

Ældre Sagen



Informationer fra lokalkomiteén i Ølstykke

Nr. 32

19. årgang

Januar 2010

Årsmøde 2010

Afholdes tirsdag den 9. marts kl. 19

Ølstykke Biblioteks foredragssal, Østervej 1.

Dagsorden ifølge Ældre Sagens vedtægter:

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

Under mødet serveres kaffe og kage.

Lokalkomit  en for  ldre Sagen i  lstykke

	Formand	Aase Moestrup Dr. Margrethes Vej 106 47 10 13 01 e-mail: jenaas@os.dk
	Næstformand	Ole Koefoed Dr. Ingrid's Vej 28 39 62 43 92 e-mail: okoefoed@gmail.com
	Arrangementer Tryghedsopkald	Niels Herløw Dr. Ingrid's Vej 32 48 70 52 94 e-mail: ingrid32@privat.dk
	IT-kontakt IT-undervisning Bladredaktion	Svend T. Jensen Kildegårdsvej 11 20 67 96 17 e-mail: svendt.jensen@gmail.com
	Kasserer	Jarmund Jørgensen Trelleborgvej 12 47 17 92 04 e-mail: jarmund@webspeed.dk
	Social-humanitære Bes�gstjeneste	Inge Hj�rt Andantevej 5 47 17 76 50 e-mail: ihhn@nypost.dk
	Sekretær	Mona Philipsen Bragesvej 15 47 17 08 86 e-mail: mona@philipsen.dk
	1. Suppleant Bladredaktion	Erik Jørgensen Violvej 3 47 17 99 81 e-mail: erik.joerg@oel.intercitynet.dk
	2. Suppleant Arrangementer	Birthe Christiansen Jadevej 19 47 10 01 55 e-mail: bic@paradis.dk
	3. suppleant Sundheds- og Socialpolitisk	Ann Larsen Smaragdvej 6 47 16 14 02 e-mail: anfl.larsen@kabelmail.dk

Formanden har ordet

S  blev det 2010, og vi har sagt farvel til 2009.
Jeg håber I var tilfredse med  ldre Sagen i det forgangne år.

Vi har haft kommunalvalg, også her håber jeg,
at de fleste var rimeligt tilfredse med resultatet.
Jeg har en tro på, at der bliver ro og godt samarbejde
i de kommende fire år.

På delegeretm det i november blev Per Thestrup
genvalgt som formand for  ldre Sagen.

Vi havde et godt og konstruktivt m de, hvor mange emner
var på dagsordenen. Alt foregik i god ro og orden.
Vi er i dag 550.000 medlemmer, heraf 12.000 frivillige.
I  lstykke er vi 2.220 medlemmer og 104 frivillige.

Vi f r igen en ny aktivitet i dette år, efter sommerferien begynder et
engelskhold, det vil I høre mere om senere, jeg tror, der vil være en del
interesserede.

I år bliver ÅRSMØDET tirsdag, den 9. MARTS kl. 19 i bibliotekssa-
len.

På komiteens vegne ønsker jeg jer alle et godt nytår
og tak for året der gik.

AASE

*Ingen ved hvad man formår,
for man har forsøgt*

VIGTIGT

om arrangementer !

Tildelte pladser på vore arrangementer må ved frafald *ikke* overdrages til andre, da vi altid har en færdig navneliste, som vi checker folk på. Da vi samtidig noterer få personer på en afbudsliste ved udsolgte foredrag/ture, beder vi jer ringe til os i stedet. Så kan vi glæde et ventende medlem på listen til det pågældende arrangement.

