

Ældre @ Sagen



Informationer fra lokalkomiteén i Ølstykke

Nr. 28

17. årgang

August 2008



Medborgerhuset Toftehøjgård

Denne gang har redaktionen igen valgt et lokalt motiv, men ikke et helt tilfældigt sted.

Stedet er byens medborgerhus Toftehøjgård, og er hjemsted for et utal af vore medlemmers aktiviteter det meste af året.

Formanden har ordet

I dag er det den 16. juni, endelig er alle strejkerne slut.

Bedsteforældrene kan slutte deres pædagogarbejde.

Nogle af os venter på, at hospitalerne indkalder os, og plejehjemsbeboerne har sikkert fået deres bad.

I den seneste tid er benzinpriserne på himmelflugt.

Hvad sker der? FDM, skatterådet og diverse politikere foreslår, at det må der selvfølgelig kompenseres for.

Da nyheden om, at dagligvarer og andre fornødenheder ville betyde en ekstraudgift på flere tusind kroner årlig for Danmarks 870.000 pensionister, var der ingen ministre eller politikere, som råbte op om, at det måtte der selvfølgelig kompenseres for.

Eller råbte **vi** bare ikke højt nok?

Så er det blevet den 10. juli, og Egedal er i den grad kommet i medierne. Vor allestedsnærværende Jens Jørgen Nygård mener på byrådets vegne, at det er i orden, at vore plejehjemsbeboere skal betale 158 kr. pr. dag for mad – pr. md. 4.740 -, dertil kommer husleje, varme, vask rengøring m.m.

I alt godt 10.000,00 om måneden.

Kære medlemmer fortvivl ikke, flyt roligt på plejehjem, når den tid kommer, Nygård lover jer, at I ikke skal mangle SMØGER, CHOKOLADE eller UGEBLADE.

Kan man dog ønske sig mere?

Vi er i dag 2.107 medlemmer – vælgere – så lad os tænke os godt om til næste år, når vi igen går til valgurnerne.

Vi har også meget at glæde os over, f.eks. alle vore aktiviteter, nogle er i gang hele året, resten begynder igen til september.

Komiteen håber at I haft en rigtig dejlig sommer og ønsker jer en aktiv vintersæson.

AASE

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 fortsat STORT 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. 47 17 76 50 nu.

Sjællands vandring

Mandag den 9. juni mødtes 15 forventningsfulde mennesker på Ølstykke station. De skulle på vandretur tværs over Sjælland. Sikken en ide! Det var kun de 14 der skulle gå, den sidste skulle køre bagagebilen. Turen gik med bus og tog til Korsør. Og så begyndte vandreturen, dog kun få kilometer ud til vandrehjemmet.

Næste dag var det alvor. Vi fulgte skiltene til Slagelse. Undervejs spiste vi frokost ved den gamle vikingborg Trelleborg, der blev dog ikke tid til nærmere bekendtskab. Turen gik videre til Kongskilde. Det var en flot tur gennem store skove, her var det med at have øjnene åbne, for skiltningen var dårlig i skoven. Efter et hvil i Kongskilde skulle vi videre til Sorø Campingplads. Den tur blev længere end forventet. Så vi var lidt småtrætte, da vi ankom. Her skulle vi klare os selv, hvad angik mad. Turudvalget havde heldigvis fundet en rigtig god restaurant, Støvlet Katrine. Her indtog vi en dejlig middag og havde udsigt over Sorø sø.

Næste morgen var der travlhed, der skulle laves morgenmad, smøres madpakker og ryddes op inden dagens vandretur kunne starte. Nu skulle vi videre til Ringsted. Lige uden for Ringsted, satte vi os på en række store sten, nu var vi godt trætte. En begynder at fable om is og Hjem-is bil. Og tror det hvem der kan, klokken fra en is bil lyder og et øjeblik efter kommer Hjem-is bilen kørende. Den bliver omgående stoppet og en kasse is bliver købt. Så mangler vi kun de sidste 6 km til vandrehjemmet. Da vi ankom, var bentøjet færdige med at se godt ud. Men god mad og en gang udstrækning gør underværker.

