

# Ældre @ Sagen

SKOVBO



Årsprogram for juni 2025 - maj 2026

|                                                                                                       |           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Forord .....</b>                                                                                   | <b>4</b>  |
| <b>Praktiske oplysninger .....</b>                                                                    | <b>5</b>  |
| <b>Ture, foredrag, sangeftermiddag m.v. ....</b>                                                      | <b>7</b>  |
| 14.08.2025 Bustur til Louisiana .....                                                                 | 7         |
| 04.09.2025 Mine 30 år som livvagt .....                                                               | 8         |
| 23.10.2025 Aftenforedrag - Kunstig Intelligens (AI) og ChatGPT:<br>Hvad kan ældre bruge det til?..... | 8         |
| 06.11.2025 Danmark spiser sammen .....                                                                | 9         |
| 08.11.2025 Juletur til Kragerup gods .....                                                            | 9         |
| 03.12.2025 Julespisning og underholdning .....                                                        | 10        |
| 08.01.2026 Dansk politik bag kuliserne .....                                                          | 11        |
| 22.01.2026 Revytur til Nykøbing F Vinterrevy .....                                                    | 11        |
| 05.02.2026 Sangeftermiddag med Jeannet Ulrikkeholm .....                                              | 12        |
| 10.03.2026 Foredrag af Kåre Johannessen "Historie og Historier<br>fakta og fiktion" .....             | 12        |
| 15.03.2026 Årsmøde .....                                                                              | 13        |
| 09.04.2026 Forårsspisning og underholdning .....                                                      | 13        |
| 19.04.2026 - 22.04.2026 - 4-dages tur til Holland .....                                               | 13        |
| 03.05.2026 Koncertforedrag Johnny Cash .....                                                          | 15        |
| 21.05.2026 Rungstedlund .....                                                                         | 15        |
| <b>Faste aktiviteter .....</b>                                                                        | <b>17</b> |
| Besøgsvenner i Skovbo .....                                                                           | 17        |
| Bridge .....                                                                                          | 17        |
| Frimærker .....                                                                                       | 18        |
| Handyman & Handywoman .....                                                                           | 18        |
| It Caféen i Ejby og Borup .....                                                                       | 19        |
| IT-Caféen i Ejby .....                                                                                | 19        |
| IT-Caféen i Borup .....                                                                               | 19        |
| Koordinationsudvalget .....                                                                           | 19        |
| Motion .....                                                                                          | 19        |

|                                                               |           |
|---------------------------------------------------------------|-----------|
| Rollatortræf .....                                            | 20        |
| Senior Kino - Borup Kino .....                                | 20        |
| Søndagscafeen i Bjæverskov .....                              | 21        |
| Søndagscafeen i Ejby .....                                    | 21        |
| Telefonstjernen.....                                          | 21        |
| Har du lyst og tid til at blive frivillig i Ældre Sagen?..... | 22        |
| Vejledning og rådgivning .....                                | 22        |
| <b>Bestyrelsen .....</b>                                      | <b>23</b> |

## FORORD

Ældre Sagen Skovbo har hermed fornøjelsen at præsentere det nye program for 2025/26.

Som tidligere år har vi en række faste aktiviteter, hvor vores engagerede frivillige sørger for et dagligt tryghedsopkald, en besøgsven, IT-støtte og vejledning, hjælp til at løse hjemmets små praktiske problemer, motion både uden og med rollator eller fællesskab omkring et spil bridge eller frimærker.

Hvis du har lyst til at mødes med andre i hyggeligt samvær, er vores 2 søndagscafeer, forårs- og julespisninger måske noget for dig.

Alle har ind imellem brug for ny viden og oplevelser. I programmet kan du læse om ture, foredrag, musikarrangementer samt biografforestillinger for seniorer i vores 100-årige gamle Kino i Borup.

Vi håber, der er noget der falder i din smag, og ønsker dig velkommen til den nye sæson.

Venlig hilsen



Jan Munk  
Formand

**Har du forresten husket at tilmelde dig Det Lokale Nyhedsbrev!**

**Over 1400 medlemmer har allerede gjort det.**

**Du kan tilmelde dig på [www.aeldresagen.dk/skovbo](http://www.aeldresagen.dk/skovbo)**

**Så er du altid opdateret om de seneste nyheder og kommende arrangementer mv.**

## PRAKTISKE OPLYSNINGER

### Generelt

Alle er velkomne til vores arrangementer. Enkelte arrangementer er dog kun for medlemmer, hvilket i så fald fremgår specifikt under arrangementet.

Der kan max. tilmeldes to personer pr. henvendelse.

### Online tilmelding / betaling

Online tilmelding foretages via hjemmesiden [www.aeldresagen.dk/skovbo](http://www.aeldresagen.dk/skovbo). Klik på det arrangement du vil tilmelde dig og følg vejledningen.

