aktiviteter på

Ældre Sagen Mariagers hjemmeside

([www.aldresagen.dk/mariager](http://www.aldresagen.dk/mariager))

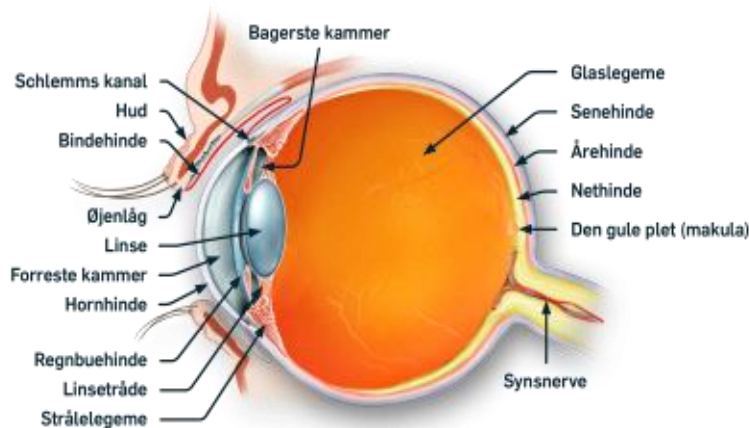
Her kan du også tilmelde dig til vores **nyhedsbrev**.

## Arrangementer

### Når synet svigter

**Onsdag den 27. august 2025 kl. 14-16**

**I Den gamle Biograf.**



Lær sygdommene at kende, inden de fratager dig synet.

Et foredrag i samarbejde med Øjenforeningen.

Øjenforeningens direktør

Marijke Vittrup vil være til stede på dagen og sige

velkommen og fortælle lidt om Øjenforeningen og dens arbejde med øjensagen.

Pris 50 kr. incl. Kaffe og kage.

Tilmelding på [www.aeldresagen.dk/mariager](http://www.aeldresagen.dk/mariager) eller hvis du ikke er på nettet til Uffe Laursen 29 72 57 80, mandag-fredag. 14-17.

### Rytmus: Lasse & Mathilde

**Lørdag den 6. september kl. 20**

**I Den gamle Biograf**

Lasse og Mathilde leverer alt fra blues til poesi, lidt jazz, lidt rock og tekster med kant.

Unummererede siddepladser. Pris 100 kr.

Billetbestilling: <https://rytmusen.dk>



### Vi viser filmen: Mennesker bliver spist

**Onsdag den 10. september kl. 14.30-16.30**

**I Den gamle Biograf.**

En film af Erik Clausen fra 2015

"Nogle gange skal du langt væk før du finder hjem"

Pris 50 kr. incl. Kaffe og kage.

Tilmelding senest mandag den 5. september på

[www.aeldresagen.dk/mariager](http://www.aeldresagen.dk/mariager) eller hvis du ikke er på nettet til Uffe Laursen 29 72 57 80, mandag-fredag. 14-17.

## **Fuglegruppen om ugler/falke**

**Onsdag den 8/10 2025 14.30-16.30**

**I Den gamle Biograf.**



Søren og Peter fra Fuglegruppen DN-Mariagerfjord vil dele deres begejstring for naturens små vidunder, ved at vise billeder og små sjove videofilm om gruppens arbejde siden 2018. Undervejs vil tilhørerne bliver klogere på fuglenes liv og færden især i Mariagerområdet, samt få opskriften på at danne en aktiv mandegruppe. Pris 50 kr. inkl. kaffe, boller og kage. Alle er

velkommen.

Tilmelding på [www.aeldresagen.dk/mariager](http://www.aeldresagen.dk/mariager) eller hvis du ikke er på nettet til Uffe Laursen 29 72 57 80, mandag-fredag. 14-17.

## **SYNG MED & TIP ET HIT**

**Torsdag den 23. oktober kl. 14-16**

**I Den gamle Biograf.**

Underholdning ved Karin og Klaus (fra Klaus og Servants)

De har en bred vifte af sange, som vi alle kender og holder af, og de vil blive sunget både for og MED publikum.

Tilmelding senest fredag den 17. oktober på [www.aeldresagen.dk/mariager](http://www.aeldresagen.dk/mariager) eller hvis du ikke er på nettet til Uffe Laursen 29 72 57 80, mandag-fredag. 14-17.

