

Ældre @ Sagen



Informationer fra lokalbestyrelsen i Ølstykke

Nr. 37

20. årgang

August 2011

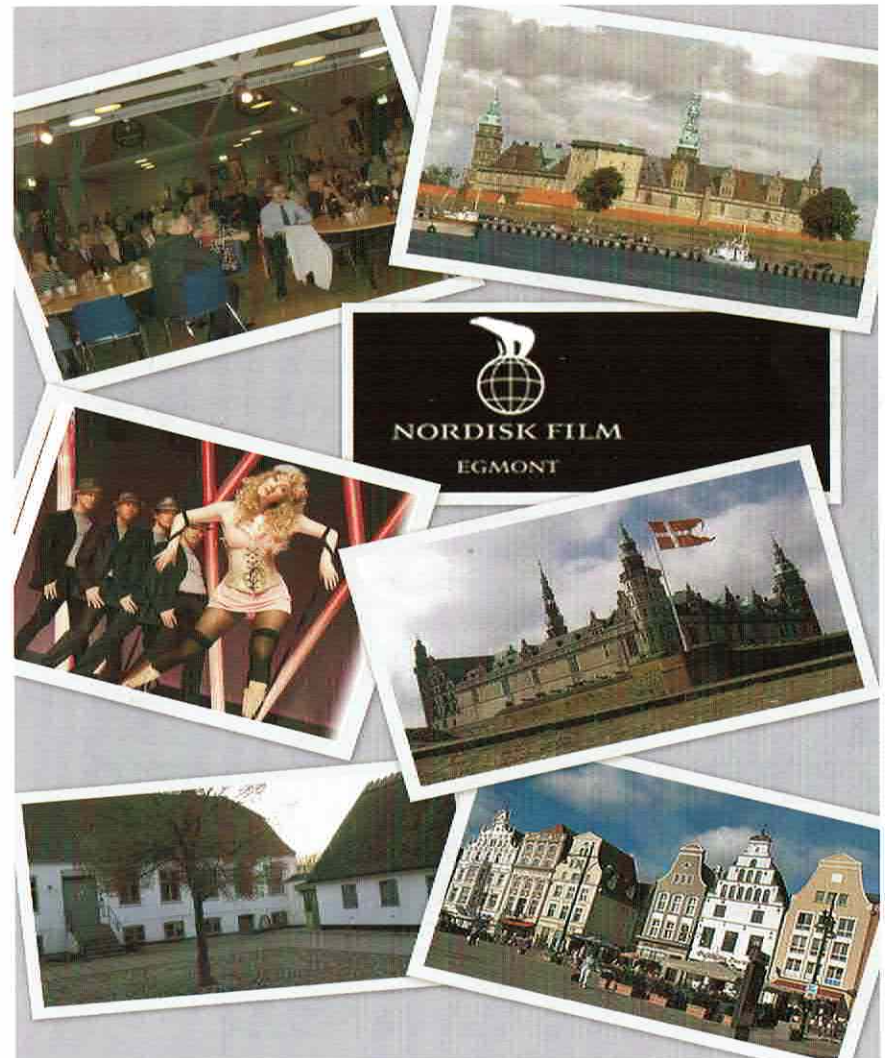


Foto om efterårets arrangementer

Lokalbestyrelsen for Ældre Sagen i Ølstykke



Formand
Ann Larsen
Smaragdvej 6
4716 1402 e-mail: anl.larsen@kabelmail.dk



Næstformand
Ole Koefoed
Dr. Ingrid's Vej 28
2572 3008 e-mail: okoefoed@gmail.com



Arrangementer
Tryghedsopkald
Niels Herløw
Dr. Ingrid's Vej 32
4870 5294 e-mail: ingrid32@privat.dk



IT-kontakt
IT-undervisning
Bladredaktion
Webmaster
Svend T. Jensen
Kildegårdsvej 11
2067 9617 e-mail: svendt.jensen@gmail.com