"Fra Borg ved Havn til Metropol af gavn" En aften i København

Torsdag d. 21. januar kl. 19.30

Sted: Ølstykke Biblioteks Foredragssal, Østervej 1, Ølstykke

Denne aften vil lokalkomiteens medlem Niels Herløw åbne op for vor hovedstad - beliggende sådan ca. 30 km i sydøstlig retning - regnet fra Ølstykke. En stad der i en periode var én af Nordeuropas vigtigste, både hvad gjaldt handel og søfart, og ikke mindst storpolitik. En udvikling der gik fra fiskerleje over enevælde til hovedby i Norden. Byen der gik så gruelig meget igennem - grundet snæversynet adelsvælde og monarkers ærgerrighed, men samtidig udviklede sig til et råtærkt krydsfelt for handelsmonopoler og gentagne forsøg på ekspansionspolitik.

Mød op og hør om byen, der sammen med det øvrige Danmark på et tidspunkt var én af Europas stærkeste søfartsnationer og senere dyds-mønster for demokratiets fødsel.

Foredraget er samtidig tænkt som introduktion til en Københavner-ekskursion i maj 2010.

I pausen serverer vi kaffe med godbidder. - Der er gratis entre, så kom kun frit frem.

*At lytte godt
er næsten at svare*

Skandinavien rundt på 80 minutter

Torsdag d. 25. februar kl. 19.30

Sted: Ølstykke Biblioteks Foredragssal, Østervej 1, Ølstykke

Med stor sang og sprød og ædel klang fra guitaren vil troubaduren René Schmidt denne aften underholde os med et tonedigt over Skandinaviens sangskat. René fortæller bl.a.:

'Vi lever i en tid, hvor vi er så fokuserede på nutiden og fremtiden. Det er vigtigt at skue fremad, men for at komme helstøbt videre har vi brug for at kende vores fortid, for det er med til at gøre os til hele mennesker. Disse tanker har givet mig lyst til at fortolke de gamle sange og melodier fra nær og fjern og til at skabe egne værker i samme ånd'.

Glæd dig til en sikkert lun og musikfyldt kulturaften i Ældre Sagen. Entreen på kr. 30,- betales ved indgangen og inkluderer kaffe i pausen.

Forårsfest med Scandinavian Rythm Boys

Fredag d. 16. april kl. 19.30

Sted: Ølstykke Biblioteks Foredragssal, Østervej 1, Ølstykke

Det er atter lykkedes os at engagere det herlige New Orleans-orkester Scandinavian Rythm Boys til en aften med liflig blød autentisk New Orleans Jazz som kun dette band kan fremføre det. How-jazz-was-born og hvad deraf fulgte, får vi med små elegante indlagte anekdoter at vide mellem aftenens toner fra dengang jazzen var ung.

I pausen serveres som sidst oste- & pølse-buffet, og derefter fortsætter vi med dans til de sprøde klange fra 'rytme-drengene'.

Entre kr. 100,- der inkluderer buffetten.

Øl, vand og vin sælges som sidste år til meget rimelige priser.

Tilmelding fra og med: Onsdag d. 17. marts til og med onsdag d. 31. marts til Niels Herløw, tlf 48705294 og Birthe Christiansen tlf. 47100155, onsdage mellem 10 og 12, torsdage mellem 16 og 18.

Og bemærk: Tag gerne et par gæster med, så de kan opleve en rigtig god aften i Ældre Sagen.

Fly/busrejse til Toscana 4. - 11. september 2010.

Vi forventer at arrangere en fly/busrejse til Toscana i ovennævnte periode i 2010.

Der flyves til Parma, hvorfra vi kører til hotellet i Montecatini Terme. Turen inkluderer udover vor færd gennem det utroligt smukke toscanske landskab, besøg i byerne Vinci, Siena, Lucca, Pisa og Firenze. Dansk rejseleder.

Pris pr. person kr. 6.495,- med halvpension. (tillæg enkeltværelse kr. 600,-).

Nærmere oplysninger fås hos Niels Herløw, tlf. 48705294 eller Birthe Christiansen, tlf. 47100155. Nærmere detaljer i næste nummer.