Pris: 50 kr. inkl. kaffe og kage. For alle.



## **Rytmus: Mike Andersen Solo**

**Lørdag den 25. oktober 2025 kl. 20.**

**I Den gamle Biograf**



Mike Andersen har i løbet af sin karriere etableret sig, som en unik artist på den danske musikscene. Med sin helt egen blanding af blues, soul, pop og rock er han kendt for sin autentiske lyd og stærke vokal.

Siddepladser unummererede.

Ældre Sagen Mariager har en aftale med Rytmus.

Pris 165 kr.

Billetbestilling: <https://rytmusen.dk>  
og brug rabatkode: senior.

**Foredrag med forfatter, globetrotter og tryllekunstner  
Jesper Grønkjær.**

**Torsdag den 30. oktober 2025 kl. 19 – 21**

**I Den gamle Biograf.**



Tryllekunstner Jesper Grønkjær's show er underholdning med humor. Det er gags, trylleri, historier, skøre indslag, vanvittige numre, publikum der inddrages – alt sammen serveret i højt tempo. Samarbejde med Mariagerfjord Bibliotekerne, Ældre Sagen Mariager og FOF Randers-Favrskov-Mariagerfjord.

Tilmelding til: <https://www.fof.dk/randers-favrskov-mariagerfjord/foredrag-og-debat/smil-i-verdens-braendpunkter/521605> eller Vivi Hansen tlf. 87 12 40 45 [vh@fof.dk](mailto:vh@fof.dk)  
Pris: 100 kr. Alle er velkommen.

**Film A Complete Unknown**

**Mandag den 10. november kl. 14 – 16.30**

**I Den gamle Biograf.**

Filmen er en hyldest til Dylan, men den er også en film, der kan nydes af dem, der ikke kender meget til hans musik eller historie. Den balancerer mellem at være en biografisk fortælling og en kunstnerisk fortolkning, hvilket gør den til en af de mest interessante musikbiografier i nyere tid.

Pris: 50. kr. inkl. kaffe, boller og kage. Alle er velkommen.

Tilmelding senest mandag den 3. november på

[www.aeldresagen.dk/mariager](http://www.aeldresagen.dk/mariager) eller hvis du ikke er på nettet til Uffe Laursen 29 72 57 80, mandag-fredag. 14-17



## **Julefrokost**

**Onsdag den 26. nov. 2025 kl. 12.30 – 15.30**

På Mariagerfjord Golfrestaurant - med den flotte udsigt - serveres en lækker buffet inkl. en drikkevare. Der vil være amerikansk lotteri.



Der tilbydes bustransport fra Mariager (via Dania og Assens) til restauranten og retur.

Pris: 250 kr. for medlemmer, 300 kr. for ikke medlemmer.

Tilmelding senest onsdag den 19. nov. på [www.aeldresagen.dk/mariager](http://www.aeldresagen.dk/mariager) eller hvis du ikke er på nettet til Uffe Laursen 29 72 57 80, mandag-fredag. 14-17.

## **Aktiviteter**

### **Go´ Lørdag**

#### **Hygge på Fjordvang**

**Hver anden lørdag i ulige uger kl. 14.30-16.**

Kom til et par fornøjelige timer med sang, højtlesning og kaffe.



### **Herreværelset**

**Den sidste torsdag i måneden**

**kl. 11.00 - 14.00**

**Bugges gård.**

Start 21/8 2025

Kom og få en god snak over frokosten.

Pris 50 kr.

Kontakt: Karl Peter Uldahl, 40 26 42 20.

## **Motion for ikke motionsvante ældre Onsdage kl. 13-14.**

**Plejecenter Fjordvang**

**Start 6/8 2025**

Alle ældre kan deltage -uanset  
funktionsniveau.

Frivillige hjælpere deltager. Der sluttet  
med kaffehygge.

Kontakt:

Sonja Wessel Krogh, 23 72 13 04.



## **Tryghedsopkald**

Få ro i sindet hvis du bor alene. Du bliver  
ringet op hver morgen af en frivillig, der  
ønsker dig "godmorgen". Hvis det er  
nødvendigt, tilkalder vi hjælp.

