

Ældre @ Sagen

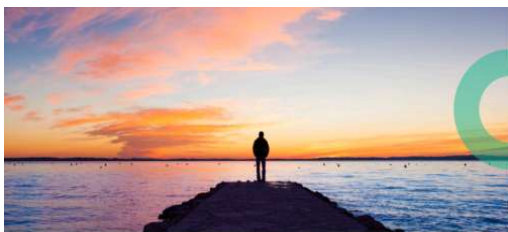
Hobro

38. årgang

1. halvår 2025



Ældre Sagens tur til "Randers – rundt i historien" gik bl.a. forbi Østervold med Den Jydske Hingst udført af billedhuggeren Helen Schou og rejst i 1969



Sparekassen
DANMARK

INDHOLDSFORTEGNELSE

Side

Formandens meddelelser	3
Kontorfrivillige og Den hjælpende hånd	4
Gråspurvvene - et mødested for ”piger” - De Gæve Mænd - et mødested for ”mænd”	5
Besøg på ”det nye” Hobro Idrætscenter	6
Øjet og øjensygdomme	6
Søndagscafé med filmen Rom	7
Velfærdsteknologi	8
Årsmødet i Ældre Sagen Hobro	9
Undervisning i faldforebyggelse	9
Danmark Spiser Sammen	10
Lørdagscafé med underholdning af Stig Nørregaard	11
Fremtidens kollektive trafik	11
Vores Fjord	12
Hjørring Revyen	13
Bustur til Østrig	14
Social humanitære tilbud	15-16
Løbende aktiviteter: Ugentlig Ældre Walk	17
Løbende aktiviteter: IT-hjælpen i Medborgerhuset	17
Løbende aktiviteter: Slægtsforskning, krolf, bowling og motion for ældre 65+	18-19
Lokalbestyrelsen, kontoradresse, tlf., hjemmeside og mail/vedr. arrangementer	20

Redaktion og opsætning af bladet: Gunnar L. Hansen

Trykning af bladet i 2.800 eksemplarer: Hobro Lyntryk



www.olesens-busser.dk

Tlf. 98371150

info@olesens-busser.dk

**Transport af
4 til 76 personer**



- Turistkørsel ind- og udland
- Skole- og Taxikørsel
- Liftbuskørsel

Ring og få et tilbud!

Kære medlemmer

Det er med glæde Ældre Sagen Hobro igen fremsender et lokalt blad med orientering om de mange aktiviteter og arrangementer, der tilbydes i det kommende forårs-halvår.



Henning Laursen

Ældre Sagen Hobro har over 3.000 medlemmer, og er dermed en stor lokal afdeling af Ældre Sagen. Vi har kontor i Medborgerhuset i Hobro - se adresse og åbningstider på bladets bagside.

Årsmødet i lokalafdelingen Ældre Sagen Hobro afholdes den 5. marts. Et af punkterne er valg til lokalbestyrelsen. Der er seks personer på valg og tre af dem genopstiller ikke, så der skal vælges mindst tre nye til bestyrelse og suppleanter. Har det

din interesse at blive medlem af lokalbestyrelsen, så henvend dig bare til formanden – se bladets bagside.

I Mariagerfjord Kommune har Ældre Sagen fire lokalafdelinger i Mariager, Hadsund, Arden og Hobro. Disse fire lokalafdelinger har et koordinationsudvalg, KOU, som varetager Ældre Sagens ældrepolitiske interesser i Mariagerfjord Kommune.

Der har været stor interesse for Ældre Sagen Hobros arrangementer her i efteråret med udsolgte billetter til vore arrangementer, så en del desværre måtte ”gå forgæves”.

”De Gæve Mænd” – der er et mødested for mænd, er kommet godt fra en spæd start i foråret og til der nu er over 90 deltagere - se mere side 5.

Vores social humanitære afdeling har en bred vifte af tilbud, men især er besøgstjenesten meget efterspurgt, og vi har desværre ikke kunnet opfylde alle ønsker. Heldigvis er der i slutning af året kommet flere frivillige besøgsvenner. Vågetjenesten, som dækker hele Mariagerfjord Kommune, kommer på vores plejecentre, private boliger, sygehus, bosteder mm. Vores demens cafe ”Cafe fri” er efterspurgt og brugerne udtrykker stor glæde ved tilbuddet. Sorg og livsmodsgruppen har afsluttet et meget positivt forløb. Se mere side 15-16.

Vi er i Ældre Sagen de frivillige meget taknemmelige for den store indsats, de gør, med at hjælpe andre medborgere.

Vi vil fra bestyrelsens side ønske alle en glædelig jul og et godt nytår.

Henning Laursen / Formand



Få et tilbud på nordjyske kvalitetsforsikringer.
Vi garanterer et smertefrit forsikringskifte,
og klarer alt papirarbejdet - ring 96 98 18 00.



Trustpilot



himmerland
 forsikring

Kontorfrivillige

Ældre Sagen Hobro har kontor i Medborgerhuset, Skibsgade 28, Hobro.