Skriv i kommentarfeltet hvor du vil stå på, eller andet.

Samtidig med tilmeldingen bliver du bedt om betaling via kort eller MobilePay.

Der afsluttes med mulighed for kvittering på print eller via mail.

Der arbejdes p.t. på indføring af nyt "Booking System". Hvilke konsekvenser det vil få for tilmeldingsproceduren er p.t. ukendt.

Der henvises til vejledningen på hjemmesiden som løbende opdateres, ligesom vi vil orientere via det Lokale Nyhedsbrev om det nye "Booking System".

### Telefonisk tilmelding / betaling

Skal i tilmeldingsperioden ske mellem kl. 10-12 til:

Telefon 9243 4859 hvis dit telefonnummer ender på et ulige tal.

Telefon 2498 3793 hvis dit telefonnummer ender på et lige tal.

Oplys medlemsnummer (hvis medlem af Ældre Sagen) og mailadresse (hvis haves), samt fødselsdato for dem, der ønskes tilmeldt.

Betaling foretages via MobilePay. Du modtager en anmodning om overførsel, som skal godkendes. Modtager du ikke en anmodning automatisk, skal pengene overføres til MobilePay 32434, klik på den aktuelle kategori. Du kan også overføre til bankkonto 3001- 0013543372. **Husk altid at anføre hvad der betales for, og hvem der betales for, hvis der betales for flere.** Når betaling er registreret, fremsendes en kvittering via mail.

## **Flerdages ture/tilmelding/betaling**

Tilmelding foretages altid telefonisk eller ved fysisk fremmøde i Aktivitetshuset, Møllevvej 11, 4140 Borup i tidsrummet kl. 10 til 12.

Medbring medlemsnummer, mailadresse og fødselsdato for dem der ønskes tilmeldt.

Betaling opkræves altid af teknisk Rejsearrangør som fremsender faktura til deltagerne.

Husk egen rejseforsikring inkl. afbestillingsforsikring. Gyldigt pas og blåt EU-Sygesikringsbevis skal altid medbringes, hvis turen går til udlandet.

Selv om der på busturene er turhjælpere, er det en forudsætning at man er "selvhjulpne"/alternativt at der også deltager en hjælper.

## **Venteliste**

Hvis alle pladser er optaget, kan du/I blive optaget på venteliste. Er du på venteliste, vil du blive kontaktet, hvis der bliver ledig plads

## **Bindende tilmelding**

Foredrag/sangeftermiddag/koncerter:

Tilmelding er bindende 3 hverdage før arrangementet afholdes.

Spisninger:

Tilmelding er bindende 6 hverdage før arrangementet afholdes.

Busture/teaterture:

Se under det enkelte arrangement.

## **Afmelding/tilbagebetaling**

Ved afmelding skal al henvendelse ske til kontaktpersonen, se under det enkelte arrangement.

Sker afmelding før bindende tilmeldingsdato refunderes beløbet altid.

Sker afmelding efter bindende tilmeldingsdato refunderes beløbet kun, hvis det er muligt at få en fra ventelisten til at overtage. Som udgangspunkt betales aldrig tilbage, hvis afmelding sker mindre end 3 dage før arrangementet.

## TURE, FOREDRAG, SANGEFTERMIDDAG M.V.

### 14.08.2025 Bustur til Louisiana

Louisiana blev stiftet af Knud W. Jensen i 1958. Knud W. Jensens tanke var, at kunst skulle være for alle, og ikke kun for eliten. Museet startede på et landsted der oprindeligt var ejet af Alexander Brun, som har været gift tre gange, med tre kvinder som alle hed Louise. Derfra fik Knud W. Jensen ideen til navnet på sit museum.



Vi kører til Louisiana, her bliver vi mødt af to guider, der tager os med på rundvisning som varer ca. 45 minutter.

Derefter kører vi til Gl. Humlebæk Kro, hvor vi nyder en frokostplatte.

Efter frokosten går turen hjemad ca. kl. 14.30.

Pris: for medlemmer kr. 550 og ikke medlemmer kr. 690.

#### Prisen inkluderer:

|                              |                                       |
|------------------------------|---------------------------------------|
| Bus                          | Rundvisning på Louisiana med 2 guider |
| Gratis kaffe ved busstop     | Frokostplatte på Gl. Humlebæk Kro     |
| Entre, Louisiana Kunstmuseum | 2 turhjælper fra Ældre Sagen.         |

|                         | Afgang 14.08.2025 | Hjemkomst 14.08.2025 |
|-------------------------|-------------------|----------------------|
| Aktivitetshuset i Borup | 09.15             | 16.15                |
| Centervejen Bjæverskov  | 09.30             | 16.00                |
| Ejby Medborgerhus       | 09.45             | 15.45                |

#### Tilmelding:

Online fra den 14.07.2025 kl.10 – 21.07.2025 kl. 18

Telefonisk 14.07.2025 kl. 10-12.