***Jeg elsker at sidde alene
og drømme og fantasere,
men har jeg været længe nok alene,
så vil jeg ikke vær' alene mere,
så er det godt at ha' en rigtig ven
og ha' nogen at snakke med igen.
En man kan dele sine drømme med
lege eller danse eller svømme med.
Det er rart at være alene- men
det er bedst at ha' en ven.***

*Sådan synger Eva Madsen i Benny Andersen's
"Vennesangen"*

Savner du også en ven at tale med, kan vi måske hjælpe dig med en **Besøgsven**. Kontakt undertegnede for at høre om mulighederne.

Besøgsvennerne v./ Inge Hjort, tlf 4717 7650

Idrætssklinikker

Skulle I komme ud for en skade i forbindelse med "Stræk og bøj", badminton, stavgang, cykelture eller lignende bør I vide, at I kan henvende jer direkte – udenom egen læge – i Idrætssklinikken på Herlev eller Glostrup Sygehus.

Alle borgere i Region Hovedstaden kan få gratis behandling på Idrætssklinikken. Du behøver altså ikke at være medlem af en klub eller forening, men blot vise dit sygesikringsbevis som bevis for at du er borger i Region Hovedstaden.

Men en begrænsning er der dog:

Din skade skal være erhvervet i forbindelse med udøvelsen af idræt under en eller anden form. Hvis din skade er opstået på anden måde bør du søge din praktiserende læge eller skadestue. Lægen vil vurdere skaden og sørge for henvisning til den rette behandling.

Når du henvender dig til idrætssklinikken så husk:

Konsultation, kun ved tidsbestilling. Sygesikringsbevis skal altid medbringes.

Du skal have bopæl i Region Hovedstaden for at kunne benytte Idrætssklinikken.



