

Ældre Sagen Ramsø



Ramsømagle Sø

Medlemsblad 2026 – 2027

Kære medlemmer. Velkommen til sæsonen 2026-2027

Det har været en travl periode for den nye bestyrelse, som ikke kendte hinanden på forhånd.

Men takket være arrangementsudvalget, Hanne Bagge, Carsten Krøis og Kurt Bisgaard kan vi nu tilbyde et alsidigt program, som vi håber vil falde i jeres smag.

Heldigvis er Else Marie Korsgaard fortsat som frivilligkoordinator. Alle de mange sociale tilbud, som en hær af frivillige driver, er fortsat uændret.

Tusind tak til jer alle for det.

John Andersen er kasserer, så der bliver holdt styr på udgifterne. Heldigvis har vi overtaget en god kassebeholdning fra den tidligere bestyrelse, så vi har handlemuligheder. Tak for det.

Bent Gade er fortsat medlem af ÆPAG, ældrepolitisk arbejdsgruppe under koordinationsudvalget.

Der er 3 lokalforeninger af Ældre Sagen i Roskilde Kommune, derfor skal koordinationsudvalget sørge for, at vi taler med én stemme, når vi kommenterer de kommunale budgetter og andre beslutninger,

der har betydning for ældre medborgere. I koordinationsudvalget sidder jeg som formand sammen med Carsten Krøis og Bent Gade.

Kurt Bisgaard er sekretær, og Henning Riber er webmaster. Der er meget arbejde i at vedligeholde hjemmesiden og sørge for at billetsalget fungerer.

Bladet ser anderledes ud, fordi vi har skiftet trykkeri til Pandrup Grafisk. Fremover vil bladet udkomme 2 gange om året. Men da vi har dårlige erfaringer med uddeling i december måned, bliver det i marts og oktober. Det er forklaringen på, at vi denne gang har 9 måneder med.

Tak til hele bestyrelsen og alle jer frivillige hjælpere for et godt samarbejde.

På bestyrelsens vegne bydes alle velkommen til den nye sæson, hvor vi forhåbentlig får mange hyggelige timer sammen.

Med venlig hilsen

Marie Jørgensen
Formand

Medlemsbladet omdeles af frivillige, men det kan også findes på bibliotekerne, i Gnisten, i Sognegården og på Toftehøjen. Vore arrangementer bliver omtalt i **"Det sker", i 60+ tilægget i Roskilde Avis samt på hjemmesiden [www.aeldresagen.dk/ lokalafdelinger/ramsoe](http://www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/ramsoe)**

Konngentet er pr. halvår 145 kr. for enlige og 240 kr. for par.

OBS! NYT medlemskort for 2026 sidder sammen med indkaldelse I årsmødet i bladpakken, som I modtager ca. 1. dec. 2025.

Medlemsbladet omdeles af frivillige

- men det kan også findes på bibliotekerne, i Gnisten, i Sognegården og på Toftehøjen. Vore arrangementer bliver omtalt i "Det sker", i 60+ tillægget i Roskilde Avis samt på hjemmesiden

www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/ramsoe

Kontingentet er pr. halvår 155 kr. for enlige og 260 kr. for par.

OBS! NYT medlemskort for 2027 sidder sammen med indkaldelse til årsmødet i blad-pakken, som I modtager ca. 1. dec. 2026.

Ældre Sagen Ramsø i Tænketanken i kulturhuset Cosmos

Ældre Sagen Ramsø har booket Tænketanken i kulturhuset Cosmos i Viby Sjælland. Vi er tilstede mandage i ulige uger (undtagen helligdage og juli måned), kl. 10-12, hvor vi sælges billetter til arrangementer (HUSK MEDLEMSKORT), hjælper med online booking eller bare får en god snak!

Aflysning af arrangementer m.v.

Det kan desværre forekomme, at vi bliver nødt til at aflyse et arrangement eller en tur, hvis der er for få tilmeldte.

I tilfælde af aflysning vil det fremgå af nyhedsbrevet og på hjemmesiden og evt. betalinger vil blive tilbageført.

