



Ældre @ Sagen

August 2026

TÅRNBY

LOKALAFDELINGEN

AMAGER LANDEVEJ 71 • TLF. 21 70 05 16

Kontortid: Hver tirsdag kl.10-15

www.Ældre Sagen Tårnby

aeldresagentaarnby@gmail.com

FaceBook: Ældre Sagen Tårnby

MobilePay: 35267

Kontoret åbner tirsdag
den 18. august 2026.
Så man kan først få hjælp
fra den dato.

Ældre Sagen Tårnbys faste aktiviteter 2026

1. Badminton, Vestamager Idræts-hal, onsdag og fredag kl.8-12, tilmeld til Ivan, tlf.2233 8072 medlem **ÆS**
2. Besøgsven til hjemmeboende demensramte - aftale med Bente Olofsen, tlf. 2662 3421 **alle**
3. Besøgsvenner/Gåvenner – kontakt kontoret 2170 0516 ti.12-13 **alle**
4. Billard, plejehjemmet Løjtegård, alle dage fra kl.10-16 **medlem ÆS**
5. Bisidder. Kontakt - Annette Gemynthe på 22 73 34 80 **alle**
6. Bridge, Ved Diget og i Postkassen, onsdag, torsdag **medlem ÆS**
7. Cafe Livsglæde, demensramte og pårørende, Postkassen, tirsdag i ulige uger kl.10 **alle**
8. Cafe Rosen, pårørende til hjemmeboende psykisk syge, pt optaget **alle**
9. Canasta, Postkassen, fredag kl.10-12 **medlem ÆS**
10. Coaching "fra arbejdsliv til pensionist", kontakt kontoret **alle**
11. Cykling, på Kalvebod Fælled, mandag kl.10.30. Bare mød op! **alle**
12. Dameværelset – kontakt kontoret **alle**
13. Danmarkshistorie, Postkassen, torsdag kl.13.30 **medlem ÆS**
14. Danseundervisning, Square-dance, Tårnby Skoles festsal, onsdag kl.14.30 -16 **medlem ÆS**
15. Drømmeløbere – ny aktivitet **alle**
16. Fodbold for 60+ m/k, Vestamager Kunstbane, tirsdag kl.10 **alle**
17. Forglemmigej koret, Plejehjemmet Irlandsvej, (demensramte) efter aftale **alle**
18. Gamle Danske Mønter/Sedler, vurdering. Postkassen, tirsdag kl.16-17 **alle**
19. Giv Livet Styrke, Skottegårds-skolen, lørdag fra kl.9 **medlem ÆS**
20. Handymann, kontakt kontoret **alle**
21. Herreværelset, Postkassen 3.mandag i md. Kontakt kontoret for tilmelding! **alle**
22. IdeCafeen, "sammen med andre", Postkassen, mandag i lige uger kl.14 **alle**
23. It-Cafeen, Postkassen, tirsdag kl.14-16 **alle**
24. It-undervisning, Postkassen, kontakt kontoret **alle**
25. Kreativ Motion, Vandtårnet, onsdag kl.9.30-10.30 **medlem ÆS**
26. Krolf, Travbaneparken bag plejehjemmet Løjtegårdsvej, mandag-torsdag kl.10 **medlem ÆS**
27. Læsegrupper, 2 hold, biblioteket, 1.mandag i måneden. SMS til Bodil Christensen tlf.2242 1551 **alle**
28. Madlavning for Mænd, Korsvejens Skole, torsdag kl.17 **medlem ÆS**
29. Padel, Amager Landevej 233, onsdag kl.10-12, kontakt 2370 1100 **medlem ÆS**
30. Petanque, P96, Ugandavej 107, torsdag kl.10 **medlem ÆS**
31. Pilates/gymnastik, Amagerhallen, mandag (11.30) og onsdag (11.30 og 12.30) **medlem ÆS**
32. Plejehjemsvenner (skubber, sang/musik) efter aftale **alle**
33. Poker, Postkassen 1.sal, tirsdag kl.10-14 **medlem ÆS**
34. Riffelskydning, Amagerhallen, tirsdag i lige uger kl.10-12 **medlem ÆS**
35. Skak for børn og unge, der trives med struktur, koncentration og strategi, mandag kl.17-18 **alle**
36. Skolevenner, efter aftale **alle**
37. Sorg-og Livsmodsgrupper for alle, der har mistet. Kontakt Lissi Bak Pedersen tlf. 2215 6029 **alle**
38. StrikkeCafeen, Postkassen, tirsdag kl.13-15 **alle**
39. Svømning, Kastrup- og Vestamager Svømmehaller, tirsdag, torsdag og fredag **medlem ÆS**
40. SøndagsCafeen, Postkassen, sidste søndag i hver måned kl.14 **alle**
41. Tirsdagsklubben med sang og musik, Postkassen, tirsdag kl.10 **alle**
42. Vandrehold, Kalvebod Fælled, tirsdag (ny), onsdag og fredag kl.10 **alle**
43. Vågetjenesten, hjælp til pårørende til døende i Tårnby/Drøge Kontakt tlf.4258 2770 **alle**
44. Whist, Postkassen, tirsdag kl.12 **medlem ÆS**

Tag med på besøg hos Nordisk Film i Valby onsdag den 9. september 2026 kl. 10.30.

