

Ældre Sagen

Hobro

38. årgang

2. halvår 2025



Ny gangbro over jernbanen fra Hobro Station til sti mod Multebærvej / Ølsvej



Sparekassen
DANMARK

INDHOLDSFORTEGNELSE

Side

Formandens meddelelser	3
Kontorfrivillige i Ældre Sagen Hobro - Mødested for seniorer ”Drop-in” ...	4
Gråspurvvene - et mødested for ”piger” - De Gæve Mænd et mødested for ”mænd”	5
2-dags tur til Nationalpark Thy	6
Kriseparat – kan du klare dig i 3 døgn (Beredskabsforbundet Hobro)	7
Sangslaberas på Himmerlands Teater = sang med demensramte og deres ledsager	7
Hold balancen – undgå fald	8
Virksomhedsbesøg hos B.M. Byggeindustri	8
Lørdagscafé med film i Medborgerhuset	9
Løvfaldstur	10
Lørdagscafé med Max Wolff	10
Danmark spiser sammen	11
Samfundsdebattør / foredragsholder Christian Borrisholt Steen.....	12
Julemarked på Clausholm Slot	13
Juleaften i Biecentret	14
Café FRI, Besøgstjenesten, Vågetjenesten, Bisidder	15
Seniorvejledning, Pårørendeven, Gå med ven, Sorg og Livsmodsgruppe, gratis rådgivning fra Ældre Sagen i Kbh., Telefonven og Ældre telefonen ..	16
Ældre Walk og IT-hjælp	17
Slægtsforskning, Slægts Café - Hobro, Krolf, Bowling	18
Motion for ældre 65+ ikke motionsvante, Den hjælpende hånd	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

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

Kære medlemmer

Det er med glæde Ældre Sagen Hobro fremsender det kommende efterårsblad. Vi har fra bestyrelsen side endnu en gang forsøgt at lave et bredt og alsidigt program med mange aktiviteter og ture.



Henning Laursen

Ældre sagen Hobro er i stadig fremgang med mange nye medlemmer her i foråret. Vi har kontor i Medborgerhuset i Hobro – se adresse og åbningstider på bladets bagside.

Vi har fået mange nye frivillige, og det glæder bestyrelsen at se det store engagement, alle de frivillige udøver, det er meget forskelligt, hvad de frivillige laver og kan hjælpe med.

De frivillige skaber hver uge glæde og livsmod for mange andre, eller er tovholder på en aktivitet eller et arrangement. Det vil vi fra bestyrelsen gerne takke jer for.

Vi kan med glæde konstatere en stigende tilslutning til at modtage vore lokale nyhedsbreve, men jeg vil opfordre de af jer, der ikke er tilmeldt nyhedsbrevet til at tilmelde jer. Det kan I gøre på vores lokale hjemmeside.

Ældre Sagen i Hobro har åbnet en ny aktivitet, Mødestedet – ”Drop-in”, hvor man mødes hver onsdag fra kl. 10-12 i Medborgerhuset over en kop kaffe m.m., og hvor de frivillige danner rammen om samvær og fællesskab. Alle er velkommen mød bare op, der er ingen tilmelding.

Ældre Sagen Hobro, Biecentret Mariagerfjord, og Gasmuseet Hobro, har indgået et samarbejde om at etablere et Repair værksted i Gasmuseets bygninger, det er tanken, at der skal være åben 1 -2 gange om måneden, så borgerne i byen kan komme og få hjælp til at få repareret deres ting. I stedet for at smide det ud og købe nyt.

Ved at være medlem af Ældre Sagen støtter I et godt formål, og er dermed med til at påvirke den politiske dagsorden på ældreområdet. Det vil vi gerne sige tak for.

Bestyrelsen ønsker alle en god sommer.

Henning Laursen / Formand



**Få et tilbud på nordjyske kvalitetsforsikringer.
Vi garanterer et smertefrit forsikringsskifte,
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 18. december 2025, og åbner igen mandag den 5. januar 2026.

Sidste åbningsdag inden sommerferien er den 26. juni 2025.

Kontoret åbner igen mandag den 11. august 2025.

Ferielukning følger skolernes ferier.



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

Ældre Sagen

Mødestedet for seniorer "Drop-in"

Første åbningsdag efter ferien
onsdag 13. august 2025 fra 10-12 - derefter



åbent hver onsdag fra 10-12

Du har mulighed for at købe af formiddagsplatte bestående af:

Kaffe/the, brød, smør, ost og marmelade.