Kasserer
Bladredaktion
Webmaster
Erik Jørgensen
Violvej 3
4017 7066 e-mail: erikjoerg@gmail.com



Social-humanitær
Besøgstjeneste
Inge Hjort
Andantevej 5
4717 7650 e-mail: ihhn@nypost.dk



Sekretær
Hanne Knudsen
Smaragdvej 14
3023 8096 e-mail: hgk@pc.dk



1. Suppleant
Sundheds- og
Socialpolitik
John Toft
Slejpners Plads 7
4717 9632 e-mail: bjtoft@live.dk



2. Suppleant
Arrangementer
Jette Weikop
Regnersvej 49
4716 1050 e-mail: weikop@pc.dk

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

Formanden har ordet

Så har vi igen haft årsmøde, og da det i år var 20 år siden ældresagen startede i Ølstykke, syntes vi det skulle fejres med kaffe og lagkage.

Der var 140 medlemmer, der havde fundet vej til biblioteket, og det var dejligt at se så mange ansigter.

Som I nok ved, er Aase gået af efter 7 år som formand. Vi vil gerne sige tak til Aase for den store indsats, hun har ydet gennem alle årene.

Vi vil ligeledes sige tak til Mona og Birte for deres store indsats.

Jeg siger så velkommen til Hanne Knudsen, som er vores nye sekretær, Jette Weikop, som medhjælp til arrangementer sammen med Niels Herløw, og til John Toft, som tager sig af social- og sundhedspolitikken i lokalbestyrelse og i Koordinationsudvalget i Egedal.

Og så er der lige mig selv -Ann Larsen-, som er blevet den nye formand her i Ølstykke. Jeg glæder mig til jobbet og den udfordring, det er at komme efter Aase.

Jeg har været ude at besøge en del af vores mange frivillige og se, hvad de laver, og jeg er imponeret over det store engagement, de lægger i arbejdet.

Jeg er stolt af alt det, I gør, for uden jer kunne det ikke lade sig gøre.

Godt gået.

Samtidig vil jeg gerne takke bestyrelsen for den gode opbakning, jeg har fået og stadig får, og håber vi alle kan leve op til alle vores medlemmers forventninger.

Jeg håber I vil tage godt imod de *nye aktiviteter*, vi sætter i gang i efteråret og til de nye arrangementer Niels og Jette har fundet til os.

På bestyrelsens vegne ønsker jeg jer alle en god eftersommer og på gensyn til alle aktiviteter.

Ann



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

CIRKUSREVVYEN

Torsdag den 25. august 2011

Sted: Dyrehavsbakken ved Klampenborg.

Så er chancen der, hvis du/I ikke nåede denne nationale storrevy i år. Og slå til, for anmeldelserne er jo ikke helt ved siden af. Vi har reserveret et pænt antal pladser i en god kategori uden 'synsforstyrrelser' (der er jo det med de teltstænger), hvor vi kommer til at sidde sammen på to fine rækker, og det skal I blot betale 365,- kr. for pr. person.

For de af jer, der vil begynde denne sensommeraften på den kulinariske måde, reserverer vi plads i Restaurant Staldknægten, hvor du/I kan indtage et herligt måltid fra den populære buffet. til 129,- kr. pr. person, som betales i restauranten. Prisen er excl. drikkevarer.

Transporten er med S-tog til Klampenborg St., og er økonomien til det, kan man jo, hvis man er flere, tage en kapervogn det sidste stykke.

Spisningen begynder kl. 18 og selve forestillingen kl. 20.

Tilmeld dig onsdage 10-12 samt torsdage 16-18 i perioden fra 10/8 t.o.m. 18/8. til Niels tlf. 4870 5294 eller Jette tlf. 4716 1050.

