

Ældre Sagen



Informationer fra lokalbestyrelsen i Ølstykke
Nr. 53 29. årgang Efterår 2019



Foto: Knud Christoffersen

Byvandringstur i Roskilde med guide.

Modtager:

Husk at:

- Melde flytning.
- Informere om ny mail adresse.
- Oplys nyt telefonnummer.

Det kan ske i kontortiden på
Græstedgård.

*Tilmeld til at få nyhedsmail.
Gå ind på vores hjemmeside og
bliv registreret.*

Lokalbestyrelsen for Ældre Sagen i Ølstykke



Formand

Susanne Kongsaa

Søhøj Park 8, st. lejlighed 2. Tlf. 5135 0289.
Mail: FM.Oelstykke.237@aeldresagen.dk



Næst-
formand

Bjarne Hansson

Uffesvej 13. Tlf. 4026 3410.
Mail: bha120150@gmail.dk
Webmaster, bladredaktør, booking, Det Sker.



Kasserer

Erik Jørgensen

Violvej 3. Tlf. 4017 7066.
Mail: erikjoerg@gmail.com.



Bestyrelses-
medlem

Conni Olesen

Krebsen 58. Tlf. 24228006
Mail: Conniako@gmail.com
Sekretær, demens aktiviteter.



Bestyrelses-
medlem

Boel Kristensen

Storkevej 43. Tlf. 4228 4280.
kontor3650@gmail.com.
Arrangementer og rejser. Kontoret.



Bestyrelses-
medlem

Inge Hjort

Andantevej 5. 4717 7650/2142 0350.
Mail: ihhnnypost@gmail.com.
Social-humanitær - Besøgstjeneste.



Bestyrelses-
medlem

Benny Bauner

Bjarkesvej 14. Tlf. 3049 4908.
Mail: bw.bauner@gmail.com.
Motionskoordinator.



Bestyrelses-
medlem

Mogens Laursen

Maglehøjvej 35. Tlf. 2028 6355
Mail: m-lolle-l@hotmail.com.
IT aktiviteter.



Bestyrelses-
medlem

Jens Andersen

Søhøjpark 8, 2, 7. Tlf. 2149 0692
Mail: bb_ja@mail.tele.dk
Generationsaktiviteter.
Kasserer assistent.

Lokalbestyrelsen for Ældre Sagen i Ølstykke



Suppleant

Paul Schrøder-Nielsen

Vesterled 7. Tlf. 42 22 02 84.
Mail: paul.schroder.nielsen@gmail.com
Nyhedsmails.



Suppleant

Karsten Andersen

Ryttervænget 6. Tlf. 5191 3053.
Mail: karstena02@gmail.com.
Arrangementer og rejser.

Formanden har ordet.

Så kom foråret og snart er sommeren over os. Vi slutter de fleste af vores aktiviteter for dette halvår, men som I kan se i dette blad, fortsætter vi med et alsidigt program. Desværre holder vi en lille pause med blomsterdekoration. En stor tak til vore mange frivillige holdledere.

I marts havde vi årsmøde, og der fik vi 3 nye bestyrelsesmedlemmer. Bjarne Hansson ny bladredaktør og web-master. Jens Andersen gymnastikinstruktør, generationsaktiviteter og kommende kasserer. Conni Olesen med ansvar for demens og pårørende aktiviteter. Mogens Laursen ændrer fra suppleant til bestyrelsesmedlem med ansvar for IT og slægtsforskning.

Velkommen alle, jeg glæder mig til samarbejdet.

Når der kommer nye til i bestyrelsen, er der andre der forlader os. Vi sagde farvel til vores tidligere formand Ann Larsen, bladredaktør Hanne Knudsen og it-koordinator Joe Rømer Petersen.

Mange tak til jer for jeres store indsats.

Vores arrangements- og rejseteam har haft et forrygende år med et meget varieret udvalg af oplevelser. Fra Jyllandstur til besøg hos frimurerordenen, Christiansborgs kunstværker, Magasins museum, byvandring, til at prøve at køre EL-cykel. Der er noget for enhver.

I det kommende år vil vi som noget nyt arbejde med demens og pårørende, udover ensomhed, motion og øvrige aktiviteter. Jeg vil slutte med at ønske alle medlemmer en fantastisk sommer.

Susanne Kongsaa

Kontoret på Græstedgård, Udlejrevej 13B (lok. 4)

Kontoret på Græstedgård har i 2. halvår 2019 åbningstid, torsdage i lige uger fra kl. 12.30-13.30 hvor tilmelding og betaling ved fremmøde kan ske som anført under de enkelte arrangementer. Det er også muligt at ringe på 5134 3650.

Betaling af arrangementer og aktiviteter der ikke SKAL ske via online systemet, kan ske ved overførsel til vores konto i **Nordea, Reg. nr. 1345 konto nr. 3497 378 523 (husk at angive aktivitet og dit navn).**

Vil du i kontakt udenfor kontortiden kan du skrive en mail til: kontor3650@gmail.com.

Vores hjemmeside finder du her:

<https://www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/oelstykke>

Deadline for næste blad er 1. november

Vi står altid klar til en god boligsnak

– Uanset om du skal købe eller sælge, så ring til os eller kig forbi til en kop kaffe i home- butikken.



STENLØSE - ØLSTYKKE
v/ Fystrø & Pedersen
Ejendomsmægler, MDE
Egedal Centret 11, 3660 Stenløse
stenloese@home.dk
facebook.com/homestenoese
Tlf. 70 10 10 14

home

vi vil være din foretrukne ejendomsmægler

Ejendomsmæglerkæde for Danske Bank-koncernen

Tårntur i Marmorkirken.

Tirsdag den 3. september 2019, klokken 15:45 ved trappen til Marmorkirken, Frederiksgade 4, 1265 København K.



Der er mulighed for at deltage i en guidet tur til toppen af Marmorkirken, hvorfra der er en storslået udsigt over København og Øresund med en række af de svenske kystbyer, samt dele af Sjælland, med Stevns Klint og spirene på Roskilde Domkirke som yderpunkterne, hvis vejret er klart nok til det.

Det er klogt at have fornuftige sko på - der er 60 meter op til kuppeludsigten, ca. 300 trin. Hvis nogen ikke har lyst/kræfter til at gå hele vejen derop, er der mulighed for at blive på et plateau en fjerdedel derop ad. Selve kuppeludsigten er ude i det fri og med frit udsyn over hele byen.