Nyhedsbrev

Du kan tilmelde dig Nyhedsbrevet på hjemmesiden.

Nyhedsbrevet udsendes efter behov, og vil indeholde oplysninger om nye aktiviteter, ændring eller aflysning af et arrangement, rettelser og andet aktuelt stof. F.eks. også meddelelser fra koordinationsudvalget.

Brug vores hjemmeside

www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/ramsoe

Her er alle vores aktiviteter, foredrag, ture m.v. beskrevet og det er også her, du kan tilmelde dig forskellige aktiviteter .

Du kan også se medlemsbladet online.

Salg af billetter til arrangementer

Der skal købes billet forud til alle arrangementer, d.v.s. at der ikke kan købes billet på dagen.

I Tænk tanken i Cosmos

Billetter sælges i Cosmos i vores "kontortid" og brug helst Mobile Pay nr. 959893 til betaling med arrangements referencenr. (oplyses ved tilmelding).

MEDBRING VENLIGST DIT MEDLEMSKORT

Online booking

Vi har indført online booking af billetter til arrangementer.

Det betyder, at du kan tilmelde dig et arrangement på vores hjemmeside.

Klik på det pågældende arrangement under **AKTIVITETER OG ARRANGEMENTER**.

Der kommer så en beskrivelse af arrangementet med dato, pris og hvor arrangementet holdes samt hvornår billetsalg finder sted.

Når der bliver åbnet for billetsalg online til et arrangement bliver der vist en rød knap for "Tilmeld" ved arrangementet. Tryk på den og følg vejledningen.

Skriv dit medlemsnummer og din fødselsdag. Tryk derefter på "Hent oplysninger".

Herefter bliver alle registrerede data vist. Hvis dit telefonnummer eller mailadresse mangler eller er forkert, skal du anføre oplysningerne eller rette disse (det er vigtigt at din e-mail adresse er korrekt, da bookingsystemet sender en billet/kvittering til dig på din e-mail.)

Tryk herefter på "Næste" frem til "Betaling".

Knappen vil være synlig, og køb kan foretages, indtil alle udbudte billetter er solgt, eller udbuddet tages af. Når det sker, forsvinder tilmeldingsknappen ved arrangementet.



Gadstrup Bustrafik A/S

Ramsøvejen 34B
4621 Gadstrup
Telefon: +45 46 19 00 94
Hjemmeside: gadstrup.dk



Fysiurgisk Klinik

Søndergade 10A
4130 Viby Sj.
52 71 05 32

**Massage, Fysioterapi,
Zoneterapi, BodySDS**

**Vi hjælper med at holde
kroppen i orden**

MENY
Viby

BESTIL MAD UD AF HUSET



Faste aktiviteter

Besøgsordning

Har du brug for en ven, der besøger dig en gang om ugen, hvor I kan snakke sammen, gå en tur, læse avisen eller andet?

Annette Sørensen, 29 25 41 54.



Café Solskin

Her samles nogle frivillige på Toftehøjen sammen med mennesker med begyndende demens.

Vi hygger os, snakker om alt muligt, fx om vores liv, ferier, jul, fødselsdage mv. Vi tager også på små udflugter. Bodil Noachsen, 40 89 49 20.

Den hjælpende hånd

En flink mand, der kan udføre mindre opgaver, du ikke selv magter, fx at skifte en sikring, elpærer, batterier i røgalarm, hænge billeder eller et gardin op m.v. Opgaven på maks. en time. Evt. materialer betaler du selv. Kjeld Sandsted, 50 14 72 78. Ole Sørensen, 28 69 43 90.

Gå med-ven

Sidder du i kørestol, går med rollator, eller har du bare brug for en arm for at kunne komme ud i det fri?

Så har vi en frivillig, der vil ledsage dig, og måske også hjælpe dig med lettere indkøb.

Karen Larsen, 30 82 96 46.

Ledsager

Skal du til en vigtig samtale, hvor det vil være rart at have en ledsager med, som du kan drøfte samtalen med bagefter? Eller skal fx du til undersøgelse eller behandling på sygehus eller hos speciallæge?