Har du netbank, da indbetal det aftalte beløb på vor konto i Danske Bank 3433-3433302060 med dit navn. - Har du ikke netbank, er du velkommen til at betale kontant på vor adresse: Dronning Ingrid's Vej 32 i Ølstykke i de ovennævnte perioder. NB! Begrænset deltager-antal.

BUSTUR TIL KRONBORG SLOT

Torsdag den 15. september 2011

Startsted Udlejre Kirke kl. 11.15

Ølstykke Kro kl. 11.30

Nordeuropas vel smukkeste og stærkeste udtryk for et renæssanceslot må være Kronborg ved indsejlingen til Øresund. Slottets strategiske betydning for bl.a. Øresundstolden varede i over 400 år og blev med et slag verdensberømt, da Shakespeare i 1600-tallet indlagde stedet i sit skuespil "Hamlet". - Så har du ikke lige for nylig eller måske aldrig lært stedet at kende, er chancen der nu, hvor vi skal genopleve slottets historie i en 1½ - times professionel rundvisning.

Bagefter holder vi en lille pause ved bussen, hvor vi indtager et par sandwiches til kaffen eller teen.

Pris pr. deltager kr. 250,-, der dækker bustransport ud og hjem, rundvis-

ning på slottet, samt 2 sandwiches, kaffe eller te. - Kolde drikke kan købes til rimelige priser.

Tilmelding i perioden 24/8 til 8/9 2011 - onsdage 10-12, torsdage 16-18 til Niels tlf. 4870 5294 eller Jette tlf. 4716 1050. Beløbet indbetales til vor Danske Bank konto 3433-3433302060 senest 9/9 2011 med navnet på den, der tilmelder. Har du ikke netbank, eller har du ikke mulighed for at gå i banken, kan du/I komme forbi Dronning Ingrid's Vej 32 og betale kontant på én af tilmeldingsdagene.

RUNDVISNING PÅ NORDISK FILM

Tirsdag den 11. oktober kl. 11.00

Sted: Nordisk Film, Mosedalvej 14 i Valby

Kunne I tænke jer at komme ind og se verdens ældste filmstudie, tv-studierne, "Matador's"- kulisser og kostumer og meget mere hos Nordisk Film? - ja, ikke. Så tilmeld dig/Jer derfor på nedenstående tlf-numre i nævnte periode. Entreen er kr. 50,- pr. person der opkræves ved indgangen.

Transport: S-tog til Valby St., hvorfra vi går til Mosedalvej, der ligger ca. 5 minutters gang nord for stationen.

Efter rundvisningen reserverer vi - for dem der har lyst - et lille godt sted i nærheden til en bid frokost. (Oplys ved tilmeldingen om I deltager i sidstnævnte).

Tilmelding i perioden 21/9-29/9 onsdage 10-12, torsdage 16-18 til Niels tlf. 4870 5294.

GULE ÆRTER & ÆBLESKIVER

Fredag den 18. november 2011 kl. 18.30

Sted: Græstedgaard i Ølstykke

Som i snart talløse tidligere år diskner vi atter op med vore Gule Ærter og hvad deraf følger i gode venners selskab, ledsaget af muntre toner - denne gang med ingen ringere end "Jensen & Co.", der har mange års erfaring med musikalsk underholdning ved store fester, bl.a. på tribunen på Bakken. Prisen er derfor i år strammet lidt op, men så serverer vi jo også som bekendt de herlige hjemmelavede ærter m/tilbehør samt æbleskiver og kaffe.

Drikkevarer kan købes til de populære priser. Pris pr. person: kr. 150,-.

Tilmelding i tiden 19. oktober til 10. november; onsdage 10-12, torsdage 16-18 til Niels på tlf. 4870 5294 eller til Jette på tlf. 4716 1050. Får I OK ved tilmeldingen, indbetales beløbet på vor konto i Danske Bank: 3433-3433302060 senest torsdag den 10. nov. med navnet på den, der tilmelder. Har du/I ikke mulighed for at indbetale via netbank, er der mulighed for kontant betaling ved vor 'Stræk&Bøj' mandag den 31/10 kl. 10, eller i IT-stuen torsdag den 10/11 kl. 10.