Der er 6 frivillige kontorpiger, som på skift arbejder på kontoret.

Kontorets frivilligleder er Birthe Hofmann.

Kontoret er åbent mandag og torsdag kl. 10.00 - 12.00.

Sidste åbningsdag inden jul er torsdag den 19. december 2024, og åbner igen mandag den 6. januar 2025.

Sidste åbningsdag inden sommerferien er den 26. juni 2025.

Ferielukning: Følger normalt skolernes ferier.



*Stående fra venstre: Lisbeth Jacobsen, Birthe Hofmann og Jette Bjørnsgård Jensen
Siddende fra venstre: Inga Kjærsgaard, Birthe Kornum Pedersen og Dorte Bang*

Den hjælpende hånd

Ældre Sagen tilbyder praktisk hjælp til småopgaver i hjemmet hos alle medlemmer, for eksempel at skifte en pære, hænge et gardin eller billede op, slå et søm i, skifte batterier eller andre små reparationer. Tilbuddet gælder mindre opgaver til højst en time.

Kontakt Ældre Sagens kontor tlf. 23 46 46 44 eller Søren Kristensen direkte tlf. 22 13 56 24.



Statsaut. Fodterapeuter Sanne Tina Jeanette Annika Malene	KLINIK <i>for</i> FODTERAPI Telefon 9657 0666	
---	---	--

Gråspurvvene - et mødested for "piger"

Piger, der gerne vil deltage i kulturelle aktiviteter og i socialt samvær med andre "piger" - tilhørssted Medborgerhuset.

Kontorets frivillige er nu i gang med at planlægge halvårets aktiviteter.

Der tilbydes fem årlige arrangementer.

Det kan være foredrag, naturoplevelser, sang og musik m.m.

Du er altid velkommen til at kontakte kontoret for yderligere oplysninger.

Til hvert arrangement vil der blive udsendt indbydelse til medlemmerne vedr. mødested, pris og tidspunkt.

Aktivitetsleder Birthe Hofmann



De Gæve Mænd - et mødested for "mænd"

Det er et sted hvor "mænd" mødes, der gerne vil deltage i forskellige aktiviteter og socialt samvær med andre mænd.

Det er Biecentret Mariagerfjord og Ældre Sagen Hobro, der har indledt et samarbejde om dette.

Vi "holder til" i lokalet over cafeen i Biecentret, og mødes der hver tirsdag mellem kl. 13.00 og 15.00.

Der er ikke tilmelding, mød bare op til en god snak m.m.



Der bliver fremover lavet nye aktiviteter og invitationer bliver sendt ud via mail til deltagerne vedr. mødested, pris og tidspunkt. Du er altid velkommen til at kontakte kontoret, se åbningstider på bagsiden af bladet.

Aktivitetsleder Erling Lynge Møller tlf. 61 37 77 80.

Vi kan være mange flere Gæve Mænd, så tilmeld dig bare i Ældre Sagen Hobro. Se bagsiden af bladet.

expert
HOBRO



TV - LYD - MOBIL - PC/MAC - INTERNET - ABONNEMENTER - SERVICEAFTALER - MONTERING

Besøg på ”det nye” Hobro Idrætscenter

Onsdag 15. januar kl. 14.00 ved Hobro Idrætscenter, Amerikavej 22, Hobro

Vi får en guidet rundvisning af centerchef Johnny Wulff Andersen, som fortæller om den meget omfattende renovering Idrætscentret netop har gennemgået for 45 mio.kr.

Hobro Idrætscenter er blevet et moderne idræts- og kulturhus, som dækker over svømmehal, idrætshaller, motionscenter og mange lokaler, der er velegnede til møder og konferencer, og hvor cafeen kan levere forplejning i form af lækre menuer.



Centerchef Johnny Wulff Andersen i et ny-renoveret lokale

Max 50 deltagere.

Pris 50 kr. for medlemmer.

Tovholder Gunnar Greve.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 12/12 kl. 10 og senest 9/1 kl. 12.

Øjet og øjensygdomme

En øjensygdom er en **infektion, inflammation, sygdom eller tilstand, der rammer dele af- eller hele øjet**. Strukturer omkring øjet – som f.eks. øjenlåg – kan også være udgangspunktet for en øjensygdom. Mange øjensygdomme har i de begyndende stadier ingen eller få symptomer.

Ældre Sagen Hobro og Øjenforeningen inviterer til foredrag om, hvad der kan gøres for at bevare synet.

Øjenlæger fortæller og svarer på spørgsmål om de mest almindelige øjensygdomme og deres udbredelse.

Informationsmøde

Når synet svigter

Vi arbejder på at få en øjenlæge med til et møde i Hobro. Når det lykkes, vil tid og sted samt pris for deltagelse, blive meddelt i en annonce i ugepressen og ved nyhedsbrev samt ved henvendelse til Ældre Sagens kontor i Hobro.