Turen varer ca. 45 minutter.

Prisen er kun kr. 50,00 pr. deltager. Max. 20 deltagere.

Det sker meget sjældent, men ved hårdt vejrlig som stærk blæst eller vedvarende/kraftig regn, kan det være nødvendigt at aflyse på dagen.

Bestil og betal for plads på hjemmesiden fra den 8. august og senest den 25. august 2019 eller kom i kontortiden på Græstedgård den 8. august eller den 22. august 2019 og få hjælp til bestillingen.



"Bag Kulissen"

Rundvisning i DR Byen d. 26. sept. 2019, kl. 11.00.

Er du nysgerrig på at få et større indblik i Danmarks største mediehus DR? Den 26. sept. kl. 11:00 har du mulighed for at komme på en spændende rundvisning i DR Byen, som giver et unikt indblik i DR's arbejde og i moderne medieproduktion.

Vi mødes ved DR byens hovedindgang Emil Holms Kanal 20, 0999 København C. kl. 10:50.

Om du er til DR's nyheder og debatter, Mads og Monopolet, de nye gadgets og teknologier diskuteret i So Ein Ding, eller om du sidder og gætter med i Alle mod 1, så er denne rundvisning noget for dig.

Der er ikke garanteret en fast rute, men vi kunne eksempelvis se de store TV studier, hvor underholdningsprogrammer som X Factor og Alle mod 1 optages.

Det kunne også være et kig ind i et af de mange radiostudier, det store News Room, Deadline Studiet, rekvisitkælderen, kostumelageret, Arkivet eller en tur oppe på taget af DR Byen. Mulighederne er mange, og uanset hvilken rundvisning der er sammensat til os, loves vi et andet blik på DR, end det vi kender fra skærmen eller radioen.

Rundvisningen tager ca. 75 minutter.

Pris pr. medlem er kr. 80.-

Pris for ikke medlemmer er kr. 100.-

Bestil og betal for plads på hjemmesiden fra den 5. september og senest den 19. september eller kom i kontortiden på Græstedgård den 5. september eller den 19. september og få hjælp til bestillingen.



TAK FOR EN STOR INDSATS!

På vort sidste årsmøde trak Ann Larsen sig tilbage for at give plads til nye kræfter. Ann har været medlem i bestyrelsen i 10 år, heraf de sidste 8 år som formand. Bestyrelsen siger mange tak for din store indsats, du var en mangearmet blæksprutte, altid i gang på flere fronter og du skabte mærkbar fremgang i afdelingen.

Ældre Sagen Ølstykke støtter op om Egedals "HUSKEUGE" i uge 38, 2019.

Vi arrangerer *Fællesspisning* med indlæg om demens på Ølstykke kro, **torsdag den 19. september 2019, kl. 13.00.** Pris 110 kr. Tilmelding på hjemmesiden fra 8. august kl.12.30 til 16. september 2019 kl.12.30.

Kontaktperson Susanne Kongsaa - tlf. 51350289.



**Gå godt
Gå til**

**Statsautoriseret
Fodterapeut**

**v/ Kira Weile og
Victoria Löfdahl-Nielsen**

**Niels Olsens Vej 4
3650 Ølstykke
(Ved ALDI)**

Tlf. 4717 1729



**KOMPE-
TENCERNE
ER MANGE
OG VORES
FAGLIGE
STOLTHED
STOR!**

KONTAKT OS FOR EN
UFORPLIGTENDE
BYGGESNAK OG LAD
OS REALISERE DIT
BYGGEPROJEKT

Spar moms
på din næste
håndværksopgave!
Tilbuddet er gældende
på de første 5.000 kr.
til og med 31.12.2019.

KASA Gruppen A/S blev
stiftet i 2006 og beskæftiger
i dag over 70 medarbejdere.

Vi er en gruppe af fagfolk med faglærte og dygtige kompetencer indenfor EL, VVS, Tømrer, Glarmester, Murer og Maler. Der bygges på gode og stolte danske håndværkstraditioner, med fokus på kvalitet og byggeproces.

Vi har med andre ord Elektrikeren med speciale indenfor belysning, Tømreren der kan tilpasse den nye bordplade til de skæve vinkler i eksisterende køkken, Mureren der kan restaurere murværk fra 1800 tallet, VVS'eren der finder fejlen i installationen, Maleren der ved at forarbejdet er vigtigt.

KASA Gruppen A/S udfører små opgaver i enkelt fagentreprise eller større opgaver udført i Hoved- eller Totalentreprise.

Ingen opgaver er for små !!

KASA Gruppen A/S er din sikkerhed for en god byggeproces.

KASA
gruppen

KASA Gruppen A/S · Støberivej 14 · 3660 Stenløse · Tlf. 70 208 268 · www.kasa.dk

Røverhistorier fra alverdens støvede landeveje.

Rejse foredrag af Jan Tvernø.

Den 15. oktober 2019, klokken 19:00 – ca. 21:00.

I salen under Biblioteket.

Pris kr. 75,- Pris for ikke medlemmer er kr. 100,-



Øl og sodavand kan købes til vores sædvanlig lave priser.

Skal man være røver for at fortælle røverhistorier?

Næh, men det hjælper, hvis man har rejst rundt i verden og set, oplevet og mødt lidt af hvert. Det har Jan Tvernø – eventyrer og iværksætter, og nu fortæller han om sine mange rejser og de mennesker, han har mødt på alverdens landeveje og midt ude i ingenting.

Han er så god til det, at du helt glemmer, at du ikke selv var med på turen. Men du ville ønske, at du var!

Hør om hvordan man tackler to sikkerhedslandinger på Papua Ny-Guinea og om mødet med bjerggorillaer i Uganda. Du får også gode råd til, hvad man tager med som værtindegave, når man er på besøg hos nomader i Mongoliet, og du får indsigt i hvilke tanker man gør sig, når man står på toppen af Perus højeste bjerg og ved, at man stadig mangler den farligste del af turen – at komme sikkert ned igen.

Foredraget giver dig kort sagt en oplevelse ud over det sædvanlige, der bakkes op af Jans egne fantastiske fotos.