BUSTUR TIL JULEMARKED I ROSTOCK

Lørdag den 3. december 2011

Startsted: Udlejre Kirke kl. 06.15

Ølstykke Kro kl. 06.30

Tag med til alletiders julemarked i Rostock.

Efter opsamling kører vi til Gedser, hvor vi tager færgen over til Rostock (Den gamle Hansestad i Vorpommern-Mecklenburg). Om bord på færgen nyder vi den dejlige morgenbuffet.

Efter ankomst til Rostock vil der være tid på egen hånd til at handle og se det store julemarked i byen.

Afgang fra Rostock kl. 14.30, hvor der køres til den store nyåbnede grænsebutik. Her kan evt. juleindkøb foretages. Kl. 17.00 sejler vi igen til Gedser, og på denne overfart nyder vi den lækre julebuffet om bord på færgen. Hjemkomst i Ølstykke ved 21-tiden.

Pris: kr. 545,- pr. person, der dækker hele turen med spisning, dog excl. drikkevarer.

Tilmelding fra den 16.11. til d. 24.11., onsdage 10-12, torsdage 16-18 til Niels tlf. 4870 5294, eller Jette 4716 1050. Når OK er givet, indbetales beløbet på Danske Bank konto 3433-3433302060 mrk. navnet på den, der indbetaler.

Jobannonce

Vi har brug for endnu et engelskhold, da vi har en lang venteliste.

Derfor:

Kan du *engelsk* på et rimeligt højt niveau, har du lyst, og kan du undervise et hold for begyndere til let øvede, eller vil du vide mere, så kontakt mig på:

E-mail okofeod@gmail.com eller tlf.: 25 72 30 08.

Du vil få al den hjælp, du behøver (undervisningsmateriale, lokaler m.m.) for at starte holdet op, og jeg kan garantere, at du selv vil få en god oplevelse.

Ole Koefoed, næstformand.

Annonce

Ølstykke og Omegns Frimærkeklub 40 år

Ølstykke og Omegns Frimærkeklub (ØFK) kan i efteråret 2011 fejre sit 40 års jubilæum. Den stiftende generalforsamling fandt sted 14. september 1971. Ved klubbens start var medlemstallet 16. I de senere år har klubben haft 40-45 medlemmer, og 15-25 medlemmer deltager ved møderne. På de fleste møder er der et lille foredrag fra filateliens verden, endvidere en mindre auktion, og der er mulighed for at bytte frimærker og udveksle erfaringer med andre samlere. ØFK har egen hjemmeside, som kan besøges på www.oefk.dk.

Enhver, som interesserer sig for frimærker, samler på frimærker eller har lyst til at begynde at samle, kan blive medlem af ØFK – henvendelse om indmeldelse kan ske til en af de nedennævnte personer.

Klubben markerer jubilæet med en frimærkeudstilling, som finder sted på Græstedgård, Udlejrevej 13B, Ølstykke i week-enden 17.-18. september 2011. På udstillingen vil der blive vist en række samlinger fra klubbens medlemmer. Disse samlinger vil give et indtryk af de mange forskellige muligheder, der findes for at samle på frimærker. Endvidere vil der også blive mulighed for at få en vurdering af frimærker/samlinger, prøve lykken i en tombola med bl.a. frimærkegevinster og måske gøre et fund på et "tag-selv-bord" med frimærker.

Adgangen er gratis og alle er velkomne.