Tilmelding er bindende fra den 22.07.2025.

For yderligere oplysninger om tilmelding / betaling se praktiske oplysninger side 5.

#### Kontaktpersoner:

|                     |                |
|---------------------|----------------|
| Evy Bol             | tlf. 6168 2863 |
| Susanne Christensen | tlf. 4052 2091 |

**04.09.2025 kl. 14:00 - Mine 30 år som livvagt**

**Aktivitetshuset, Møllevej 11, 4140 Borup**

Livvagt Torben Vigh fortæller åbent og ærligt om at passe på kongefamilien, politikere og andre VIP`er igennem 30 år. Han har været livvagt for dronning Margrethe, prins Henrik, kong Frederik, dronning Mary, kronprins Christian, prins Joacim og Muhammed-kritikere.



Pris for medlemmer inkl. kaffe/te og kage kr. 60. For ikke medlemmer kr. 80.

**Tilmelding:**

Online i perioden 04.08.2025 kl. 10 – 01.09.2025 kl. 18.

Telefonisk 04.08.2025 kl. 10-12.

For yderligere oplysninger om tilmelding/betaling- se praktiske oplysninger side 5.

Kontaktperson:

Susanne Christensen

tlf. 4052 2091

**23.10.2025 kl. 18:30 - Aftenforedrag - Kunstig Intelligens (AI) og ChatGPT: Hvad kan ældre bruge det til?**

**Aktivitetshuset, Møllevej 11, 4140 Borup**

Kunstig intelligens (AI) buldrer derudad og er i fuld gang med at revolutionere vores hverdag. Således fik ChatGPT 100 millioner brugere på bare 2 måneder.

Brian Nygaard Oswald er jurist og tidligere advokat, som underviser 50-100 dage om året. Hans speciale er at gøre undervisning sjov og indlevende, så man både lærer noget, men også føler sig underholdt.



Kunstig intelligens giver så utroligt mange muligheder og udvikler sig dag for dag. Kom og bliv klogere på det nye medie, og hør hvad du kan bruge det til.

Pris inkl. kaffe, te og kage for medlemmer kr. 60. For ikke medlemmer kr. 80.





### Tilmelding:

Online fra den 06.10.2025 kl. 10 – 20.10.2025 kl. 18.

Telefonisk 06.10.2025 kl. 10-12.

For yderligere oplysninger om tilmelding/betaling - Se praktiske oplysninger side 5.

Kontaktperson:

Jan Munk

tlf. 2991 2600

### 06.11.2025 kl. 13:00 - Danmark spiser sammen

**Ejby Forsamlingshus, Tornbjergvej 42, Ejby, 4623 Lille Skensved**

I uge 45 inviterer vi igen til "Spis sammen". Arrangementet er for alle (også ikke medlemmer af Ældresagen), men henvender sig primært til enlige eller par, der ikke så tit kommer uden for hjemmets fire vægge. Kort sagt, her gælder det om at lære nye mennesker at kende under en hyggelig middag og have nogle gode timer i samvær med andre. Der bydes på en 2-retters menu + dessert/kage med kaffe/te.

Pris 70 kr. Vin, øl og sodavand kan købes.



### Tilmelding:

Online fra den 20.10.2025 kl. 10 – 30.10.2025 kl. 18.

Telefonisk 20.10.2025 kl. 10-12.

For yderligere oplysninger om tilmelding / betaling – Se praktiske oplysninger side 5.

Kontaktperson:

Inge Thorup

tlf. 8161 8761

### 08.11.2025 Juletur til Kragerup gods

Julen på Kragerup Gods er en historisk perle med magisk tradition, der 29 år i træk har vækket juleglæden til live. Hele godset stråler i julens skær, fyldt med eventyrlig stemning og duften af gran, og brændte mandler.



Oplev mere end 100 stemningsfulde boder, hvor passionerede ildsjæle præsenterer alt i udsøgte delikatesser og smukt håndværk til unikke gaveideer, der spreder glæde under juletræet. Desuden er der adgang til Kragerup gods og frokost på Overdrevskroen.

Pris for medlemmer kr. 506 og ikke medlemmer kr. 595.



**Prisen inkluderer:**

|                        |                                           |
|------------------------|-------------------------------------------|
| Kørsel i bus           | Gratis kaffe ved busstop                  |
| Entre på Kragerup gods | Frokost på Overdrevskroen (tag selv-bord) |
| Entre til julemarkedet | 2 turhjælpere fra Ældre Sagen             |

|                         | <b>Afgang 08.11.2025</b> | <b>Hjemkomst 08.11.2025</b> |
|-------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| Aktivitetshuset i Borup | 09.15                    | 16.30                       |
| Centervejen Bjæverskov  | 09.30                    | 16.15                       |
| Ejby Medborgerhus       | 09.45                    | 16.00                       |

**Tilmelding:**

Online fra den 13.10.2025 kl. 10 - 17.10.2025 kl.18.