- Se bladets bagside

Søndagscafé med filmen Rom

Søndag 2. februar kl. 13.00 i Filmteatret, Hobro

Turen går til Rom i denne romantiske feelgood-film om kærligheden på den lange bane.

Gerda (Bodil Jørgensen) og Kristoffer (Kristian Halken) er taget på en forlænget weekendtur til Rom for at fejre deres 40-års bryllupsdag.

De skal genopleve byen, hvor Gerda gik på kunsthøjskole, da hun var ung. Men turen går ikke helt som forventet. Da parret møder Gerdas karismatiske kunsthøjskolelærer og tidligere flamme, Johannes (Rolf Lassgård), havner Kristoffer på sidelinjen, mens Gerda jagter sin ungdom i Roms gader og stræder.

”Bodil Jørgensen er vidunderlig så skøn og livskraftig, at man helt får åndenød” Christian Monggaard, Dagbladet Information.

Efter filmen er der kaffebord i Biecentret.

Pris for medlemmer 130 kr. og ikke medlemmer 180 kr.

Tovholder Jette N. Jensen.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 6/1 kl. 10 og senest 27/1 kl. 12.



ERINDRINGSBØGER I SMÅ OPLAG

Har du skrevet dine erindringer og gerne vil have dem trykt med billeder - så står vi klar til at hjælpe dig med lay-out, opsætning og tryk. Du er velkommen til at kontakte os på tlf. 98 52 46 46 eller kigge ud til:

HOBRO LYNTRYK

www.hobrolyntryk.dk

Sjællandsvej 15 B · 9500 Hobro · Tlf. 98 52 46 46

Officiel samarbejdspartner med Ældre Sagen

Spar op til 10.000 kr. på dit boligsalg



Søren Jensen

**Ring og hør nærmere
Tlf: 98 52 55 11**

Velfærdsteknologi

Onsdag 19. februar kl. 14.00 i Medborgerhuset, Skibsgade 28, Hobro

Velfærdsteknologi spænder fra tekniske hjælpemidler f.eks. loftlifte, digitaliserede senge og tryghedsskabende velfærdsteknologi, som kan være overvågning med kropsbåret GPS.

Projektleder for Ældre Sagen Jesper Holst vil gøre os klogere på brugen af velfærdsteknologi.

Overordnet er velfærdsteknologi hjælpemidler, som kan sikre, at brugeren har de bedste muligheder for at leve et liv på lige fod med andre.

Herudover kan velfærdsteknologi være arbejdsredskaber, som understøtter pleje- og omsorgspersonalet i at yde pleje, omsorg og behandling.

Ældre Sagen mener, at brugeren skal sættes først ved brug af velfærdsteknologi. – Velfærdsteknologi må ikke betyde tab af menneskelig kontakt – og brugeren skal sikres med egne data.

Max 70 deltagere.

Pris inkl. kaffe/the og kage 50 kr. for medlemmer – ikke medlemmer 100 kr.

Tovholder Dorte Bang og Tove Thulstrup Pedersen.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 27/1 kl. 10 og senest 6/2 kl. 12.



Robotstøvsuger



- og varme hænder



Jesper Holst, projektleder

AC ANDERS CHRISTIANSEN
DØSTRUP VOGNMANDSFORRETNING ApS
VOGNMANDSKØRSEL - BLOKVOGNSKØRSEL
SALG OG LEVERING AF SAND OG GRUS

AA[®] Høj kreditværdighed © Bisnode 2020	Døstrupvej 77, Døstrup 9500 Hobro Telefon 98557143 Mail: dvf@doestrup-vmf.dk www.doestrup-vmf.dk CVR. 87393712
---	--

Årsmøde

Onsdag 5. marts kl. 19.00 i Hobro Idrætscenter, Amerikavej 22, Hobro

Dagsorden iflg. vedtægterne.

Forslag skal være formanden i hænde senest 14 dage før årsmødet.

Medlemsskab skal forevises ved indgangen.



Efter årsmødet og kaffen vil **Bies Rytme** komme og underholde med sange indenfor den rytmiske genre.

Ældre Sagen Hobro er vært ved kaffe/the + en rullepølse - og en ostemad. Øl og vand kan købes.

Alle medlemmer har adgang til årsmødet, men af hensyn til traktementet, vil vi gerne have en forhånds tilmelding på hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 3/2 kl. 10 og senest 27/2 kl. 12.

Undervisning i faldforebyggelse

Har du været faldet for nylig?
Eller er du bange for at falde?
Så er dette arrangement lige noget for dig.

På 2 timer vil en af kommunens fysioterapeuter gøre dig klogere på, hvad du selv kan gøre for at undgå at falde. Du vil blive introduceret til balancetræning og andre træningsformer, som kan mindske din

risiko for at falde. Du kan lære, hvordan du kommer op fra gulvet og blive inspireret til, hvilke andre personer, du kan tale med, for at forebygge, at du falder.



