

Ældre Sagen

Hammel



Kulturhuset InSide, Hammel

Program 2019 – 2020

www.aeldresagen.dk



Advokatfirmaet
Ole Steen Christensen

VELKOMMEN HOS

Advokatfirmaet Ole Steen Christensen

Vi rådgiver privatpersoner om arv, testamente, ægtepagt, køb og salg af fast ejendom, dødsbobehandling og alle andre af dagliglivets forhold, og vi lægger vægt på en personlig og hurtig rådgivning og sagsbehandling.

Ring til os, så vi kan aftale et møde om en gennemgang af netop de problemstillinger, du måtte have. Et sådant møde er gratis.



Advokatfirmaet
Ole Steen Christensen

Østergade 10, 8450 Hammel, tlf. 87 62 10 70

Mail: hammel@advokatosc.dk, www.advokatosc.dk

Kære medlemmer

Velkommen til en ny sæson

Så har vi atter et nyt program på gaden, og vi synes selv, vi har lavet et godt program for 2019-2020. Håbet er selvfølgelig, at alle I medlemmer mener det samme.

Demenscafé flytter til InSide

Vores nystartede demenscafé på Skaghøj er endnu ikke kommet rigtig i gang. Det kan skyldes placeringen på et plejehjem, som måske afskrækker mulige deltagere. Vi er nu så heldige at kunne låne træningskøkkenet i InSide, hvor aktiviteten foregår fremover sidste torsdag i måneden fra kl. 14.30 til kl. 16.30. Her fra en opfordring til alle, der har behov for det: Kom og få en lille snak.

Har rundet 2800 medlemmer

I skrivende stund er vi i alt 111 frivillige, hvilket er en nedgang på 14, men til gengæld har lokalafdelingen rundet 2800 medlemmer, og det er en fremgang på 121. Måske sidder der nogen af jer og tænker: "Jeg skal da være frivillig", så er det bare at ringe til en af os i bestyrelsen. I skal være så velkomne.

I gør en forskel

Igen i år skal der lyde en stor tak til min bestyrelse, som altid er klar til at hjælpe her og der og alle vegne. Det er ubeskriveligt, hvor meget I betyder.

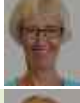


Og selvfølgelig også en stor tak til alle vores frivillige, som hver eneste dag gør en forskel for andres menneskers hverdag.

Samarbejdet med vores annoncører, kulturhuset InSide i Hammel, Favrskov kommune og Ældre Sagens Koordinationsudvalg i Favrskov, kører upåklageligt, tak for et godt samarbejde.

Venlig hilsen Jette Hansen, Formand for Ældre Sagen Hammel.

Lokalbestyrelsen

	Navn	Funktion	Telefon Mobil E-mail
	Jette Hansen	Formand	29 28 21 45 fm.hammel.711@aeldresagen.dk
	Willy Vingløv	Næstformand	27 81 45 29 willyving@hotmail.com
	Alex Ravn	Frivillig Kasserer	29 93 53 70 ks.hammel.711@aeldresagen.dk
	Zennia Hansen	Sekretær	26 37 68 30 zennia@mail.dk
	Karen M. Guldman	Bestyrelses- medlem	86 96 32 61 40 19 32 61 jkguldmann@gmail.com
	Niels Kragelund	Bestyrelses- medlem	86 96 52 49 nielsogmargit@privat.dk
	Christian Enggaard	Bestyrelses- medlem	26 42 41 96 chreng@kabelmail.dk
	Ellen M Clausen	Bestyrelses- medlem	21 64 99 57 ellenmclausen@gmail.com
	Per Isaksen	1. Suppleant	20 45 32 89 per.isaksen@webspeed.dk
	Jens Dalgaard	2. Suppleant	