Så har vi en frivillig, som gerne vil ledsage dig.

Lisbet Packroff, 50 47 85 11.



Tryghedsopkald

Et tilbud til dig om tryghedsopkald hver morgen på ca. samme tid 08.30 – 09.15. Tager du ikke telefonen, undersøger vi hvorfor, så du hurtigst muligt får hjælp. Kirsten Larsen, 23 25 00 31.

Er du på nettet?

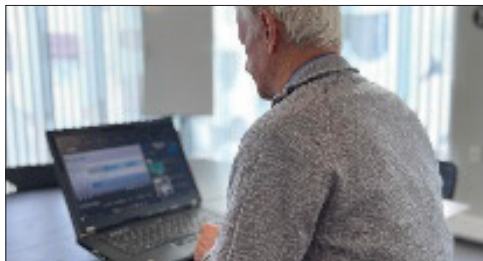
Er du usikker på at bruge netbank, MobilePay og TastSelv Borger? Vi hjælper dig også med MitID. Henning Riber, 29 77 51 88.



Faste aktiviteter

Er du på nettet?

Er du usikker på at bruge netbank,
MobilePay og TastSelv Borger?
Vi hjælper dig også med MitID.
Henning Riber, 29 77 51 88.



REMA 1000

Viby Sj.

Klein & Adamsen
DIN LOKALE EJENDOMSMÆGLER

**Går du med salgstanker
så ring til os!**

Lad os sammen skabe de bedst
mulige rammer for salget af dit hjem.



31 31 04 06

www.KleinAdamsen.dk



Faste aktiviteter

Motion på maskiner

Har du lyst til at styrke dine muskler og dermed hele din krop ved at dyrke motion/fitness på maskiner.

Ældre Sagen i Ramsø har fået mulighed for at tilbyde sine medlemmer denne motionsform.

Så kom til en gratis prøvetime. Ud over at det er godt at få brugt sine muskler har vi det også rigtig rart og får en lille snak i pauserne.

Tirsdag kl. 16.00 - 18.30.

Torsdag kl. 16.00 - 18.30

Lukket helligdage.

Mødested:

Træningslokalet på Toftehøjen,
Toftehøjvej 20, 4130 Viby.

BEMÆRK:

Enhver træning sker på egen risiko.
Prisen på kr. 100.- er for et "10-turs klippekort".

Kontakt Inga Nielsen, 41 25 28 30.

går en af de frivillige retur sammen med vedkommende.

Mød bare op, vi har det hyggeligt, mens vi går.

Toftehøjen,

Toftehøjvej 20, 4130 Viby Sj.

Torsdag kl. 10.00 - 11.00.

Vil du vide mere, så ring til:

Birte Fiedler, 23 47 61 39.



Walk-and-Talk

Gåture fra Toftehøjen i Viby.

Tirsdag og fredag kl. 10.00 - 12.00

Ruterne er mellem 5 og 8 km.

Vores tempo afhænger af deltagerne, for vi følges ad! Det er aldrig for sent at starte, så mød bare op.

Yderligere information fås hos
Anette Tougaard, 22 28 40 90.



Gå-langsomt-hold

Hvis du ikke går så godt, bruger rollator, stok, eller ikke kan gå så hurtigt, så er det dog vigtigt, at du får gået en tur. Vi går i 2 hold med pauser undervejs ca. 1 1/2-2 km.

Er der en for hvem, turen bliver for lang,

Faste aktiviteter

Fredagsklub for kvinder 50+

Kom og vær med! Vi mødes i tænketanken i Cosmos Fredag i ulige uger fra kl. 14 - 16. Vi hygger os med kaffe/te og snakken går.

Det er gratis. Alle er velkomne.

For yderligere information, kontakt Anni Reimann, 61 54 90 39.



Ældremotion - bevæg dig glad - Syv Sognegård

Bevæg dig glad/motion siddende eller stående. Kom og vær med til hyggeligt samvær samtidig med at vi får rørt os. Vi skal ikke præstere noget, og hver især gør kun det, man kan.

