

Ældre Sagen Hammel

Program 2021 – 2022



www.aeldresagen.dk/hammel

Velkommen til en ny sæson



Kære medlemmer

Endelig sidder I med programmet for 2021-2022, der på grund af usikkerhed om coronaretningslinjer har været udskudt til nu.

Til gengæld dækker det indtil sommerferien 2022.

Bestyrelsen glæder sig over, at vi igen kan præsentere et bredt program, og vi håber, at rigtig mange vil gøre brug af vores faste aktiviteter og arrangementerne. Husk, at de fleste foredrag vil være skrivetolket.

Vi har i coronatiden lært, at vi skal kunne omstille os, så hold stadig øje med vores hjemmeside, nyhedsbrevet og annoncer i Lokalavisen for eventuelle ændringer og nye tiltag.

Her vil vi også annoncere nye aktiviteter, målrettet sårbare hjemmeboende ældre, der på grund af coronaen har været særligt ramt af afsavn og ensomhed. Socialstyrelsen vil frem til 30. juni 2022 yde tilskud til disse aktiviteter – og samtidig støtte oplevelsesindustrien i Danmark

Den 4. marts 2021 havde vi 25-års jubilæum, og vi fejrede dagen med spisning inden årsmødet 10/8. I dagens anledning havde vi lavet et lille hæfte, der fortæller lidt om udviklingen af Lokalfædelingen. Det kan findes på vores hjemmeside.

Afslutningsvis skal der skal lyde en stor tak til bestyrelse, kontaktpersoner og øvrige frivillige, der holdt gejsten oppe, mens det meste var lukket ned eller kørte på lavt blus på grund af coronaen.

Også tak til vores samarbejdspartnere, især InSide, Ulstrup Kro, Favrskov kommune og koordinationsudvalget for godt samarbejde.

God læselyst.

Venlig hilsen, Ellen Clausen

STØT OG FÅ FORDELE

Et medlemskab giver adgang til fordele i hele Danmark

Vores mission

Ældre Sagen kæmper for et samfund,

Hvor alle kan leve et langt og godt liv – hele livet.

Hvor personen er vigtigere end alderen

Hvor alle har mulighed for at leve og udfolde sig på egne betingelser

Hvor der er støtte og omsorg til dem, der har behov for det

Vi sætter livserfaring og viden i spil

Vi forbinder overskud, behov og interesser i sociale netværk

Et godt liv. Hele livet

Få vores nyhedsbrev direkte i din indbakke

Og få dermed information, fx om aktiviteter, nye eller ændringer, så du ikke går glip af noget.

Gå ind på hjemmesiden <https://www.aeldresagen.dk/hammel>.

Nederst på forsiden finder du tilmeldingsknappen.

Tryk og udfyld blanketten.

Det er nu muligt at tilmelde 2 forskellige e-mails på familiemedlemskab.

Husk, du kan også se vores annoncer, nyheder og tilbud på hjemmesiden og øvrige medier:

www.aeldresagen.dk/hammel

www.kultunaut.dk

www.facebook.com/aeldresagen.hammel

www.favrskov.lokalavisen.dk

samt i bladet **Det Sker** fra Ældre Sagen.
og i **Lokalavisen Favrskov**



Lokalbestyrelsen

Navn	Funktion	Telefon & e-mail
 Ellen M. Clausen	Formand Bestyrelsesmedlem	21 64 99 57 fm.hammel.711@aeldresagen.dk
 Zennia Hansen	Næstformand Bestyrelsesmedlem	26 37 68 30 zennia@mail.dk
 Alex Ravn	Kasserer & web Bestyrelsesmedlem	29 93 53 70 ks.hammel.711@aeldresagen.dk
 Karen Margrete Guldmann	Bestyrelsesmedlem	86 96 32 61 & 40 19 32 61 karenmargreteguldmann@gmail.com
 Poul Sørensen	Bestyrelsesmedlem	40 52 22 84 egeris46@gmail.com
 Kæte Klausen	Bestyrelsesmedlem	61 28 53 03 kate.klausen@live.dk
 Grethe Rexen	Bestyrelsesmedlem	20 87 94 97 grethe.rexen@hotmail.com
 Birgit Stensgaard	Suppleant	86 96 37 23 & 27 81 04 93 Bestensgaard@energimail.dk
 Else-Marie S. Christensen	Sekretær, frivillig	28 78 59 81 emc@skiing.dk