Niels Larsens Bogtryk ApS

**Fotosats • DTP • Bog- og offsettryk
Stans • Præg • Bogbind**

Tlf. 47 17 45 56 • Fax 47 17 86 46

E-mail: nlbtryk@nlbtryk.dk

www.nlbtryk.dk

Kalender med faste ugentlige eller månedlige aktiviteter

Ugedag	Tid	Aktivitet	Sted	Ansvarlig
Mandag	Kl. 10.00-12.00	Stræk og bøj	Ølstykke Hallen	v/Lillian Sørensen Tlf. 47 17 76 71
Mandag	Kl. 18.30-21.30	Whist	Toftehøjskolen	v/Amy Christensen Tlf. 47 17 70 09.
Tirsdag	Kl. 13.00-15.00	Petanque	Græstedgård	v/Henning Simonsen Tlf. 47 33 49 69
Tirsdag	Kl. 12.00, 13.00 el.14.00	Bowling	Bowling Center Stenløse	v/Frank Brandenburg Tlf. 47 17 73 31
Tirsdage/Onsdage se mere i bladet	Kl. 9.30-12.30	IT-undervisning	"Grotten" Stengårdsskolen	v/Svend T. Jensen Tlf. 20 67 96 17
Tirsdage se mere i bladet	Kl. 14.00-15.15 el 15.15-16.30	Line dance	Bibliotekssalen	v/Ketty Jørgensen Tlf. 47179981
4. onsdag i måneden	Kl. 10.00-12.00	Litteraturkreds	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/Grethe Holmberg Høge Tlf. 44 98 00 92
2. tirsdag i måneden	Kl. 10.00-12.00	Litteraturkreds	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/Birgit W. Nielsen Tlf. 47 17 80 91
3. tirsdag i måneden	Kl. 13.00-15.00	Litteraturkreds	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/Jytte Præbel Tlf. 26 17 52 46
1. onsdag i måneden	Kl. 10.00-12.00	Litteraturkreds	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/Vibeke Nielsen Tlf. 47 10 08 30
2. onsdag i måneden	Kl. 10.00-12.00	Litteraturkreds	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/Grethe Madsen Tlf. 47 17 51 26
3. onsdag i måneden	Kl. 13.00-16.00	Strik og hygge	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/Ulla H. Jensen tlf. 30279617 el. Inge Hjort Tlf. 47177650
Onsdag i lige uger	Kl. 11.00	Cykelture 18-22 hhv. 35-40 km.	Stationspladsen Ølstykke	v/Janne tlf. 47179204 el. Jens tlf. 47101301
Onsdage se datoer i blad	Kl. 13.00	Leg og samvær i naturen	Ølstykke Hallen	v/Ester, 47 17 80 77 el. Jens, 47 10 13 01
Onsdag	Kl. 13.00	Stavgang	Græstedgård	v/ Henning Simonsen Tlf. 47 33 49 69
1. torsdag i måneden	Kl. 16.30-20.00	Madlavning og fællesspisning	Toftehøjskolen	v/Birgitte Friis Mikkelsen Tlf. 48 18 03 02
Torsdag	Kl. 10.00-12.00	IT-stue	"Grotten" Stengårdsskolen	v/Svend T. Jensen Tlf. 20 67 96 17
Torsdag	Kl. 13.00-15.00	Petanque	Græstedgård	v/Henning Simonsen Tlf. 47 33 49 69
Torsdag	Kl. 10.00	Traveture, lange	Bryggertorvet (ulige uger) el. Stationstorvet (lige)	v/Lillian Sørensen Tlf. 47 17 76 71
Torsdag	Kl. 10.00	Traveture, korte	Bryggertorvet (ulige uger) el. Stationstorvet (lige)	v/Eva Bay Tlf. 47 16 19 60
Torsdage, se datoer i blad	Kl. 19.00-21.00	Sangafterner	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/Kirsten & Villy Orbe Tlf. 60802141 hhv.60687611
Torsdag	Kl. 12.30-17.00	Bridge	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/Helen tlf. 47 17 93 96 el. Bent tlf. 47 10 04 11
4-6 ture årligt samt månedlige temamøder	Start Kl. 15.00 se datoer i bladet	/Eldrefisk, lystfi- skeri	Afhængig af årstid hhv. Græ- stedgård	v/Rudi Westergaard Tlf. 58 10 06 42
Arrangementer, rejser m.v.	Telefontider: ons. 10-12 el. tor. 16-18		Birthe Christiansen & Niels Herløw	Tlf. 47 10 01 55 hhv. Tlf. 48 70 52 94
Tryghedsopkald, en hjælpende hånd			Niels Herløw	Tlf. 48 70 52 94
Besøgsvenner			Inge Hjort	Tlf. 47 17 76 50

Bridge

Torsdage kl. 12.30-17.

Sted: Toftehøjgård, Ølstykke.

Bemærk nye aktivitetsansvarlige:
Helen Jensen, 47 17 93 96 eller
Bent W. Nielsen, 47 10 04 11.

Bowling

Efter 10 år som leder af ældresagens bowling afd. hos Center Bowl i Stenløse har undertegnede taget beslutningen om at stoppe med udgangen af marts måned 2010.

Det har været 10 spændende - sjove og hyggelige år, med en masse rare mennesker. Og det sociale samvær, som er opstået, har været en vigtig brik i det hele.

Med dette indlæg, er det vort ønske - håb, at der iblandt ældresagens ca. 2000 medlemmer kan findes 1 - 2 personer, som vil videreføre ældresagens bowling.

Der er på nuværende 84 medlemmer der bowler hver tirsdag kl.12, 13,14 og der er ca.20 på venteliste.

Sæsonen er oktober til udgangen af marts måned.

Vi vil selvfølgelig være behjælpelig i overgangsperioden.
Tak til jer alle, uden jer har det ikke kunne lade sig gøre.

Lis & Frank Brandenburg. Telf.
26 98 28 53.

IT-Stue

Vi starter igen 14. januar 2010.

Torsdage kl. 10-12.

Sted: Grotten, Stengårdsskolen.

Vi giver hjælp til Pc'er og programmer.

Ingen tilmelding nødvendig.

Pris kr. 10 inkl. kaffe m.v.

Hør nærmere hos Svend T. Jensen, tlf. 2067 9617.

IT-kursus for nybegyndere

Undervisningsdage er onsdage 10-12.30. Pris kr. 200 inkl. materialer og kaffe.