Jan "Lama" Tvernø har de seneste ti år drevet rejsebureauet Happy Lama Travel, der arrangerer rejser ud fra filosofien om, at hvis der er en plet på et landkort, så kan man komme dertil og eksistere. Det har givet Jan en masse spændende og bizarre rejseoplevelser, som han gerne fortæller om på en levende, informativ og underholdende facon.

"På mine rejser har jeg altid stræbt efter at opleve det ekstraordinære. Jeg har altid opsøgt det højeste bjerg, den mest støvede vej, den fjernest beliggende landsby, det højeste bjergpas og andre spektakulære steder. Jeg er typen, der uvilkaarligt drejer til højre fra hovedvejen, hvis sidevejen fortaber sig i horisontens intethed.

Passionen for det bemærkelsesværdige og ekstraordinære rejsemål er en meget stor del af min rejsefilosofi, og jeg arbejder konstant på nye rejseideer"

Bestil og betal for plads på hjemmesiden fra den 19. september og senest mandag den 7. oktober 2019 eller kom i kontortiden på Græstedgård den 19. september eller den 3. oktober 2019 og få hjælp til bestillingen.

Gule Ærter

Fredag d. 8/11,
kl. 18.30 – 22.30
på Græstedgård,
Udlejrevej 13B.



Traditionen tro vil herrerne i bestyrelsen igen i år gå i køkkenet og tilberede hjemmelavet gule ærter med tilbehør og efterfølgende serveres kaffe / the og æbleskiver, med hjælp fra damerne.

En sving om er også muligt til musikken som leveres af Eric Præst.

Er du til gule ærter fås alt dette til en pris af:
Pris pr. medlem er kr. 150.-
Pris for ikke medlemmer er kr. 200.-

Drikkevarer kan købes til de sædvanlige lave priser.

Bestil og betal for plads på hjemmesiden fra den 17. oktober til 31. oktober eller kom i kontortiden på Græstedgård den 17. oktober eller den 31. oktober og få hjælp til bestillingen.



Tag med til Jul i den gamle landsby i Andelslandsbyen Nyvang ved Holbæk onsdag d. 27/11.

Bussen kører fra biblioteket i Ølstykke kl. 9.30.

Vi kører til Andelslandsbyen og går selv rundt til alle de arbejdende huse. Der er tændt julelys og byder indenfor til en hyggelig, gammeldags jul og et stort julemarked. Her er julehygge overalt med juletræsfest, julesul, nisser, gudstjeneste, julemusik, børneaktiviteter og masser af boder med fine julegaver.

Der er mulighed for at købe kaffe/te i **Traktørstedet Madam Blaa.**

KL. 13:00 kører bussen til Vadestedet, hvor vi spiser en 2 retters middag kl. 13:15. Drikkevarer er for egen regning.

Efter middagen kører bussen retur til Ølstykke.

Pris for medlemmer kr. 275,- for bustransport, entre i Nyvang og middag på Vadestedet. Ikke medlemmer kr. 350,-.

På turen er der plads til 50 personer.

Bestil og betal for plads på hjemmesiden fra den 31. oktober og senest den 17. november eller kom i kontortiden på Græstedgård den 31. oktober eller den 14. november og få hjælp til bestillingen.





Nytårskur!

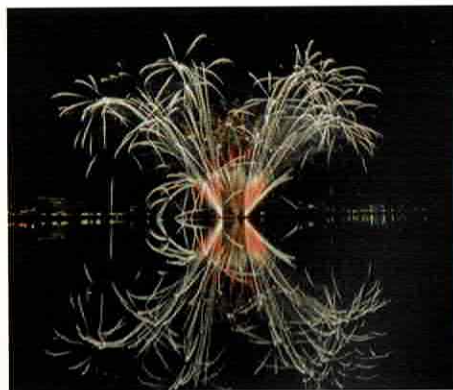
fredag den 10. januar 2020 kl. 14.00-17.00
Bibliotekssalen Østervej 1, 3650 Ølstykke.

Vi gentager succesen med vores nytårskur.
Kom og skål i et glas boblevand med hjemmelavet kransekage og efterfølgende kaffe.
Kom gerne i det helt store nytårsskrud og få en sving om til musik leveret af Per Bjørn musik.

Prisen for dette er kr. 75,00

Yderligere drikkevarer kan købes til vores sædvanlige lave priser.

Bestil og betal for plads på hjemmesiden fra den 14. november og senest den 3. januar 2020 eller kom i kontortiden på Græstedgård 14. november eller den 28. november og få hjælp til bestillingen.



new feet
MEDICAL FOOTWEAR



Fodtøj til aktive fødder

Det danske firma New Feet har udviklet en særlig kollektion for mennesker med diabetes, gigt eller følsomme fødder. Fodtøjet er udført i de bedste materialer og har rummelig læst, suveræn støddæmpning og høj stabilitet. New Feet adskiller sig fra almindelige fabriksfremstillede sko ved:

- Optimal støddæmpning
- alle modeller har 6 mm udtagelig Protektor® indlægssål med originalt PPT®
- Bred forfod & høj stabilitet
- Fugtabsorberende og friktionsdæmpende foer
- Ingen indvendige generende syninger
- Fodtøjet tilpasses let individuelle behov
- God plads til individuelle indlæg

SKOSALG
Hver torsdag
11.00-17.30



Rådhus Alle 12 · 3650 Ølstykke · 4717 3233 · www.mp-fodterapi.dk





SPAR 20 %

på stort service og 2-lags rustbeskyttelse

BASIS SERVICEAFTALE

- Stort service ifølge JS Carline*
- Garanteret 10 % rabat på alt værkstedsarbejde og reservedele, som ikke er omfattet af serviceaftalen
- Gratis opfyldning af sprinklervæske mellem serviceeftersyn
- Gratis udskiftning af pærer mellem serviceeftersyn inkl. reservedele (gælder kun halogenpærer)
- Gratis lånebil (ekskl. brændstof)

Fra

189,-

Pr. måned

Opret en serviceaftale på www.jscarline.dk

Fra

58,-

Pr. måned

HJULSKIFTAFTALE

- Hjulskift inkl. dækopbevaring - et skift pr. sæson (Gælder ikke varevogne)
- Gratis løpning (Gælder ikke hvis dækket skal skiftes som følge af punktering eller lignende, og hvis dækket ikke kan lappes. Gælder ikke varevogne)

Bygmarken 9a
3650 Ølstykke
Tlf: 43 43 06 53

info@jscarline.dk
www.jscarline.dk

Teknicar

Godt håndværk til alle biler

www.teknicar.dk

Nordisk film i Valby.