Ældre Sagen
- er alles sag -

Kontaktpersoner

Navn	Funktion	Telefon
Alex Ravn	PR og webaktiviteter	29 93 53 70
Birgit Stensgaard	Socialt arbejde	27 81 04 93
Bodil Taankvist	Socialt arbejde, Kørestolsskubbere	21 19 40 85
Børge Rasmussen	It og teknologi, Support og It-café	25 56 00 71
Doris Guldberg	Tryghedsopkald, Kortklub	20 47 36 04
Doris Lyngaae	Strikkeklub	40 96 34 95
Ellen M. Clausen	Socialt arbejde	21 64 99 57
Elsa Marie Sørensen	Socialt arbejde på Solhøj, Petanque	24 82 86 38
Grethe Rexen	Arrangementer	20 87 94 97
Henny Rasmussen	It og teknologi, Support og It-café	60 56 84 50
Jens Peder Møller Jensen	Herreværelset, Vandreture	jpm@energimail.dk
John Hilmar Nielsen	Bookingfrivillig	24 91 57 30
Karen Margrete Guldmann	Socialt arbejde, Besøgsvenner	86 96 32 61
Kæte Klausen	Ældrepolitik	61 28 53 03
Peder Spørring	Stavgang	21 26 81 07
Per Isaksen	Duocykling	20 45 32 89
Poul Egeris Sørensen	Spis sammen, Arrangementer	40 52 22 84
Poul Selch Petersen	En hjælpende hånd	41 62 37 73
Tony Bøgholm	Bisidder- og ledsageordning	40 74 34 89
Zennia Hansen	Socialt arbejde, Turarrangør	26 37 68 30

BLIV FRIVILLIG

Mød nye mennesker – og giv en hjælpende hånd

Ældre Sagen finder besøgsvenner

Savner du en besøgsven, eller kunne du selv tænke dig at være besøgsven?

Ældre Sagen formidler kontakten.

Der er brug for flere besøgsvenner, også mandlige besøgsvenner, til ældre, som trænger til selskab.

Man aftaler selv med besøgsværten, hvor ofte og hvor længe besøgene skal være. Man kan snakke over en kop kaffe, spille kort, gå en tur, læse avisen, følges ad til fællesspisning og meget mere.

Har dette din interesse, så kontakt Karen Margrete Guldmann, tlf. 86 96 63 21 / 40 19 32 61



Kørestolsskubbere.

Kunne du tænke dig at gå en tur med en beboer på SOLHØJ et par timer hver anden uge på onsdage over middag?

Kontakt Bodil Taankvist, tlf. 21 19 40 85.

Strikkeklub hver lørdag

Er du glad for at strikke, hækle m.m.?

Vil du gerne dele din interesse med andre?

Så mød op i Inside, Dalvej 1, Hammel med garn, opskrifter og andet, du skal bruge.

Det sker hver lørdag kl. 14-16, lige når det passer i dit program. Det er gratis at deltage, og alle er velkomne.

Du kan få dig en hyggelig sludder med andre og måske drikke en kop kaffe

For alle strikkeinteresserede vil der fra tid til anden blive arrangeret foredrag og udflugter.

Strikkeklubben holder fri i påsken og julen samt juli måned

Kontakt Doris Lyngaae, tlf. 40 96 34 95 for mere information.



