



Årsmøde 2014

**Afholdes onsdag den 19. marts kl. 19.00
Ølstykke Biblioteks foredragssal, Østervej 1.
Dagsorden ifølge Ældre Sagens vedtægter:**

1. Valg af dirigent
2. Beretning om bestyrelsens og koordinationssudvalgets virksomhed til godkendelse
3. Forelæggelse af bestyrelsens regnskab til udtalelse
4. Orientering om bestyrelsens fremtidige virke
5. Indkomne forslag, som skal være bestyrelsens formand i hænde senest 14 dage før mødet
6. Valg af bestyrelsesmedlemmer for to år
7. Valg af bestyrelsessuppleanter for et år
8. Eventuelt

Under mødet serveres kaffe og kage.

Modtager:

Lokalbestyrelsen for Ældre Sagen i Ølstykke

	Formand	Ann Larssen, Smaragdvej 6 2044 0116 e-mail: anfl.larsen@kabelmail.dk
	Næstformand	Ole Koefoed Dr. Ingrid's Vej 28 2572 3008 e-mail: okoefoed@gmail.com
	Arrangementer	Jette Weikop Regnersvej 49 4716 1050 e-mail: weikop@pc.dk
	Webmaster IT-undervisning	Svend T. Jensen Kildegårdsvej 11 2067 9617 e-mail: svendt.jensen@gmail.com
	Kasserer	Erik Jørgensen Violvej 3 4017 7066 e-mail: erikjoerg@gmail.com
	Social-humanitær Besøgstjeneste	Inge Hjort Andantevej 5 4717 7 650 e-mail: ihhnpypost.@gmail.com
	Sekretær Bladredaktør	Hanne Knudsen Smaragdvej 14 3023 8096 e-mail: hgk@pc.dk
	Suppleant Aktivitets- koordinator	Audun Reitzel Engvej 52 2463 7545 e-mail: audun@mail.dk
	Suppleant	Karsten Andersen Ryttervænget 6. tlf. 51913055, e-mail: tokaa@mail.dk

Hjemmeside : via www.aeldresagen.dk

E-mail: aeldre.sagen.oelstykke@gmail.com Tlf. i kontortiden: 60 66 36 50

Formanden har ordet

Sommeren er gået med rigtig dejligt vejr, men nu er vinteren ved at holde sit indtog, og indendørs aktiviteterne er i højsædet.

Vi har haft et fint efterår bl.a. med foredrag af Nasar Khader. Det var meget underholdende.

Der har været borgermøde med 7 politikere fra partierne, der stillede op til kommunevalget. Om de er blevet valgt vides ikke i skrivende stund, men vi har planer om at indkalde dem igen om et år og høre, om de har holdt noget af det, de lovede.

Vi havde influenza vaccination 1. oktober og 188 blev vaccineret.

I efteråret har vi startet endnu et Herreværelse, som kom til at hedde **Karlekammeret.**, men der er stadig flere der gerne vil med, så et tredje er på vej. **Hvad skal det så hedde?**

Der har også været ønske om et pige/dame-kammer, så det prøver vi - og kalder det Jomfruburet—se inde i bladet.

Vi vil igen holde Nytårskur i det nye år og glæder os til at se rigtig mange den 10. januar. Husk tilmelding.

Jeg vil hermed ønske alle vore medlemmer, frivillige og bestyrelsen en rigtig god jul og et godt nytår.

Tak for indsatsen i året der er gået.

Ann Larsen

Kontoret på Græstedgård, Udlejrevej 13B (lok. 9)

Kontoret på Græstedgård har i 1. halvår 2014 åbningstid kl. 15.00-17.00 på følgende datoer 30.01., 27.02., 27.03., 24.04., 22.05., 26.06.2014, hvor tilmelding og betaling ved fremmøde kan ske som anført under de enkelte arrangementer. Man kan i kontortiden også ringe på tlf. 6066 3650, og indbetaling sker da ved overførsel til vores konto i **Nordea 1345 3497 378 523—Bemærk ny konto**

Deadline til næste blad: 15. maj 2014

NYTÅRSKUR

Fredag den 10. januar 2014, kl. 14-16

Sted: Biblioteksalen, Østervej 1



Vores første nytårskur gik så godt, at det forhåbentligt bliver en festlig tradition. Så kom og leg med – gerne med "pynt" på. Få et glas "bobler" med hjemmebagt kransekage til, en kop kaffe og måske en rask svingom med din udkårne eller en anden dame/kavalier til pianisten Per Bjørns underholdningsmusik.