Evt. spørgsmål og henvendelser kan ske til Jørgen Schjøtz-Pedersen, tlf. 4717 8899, mail jsch@post.tele.dk eller Jens Langkow, tlf. 6017 7876, mail je.langkow@4040.dk

PENSIONISTFEST 2011

EGEDAL KOMMUNE HOLDER IGEN I ÅR STOR FEST FOR KOMMUNES PENSIONISTER, SOM SKAL UD OG MORE SIG, SPISE GOD MAD OG DRIKKE, LADE SIG UNDERHOLDE OG DANSE TIL GOD MUSIK.

TORS DAG DEN 6. OKTOBER 2011 KL. 17.00 I ØLSTYKKEHALLEN

LÆKKER 2 RETTERS FESTMENU, KAFFE OG SØDT, INCL. ½ FL. VIN. UNDER MIDDAGEN OG SENERE TIL DANSEN SPILLER DET POPULÆRE HUSORKESTER JENSEN OG CO.

VI SKAL I ÅR UNDERHOLDES AF FLEMMING KRØLL. PRISEN FOR ALT DETTE ER KUN KR. 150.- PR KUVERT.

DER BLIVER MULIGHED FOR Bustransport fra Smørum, Ganløse og Stenløse. PRIS KR. 50,- SOM SKAL KØBES SAMMEN MED BILLETEN.

BILLETTERNE SÆLGES FRA BIBLIOTEKERNE I SMØRUM, STENLØSE OG ØLSTYKKE MANDAG DEN 12. SEP. 14.00 DER SÆLGES KUN 2 STK. PR. PERSON.

Aktivitet	Sted	Ansvarlig
Arrangementer, rejser		v/ Niels Herløw, tlf 4870 5294 og Jette Weiskop, tlf. 4716 1050
Besøgsvenner	Inge Hjort	v/ Inge Hjort, tlf. 4717 7650
Bowling	Bowling Center Stenløse	v/ Otto Fredskilde, tlf. 6064 7506 eller Leni Lensing, tlf. 4077 9270
Bridge	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/ Helen & Geo Jensen, tlf. 4717 9396
Cykelture 12, 18-22 hhv. 35-40 km.	Stationspladsen Ølstykke	v/ Janne tlf. 4717 9204, Jens tlf. 4710 1301
Engelsk brush-up	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/ Helle Arnø
IT-stue	"Grotten" Stengårdsskolen	v/ Svend T. Jensen, tlf. 2067 9617
IT-undervisning	"Grotten" Stengårdsskolen	v/ Svend T. Jensen, tlf. 2067 9617
Leg og samvær i naturen	Ølstykke Hallen	v/ Ester, tlf. 4717 8077, Jens, tlf. 4710 1301
Line dance	Bibliotekssalen	v/ Ketty Jørgensen, tlf. 4717 9981
Litteraturkreds	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/ Grethe Holmberg Høge, tlf. 4498 0092
Litteraturkreds	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/ Birgit W. Nielsen, tlf. 4717 8091
Litteraturkreds	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/ Jytte Præbel, tlf. 2617 5246
Litteraturkreds	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/ Vibeke Nielsen, tlf. 4710 0830
Litteraturkreds	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/ Grethe Madsen, tlf. 4717 5126
Litteraturkreds	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/ Lis Fallenkamp, tlf. 4798 1122
Madlavning og samvær	Hampelandsskolen	v/ Birgitte Friis Mikkelsen, tlf. 4818 0302
Malehold	Toftehøjskolen	v/ Hanne Knudsen, tlf. 3023 8096
Petanque	Banerne v. Græstedgård	v/ Henning Simonsen, tlf. 4733 4969
Sangafter	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/ Kirsten & Villy Orbe, tlf. 6080 2141 hhv. 6068 7611
Stavgang	P-pladsen v. Græstedgård	v/ Henning Simonsen, tlf. 4733 4969
Strik og hygge	Medborgerhuset Toftehøjgård	v/Ulla H. Jensen, tlf. 3027 9617 eller Inge Hjort, tlf. 4717 7650
Stræk og bøj	Ølstykke Hallen	v/ Lillian Sørensen, tlf. 4717 7671
Traveture, korte	Bryggertorvet (ulige uger) el. Stationstorvet (lige)	v/ Eva Bay, tlf. 4716 1960
Traveture, lange	Bryggertorvet (ulige uger) el. Stationstorvet (lige)	v/ Lillian Sørensen, tlf. 4717 7671
Tryghedsopkald, en hjælpende hånd		v/ Niels Herløw, tlf. 4870 5294
Whist	Toftehøjskolen	v/ Amy Christensen, tlf. 4717 7009
Lystfiskeri/Ældrefisk	Fiskeri efter årstid og møder på Skenkelsø Mølle	v/ Rudi Westergaard, tlf. 5810 0642