Danmark spiser sammen



Hvert år i ugerne 17 og 45 afholder Ældre Sagen sammen med en lang række organisationer i Folkebevægelsen mod Ensomhed arrangementer med spisning i hele landet.

Ældre Sagen, Hammel inviterer til spisning for alle i vores område ved to begivenheder, hhv på Ulstrup Kro og InSide, Hammel.

UGE 45

Onsdag 10. november i InSide, Dalvej 1, Hammel.

Tilmelding senest den 5. november til

Poul Sørensen, tlf. 40 52 22 84

Tommy Nedergaard, tlf. 22 32 78 86

eller Niels Kragelund, tlf. 29 99 52 49.



Torsdag 11. november på Ulstrup Kro, Hovedgaden 11, Ulstrup.

Tilmelding senest 5. november til Ulstrup Kro, tlf. 86 46 45 77.

Begge steder startes kl. 12, og der serveres god dansk mad med et glas vin, en øl eller vand.

Du skal selv kun betale 50 kr. Resten betales af Ældre Sagen.

Efter middagen serveres kaffe og småkager.

NB. Kan du ikke deltage de nævnte dage, er det altid muligt at finde et måltid tæt på dig på Danmark Spiser Sammen/Folkebevægelsen mod ensomheds hjemmeside: <https://danmarkspisersammen.dk>

UGE 17 2022

Også i 2022 forventer vi at afholde Danmark Spiser Sammen på Ulstrup Kro hhv. InSide i Hammel.

Vi vil offentliggøre programmet for spisningerne i god tid inden arrangementernes afholdelse.

Kortklub med Canasta eller andre kort- & brætspil



Er et spil kort og hygge lige sagen?
Eller måske brætspil?

Så har Ældre Sagen et tilbud til dig.
Canasta spilles af 2-4 eller 6 personer med
makker – eller af 3 personer uden makker.
Vil du hellere spille 500/Rommy eller andet,
er det helt i orden – hvis andre er med på det.
Ældre Sagen sørger for kortene.

Vi aftaler nærmere om brætspillene!

Der spilles hver den 2. mandag i måneden fra kl. 10 til 12 i InSide, Dalvej 1,
Hammel – lukket i juli — Der er ingen tilmelding.

Kontakt Doris Guldberg, tlf. 20 47 36 04 for mere information

Blues med humor og lune, onsdag 6. oktober kl. 14-16

Nu kan du møde Kim Øllgaard i InSide med egne
sange fra albummet Mystery Train, fyldt med humor
og lune.

Men der er også tid til anekdoter og fortællinger samt
genhør med navne som fx Elvis, Beatles, Kris Kristof-
fersen og Johnny Cash.

Prisen for en underholdende eftermiddag med kaffe
og kage er 100 kr. for medlemmer og 125 for øvrige.
Tilmelding senest 29. september via hjemmesiden
eller tlf. 24 91 57 30.

Arrangementsansvarlig Alex Ravn, tlf. 29 93 53 70



Netværkscafé



Netværkscaféen er det sted, hvor demente
og pårørende kan mødes med ligesindede til
hyggeligt samvær et par timer med aftalte
aktiviteter.

Der er ingen tilmelding, så mød bare op i træ-
ningskøkkenet i Kulturhuset InSide, Dalvej 1,
Hammel den sidste torsdag i måneden
kl. 14:30 – 16:30.

Lukket i juli og december.

Demensansvarlig: Zennia Hansen, tlf. 26 37 68 30

Herreværelset Mandemad, sidste mandag i måneden kl. 12-14

Herreværelset er for mænd over 60 år, som mødes en gang om måneden på Ulstrup Kro.

Medlemmerne af Herreværelset Mandemad bestemmer selv herreret og aktiviteter samt eventuelle foredrag og udflugter.

Det er gratis at være med. Forplejning afregnes med Ulstrup Kro.

Tilmelding onsdagen før til kroen, tlf. 86 46 45 77.