Pris kr. 30 pr. person for musik og traktament. Tilmelding torsdage-
ne 12. december (i kontortid Græstedgård) og den 2. januar (kun på
telefon). Betaling til bankkonto 1345 3497 378 523 senest 2. januar mrk. KUR og navn
på indbetaler.

FOLKETINGET OG KOBBERKØKKENET UNDER CHRISTIANSBORG

Onsdag den 19. februar 2014

Modested: Rigsdagsgården kl. 11.30 (th. for hovedindgangstrappen)



Vi starter efter sikkerhedstjekket ved indgangen til Folke-
tinget i Rigsdagsgården med en frokost i Snapstinget,
hvorefter Udviklingsminister Christian Friis Bach støder
til og giver os en mindre rundtur i Folketinget. Der bliver
nok også tid og lejlighed til at stille ham spørgsmål om
Danmarks nuværende støtteprojekter, opnåede resultater

og fremtidig politik og fokus på området.

Vi forlader Folketinget og slutter dagens program af med en guidet rundvisning i Kob-
berkøkkenet under Christiansborg, som har en af Europas største og fineste samlinger af
kobberkøkkentøj, og hører om tilberedning og servering af kongelig mad gennem tider-
ne. Forventet afslutning ca. kl. 15.30. Max. 30 personer.

Pris kr. 155,- pr. person som inkluderer frokost i Snapstinget (2 stk. højtbelagt smørre-
brød fra Meyers Kantine samt en øl eller vand) samt guide og entré til Kobberkøkkenet.
Evt. samlet afgang med S-tog kl. ca. 10.25 fra Ølstykke station til Hovedbanegården,
hvorfra vi går til Christiansborg (ca. 15 min. spadseretur), eller man kan tage bus 2A fra
Bernstorffsgade).

Tilmelding 30. januar 2014 i kontortiden på Græstedgård samt onsdag den 12. februar
(den 12.02 kun pr. telefon). Indbetaling til bank mrk. FOL og navn senest 12.02 efter
OK ved tilmelding.

BUDDHISTKLOSTERET I STENLØSE

Fredag den 7. marts kl. 13.00

Modested: H. P. Hansensvej 3 ved parkeringspladsen



Du har sikkert mødt munkene i deres safrangule ge-
vandter i Egedal centeret og studset. Nu har du mulig-
heden for at møde dem i deres egne omgivelser.

Klosteret, som blev grundlagt i 1990 og opført for ind-
samlede midler, er nu samlingspunkt for den Thai Bud-
dhistiske Forening i Danmark og deres religiøse liv.

Klosterets munke vil vise os omkring og fortælle om
deres liv og asketiske hverdag efter 227 leveregler, med
daglig meditation og bøn.

Repræsentanter for foreningen har været så venlige at tilbyde os et enkelt traditionelt
thailandsk måltid mod slutningen af besøget, og vi giver en donation til klosteret.
Husk varme sokker. Pris kr. 40,00 pr. person. Tilmelding onsdag, den 12 februar (kun
pr. telefon) samt torsdag den 27. februar i kontortiden på Græstedgård. Indbetaling til
bank. Mrk. BUD og navn senest 27.2. efter OK ved tilmelding.

ÅRSMØDE

Onsdag, den 19. marts 2014, kl. 19.00

Modested: Salen under Ølstykke bibliotek

Vi afholder årsmøde og håber at se så mange som muligt. Kom og hør hvad vi laver og
stil evt. op til bestyrelsen.

FORÅRSFEST

Fredag den 2. maj 2014 kl. 18.30

Sted: Ølstykke Biblioteks Foredragssal

Østervej 1



Som forrige år spiller orkesteret *Sound of the Fifties* for
os med deres populære blanding af evergreens. Vi server-
er mad og derefter i pausen kaffe, hvorefter der danses
videre indtil der spilles af kl. ca. 22.30.