Næste dag forlod vi Ringsted. Det blev en rigtig flot tur og spændende tur. Vi skulle følge en sti langs sø og marker, men den var helt tilgroet, så dem med lange bukser måtte gå forrest og trampe brændenælder ned, så vi andre kunne komme igennem. Stien gik på en smal skrænt, så det var med at holde fødder og øjne på stien, ellers kunne man få sig en rutschetur. Men sjovt var det. Vi skulle gennem en lille skov, men ak og ve vi gik forkert, og det udviklede sig til at blive en vandring med forhindringer. Vi kom ud af skoven, men hvor var vi, intet passede med kortet. Nogle ville den ene vej, andre den anden vej. Der kom en bil, den blev standset, men vedkommende var ikke til megen hjælp. Så gik vi efter anvisning, men ikke helt sikker på, at det var rigtigt. En ny bil blev standset, denne gang fik vi den rigtige retning, men vi havde gået en stor omvej.

Vi skulle igennem en til skov, men hvad var nu det, vores leder var væk! - Nå hun sad nok bare bag en brændestabel i et lille ærinde. Men nej, væk var hun. Heldigvis er mobilen opfundet, så den forsvundne leder blev bragt til veje igen. Da vi kom til Skjoldnæsholm, havde vi gået nok den dag. Vi undersøgte om der var mulighed for en bus, der kørte hen i nærheden af vores overnatning, som var en spejderhytte i skoven. Der ville være endnu 10 km at gå, og det orkede ingen på det tidspunkt.

Der kom en bus, men han skulle i modsat retning. Der var ingen bus i vores retning. Pludselig begyndte det at styrte ned og regntøjet kom på. Nu havde ingen lyst til at gå. Så råber buschaufføren: "Kom dog ind i bussen, hvad står i der i regnen for." Alle sprang ind i bussen. Vi spurgte chaufføren, hvornår han skulle køre. Når regnen holder op svarede han. Imens fik vi ringet efter taxaer og da regnen holdt op, sagde vi tak for busly. Bussen kørte og taxaen kom. Transportbilen plus en person var kørt i forvejen, så da vi kom til hytten, stod der en herlig middag på bordet.

Så kom sidste vandringsdag, som gik til Roskilde. Igen kom vi gennem flotte landskaber og gjorde holdt ved Ledreborg, hvor vi nød madpakken. Også her var der spændende ting at besøge, såsom Lejre Forsøgscenter, men vi skulle videre. Vi sluttede i Roskilde med en kop kaffe på en restaurant. Så tog vi bussen til Ølstykke station.

Alle ankom glade og trætte, måske ikke med helt så friske ben, som da vi startede, men humøret var stadig højt. Det var en rigtig god tur med mange små episoder, som gør det til en sjov tur at tænke tilbage på. Alle opfordrede Lillian til at lave en ny tur til næste år. Det er godt, at have noget at se frem til.

Men vi mangler det sidste stykke fra Roskilde til Kastrup. Vi er nogle stykker, som har planer om at gå det stykke på 2 dage i august. Men da skal vi selv bære bagagen.

*Vandrehilsen fra Hanne
En der var med for første gang.*

"Kom så - kom så - kom op på futterne"

Sådan begynder "Gå ud og gå en tur" af Kai Normann Andersen. Det er vi mange, der gør hver torsdag. Det er en fantastisk oplevelse at gå tur med 25 - 30 (ja, nogle gange flere) dejlige mennesker.

Den sidste torsdag i måneden tager vi væk fra lokalområdet, således også den 24. april, hvor turen gik til Bastrup Sø. Vejret var med os - og humøret var højt. Efter flere små drikkepauser holdt vi spisepause ved shelteret i nærheden af ruinen.



Efter sådan en hyggestund gik turen resten af vejen langs søen og gennem skoven til parkeringspladsen ved Lerbækhus. Undervejs så vi mange skønne anemoner, både hvide og blå, piletræerne blomstrede, blichøns og svaner i søen og en mand, der fiskede fra en jolle, og tro mig han fik bid. En enkelt, men meget køn Gulbug fik vi øje på i et træ. Jo, der er dejligt i vores lille land.

Skulle dette vække din appetit på en god travetur om torsdagen (hele året rundt) så mød op kl. 10.00 i lige uger ved Rema 1000 i Stationsbyen og ulige uger ved Super Brugsen i Gl. Ølstykke.

Ses vi?

Hilsen Eva Bay



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

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

Foredrag om Demens

**Fredag den 16.januar 2009
kl. 14.00 i Ølstykke Bibliotek**

Demens er en folkesygdom der rammer stadig flere. Mellem 70 og 80.000 danskere er i dag ramt af det der også kaldes de pårørendes sygdom.