Arrangementet afholdes på Hobro Alderdomshjem. Du kan tilmelde dig en af følgende dage 4/3 og 18/3 fra kl. 14-16 samt 19/3 og 26/3 fra kl. 9.30 –11.30.

Pris inkl. kaffe/the og brød medlemmer 50 kr. – ikke medlemmer 100 kr.

Max antal deltagere 12.

Tovholder Jette N. Jensen

Tilmelding kan ”**kun**” ske til Ældre Sagens kontor fra 30/1 kl. 10 og senest 24/2 kl. 12.

Danmark spiser sammen

Onsdag 9. april kl. 12.00 – 16.15 i Medborgerhuset, Skibsgade 28, Hobro

Har du lyst til nærvær og god mad?

KOM OG VÆR MED!

Vi serverer hovedret og dessert med kaffe/the.

Fællesskab om hyggelig musik og fællessang.

Eftermiddagen sluttes af med bankospil.

Samværet om maden giver anledning til samtale og mulighed for nye bekendtskaber.



Fra Danmark spiser sammen i Medborgerhuset april 2024

Tovholder Karl Jørgen Ingversen.

Max 90 deltagere.

Pris 150 kr. inkl. et glas vin eller en øl/vand.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 10/3 kl.10 og senest 27/3 kl.12

PALSGAARD | MØGELVANG | JOHANNSEN

advokater

Adelgade 1, 9500 Hobro

Tlf.: 70 26 27 00

www.pmjlaw.dk



**48
TIMERS
REPARATIONSGARANTI***

*Såfremt vi har reservedelen på lager er din pc klar inden for 48 timer.

**Gratis PC- Mac og
telefontjek**

Jernbanegade 2
9500 Hobro
Tlf. 3314 9440

 **LABTECH DATA**
- Danmarks bedste IT-Service
Læs mere her: www.labtech.dk

Lørdagscafé med underholdning af Stig Nørregaard

Lørdag 26. april kl. 14-16 i Medborgerhuset, Skibsgade 28, Hobro

Stig Nørregaard er konservatorie-uddannet musiker og pianist. Han tager på 15. år rundt og underholder med 3 programmer fra revyens verden.

I Osvalds viseunivers, Revyens mestre og Stig på revyen.

Valget er faldet på

Stig på revyen.

Han fortæller om den danske revy, som startede i 1849, og som stadig lever den dag i dag. Han slår tonen an til fællessang, foredrag og klaverspil, alt sammen krydret med anekdoter og lidt vise-quiz fra tangenterne. Han fortsætter hen over Matadortemaet og møder Kurt Ravn, Poul Reichhardt og Ove Sprogø. Andre kendte navne som Ib Schønberg, PH og Jørgen Ryg vil også kigge forbi – og selvfølgelig også Osvald Hel-muth.



Stig Nørregaard optræder her som forskellige personer

Pris inkl. kaffe/the og kage 100 kr. – ikke medlemmer 150 kr.

Max 70 deltagere. Tovholder Tove Thulstrup Pedersen.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 3/4 kl.10 og senest 14/4 kl.12.

Fremtidens kollektive trafik

Onsdag 7. maj kl. 14.00 – 16.00 i Medbo

Nordjyllands Trafikselskab kommer og viser, hvordan man bestiller og bruger billetter og rejsekort – både fysisk og digital – og at bruge rejseplanen til at finde rejser med den kollektive trafik i hele Danmark.

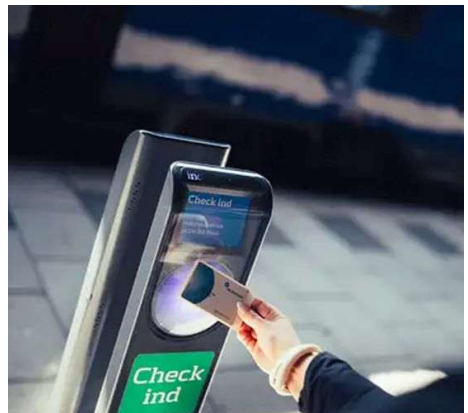
De viser også, hvordan man finder køreplaner og forklarer, hvad der er Flextur og Plustur, og hvordan de fungerer.

Pris inkl. kaffe/the og brød 50 kr.

- ikke medlemmer 100 kr.

Max 75 deltagere. Tovholder Henning Laursen.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 7/4 kl. 10 og senest 21/4 kl.12.



Vores Fjord

Torsdag 22. maj kl. 12.30 fra Busterminalen i Hobro

Det oser af historie og dejlig natur, når vi kører rundt om Danmarks smukkeste Fjord. Vi møder spændende personligheder og hører egnens historie på udvalgte stop undervejs.

På turen er Egon Kristensen med som guide.

Fra Hobro kører vi til Mariager og stopper ved Kirken og hører om Den Hellige Birgitte og Stygge Krumpen og ser et par historiske gravsteder. Vi fortsætter til Cementen, hvor der er mulighed for en kort gåtur. Chr. D. 4. var meget glad for dette område.