Kontakt Jens P. M. Jensen, 26 37 68 60 — eller se mere på hjemmesiden.



Fællesspisning for ældre – Hammel og Ulstrup

Ældre Sagen arrangerer fællesspisning med god, dansk mad

Det gælder for fællesspisningen begge steder, at vi gerne vil give ældre, der bor alene, mulighed for at spise middagsmad sammen med andre, der har lyst til lidt selskab.

Andre interesserede ældre er naturligvis også velkomne.

Fællesspisningen starter kl. 12 og afsluttes med kaffe og småkager.
Middagen slutter ca. kl. 14.

Bor du i Hammel med opland, kan du med fordel tage til i InSide, Dalvej 1, Hammel.

Spisningen er den 4. onsdag i måneden og koster 75 kr., hvortil kommer eventuelle drikkevarer.

Tilmelding senest ugen før til

Poul Sørensen, tlf. 40 52 22 84

Tommy Nedergaard, tlf. 22 32 78 86

eller Niels Kragelund, tlf. 29 99 52 49.



For beboerne i Ulstrup området foregår spisningen på Ulstrup Kro, Hovedgaden 11, Ulstrup den 3. torsdag i måneden

Her er prisen 85 kr., hvortil kommer eventuelle drikkevarer.

Tilmelding senest ugen før til Ulstrup Kro, tlf. 86 46 45 77.

Vandreture med Jens

Er du glad for at vandre?

Så lad os gå sammen.

Jens laver ture med indhold i og omkring Hammel. Der er ruter af forskellig sværhedsgrad, og turene går også længere væk fx Kongenshus mindepark Nysgerrig?

Få mere at vide hos Jens P. M. Jensen, jpm@energimail.dk



Inflenzavaccination, fredag 8. oktober kl. 8:30-13:30



Da man er særligt udsat for influenza, hvis man er over 65 år, er det en god idé at blive vaccineret imod influenza.

Du kan støtte Ældre Sagen ved at benytte Danske Lægers Vaccinationsservice, når du skal vaccineres mod influenza.

Det foregår i Fællessalen, InSide, Hammel

Fredag 8. oktober 2021 kl. 8:30-13:30.

Vaccinationen er gratis for alle over 65 år. **Husk sundhedskortet.**

Film i Fotorama, fredag 8. oktober kl. 15

Der er gratis adgang, når Fotorama, Voldbyvej 1, Hammel inviterer til dokumentarfilm. Titlen vil fremgå af Lokalavisen.

Der er ingen tilmelding.

Alle er velkommen.



LYT TIL ÆLDRE SAGENS PODCAST

Ældre Sagens podcast-fortællinger tager udgangspunkt i følelser – hvordan vi har det, hvordan vi reagerer, hvad vi frygter, og hvad vi håber på.

Kaffemik i Besøgstjenesten, mandag 25. oktober 13:30 - 16

Ældre Sagens besøgstjenester i hele landet holder Kaffemik for venner og værter i oktober måned – for at fejre besøgsvenskabet, og at vi kan være sammen igen.

Vore frivillige og øvrige interesserede inviteres herved til *Kaffemik (åbent hus)* i vores fælles besøgstjeneste.



Har du interesse i at være besøgsven, eller kunne du tænke dig en besøgsven, kan du høre om mulighederne på kaffemikken, der afholdes som åbent hus, hvor du er velkommen til at deltage i løbet af eftermiddagen!

Arrangementsansvarlig Karen Margrete Guldmann, tlf. 40 19 32 61.

Udflugt for frivillige 2022



Traditionen tro vil alle frivillige i Ældre Sagen, Hammel næste år modtage en invitation til årets udflugt.