Telefonisk 13.10.2025 fra kl. 10-12.

Tilmelding er bindende fra den 24.10.2025.

For yderligere oplysninger om tilmelding/ betaling-se praktiske oplysninger side 5.

**Kontaktperson:**

Evy Bol tlf. 6168 2863

Susanne Christensen tlf. 4052 2091

**03.12.2025 kl. 17.30 - Julespisning og underholdning**

**Aktivitetshuset, Møllevej 11, 4140 Borup**

Som de 2 forrige julemiddage bliver det kokken Christian Tranberg, der tryller traditionel julemiddag frem.

Efter maden kommer "Nørrelykke & KruuseDullen" med solistoptræden og musikalsk underholdning.



Pris for medlemmer kr. 275. Pris for ikke medlemmer kr. 350.

**Tilmelding:**

Online i perioden 03.11.2025 kl. 10 – 18.11.2025 kl. 18.

Telefonisk 03.11.2025 kl. 10 – 12.

For yderligere oplysninger om tilmelding / betaling – se praktiske oplysninger side 5.

**Kontaktpersoner:**

Grete Lykke Hansen tlf. 31620049

Inge Thorup tlf. 81618761

## 08.01.2026 kl. 14:00 - Dansk politik bag kuliserne Aktivitetshuset, Møllevej 11, 4140 Borup

Hvordan ser den politiske situation i Danmark ud lige nu, og hvad betyder de aktuelle magtkampe.

Christine Cordsen har været korrespondent på tv-avisen siden 2015.

Pris for medlemmer inkl. kaffe/te og kage kr. 60. For ikke medlemmer kr. 80.



### Tilmelding:

Online i perioden 08.12.2025 kl.10 – 01.01.2026 kl.18.

Telefonisk 08.12.2025 kl. 10-12.

For yderligere om tilmelding/betaling - se praktiske oplysninger side 5.

Kontaktperson:

Susanne Christensen

tlf. 4052 2091

## 22.01.2026 Revytur til Nykøbing F Vinterrevy Nykøbing F

Vi starter med spisning af en 3-retters menu kl.18. Revyen starter kl. 20.



### Medvirkende:

Jesper Lundgård, Jeanne Boel, Jan Skou, Anne Herdorf og Mickey Pless.

Pris for medlemmer kr. 645. For ikke medlemmer kr. 735.

|                         | Afgang 22.01.2026 | Hjemkomst 22.01.2026 |
|-------------------------|-------------------|----------------------|
| Aktivitetshuset i Borup | 16.00             | 23.45                |
| Ejby Medborgerhus       | 16.15             | 23.30                |
| Centervejen, Bjæverskov | 16.30             | 23.15                |

### Tilmelding:

Online fra den 07.10.2025 kl. 10 – 11.11.2025 kl. 18.

Telefonisk 07.10.2025 kl. 10-12.

Tilmelding: er bindende fra den 14.11.2025.

For yderligere oplysninger om tilmelding/ betaling-se praktiske oplysninger side 5.

Kontaktperson: Susanne Christensen

tlf. 4052 2091

**05.02.2026 kl. 14:00 - Sangeftermiddag med Jeannet Ulrikkeholm**  
**Aktivitetshuset, Møllevej 11, 4140 Borup**

I løbet af denne eftermiddag vil Jeannet synge, spille og fortælle. Deltagerne er med på fællessang. Jeannet akkompagnerer på guitar, cello og guitarlut.



Programmet er meget alsidigt og indeholder vintersange, sange og viser om Danmarks natur og historie, kærlighedssange, Elvissange og evergreens. Der vil være tekster af blandt andre Jeppe Aakjær, Halfdan Rasmussen, Benny Andersen og Kim Larsen. Der er også en lille buket franske sange med bl.a. Edith Piafs sange. Jeannet fortæller sjove historier undervejs.

Pris inkl. kaffe/te og kage for medlemmer kr. 60. For ikke medlemmer kr. 80.

**Tilmelding:**

Online fra den 19.01.2026 kl. 10 – 02.02.2026 kl. 18.

Telefonisk: 19.01.2026 kl. 10 – 12.

For yderligere oplysninger om tilmelding/betaling – Se praktiske oplysninger side 5.