Entreen er som sædvanlig kr. 150 pr. person, der inklu-
derer orkester, spisning og kaffe.

Øl, vand og vin sælges som altid til rimelige priser. Tag
gerne en (betalende) gæst eller to med, som kan få et
godt indtryk af, hvordan Ølstykke fester.

Tilmelding torsdage 27. marts og 24. april i kontortiden på Græstedgård. Beløbet be-
tales senest 24.04 mrk. FOR og navn efter OK ved tilmelding.

SEJLTUR MED S/S SKJELSKØR FOR BEDSTEFORÆLDRE

Søndag den 25. maj kl. 12.00

Mødested: Frederikssund Gl. Trafikhavn kl. 11.45

Ældre Sagen i Ølstykke har chartret veteranfærge S/S Skjelskør fra 1915 til en 1½ times sejltur på Roskilde fjord.



Tag dine børnebørn og en madkurv med og hold picnic på skibet, mens I sejler. Kaptajnen fra Dansk Veteranskibsklub lader nok gerne de større børn hjælpe til ved roret og kigge på maskineriet.

I er selvfølgelig også velkomne uden børnebørn på denne for de voksne hyggelige og børnene spændende forårssejltur. Husk også drikkevarer, for der er ikke salg ombord.

Pris kr. 50 pr. voksen og 30 pr. barn. Tilmelding torsdag den 24. april i kontortid på Græstedgård samt torsdag den 8. maj (da kun pr. telefon). Indbetaling til bank mrk. SEJ og navn senest 8.05 efter OK ved tilmelding.

REJSE TIL ENGLAND

6 dages fly- og busrejse

Afrejse Kastrup 31. maj

Rejsen i Detective Barnaby's fodspor til Oxford, Stratford-upon-Avon med besøg på slotte, mansions og mange af de kønneste småbyer i Cotswold området nordvest for London er beskrevet i forrige udgave af bladet, og programmet kan findes på Ældre Sagens hjemmeside under Ølstykkens arrangementer. Rejsen har fået stor tilslutning fra starten, men ønsker I at deltage, så hør Jette Weikop, om der endnu skulle være ledige pladser.

Nyt Herreværelse

De igangværende herreværelser har ikke plads til flere medlemmer, og vi opretter derfor endnu et, såfremt der er interesse for det.

Er du interesseret i at være med, samt i at sætte dit præg på indholdet, så kontakt snarest muligt aktivitetskoordinator Audun Reitzel på tlf. 24637545

Nyt Jomfrubur - kun for damer

På opfordring starter vi torsdag, den 23. januar 2014 en ny aktivitet op kun for damer. Det er en mulighed for hyggeligt samvær, fælles aktiviteter og oplevelser. Har du lyst til at være med så kontakt Ulla Hautop Jensen tlf. 30 27 96 17. Aktiviteten er fuldttegnet. Vi skriver på venteliste til et evt. yderligere jomfrubur.

Frokost Petanque

Igen i år arrangerer vi "frokost petanque". Første gang 27. maj 2014 på bænkerne ved Græstedgård. Vi starter kl. 11.00 og spiller til ca. kl. 12.00. Så spiser vi vores medbragte mad og spiller derefter igen fra kl. 13.00 til 15.00. Der vil være "frokost petanque" hver 14. dag indtil 30. september. Tilmelding er ikke nødvendig. Kom blot, hvis du har tid og lyst. Der spilles almindelig petanque hver tirsdag og torsdag fra kl. 13.00 til 15.00 hele året – se side 14.

Jørgen Møller



Gå godt
gå til

Statsautoriseret
Fodterapeut

V/Kira Weile
Niels Olsens Vej 4
3650 Ølstykke
(Ved ALDI)

Tlf. 4717 1729

BLIV FRIVILLIG

Har du lyst til at blive frivillig, så mangler vi hjælp til gymnastik, tilrettelægning af ture og arrangementer, besøgsvenner og andet praktisk arbejde. Henvendelse til formand Ann Larsen tlf. 20 44 01 16.