Sæt derfor allerede nu kryds i kalenderen torsdag, den 5. maj 2022

Vejen til mine rødder - torsdag 28. oktober kl. 14-16

Lone Hansen kommer i InSide og fortæller med udgangspunkt i sit eget liv om et af bebyggelsestidens tabuemner: Krigsbørn

Lone har nu fundet sine biologiske rødder i Danmark og i Tyskland, og budskabet i hendes foredrag er:

"Det er på høje tid, at vi tilgiver disse kvinder, som forelskede sig i en tysk soldat".

Et par timer i selskab med Lone Hansen med kaffe og kage koster 100 kr. for medlemmer og 125 kr. for øvrige.



Du kan tilmelde dig senest 21. oktober via hjemmesiden eller 24 91 57 30.

Arrangementsansvarlig Zennia Hansen, tlf. 26 37 68 30.

Skriv din livsfortælling (i tide), mandag 1. november kl. 14-16

Alle har en spændende livshistorie, som fortjener at blive fortalt. Det behøver man ikke være rig eller berømt for.

Kom til Unna Hvids foredrag i InSide, hvor du får et godt bud på, hvordan din fortælling kan blive bredt ud.

Prisen inkl. kaffe og kage er 100 kr. for medlemmer og 125 kr. for øvrige.

Tilmelding senest 25. oktober via hjemmesiden eller tlf. 24 91 57 30.

Arrangementsansvarlig Ellen Clausen, tlf. 21 64 99 57.



Tryghedsopkald



Har du lyst til at få et telefonopkald af en person fra Ældre Sagen hver morgen, hele året, eller kunne du tænke dig at være den fra Ældre Sagen, der ringer op hver 4. uge?

Alle kan få tryghedsopkald af en person fra Ældre Sagen, der selvfølgelig har tavshedspligt. Det er gratis, og du behøver ikke at være medlem af Ældre Sagen.

I aftaler indbyrdes, hvad der skal gøres, hvis du en dag ikke tager telefonen.

Har det din interesse, så kontakt Doris Guldborg, tlf. 20 47 36 04.

Brug for en hjælpende hånd?

Den hjælpende hånd er praktisk – og gratis – hjælp til alle hjemmeboende ældre.

Ofte tager det en formiddag at få skiftet pæren i entreen, for der skal sikkert også snakkes og drikkes kaffe! Nogle af hjælperne kan i øvrigt også betjene nål og tråd.

Den hjælpende hånd minder på den måde om en vennetjeneste eller om hjælpen fra naboen.

Ring til Poul Selch Petersen, tlf. 41 62 37 73, så I sammen kan finde den rette person til opgaven.



Horsens fængsel og industrimuseum, fredag 5. november kl. 8:45—17

Tag med Mortens Busser til Horsens og besøg Fængselsmuseet på egen hånd. Afrejse fra Miko Torv, Hammel.

Efter en god frokost på Bygholm Parkhotel er der rundvisning på Danmarks Industrimuseum i Horsens.

Pris for hele turen er 590 kr.

Tilmelding senest 15. oktober via hjemmesiden eller tlf. 24 91 57 30

Arrangementsansvarlig Zennia Hansen, tlf. 26 37 68 30



Musik og show, onsdag 10. november kl. 19-21



Musik og show der begejstrer, er titlen på Maibrit Posts underholdende aften i InSides store sal.

Der vil være genhør med de gode gamle danske såvel som nyere sange indenfor country, pop og glad rock.

Et par timers underholdning med kaffe og kage koster 100 kr. for medlemmer og 125 kr. for øvrige. Du kan tilmelde dig senest 2. november, via hjemmesiden eller tlf. 24 91 57 30.

Arrangementsansvarlig Grethe Rexen, tlf. 20 87 94 97

Vinsmagning fredag, 12. november kl. 17

Så er der vinsmagning på Ulstrup Kro med både jule- og portvin samt champagne.

Der serveres lidt tapas eller andet godt fra køkkenet.

Egen transport til Ulstrup Kro, Hovedgaden 11, Ulstrup.

Pris kr. 320, der betales direkte til kroen.