Kontaktperson:

Per Hermansen

tlf. 2061 3014

**10.03.2026 kl. 14:00 - Foredrag af Kåre Johannessen ”Historie og Historier  
fakta og fiktion”**

**Aktivitetshuset, Møllevej 11, 4140 Borup**

Alle eventyr er gode historier. Kåre tager fat på velkendte personligheder. Romaner, film og tv-serier har alle dage taget udgangspunkt i en genkendelig historisk virkelighed og det er meget ofte herfra, de fleste af os henter vores forståelse af både Danmarks- og verdenshistorien.



Pris for medlemmer inkl. kaffe/te og kage er 60 kr. For ikke medlemmer 80 kr.

**Tilmelding:**

Online i perioden 16.02.2026 kl. 10 – 02.03.2026 kl.18.

Telefonisk 16.02.2026 kl. 10-12.

For yderligere om tilmelding/betaling- se praktiske oplysninger side 5.

Kontaktperson: Susanne Christensen, tlf. 4052 2091

## 15.03.2026 kl. 14 - Årsmøde Aktivitetshuset, Møllevej 11, Borup

Dagsorden ifølge vedtægterne. Efter årsmødet vil der være underholdning/foredrag, og der bliver serveret kaffe og kage.

Af hensyn til traktementet er det en god ide at tilmelde sig online på vores hjemmeside - [www.aeldresagen.dk/skovbo](http://www.aeldresagen.dk/skovbo)



Kun for medlemmer

Det er gratis at deltage i årsmødet.

### Tilmelding:

Online fra den 02.03.2026 kl. 10 – 12.03.2026 kl. 18.

Kontaktperson:

Jan Munk

tlf. 2991 2600.

## 09.04.2026 kl. 17:30 - Forårsspisning og underholdning Aktivitetshuset, Møllevej 11, 4140 Borup

Efter en 2 retters menu fra Ørnholm, kommer "De Farende Svende" og underholder med festlig musik.

Pris for medlemmer kr. 275. Pris for ikke medlemmer kr. 350.



### Tilmelding:

Online i perioden: 09.03.2026 kl. 10 – 20.03.2026 kl. 18.

Telefonisk 09.03.2026 kl. 10 – 12.

For yderligere oplysninger om tilmelding / betaling – se praktiske oplysninger side 5.

Kontaktpersoner:

Grete Lykke Hansen

tlf. 3162 0049

Inge Thorup

tlf. 8161 8761

## 19.04.2026 - 22.04.2026 - 4-dages tur til Holland

### Dag 1:

Vi skal med færge fra Rødby kl. 9.00. Vi ankommer til det firestjernede Hotel Four Elements i Amsterdam ca. kl. 17. På udturen samler vi en guide fra busselskabet op ved den dansk / tyske grænse.



**Dag 2 og 3:**

Afgang fra hotellet kl. 9.30.

Vi skal opleve blomsterparken Keukenhof, hvor der er guidet rundvisning på ca. 40 minutter. Keukenhof er en blomsterpark beliggende nær Lisse, Holland. Keukenhof er verdens største blomsterpark, der i henhold til parkens egen hjemmeside rummer omkring 7.000.000 blomsterløg, der hvert år lægges i den store park. Arealmæssigt dækker området 32 hektar. Vi skal også opleve et osteri som ligger i nærheden af Amsterdam og et træskoværksted.

Vi skal på kanalrundtur, det varer ca. 75 minutter, igennem Amsterdam.

**Dag 4:**

Kører vi atter hjemad mod Danmark. Afgang fra hotellet kl. 08.

**Pris:**

Kr. 7.200 pr. person i delt dobbelt værelse, tillæg for enkeltværelse kr. 1.595. Der medfølger to turhjælpere fra Ældre Sagen. Der skal være min. 35 personer for at turen gennemføres.

**Tilmelding:**

Telefonisk tilmelding 19.01.2026 og 20.01.2026 kl. 10 - 12.

Personligt fremmøde i Aktivitetshuset, Møllevej 11, 4140 Borup den 19.01.2026 og 20.01.2026 kl. 10 - 12.

Tilmeldingen er bindende fra den 19. februar 2026.

Busselskabet opkræver depositum kr. 600 ca. 2 måneder før afrejse. Restbeløbet opkræves ca. 5 uger før afrejse.

For yderligere oplysninger om tilmelding/betaling – Se praktiske oplysninger side 5.

|            | <b>Afgang 19.04.2026</b> | <b>Hjemkomst 20.01.2026</b> |
|------------|--------------------------|-----------------------------|
| Borup      | kl. 05.30                | Se vores hjemmeside         |
| Ejby       | kl. 05.45                |                             |
| Bjæverskov | kl. 06.00                |                             |

Teknisk rejsearrangør – Herfølge Turistfart A/S, CVR 78804513  
Rejsegarantifonden medl.nr. 3419

Turens fulde program kan ses på vores hjemmeside: [www.aeldresagen.dk/skovbo](http://www.aeldresagen.dk/skovbo).