Eller blot slappe af efter en dejlig gåtur med en kop kaffe i hyggelige omgivelser – hvor de frivillige danner rammen om samvær og fællesskab.

Alle er velkommen

Skibsgade 28, Hobro - i Medborgerhuset

PS. følger skolernes ferie

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.



Mandefællesskaber

Der bliver fremover lavet nye aktiviteter og invitationer bliver sendt ud via mail til deltagere 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

2-dags tur til Nationalpark Thy d. 2. og 3. september 2025

Tirsdag 2. september kl. 7.30 fra Busterminalen i Hobro

Dag 1. Vi kører over Salling og Mors, hvor vi på vejen holder ind ved Skive Havn og får vores morgenkaffe og rundstykker og en lille en til halsen, inden vi fortsætter til Vildsund, hvor vi samler vores guide op, som vi har med hele dagen, og vil guide os med på en tur i Nationalpark Thy, som er Danmarks største vildmark på 5.040 ha. Undervejs skal vi også have vores medbragte frokost og eftermiddagskaffe og kage fra bussen, inden dagens udflugt slutter ved Hotel Limfjorden ca. kl. 17.00.

Her skal vi overnatte og have vores aftensmad kl. 19.00 (resten af aftenen er fri).



Hotel Limfjorden, Thisted

Dag 2. Vi starter dagen med morgenbuffet kl. 7.30 til 8.45 afgang med bussen kl. 9.15, herefter kører vi på rundtur i Nord Thy, hvor vi undervejs skal have vores frokost fra bussen, inden vi ender ved Hanstholm Bunkermuseum. Her skal vi have en introguide på ca. 20 min., så vi er godt klædt på til at komme ind og se museet. Museets enorme bunkere var hjem for 90 tyske soldater og rummede en af de enorme 38 cm-kanoner. Herefter fortsætter vi turen, vi kører over Vigsø, Frøstrup og holder ind ved Vejlernes Naturcenter og får vores eftermiddagskaffe og kage fra bussen inden hjemturen påbegyndes. - Forventet hjemkomst kl. 18.00.



Hanstholm Bunkermuseum - med kanoner

Priser:

30–39 personer pris pr. person 1.895 kr. 40–49 personer pris pr. person 1.695 kr.
50 – 57 personer pris person 1.575 kr. Tillæg for eneværelse er fordelt i priserne.

I prisen er inkluderet:

- Kaffe og rundstykker dag 1
- Kørsel i komfortabel turistbus
- Rejseleder
- Natur guide Thy dag 1
- 2 gange frokost
- 1 overnatning med helpension
- Guide/Entré på Hanstholm Bunkermuseum
- 2 gange eftermiddagskaffe

Teknisk rejsearrangør er Hobro Døstrup Turist

Jette Nørgaard Jensen er turhjelper fra Ældre Sagen Hobro.

Tilmelding til Hobro Døstrup Turist – snarest og senest 1. august tlf. 98 55 71 38

KRISEPARAT - Klar dig selv i 3 døgn – Beredskabsforbundet Hobro

Onsdag 10. september kl. 14.00 i Medborgerhuset, Skibsgade 28, Hobro

Beredskabsforbundet kommer og orienterer om, hvordan du lærer at tage vare på dig selv i en nødsituation og være forberedt med hensyn til forsyninger til 3 døgn.



Vi tager det for givet, at faciliteter som vand, varme og elektricitet altid virker, men vi kan komme i en situation, hvor forsyningen svigter, og vi ikke ved, hvornår den vender tilbage. I en sådan situation har vi alle et ansvar for at tage vare på os selv.

Kan du klare dig i 3 døgn i din bolig og eventuelt hjælpe din nabo er du nået langt.

På kurset lærer du at tage vare på dig selv, familien og jeres bolig, og om at forberede dig, så du er klar til en nødsituation.

Alle får "Beredskabforbundets tjekliste" med hjem – en pjece med anbefalinger til at kunne klare sig i 3 døgn.

Max 80 deltagere.

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

Tovholder Henning Laursen.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 11/8 kl. 10 og senest 28/8 kl. 12.

Ældre Sagen inviterer til dette arrangement i samarbejde med Himmerlands Teater

Kom og bliv underholdt og syng med på gammelkendte sange, der vil bringe minderne frem.

Billetpris 100 kr. inkl. kaffe og kage.

Billetter købes gennem Ældre Sagen Hobro.

Max 60 deltagere.

Tovholder Niels Kristian Mølgaard (Kris)

Tilmelding til Ældre Sagens kontor mandag og torsdag fra 11/8 kl. 10 - 12 eller på tlf. 23 46 46 44 og senest 4/9 kl. 12.00.