Hvor langt er forskningen nået i de over 100 sygdomstilfælde der fører til demens.

Hvordan er det at leve som pårørende til en dement partner. Hvordan takler man de krav omverdenen stiller. Disse spørgsmål og flere andre tager sygeplejerske og lærer Margit Søe op i sit foredrag d.16.januar. Margit Søe har selv haft den krævende rolle som partner til en demensramt, og vil ud fra personlige erfaringer give gode råd videre til evt. tilstedeværende pårørende.

Denne gang er der ingen tilmelding og arrangementet, der inkluderer kaffe m/brød er gratis

Ændringer i bladets faste punkter

Vi har, som følge af endnu flere aktivitetstilbud, måttet ændre placering og udseende af vores aktivitetskalender og oversigt over aktivitetsansvarlige. Disse oplysninger er nu flyttet til midtersiderne.

Hvis I ikke gemmer bladet indtil næste udgivelse, kan vi anbefale, at gemme de 2 midtersider, så har I en samlet oversigt over aktiviteter/aktivitetsdatoer og kontaktpersoner.

Vi modtager gerne bemærkninger og gode ideer, der kan gøre vort blad endnu bedre.

Redaktionen



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

Lokalkomitén for Ældre Sagen i Ølstykke



Formand

Aase Moestrup
Dr.Margrethesvej 106
47 10 13 01 jenaas@os.dk



Næstformand
Sekretær

Ole Koefoed
Dr.Ingridsvej 28
39 62 43 92 okoefoed@gmail.com



Arrangementer
Tryghedsopkald

Niels Herløw
Dr.Ingridsvej 32
48 70 52 94 ingrid32@privat.dk



IT-kontakt
IT-undervisning
Bladredaktion

Svend T. Jensen
Kildegårdsvej 11
20 67 96 17 stj@post1.dknet.dk



Kasserer

Jarmund Jørgensen
Trelleborgvej 12
47 17 92 04 jarmund@webspeed.dk



Social-humanitære

Inge Hjort
Andantevej 5
47 17 76 50 ihhn@nypost.dk



Ældrepolitik

Mona Philipsen
Bragesvej 15
47 17 08 86 mona@philipsen.dk



Suppleant
Arrangementer

Birthe Christiansen
Jadevej 19
47 10 01 55 bic@paradis.dk



Suppleant
Bladredaktion

Erik Jørgensen
Volvevej 3
47 17 99 81 erikjoerg@oel.intercitynet.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
Tirsdag/onsdag	Kl. 10.00-12.30	IT-undervisning begyndere	"Grotten" Stengårdsskolen	v/Svend T. Jensen Tlf. 20 67 96 17
1. tirsdag i måneden	Kl. 10.00-12.00	Litteraturkreds	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/Grethe Holmberg Tlf. 47 17 55 07
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 el. Inge Hjort Tlf. 30279617 hhv. 47177650
Onsdag i lige uger	Kl. 11.00	Cykelture	Stationspladsen Ølstykke	Janne, Hanne, Jarmund el. Jens (se tlf. i bladet)
Onsdage se datoer i augus blad	Kl. 13.00	Oplevelser i natur	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/Birgit Friis Mikkelsen Tlf. 48 10 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 (lige uger) el. Stationstorvet (ulige)	v/Lillian Sørensen Tlf. 47 17 76 71
Torsdag	Kl. 10.00	Traveture, korte	Bryggertorvet (lige uger) el. Stationstorvet (ulige)	v/Eva Bay Tlf. 47 16 19 60
Torsdage, se datoer i august blad	Kl. 19.00-21.00	Sangaftener	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/Kirsten & Villy Orbe Tlf. 47 17 40 59
Torsdag	Kl. 12.30-17.00	Bridge	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/G. & L. Marcussen Tlf. 47 10 04 11
4-6 gange årligt. Til- meld infoliste	Kl. 8.00-15.00 el. 9.00-16.00	Lystfiskeri	Helsingør	v/Rudi Westergaard Tlf. 58 10 06 42

Kontaktpersoner andre aktiviteter

Arrangementer, rejser m.v	Telefontider: ons- dage 10-12 el. tors- dage 16-18	Birthe Christiansen & Ni- els 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

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 har nu omkring 50 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

Brugere af Medborgerhuset Toftevej

Parker venligst ved biblioteket, rådhuset eller Gl. Roskildevej, ikke på P-pladserne i Søhøj Park.