**Kontaktpersoner:**

Evy Bol tlf. 6168 2863  
Susanne Christensen tlf. 4052 2091

### 03.05.2026 kl. 14:00 - Koncertforedrag Johnny Cash Borup Kino, Lindevej 3, 4140 Borup

Johnny Cash er populær hos unge som ældre. Det mærker foredragsholder Dennis Lydom, der har holdt over 200 koncertforedrag om The Man In Black. Med farverige fortællinger og musik inviterer han tilhøreren ind under huden på mennesket Johnny Cash, som var lige så skrøbelig som fandenivoldsk.



Væbnet med sin guitar og autentiske stemme fremfører Dennis disse sange lige så nærværende og evigt aktuelle, som de var ment.

Pris inkl. kaffe, te og kage for medlemmer kr. 115. For ikke medlemmer kr. 150.

#### Tilmelding:

Online fra den 20.04.2026 kl. 10 – 01.05.2026 kl. 18.

Telefonisk 20.04.2026 kl. 10-12.

For yderligere oplysninger om tilmelding/betaling - Se praktiske oplysninger side 5.

#### Kontaktperson:

Jan Munk

tlf. 2991 2600

### 21.05.2026 Rungstedlund

Rungstedlund var oprindelig en kro med tilhørende landbrug. På kroen har kulturpersoner som f.eks. Ludvig Holberg og Johannes Ewald logeret i 1700-tallet. Karen Blixens far, Wilhelm Dinesen købte stedet i 1879. Karen Blixen er en af Danmarks mest berømte forfattere. Hendes liv og værker er forbundet med sensation og myter. Syv værker når hun at udgive fra 1934 til 1960. Karen Blixen er mest kendt for "Den Afrikanske Farm".



Efter rundvisningen kører vi til The Capitain på Rungsted havn og spiser frokost kl. 13.00. Kl. 14.30 køres retur.

Pris for medlemmer kr. 560. For ikke medlemmer kr. 660.

#### Prisen inkluderer:

Kørsel i bus

Gratis kaffe ved busstop

Guidet rundvisning på Rungstedlund

Frokostplatte på The Capitain, Rungsted Havn

2 turhjælpere fra Ældre Sagen



|                         | <b>Afgang 21.05.2026</b> | <b>Hjemkomst 21.05.2026</b> |
|-------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| Aktivitetshuset i Borup | 09.15                    | 16.15                       |
| Centervejen Bjæverskov  | 09.30                    | 16.00                       |
| Ejby Medborgerhus       | 09.45                    | 15.45                       |

**Tilmelding:**

Online fra den 13.04.2026 kl. 10 - 30.04.2026 kl. 18.

Telefonisk 13.04.2026 fra kl. 10-12.

Tilmelding er bindende fra den 04.05.2026.

For yderligere oplysninger om tilmelding / betaling, se praktiske oplysninger side 5.

**Kontaktpersoner:**

Evy Bol tlf. 6168 2863

Susanne Christensen tlf. 4052 2091



**KAREN BLIXEN**  
MUSEUM  
RUNGSTEDLUND



## FASTE AKTIVITETER

### Besøgsvener i Skovbo

Er du alene og savner kontakt med andre, kan vi måske tilbyde dig en besøgsvener. Du kan f.eks. få en hyggesnak over en kop kaffe, gå en tur i det gode vejr eller tage på indkøbstur.



Du skal blot ringe til

Nanna Christensen

tlf. 5125 3291

Anny Munk

tlf. 2728 9856

Har du før overvejet at blive besøgsvener, så er er det måske nu, du skal prøve det af. Vi søger frivillige besøgsvener, som vil være med til at glæde et menneske, der savner selskab. Derfor - er du interesseret i at høre mere om at være besøgsvener, er du velkommen til at kontakte Nanna eller Anny på ovennævnte telefonnumre.

### Bridge

**Aktivitetshuset, Møllevej 11, 4140 Borup**

**Mandage fra kl. 13.30 til cirka kl. 17.30 i Oasen**

Har du brug for at udfordre dine hjerneceller, vil kortspil som bridge være et godt tilbud.



Vi spiller fra september til april, og derudover er det også muligt at spille sommerbridge, hvor det hele foregår i lidt roligere tempo. Vi står parate til at modtage dig, og bringe dig ind i et hyggeligt fællesskab. Du kan være fast spiller eller substitut.

Der bydes på kaffe/the og småkager.

Aktivitetsleder: Jorry Højer tlf. 2329 2366

Kontaktpersoner:

Anne Bengtsen tlf. 2296 0198

Grethe Clausen tlf. 6118 7995

Drue Larsen tlf. 2237 1497 - Sommerbridge.