Vi mødes på det lille trekantede torv (Tingstedet) ved Olsenbanden skulpturen Valby Langgade 69 – 71.

Vi går samlet (ca. 200m) til Nordisk Film hvor en guidet rundvisning starter kl. 11 og varer ca. 90 minutter.

Vi skal nemlig i hælene på Olsen Banden

Vi har en plan! Vi skal bruge 3 ting!

1) et mødested og tidspunkt. 2) max 30 deltagere. 3) et sted at få stillet sulten! Arrangementsgruppen har sørget for alle 3 ting.

Efter rundvisningen åbner Nordisk Film Shoppen, hvor der vil være mulighed for køb af deres spændende og sjove merchandiseprodukter. Kreditkort/MobilePay.

Derefter går vi til Hotel Fy og Bi (200m) hvor vi får deres:

Island Stjernesud m. Dampet rødspættefilet, stegt rødspættefilet, asparges, caviar, håndpillede rejer, Astatas hjemmelavet Thousand dressing, citron og urter.

Eller

Honningristet kylling Salat Kylling marineret i honning, sesam og chili på sprød salat, cherrytomat, agurk og rødløg. Hertil brød og smør.

Drikkevarer for egen regning.

Pris: Kr. 250,- pr. person efter tilskud (inkl. guidet tur og frokost)

Tilmelding via hjemmesiden senest: 25. august – max 30 personer.

Hjælp til tilmelding kan fås på kontoret tirsdag kl. 10.30 – 15.00.

Ved spørgsmål kontakt tlf. 44 13 14 24.

FÆLLESSANG MED SPILLEMÆNDENE

I Postkassen, Amager Landevej 71, 2770 Kastrup

SØNDAG DEN 11. OKTOBER KL. 14-16 (dørene åbnes kl. 13.30)

Spillemandene har haft Fællessang på Charlie – Sommersang i Mariehaven – Fællessang på Skansen, så nu er tiden kommet til:

FÆLLESSANG I POSTKASSEN

Spillemandene, altså dem fra BORDINGHUS har håndplukket nogle særdeles sangbare numre, som vi i fællesskab synger og spiller.

Glæd jer til en hyggelig søndag eftermiddag, hvor stemmebåndet kan blive rørt, så vi rigtigt kan høre: DE GRÅ SYNGER

Øl/vand og vin kan købes til rimelige priser.

Prisen er kr. 30 pr. person inkl. kaffe og kage.

Der er 80 pladser (min. 40 tilmeldinger) – først til mølle, **men senest den 6. oktober 2026. Tilmelding via hjemmesiden.**

Hjælp til tilmelding kan fås på kontoret tirsdag kl. 10.30 – 15.00.

Ved spørgsmål kontakt tlf. 44 13 14 24.

FÆLLESSPISNING

I POSTKASSEN, Amager Landevej 71, 2770 Kastrup

onsdag den 14. oktober kl. 13.00. (Dørene åbnes kl. 12.30)

I Ældre Sagen Tårnby vil vi gerne invitere jer til denne fællesspisning, for det er dejligt at spise med andre - både folk man kender og at møde nye ansigter. Måske er det starten på nye venskaber og vejen ud af ensomheden. Eller blot en dejlig dag.

Vi starter med at få et måltid mad, (hakkebøf med tilbehør) + 1 øl/vand eller 1 glas vin. Efter maden vil der blive spillet til fællessang. Bagefter vil der blive serveret kaffe og kage

Yderligere drikkevarer kan købes til rimelige priser.

Når vi er færdige med kaffen og har haft nogle hyggelige timer samme, vil vi sige farvel og tak for i dag.

Prisen for dette arrangement er kun kr. 75 pr. person efter tilskud.

Der er 74 pladser – først til mølle, men senest den 29. september 2026.

Tilmelding via hjemmesiden.

Hjælp til tilmelding kan fås på kontoret tirsdag kl. 10.30 – 15.00.

Ved spørgsmål kontakt tlf. 44 13 14 24.

Hold jer orienteret på vores hjemmeside

www.Ældre Sagen Tårnby