SIDSTE UDKALD: Rumænien 16.-23. August 2008

Der er stadig få ledige pladser på vor fly-rejse til Transsylvanien i Rumænien.

Ring til Niels Herløw tlf. 48 70 52 94 og hør nærmere.

Deadline for indlæg til næste blad er:

1. december 2008

Besøg i DR-Byen

Lørdag d. 13. september

kl. 13.00.

På vor ekstra besøgs tur til DR-Byen ovennævnte dato har vi 10 restpladser, der herved udbydes. Ring til Niels Herløw tlf. 48 70 52 94 på onsdage mellem 10.00 og 12.00 eller torsdage mellem 16.00 og 18.00 fra og med 20. august til og med 4. september. Pris pr. person kr. 50,-, der indbetales på vor Arrangementskonto 3433-3433302060 i Danske Bank mrk. DR-Byen, samt navnet på den, der har tilmeldt sig.

Besøg i Operaen

Fredag d. 10. oktober

kl. 16.30

Sted: Operaens Forhal
For jer i Ældre Sagen, der ikke nåede at få plads på vore tidligere ture til Operaen, er chancen der igen med 3. die besøg på vores flotte nationale kultursted på Holmen, der i dag bl.a. huser én af verdens mest avancerede scener og mere til! Tilmeld dig/ jer på tlf. 48 70 52 94 eller tlf. 47 10 01 55 på onsdage mellem 10.00 og 12.00, samt torsdage mellem 16.00 og 18.00, fra og med d. 17. september, til og med d. 2. oktober. Beløbet på kr. 80,- pr. person indbetales på vor Arrangementskonto 3433-3433302060 i Danske Bank senest 6. oktober med sam-

me navn som den, der har tilmeldt sig samt mrk.: Operaen. Transport: S-tog til Vesterport St. Derefter bus linje 66, der kører til Operaen.

Vildmarks Show

Fredag d. 17. oktober

kl. 14.00

Sted: Ølstykke Biblioteks Foredragssal, Østergade 1, Ølstykke
Kom og oplev et fantastisk billedshow med skøn musik og naturens egne lyde. Søren Ervig er nu efter 42 år i udlandet vendt tilbage til sit gamle fædreland, hvor han med stor succes præsenterer sine imponerende vildmarks-shows på kæmpelærred. Søren Ervig har udgivet flere bøger og er kendt fra flere udsendelser i Radio og TV. Entre kr. 30,- der inkluderer kaffe, betales ved indgangen. Tilmelding ikke nødvendig. Glæd dig til en stor eftermiddag i Ældre Sagen.

Gule ærter & æbleskiver

Fredag d. 14. november

kl. 18.30

Sted: Græstedgård i Ølstykke
Vor fortsat eftertragtede 'event' Gule Ærter løber atter i år over tærskelen i selskab med gode venner, og måske ikke mindst lige så gode mad. Musikken har vi denne gang trygt overladt til meget efterspurgte, særdeles værdsatte Troels-Jørgensen-Selskabs-Musik fra

Jyllinge, der med sikker sans for rette toner til rette tid, vil gøre det ekstra interessant at deltage denne aften. Pris også i år: kr. 90,- pr. person.

Tilmelding på onsdage mellem 10.00 og 12.00 og torsdage mellem 16.00 og 18.00 på tlf. 48 70 52 94 eller tlf. 47 10 01 55 fra og med d. 15. oktober til og med d. 6. november. Beløbet indbetales på vor Arrangementskonto: 3433-3433302060 i Danske Bank senest d. 7. november med navnet på den, der har tilmeldt sig samt mrk.: Gule Ærter. Dørene åbnes kl. 18.15. På festligt Gensyn!

Lystfiskeri

4. november. Sted: Øresund.
Tilmelding senest 1. oktober. Begrænset antal pladser.
Hør nærmere hos:
Rudi Westergaard, 58 10 06 42 eller John Toft, 21 60 09 06.

IT-kursus for nybegyndere

Tirsdage og onsdage kl. 10-12.30.
Sted: Stengårdsskolen, "Grotten".
Efterårets kurser er fuldt besat. Der noteres på venteliste til forårets kurser.
Henvendelse til:
Svend T. Jensen, 20 67 96 17.