Syv Sognegård, Viby:

Mandage kl. 10 - 11.

Pris 100 kr. halvårligt.

Yderligere information fås hos Else Marie Korsgaard, 42 96 37 10.

Hvor er du, mand 60+?

Er dit netværk blevet mindre? Savner du nye venskaber? Trænger du til, at der sker noget nyt i dit liv?

Kan du svare ja til ét eller flere af disse spørgsmål, så kom med i Mandefællesskabet. I er en gruppe af 5-8 mænd, der mødes et par timer hver 2. mandag til mandesnak og fællesudflugter.

Mandefællesskaber er for både single-mænd og mænd i parforhold og arran-

geres i samarbejde med Syv-Ørsted-Dåstrup menighedsråd.

Vi mødes i Syv Sognegård.

Mandag kl. 10.00 - 12.00.

For yderligere information ring til:

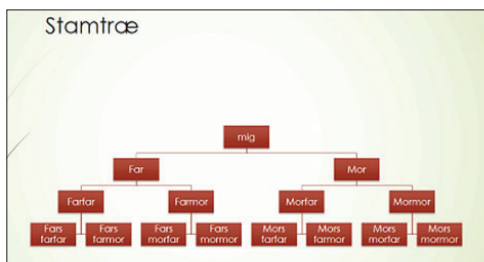
Ole Sørensen, 28 69 43 90.

Slægtsforskning

Vi benytter lokale på Toftehøjen onsdag formiddag kl. 10-12. Deltagerbetaling for Ældre Sagens medlemmer er pr. halvår 100 kr. Det er en forudsætning for deltagelse, at man har kendskab til slægtsforskning i forvejen.

Ring om plads eller yderligere information til:

Søren B. Nielsen, 21 37 78 79.



Bridge

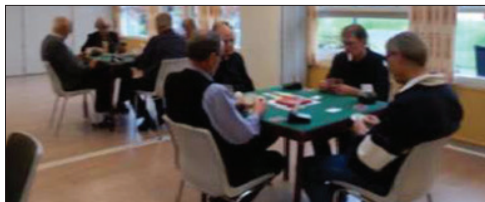
Kan du spille bridge eller har du lyst til at lære det?

Bridgespillet er nu kommet godt i gang både for nybegyndere og øvede.

Toftehøjen, Toftehøjvej 20, 4130 Viby Sj. Onsdag kl. 13.00 - 17.00.

Pris 150,- halvårlig.

Christian Henning Bistrup, 26 37 25 04.



Faste aktiviteter

Finere madlavning for mænd

Har du lyst til at lære madlavning på en hyggelig måde, er du velkommen. Kurset foregår på Viby Skole Bueager (Dåstrup Skole) den 1. mandag i måneden kl. 16 - 20.

Tilmelding til:

Maja, 30 28 72 81.

Pris pr. gang 100,-

Besøgsordning

En besøgsven er en ven, der besøger dig 1-2 timer, eller som I aftaler.

Har du brug for en ven, der besøger dig en gang om ugen, hvor I kan snakke sammen, gå en tur, læse avisen eller andet? Annette Sørensen, 29 25 41 54.



IT-hjælp

Har du problemer med dit IT-system der driller, er der hjælp at hente hos: Erik Lindegaard (Hansen), 20 30 59 56. her kan du få gode råd og vejledning - eriklindegaard44@gmail.com



Søndagscafé på Toftehøjen

Ca. hver 2. søndag.

Kom og vær med et par timer uformelt samvær, hvor vi hygger os med kaffe og kage. Vi mødes i cafeteriet kl. 14.30 - 16.30.