Kontakt: Helle Dahlgaard, 27 20 04 15.

## **60+ gymnastik med musik Onsdage kl. 13-14 (ferie i uge 42) i Mariagerhallen, Gl. Hobrovej. 10/9 til 19/11**

Pris 100 kr. for 10 gange.

Leder: Lisbet Jensen.

Tilmelding på [www.ældresagen/mariager](http://www.ældresagen/mariager)  
eller ring til Uffe Laursen 29 72 57 80.



## **Syjhælpen v. Jette og Ellen Den sidste torsdag i måneden kl. 13-15.30**

**I Dagcenteret på Fjordvang.**

Er der en knap der skal sys i? en kjole eller et  
par bukser der skal lægges op?

Jette og Ellen er klar til at hjælpe.

## Besøgsven



Besøgsvennen er en frivillig, der har tid, lyst og overskud til at lytte til dig. I får en snak over kaffen, går en lille tur, læser avisen, spiller kort eller hvad I nu ellers har lyst og kræfter til. I aftaler indbyrdes, hvornår og hvor tit I vil mødes.

Kontakt Birgitte Gæmelke, 25 76 08 05.

## Bisidder

Hvad var det nu lige min sagsbehandler sagde? Har jeg udfyldt de papirer jeg skal? Og nu glemte jeg igen at spørge lægen om noget. Din bisidder kan være med til et møde. Bisidderen hjælper dig med at forberede samtalen og spørgsmål.

Kontakt Uffe Laursen, 29 72 57 80.



## Oplysning og vejledning



Få hjælp til at læse breve fra det offentlige.

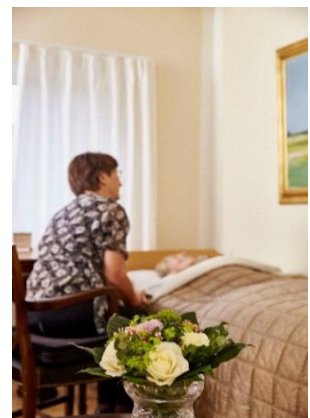
Er din pensionsudbetaling rigtig? Få hjælp til at søge medicintilskud, boligydelse eller hjælpemidler mv. Eller ønsker du at klage over en afgørelse fra det offentlige?

Kontakt: Uffe Laursen, 29 72 57 80.

## Brug vågetjenesten

Vågekoner og -mænd sørger for, at din nærmeste ikke ligger alene, og vågetjenesten Er du pårørende til en døende, kan du have behov for at få et pusterum af og til. Fx i nattetimerne. Vågetjenestens opfylder behovet for tavshed, samtale, nærvær, ro og tryghed.

Kontakten til vågetjenesten foretages af personale på plejecentre eller hjemmeplejen på 61 29 18 17.





### **Hjælp med pc'en?**

Driller din pc? En pc-hjælper kan komme på besøg og hjælpe med småproblemer med din computer eller mobiltelefon. Alle kan få pc-hjælp.

Kontakt Ib Johannesen, telf. 30 24 12 08.

## **Lokalbestyrelsen i Ældre Sagen Mariager**

**Søren Jepsen, formand, ældrepolitik, PR og kommunikation**      **Telefon 60 82 53 34**

**Elsebet Hesselberg, næstformand, arrangementer**      **Telefon 22 85 96 96**

**Kirsten Marie Olesen, sekretær, frivilligkoordinator, Webmaster, Det Sker**      **Telefon 41 41 33 48**

**Sonja Wessel Krogh, motion for ikke motionsvante**      **Telefon 23 72 13 04**

**Helle Dahlgaard, aktivitetsleder tryghedsopkald**      **Telefon 27 20 04 15**

**Birgitte Gæmelke, besøgstjenesten**      **Telefon 25 76 08 05**

**Karl Peter Uldahl, herreværelset, arrangementer**      **Telefon 40 26 42 20**

### **Suppleanter:**

**Britta Andrea Bendtsen**      **Telefon 25 73 37 17**  
**Go Lørdag**

**Torben Sæderup**      **Telefon 22 38 47 25**  
**Aktivitetsleder kørestolsskubbere.**

**Uffe Laursen, bisidder, seniorvejleder, booking**      **Telefon 29 72 57 80**