IT-stuen

Torsdage kl. 10-12.
4. september-27. november.
Sted: Stengårdsskolen "Grotten".
Hjælp til PC og programmer.
It-hjælp. Ingen tilmelding.
Pris: 10 kr. inkl. kaffe.
Hør nærmere:
Svend T. Jensen, 20 67 96 17.

Madlavning og samvær

1. torsdag i måneden kl. 16.30-20 i skolekøkkenet på Toftehøjskolen. I alt 9 gange med første gang den 4/9/2008 til og med 7/5/2009. Vi aftaler næste måneds emne og indkøb.
Er du interesseret så:
kontakt Birgitte Friis-Mikkelsen
48 18 03 02 / 26 24 82 18.
Mail: bibi.friis@webspeed.dk

Bridge

Tid: Torsdage 12.30-17.00
Sted: Toftehøjgård
Så er det tid for start på 6. sæson af bridge. Vi spiller i perioden oktober til marts.
Henvendelse til:
Grethe og Leif Marcussen,
tlf. 47 10 04 11

Oplevelser, lege og samvær i naturen

Efter sommerferien fortsætter vi på onsdagene 27/8, 24/9, 22/10 og 19/11 (afslutning 2008). Tilmelding eller optagelse på venteliste til Ester, tlf. 47 17 80 77 eller Jens, tlf. 47 10 13 01.

Oplevelser og motion på cykel

Denne nye aktivitet er kommet godt fra start.

Vi er hver gang et sted mellem 10 og godt 20 cykelglade lidt ældre mennesker, der giver sig selv nogle gode oplevelser, god motion og dejlige naturoplevelser. Hertil et behageligt socialt samvær.

Cykelturene udgår fra parkeringspladsen bag bageren i Ølstykke Stationsby onsdage i lige uger med start kl. 11.00.

Vi cykler hver gang et sted mellem godt 20 og ca. 40 km. i et behageligt tempo og med mange indlagte pauser. Den medbragte mad indtages på et velvalgt naturskønt sted.

Aktiviteten fortsætter til udgangen

af oktober, hvilket vil sige, at sidste tur inden vinterpausen er onsdag den 29. oktober. Turene starter igen i begyndelsen af april 09. Nærmere herom i næste nummer. Janne (47 17 60 04), Hanne (47 17 73 93), Jarmund (47 17 92 04) og Jens (47 10 13 01).

Ældreidræt Stræk og Bøj

Ældreidræt i Ølstykkehallen hver mandag kl. 10.00 – kl. 12.00

Vi starter 10. sæson mandag den 1. september 2008.

Vi mødes hver mandag formiddag for at hygge os med gymnastik, og fra kl. 11.00 til 12.00 tillige med badminton, kegler, håndbold, hockey samt andre boldspil, og som en ny aktivitet vil der være massage med små bolde for max. 10 deltagere pr. gang. På grund af pladsmangel vil denne aktivitet foregå hver 14. dag skiftende med softtennis. Uden for hallen er der mulighed for en rask løbetur på kondistien, og vores instruktør i stavgang står til rådighed fra kl. 11.00.

Da det er vores 10. års jubilæums sæson, vi går ind i, har vi planer om at markere dette ved et jubilæ-

umsarrangement i Hallen den 02.02.09, så sæt kryds i kalenderen. Nærmere om dette arrangement senere.

Vores motto er, at det er bedre at forebygge end at helbrede. Nøgleordene for vores aktiviteter er vedligeholdelse af kroppen, leg, munterhed og socialt samvær.

Det drejer sig ikke om konkurrence, men om at få rørt alle muskler – også lattermusklerne. Alle kan være med, vi prøver at indordne aktiviteterne efter din formåen, og du finder selv ud af, hvor dine grænser går..

Kontingent: kr. 100,- for hele sæsonen – september/april incl.

Ingen tilmelding, bare mød op, men har du spørgsmål så ring til Lillian Sørensen, tlf. 47 17 76 71

Traveture

Hver torsdag kl. 10.00.

Vi holder os stadig i form. Vi traver hver torsdag året rundt, (undtagen når torsdag er en helligdag) henholdsvis fra Ølstykke station (v/P-plads bag REMA) i lige uger og fra Bryggertorvet i Gl. Ølstykke i ulige uger.