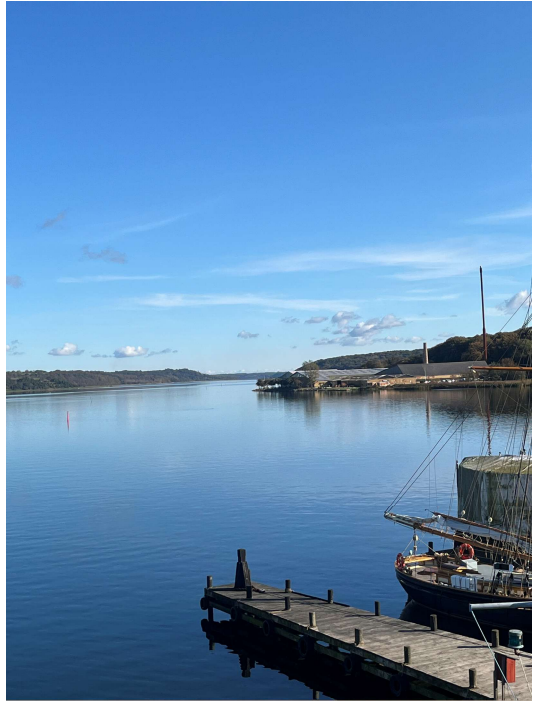
I Hadsund møder vi en lokal guide, som fortæller om Hadsund som et trafikknudepunkt og om flere af dens kendte sønner, bl.a. Chr. Hornbeck – ham med kirsebærvinen.

Derefter er det kaffe og kagetid, som vi nyder på Vive Krigshavn. Efter kaffepausen kører vi til Jyllands smukkeste præstegård. I Kirken finder vi udsmykning lavet i smedjernet af P. Nørholm – den lokale smed i Vive. Traditionen tro nyder vi inden hjemturen 1 øl eller vand med lidt snolder. Fladbjerg, Kongehøjen og Villestrup Å er selvfølgelig ikke glemt.

Pris inkl. kaffe/the og kage m.m. 200 kr. – ikke medlemmer 250 kr.

Max 42 deltagere. Tovholder Dorte Bang.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 28/4 kl. 10 og senest 15/5 kl. 12.



Mariagerfjord ved/Hobro



nyt syn.

nyt syn / Holst optik
Store Torv, Adelgade 25 G
9500 Hobro

Tlf. 98 52 19 05

-15 % rabat ved køb af komplet brille.
Kan ej kombineres med andre rabatter.
Vi hjælper dig gerne med ansøgning af
helbredskort

hobro@nytsyn.dk

nytsyn.dk/hobro

Revytur til Hjørring

Mandag 23. juni kl. 8.15 fra Busterminalen i Hobro

Der køres til Hjørring, hvor der venter en skøn brunch med efterfølgende revy på Vendsyssel Teater.



Fra venstre: Skuespillerne Rasmus Søndergaard, Kasper Le Fevre, Trine Gadeberg, Preben Kristensen, Marie Mondrup og kapelmester Henrik Baloo Andersen

Brunchen starter kl. 10.00 og består af en tallerken anretning med hjemmebagte grovboller, mini croissant, rugbrød og mini tebirkes.

På planke eller tallerken, portions-anrettes følgende: Lun leverpostej med svampe, to slags ost med syltede hyben, skyr panna cotta med bær samt koldrøget laks med senneps dressing. Efterfølgende vil serveringspersonalet komme rundt med røræg og ristet chorizo.

Efter brunchen venter revyen kl. 12.00, hvor vi forhåbentlig får et godt grin.

På hjemturen gør vi holdt og får en kop eftermiddagskaffe med lidt sødt til.

Forventet hjemkomst kl. 16-17. Tovholder Henning Laursen.

Prisen for turen er for medlemmer 875 kr. ikke medlemmer 925 kr. inkl. bus, brunch, REVY billet og eftermiddagskaffe med sødt.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 12/12 kl. 10 og senest 23/1 kl. 12



I 2025 har Ældre Sagen Hobro en 8-dages tur til Østrig

18. – 25. juli. Afgang fra Hobro Busterminal fredag 18. juli kl. 6.00

Vi skal bo 5 nætter på det smukke ”Gasthaus Traunstein” i Abtenau, der ligger med udsigt til de omkringliggende bjerge syd for Salzburg.

På vej ned og hjem fra Østrig er der **overnatning på ”Parkhotel Zum Stern” i Oberaula** syd for Kassel Bjergene i Tyskland (2 nætter).

Der er mange ture og oplevelser på turen, der er all-inklusive light.