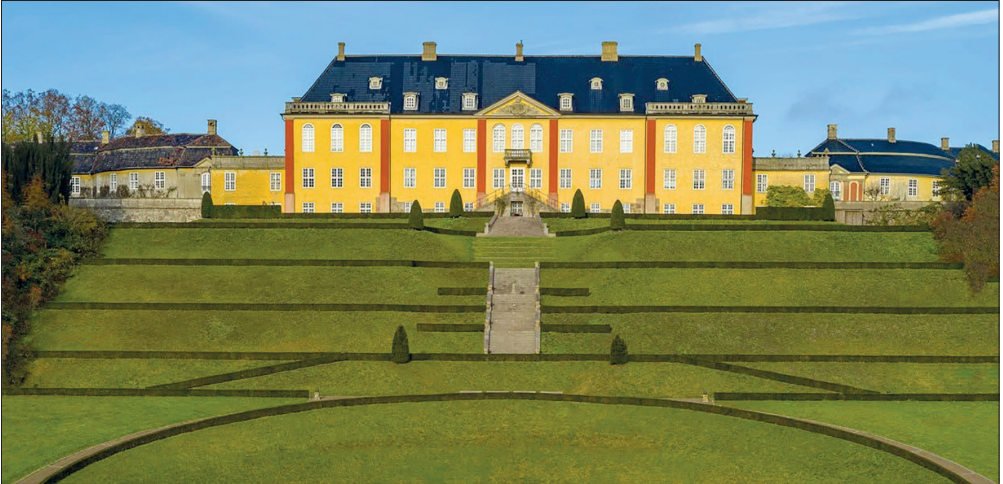
Alle, også udeboende er meget velkommen.

Nærmere information hos:

Sussi Larsen, 21 14 52 25.



Arrangementer



1. september kl. 11-15.30: 605. Tur til Ledreborg Slot

Buskørsel:
Kl. 10.15 Gnisten, kl. 10.35 Toftehøjen.
Planlagt hjemkørsel ca. kl. 14.30.
Tag med på tur, og oplev slottet fra 1740, kirken, de smukke sale samt det gl. køkken og fangehullet. Den guidede tur tager ca. en time. Bagefter spiser vi frokost inkl. en drikkevarer på restaurant Fasaneriet, en lille gåtur fra slottet.
OBS: Der er trapper til førstesalen.
Billetter bestilles online eller i Cosmos 10. august eller 24. august.

Pris: 250 kr.
ÆS KONTAKT:
Carsten Krøis 50 69 55 12.



I Café Solskin

samles nogle frivillige hver anden mandag på Toftehøjen kl. 14.00 med begyndende demente. Vi hygger os, snakker om alt muligt: om vores liv, ferier, jul, fødselsdage osv. Vi tager også på små ture, drikker kaffe og synger.
Nærmere information fås hos Bodil Noachsen, tlf. 40 89 49 20.

Viby Genbrug
Genbrug for miljøets skyld
Husk at handle i VIBY GENBRUG

Arrangementer

Tirsdag 20. oktober 2026 kl. 14.30
Dørene åbnes kl. 14.00.

607. Grønlandsforedrag

Et aktuelt foredrag om dagliglivet i et moderne Grønland krydret med historier fra egne oplevelser i Ilulissat igennem 25 år. Thrine og Ole Gamst-Pedersen kommer og fortæller både om friluftslivet i naturen (hvor riflen ofte er med) og om de lidt svære emner som f.eks. Rigsfællesskabet og de sociale udfordringer. Om Grønland i en brydningstid med

international fokus. Spørgsmål er velkomne. Første del omhandler hverdagslivet i Grønland. Så er der en kaffepause på en 1/2 time, hvor der er mulighed for at se nærmere på Thrines nationaldragt og skindtøj fra hundeslædeturen. Derefter sluttet af med fortællinger om slædekørsel og den grønlandske hund. Der serveres kaffe/te og kage. Pris: 20 kr. / ikke medlem 30 kr. Max. 70 deltagere
Ansvarlig: Hanne Bagge,
h.bagge@gmail.com
Arrangementet foregår i Sognegården.



Arrangementer

03. november 2026 kl. 18.30

Dørene åbnes kl. 18.00

608. Danmark Spiser Sammen

Kom og lær nye mennesker at kende og tag naboen med, som er alene.

Arrangementet er åbent for alle!

Vi serverer en let anretning samt en genstand og kaffe/the.

Pris kr. 50,00.

Max. 70 deltagere.

Arrangementer foregår i Sognegården.