Undervisning sker i værestedet Stengrotten på Stengårdsskolen.

Forårets kursus er fuldttegnet. Ønsker du at komme på venteliste kontaktes Svend T. Jensen, tlf. 2067 9617 eller mail:
aeldre.sagen.oelstykke@gmail.com

IT-kursus for øvede

I foråret 2010 fortsætter vi med undervisning af lidt øvede i kurserne:

Billedbehandling med programmer som Picasa 3, Windows Movie Maker og Windows DVD Maker. Varighed 5 dage. (forårets kurser er fuldttegnet, men kom på venteliste).

Tekstbehandling Word, videregående kursus. Varighed 5-6 dage, hjemmearbejde påkrævet. Lær at lave invitationer, sange, indsætte billeder i tekster og meget andet. Enkelte ledige pladser i foråret.

Optimer på din PC. Varighed 3 dage. Er din PC blevet sløv vil vi gennemgå muligheder for optimering.

For alle kurser gælder, at man har et rimeligt godt kendskab til brugen af PC, f.eks. som deltagelse i vort begynderkursus.

Til disse kurser ser vi gerne, at de af jer, der har bærbare PC'ere medbringer disse. Skolens maskiner kan kun i begrænset omfang anvendes.

Er der ønsker om andre kurser, så lad os høre herom, og vi vil overveje mulighederne herfor.

Undervisningsdage er tirsdage kl. 9.30-12.30. Undervisning i Værestedet Stengrotten på Stengårdsskolen.

Kursusprisen på kr. 75,- pr kursus inkluderer materialer og kaffe/the. Er du/I interesserede kan I sende mail eller ringe til undertegnede, så bliver I kontaktet, når endelige kursusplaner foreligger.

Kontakt Svend T. Jensen, tlf. 2067 9617 eller skriv en mail til:
aeldre.sagen.oelstykke@gmail.com

*Da jeg var ung
vidste jeg alt.
Nu er jeg blevet klogere*



KLINIK FOR FODTERAPI
CVR: 30 25 07 29
KIRA WEILE
NIELS OLSSENSVEJ 4
3650 Ølstykke
Tlf: 47 17 17 29

- Alm/komplic. fodbehandling
- Hælrevner/ligtorne
- Diabetes/sukkersyge
- Bøjlehandling/nedgroede negle
- Gavekort
- Velvære

Lystfiskeri

Fisketure på Øresund i foråret 9/3, 10/5 og 6/7. Pris ca. 150,- kr. pr. tur.

Andre ture aftales på vore møder.

Møder på Græstedgård: 8/2, 8/3, 12/4, 17/5, 14/6, alle dage starter kl. 15.00. Pris 10,- kr. til kaffe/the.

Kontakt Rudi Westergaard, tlf. 5810 0642 eller John Toft, tlf. 2160 0906 og hør nærmere.

Line dance

Efter en forrygende start er vi nu i gang med vor 2. sæson den 5. januar 2010.

Vi danser fortsat i Ølstykke Biblioteks foredragssal, Østervej 1.

Lidt øvede hver anden tirsdag i ulige uger kl. 14.00-15.15.
Begyndere hver anden tirsdag lige uger kl. 14.00-15.15.
Samt 1 hold hver tirsdag kl. 15.20-16.35.

Pris afhænger af antal deltagere

Kontakt og tilmelding til Ketty Jørgensen, tlf. 4717 9981

Litteraturkredse

Vore 5 litteraturkredse holder til på Toftehøjgård, Ølstykke.

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.

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.

Madlavning og samvær

Tid: 1. torsdag i måneden
Sted: Toftehøjskolen, Ølstykke.

Vi er kommet godt fra start.
Vi er 15 deltagere, og alle er meget interesserede. Alle kommer med ideer til vores menu. Vi prøver at samle vore opskrifter i en "privat" kogebog med billeder. Jeg optager gerne deltagere på venteliste.