BESØGSVENNER

Interesserede nye besøgsvenner og besøgsmodtagere kan henvende sig til Inge Hjort og få en snak om mulighederne for hyggeligt samvær tlf. 4717 7650

Gå fra problemerne

Kom ind og prøv skoen, der for mange reducerer smerter i ankler, knæ, hoftelædder og ryg

Skoen har et nyt sålesystem som guider foden i den optimale fodstilling.

Mange oplever desuden en aflastet forfod, samt lindrende hælsmærter.

Læs mere på www.gaitline.com



**GAIT
LINE**



Michele's Fodklinik



Klinik for fodterapi

Michele Pedersen

Statsautoriseret fodterapeut

Rådhus Allé 14

3650 Ølstykke

Tlf. 47 17 32 33

mob. 26 16 38 33

kontakt@michelesfodklinik.dk

www.michelesfodklinik.dk

Festsange (annonce)

Festlige, sjove, personlige sange forfattes, også på kort tid og til ethvert formål. Næsten frit melodivalg. Du kommer med oplægget, så klarer jeg resten.

Kan du ikke komme til mig, for at snakke indhold og melodi, så kommer jeg gerne hjem til dig.

Du kan trygt ringe til mig, så finder vi ud af det. Jeg hedder Eigil og har tlf. nr. 47176150



Niels Larsens Bogtryk ApS

Kopi • Print • Offset

Stans • Præg • Bogbind

Tlf. 47 17 45 56

nlbtryk@nlbtryk.dk

www.nlbtryk.dk

Klinik for fodterapi



Fodterapeut

Anni Pedersen

Hørvænget 10 • 3650 Ølstykke

Tlf.: 2650 0363





Nyt gå hold

I samarbejde med Livstilsværkstedet på Tofteparken har vi oprettet et nyt gå hold. Turen starter fra Tofteparken 15 ved genoptræningscentret hver onsdag kl.10 og varer ca. 1 time. Efter turen tilbyder Tofteparken en kop kaffe og lidt socialt samvær for kun 5 kr. Tilmelding er ikke nødvendig, men vil du vide mere så kontakt Nanna eller Marianne på Tofteparkens genoptræningscenter om formiddagen eller ring til Ann Larsen tlf. 2044 0116

Undervisning i Ølstykke

Vedr. engelsk: grundgebyr kr. 50,00 ekskl. Bøger. Beløbet indbetales på konto nr. 1345 3497 378 175 senest 1.9.2013. Husk at anføre ENG 1, ENG 2 osv.

Engelsk hold 1-Brush up kursus

Tirsdage kl. 10.00-12.00 på Græstedgård i lokale 9
Underviser Helle Arnø, tlf: 4717 2453 eller helle.arnoe@gmail.com
Holdet fuldttegnet

Engelsk hold 2-Lidt øvede

Tirsdage kl. 10.00-12.00 på Græstedgård i lokale 10
Engelsk samtale, vi taler kun engelsk i undervisningen.
Underviser Birthe Pedersen, tlf. 4717 6150

Engelskhold 3 - Fortsættere / øvede

Onsdage 9.15 - 11.35 på Græstedgård i lokale 10
Vi starter igen den 18. september. Sluttes den 26. marts 2014.
Underviser: Audun Reitzel, 2463 7545 eller audun@mail.dk

Engelskhold 4 - Begyndere / lidt øvede

Onsdage 12.25 - 14.45 på Græstedgård i lokale 10 ell. 7
Vi starter igen den 18. september. Sluttes den 26. marts 2014.
Underviser: Audun Reitzel, 2463 7545 eller audun@mail.dk

Undervisning i Ølstykke

IT-kurser

Ledige pladser på alle hold i foråret.

Undervisningssted: Ung Egedals lokaler "Stengrotten" på Stengårdsskolen.

Adgangsforhold er uegnet for gangbesværede.

Kursus for begyndere (ingen eller lidt kendskab til brug af PC)

Onsdage kl. 10.00-12.30. Pris kr. 200. 10-12 undervisningsdage.

Vi lægger stor vægt på brug af internet, mail, NEM-ID m.v..