Bl.a. besøg i de verdensberømte saltminer ”Salzwelten” i Hallstatt og her nydes udsigten fra ”Skywalk Welterbeblick”. Der bliver tid til at shoppe i byen Hallstatt. Besøg i ”Schloss Mirabell” i Salzburg med den smukke have og derefter byrundtur i Salzburg i en original ”London Dobbeltdekkerbus” og også en byvandring gennem den historiske bydel, der slutter ved den imponerende ”Festung Hohen Salzburg”, hvor gruppen kører op med ”Festungsbahnen”. Fra fæstningstårnet er der en flot udsigt over Salzburg-regionen. Her får gruppen middagsmaden i fæstningens ”Panoramarestaurant”. Derefter videre med ”Festungsbahnen” direkte ind til centrum af Altstadt i Salzburg, hvor der bliver tid på egen hånd.

Besøg på ”Ørnereden” og Tysklands smukkeste sejltur. Tur med hestevogn til bjerglandsbyen ”Au”, hvor begge vandfald besøges. Aftenen før hjemturen serveres grill-buffet på terrassen og efterfølgende vil der være dansemusik.

Pris pr. person 10.500 kr. Tillæg for enk. vær. 720 kr. Tillæg for sædereservation i bus 75 kr. Ved tilmelding opkræves et a conto beløb på 1.000 kr. Restbeløbet skal indbetales senest 1. maj. A conto beløbet vil ikke blive refunderet ved frmelding senere end 1. maj.

Teknisk rejsearrangør er Alsbussen og medlem af Rejsegarantifonden nr. 2111.

Jette Nørgaard Jensen er turhjælper fra Ældre Sagen Hobro.

Udførligt program for turen kan fås ved henvendelse til Ældre Sagens kontor i Hobro (se bladets bagside) eller på hjemmesiden: www.aeldresagen.dk/hobro ved at trykke på linket ”Program”

Tilmelding direkte til Alsbussen – snarest og senest 1/5 til Hanne tlf. 20 280 293



Gasthaus Traunstein i Abtenau, Østrig



Parkhotel Zum Stern, Oberaula, Tyskland

SOCIAL HUMANITÆR



Ældre Sagen i Hobro er en demensvenlig afdeling, med tilbud til demensramte og deres pårørende.
Alle vores frivillige har tavshedspligt.

Cafe' FRI - et mødested for demensramte og deres pårørende.

Vi tilbyder hjemmeboende demensramte og deres pårørende at deltage i vores cafe', hvor der inviteres til hyggesnak med kaffe og kage samt små underholdende aktiviteter torsdage i lige uger kl. 14 - 16.

En gang om måneden mødes de pårørende i en samtalegruppe ledet af to frivillige, som har deltaget i kursus i at lede sorg og livsmods gruppe. Yderligere oplysninger og tilmeldinger ved demensansvarlig Anne Marie Bertelsen, tlf. 25 37 08 82.



Anne Marie Bertelsen

Besøgstjenesten

Der er stor efterspørgelse på besøgsvenner, og det gør en stor forskel for mange enlige, at have en besøgsven. Kunne du tænke dig, også at gøre en forskel, hører vi gerne fra dig. Som frivillig bestemmer du selv omfang af besøg. Det kan aftales med besøgsværtten, evt. fra gang til gang, således at du ikke føler dig bundet til faste tider. Kontaktpersoner : Grethe Mikkelsen, tlf. 61 76 70 45 og demensansvarlig Anne Marie Bertelsen, tlf. 25 37 08 82.



Grethe Mikkelsen

Vågetjenesten

Ingen skal dø alene. Ældre Sagens vågetjeneste Mariagerfjord tilbyder at sidde hos døende og aflaste pårørende, der trænger til en pause. Dette for at skabe tryghed og ro hos den døende. Vågetjenesten kommer på alle plejecentre og private hjem i Mariagerfjord Kommune samt på Aalborg Universitetshospital Hobro afd. M1, M3 og AMA. Kontakten til vågetjenesten foretages af personale. Det kræver ikke sundhedsfaglig uddannelse at være våger. Alle nye vågere gennemgår Ældre Sagens kursus, der hedder "Ny i vågetjenesten".

Kontaktpersoner: Grethe Mikkelsen og Tove Thulstrup Pedersen træffes dagligt på tlf. 61 29 18 17



Tove Thulstrup
Pedersen

Bisidder

Ved møder med det offentlige har man ret til at tage en bisidder med – også selvom man eventuelt har en pårørende med. Bisidderens opgave er at støtte borgeren før, under og efter mødet. Vores frivillige har alle været på kursus i Ældre Sagen. Kontaktperson : Dorte Bang, tlf. 60 31 64 07.



Dorte Bang

SOCIAL HUMANITÆR

Seniorvejledning, Pårørendeven og Gå med ven

Du kan gratis og uforpligtende tale med og få hjælp af vores frivillige, som stiller deres viden, erfaring og støtte til din rådighed. Vores frivillige har tid, vilje og lyst til at lytte og hjælpe. Alle vores frivillige har deltaget i Ældre Sagens relevante kurser.

Kontaktperson : Dorte Bang, tlf. 60 31 64 07.