Bridge

Torsdage kl. 13.00-17.00
Sted: Toftehøjgård, Ølstykke.

Aktivitetsansvarlige: Helen & Geo Jensen, 4717 9396.

Bowling

Vi spiller tirsdage kl. 12, 13 og 14 i Bowling Center Stenløse på de baner, som man spillede på sidste sæson.

Vi har desværre stadig venteliste på nye medlemmer, som vil blive kontaktet efterhånden som der bliver plads.

Afbud skal meddeles til enten Otto Fredskilde tlf. 60647506 eller Leni Lensing tlf. 40779270.

Brush-up kursus i engelsk

Torsdage kl. 10.00-12.00
Mødested: Lokale 1 på Toftehøjgård.

Brush-up kurset i engelsk er fuldttegnet med 14 deltagere.
Henvendelse til Helle Arnø, tlf: 4717 2453 eller helle.arnoe@gmail.com

IT-Stue

Torsdage kl. 10.00-12.00
Sted: "Grotten", Stengårdsskolen

Vi giver hjælp til Pc'er og programmer eller hør/se lidt om slægtsforskning.
Ingen tilmelding nødvendig.
Pris kr. 10 inkl. kaffe m.v.
Efterårssæson: 1/9 til 24/11, Lukket i skoleferier.

IT-kursus for nybegyndere

Onsdag 10.00-12.30
Sted: "Grotten", Stengårdsskolen

Der er enkelte ledige pladser til efterårets hold. Pris kr. 200 inkl. materialer og kaffe.

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

IT-kursus for øvede

I efteråret 2011 fortsætter vi med undervisning af lidt øvede i kurserne:
Billedbehandling med programmerne Picasa 3, Windows Movie Maker og Windows DVD Maker.
Varighed 5-6 tirsdage formiddage.

Ledige pladser i efteråret. Skolens maskiner kan kun i begrænset omfang anvendes så medbring gerne bærbar PC.

Tekstbehandling, videregående kursus. Varighed 5-6 dage tirsdage formiddage, hjemmearbejde påkrævet. Lær at lave invitationer, sange, indsætte billeder i tekster og meget andet. Ledige pladser i efteråret.

Optimer på din PC. Varighed 3-4 onsdage eftermiddage. Er din PC blevet sløv vil vi gennemgå muligheder for optimering. Ledige pladser i efteråret.

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

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 vi kan tilbyde dig plads på det ønskede kursus.

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

Lystfiskeri/Ældrefisk

Efterårets fiskeri på Øresund er fastlagt til 23/8, 20/9, 18/10 og 22/11. Pris ca. 150,- kr. pr. tur. Andre ture aftales på vore møder.

Møderne er **Skenkelsø Mølle**, Ølstykke: 8/8, 5/9, 3/10, 7/11 og 5/12 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.



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

Line dance

Vi starter / fortsætter dansen den 30. august i Ølstykke Biblioteks foredragssal på Østervej.

Tirsdag i ulige uger kl. 14-15.15 danser lidt øvede.

Hver tirsdag kl. 15.20-16.35 danser lidt øvede

Tirsdag i ulige uger kl. 14-15.15 danser begyndere, der har danset en sæson

Hver tirsdag kl. 16.45- 18.00 danser begyndere.