Underviser: Hilmer Hansen

Kursus i Billedbehandling (kræver nogen øvelse i PC)

Tirsdage 10.00-12.30. Pris kr. 100. 6-7 undervisningsdage.

Vi bruger bl.a. programmerne Picasa 3 og Windows Movie Maker.

Lær at overføre foto til PC, redigere foto, lave fotoshow m.v.

Underviser: Svend T. Jensen

Kursus i Tekstbehandling (kræver nogen øvelse i PC)

Tirsdage 10.00-12.30. Pris kr. 100. 6-7 undervisningsdage.

Vi bruger programmet OfficeLibre. Hjemmearbejde påkrævet.

Lær at lave invitationer, sange, indsætte billeder i tekster m.v.

Underviser: Ole Gotlieb.

Kursus i Optimering af PC (kræver nogen øvelse i PC)

6-7 undervisningsdage. Onsdage 14.00-16.30. Pris kr. 100.

Er din PC blevet sløv? Vi vil gennemgå muligheder for optimering

Underviser: Hilmer Hansen

Undervisningssted er Ølstykke Bibliotek.

Gangbesværede har fortrinsret til disse kurser.

Kursus for begyndere (ingen eller meget lidt kendskab til brug af PC)

Mandage 10.15-12.30. Pris kr. 100. 6-8 undervisningsdage.

Undervisning i Ølstykke

Undervisning på dette hold vil variere afhængig af elevernes ønsker og behov, men vi lægger stor vægt på brug af internet, mail, NEM-ID m.v..
Underviser: Svend T. Jensen

NYHED: Undervisningssted på Græstedgård

Der vil være adgang for gangbesværede.

6-8 undervisningsdage. Pris kr. 100. Ugedag/tidspunkt ikke fastlagt ved bladets udgivelse.

Vi etablerer i foråret undervisning på Græstedgård.

Undervisning på dette hold vil også variere afhængig af elevernes ønsker og behov,

men vi lægger stor vægt på brug af internet, mail, NEM-ID m.v.

Tilmelding til alle IT-kurser på e-

mail: aeldreundervisning.oelstykke@gmail.com

eller til Svend T. Jensen, tlf. 2067 9617 mandage 14.00-16.00.

De nævnte deltagerpriser dækker både materialer og kaffe/the.

Som noget nyt vil Ældre Sagen holde åbent den 9. og 23. januar

2014. Begge dage kl. 14-17 på Græstedgård i lokale 5

Her vil du kunne få råd og vejledning til at vælge netop det kursus, du har brug for. Du kan også ringe til Svend T. Jensen tlf.: 6066 3650

IT-stue

Torsdage kl. 10-12 i perioden 30. januar - 22. maj. Pris kr. 10 inkl. kaffe/the.

Sted: Ung Egedals lokaler "Stengrotten" på Stengårdsskolen

Vi giver hjælp til PC'er, programmer, I-PAD og tablet eller få hjælp til slægtsforskning via internettet. Ingen tilmelding nødvendig.

Motion og friluftaktiviteter i Ølstykke

Lystfiskeri/Ældrefisk

Tid: den 1. mandag i måneden i tidsrummet kl. 15.00-17.30. Sted: Græstedgård, lokale 7.

Vi mødes til en sludder over en kop kaffe/småkager til en rund 10er. Vi planlægger også ture og arrangementer på møderne. Vi påregner 2 til 3 ture med båd i løbet af foråret samt ture til åer, kyst og "Put and Take" alt efter, hvad vi har lyst til.

Info: fiskestanen@58100642.dk, eller ring på 6013 3500.

Lege og samvær i naturen

Tid: 1. halvår 2014: 26. marts, 23. april, 21. maj, 18. juni (sommer-afslutning). Kl. 12.30 Sted: Ølstykke Bibliotek

Mennesker holder ikke op med at lege, fordi de er blevet ældre. Mennesker bliver gamle, fordi de holder op med at lege. Selvom deltagerantallet nu er over 35 kan vi byde enkelte nye interesserede velkommen, og om nødvendigt oprette venteliste. I den kommende sæson leger vi efter samme "opskrift" som foregående år, idet der dog også vil blive plads til relevante og accepterede fornyelser.