Tilmelding til Ulstrup Kro, tlf. 86 46 45 77 senest 4. november.

Arrangementsansvarlig Zennia Hansen, tlf. 26 37 68 30



Stavgang hver tirsdag i Hammel

Vi starter med opvarmning kl. 9:30 på Selskabsvejen ved Springforbi. Stavgang er en herlig motionsform, der styrker og giver god bevægelse i muskler og knogler. Kom og være med. Vi har mange års erfaring!

Vi anbefaler, at man låner stave i begyndelsen og får instruktion, inden man køber egne stave.



Deltagerne er fordelt i tre grupper, som går i skoven og på grusstier i et par timer. Sværhedsgraden er forskellig i grupperne, så der er plads til alle.

Vi arrangerer "madpakketure" til det nære område, og vi har tilbud om stavgangsture til udlandet.

Du kan sagtens være med, selvom du kun kan gå korte ture!

Instruktørerne Ilse Sørensen og Peder Spørring (tlf. 21 26 81 07) sørger for grundig vejledning!

Er du kørt fast i IT-junglen?

Eller har du bare et lille problem med et program, så spørg vores IT-supporter Børge Rasmussen tlf. 25 56 00 71.

Du kan også møde op i vores Åben IT-café hver torsdag i InSide, Hammel kl. 9:30 og 11:30.

Cafeen er lukket i påskeugen samt juni, juli og august



Jul i Den gamle by, fredag 26. november kl. 10-17



Juletur til Den gamle By med Mortens busser.

(Afrejse fra Miko Torv). Efter en guidet rundtur serveres en let frokost, hvorefter der er tid på egen hånd i den juleudsmykkede by.

Inden vi kører hjemad, er der kaffe med æbleskiver.

Turen koster 595 kr. med det hele.

Tilmelding senest 5. november via hjemmesiden eller tlf. 24 91 57 30.

Arrangementsansvarlig Zennia Hansen, tlf. 26 37 68 30

Bisidder- og ledsagertjeneste

Er du usikker på de oplysninger, du får hos lægen, hos det offentlige eller hos en anden instans, kan du få en bisidder/ ledsager, som hjælper dig med at holde rede på informationerne.

Det gælder også papirarbejdet for eksempel ved flytning til en anden bolig.

Ring til Tony Bøgholm på tlf. 40 74 34 89.



Madlavningskursus for mænd 2022



Det foregår 10 torsdag aftener, med start 6. januar kl. 17 i skolekøkkenet på Søndervangskolen, Hammel.

Pris pr. deltager er 200 kr. med instruktør.

Betaling for maden og øl/vand og vin afregnes pr gang.

Tilmelding senest 1. december 2021 til: aktivitetsansvarlig Niels Kragelund tlf. 29 99 52 49.

Godt nytår fredag, 7. januar 2022 kl. 14-16

Det er nu blevet en fast tradition at fejre det nye år med kaffe og kage sammen med Mandagsmusikanterne, der sørger for musik til fællessang.

Arrangementet er specielt for besøgsvenner og deres værter samt rullestols-skubbere med brugere på plejehjemmene samt øvrige særligt indbudte frivillige.

Der oprettes venteliste, så øvrige kan tilmelde sig her. Prisen inkl. kaffe og kage er 100 kr. for medlemmer og 125 kr. for øvrige.

Kontakt evt. Karen Margrete Guldmann på tlf. 86 96 32 61 / 40 19 32 61 for yderligere information.



Kim og Caminoen, mandag 10. februar 2022 kl. 19-21



Kim Sagild kan opleves torsdag, 10. februar 2022 kl. 19 på InSide, hvor han vil fortælle om sin passion, Caminoen.

Vi kender ham som producer og sideman på nogle af 80'erne og 90'ernes markante udgivelser.

Nu producerer guitaristen Kim Sagild sin egen musik, som han også tager med..

Kaffe og kage er med i prisen, der er 100 kr. for medlemmer og 125 kr. for øvrige.