Hvor meget ved du om den danske filmhistorie? Tag med på rundvisning på Nordisk Film.

Dato for kup: **torsdag d. 30. jan. 2020.**



Antal hængerøve og

hysteriske kvindemennesker: **max. 25 personer.**

Er det noget med millioner?

For så må jeg spørge derhjemme først! **Kun 130 kr. pr. person.**

Aktionen starter: Kl. 11.00

Gerningssted: Nordisk Film, Mosedalvej 14, 2500 Valby, foran isbjørneporten ved hovedindgangen.

Vi skal bruge: Én veloplagt gruppe med højt humør, påklædning efter vejret.

Dét siger vi dig!:

For Deres egen skyld kom venligst ikke i for god tid, da vi ikke har et ventelokale.

Rundvisningens varighed strækker sig til ca. fem kvarter med underholdning fyldt med fantastiske fortællinger om farverige filmproduktioner og finurlige filmtricks, dristige jungleeventyr, royale rygeskure og morsomme mordgæder, fortalt af vores levende og engagerede rundvisere. Efterfølgende besøg i den lokale merchandise-shop.

Der er betalingsparkering på de omkringliggende veje.

Valby St. er 6 minutters gang fra os.

Nu er det vel ikke farligt?:

Ikke spor! Vi glæder os til at give Jer en tryk, timet og tilrettelagt rundvisning på verdens ældste (og hyggeligste) filmselskab.

Vi ønsker Jer en rigtig god fornøjelse!

Bestil og betal for plads på hjemmesiden fra den 9. januar og senest den 23. januar 2020 eller kom i kontortiden på Græstedgård den 9. januar eller den 23. januar 2020 og få hjælp til bestillingen.



Forhånds tilmelding til Krakow med Vitus rejser i 5 dage fra 11. maj til 15. maj 2020.



Tag med til en af Europas smukkeste kulturbyer, der byder på store oplevelser og rimelige priser. Vi bor tæt på det hele ved Krakows stemningsfulde gamle bydel.

Krakow er en af Europas smukkeste byer og atmosfæren i byen emmer af nostalgi. Byen huser mange studerende, hvilket giver liv til de gamle bygninger og holder priserne nede. Her er masser af dejlige caféer, traditionelle kælderbeværtninger, samt gode restauranter og man overraskes over det polske køkken, som blander gode råvarer med traditionel, solid kogekunst.

Vi bor tæt på det hele ved Krakows gamle bydel, så det er ingen sag at gå på opdagelse i byens bilfri centrum, hvis velbevarede middelalderby er på UNESCO's liste over Verdenskulturarv. Glæd dig til spændende byrundture, der byder på besøg i blandt andet den jødiske bydel, Kazimierz, og den flotte Wawel-katedral, hvor de polske konger blev kronet, dengang Polen var et magtfuldt kongerige. Vi har inkluderet et par hyggelige middage på lokale restauranter, men der er også mulighed for selv at gå på opdagelse i det polske køkken - prisniveauet i byen er særdeles rimeligt.

Vi har ikke den eksakte pris for rejsen endnu, men vi formoder at den kommer til at være omkring kr. 4.100.- pr. pers. i delt dobbeltværelse.

Der vil være bus fra Ølstykke til lufthavnen og retur.

Pris kr. 175.- pr. person.

Tillæg pr. person:

Ekstraarrangementer:

Eneværelse 690,-

Auschwitz, inkl. Frokost 395,-

Afbestillingsforsikring 250,-

Jødisk middag med klezmermusik 275,-

Obligatorisk administrationstillæg 89,-

Wieliczka-saltminerne 375,-

Inkluderet i prisen:

Fly København-Krakow t/r.

Alle skatter og afgifter, p.t. kr. 263.-

1 x middag, inkl. drikkevarer (2. dag).

Transfer lufthavn-hotel t/r.

1 x frokost eller middag (5. dag).

Byvandring i det jødiske kvarter.

Byvandring i Krakow, inkl. entré til Wawel-katedralen.

4 nætter i Krakow på Hotel Maksymilian***.

Lokal transport med sporvogn.

4 x morgenmad (2.-5. dag).

Entré til synagogen.

Dansktalende rejseleder på rejsemålet.

Endelig bindende tilmelding kommer i næste blad, men vi vil gerne vide om der er interesse for denne tur.

Der er plads til max 30 deltagere.

Interesserede bedes kontakte arrangørerne ved enten at sende en mail til: kontor3650@gmail.com, eller komme på kontoret i kontortiden og melde sig til.

REAL Vi gør det vi er bedst til -

Tænker I på at sælge?



Ved salgsvurdering (**gratis og uforpligtende**) af jeres hus kvitterer vi med et **mini cruise***



*Mini Cruise for op til 4 pers. København- Oslo i én indvendig standard kahyt, frem til 31.12.2019.



**RealMæglerne Ølstykke
Viggo Axelsen ApS**

nemlig at sælge boliger!! **REAL**

En god handel starter med en god boligsnak. Vi ser frem til at sælge netop jeres bolig.

Hvis huset sættes til salg
via **RealMæglerne Viggo Axelsen**
donerer vi **kr. 500**** til Ældresagen Ølstykke
ved afsluttet handel.



**Dette gælder medlemmer af ældresagen Ølstykke, frem til 31.12.2019.

**Ørnebjergvej 1, 3650 Ølstykke
Tlf. 82828282 / 3650@mailreal.dk**

Vi søger frivillige

Aktiviteter for demente og pårørende.

I efteråret 2019 ønsker vi at starte en demens/glædescafé op, hvor vi mødes og laver diverse aktiviteter. Vi foreslår aktiviteter for de demente samtidig med, at de pårørende har mulighed for at snakke sammen. Vi vil starte med et oplæg og en brainstorming. Kunne du tænke dig at være frivillig i dette meget positive og givtige arbejde, så kontakt venligst:
Conni Olesen tf. 2422 8006.

Vi søger frivillige til demensaktiviteter.