## Frimærker

**Aktivitetshuset, Møllevej 11, 4140 Borup**

**Hver anden tirsdag fra kl. 19 til cirka kl. 21 i billiardlokalet**

Vi kan tilbyde medlemmer med interesse for frimærker en interessant aktivitet. Vi mødes 2. og 4. tirsdag i måneden, første gang den 9. september 2025 og sæson afslutning 28. april 2026.

Der bydes på kaffe/the og småkager.

Tilmelding ikke nødvendig.

Kontaktpersoner:

Peder Adby, tlf. 2924 0161

Gunnar Würtz tlf. 2251 1428

Allan Lorentzen tlf. 2117 8770

## Handyman & Handywoman

Små praktiske problemer kan vokse sig store og ødelægge dit humør eller din nattesøvn. Vi kan måske hjælpe dig.



Hjælpende hænder er en gratis -ikke permanent - hjælp til små lette opgaver i hjemmet. Typisk ½ til 1 times varighed indenfor Ældre Sagen Skovbos område.

Eventuelle materialer til brug ved opgaven betales af brugeren.

### Ønsker du hjælp så ring til:

Anne Grethe Sjørup tlf. 2032 4493

Per Hermansen tlf. 2061 3014

Frank Rønn tlf. 2077 1848

Arne Levinsen tlf. 4272 3026

## It Caféerne i Ejby og Borup

Har du problemer og udfordringer med din bærbare PC, tablet, smartphone eller andre elektroniske ”dimser”, har du mulighed for at få hjælp i IT-Caféerne i Ejby og Borup.



Som en service for dem som har problemer med at komme til IT-Caféerne på grund af gangbesvær eller fordi de har en stationær computer, tilbyder vi at hjælpe med såkaldt fjernopkobling eller ved at komme hjem til jer. Servicen er gratis og alle er velkomne i IT-Caféerne, hvor der udover gode råd og hjælp også er plads til lidt hyggesnak og evt. erfaringsudveksling over en kop kaffe/te.

### IT-Caféen i Ejby

Ejby Medborgerhus, Gemsevej 19  
Åbent hver tirsdag fra kl. 13.30 - 15.30  
Kontakt Torben Nielsen tlf. 4044 4061

### IT-Caféen i Borup

Aktivitetshuset, Møllevej 11  
Åbent hver mandag fra kl. 10 - 12  
Du finder IT- Caféen bag Oasen i Aktivitetshuset.  
Kontakt Jens Peter Møller, tlf. 4052 8083

## Koordinationsudvalget

I de kommuner, hvor Ældre Sagen har flere lokalafdelinger, er der nedsat et koordinationsudvalg med repræsentanter fra kommunens lokalafdelinger. Koordinationsudvalget varetager bl.a. kontakten til de lokale myndigheder og til pressen. Hvis du har spørgsmål eller konkrete emner af almen interesse, du ønsker vi skal tage op, er du velkommen til at kontakte Jan Munk på tlf. 2991 2600.

## Motion

For borgere som ikke kan følge almindelige motionshold arrangerer vi stolegymnastik.

### Medborgerhuset i Ejby tirsdage kl. 9 – 10.

Leder: Inge Thorup tlf. 8161 8761

### Lokale i Bjæverskov tirsdage kl. 14 – 15.

Leder: Inga Søgaard tlf. 2235 9555

### Aktivitetshuset i Borup onsdage kl. 10 – 11.

Leder: Lis Nina Hansen tlf. 6160 4122



## Rollatortræf

**Ejby Medborgerhus, Gemsevej 19, Ejby**

**Hver onsdag kl. 14 til 14.30 (eller så længe vi kan gå).**

Alle er velkomne. Efter en lille gåtur drikker vi kaffen i Medborgerhuset.

Pris kr. 15.

Betaling for deltagelse foretages via MobilePay nr. 32434, eller som kontant betaling. Husk anfør altid hvem og hvad der betales for.

Kontaktpersoner:

Gurli Andreasen tlf. 2670 1123

Bente Højmark tlf. 5682 0226

Marianne Sørensen tlf. 6178 4062



## Senior Kino - Borup Kino

**Lindevej 3, 4140 Borup**

Senior Kino starter op i efteråret 2025 med følgende 4 film:

Tirsdag den 2. september 2025: Pigen med nålen

Tirsdag den 7. oktober 2025: Under stjernerne på himlen

Tirsdag den 4. november 2025: Kærlig hilsen Hilde

Tirsdag den 2. december 2025: Bridget Jones (vild med ham)



De fire film i foråret 2026 (1. tirsdag i februar, marts, april og maj) er endnu ikke fastlagt, men vil blive annonceret i vores nyhedsbrev og på hjemmesiden samt på Kinos nyhedsmail og Facebook side.

Alle film vises kl. 14. Dørene åbnes kl. 13. Der kan købes kaffe og kage for kr. 30.