Tilmelding senest 3. februar via hjemmesiden eller tlf. 24 91 57 30.

Arrangementsansvarlig Birgit Stensgaard, tlf. 27 81 04 93.

Film i Fotorama, fredag 4. marts 2022 kl. 15

Der er gratis adgang, når Fotorama, Voldbyvej 1, Hammel inviterer til dokumentarfilm.

Du kan læse i Lokalavisen hvilken film, der vises.

Der er ingen tilmelding. Alle er velkommen.



Årsmøde for medlemmer, tirsdag 8. marts kl. 18



Næste årsmøde for medlemmer i Ældre Sagen, Hammel afholdes tirsdag, 8. marts 2022.

Mødet starter kl. 18 med spisning.

Sekretariatet udsender i december måned en indbydelse til hvert medlem.

Det er gratis at deltage.

Husk at medbringe dit medlemskort.

Vejen til en skarpere hjerne, tirsdag 29. marts kl.19-21

En skarp hjerne er vejen til mere succes, en nemmere hverdag og et bedre helbred, siger Petro Mielczarek, der kommer med et humoristisk og lærerigt foredrag, hvor man ikke kommer til at kede sig! Det koster 100 kr. for medlemmer og 125 kr. for øvrige at deltage, og prisen er inkl. kaffe og kage.



Tilmelding senest 22. marts 2022 via hjemmesiden eller tlf 24 91 57 30

Arrangementsansvarlig Ellen Clausen, tlf. 21 64 99 57



Syng med Hans Brun i InSide, onsdag 6. april kl. 14-16

Glæd jer til et par timer i selskab med Hans Brun fra Hammel, der vil underholde os med sang og musik et par timer, og som også har sanghæfter med, så vi kan synge med på det meste.

Kaffe og kage er med i prisen, der er 100 kr. for medlemmer og 125 kr. for øvrige.

Tilmelding senest 30. marts 2022 via hjemmesiden eller tlf. 24 91 57 30.

Arrangementsansvarlig Ellen Clausen, tlf. 21 64 99 57.

Broerne i Langå, onsdag 20. april kl. 14

Kom med, når Jens fortæller om Broerne i Langå fra 1862 til nu.

Vi mødes på P-pladsen bag kroen og kommer til at se nogle af broerne; ikke alle er der mere.

Men historien er spændende.

Det er gratis at deltage. Ingen tilmelding

Arrangementsansvarlig Zennia Hansen, tlf. 26 37 68 30.



Petanque i Hammel — fra 6. maj kl. 14



Nu kan man igen spille petanque i gården bag InSide.

Vi spiller hver fredag kl 14-15, når vejret tillader det.

Derefter hyggeligt samvær. Alle er velkommen.

Vi satser på at starte 6 maj, men skal nok give besked, når vi nærmer os igangsætningen.

Aktivitetsansvarlig Elsa Marie Sørensen, 24 82 86 38.

IT-besøgsven

Mangler du en at udveksle EDB-erfaringer med, og kunne du godt tænke dig enten at få en it-besøgsven eller selv være it-besøgsven?

Ring til Henny Rasmussen, tlf. 60 58 84 50, så formidler hun gerne kontakten.



Sund livsstil for livsnydere, onsdag 11.maj kl. 19-21



Livsstilscoach Jytte Bille har mere end 35 års erfaring med sund livsstil, og hun glæder sig til at dele den med os.

Foredraget — inkl. kaffe og kage — koster 100 kr. for medlemmer og 125 kr. for øvrige.

Tilmeld senest 4. maj via hjemmesiden eller 24 91 57 30

Arrangementsansvarlig Grethe Rexen, tlf. 20 87 94 97

Sydhavsøerne i uge 24

Kom med på en 3-dages busrejse med Ans til de danske sydhavsøer.

Turen går til Lolland, Falster, Møn og Sydsjælland.