Sorg og livsmodsgruppe

Ældre Sagen i Mariagerfjord tilbyder borgere, der har mistet, at deltage i en samtalegruppe. Der oprettes ny gruppe efter behov.

Gruppen, på max 8 personer, ledes af 2 erfarne frivillige, der har været på kursus i at lede sorggrupper. Gruppen mødes ugentligt i 2 timer ca. 10 gange. Det er gratis at deltage, dog skal der betales 20 kr. for kaffe og brød. Det forudsætter ikke medlemskab for at deltage.

Tidligere forløb har vist at deltagerne har fået stor hjælp til at kunne leve med sorgen, der dannes nye netværk, der bliver igen overskud til at deltage i sociale aktiviteter - Sorg heles ved at deles.

Yderlige oplysninger og tilmelding

Dorte Bang tlf. 60 31 64 07



Dorte Bang

Gratis rådgivning fra Ældre Sagens Landskontor

Har du brug for juridisk eller social telefonisk rådgivning kan du kontakte Ældre Sagens kontor i København tlf. **70 89 00 81**.

Vi er gerne behjælpelige med kontakten.

Telefonven tlf. 82 82 93 00

Savner du en at tale med en til to gange om ugen kan du kontakte Ældre Sagen på tlf. 82 82 93 00. Den telefonven du vil blive tilknyttet er den samme du taler med hver gang. Kunne du tænke dig at blive frivillig telefonven, kan du kontakte Ældre Sagen på samme nummer.

Ældretelefonen tlf. 32 210 210

Ældretelefonen på tlf. 32 210 210 er en anonym samtalelinje, du kan ringe til, når livet slår knuder, og du savner en at tale med.

Ældretelefonen er åben mandag til fredag kl. 9 - 15 og betjenes af frivillige i Ældre Sagen, som har tavshedspligt.

De frivillige er gode til at lytte og kan forhåbentlig hjælpe dig videre.

www.kmfs.dk

**AUT. KLOAK- & MURERMESTER
FINN SØRENSEN APS**

Bundgårdsvej 1 Nr. Onsild 9500 Hobro

Tlf.: 98 51 11 01 Mobiltlf.: 22 58 06 13

LØBENDE AKTIVITETER

Ældre Walk

Ældre Sagen Hobro inviterer til ugentlig gåtur i roligt tempo og med tid til at opleve.

Vi mødes ved Medborgerhuset hver onsdag kl. 13.30 (dog ikke i skoleferierne) og går 1 – 1½ time og slutter med en kop kaffe – medbring gerne selv en kop.

Årligt gebyr fra august 2024 til juli 2025 er 100 kr.- ikke medlemmer 150 kr.

Tilmelding: Hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor.

Aktivitetsleder, Inge Søgaard.



*Ældre Walk i Ældre Sagen Hobro er i gang.
Her er på billedet det nystartede hold*

IT-hjælp

IT-hjælpen i Medborgerhuset er åben hver mandag fra kl. 10.00 til 12.00. Her kan du få råd og vejledning om næsten alt vedrørende IT. - DET ER GRATIS. -

Vi kan i mange tilfælde give en hjælpende hånd, hvis du har problemer med din PC, tablet, telefon eller andet.

Det samme gælder, hvis du har et problem med mail, en side på nettet eller et af dine programmer.

Vi er 5 frivillige, der ser frem til at hjælpe dig, hvis der er noget IT, der driller.

Medbring gerne egen PC eller tablet.

Sammen kan man løse meget, og det er gratis.

Tilmelding er ikke nødvendig, bare mød op.



IT-hjælp hos Ældre Sagen Hobro

Fra venstre Asker Pedersen, Erik Alstrup og Kaj Jensen

LØBENDE AKTIVITETER

Slægtsforskning - gotisk

Tirsdag kl. 12.30-17.

Sted: Hobro Bibliotek, Adelgade 28, den store sal.

Vi hjælper dig i gang eller videre med slægtsforskning.

Det er både for begyndere, letøvede, og for dig, som gerne vil mødes med andre med samme interesse. Holdet begynder kl. 12.30.

Studiegruppe med evt. oplæg. Kl. 15.30 lærer vi gotisk. Medbring egen pc.

Info: Jeanette Pedersen, 40 73 21 60. Tilmelding på hjemmesiden eller konto-ret. Pris: 200 kr., ikke-medlemmer 300 kr.

Slægts Café - Hobro

Tirsdag i lige uger kl. 19 - 21.30. Sted: Medborgerhuset, Hobro, lokale 5.

For dig, der har lyst til at slægtsforske - at se nærmere på din slægt, finde ud af, hvor du kommer fra og måske være i stand til at grave overraskende oplysninger frem.

Eller er du allerede godt i gang, men mangler hjælp til at komme videre?

Tilmelding dagen før til Jeanette Pedersen, 40 73 21 60, eller i Facebook-gruppen: Slægts Café – Hobro. Pris: 25 kr. pr. gang, inkl. kaffe.