Salg af billetter i Cosmos fra den 21. september og frem til 19 oktober i ulige uger mellem kl. 10-12, samt online fra den 21. september til den 19. oktober.



19. januar 2027, kl. 14.00.

Dørene åbnes kl. 13.30.

609. Pas på når banken ringer

"Ja goddag, det er James Bond fra Din Bank, vi kan se at"

Med et brændende ønske om at informere og vejlede særligt ældre i, hvordan samfundet, og dermed også kriminaliteten, har ændret sig, holder Sikker Senior foredrag om netop dette.

Sikker Senior er politifolk med masser af erfaringer med dette emne. Der serveres kaffe/te og kage.

Pris kr. 40,00.

Max. 70 deltagere

Ansvarlig:

Carsten Krøis, 50 69 55 12.

Arrangementet foregår i Sognegården.



Arrangementer

12. februar 2027 kl. 19.30.

Dørene åbnes kl. 19.00.

610. Sinatra Syndicate

Sinatra Syndicate er en hyldest til 50'erne og 60'erne og Frank Sinatras evigtgyldige repertoire. I front står Henrik Egholm, i rollen som "Ol' Blue Eyes", og sammen med Sinatra Syndicate leverer han et sandt overflødighedshorn af Sinatras allerstørste hits. Egholms format og fornemmelse for den helt rigtige 'sound' og crooner-stemning, har gjort ham til en af landets mest efterspurgte

sangere inden for genren. Musikken er ikke til at tage fejl af, - det er alle de store klassikere fra The Great American Songbook, udødeliggjort af Frank Sinatra og genopstået med Henrik Egholm og Sinatra Syndicate. Med andre ord: Sinatra Syndicate tilbyder "An Offer You Can't Refuse". Pris kr. 100,00 medlem / 150,00 ikke medlem
Max. 100 deltagere.
Ansvarlig:
Hanne Bagge, h.bagge@gmail.com
Arrangementet foregår i Cosmos Salen.



Arrangementer

03. marts 2027 kl. 19.00.

Dørene åbnes kl. 18.30.

140. Årsmøde

KUN FOR MEDLEMMER

- HUSK TILMELDING AF HENSYN

TIL KAGEINDKØB

Indkaldelse og dagsorden kommer sammen med bladopakken ca. 1. december 2026 Her er også nyt medlemskort for 2027.

Forslag der ønskes behandlet på årsmødet skal være formanden i hænde senest 17. februar 2026.

Der er gratis tilmelding mod forevisning af medlemskort. Der serveres kaffe/te og kage.

Arrangementer foregår i Sognegården.

28. april 2027, kl. 18.30.

Dørene åbnes kl. 18.00.

608. Danmark Spiser Sammen

Kom og lær nye mennesker at kende og tag naboen med, som er alene. Arrangementer er åbent for alle!

Vi serverer en let anretning samt kaffe/the. Drikkevarer købes.

Pris kr. 50,00

Max 70 deltagere

Arrangementer foregår i Sognegården.



Lokalbestyrelsens medlemmer

Formand:

Marie Jørgensen
Mobil 30 31 21 44



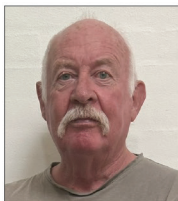
Sekretær:

Kurt Biisgaard
Mobil 22 59 79 08



Kasserer:

John Andersen
Mobil 21 22 04 49



Bestyrelsesmedlem:

Hanne Bagge
h.bagge@gmail.com



Bestyrelsesmedlem:

Carsten Krøis
Mobil 50 69 55 12



Suppleant:

Else Marie Korsgaard
Mobil 42 96 37 10



Suppleant:

Bent Gade
Mobil 21 77 75 45



Dato	Side	Arrangement
01. september 2026	11	Ledreborg Slot
20. oktober 2026	12	Grønlandsforedrag
03. november 2026	13	Danmark Spiser Sammen
19. januar 2027	13	Pas på når banken ringer
12. februar 2027	14	Sinatra Syndicate
03. marts 2027	15	Årsmøde
28. april 2027	15	Danmark Spiser Sammen