Sæsonkort for alle 4 film med fast plads er kr. 240, billetpris i løssalg kr. 70. Billetterne skal afhentes senest 15 minutter før.

Kom til en hyggelig eftermiddag med andre omkring en film.

Ret til ændring forbeholdt.

Kontaktperson:

Jan Munk tlf. 2991 2600



## Søndagscafeen i Bjæverskov

**Afholdes søndage i lige uger kl. 13 - 15 i Sognegården,  
Ringstedvej 515, 4632 Bjæverskov**

Deltagerne i Søndagscafeerne medbringer selv madpakke og drikkevarer. Frivillige i Ældre Sagen tager imod og byder på en lille en samt kaffe/te og kage.



Pris kr. 30 pr. gang.

Betaling på mobilepay: 32434 eller kontant.

Kontaktperson:

Dorit Nielsen

tlf. 2743 9050.

## Søndagscafeen i Ejby

**Afholdes søndage i lige uger kl. 13 - 15 i Ejby Medborgerhus, Gemsevej 19, Ejby.**

Deltagere i Søndagscafeen medbringer selv madpakke, drikkevarer samt service. Frivillige i Ældre Sagen tager imod og byder på en lille en samt kaffe/te og kage.

Pris kr. 30 pr. gang.

Betaling på mobilepay: 32434 eller kontant.

Kontaktpersoner:

Gurli Andreasen

tlf. 2670 1123

Lea Jensen

tlf. 2074 6289.

## Telefonstjernen

Telefonstjernen er et tilbud om et dagligt tryghedsopkald mellem kl. 8 og kl. 9.

Telefonstjernen er gratis – også for ikke medlemmer.



Vil du tilmeldes så kontakt:

Susanne Christensen

tlf. 4052 2091.

Har du lyst til at blive ringer, kontakter du ligeledes leder af telefonstjernen.

## Har du lyst og tid til at blive frivillig i Ældre Sagen?

Som frivillig bliver du en del af et givende fællesskab med andre frivillige, og du får mulighed for at bruge din erfaring og kompetencer til at hjælpe andre.



Som du kan læse i programmet, er der mange forskellige områder at vælge imellem, f.eks. besøgsvenner, telefonstjernen, IT-support, praktisk hjælp mm. Det kan også være, at du har en speciel viden og erfaring på et område, som du måske kunne have lyst til at starte op som en ny aktivitet. Så taler vi om det, og hjælpes om at sætte det i gang. Du får også mulighed for gratis at deltage i Ældre Sagens kurser og temadage.

Du bestemmer selvfølgelig selv, hvilke opgaver du vil påtage dig, og hvor meget tid, du kan og vil bruge på det.

Så hvis din interesse er blevet vakt, er du velkommen til at kontakte Jan Munk på telefon 2991 2600 eller skrive til mail: [FM.skovbo.267@aeldresagen.dk](mailto:FM.skovbo.267@aeldresagen.dk)

### Vejledning og rådgivning

Ældre Sagen tilbyder vejledning og rådgivning indenfor følgende emner:

Pension, juridiske og sociale spørgsmål. Skat, arv og testamente. Boligspørgsmål. Forsikringsforhold. Økonomisk forhold.



### Her finder du Ældre Sagen:

Snorresgade 17 til 19  
2300 København. S

**Medlemsservice:** tlf. 3396 8689

Mandag, tirsdag, onsdag og fredag kl. 10-15 samt torsdag kl. 10-18.

**Rådgivning:** tlf. 7089 0081.

Mandag, tirsdag, onsdag og fredag kl. 10-14, torsdag kl. 14-18.

## BESTYRELSEN

|                                                                                    |                                |                     |                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------|------------------------------------------------|
|    | Formand<br>Ældrepolitik        | Jan Munk            | FM.Skovbo.267@aeldresagen.dk<br>tlf. 2991 2600 |
|    | Næstformand<br>Socialhumanitær | Irene Mikkelsen     | tlf. 5122 4312                                 |
|    | Bestyrelsesmedlem<br>Kasserer  | Arne Levinsen       | KS.Skovbo.267@aeldresagen.dk<br>tlf. 4272 3026 |
|    | Bestyrelsesmedlem<br>Sekretær  | Ulla Larsen         | tlf. 2447 6434                                 |
|   | Bestyrelsesmedlem              | Per Hermansen       | tlf. 2061 3014                                 |
|  | Bestyrelsesmedlem              | Susanne Christensen | tlf. 4052 2091                                 |
|  | Bestyrelsesmedlem              | Grete Lykke Hansen  | tlf. 3162 0049                                 |
|  | Suppleant                      | Evy Bol             | tlf. 6168 2863                                 |
|  | Suppleant                      | Inge Thorup         | tlf. 8161 8761                                 |