Henvendelse til Birgitte Friis-

Stavgang

Tid: hver onsdag kl. 13.00
Sted: Græstedgårds P-plads

Du vil erfare, at denne form for motion er alle tiders til at træne både ben, arme og ryg, og til at få pulsen op, og derved hjælpe med til at vedligeholde kroppen og styrke musklerne.

Så bliv stavgænger, det er gratis at deltage.

Spørgsmål til:
Henning Simonsen, 4733 4969

Petangue

Tirsdage og torsdage kl. 13-15.
Sted: Græstedgårds have.

Nu på 11. sæson. Hvis vejret tillader det spiller vi året rundt. Spille-reglerne er lette, så alle kan være med.

Du skal selv medbringe kaffe og kugler.

Spørgsmål til:
Henning Simonsen, 4733 4969.

Sangafterner

Der synges i 2010 på følgende datoer: 7/1, 4/2, 4/3, 15/4, 27/5.
Sted: Toftehøjgård, Ølstykke

Holdet er fyldt helt op, men hvis man er interesseret i at deltage, kan man skrives på venteliste ved henvendelse til:

Willy Orbe, tlf. 6068 7611 og Kirsten Orbe, tlf. 6080 2141 eller e-mail: kirstenorbe@gmail.com

*Lidt for sent,
er alt for sent*

Strikning/hygge

Vi strikker og hygger i foråret på følgende dage 13/1, 17/2, 17/3, 21/4, 19/5 og 16/6, alle dage 13.00-16.00.

Sted: Toftehøjgård, Ølstykke.

Vi har stadig få pladser tilbage. Vi lægger stor vægt på den sociale del.

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

Stræk og bøj

Mandage kl. 10-12.

Sted: Ølstykkehallen og Badmintonhallen, Ølstykke.

Forårssæsonstart 4. januar.

Aktiviteterne omfatter bl.a. gymnastik og afspænding, stavgang, håndbold, badminton, soft-tennis, kegler, massagebolde (hver 14. dag) og linedance sidste mandag i måneden.

Lilian Sørensen, tlf. 4717 7671 og Aase Moestrup, tf. 4710 1301.

Traveture

Torsdage kl. 10

Mødested: Lige uger: Ølstykke Station. Ulige uger: Ved Brygger-torvet ved Superbrugsen, Gl. Ølstykke.

En tur på ca. 8-10 km i rask tempo og en langsommere på ca. 5 km. Ingen tilmelding. Mød blot op og trav med.

Lange ture: Lillian Sørensen, tlf. 4717 7671.

Korte ture: Eva Bay, tlf. 4716 19 60.

Oplevelser, lege og samvær i naturen

Mennesker holder ikke op med at lege, fordi de er blevet gamle. Mennesker bliver gamle, fordi de holder op med at lege.

Til foråret fortsætter vi med denne aktivitet, nu 4. sæson. Vi havde nogle meget vellykkede ture sidste år. Tak til alle

for jeres store engagement, iver og gode humør. Vi har lært, at vi skal være meget omhyggelige med udregning af resultaterne. Både præmien og klapsalverne

til vindende hold er meget eftertragtede. Og så er det jo også sundt at få rørt sanger- og lattermusklerne. Holdet er fyldt op, men vi prøver altid at skaffe plads til en mere.

Mødested og -tid: Ølstykkehallen kl. 1300.

Datoer til og med august: 24. marts, 28. april, 26. maj, 23. juni og 18. august.

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

Oplevelser og motion på cykel

Inden længe kan vi skimte starten på 3. sæson. Afslutningen på 2. sæson var meget vellykket. Tak til alle for aktiv medvirken. Også i det nye år cykles i 2 hold. De første 10-12 km kører alle samlet. Herefter holdes en længere pause,

Ferie ved Rhinen.

hvor vi spiser den medbragte mad, vi synger en sang og måske indflettes lidt lokalhistorie.

Efter pausen kører de, som har valgt den korte tur (20-22 km) tilbage, om muligt ad en anden vej end på uturen. Lang tur fortsætter, således at distancen i alt bliver på 32-40 km.