Ældre Sagen

- er alles sag -

Kontaktpersoner

Navn	Funktion	Telefon
Birgit Stensgaard	Socialt arbejde/aktiviteter med demente, Tinghøj	27 81 04 93
Bodil Johansen	Socialt arbejde/ Plejecenter Elmehøj	86 96 34 98
Bodil Taankvist	Socialt arbejde/ kørestolsskubbere	21 19 40 85
Børge Rasmussen	It og teknologi/ Kurser og support	86 96 35 34
Christian Enggaard	Webmaster, "Det sker" pressekontakt	26 42 41 96
Jette Hansen	PR, pressekontakt	29 28 21 45
Elsa Marie Sørensen	Socialt arbejde/ Plejecenter Skaghøj	24 82 86 38
Henny Rasmussen	It undervisning, -support, It venner	60 56 84 50
Willy Vinglöv	Socialt arbejde/ en hjælpende hånd	27 81 45 29
Karen Margrete Guldmann	Socialt arbejde/ besøgsvenner	86 96 32 61
Ellen M. Clausen	Socialt arbejde/ tryghedsopkald	21 64 99 57
Niels Kragelund	Arrangementer, rejser, ældrepolitik	86 96 52 49
Per Isaksen	Motion og sundhed/ duocykling	20 45 32 89
Niels Kragelund Zennia Hansen	Socialt arbejde/spis sam- men i Hammel og Ulstrup	86 96 52 49 26 37 68 30
Paw Juel Winther	Bisiddertjeneste	35 10 40 48
Peder Spørring	Motion og Sundhed/ stavgang	21 26 81 07
Erling Baastrup	Programredaktør/ layout & tekst	20 9636 37
Zennia Hansen	Sprogkurser/ undervisning i engelsk	26 37 68 30

Bustur til Aarhus Ø og Mols

Endagstur tirsdag 21. maj 2019

Med afgang fra Miko Torv Baneallé 6 i Hammel kl. 08.00 går turen til den nye bydel Aarhus Ø, hvor bl.a. den nye kulturhøjborg Dokk1 besøges med guidet rundvisning.

Fra kl. 11 går turen langs Djurslands kyst til bl.a. Molskroen, hvor der er frokost. Der fortsættes til Ebeltoft og Øer. Hjemturen runder Helgenæs og Sletterhage. Ved fyret nydes kaffe og medbragt kage.



Hjemkomst forventes kl. 17.00.

Tilmelding på nielsogmargit@privat.dk eller 8696 5249 eller chreng@kabelmail.dk. eller 2542 4196

Pris for medlemmer er 650 kroner. Tilmelding og betaling senest 23. april på konto: 6110 0013944032 eller Mobile Pay til 37526

Minimum 35 deltagere. Turen arrangeres af Ans Rejser i samarbejde med Ældre Sagen. Rejsegaranti: 1811

Bisidder eller ledsager

Er du usikker på de oplysninger, du får hos lægen, det offentlige eller hos anden instans, kan du få en bisidder, som hjælper dig med at holde rede på informationerne. Det gælder også papirarbejdet ved flytning til en anden bolig.

Ring til Jette Hansen, som træffes mandag til torsdag klokken 08.30 – 10 på mobil nummer 29 28 21 45.

Er du opdateret på færdselsloven?

fredag 7. juni 2019 foredrag om færdselsregler

Kørelærer Bodil Langelund vil fortælle om de regler, vi skal følge, enten det er som bilist, cyklist eller fodgænger.

Fredag 7. maj kl. 14-16 i InSide Dalvej 1i Hammel.

Tilmelding senest 31. maj på 26 37 68 30 eller zennia@mail.dk. Og betaling på konto 6110 0013944032 eller Mobil Pay til 37526
Pris: 50 kr. for medlemmer. Andre 100 kr.
Kaffe kan købes.



Frisør uden tidsbestilling

Åbningstider:

Mandag - fredag kl. 8.30 - 17.00

lørdag kl. 7.30 - 12.00

Pensionist Rabat - 10 % gælder

til klokken 12:00 mandag - torsdag

Østergade 4, 8450 Hammel

Tlf.: 86 96 14 01

www.hairtrends.dk

Fem dage til Prag, Den Gyldne Stad **fra søndag 11. august til torsdag 15. august 2019**

I august er Ans Rejser teknisk arrangør for Ældre Sagens Prag-tur. Starten går fra Hammel søndag 11. august om morgenen med ankomst og indkvartering i Prag til aften.

Mandag bliver byrundtur til fods. Der er nok at kigge på. Og meget at få fortalt om. Det gælder bl.a. arkitektur og historie.



Hvis man er i nærheden af Rådhuspladsen omkring "kloken hel" skal man bare følge strømmen. Så kommer man til tårnet med det Astronomiske Ur. Det kan andet end vise tiden.

Sølv og glas

Dagen efter går det med bus til Kutna Hora. For mange år siden konkurrent til Prag. Turen indeholder også et besøg på et glasværk

Karlsbroen

Næste dag kører bussen til borgområdet, hvor der er mange berømte steder. Til fods tilbage mod centrum. Bl.a. passeres Karlsbroen, som er berømt som mødested. Ikke mindst for unge og kunstnere. Hjemrejse om torsdagen.

Ans Rejser: Rejsegaranti 1811

Tilmelding til Niels Kragelund
senest 15. juni på 86 96 52 49
eller

nielsogmargit@privat.dk

Pris inkl. Halvpension er 2695
kr. Hotel Albatros. Afgang Miko
Torv, Banealle 6 i Hammel.
Betaling ved tilmelding til kon-
to: 6110 0013944032 eller
Mobil Pay til 37528.