Så har du lyst til at blive demens/glædesven, sørger vi for at klæde dig på til at tackle de udfordringer.
Henvendelse til Conni Olesen tf. 2422 8006.

Har du lyst til at blive besøgsven eller besøgsmodtager.

Det giver dejlige positive oplevelser at glæde andre og være med til at bekæmpe ensomhed.
Henvendelse til Inge Hjort tf. 2142 0350.

Ved du, at Ældre Sagen tilbyder ekstra øjne og ører ved besøg hos f.eks. læge og offentlige myndigheder. Vi har tavshedspligt.
Henvendelse til Susanne Kongsaa tf. 5135 0289.

Vi har et tilbud til ældre enlige, som kan få et kort tryghedsopkald hver morgen. *Kontakt Susanne Kongsaa tf. 5135 0289.*

Attendo Nyt privat plejecenter

Hjemlighed, tryghed og høj kvalitet

Attendo åbner 70 helt nybyggede og moderne plejeboliger centralt i Frederikssund i juni 2019 med orangeri, spa-bad, fitness og store tagterrasser.

Når du er visiteret til en plejebolig af din kommune, kan du frit vælge at bo på Attendo Lærkevej.

Kontakt Bente Aastrup
 Telefon: 26 75 95 90  info@attendo.dk  www.attendo.dk

Undervisning i Ølstykke

IT - aktiviteter Efterår 2019.

Undervisning.

Vi tilbyder ikke egentlige kurser i IT i den kommende sæson, men vi vil skræddersy en – eller to dages minikurser i det du har brug for.

Eksempler på minikurser kan f.eks. være:

Nem-id, E-boks, Back-up, Net-bank, Flytte og redigere billeder og meget mere.

Fortæl os hvad du kunne tænke dig – så vil vi prøve at løse opgaven. Normalt vil et "hold" være på 1 eller 2 personer – bliver der flere end 3, vil vi sætte en hjælper på også.

1 dags kurser koster kr. 30.- kr pr deltager – 2 dages kurser koster kr. 50.- pr. deltager.

Kom op på Græstedgård til en af kontortiderne, eller mød os på en af IT cafe'erne fra tirsdag d. 27. august og fortæl os hvad du gerne vil vide mere om – så prøver vi at løse opgaven i løbet af efterårssæsonen!

IT-caféer (kræver ikke tilmelding)

Tid: Tirsdage kl. 10.00 – 12.00 Sted: Græstedgård lok. 5

Tid: Torsdage kl. 10.00 – 12.00 Sted: Græstedgård lok. 5

Hjælp til PC'er, programmer, Tablets, I-pads, Smart phones, billedbehandling m.m.

Pris pr. gang: **Kr. 10.- for deltagelse**, incl. kaffe/the og småkager.

Sæson start: **tirsdag d. 27. August 2019,**
hhv. torsdag d. 29. August 2019.

Sæsonslut: **torsdag d. 5. December 2019.**

Undervisning i Ølstykke

IT hjælp i hjemmet.

Har du problemer med en stationær computer, netværksproblemer eller lignende der ikke kan løses på IT-cafeerne på Græstedgård, eller er du så gangbesværet at du ikke kan bruge disse tilbud, så kan vi tilbyde at komme hjem til dig i stedet. Der vil normalt komme 2 IT-hjælpere der medbringer billedlegitimation fra ÆldreSagen.

IT-hjælp i hjemmet ydes i perioden 27. August til 5. December 2019.

Pris pr. gang er kr. 20.-.

Send en SMS til 2027 0010 eller 2028 6355 med teksten: **"IT hjemme"** samt dit navn og telefonnummer – så ringer vi og hører hvad vi kan hjælpe med, samt aftaler dato og tidspunkt for besøg.

Vi kører normalt ud mellem 16:30 og 18:00 og normalt indenfor få dage.

Uden for ovenstående periode kan alle få hjælp i hjemmet, men bed venligst kun om hjælp hvis det er virkeligt nødvendigt – IT hjælperne har også behov for ferie. Der må i øvrigt påregnes længere ventetid på besøg i sommer-og vinterferietiden.

Slægtsforskningscafe.

Er du interesseret i slægtsforskning, og har du lyst til at være sammen med andre med samme hobby, så se her!

Vi mødes for at udveksle erfaringer om kilder og hjælperedskaber til at finde og organisere vores slægtsforskning, eller få ideer til at komme videre hvor du måske er kørt fast. Du er også velkommen til:

"Åben slægtsforskningscafe"

Er du bare interesseret i at høre lidt om hvad slægtsforskning er for noget, så kom og besøg os – vi fortæller gerne om hvad vi laver, og hvordan du kan komme i gang selv.

Som med IT-cafe'erne kræver det ingen tilmelding - vi mødes hver onsdag kl. 09.30 - 12.00 på Græstedgård - lokale 5.

Pris pr. gang: **kr. 10.- for deltagelse** incl. kaffe/te og småkager.

Sæsonstart: **Onsdag d. 28. August 2019.**

Sæsonslut: **Onsdag d. 4. December 2019.**

Undervisning i Ølstykke

Engelsk hold 1

Tirsdage kl. 10.00-12.00 på Græstedgård i lokale 10
Underviser Helle Arnø, tlf: 4717 2453, eller 2091 2453
mail: helle.arnoe@gmail.com

Der er ledige pladser.

Grundgebyr kr. 100 ekskl. bøger. Beløbet indbetales på konto nr. 1345 3497 378 523 Husk at anføre ENG 1

Engelsk hold 2 - Let øvede - øvede

Tirsdage kl. 10.00-12.00 på Græstedgård i lokale 7
Engelsk samtale, vi taler kun engelsk i undervisningen.
Margrethe Maibøll, tlf.: 6047 4524

Mail: mmaiboell93@gmail.com

Grundgebyr kr. 50,00 ekskl. bøger. Beløbet indbetales på konto nr.: 1345 3497 378 523, husk at anføre ENG2

Engelskhold 3 - Lidt øvede og øvede

Onsdage 10.00-12.15 på Græstedgård i lokale 10
Underviser: Kamal Khan, tlf. 5136 3794
mail: kk_consult@hotmail.com

Grundgebyr kr. 50,00 ekskl. bøger. Beløbet indbetales på konto nr. 1345 3497 378 523 Husk at anføre ENG 3