Henvendelse Ketty Jørgensen
4717 9981/4035 9781

Litteraturkredse

Vore 6 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.

4. tirsdag i måneden kl. 10-12.
Lis Fallenkamp, tlf. 4798 1122.

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

NYHED! Nu med 2 hold

Sted: Skolekøkkenet på Hampe-landsskolen.

Hold 1 den 1. torsdag i måneden kl. 16.30-20.00. Holdet fuldttegnet.

Hold 2 den 3. torsdag i måneden kl. 16.30-20.00. Enkelte ledige pladser .

På begge hold laves mad, bages brød og kager efter ønske. Vi lærer lidt om vin, der drikkes til maden. Udgiften til råvarer deles vi om.

Information og tilmelding til Birgitte Friis Mikkelsen,
tlf. 2624 8218, eller e-mail:
bibi.friis@webspeed.dk
Pris: 100 kr. – betales i 2 rater.

Petangue

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

Hvis vejret tillader det spiller vi året rundt. Spillereglerne er lette, så alle kan være med. Du skal selv medbringe kaffe og kugler.

Spørgsmål til:
Henning Simonsen, 4733 4969.

Sangafterner

Sangaftern holdet holdt traditionen tro afslutningsfest i maj måned.

Vi hyggede os med medbragt mad og drikke i 1½ times tid, hvorefter vi gik over til sangprogrammet, og senere kaffepause med hjemmebagte småkager og chokolade.

Stemningen er altid høj, og det er dejligt for Richard, Willy og mig at opleve så mange positive mennesker.

Sæson starter den 4. august kl. 19.00 til 21.00.

Der er sangaftern på følgende datoer:

4/8 - 1/9 - 29/9 - 27/10 - 24/11 -
2011 og 5/1 - 2/2 - 1/3 - 29/3 -
26/4 24/5 - 2012

Der er plads til 8 nye medlemmer i sofagruppen, så hvis man har lyst til at deltage skal man henvende sig til Kirsten Orbe på telefon 60802141.

Stavgang

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,
4733 4969

Strikning/hygge

Tid: 3. onsdag i måneden kl. 13.00-16.00.

Sted: Toftehøjgård, Ølstykke.

I efteråret strikker og hygger vi os i månederne september til december.

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

Tid: Mandage kl. 10.00-12.00

Sted: Ølstykkehallen og Badmintonhallen, Ølstykke.

Vi starter igen den 5. september 2011.

Aktiviteterne omfatter bl.a. gymnastik og afspænding, stavgang, håndbold, badminton, soft-tennis, kegler, kontradans og høj puls. og massagebolde (hver 2. mandag).

Spørgsmål til:
Lilian Sørensen, tlf. 4717 7671

Traveture

Tid: Torsdage kl. 10
Mødested: Lige uger: Ølstykke Station. Ulige uger: på Brygger-torvet Gl. Ølstykke.

En tur på ca. 8-12 km og en lang-sommere på ca. 5 km. Ingen til-melding. Mød blot op og trav med. Sidste torsdag i måneden ta-ger vi ud, husk derfor madpakke.

Spørgsmål til:
Lange ture: Lillian Sørensen, tlf. 4717 7671.
Korte ture: Eva Bay, tlf. 4716 1960/6169 4303.

Oplevelser, lege og samvær i naturen

Deltagerantallet er nu langt over 30, og vi er derfor beklageligvis for en tid nødsaget til at stoppe for yderligere tilgang. Vi har oprettet venteliste.

Også i efteråret leger vi efter sam-me "opskrift" som foregående år, idet der dog også bliver plads til relevante og accepterede nyska-belser.

Efterårets datoer er 31. august, 28. september, 26. oktober og 23.

november kl. 13.00.
Mødested: Ølstykke Bibliotek.
Esther (4717 8077) og Jens (4717 1301).