Skal den tredje alder være den bedste?

fredag 30. august 2019 holder Hanne Faldborg foredrag

"Vi lever længere og mange står med 20 år, hvor kroppens motor stadig kører lydefrit", siger Hanne Faldborg, der kan konstatere, at nogle seniorer er ensomme, triste og kørt fast i livet. Hendes foredrag giver inspiration, energi og nye vinkler til at gøre den tredje alder til livets bedste. Hanne Faldborg blev født i en lille landsby på den jyske vestkyst i 1947. Efter en lang karriere i dansk erhvervsliv (bl.a. ØK) startede hun i 1995 både et marketingfirma og et forlag.



Tilmelding senest mandag 26. August på nr. 29 28 21 45 eller på fm.hammel.711@ældresagen.dk

Foregår i InSide på Dalvej 1 i Hammel kl. 14-16. Prisen 100 kr. for medlemmer. Andre 150 kr. Betales ved tilmelding på konto 6110-0013944032 eller på MobilePay til 37526.

Drikkevarer kan købes.

MAD TIL ENHVER ~ lejlighed

InSide
UpStairs



- CAFÉ - RESTAURANT - KURSUS - KONFERENCE - MØDER
- FESTER - RECEPTIONER - BEGRAVELSER - MAD UD AF HUSET
- TOTAL ARRANGEMENT - BUFFET ELLER 3 RETTER

InSide & UpStairs • Dalvej 1 • 8450 Hammel • Tlf. 89 64 15 12 • linadamgaard@insideupstairs.dk



**GRATIS
SYNSPRØVE**

Vi tager os god tid
til
personlig rådgivning

15 % rabat *

til
medlemmer af
Ældre Sagen

* kan ikke kombineres med andre tilbud og rabatter

NYT! Ingen ventetid hos vores øjenlæge



NYT SYN Hammel - Brilleriet. Østergade13, 86 96 10 88

På besøg i Aarhus Lufthavn

Onsdag 11. sept. 2019 går Ældre Sagen på vingerne

Hvis man har lyst til at komme bag lufthavnens kulisser, så går turen til lufthavnen i Tirstrup i september.

Man skal være opmærksom på, at man ved tilmeldingen senest **onsdag 21. august** skal opgive sit personnummer.

Tilmelding på mobil 27 81 45 29 eller willyving@hotmail.com.

Prisen er 265 kr., som indbetales ved tilmelding på konto 6110 0013944032 eller Mobil Pay til 3726.

Afgang Miko Torv 7.45. Hjemme 12.30 Prisen er 265 kr. Turen laves af Ans Rejser i samarbejde med Ældre Sagen. Max 20 personer. Rejsegaranti: 1811



Hovedgaden 11 · 8660 Ulstrup · 86 46 45 77

STEDET FOR DEN GODE MAD, OG MED PLADSEN TIL JERES NÆSTE ARRANGEMENT.

- VI LEVERER PENSIONISTMAD UD TIL JER, GERNE FLERE GANGE OM UGEN
- VI LAYER GOD DANSK OG NÆRINGSHOLDIG MAD, ALTID LAVET MED FRISKE RÅVARER
- GODE VÆRELSE MED LÆKKER MORGENMAD TIL OVERNATTENDE GÆSTER, NÅR I HAR BESØG
- VI HAR STEDET TIL DIN NÆSTE FEST, BRUNCH, BRIDGE ELLER BARE TIL EN HYGGELIG DAG
- VI ER I GÅ AFSTAND FRA DEN SMUKKE GUDENÅ, - KOM OG NYD NATUREN
- I DET GODE VEJR, VIL DER VÆRE MULIGHED FOR AT SIDDE I VORES HYGGELIGE GÅRDHAVE OG NYDE
EN KOP KAFFE OG LÆKKER KAGE
- SE MERE OM VORES ANDRE SPÆNDENDE AKTIVITETER PÅ VORES HJEMMESIDE ELLER SE I VORES FOLDER, SOM I FINDER PÅ KROEN ELLER I KULTURHUSET
- RYGNING ER TILLADT I VORES HYGGELIGE KROSTUE

www.ulstrupkro.dk - www.facebook.com/ulstrupkro

Ældre Sagen finder besøgsvenner

Savner du en besøgsven, eller kunne du selv tænke dig at være besøgsven?

Så henvend dig til Karen Margrete Guldmann, som formidler kontakten. Telefon nr. 86 96 32 61, mobil nr. 40 19 32 61.