Engelskhold 4 - Lidt øvede

Onsdage 13 - 15 .15 på Græstedgård i lokale 10
Underviser: Kamal Khan, tlf. 5136 3794 mail:
kk_consult@hotmail.com

Grundgebyr kr. 50,00 ekskl. bøger. Beløbet indbetales på konto nr. 1345 3497 378 523 husk at anføre ENG 4

Engelsk hold 5 - Begyndere - let øvede

Fredage kl. 10.00-12.00 på Græstedgård i lokale 7
Margrethe Maibøll, tlf.: 6047 4524
Mail: mmaiboell93@gmail.com

Holdet er fuldttegnet

Grundgebyr kr. 50,00 ekskl. bøger. Beløbet indbetales på konto nr.: 1345 3497 378 523, husk at anføre ENG5

Motion og friluftaktiviteter

Bowling

Tid: hver tirsdag, kl. 14

Sted: Ballerup Bowling, Tempovej 35

Der er få ledige pladser og tilmelding kan ske til Leni Lensing, 4077 9270 eller Otto Fredskilde, 6064 7506



Cykling – oplevelser og motion

Tid: Onsdage i lige uger, kl. 10.00 til ca. 14.00.

Sted: Ved bageren i Ølstykke stationsby.

Sæson: April til november.

Vi cykler ca. 40 km i moderat tempo (gennemsnitligt 14/15 km pr. time). Efter ca. 10 km holder vi pause, så de, der kun vil cykle en kort tur, ca. 20 km, kan vende hjem.

Lang tur fortsætter. - Frokostpause efter ca. 20 km.

Oplev vores varierede natur fra cykelsadlen, bliv del af et rart fællesskab, og kom i god form.

Cykelhjem er obligatorisk.

Kontaktpersoner:

Erik Dam, 2946 0554

Tommy Hesselbjerg, 2859 0602

Helle Kejlstrup 2073 1893



Krolf

Tid: Mandag kl. 14-16 og onsdag kl. 10-12, fra 1.4. til ca. 1.11. i Græstedgårds have.

Fra 3.10. til 1.4., mandage fra kl. 12-14 i håndboldhallen, Ølstykke Idrætsanlæg.

Krolf er halvt kroket, halvt golf og helt sjovt.

Få frisk luft ude og motionér inde.

Pris kr. 100 pr. sæson.

Karsten Andersen, 5191 3053,

mail: karstena02@gmail.com



Bliv klogere på krolf spil

Krolf er stavet rigtigt, det er et hyggespil og et konkurrencespil. En mellemting mellem golf og kroket. Vi spiller på Græstedgård to gange om ugen. Mandag fra kl. 14.00 og onsdag fra kl. 10.00. Vi går to runder med en kaffe pause i mellem.



Alle er velkommen i ovennævnte tider til at komme og prøve. Skulle det havde jeres interesse vil I hurtigt komme ind i reglerne. Og udstyr kan lånes.



Vi har dejlige forhold på græsarealet foran Græstedgård. Og det koster kun 100.- om året at være med.



Er du til konkurrencer, så spiller vi også turnering mod andre foreninger rundt i området. Så der er ingen undskyldning for ikke at komme og prøve. Vi glæder os til at se dig.

Vil du høre mere er du velkommen til at kontakte Karsten på tlf. 51913053 eller mail: Karstena02@gmail.com.
På gensyn - krolf spillerne Ølstykke Ældre Sagen.

Motion og friluftaktiviteter

Petanque

Tid: Tirsdag og torsdag kl. 13-15.

Sted: Græstedgårds have.

Vi spiller året rundt på de dejlige baner i haven. Spillereglerne er nemme, så alle kan deltage. Hvis du har lyst til at prøve, er der mulighed for at låne kugler.

Der er frokostpetanque 2. tirsdag i sommer månederne kl. 12-13, hvor vi spiser vores medbragte mad og spiller petanque fra kl. 13-15. Heine Kransø 2489 6373



Stavgang

Tid: Onsdage kl. 13.00 hele året

Sted: Græstedgårds P-plads.

Stavgang træner både ben, arme og ryg, får pulsen op og hjælper med at vedligeholde kroppen og styrke musklerne.

Så bliv stavgænger, det er gratis at deltage. Ingelise Lehmann tlf. 2051 1825.



Stræk og bøj

Tid : Mandage kl. 10-12 fra september til og med april.

Sted Ølstykke Hallen og Badmintonhallen.

Hver mandag : Gymnastik, afspænding, håndbold, badminton, tæppecurling og kegler.

Rytmemix ca. hver 3. mandag.

Ønsker du at deltage, så kontakt Benny eller Tove Bauner, for at blive skrevet på venteliste, ved at sende en mail til :

sogb.oelstykke@gmail.com

eller ringe på 3049 4908 eller 2866 2624.

Pris: kr. 100.-



Motion og friluft aktiviteter

Traveture kort 4-6 km.

Tid: Torsdage kl. 10 hele året.

Sted: Lige uger: Ølstykke Station.

Ulige uger: Bryggertorvet, Gl. Ølstykke.

Ingen tilmelding.

Sidste torsdag i måneden tager vi på tur.

Benny Bauner 3049 4908 eller

Sogb.oelstykke@gmail.com



Traveture lang 8-10 km.

Tid: Torsdage kl. 10.00 hele året

Sted: Lige uger: Ølstykke Station.

Ulige uger: Bryggertorvet, Gl. Ølstykke.

Ingen tilmelding. Sidste torsdag i måneden altid ved Ølstykke

station, da vi tager på tur med bus eller tog. Husk madpakke.

Lillian Sørensen, 4717 7671

Indendørsaktiviteter i Ølstykke

Bordtennis.

Tid:

tirsdag og torsdag fra kl. 10.00.

Onsdag og torsdag, fra kl. 13.00.

Sted:

Team Egedal BTK / Ølstykke BTK, i kælderen i Nordfløjen af Stengårdsskolen, ved siden af ungdomsskolen.

Pris ca. kr. 200,00 pr. halvår.

Mikael Mikkelsen.

Tlf : 2757 5535.

Mail: btkteamegedal@gmail.com.



Indendørsaktiviteter i Ølstykke

Bridge.

Sted: Græstedgård, lokale 10

Tid: Torsdage kl. 13-17

Aktivitetsansvarlige:

Helen og Geo Jensen,

4717 9396, helengeo@mail.dk



Dameværelser.