ARRANGEMENTET ER KUN FOR DEMENSRAMTE OG DERES LEDSAGER

HOLD BALANCEN - UNDGÅ FALD

Onsdag 24. september kl. 14 - 16 i Medborgerhuset, Skibsgade 28, Hobro

50 % af alle over 80 år falder mindst 1 gang om året,

33% af alle over 65 år falder mindst 1 gang om året.

En væsentlig årsag til fald er manglende balance. Derfor skal den trænes. På dette kursus får du en del øvelser, som kan laves derhjemme og holde din balanceevne vedlige eller måske ovenikøbet forbedre den. - Der er kaffe.

Fysioterapeut Mette Vestergaard Hylkjær ansat ved Mariagerfjord Kommune vil lære os en del øvelser, der træner vores balance. Hun vil kort omtale foranstaltninger, vi kan tage i hjemmet såsom gelænder og håndtag ved bad.

Max 25 deltagere.

Pris 50 kr. for medlemmer – ikke medlemmer 100 kr.

Tovholder Jette Nørgaard Jensen.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 1/9 kl. 10 og senest 18/9 kl.12



Virksomhedsbesøg hos B.M. Byggeindustri A/S Hobro

Onsdag 1. oktober kl. 13.00 ved Lupinvej 18, Hobro

Vi besøger og skal se og høre om en moderne produktion af trækonstruktioner/moduler i nye byggerier, også til etagebyggerier i Danmark og udlandet.

Modulbyggeri går i al sin enkelthed ud på at bygge huse af rumstore moduler.



Der produceres store moduler i egne fabrikshaller, hvorefter de stort set færdige moduler bliver leveret til byggepladsen, hvor de monteres.

Vores præfabrikerede moduler er baseret på træelementer fra vores egen elementproduktion i Hobro, hvor vi har mere end 25 års erfaring med fremstilling.

I produktionshallen monterer vores medarbejdere alt fra gulve og fliser til køkkener og toiletter. Mange års erfaring gør, at vores løsninger er optimerede.

BEMÆRK: Rundvisningen er en forholdsvis lang gåtur - men uden trapper.

Max 50 deltagere. Pris 50 kr. – kun for medlemmer.

Tovholder Alex Pedersen.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 8/9 kl. 10 og senest 22/9 kl.12

LØRDAGSCAFÉ med film

Lørdag 4. oktober kl. 14.00 – 16.00 i Medborgerhuset, Skibsgade 28, Hobro

Da filmteatret er under renovering, viser vi film i Medborgerhuset. Der vil blive vist en række små dokumentarfilm fra 50'erne og 60'erne.

Filmene er med Dronning Margrethe og viser hendes

barndom, ungdom og hendes bryllup. Enkelte er i farver og resten i sort/hvid. Der kan også være en enkelt kun med underlægningsmusik og ikke tale.

Filmene fortæller historien om Dronning Margrethe fra hun i barnevogn kører i København, sidder på farfar, Christian X's knæ, til rejser ud i verden som kronprinsesse. Vi genser også hendes bryllup.

Undervejs bliver der serveret kaffe og kage.

Max 80 deltagere. Pris 50 kr. for medlemmer – ikke medlemmer 100 kr.

Tovholder Jette Nørgaard Jensen.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 11/9 kl.10 og senest 29/9 kl.12



Film i Medborgerhuset, Hobro

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

LØVFALDSTUR

Torsdag 16. oktober kl. 12.30 fra Busterminalen i Hobro

Til vor årlige Løvfaldstur håber vi på godt vejr og flotte efterårsfarver.

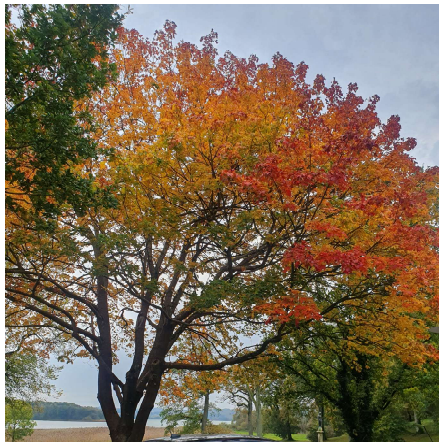
Der er bestilt lift-bus, så kørestolsbrugere kan sagtens deltage i denne tur, men husk at meddele det ved tilmelding.

Ligeledes bedes man oplyse, om man har særlige behov.