Udflugt for frivillige

Alle frivillige i Ældre Sagen Hammel vil modtage en invitation til årets udflugt. Sæt allerede nu kryds i kalenderen onsdag 6. maj



BOG & IDE HAMMEL

Vi har et et bredt udvalg i bøger, papirvarer, kontorartikler, spil, hobbyartikler og anledningskort.



Hos Bog & Idé har du fordelen af, at kunne handle lokalt, samtidig med at du får kædefordelene med 1 års bytteservice.



Vandring og kultur i Tjekkiet

søndag 15. september til fredag 20. september 2019

I september kan man komme ud og få rørt sig. Man kan nemlig melde sig til turen arrangeret af de graa busser (2443) for Ældre Sagen i Hammel.



Det er Peder Spørring fra stav-ganggruppen, der er turhjælper.

Indholdet i turen er dels traveture af varierende længde og sværhedsgrader, men der bliver også mulighed for at studere kultur. F.eks. skal man besøge et harmonikamuseum, men også se på glas, som Tjekkiet er meget

kendt for. Vandreturene går også ofte gennem flot natur.

Udgangspunktet er byen Cheb, som i sig selv er spændende. Hotel Slavie klarer indkvarteringen. Hotellet er centralt placeret ved byens gågade



Se mere om byen; **Cheb** eller:

<https://www.youtube.com/watch?v=d3wx8CFMUt8>

Få flere oplysninger på peru@os.dk

Pris for turen er 4.995 kr. for helpension, vandrekyndig rejseleder.

Tilmelding inden 15. juni på peru@os.dk eller 21 26 81 07

TØJ

eksperten Bjørn

Østergade 21 · 8450 Hammel · Tlf. 86 96 10 52

Hammel



VELKOMMEN HOS TØJEKSPERTEN, BJØRN

Hos din lokale Tøjekspert på Østergade 21 i Hammel finder du altid et stort udvalg af herretøj. Vi fører mærker som Lindbergh, Levis, Camel, Signal, Samsøe, Bjørn Borg, JBS, CR 7, Bison, Digel, Morgan, Wrangler, Olymp, Eterna, Shine, Huzar, Meyer, Trapper, Canson.

Som noget helt ekstra har Tøjeksperten i Hammel en afdeling med outdoor/jagt hvor vi har alt i beklædning og fodtøj, støvler i de kendte kvaliteter som Härkila, Seeland, Fjäll Räven, Elkjær.

Tøjeksperten er landets største herretøjskæde med 114 butikker, der alle yder landsdækkende bytteservice.

"Det sker" i Ældre Sagen Hammel 2019-2020

Ugedag	Dato	Klokken	Arrangement	Sted
Onsdag	17. april	12.00	Spisning	Ulstrup Kro
	24. april	12.00		InSide
Tirsdag	21. maj	08.00 Miko	Aarhus Ø og Mols	Bus
Fredag	7. juni	14.00	Færdselsloven	InSide
Søndag-torsdag	11. - 15. august	Morgen Miko	Tur til Prag	Prag
Fredag	30. aug.	14.00	Den tredje alder	InSide
Onsdag	11. sept.	07.45	Aarhus Lufthavn	Bus
Søndag-fredag	15.-20. sept.		Til Tjekkiet med stavgængerne	Hotel Slavie Cheb
Onsdag	2. okt.	10- 14.30	Influenza- vaccination	InSide Elmehøj
Fredag	4. okt. 6. mar.	15.00	Film	Fotorama
Mandag	7. okt.	14 - 16	Musik-underholdning med Quiz	InSide
Fredag	8. nov.	14 - 16	Morskab med morale	Inside
Fredag	6. dec.	14.15 - 19.45	Juletur til Tivoli Friheden	Aarhus
Fredag	10. jan. 2020	14 - 16	Godt Nytår med musik	InSide
Mandag - Fredag	17. - 21. feb.	06.00 fra Miko	Senior - velvære	Polen
Fredag	28. feb.	14 - 16	Humor med Hugo Mortensen	InSide
Fredag	6. mar.	15	Film	Fotorama
Fredag	13. mar.	16	Årsmøde for medlemmer	InSide
Fredag	17. april	14	Osse li på en studs Per Pallesen	InSide



Inflenzavaccination **foregår i år onsdag 2. oktober**

Man støtter Ældre Sagen ved at benytte Danske Lægers Vaccinations-service, som vaccinerer i Hammel onsdag 2. oktober 2019 efter følgende plan:

- Kulturhuset InSide, Fællessalen, Dalvej 1, 8450 Hammel klokken 10:00 – 12:00
- Plejecenter Elmehøj, Elmevej 40, 8450 Hammel klokken 13:30 – 14:30

Vaccinationen er gratis for alle over 65 år. Husk sygesikringsbeviset



**Super
Brugsen**

SuperBrugsen Hammel • Torvegade 5
8450 Hammel • Tlf. 86 96 14 99

Åbent alle dage 8-20

Undervisning i engelsk og tysk

I begge fag sigtes efter niveau til rejsebrug

I denne sæson er der to fortsætterhold i engelsk. Begge hold undervises i biblioteket, InSide, Hammel onsdage kl. 13-15 og 15-16.45. Første gang er 4. september. Sidste 25. marts. Og i tysk 10-12 også om onsdagen. Start 4. september.