Esther (4717 8077) og Jens (4710 1301).

Oplevelser og motion på cykel

Tid: alle onsdage i lige uger, første gang 2. april 2014, sidste gang 29. oktober, alle dage kl. 11.

Sted: ved bageren i stationsbyen

I 2014 cykler vi stadig 2 ture, en kort tur på ca. 20 km og en lang tur på ca. 40 km. Dog mulighed for ture på ca. 12 km., såfremt der er interesserede hertil. Som hidtil vil tempoet være moderat. Fælles pause med medbragt mad og drikke. Kunne du tænke dig at opleve vores varierede natur fra cykelsadlen, at blive en del af et rart fællesskab, at høre lidt lokalhistorie og at komme i virkelig god form, bør du møde op som ovenfor anført. Cykelhjelm er obligatorisk.

Hør evt. nærmere ved Janne (47176004), Hanne (4717 7393) eller Jens (4710 1301).

Petanque

Tirsdage og torsdage kl. 13-15.

Sted: Græstedgårds have.

Hvis vejret tillader det spiller vi året rundt. Spillereglerne er lette, så alle kan være med. Du skal selv medbringe kaffe og kugler.

Spørgsmål til:

Jørgen Møller, tlf.. 61261942

Motion og friluftaktiviteter i Ølstykke

Krolf

Tid: Onsdage kl. 10-12

Sted: Græstedgårds Have

Krolf er halvt kroket, halvt golf og helt sjovt. Kom og vær med og Nyd Græstedgårds dejlige have. Start april 2014, slut november
Pris 50 kr. pr. sæson.

Karsten Andersen, tlf. 5191 3053

Stavgang

Tid: Onsdage kl. 13.00

Sted: Græstedgårds P-plads

Stavgang træner både ben, arme og ryg, får pulsen op, og hjælper derved med til at vedligeholde kroppen og styrke musklerne. Så bliv stavgænger, det er gratis at deltage.

Ingelise Lehmann tlf. 47179201

Stræk og bøj

Tid: Mandage kl. 10.00-12.00,

Sted: Ølstykkehallen og Badmintonhallen.

Aktiviteterne omfatter bl.a. gymnastik, afspænding, stavgang, badminton, håndbold, curling og kegler hver mandag.

Hver anden mandag er der endvidere massagebolde, swimba, softtennis og bowl (indendørs petanque).

Kontakt Benny og Tove Bauner, tlf.. 47 17 50 32 eller mail:

sogb.oelstykke@gmail.com.

Har du lyst til at gå til gymnastik kan du tilmelde dig ved at indbetale kr. 100 til vores konto 1345 3497378523 mrk. S og B samt fornavn og efternavn

Traveture

Tid: Torsdage kl. 10.00

Mødested: Lige uger: Ølstykke Stationsby v. REMA 1000.

I ulige uger: på Bryggertorvet Gl. Ølstykke.

Et hold går ca. 8-12 km og et hold på ca. 5 km.

Vi går hele året, kun hvis vores torsdag er en helligdag, tillader vi os at holde fri.

Vi er mange kvinder og mænd, der nyder den ugentlige travetur. Det er uforpligtende, man møder bare op. Den sidste torsdag i måneden, tager vi på udflugt. Vi kører i private biler og betaler til chaufføren, og får på den måde også set andet end Ølstykke.

Har DU lyst at deltage, så mød bare op, Lange ture: Lillian Sørensens, tlf. 4717 7671.

Korte ture: Eva Bay, tlf. 6169 4303.

Indendørsaktiviteter i Ølstykke

Bowling

Tid: hver tirsdag i 3 perioder af 1 time

Sted: Stenløse Bowling

Vi spiller på 3 hold kl. 12, 13 og 14. Der er få ledige pladser.

Tilmelding kan ske til Leni Lensing, 4077 9270 eller Otto Fredskilde, 60647506.