Sted: Græstedgård

Udflugter, madlavning og samvær mv. kun for kvinder.

Jomfruburet.

Torsdage i lige uger kl. 19-22 - Sted: lokale 8 - fuldttegnet

Tove Bauner 2866 2624, tovebauner@gmail.com

eller Anni Svindt, 2194 5817, svindt@mail.dk

Pigekammeret.

Tirsdage i ulige uger, kl. 13-16 - Sted: lokale 9 - fuldttegnet

Lizzi Stokkendahl, 4717 9865, stokkendahl@cdnet.dk

Jette Weikop, 4716 1050, weikop@pc.dk

Dameværelset.

Onsdage i ulige uger, kl. 13-16 - Sted: lokale 8 - fuldttegnet

Lilli Beck, 4086 1632, lillibeck@live.dk

Jytte Hansen 3091 1446

Fruentimmerne.

Torsdage i lige uger, kl. 14-17 - Sted: Lokale 8 - fuldttegnet

Gunvor Holdrup, tlf.. 2480 6837, gunkaj@webspeed.dk

Nymferne.

Onsdage i ulige uger, kl. 13-16 - Sted: lokale 9 - fuldttegnet

Birgit Bjørnbak, 20 96 94 59, birgit.bjornbak@gmail.com

ell. Birgit Petersen tlf. 4011 1095 p.birgit@gmail.com

Indendørsaktiviteter i Ølstykke

Herreværelser

Sted: Græstedgård.

Udflugter, madlavning og samvær mv. kun for mænd.

Herreværelset.

Torsdage i lige uger kl. 17-22, lokale 9 - fuldttegnet.

Flemming Larsen, 4115 0976.

Svend T. Jensen, 2067 9617, mail: herrer3650@live.dk.

Karlekammeret.

Torsdage i ulige uger kl. 14-17. - lokale 4 - fuldttegnet.

Kai Normann Andersen, 4717 9782,

Jytte.normann.andersen@post.tele.dk.

Loge III.

Torsdage i lige uger kl. 12-16 - lokale 7 - ledige pladser.

Allan Egegaard, 2041 1257, egegaard03@gmail.com.

Bjørnebanden.

Onsdage i lige uger, kl. 13-17 - lokale 7. Venteliste.

Bjarne Hansson 4026 3410 mail: bha120150@gmail.com

Tilflytterne.

Mandag i ulige uger kl. 10-13, lokale 9 - fuldttegnet.

Poul Erik Dahl, 2725 6750, pedahl@live.dk.

Jazz-dans.

Søndag, den 3. november 2019, kl. 14

Sted: Bibliotekssalen, Ølstykke

Vi danser til jazzmusik, der serveres kaffe, hjemmebagte boller og kage.

Der kan købes øl og vand.

Håber vi ses til nogle hyggelige timer.

Pris kr. 40,00. Inge Hjort



Indendørsaktiviteter i Ølstykke

Linedance

Hver tirsdag, Græstedgaard Salen.

Vi starter op igen 3. september.

Kl. 11.45 - 13.00 begyndere.

Kl. 13.15 - 14.30 let øvede.

Kl. 14.40 - 15.55 øvede.

Pris kr. 300.- pr. halvår.

Ketty Jørgensen 4717 9981 eller 4035 9781.

Mail: Kettyhoejbjerg@gmail.com.



Litteraturkredse på Græstedgård lokale 8

2. tirsdag i måneden kl. 10-12,

Birgit W. Nielsen, 4717 8091

3. tirsdag i måneden kl. 12-14

Jytte Præbel, 2617 5246.

4. tirsdag i måneden kl. 10-12.

Thue Aalling, 4141 9671

thueaalling@gmail.com

1. onsdag i måneden kl. 10-12.

Lizzi Stokkendahl 4717 9865

4. onsdag i måneden kl. 10-12,

Grethe Holmberg 4498 0092.



Maleklub

1. og 3. tirsdag i måneden

kl. 14.30-18 - september-april

Sted: Græstedgård lokale 7

Akryl- og oliemaling på lærred og hygge.

Vi inspirerer hinanden.

I løbet af sæsonen vil vi tage ud og hente

inspiration på udstillinger eller andet.

Pris: kr. 300.- pr. sæson, som dækker kaffe/te og kage

hver gang og tilskud til udflugter m.m.

Hanne Knudsen 3023 8096, hgk@pc.dk



Indendørsaktiviteter i Ølstykke

Sangtæner i bibliotekssalen.

Tid: Torsdage kl. 19.00-21.00, 22.8, 19.9, 17.10, 14.11.

Torsdag den 12.12.2019 kl. 18.00-21.00.

Engangsudgift til indkøb af sanghæfter:

Seniorsangbogen købes hos boghandleren. Ca. kr. 150.-

Evergreens i løbsbladform købes hos Kai, kr. 230.-

Kai Normann Andersen 4717 9782,

jytte.normann.andersen@post.tele.dk

Spis sammen på kroen.

Tid: 12.9 -10.10 - 24.10, pris kr. 110.-

D. 7.11 andesteg, 21.11 julefrokost, pris kr. 140.-

Priserne dækker mad og 1 genstand.

Alle dage kl. 13.00 på Ølstykke kro.

Tilmelding på hjemmesiden fra den 8. august kl.12.30 til mandag kl. 12.30 inden arrangementet.

Kontaktperson Susanne Kongsaa tlf. 5135 0289.



Stolegymnastik

Tid: mandage kl. 13-14, september-maj.

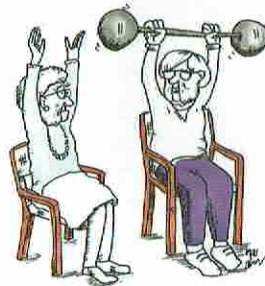
Sted: Bibliotekssalen

Ketty Jørgensen 4035 9781,

kettyhoejbjerg@gmail.com og

Marie Louise Borgen 2896 6071,

syslaborgen@gmail.com



Indendørsaktiviteter i Ølstykke

Strik og hygge.

3. onsdag i måneden kl. 13-16.

Første gang 21. august 2019

Græstedgård, lokale 7.

Jeg glæder mig til at se jer.