Sidste torsdag i måneden tager vi væk fra Ølstykke og tager madpakken med. Så husk enten bilen (samkørsel – vi betaler chaufføren) eller klippekort.

Vi har stadig den glæde at kunne tilbyde 2 ture, én hvor vi går ca. 10 km. i rask tempo og én, hvor vi går ca. 5 km. i et langsommere tempo, men med samme startsted og klokkeslæt.

Ingen tilmelding, bare mød op.

Lange ture: Lillian Sørensen, tlf. 47 17 76 71

Korte ture: Eva Bay, tlf. 47 16 19 60

Bowling

Hver tirsdag kl. 12, 13 eller 14 i Bowling hos Center Bowl i Stenløse

Sæsonen starter tirsdag den 7. oktober 2008 og slutter tirsdag den 31. marts 2009.

Pris pr. måned - som betales månedsvis forud - ca. kr. 95,-.

Kaffe/Te betaler man selv. Pris kr. 5,-kr. pr. kop. Skolejen - som betales ved udleveringen af sko - er 5,- kr. pr. deltager pr. gang.

Der er pt. venteliste.

Der bowles ikke tirsdag den 23. december 2008.

Til orientering: Center Bowl har lukket hver mandag.

Resultater fra sæsonen

2007 - 2008:

Højeste scorede enkelt serie:

damer: Inga Møller 181

herrer: Gert Frederiksen 219

Højeste samlede score:

damer: Jytte Holm 2390

herrer: Gert Frederiksen 2854

Spørgsmål til: Lis & Frank Brandenburg, tlf. 47 17 73 31.

Petangue

Tirsdage og torsdage kl. 13.00-15.00.

Mød op med godt humør. Hvis vejret tillader det spiller vi året rundt.

Spillereglerne er lette, så alle kan være med.

Vi har det sjovt og hygger os med den medbragte kaffe.

Du skal selv medbringe kugler.

Sted: Græstedgårds have.

Spørgsmål til:

Henning Simonsen, 47 33 49 69.

Stavgang

Tid: onsdage 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, 47 33 49 69

Sangafterner

Der er sangaftern på følgende datoer:

Den 14/8 - 11/9 - 9/10 - 6/11 - 4/12 - 2008

Den 29/1 - 26/2 - 26/3 - 23/4 - 28/5 - 2009.

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

Kirsten Orbe, 47 17 40 59 eller orbekirsten@yahoo.dk

Whist

Nyt tidspunkt:

Mandage kl. 18.30-21.30.

Sted: Toftehøjskolen, Ølstykke.

Hør nærmere hos:

Amy Christensen, 47 17 70 09.

Strikning/hygge

3. onsdag i måneden 13-16.

Sted: Toftehøjgård, Ølstykke.

Vi starter 17. september.

Der er fortsat enkelte ledige pladser

Tilmelding til:

Inge Hjort, 47 17 76 50 eller

Ulla H. Jensen, 30 27 96 17.

Modtager:

En forårsdag 2008

Mandag den 21. april, havde vi besøg af Volmer Sørensens søn Stefan Fønss

Og hvilken eftermiddag i Ølstykke Bibliotek! I ord og billeder genfortalte Stefan om sin store far og dennes meriter fra 1950'erne, og frem til sin død som 68-årig i 1982.

Volmer Sørensen der begyndte som koncertpianist, men grundet andre talenter som tekstforfatter, oversætter, revydirektør og arrangør af utallige radio- & og TV-shows, og m.m., blev én af de store kendte.

Vi fik også kigget lidt ind af de private sprækker, og her var der adskilligt 'Gefundenes-Fressen' lige til servering for den altid tørstige boulevard-presse.

En herlig eftermiddag med ivrig og humørfyldt respons fra salen, der bidrog til en atmosfære af dem man husker.

Mange flere burde være kommet forbi og have nydt disse særdeles velserverede godbidder om en stor mands fordums formåen.

Niels Herløw

Super
Brugsen

LOTTO

TIPS

Danske spil

Bryggertorvet

Gl. Ølstykke - Tlf. 47 18 88 00

Begren. åbningstider:

Mandag-torsdag 8.00-19.00

Freitag 8.00-20.00

Lørdag 8.00-17.00

Søndag 10.00-16.00

Buikkens åbningstider:

Mandag-søndag 9.00-19.00

Freitag 9.00-20.00

Lørdag 8.00-17.00

Søndag 10.00-16.00