Målet med kurserne er, at deltagerne erhverver sig sådanne kundskaber, at de kan tale og forstå sproget på rejser og i lettere samtale.

Engelsk

Som undervisningsmateriale bruges bogen Engelsk 3 af H. B. Ward, og det vil være en fordel, hvis kursisterne har købt bogen til 1. undervisningsdag.

Derudover vil læreren lave små lektioner med opgaver med nyttige ord og vendinger. Opgaverne laves ud fra deltagerne behov.



Max 10 elever pr. hold. Kursusprisen: 200 kr. (på konto 6110 0013944032)
Spørg om ledige pladser på zennia@mail.dk eller 26.37 68.30

Tysk

Kurset bygger på fortsætterholdets kundskaber i tysk. Ordforråd og grammatik trænes ud fra tekster om landet og folket



Max 10 elever pr. hold
Kursuspris som i engelsk. Også indbetalingsmetoden og status på ledige pladser.

TV-stjerner kommer med Tip et Hit

Mandag 7. oktober 2019 er der musik i InSide

Konceptet er lige så genialt, som det er indlysende: Man kombinerer skøn musik med det at få gang i de små grå, når der skal gættes hits fra flere årtier? "Tip et Hit" er et godt bud.

Klaus, der også er orkesterleder for de berømte Klaus and his Servants, spiller, og hustruen Karin afvikler så quizzen, hvor alle er med. Man behøver ikke at være musikekspert.



På TV 24 gange

Efter 24 udsendelser på DK4 må de to siges at være blevet TV-stjerner.

Gennem et par timer får publikum testet både stemmebånd og hukommelse, mens Klaus Strand-Holm spiller og synger sig gennem en stribe hits.

Og så lige den med kosterasktet

Efter musikquizzen, der foregår ved hjælp af tipskuponer, spiller Klaus Strand-Holm nogle af sine egne sange som "Hersted-vester" og "Bank Tre Gange". Det er sikre hits, der nok skal få gamle fans til at klappe og synge med.

Det foregår i InSide mandag 7. oktober kl. 14-16.

Pris: 100 kr. for medlemmer, 150 kr. for andre. Tilmelding til Jette på 2928 2145 eller fm.hammel.711@aeldresagen.dk

Betaling på konto 6110 0013944032 eller MobilePay til 37526 senest onsdag 1. oktober

Morskab, moral og hvide løgne

fredag 8. november 2018 foredrag og sang

"Ingen går tomhændet hjem," lover Per Hammerich. Og det er så op til ham at sørge for det.

Han er klar til at fortælle med hatten på sned og et glimt i øjet. Han tryller den ene fantastiske historie ud af den magiske fortællerring. Han lover "Publikum bliver på fantasiens vinger ført fra mytologien til nutid og fremtid. Fra himmel til helvede. Fra latter til gys."

Tid: Fredag 8. november kl.
14 Sted: InSide Dalvej 1,
Hammel. Tilmelding senest 4.
november på 29 28 21 45.
Pris: 100 kr. for medlemmer.
Ellers 150 kr. Betales på
6110-0013944032 eller Mobil
Pay til 37526



Mit hjem

Voldbyvej 8C, 8450 Hammel
Telefonnr. 86 96 07 10
E-mail: mithjem@mithjem.net



Står du og mangler en værtindegave, receptionsgave, specialøl, portvin, vin til festen, eller blot en lille hilsen, så står vi klar til at hjælpe dig. Vi laver gavepakker/kurve i alle prisklasser.

Kom ind i vores hyggelige butik med den gode atmosfære og service.

Juletur til Tivoli Friheden

fredag 6. december 2019 eftermiddags- og aftentur

Skal julestemningen være sikret, så kommer der her et godt tilbud.



Ans Rejser arrangerer sammen Ældre Sagen en juletur til Tivoli Friheden i Aarhus.

For at få mest glæde af juleudsmykning og de 300.000 lys gennemføres turen om eftermiddagen og aftenen.

Det foregår fredag 6. december med afgang fra Miko Torv, Banealle 6 i Hammel kl.