Vi ser stemningsfulde byer, gamle herregårde og de karakteristiske hvide klinter på Møn, måske en afstikker til Fejø.

Pris ca. 4.300 kr.

Ret til ændringer i henhold til pris og indhold forbeholdes.

Kontakt Zennia Hansen, tlf. 26 37 68 30, for yderligere oplysninger.



2021

Ugedag	Dato	Tidspunkt	Emne	Sted
Onsdag	6. okt.	14-16	Blues med humor og lune Kim Øllgaard	InSide, Store sal
Fredag	8. okt.	8:30-13:30	Influenza-vaccination	Inside, Fællessalen
Fredag	8. okt.	15:00	Gratis dokumentarfilm	Fotorama
Mandag	25. okt.	13:30-16	Kaffemik i Besøgstjenesten	InSide, Store sal
Torsdag	28. okt.	14-16	Vejen til mine rødder Lone Hansen	InSide, Store sal
Mandag	1. nov.	14-16	Skriv din livshistorie Unna Hvid	Inside, Fællessalen
Fredag	5. nov.	08:45-17	Fængslet i Horsens og In- dustrimuseet	Bustur
Onsdag	10. nov.	19-21	Musik og show Maibrit post	InSide, Store sal
Fredag	12. nov.	17:00	Vinsmagning med julevin og portvin	Ulstrup Kro
Fredag	26. nov.	10-17	Jul i Den gamle by	Bustur

2022

Ugedag	Dato		Emne	Sted
Fredag	7. januar	14-16	Godt Nytår - Underholdning	InSide, Store sal
Torsdag	10. februar	19-21	Kim og Caminoen	InSide, Store sal
Fredag	4. marts	15:00	Film	Fotorama
Tirsdag	8. marts	18:00	Årsmøde	InSide, Store sal
Tirsdag	29. marts	19-21	Vejen til en skarpere hjer- ne - Petro Mielczarek	InSide, Store sal
Onsdag	6. april	14-16	Syng med Hans Brun	InSide, Store sal
Onsdag	20. april	14-16	Broerne i Langå	Egen trans- port
Onsdag	11. maj	19-21	Livsstilsforedrag, Jytte Bille	InSide, Store sal
	i juni	3 dage	Bustur til Sydhavsøerne	Busrejse



Har du lyst til at være frivillig?

Ældre Sagen har brug for flere frivillige, som vil gøre en forskel til gavn og glæde for ældre, der er svage eller har brug for oplevelser, og give dem nærvær, tryghed og netværk i **Hammel, Thorsø, Ulstrup og omegn**

Som frivillig i ældre sagen

indgår du i et netværk med andre frivillige

bliver du ledet af frivillige

kan du komme på kursus i det, der er relevant for dig

er du forsikret i forbindelse med det frivillige arbejde

er det ikke et krav, at du er medlem Ældre Sagen

har du tavshedspligt

Hvis du er interesseret, må du gerne kontakte os:

<i>Besøgsven</i> Karen Margrete Guldman tlf. 40 19 32 61	<i>Tryghedsopkald</i> Doris Guldberg tlf. 20 47 36 04
<i>Bisidder- og ledsageordning</i> Tony Bøgholm tlf. 40 74 34 89	<i>Kørestolsskubbere</i> Bodil Taankvist tlf. 21 19 40 85
<i>En hjælpende hånd</i> Poul Selch Petersen tlf. 41 62 37 73	<i>Frivillig på plejehjemmene</i> Karen Margrete Guldman tlf. 40 19 32 61
<i>Undervisere i sprog</i> fx engelsk, tysk eller spansk Zennia Hansen tlf. 26 37 68 30	<i>Turleder til cykling</i> Per Isaksen tlf. 20 45 32 89

Vi vil gerne udvide vores hjælp til ældre, blandt andet med stolegymnastik i fælleshuse rundt omkring, så også her er der brug for nye frivillige.