Forventet hjemkomst ca. kl. 18.00.

Tovholder Gunnar Greve.

Prisen for turen er 150 kr. inkl. bus, kaffe og kage, som vi vil nyde et godt sted.



Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 22/9 kl.10 og senest 9/10 kl.12

LØRDAGSCAFÉ med Max Wolff

Lørdag 25. oktober kl. 14-16 i Medborgerhuset, Skibsgade 28, Hobro

Max Wolff har gennem 3 årtier mødt publikum herhjemme og i udlandet med sin egen spillestil af bl.a. blues, folk og jazz, der fører tankerne tilbage til guitarheltene fra 60'erne og 70'erne.

Han er selvlært guitarist og sanger, og han har altid været begejstret for det analoge element i musikken.

Udover at komponere sin egen musik, turnerer han rundt både i Danmark og udlandet, hvor han optræder på de steder, hvor det kræse publikum kommer, eller på små intime steder, hvor et tørstigt godtfolk er. Hans publikum er både lyttende mennesker på spillestederne ved live optrædener og koncerter, og publikum til begivenheder, hvor musikken har en anden rolle.



Max Wolff

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

Tovholder Tove Thulstrup Pedersen.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 2/10 kl.10 og senest 20/10 kl.12

Ældre Sagen Hobro inviterer til

DANMARK SPISER SAMMEN

Onsdag 5. november kl. 12.00-16.15 i Medborgerhuset, Skibsgade 28, Hobro

Har du lyst til nærvær og samtale over et måltid?

Vi serverer hovedret og dessert med kaffe/the.

Der er fællesskab med musik og fællessang.

Eftermiddagen sluttes af med bankospil.

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



Udsnit af deltagerne i Danmark spiser sammen i Medborgerhuset april 2025

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 13/10 kl.10 og senest 27/10 kl.12

**48
TIMERS
REPARATIONSGARANTI***

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

Gratis PC- Mac og telefon tjek

LABTECH DATA
- Danmarks bedste IT-Service

Jernbanegade 2
9500 Hobro
Tlf. 3314 9440

Læs mere her: www.labtech.dk

Olesens Busser

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!

Samfundsdebattør/foredragsholder Christian Borrisholt Steen

Mandag 17. november kl. 14.00 i Medborgerhuset, Skibsgade 28, Hobro

Overskriften for foredraget med
Christian Borrisholt Steen er:

Menntesyn på spil

I foredraget fortæller Christian Borrisholt Steen om sine 6 år som medlem af Det Ethiske Råd, herunder om, hvordan hans kristne livs- og menneskesyn gav ham styrke og inspiration til arbejdet i rådet.

Undervejs fortæller han også om nogle af de mange dilemmaer, han som rådsmedlem måtte forholde sig til – ikke mindst i forbindelse med rådets stillingtagen til en række vigtige spørgsmål om organdonation, aktiv dødshjælp, juridisk kønsskifte og meget, meget mere.

Max 80 deltagere.

Pris for medlemmer 100 kr. - ikke medlemmer 150 kr.

Tovholder Gunnar Greve.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 13/10 kl.10 og senest 10/11 kl.12



Christian Borrisholt Steen

 **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
helbreds-kort

hobro@nytsyn.dk

nytsyn.dk/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**

JULETUR TIL CLAUSHOLM SLOT

Lørdag 29. november kl. 10.30 fra Busterminalen i Hobro

Turen starter med kørsel til Auning Kro, hvor der serveres pariserbøf til frokost.

Derefter kører vi til julemarked på Clausholm Slot.

Clausholm Slot er et af Jyllands få rigtige kongeslotte, som har været ejet og beboet af Kong Frederik IV.

Boderne er placeret på Clausholm Avlsgård henholdsvis i Dronning Anna Sophies gamle kornlade i Godsets gamle hyggelige stald i et centralt område i Slotsskoven og udendørs på matriklen.

Turen er ikke egnet for kørestolsbrugere og gangbesværede.

Kaffe fra bussen på hjemturen.

Forventet hjemkomst kl. 17.30.

Max 50 deltagere.

Pris for medlemmer 400 kr. – ikke medlemmer 450 kr.

Tovholder Gunnar Greve.

Tilmelding hjemmesiden eller Ældre Sagens kontor fra 20/10 kl. 10 og senest 10/11 kl. 12.



Clausholm Slot



Julemarked på Clausholm Slot

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
www.doestrup-vmf.dk
CVR. 87393712

   **Alsbus** www.als-bussen.dk

JULEAFTEN I BIECENTRET

Biecentret, Nordvestvej 4, Hobro

24. december 2025, kl. 17 – 21.