Tid: torsdage, kl. 10-12.30 og 13-

Blomsterdekoration

15.30. Datoer: 13.3., 27.3., 10.4. og 24.4.

Sted: Græstedgård lokale 7

Vi laver dekorationer med påsken som tema. Henvendelse til Karin Merz, tlf. 4040 0132

Tid: Torsdage kl. 13.00-17.00

Bridge

Sted: Græstedgård, lokale 10

Aktivitetsansvarlige: Helen & Geo Jensen, 4717 9396 .

Sted: Ølstykke Biblioteks fore-

Line dance

dragssal.

Kl. 14.00-15.15 danser lidt øvede. Der er stadig mulighed for kun at danse

hver anden tirsdag.

Tirsdag kl. 15.20-16.35 danser øvede.

Tirsdag kl. 16.45-18.00 danser begyndere og dansere, der har danset 1 sæson.

Nye deltagere er velkomne.

Ketty Jørgensen, tlf. 47 17 99 81, 40 35 97 81,

kettyhoejbjerg@gmail.com

Vore 6 litteraturkredse mødes på Græstedgård.

Litteraturkredse

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.

4. tirsdag i måneden kl. 10-12.

Lis Fallenkamp, tlf. 4798 1122.

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.

Tid: Første torsdag i måneden, kl. 16.30.—første gang 9. januar

Madlavning og samvær

2014 sidste gang i maj måned

Sted: Hampelandskolen, hjemkundskabslokalet

Vi er kommet godt fra start og Alle vil gerne lære mere. Mormor - mad, er meget efterspurgt.

Husk 50,00 kr. til materialer den første gang.

Indendørsaktiviteter i Ølstykke

Birgitte Friis-Mikkelsen.

26 24 82 18. mail: vim-se.lau@gmail.com

Tid: 9/1 + 6/2 + 6/3 + 3/4 + 1/5 + 22/5 – 2014, (ca. hver 4. torsdag)

Sangafterner

kl. 19.00 - 21.00

Sted: Græstedgård, lokale 7

Pt. er der ingen ledige pladser, men man kan blive skrevet på en venteliste.

Det koster 5 kr. pr. aften at deltage. Beløbet bruges til administration.

Nye deltagere skal påregne en engangsudgift til indkøb af sanghæfter:

Seniorsangbogen købes hos boghandleren. Ca. 150 kr.

Evergreens i løbsbladsform købes hos Kirsten. 150 kr.

Henvendelse om deltagelse skal ske til Kirsten Orbe. Tlf. 60 80 21 41.

E-mail: kirstenorbe@gmail.com

Tid: 3. onsdag i måneden

Strikning/hygge

Sted: Græstedgård, lokale 10

Vi glæder os til at se jer.

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

Tid: 1. og 3. tirsdag i måneden kl. 15.30 -19.30 fra september til og

Maleklub

med april.

Sted: Tofttehøjskolens formningslokal, Ølstykke.

Vi maler med akrylmaling på lærred og hygger os sammen. Ind imellem vil der være undervisning, men ellers inspirerer vi hinanden. I løbet af sæsonen vil vi tage ud og hente inspiration på udstillinger, hos andre maleklubber eller andet. Pris for deltagelse er kr. 300, som dækker kaffe/te og kage hver gang og tilskud til udflugter og undervisning.

Henvendelse til Hanne Knudsen, 3023 8096 eller send gerne en e-mail til hgk@pc.dk

Tid: Mandage kl. 18:30 -

Whist

Sted: Græstedgård lokale 8

Hør nærmere hos

Inga Møller, hvis du har lyst til at spille .