14.15. Forventet hjemkomst 19.45.

Prisen for medlemmer er 495 kr. Julefrokost-buffet er med i prisen.

Tilmelding senest 18. november til nielsogmargit@privat.dk, eller 86 96 52 49, eller chreng@kabelmail.dk, eller 25 42 41 96.

Samtidig betaling på konto: 6110 0013944032 eller Mobil Pay til 37526

Danmark spiser sammen

Ældre Sagen byder på det gode værtsskab

Ældre Sagen Hammel inviterer til spisning for enlige på Ulstrup Kro onsdag 17. april og i InSide i Hammel onsdag 24. april. Begge steder startes kl. 12.00, og der loves god dansk mad. Prisen er 50 kr. Drikkevarer er for egen regning. Der serveres også kaffe og småkager. Jørgen Sølvsten kommer og underholder.

Tilmelding til spisningen i Ulstrup foregår til på 86 46 45 77 senest 12. april.

Tilmelding til spisningen i Hammel foregår på nielsogmargit@privat.dk eller telefonisk på 29 99 52 49.

Eller på chreng@kabelmail.dk eller telefonisk på 26 42 41 96. Senest 19. april.



Det nye årti i sang og musik

**fredag 10. januar 2020 kommer Mandagsmusikanterne
til Hammel**

Det skal være en festlig indgang til 2020. Derfor kan Ældre Sagen indbyde til musikalsk arrangement kl. 14-16 i InSide.

Omkring 10 musikere kommer med stemmer, instrumenter og sang



Tilmelding senest 6. januar til Karen Margrete på 40 19 32 61 eller jkguldmann@gmail.com. Prisen er 75 kr. for medlemmer og 125 kr. for andre. Betaling til 6110-0013944032 eller Mobile Pay til 37625.

Der serveres kaffe og kage.

Tryghed: Morgentelefonen

Har du lyst til at få et tryghedsopkald hver morgen hele året? Så kontakt Ellen Clausen, 21 64 99 57

Senior Wellness-tur til Polen ***mandag 17. februar til fredag 21.februar***

Man skal tidligt op, hvis man i februar 2020 vil med på wellness-tur til kurbyen Kolobrzeg i Polen.

Det er Sørensen Rejser (rejsegaranti 1673), der arrangerer turen sammen med Ældre Sagen i Hammel.

Afgang fra Miko Torv Baneallé 6 i Hammel kl. 06.00!



Massage til lands og til vands

Og der er nok at gå på opdagelse i: Helkropsmassage, hot stone-massage, manicure, pedicure og skønne ansigtsbehandlinger.

Desuden ny swimmingpool med spabad, tyrkisk bad/dampbad og sauna, så badetøj er en god idé.

En udflugt til Kamien Pomorski er også på programmet.

Shopping og restauranter

Der er gode shopping muligheder i byen, bl.a. sko, tasker, tøj, smykker eller et besøg hos frisøren?

Prisen er 2295 kr. Der tilmeldes direkte til Sørensen Rejser på 86 88 18 17. Man vil så modtage en opkrævning.
Afgang Miko Torv kl. 06.00 med ankomst i Polen om aftenen. Hjemkomst forventes 21. februar om aftenen.

En "mislykket" mand i humoristisk vinkel **fredag 28. februar 2020 kommer Hugo Mortensen**

Den tidligere PET-medarbejder (40 år i tjenesten hos politiet) stillede sig selv spørgsmålet: "Hvordan kommer man igennem livet på trods af usportslig kropsbygning, manglende kvindetække og stærkt begrænsede intellektuelle ressourcer? Det bruger han så en times tid til at give et humoristisk svar på.

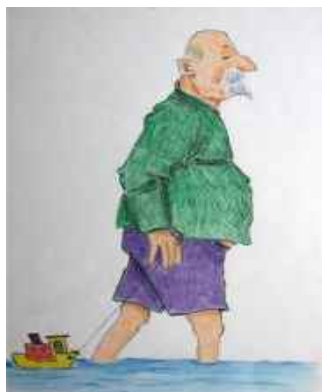


Mislykket over hele linjen

Det bliver en strejftur gennem Hugo Mortensens tilværelse og spænder over både skolegang med indlæringsproblemer og jævnlige ørefigner, en mislykket militær karriere, hvor ønsket om en admiralstitel så skammeligt gik til grunde. Og kærlighedslivet – herunder fænomenet kærestesorg vil også blive berørt på smukkeste vis. Et flashback til tiden som tørvegraver i Store Vildmose fører frem til tiden i politiet og PET. Eksempler på sager herfra er også på programmet.