Et tilbud til alle, der sidder alene eller gerne vil være sammen med andre.
Frivillige sørger for fællesskab og juleindhold på denne særlige aften.

Der serveres steg, andesteg og risalamande.
Der synges julesange og danses om juletræ.
Pakkespil – pakker skal ikke medbringes.
Kaffe/the og julegodter.

Deltagerpris 200 kr. for hele
arrangementet inkl. drikkevarer.

Tilmelding til Biecentrets kontor
senest fredag 12. december
tlf. 97 11 52 60.

Deltagerpris indbetales på konto
9070 – 3365833167 (husk navn)
eller til Biecentrets kontor.

OBS! Er du kørestolsbruger skal
det oplyses ved tilmelding.

Arrangør: Ældre Sagen Hobro og Biecentret Hobro.



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.VINOGVIN.DK

SOCIAL HUMANITÆR



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

Café 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 efterspørgsel på besøgsvener, og det gør en stor forskel for mange enlige, at have en besøgsvener. 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 besøgsværten, evt. fra gang til gang, således at du ikke føler dig bundet til faste tider. Kontaktpersoner : Grethe Mikkelsen, tlf. 61 76 70 45 og Ingrid Kjær, tlf. 24 84 57 67z.



Grethe Mikkelsen



Ingrid Kjær

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 mellem kl. 8.00 og 15.00 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. 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.

Ny samtalegruppe starter tirsdag den 26. august 2025.

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 2025 til juli 2026 er 150 kr. – ikke medlemmer 200 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 Akstrup og Kaj Jensen

LØBENDE AKTIVITETER

Slægtsforskning - gotisk

Tirsdag kl. 12:30 - 16:30.

Sted: Medborgerhuset, Skibsgade 28, Hobro, lokale 5.

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 kontoret.

Pris: 250 kr. - ikke-medlemmer 350 kr.

Slægts Café – Hobro

Tirsdag i lige uger kl. 19 - 21.30 fra 28. oktober. 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: 35 kr. pr. gang, inkl. kaffe.

Kroff

Der spilles tirsdage og torsdage fra kl. 10 - 12 på Kroff-banen bag Hobro Vandrerhjem. Der er kugler og køller tilgængelige. Opstart tirsdag 12. august kl. 10. 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 10. september. Tilmelding fra 11. august 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.



PALSGAARD | MØGELVANG | JOHANNSEN

advokater

Adelgade 1, 9500 Hobro

Tlf.: 70 26 27 00

www.pmjlaw.dk

LØBENDE AKTIVITETER



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 625 kr. for sæsonen september 2025 til maj 2026 inkl. kaffebord.

Kontakt Ældre Sagens Kontor, tlf. 23 46 46 44.

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

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.



"Nyt tilmeldings system"

I forbindelse med sommerferien igangsættes et nyt bookingsystem.

Det nye system er en teknisk opdatering, som medfører nogle ændringer i den måde, man fremover tilmelder sig vores arrangementer.

Det er altid lidt irriterende med ændringer. Men det har været nødvendigt at forny programmet bl.a. af hensyn til datasikkerhed.

Men bare rolig, - der kommer en let vejledning med forklaring. Kontoret vil også være klar til at hjælpe efter sommerferien.

Lokalbestyrelsen



Bagerste række fra venstre:

Henning Laursen, formand, fm.hobro.823@aeldresagen.dk, (KOU) tlf. 40 32 73 15
 Niels Hauen, næstformand, medlem af koordinationsudvalget (KOU) tlf. 30 20 30 98
 Ove Bisgaard, kasserer, IT generelt og IT underviser tlf. 22 91 91 01
 Bent Bertelsen, webmaster, Det Sker lokalredaktør, IT og teknologi tlf. 40 50 05 66
 Gunnar Greve, Motion og sundhed, Krolf, Bowling, arrangementer tlf. 23 66 77 58

Forreste række fra venstre:

Alex Pedersen, bestyrelsesmedlem, arrangementer tlf. 20 48 41 03
 Tove Thulstrup Pedersen, vågetjenesten, musiske arrangementer tlf. 23 39 23 98
 Jette Nørgaard Jensen, sekretær, arrangementer og rejser tlf. 22 56 06 76
 Torben Hybertz Bak, bestyrelsesmedlem, arrangementer tlf. 42 52 57 66

1. suppleant: Ingrid Ladefoged Kjær
2. suppleant: Kaj Jensen

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 hjemmesiden 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).