tlf. 30 29 80 28

Tid: Torsdage i lige uger kl. 17.00-22

Indendørsaktiviteter i Ølstykke

Herreværelset <i>Første gang 23.1.2014</i> <i>Sted: Græstedgård lokale 9</i> Herreværelser er kun for mænd. Vi tager på udflugter, et spil kort, terning, dart eller hører foredrag om arbejdsliv, ferieoplevelser, madlavning, m.v. Af pladsmæssige årsager må vi desværre melde holdet optaget. Flemming Larsen på tlf. 4115 0976 eller Svend T. Jensen på tlf. 2067 9617. <i>Tid: Torsdage i ulige uger kl. 14-</i>	rer fælles oplevelser og udflugter. Henvendelse til Tove Bauner, tlf. 2866 2624. e-mail: bauner@outlook.com <i>Tid: 16.3.2014, kl. 14.00</i> <i>Sted: Græstedgård</i>
Karlekammeret 17. <i>Sted: Græstedgård, lokale 4</i> Ture kl. ca. 10 -17 Udflugter, samvær mv. – kun for mænd. Kammeret er fuldttegnet. Henvendelse til Audun Reitzel, tlf. 24 63 75 45. audun@mail.dk <i>Tid: kl. 18-22, første gang</i> <i>Sted: Græstedgård, lokale 11</i>	Stolegymnastik Siddende gymnastik for alle interesserede. Henvendelse til Ulla H. Jensen, tlf. 3027 9617, e-mail: ullah.jensen@gmail.com eller Ketty Jørgensen, tlf.. 4717 9981. kettyhoejbjerg@gmail.com <i>Tid: hver onsdag kl. 10.00</i> <i>Sted: Tofteparken 15</i>
Jomfruburet 23.1.2014 og derefter hver anden torsdag i lige uger. Kun for damer Vi hygger os sammen og arrange-	Gåhold (nyt) Mød bare op eller henvend dig til Tofteparken eller Ann Larsen Tlf.: 20 44 01 16



15 % rabat til Ældre Sagens medlemmer - Husk medlemsbevis

CHAI SONG
Thai Massage

Rådhus Allé 17
3650 Ølstykke
Tlf. 3056 1469
info@chaisong.dk
www.chaisong.dk

Susannes fod & voksklinik
"Plej fødder og krop - sund fornuft"

- ♥ Alm. fodbehandling 300,-
Fodbad, klip, slib, oprensning, fjernelse af hård hud, massage m. creme
- ♥ Behandling af patienter der får kommunalt tilskud
- ♥ Mulighed for behandling i eget hjem + køretøjsbidrag
- ♥ Voksbehandlinger
- ♥ Shellac, hænder/fødder 300,-
- ♥ Gøvede **BEHANDLING**



Susanne Lorenzen
Læge kons. fodplejer
og indlæst fodbehandler

Endvidere fjernes
lyghorne, behandles
nædmede negle, udvidet
fodbehandling ved svære
fædder, pålægning af egen
neglelak, klipping
af fingerne.

Fast kunderabat

Adresse: Lorenzen
Hestehøjvej 27, 3660 Slensåse
Tlf: 27 30 84 64
For mere info og priser,
og min hjemmeside
www.susannedogvoks.dk
sus.lorenzengmail.com

SADF

Samarbejdspartner af
Dansk Fodplejere



Egedal Handyman

- lettere vedligeholdelse af hus og have

Havearbejde



Malerarbejde



Indendørs...



Kontakt / Priser



Velkommen til Egedal Handyman!

Din lokale handyman fra Ølstykke, som gerne kommer i hele Egedal kommune.

Hvad jeg kan gøre for dig?

Har du problemer med at nå vedligeholdelsen af dit hjem i en travl hverdag?

- så lad mig hjælpe! Jeg løser opgaver som:

- Havearbejde
- Malerarbejde inde- og ude
- Samling af møbler/ophængning af billeder m.m.

Har du andre spændende opgaver der skal løses, og som du ikke finder beskrevet på disse sider, så ring og lad os få en snak om det!

Med hilsen
Flemming Larsen

Du kan altid bede
om et tilbud
...det er gratis!

Egedal Handyman v/Flemming Larsen • Smaragdvej 6 • 3650 Ølstykke • Tlf: 41 15 09 76 • E-mail: kontakt@egedalhandyman.dk



Dyrene På Torvet



Din dyrehandel i Ølstykke

Du kan få bragt dine varer hjem til din hoveddør
når du bestiller på:

www.dyrenepaatorvet.dk

Levering **39,-kr**

Gratis levering ved køb for over **600,-kr**

**Kom og besøg os i butikken
vi har både akvariefisk og gnavere.**

Åbningstider:

Man-fre 10.30 - 18.00

Lørdag 10.00 - 14.30



Bryggertorvet 4.B - 3650 Ølstykke - Tlf.: 47178070