Oplevelser og motion på cykel

Det **korte hold** kører ca. 12 km har 4-5 forskellige ruter at vælge imellem. Tempoet vil være mode-rat og tilpasset de forhåbentlig mange interesserede. Hygge og samvær vil have høj prioritet. Holdet starter samme tid og sted som de øvrige.

De **mellemste og det lange hold** cykler efter samme "opskrift" som foregående år, henholdsvis 20-22 km og ca. 40 km. Fælles **pause** med medbragt mad på valgte steder, som vanligt krydret med en sang og om muligt lokalhistorie.

Vi cykler **onsdage i alle lige uger** kl. 10.00 med start ved bageren i Stationsbyen. 10. august tager vi toget til og fra Frederikssund m.h.p. cykeltur i Hornsherred.

Sidste gang er den 2. november Cykelhjelms obligatorisk.
Hør evt. nærmere ved Janne (471773 93), Jens (47 10 13 01).

Whist

Tid: Mandage kl. 18.30-21.30.
Sted: Toftehøjskolen, Ølstykke.

Hør nærmere hos:
Amy Christensen, 4717 7009.

NYHED! Malehold

Vi starter igen en ny aktivitet.
1. tirsdag i hver måned fra sep-tember til maj 2011-12, kl. 16-20 (eller hvis det lader sig gøre fra kl. 15-19)
Sted: Toftehøjskolens formnings-lokale.

Vi starter et hold, hvor vi maler med akrylmaling på lærred. Der vil være skiftende undervisere, sådan at vi hver gang har en un-derviser, men ikke nødvendigvis altid den samme. Derudover vil vi inspirere hinanden og evt. sam-men tage ud og lade os inspirere

af andre maleklubber eller kunst-nere forskellige steder.

Der er plads til 15-20 i lokalet og prisen for deltagelse sættes til kr. 300,00 til dækning af kaffe og brød samt tilskud til evt. udflug-ter. Derudover skal man selv med-bringe nødvendige materialer. Vi kan evt. tale om at sammensætte en startpakke, som vi kan indkøbe fælles for dem, som måtte ønske det.

Hvis du har interesse i at deltage kan henvendelse rettes til Hanne Knudsen på tlf. 3023 8096 eller e-mail: hgk@pv.dk

NYHED! Skak

Vi har tænkt os, at udvide vores aktiviteter med et skakhold.

Er du interesseret i at spille skak, og møde ligesindede, kan du kon-takte Ole Koefoed på tlf. 2572 3008 eller **e-mail:** okoefoed@gmail.com

Kan du lide at tale med andre mennesker? Er du god til at lytte? Kan du afse et par timer ugentligt? Eller savner du en at tale med?

Vi kan måske tilbyde dig at blive **besøgsven** eller **besøgsmodtager**. Vi etablerer løbende kontakter mellem medlemmer, der ved et par timers ugentligt samvær vil glæde hinanden. Opgaven belønnes med gensidige smil og taknemlighed. **Nærmere hos BESØGSTJENESTEN v. Inge Hjort, tlf. 4717 7650.**

ager:

Husk at melde flytning til Ældre Sagen, Nørregade



Frivilligarrangement



Søndags cafe



Sæsonafslutning fra Line Dance



Sæsonafslutning fra Sangaften

Dyrene På Torvet

Din nye dyrehandler i Ølstykke

Køb dine kæledyr's artikler online:

www.dyrenepaatorvet.dk

Så bringer vi dem hjem til dig

Kom og besøg os i butikken vi har
også akvariefisk og gnavere!

Abningstider:

man-fre 10.30 -18.00

lørdag 10.00 -14.30

1.søndag i måneden 10.00 -14.00

Dyrene På Torvet

Bryggertorvet 4.B, 3650 Ølstykke,

Tlf.:47178070

Deadline for indlæg til næste blad: 20. november 2011