Munter oplevelse

Generelt advarer Hugo Mortensen: "Lad det være sagt med det samme. Ingen bliver klogere af at høre mit indlæg. Jeg har dog erfaring for, at mine tilhørere har haft en absolut munter oplevelse."



Fredag 28. februar 2020 kl. 14-16 i InSide, Dalvej 1 i Hammel. Tilmelding senest 21. februar til chreng@kabelmail.dk eller 26 42 41 96. For medlemmer er prisen 100 kr. og for andre 150 kr. Betales på konto 6110-0013944032 eller Mobile Pay til 37526

Årsmøde for medlemmer

Datoen er fredag 13. marts og tidspunktet er kl. 16.00. Her holdes årsmødet for medlemmer i Ældre Sagen i Hammel.

Det foregår i Store Sal i InSide på Dalvej 1 i Hammel.

Fra sekretariatet kommer der indbydelse til hvert medlem. Man skal huske at medbringe sit medlemskort.

Der serveres et lettere traktement. Tilmelding er nødvendig. Det er til fm.hammel.711@aeldresagen.dk eller 29 28 21.45 senest 9. marts.

Madlavningskursus for mænd 2020

Foregår torsdage på Søndervangskolen



Ti torsdag aftener med Aase Falkenberg som instruktør.

Starten går torsdag 9. januar 2020 kl. 19.00 i skolekøkkenet.

Pris pr. deltager 200 kr. og betaling for maden hver gang.

Tilmelding og evt. Forespørgsler til Niels på 86 96 52 49 eller nielsogmargit@privat.dk.

Betaling på konto 6110-11139440032 eller Mobile Pay til 37526



Søger du et trygt boligsalg?

Has dærbolig Hammel betyder tryghed meget! Vi gør derfor alt, hvad vi kan for at skabe den bedste oplevelse for vores sælger. Dette har resulteret i alt vi har den højeste kundetilfredshed i 8458 Hammel på hele 9,9 ud af 10 mulige.

Ring til os på 8696 2525
og lad os hjælpe dig trygt videre.

Per Pallesen på plakaten

fredag 17. april kommer Mathiesen – Oss' li' på en studs



Per Pallesen kender vi jo alle sammen. Nok mest de ting, han har lavet på tv, men han har skam været i faget i mere end 50 år. Han synger, spiller flygel, skuespiller og instruerer revyer, teater og film.

Uddannet på Ålborg Teater. Fik sin skuespillerdebut på Det Ny Scala i "Spillemand på en tagryg". Det blev også til f.eks. en omgang "Sommer i Tyrol".

Fra 1974 kom der masser af instruktør opgaver til Per Pallesen. Ikke mindst var han hovedmanden bag og i Hjørring Revyen i en

snes år. Det var allerede her, at Per Pallesen lancerede figuren Mathiesen. Denne sagtmødige tumpe med alpehue, stærke briller og et finurligt syn på tilværelsen, som også blev en del af de populære Tv-shows "Dansk Naturgas", hvor Mathiesen blev "parret" med Tommy Kents herlige Fru Christoff.



Men det helt store gennembrud på film og tv fik han i Erik Ballings og Lise Nørgaards Matador som den flabede tjener Boldt.

"Han har været en virtuos hovedkraft i dansk teater, en generøs foranstalter af fest og ballade", lyder den hurtige præsentation.



Fredag 17. april 2020 14-16
InSide Dalvej 1 Hammel
Pris 150 kr. for medlemmer.
Andre 200 kr.
Betales til konto 6110-
0013944032 eller Mobile
Pay til 37526. Tilmelding til
Jette på 29 28 21 45 eller
[fm.hammel.711@aeldresag](mailto:fm.hammel.711@aeldresag.dk)
[en.dk](mailto:fm.hammel.711@aeldresag.dk).

Kan vi hjælpe med noget?



En hjælpende hånd

Ældre hjemmeboende kan få hjælp til småopgaver i hjemmet f.eks. hjælp til udskiftning af elpære, batteriet i fjernbetjeningen og røgalarmen eller hænge et billede op. Eller du har måske fået nye bukser eller nederdel, som skal lægges op. Så ring til Willy Vingløv, som finder netop den hjælp, du har brug for. Mobil nr.: 27 81 45 29.



Senior-bowling

Kuglerne tager kegler hver mandag klokken 11.00 – 12.00 og klokken 12.00 – 13:00 på bowlingbanerne i kulturhuset InSide, Dalvej 1, 8450 Hammel.

Forårssæson: 7. jan. – 13. maj 2019.
Efterårssæson: datoerne er p.t. ikke fastlagt. Prisen for forårssæsonen er 24 kr. pr. gang.