Krolf

Der spilles tirsdage og torsdage fra kl. 10 - 12 på Krolf-banen bag Hobro Vandrerhjem. Opstart tirsdag 8. april. Pris for sæsonen 200 kr. for medlemmer – ikke medlemmer 300 kr. Tilmelding på hjemmesiden eller til Ældre Sagens kontor. Kontaktperson Gunnar Greve tlf. 23 66 77 58.



Bowling

Ældre Sagen i Hobro har en stor afdeling med bowling.

Spillested er Bowl'n Fun, Jyllandsvej 15, Hobro.

Der spilles bowling hver onsdag kl. 10 -12.

Opstart onsdag 8. januar. Tilmelding fra 12. dec.

på hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor.

Prisen er ekskl. sko og kaffe / the 600 kr. for 13 gange.

Kontaktperson Gunnar Greve tlf. 23 66 77 58.



Kom og oplev Vin & Vin's store velsmagende sortiment.

HER ER NOGET FOR ENHVER - UANSET OM DU ER TIL VIN, ØL, BOBLER ELLER
EN LÆKKER DRIK. VI KAN TILBYDE BÅDE ØKOLOGISKE PRODUKTER OG MED OG UDEN ALKOHOL.

Vi glæder os meget til at se dig



© 31 31 07 20

LUPINVEJ 4 • 9500 HOBRO • HOBRO@vinogvin.dk • WWW.VINOVIN.DK

LØBENDE AKTIVITETER



*Træningen foregår i
Medborgerhusets store sal
og ledes af en fysioterapeut.
Motionsholdet er på i alt 22
ældre personer*

Motion for ældre 65+ ikke motionsvante

Motionsholdet ledes af en fysioterapeut og to frivillige, og består af en times motion efterfulgt af ½ times fælles kaffebord.

Pris 550 kr. for sæsonen september 2024 til maj 2025 inkl. kaffebord.

Kontaktperson: Lisbeth Schaarup, tlf. 40 50 15 44.

Mail: lschaarup@gmail.com

Ældre Sagen Hobro har i efteråret 2024 ansøgt Sparekassen Danmark Fonden Hobro om tilskud til udskiftning af kontorets computere samt opgradering af sikkerhedssystemet

Vi har i den anledning fået bevilget 25.000 kr. til dette formål.

Ældre Sagens computere på vort kontor har stor betydning for optimal service, til de godt og vel 3000 medlemmer i Ældre Sagen Hobro. Der er rigtig mange henvendelser på kontoret for gode råd og hjælp, både for medlemmer og ikke medlemmer.

Ældre Sagens kontor har åbent hver mandag og torsdag fra kl. 10 – 12.

Kontorets piger har meget travlt på disse dage, men der er altid plads til et godt smil og god service.

Ældre Sagen Hobro er derfor meget taknemmelig for bevillingen på 25.000 kr. fra Sparekassen Danmark Fonden Hobro



Tilbud til Ældre Sagens medlemmer + 60

Træn 1 gang pr. uge i 3 mdr. for 429, - kr.

Træn 2 gange pr. uge i 3 mdr. for 629, - kr.

30 32 14 44

www.helsesport.dk

Lokalbestyrelsen



*Henning Laursen
Formand
Fm.hobro.823@ael-
dresagen.dk
Tlf. 40 32 73 15*



*Dorte Bang
Næstformand
Social-humanitær
koordinator m.m.
Tlf. 60 31 64 07*



*Ove Bisgaard
Kasserer
og
IT
Tlf. 22 91 91 01*



*Jette N. Jensen
Sekretær
Arrangementer
og rejser
Tlf. 22 56 06 76*



*Bent Bertelsen
IT, hjemmeside og
lokalredaktør for
Det Sker
Tlf. 40 50 05 66*



*Tove Thulstrup
Pedersen
Vågetjeneste,
Musiske arrangem.
Tlf. 23 39 23 98*



*Gunnar Greve
Motion,
Krolf, Bowling,
Arrangementer
Tlf. 23 66 77 58*



*Ingrid Ladefo-
ged Kjær
Bestyrelses-
medlem
Tlf. 24 84 57 67*



*Niels Kristian
Mølgaard
Bestyrelses-
medlem
Tlf. 24 63 43 62*

Suppleant: Jens Møller Bærnthsen

Ældre Sagen

Medborgerhuset, Skibsgade 28,
9500 Hobro, tlf. 23 46 46 44

Kontorets åbningstid er mandag og torsdag kl.10-12 - undtagen i skoleferier.

Mail: aeldresagen.hobro@outlook.dk Hjemmeside: www.aeldresagen.dk/hobro

Vedrørende arrangementer: Tilmelding og betaling på hjemmeside www.aeldresagen.dk/hobro eller tilmelding til/på kontoret.

HUSK: Navn og arrangement. Tilmelding er bindende / maks. 2 personer.

Tilmelding kan ikke overdrages til andre (problemer når der er ventelister).