Inge Hjort, 4717 7650 eller

2142 0350, ihhnyppost@gmail.com.



Værksted.

Tirsdag kl. 9-12

Ungdomsskolens Værksted, Hindbærvangen 224, Smørum.

Der kan arbejdes både med metal og træ.

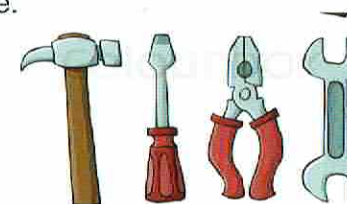
Vi har mulighed for at bruge/låne ungdomsskolens værksteder, tirsdag formiddag.

Der er svejseværk, boremaskine, træ og metaldrejebænk, afkorter, båndsav, båndpudser, afretter mv. Mulighed for lift til motorcykel og småreparation af en bil. Håndværktøj er begrænset.

Så fylder din hobby for meget på køkkenbordet, eller ønsker du bare at dele din interesse med andre. Så kom og se/brug faciliteterne, og lad os lære af hinanden. Al brug af maskiner er på eget ansvar. Til værkstederne er der et kantine / møderum.

Henvendelse: Torben Jørgensen, 4717 6461.

tgjoer@stofanet.dk



Whist.

Tid: Mandage, kl. 19.00.

Sted: Græstedgård lokale 10.

Hør nærmere hos Inga Møller, hvis du har lyst til at spille, 3029 8028

Mail: uranus@webspeed.dk



"Hjælpende hånd"

Har du små praktiske problemer i dagligdagen. Så er der nu mulighed for hjælp. Jeg er "Den hjælpende hånd" i Ældre Sagen Ølstykke og mit navn er Lise Knudsen. Min hjælp må ikke tage arbejdet fra håndværkere eller kommunens folk, så jeg kan alene hjælpe dig med små praktiske opgaver ude og inde. Jeg kan også hjælpe dig med at skrive et brev og få det sendt med posten. Kun fantasien sætter grænser.

Hvis ikke du har en ledsager, kan jeg hjælpe med små-ture til f.eks. Indkøb, biblioteksbesøg eller lignende.

Har du hund, kat eller andre dyr kan jeg være behjælpelig med at passe dem, hvis du skal på week-end eller andet. Jeg vil komme og give mad og evt. lufte dyret.

Prøv at ringe eller skrive til mig og vi taler om mulighederne, tlf. 2945 0928, mail: lisekn51@gmail.com

Mit arbejde er gratis, men det koster 1,99 kr. pr. kørt km at komme til og fra dig og de km jeg kører for dig. Jeg skal ikke have udgifter ved det, jeg hjælper dig med, så hvis der skal bruges materialer, leverer du det selv, ellers skal jeg have betaling for materialer. Jeg ser frem til et godt samarbejde og lidt hjælp til dig.

Venlig hilsen
Lise

**Støt vores
annoncører
- de støtter
nemlig os...!**

Udgiver:
Ældre Sagen i Ølstykke
Redaktør:
Bjarne Hansson, 40263410.
Mail: bladet@mail.dk
Tryk: ABC-tryk, Smørum
Oplag: 2400 stk.

Næste blad: primo December.
Deadline er 1. November.

Susannes fod og voks klinik

Pas på fødderne hele året

Alm. fodbehandling.

Fodbad, klip, slib, oprensning, fjernelse af hård hud, massage m. creme kr. 325.-

Voksbehandlinger - se prisen på hjemmesiden.

Shellac - fødder, én farve kr. 325.-

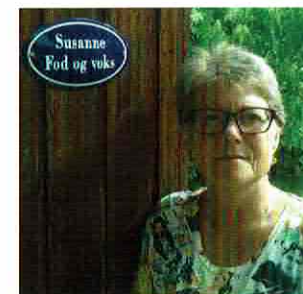
Behandling af patienter der får kommunalt tilskud.

Mulighed for behandling i eget hjem + kørselstilskud.

Gaveidé: køb et gavekort!

Susanne Lorenzen
Vandmanden 82, 3650 Ølstykke
Tlf. 2740 8464
Mail: suslorenzen@gmail.com

For mere info og priser,
se min hjemmeside:
www.susfodogvoks.dk



dermalogica
BioSurface Peel



Hos Clinique La Vie kan du få Dermalogica Expert Power Treatment - En perfekt ansigtsbehandling til dig der ønsker meget effektive og fantastiske resultater.

På billederne er vi igang med behandling på en kvinde på 63 år mod linjer og uens hudtone. Billederne er før og efter første behandling.

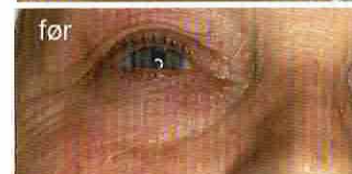
Kunne du også tænke dig en lækker behandling med gode resultater, så kom ind forbi klinikken eller ring på 60711222 og hør mere.

Du kan se alle vores behandlinger på www.clinique-la-vie.dk

Medbring denne annonce og få 20% i rabat på din bestilling.

CLINIQUE
la vie

Rådhus Allé 10A - 3650 Ølstykke - Tlf: 60711222



Egedal Handyman

Lettere vedligeholdelse af hus og have!

Du kan altid
bede om et
tilbud det er
gratis



Jeg kan hjælpe dig med:

Havearbejde - hækkлипning o.a.

Malearbejde inde og ude.

Samling af møbler/ophængning af billeder m.m.

Har du andre opgaver, så ring og lad os få en snak om det

**Egedal Handyman v/Flemming Larsen, Smaragdvej 6,
3650 Ølstykke
Tlf.: 4115 0976**



Dyrene På Torvet



Din lokale dyrehandel



Hos os finder du mange typer af fisk i mange forskellige farver og størrelser.



Vi har akvarieplanter og meget andet tilbehør.

Vi har et stort udvalg af produkter til både hund, kat og mange andre dyr. Kig forbi vores internetbutik og se de mange gode tilbud.

www.dyrenepaatorvet.dk

Ønskes varerne leveret hjem til døren, tilbyder vi også det.

Åbningstider:
Mandag-fredag: 10.30 – 18.00, Lørdag: 10.00 – 14.30

Tag gerne hunden med i butikken!

Bryggertorvet 4.b - 3650 Ølstykke – Tlf. 47178070