Kontakt: Henri Jensen 61.28 71 93.

Film i Fotorama i Hammel

Der er gratis adgang, når Fotorama i Hammel inviterer til dokumentarfilm. Det foregår fredag 4. oktober 2019 og fredag 6. marts 2020 kl. 15.00. Hvilken dokumentarfilm, der vises, bekendtgøres i Lokalavisen Favrskov.



Det **originale** italienske **køkken**
Salvatore byder på en **gratis** velkomstdrink til
medlemmer af **Ældre Sagen**



På Østergade 24C i Hammel er Italia klar med
spændende italienske specialiteter

**Bland din tre retters menu
for 179 kr.**

1 ret koster 139 kr.

2 retter 159 kr.

Åbent onsdag-lørdag 17-22 og søndag 17-21

Bestil bord på 69765563

Tilbud om it-undervisning

Tilbuddet omfatter mange kurser. Hvilke kan man se på

<http://pckursushammel.dk/kurstilbud.htm>

Kurserne er gratis og tilmelding ikke nødvendig



Kørt fast i it-junglen?

Eller har du bare et lille problem med et program, så spørg, om Børge kan hjælpe. Vor lokale IT supporter, Børge Rasmussen, telefon 25 56 00 71

It-besøgsven

Mangler du en at udveksle EDB-erfaringer med, og kunne du godt tænke dig at få en it-besøgsven eller selv være en it-besøgsven? Så ring til Henny Rasmussen på 60 56 84 50, som gerne formidler kontakten.

Åben it-café

hver torsdag i InSide mellem klokken 12:30 og 13:30

Lukket i påskeugen samt i månederne juni, juli og august



Stavgang hver tirsdag i Hammel

Turen starter kl. 09.30 på Selskabsvejen ved Springforbi

Kan vi friste med en bevægelsesform, der styrker og giver god bevægelse i muskler og knogler, giver 20 % højere konditionseffekt og op til 40 % højere fedtforbrænding i forhold til almindelig gang? Hvis ja: Så er stavgang sagen. Starten gik for 15 år siden i Hammel.



Forskellige niveauer og madpakker

Instruktørerne, Ilse Sørensen og Peder Spørring, anbefaler, at som nybegynder skal man ikke købe stave, før man har fået instruktion. Stave kan i starten lånes. Deltagerne er fordelt i tre grupper, som går i skoven og på grusstier i ca. 1 til 1½ time. Sværhedsgraden er forskellig i grupperne, så der er plads til alle.



Instruktørerne fortæller: Vi arrangerer "madpakketure" til det nære område, og vi har tilbud om stavgangsture til udlandet hvor du godt kan være med, selvom du kun kan gå korte ture. Udlandsturen går denne gang til Tjekkiet. Se side 13.

Advarsel: Stavgang er vanedannende, og det er en sjov form for motion.



Hvad med din nabo?

Er hun medlem af Ældre Sagen og får cool Cash?

Hvis nej:

- 1) Fortæl hende om de gode formål, Ældre Sagen støtter.
- 2) Hvis hun ikke endnu har givet sig, så prøv denne: Der skal ikke mange arrangementer til, før halvårs-kontingentet på 125 kroner er tjent ind.
- 3) Hvis hun stadig slår sig i tøjret, så skal du trække



"cool Cash"-kortet: Der er masser af rabatter f.eks. til rejser og kultur, når man har sit medlemskort.

På hjemmesiden er de inddelt efter område og genrer.

Prøv at forfølge dette link: www.sagen.dk/tilbud

Ans Rejser

- din billet ud i verden

Ans Rejser er ekspert i rejser med dansk rejseleder samt bus og fly i hele verden - f.eks.:

- Prag - den gyldne stad fra kr... **2.695**
- Det bedste af Holland. fra kr... **3.995**
- Rom - den evige stad... fra kr... **6.295**
- Sydspanien fra kr... **8.695**
- USA, New York..... fra kr. **11.995**

GRATIS
parkering
i Billund
Lufthavn

REJSEOPLEVELSER
med Ans Rejser

ANS REJSER

Lillehøjvej 2 • 8600 Silkeborg • rejs@ansrejser.dk
Tlf. 70 26 00 49 • www.ansrejser.dk

B

Demenscafé med ny adresse:



Cafeen, hvor demente og pårørende kan mødes med ligesindede til hyggeligt samvær et par timer med aftalte aktiviteter samt kaffe og kage (20 kr.)

Der er ikke tilmelding. Foregår i prøvekøkkenet

Kontaktpersoner:

Willy Vingløv 27 81 45 29 og Zennia Hansen 26 37 68 30.