Nyt. Som foreslået ved afslutningen vil vi på nedennævnte datoer tage cyklerne

med på toget på uturen – og måske også på hjemturen – for derved at opleve nye områder og dermed nye oplevelser.

Datoerne er: 16/6, 28/7 og 8/9.

Husk klippekort til cykel og personligt klippekort.

Vi cykler i alle lige uger med start ved bageren i **Ølstykke Stationsby, altid kl. 1100.**

Første gang 7. april kl. 1100.

Cykelhjelm er obligatorisk.

Hør evt. nærmere ved Janne (4717 6004), Hanne (4717 7393) eller Jens (4710 1301).

Whist

Mandage kl. 18.30-21.30.

Sted: Toftehøjskolen, Ølstykke.

Hør nærmere hos:

Amy Christensen, 4717 7009.

Skulle nogen af jer have planer om en ferie - længere eller kortere – ved Rhinen i Tyskland, kan jeg varmt anbefale "Zum Rebstock" i St. Goar. St. Goar er en lille typisk Rhinby, som ligger centralt på Rhinens venstre side midtvejs mellem Koblenz og Rüdesheim, og meget tæt klippen Lorelei. Zum Rebstock er et typisk tysk "Gasthof", med nydelige værelser og en god restaurant. Hotellet ligger ca. 150 m over floden, og er derfor fri for støjen fra vej og jernbane. En gåtur fra hotellet på 3 – 400 m. mellem markerne, og man har den skønneste udsigt over floden. Zum Rebstock er – efter at have været lukket i en længere periode – blevet overtaget af den nuværende familie Prang, som gør sig alle anstrengelser for at gæsterne skal føle sig godt behandlet, og hjælpsomhed og service er langt over det forventelige. Se evt.: <http://www.hotel-rebstock.com/>

Ole Koefoed

EFTERLYSNING! EFTERLYSNING! EFTERLYSNING!

Kan du lide at tale med andre mennesker? Er du god til at lytte?

Kan du afse et par timer ugentligt?

Vi har løbende behov for medlemmer, der har ressourcer til et job, der er til glæde for andre og betales med smil og taknemlighed.

Så meld dig som besøgsven hos Inge Hjort, tlf. 4717 7650.

Modtager:

**Hjemmeside : via www.aeldresagen.dk
E-mail: aeldre.sagen.oelstykke@gmail.com**

Mangler du lidt støtte i hverdagen ?

- * Kan rudekuverterne virke som et mareridt?
- * Kniber det med småreparationer?
- * Bliver du hjemme, fordi det er kedeligt/utrygt at gå alene?
- * Kan et dagligt telefonopkald være en tryk start på dagen?

Ældre Sagens frivillige har mange talenter, godt humør og et helhjertet ønske om at træde til, hvor det kniber. Kan du svare ja til et af disse spørgsmål, så ring til undertegnede, som vil prøve at hjælpe.

Niels Herløw, tlf. 48 70 52 94, E-mail: ingrid32@privat.dk

Advisering af Arrangementer

Vi optager stadig medlemmer på e-maillisten for medlemmer, som ønsker en "husker" i forbindelse med afholdelse af vores forskellige arrangementer.

Ønsker du også at få en e-mail én til to uger før et arrangement løber af stabelen, skal du sende din e-mail adresse til:

okoefoed@gmail.com

Deadline for indlæg til næste blad er: 20. marts 2010

**Super
Brugsen**

LOTTO TIPS
Bryggerstorvet
Gl. Ølstykke - Tlf. 47 18 88 00

Bagerens åbningstider:
Mandag-torsdag 9.00-19.00
Fredag 9.00-20.00
Lørdag 8.00-17.00
Søndag 10.00-16.00

Butikkens åbningstider:
Mandag-torsdag 9.00-19.00
Fredag 9.00-20.00
Lørdag 8.00-17.00
Søndag 10.00-16.00